

Wychowanie do wolności od gniewu



Ks. prof. dr hab. Andrzej Zwoliński – PAT KRAKÓW

Urodził się 18 marca 1957 r. w podkrakowskich Radwanowicach. Po studiach filozoficzno – teologicznych 16 maja 1982 r. przyjął święcenia kapłańskie. Swoje zainteresowania nauką społeczną Kościoła rozwijał podczas dalszych studiów w krakowskiej Papieskiej Akademii Teologicznej. W 1990 r. obronił pracę doktorską a cztery lata później habilitacyjną pt. „Głos społecznej nauki Kościoła w II Rzeczypospolitej”. Od 1995 r. jest kierownikiem katedry katolickiej nauki społecznej Wydziału Teologii PAT. Od 2003 r. profesor nauk teologicznych. Dyrektor Wydawnictwa Naukowego PAT oraz redaktor naczelny pisma „Polona Sacra”. Jest autorem ponad 20 książek, 80 artykułów naukowych i 800 artykułów w czasopismach społeczno – religijnych.

Gniew pojawia się jako reakcja na doznane zło. Często przybiera postać odwetu, gdy chcemy karać człowieka, który wyrządził krzywdę. Wielu mistrzów duchowych nazywa ją „chorobą własnej duszy”.

A. OPISANIE GNIEWU

Rozróżnia się zasadniczo dwa rodzaje gniewu: zmysłowy (uczuciowy) i przemyślany, nastawiony na działanie. Gniew uczuciowy pojawia się natychmiast po doznanej krzywdzie, wybucha, podobnie szybko i nagle gaśnie. Jako skutek może pojawić się obraźliwość – przechowuje w pamięci doznaną krzywdę, zamyka człowieka na innych, który nie podejmuje rozmowy, unika kontaktów, chowa się przed krzywdzicielem. Można wskazać na pewne etapy gniewu emocjonalnego. – Pierwsze pojawia się oburzenie na sprawcę gniewu (człowiek zaczyna „gotować”), co ujawnia się w mimice człowieka, często można dostrzec gniewliwy „błysk w oczach”, niekiedy jest to czerwienienie się twarzy. Dobrze oddaje te emocje metaforyka językowa, gdy gniew opisujemy wyrażeniami: „płomień gniewu na twarzy”,

„pałać”, „wrzeć”, „kipieć”, „płonać gniewem”, „wpaść w gniew”, „tłumić gniew”, „gniew ogarnia” czy „rozpiera kogoś”. Starożytny mędrzec, Seneka, pozostawił po sobie sugestywny opis człowieka gniewnego: „Jak bowiem niezawodnymi znamionami szalonych są: zuchwałe i groźne spojrzenie, pochmurne czoło, częstszy i gwałtowniejszy oddech, tak też podobne objawy widać i u tych, którzy w gniew wpadli: oczy pałają i miotają złowieszcze blaski, obfita czerwień rozlewa się po całej twarzy, krew burzy się w głębi ich piersi, drgają wargi, zaciskają się zęby, podnoszą się włosy i groźnie się jeżą, oddech staje się stłumiony i syczący, słychać trzaskanie wykręcanych stawów, steki i wycia wściekłości, urywane i niewyraźne słowa, mowa niezrozumiała, ręce dość często uderzają o siebie, nogi tupią o ziemię, a całe ciało jest pobudzone do ruchu i miota gwałtowne

groźby, wygląd twarzy szkaradny staje się i wstrętny, a zarazem odstraszaający u ludzi zniekształconych i wzburzonych od gniewu. Nie wiadomo naprawdę, czy ta namiętność jest bardziej wstrętna, czy też haniebna”.

– Drugim etapem jest słowo – wielu podnosi w stanie zagniewania głos, krzyczy, inni mówią wówczas urywanymi słowami, klną, rzucają obelgi, bluźnierstwa. – Trzecim etapem są rękoczynny – rzucanie przedmiotami, targanie kartek, tupanie nogami, bicie pięścią w stół. Niekiedy może dojść do bijatyki, a ofiarą może paść nawet przypadkowy świadek awantury, np. dziecko czy klient. W najgorszym przypadku, przy bardzo silnym zaangażowaniu emocjonalnym i zaciemnieniu głosu umysłu może dojść nowe do zabójstwa. Drugi rodzaj gniewu jest długotrwały, rozwija się w woli człowieka, nastawiony jest na przemyślane i skuteczne działanie. Zwany jest gniewem „białym”, „bladym”, „kurczowym”. Jest silną żądzą odparcia i ukarania napastnika, a ponadto dokonania stosownej zemsty. Jest to działanie rozmyślne, trwałe, a tym samym pociągające za sobą ważniejsze skutki. Skutkiem gniewu jest przede wszystkim zaciemnienie umysłu. Gniew utrudnia, a czasem nawet uniemożliwia rozróżnianie dobra od zła. Gniew jest nieprzyjacielem rozumu, chociaż dotyczy tych miejsc, które podlegają rozumnej ocenie. Świadczy o tym fakt, że często – po uspokojeniu się i dopuszczeniu głosu rozsądku – człowiek żałuje swych słów, działań i czynów, których by nigdy nie podjął, gdyby nie ów gniew. Naprawienie skutków gniewu jest jednak niezwykle utrudnione – słowo obelżywe zapada w pamięć ofiary, obraz bezro-

zumnej i bezzasadnej awantury trudno wymazać. Innym skutkiem gniewu jest niszczenie miłosierdzia. Gniew bowiem *nie zna miłosierdzia* (por. Prz 27, 4). Może nawet dochodzić do okrucieństwa, zwłaszcza gdy gniew spotka się z nastawieniem sadystycznym człowieka, który w wyrafinowany sposób podejmuje zemstę. Inny skutek gniewu związany jest z jego aspektem społecznym, a polega na sianiu niepokoju społecznego. Obrażony człowiek nosi w sobie destrukcję i wprowadza ją w życie wszystkim co czyni: milczeniem, spojrzeniem, pretensjami, narzekaniami, ciągłymi zarzutami. Zagniewanego porównywano do wulkanu, który swoją lawą niszczy wszystko dookoła. Gdy nawet nie jest „aktywny”, nosi w sobie zagrożenie dla innych, a każdy pomruk i drżenie ziemi można zwiastować tragedię. Seneka, opisując szkody spowodowane gniewem, stwierdzał: „żadna inna zaraza nie wyrządziła większej szkód rodzajowi ludzkiemu. Możesz zobaczyć mordy i trucicielstwa, i winowajców obrzucających siebie wzajemnie błotem oskarżeń, i spustoszenia grodów, i zagłady całych narodów, i książąt wystawionych przez obywateli na sprzedaż publiczną, i żagwie podłożone pod strzechy, i pożary nie powstrzymane w granicach murów jednego miasta, i ogromne połacie kraju rozbłyskujące łuną nieprzyjacielskiej pożogi”¹.

Głębsza analiza gniewu pozwala dokonać ważniejszego rozróżnienia, gdyż dotyczącego moralnego wymiaru gniewu, na gniew dobry, „święty” sprawiedliwy i grzeszny, egoistyczny, niesprawiedliwy. Uczucie gniewu ma pobudzać do pokonywania przeszkód i samoobrony przed niebezpieczeństwami (asercja), a nie do

„nie sprowokowanych aktów wrogości i do zadawania ciosów mimo braku zagrożenia (agresja)”².

Tak więc to nie zdolność do gniewu przeszkadza człowiekowi w miłości innych, ale egocentryzm, nadmierne skupienie się na własnych wewnętrznych konfliktach. Same uczucia są moralnie obojętne, ale wynikające z nich zachowania – a także to, które wywołało owo uczucia – może być moralnie dobre lub złe. Gniew jest naturalną reakcją człowieka, który odruchowo odrzuca to, co jest wrogiem. Jako siła uporządkowana może być on bardzo wartościowy – przewycięża opór przeciw dobru, pomaga w osiągnięciu ambitnych celów. Gniew staje się grzeszny, gdy przekracza należytą miarę (np. gdy bardziej gniewamy się z powodu błędów innych, niż mniejszych, własnych przewinień; z powodu błahych rzeczy; lub z braku spokojnej rozwagi) lub gdy powstaje z fałszywego powodu. niesprawiedliwy gniew jest poważnym grzechem, gdyż sprzeciwia się sprawiedliwości i miłości. Jako grzech główny gniew polega na nieuporządkowanym żądaniu, aby karze podlegało to wszystko, co nie zgadza się z naszą samowolą; na nieuporządkowanym pragnieniu zemsty; skrzywdzeniu bliźnich lub nawet ich unicestwieniu. W gniewie należy jednak rozróżnić poruszenie gniewu i świadome zezwolenie na gniew. Przekroczenie miary w słusznym gniewie jest grzechem powszednim, chyba, że przewiduje i zakłada pozbawienie się wszelkiej rozwagi. Kard. Joseph Ratzinger w głośnym „Raportie na temat wiary” pisał o nieumiejętności wielu biskupów posługiwania się uczuciem gniewu. Zapomniano, że miłość niekiedy

wymaga odwagi i hartu. Uczono chrześcijan, że trzeba być miłym, uległym – i bez wyrazu. Taka formacja wychowuje ludzi miękkich, okaleczonych, bez inicjatywy, niezdolnych do obrony zasadniczych wartości. A św. Paweł uczył: *Gniewajcie się, a nie grzeszcie: niech nad waszym gniewem nie zachodzi słońce* (Ef 4, 26). Bóg sam wielokrotnie gniewał się i wyrażał to w sposób otwarty. Podobnie gniew proroków, Jana Chrzciciela, czy Jezusa był „świętym gniewem”, mądrym protestem w obronie prawd wiary i dobra. Rzeczą całkowicie normalną jest, że człowiek doznaje uczuć gniewu i zachowuje gniewnymi słowami i zachowaniem, gdy zagraża mu jakieś zło lub ktoś go rzeczywiście zrani. W ten sposób broni on określonego dobra i ma do tego prawo. Gniew jest więc sprawiedliwy, jeśli jest skierowany przeciw złu i wyrażony w sposób kontrolowany. Jest zaś niesprawiedliwy, gdy skierowany jest przeciw czemuś co jest dobre, gdy wymyka się spod kontroli, zaczyna panować nad człowiekiem lub jest wyrazem niezadowolenia z tego, że coś nie wyszło po jego myśli³.

B. PRZEJAWY GNIEWU

O złożoności i wielopostaciowości zjawiska gniewu świadczy choćby fakt istnienia bardzo wielu określeń słownikowych opisujących owo zdarzenie w kontaktach międzyludzkich. Słownik języka polskiego opisuje gniew jako „wielki stopień niechęci, irytacja, oburzenie, wzburzenie, wściekłość, zaciekłość, zapalczywość, złość, furia, pasja, zapamiętanie, zapamiętałość, rankor; zagniewanie, nieporozumienie, uraza, żal, niechęć, w l. mn.. fochy, dąsy, kwasy”.

² Tamże, t. 2, s. 231 – 232.

³ B. Chezzi. *Zagniewani chrześcijanie*. Kraków 1994, s. 77.

Gniew nie zawsze musi być uzewnętrzniony, komunikowany otoczeniu. Można wyróżnić kilka przejawów postawy gniewu: – jako naturalna reakcja na bodźce, w tym także bodźce komunikacyjne, w postaci czynu – działania pozawerbalnego; – pozorny brak przewidywanej reakcji, jako komunikowanie przez naruszenie normy oczekiwania, gdy czyn zaniechany stanowi wartość domyślną, np. wymowne milczenie; – reakcja werbalna – krzyk, klątwa (orzekanie sankcji, których realizację pozostawia się siłom wyższym, np. „Żeby cię pokręciło!”, „Niech cię piekło pochłonie!”), przekleństwa i wyzwiska jako wyraz niezadowolenia, groźba; – formy mieszane – czyny, którym towarzyszą akty językowe lub akty werbalne wspomagane czynami (gestykulacja, przemieszczanie rzeczy materialnych, intensywne oddziaływanie na przedmioty)⁴.

Niezdrowy gniew jest wynikiem wydarzeń lub działań innych, które można nazwać wydarzeniami aktywizującymi zaburzenia emocjonalne. Mogą one mieć charakter przeszły, teraźniejszy lub przyszły (można poczuć gniew z powodu aktualnych wydarzeń, które zaszły w przeszłości lub które mogą dopiero zajść). Wiele przypadków niezdrowego gniewu wynika z dyskomfortu, odczuwania nieprawidłowego samopoczucia. Jego źródłem może być: frustracja (np. ktoś wchodzi mu w drogę lub każe czekać), niesprawiedliwość (np. niewłaściwe potraktowanie przez skorumpowanego lekarza), zniewaga (np. obraza klienta ze strony obsługi urzędu), zagrożenia (np. obawa przybycia niechcianych gości), naruszenia zasad (np. brak podziękowa-

nia za wręczony prezent), zachowania napastliwego społecznie (np. obecność na ulicy, którą przechodzą rozkrzyczani kibice piłkarscy).

Gniew może być związany z własnym „ego”, gdy do złości doprowadzają wydarzenia, które wchodzi w konflikt ze sposobem, w jaki widzimy samych siebie. Gniewamy się niekiedy czując złość na samych siebie, gdyż nie spełniamy własnych oczekiwań, stawiamy wymagania, którym nie potrafimy podołać, dążąc do perfekcji. Nasz gniew wywołuje rozbieżność między naszym pragnieniem, a tym, jacy faktycznie jesteśmy. Przejawem takiego gniewu może być np. niezdolność przyjęcia jakiegokolwiek krytyki. Źródłem takiego gniewu mogą być: frustracja (np. gniew na przyjaciółkę, która otrzymała pracę, o którą starała się też dana osoba – odczucie gniewu, gdyż powiązało się ocenę własnej osoby z uzyskaniem pracy); zagrożenie (np. gniew dziewczyny, gdyż jej chłopak żartował z inną dziewczyną – obrona własnego ego i obarczenie winą chłopaka za własne poczucie niskiej wartości); brak szacunku lub poważania (np. na syna, który podniósł głos w dyskusji z ojcem – co on odbiera jako porażkę swej roli wychowawczej); odrzucenie (np. w sytuacji porzucenia przez osobę, z którą wiązało się nadzieję na miłość – gniew przykrywa sąd o sobie jako nieudaczniku); wystawienie na krytykę (np. pod wpływem zaniżonej oceny pracy przez nauczyciela – gniew przykrywał prawdziwy sąd o samopotępieniu); wyśmiewanie (np. śmiech kolegów na seminarium naukowym z powodu usłyszonej opinii koleżanki – gniew jest ucieczką przed przyjęciem opinii o swej głupocie);

⁴ Słownik języka polskiego. red. J. Karłowicz, A. Kryński, W. Niedźwiedzki. t. 1. Warszawa 1952, s. 858.

odczucie potępienia (np. gniew na żonę, która wyraziła troskę związaną ze słabymi ocenami ich syna – odczytał to jako oskarżenie o jego odpowiedzialność za postępy syna); niezdrowy gniew na siebie (np. spóźniony na spotkanie, gdyż później wyruszył z domu niż planował, oskarża siebie, że nie jest konsekwentny). Jednym z ważnych przyczyn gniewu jest zaatakowanie przez kogoś prawdy. Oburzenie wywołuje bowiem zarówno ironia, szyderstwo, jak i kpina. Cyprian Kamil Norwid pisał: „Znam ja coś gorszego nad uśmiechy krzywe, nad Cynizm, nad Ironię (...), znam Serio-fałszywe”.

Biblia mówi, że Bóg *naśmiewa się z szyderców* (Prz 3, 34), tzn. tych, którzy usiłują ośmieszyć prawdę i sprawiedliwość, naigrawają się z Jego przykazań, w nie-szczęściu sprawiedliwych znajdują okazję do drwiny. Ironia ma dwie postacie: skierowaną przeciw autentycznym wartościom (prawdzie) oraz tę, która „zmierza do poniżenia kogoś przez ośmieszenie w sposób nieprzychylny pewnego aspektu jego postępowania” (Katechizm Kościoła katolickiego, 2481). Współcześnie bardzo często atak na fundamentalne wartości kultury, a w tym na wiarę chrześcijańską, dokonuje się nie za pomocą argumentów, lecz arbitralnie rzucających oskarżeń, drwiny, niesprawiedliwego ośmieszania. Szyderstwo ma moc niszczącą prawdę, gdy człowiek jest przywiązany bardziej do tego, co o nim „ludzie mówią”, niż do prawdy. Jezus uczył: *Błogosławieni jesteście, gdy ludzie wam urągają i prześladują was. Cieszcie się i radujcie, albowiem wasza nagroda wielka jest w niebie* (Mt 5, 11 – 12). Słuszny gniew wydaje się w tym miejscu jak najbardziej wskazany. Wiele obrazów i

skorzarzeń łączy się z gniewem, jest jego wyrazem i przejawem. Wśród nich łatwo zauważalnym jest krzyk, wrzask, który jest zaprzeczenie ciszy i łagodności⁵.

Świat dźwięków otaczający człowieka na co dzień przeważnie nie należy do pięknych. Jest raczej dokuczliwym hałasem czy szumem, wytwarzanym przez pracujący komputer, wentylator, maszyny budowlane, czy przejeżdżające opodal środki transportu. Hałas staje się uciążliwy dla zdrowia już wówczas, gdy przekracza 50 decybeli (dB), a wywołuje reakcje obronne w organizmie już od 70 dB. Tymczasem tykanie zegarka to 20 dB, przejeżdżający autobus – 90 dB, elektryczna kosiarka do trawy – 100 dB, a motocykl bez tłumika daje głośność rzędu 120 dB. Dyskoteka czy koncert rockowy to spotkanie z głośnością rzędu 130 dB.

Najbardziej zastanawiającym elementem świata krzyku i wrzasku – w kontekście jego szkodliwości – jest celowe jego wprowadzanie w formie akceptowanej, a nawet oczekiwanej przez grupy społeczne. Do takich należy np. głośna muzyka czy niezwykle silnie nagłośnione koncerty. A wrzaskliwa muzyka jest przecież wyrazem braku muzykalności, słuchu muzycznego, który odznacza się m.in. subtelnością w odbiorze szerokiej gamy dźwięków i interesujących, wysublimowanych form muzycznych. Stałe, metronomiczne stosowanie mocnych uderzeń wtłacza muzykę w martwy szablon i czyni ją bezduszną. Wśród konsekwencji słuchania głośnej muzyki, poza oczywistymi skutkami zdrowotnymi i psychicznymi, wymienia się też osłabienie inteligencji, kłopoty z pamięcią, a także spłyconie, wyjałowienie, zubożenie, wynaturzenie psychiki, utratę wrażliwości

⁵ Rzecz o wolności słowa. XI.

na kulturę i piękno, dobro, szlachetność, wartości duchowe, subtelność, a nawet utratę kontroli nad własnym zachowaniem, wyzwolenie prymitywnych cech charakteru oraz wszelkich niskich instynktów i uczuć (np. agresji, mściwości, zazdrości, hysterii, szału, wandalizmu).

Celowy krzyk znany jest też w historii jako oręż wojskowa. W arsenale japońskiego samuraja oprócz broni był także „kiai” – straszliwy, nagły krzyk, który powodował u przeciwnika gwałtowne obniżenie ciśnienia krwi. O walce potężną bronią krzyku opowiada również Biblia. Armia Jozuego, poprzedzona przez siedmiu kapłanów, okrążyła siedmiokrotnie niezdojane miasto Jerycho. Przy siódmym okrążeniu oblegający wydali okrzyk, od którego runęły mury miasta (Joz 6). Napoleon Bonaparte używał dosadnych słów, by strząsnąć fundamentem starego porządku. Celowe wykrzykiwanie hasel i przemówień ideologicznych miało duże znaczenie w procesie indoktrynacji społeczeństw. Wiedzieli o tym politycy, głośno wypowiadając swe argumenty, jakby obawiając się, że cisza i spokojna dyskusja odkryje ich prawdziwe intencje. Słuchacz „zakrzyczany” łatwiej poddaje się sugestii mówcy, a wrzaskliwe wiece mają magiczny wpływ na ich uczestników.

Wiedział o tym jeden z „mistrzów krzyku”, do których można zaliczyć Adolfa Hitlera. Powitaniem faszystów był okrzyk: „Heil Hitler!”, którego autorem miał być prawdopodobnie minister propagandy Rzeszy, Goebbels. Było ono znakiem identyfikacyjnym oraz pozdrowieniem popierającym panujący stan rzeczy społecznych. Propaganda faszystowska oszałamiała natręctwem, gło-

śnością i dużą ilością wrzasku. Wiece, manifestacje, pochody, połączone z krzykliwymi przemówieniami Hitlera, ogłuszały i terroryzowały tłumy.

Podobnie głośna jest każda inna propaganda władzy uciekającej przed prawdą i uczciwością społeczną, jak np. władzy komunistycznej, dyktatorów czy tyranów. Fakty niekorzystne były zwykle „zagłuszane szumem informacyjnym”, czyli tekstami pozbawionymi wartości informacyjnych, a będącymi jedynie pozorną aktywnością w tej sferze. Określenie „szum” oddaje niejasność i nieuporządkowanie treści, które jedynie zasłania „prawdziwy świat dźwięków”, najczęściej pustych lub fałszywych. Krzyk był od wieków znakiem władzy i mocy, straszył, dawał siłę obronną przed nieznanymi potęgami, był drogą do demonów i w zaświaty. Z pewnością nie służył zdrowiu – w różnym rozumieniu tego pojęcia – człowieka, a więc go nie budował, nie odradzał, nie czynił lepszym, najczęściej służył radzeniu sobie ze złą rzeczywistością lub nieznaną. Człowiek jest powołany do mówienia, a nie krzyku, do śpiewu, a nie wrzasku, do modlitwy, a nie do magicznych zaklęć. Stąd tak ważną w jego życiu jest asceza dźwięku – właściwa jego emisja, odbiór i dzielenie się nim.

Krzykliwość jest jednym z elementów chamstwa, które jest przeciwieństwem wszystkich cnót społecznych. Niemiecki współczesny socjolog Wolfgang Sofsky wskazuje na powszechność chamstwa: na ulicy, na stadionie, w szkole, w studio telewizyjnym, w salach konferencyjnych, na scenie teatru, w domu. Chamstwo jest wszędzie wulgaryzacją wolności. Każdemu swemu odczuciu daje natychmiast

głośno wyraz. Zanim sformułuje komunikat, co naprawdę odczuwa, obwieszcza swą odrazę, zdumienie albo zadowolenie. Taka wulgarność i krzykliwość jest skrajną formą niestosowności. Cham lekceważy zasady etykiety nie w skutek niewiedzy, ale dlatego, że jest niewolnikiem swych zmiennych nastrojów. Nawet, gdy występuje publicznie, zawsze skoncentrowany jest na sobie. Zawsze jest przeświadczony o racji własnych sądów i opinii, nie darząc szacunkiem nikogo, lub ewentualnie kogoś przez siebie wybranego. Nierzadko tłumaczy swe zachowanie potrzebą ujawnienia prawdy, czym tłumaczy mówienie wszystkiego bez ogródek. Jawności i prawdzie służy nieliczenie się z niczym, ignorowanie podstawowych względów delikatności. Chamstwo podkopuje fundamenty społecznej ugody, prowadzi do konfrontacji z ludźmi, wyzwalając ich niskie instynkty. Nieuniknione stają się więc spory. Rządy demokracji sprowadza do swobody w popisywaniu się chamstwem. Radością chama jest możliwość skompromitowania kogoś, zadenuncjowania, wystawienia na pośmiewisko. Ludzie mający luki w wychowaniu sami dostrzegają, że nie opanowali zasad etykiety, cierpią w skutek swej niezręczności, lecz cham wmanewrowuje swoje ofiary w kłopotliwe sytuacje, za wszelką cenę chcą się pokazać światu, chociaż nie mają ciekawych spostrzeżeń, poglądów, ani rozwiązań. Szukają rozgłosu, występując nawet w najgłupszych programach, czy szokując, zyskując tak celowo rozgłos. Cham nie chce żadnych zmian, jest zadowolony z siebie, a przyjęcie cudzego poglądu jest dla niego zbędnym kłopotem. Odrzuca etykietę, która sublimuje agresję, niweluje

jąc groźne gesty i zachowania. Nie jest on buntownikiem, gdyż obca mu jest brawura i śmiałość z jaką ten wykracza przeciw regułom, cham bowiem zdaje sobie sprawę z kosztów i zysków swego działania. Przepęlnia go głęboka nieufność, wszędzie wietrzy podstęp, zawiść, działanie na szkodę. Chamstwo staje się źródłem oburzenia, zaskoczenia i słusznego gniewu wielu ludzi dobrego wychowania.

Inną formą gniewu, spowodowaną żywieniem urazy do kogoś, jest rozgoryczenie. Osoba dotknięta nim chce załagodzić swój ból przez zadawanie go swojemu wrogowi. Towarzyszy temu wrogość i złośliwość, które aktywnie dążą do niszczenia ludzi i rzeczy. Rozgoryczenie jest formą trucizny, noszoną przy sobie w nadziei, że kiedyś będzie okazja, by wlać ją do szklanki osoby, która nas krzywdziła. Jest to z pewnością grzech sprzeciwiający się miłości, podobnie jak zemsta. Św. Paweł uczy: *Niech zniknie spośród was wszelka gorycz, uniesienie, gniew, wrzaskliwość, znieważanie – wraz z wszelką złością. Bądźcie dla siebie nawzajem dobrzy i miłośni! Przebaczajcie sobie, tak jak i Bóg wam przebaczył w Chrystusie (Ef 4, 31 – 32).* A w innym miejscu: *Jako więc wybrańcy Boży – święci i umiłowani – obleczcie się w serdeczne miłosierdzie, dobroć, pokorę, cichość, cierpliwość, znosząc jedni drugich i wybaczając sobie nawzajem, jeśli ktoś miałby zarzut przeciw drugiemu: jak Pan wybaczył wam, tak i wy (Kol 3, 12 – 13).*

C. WYCHOWANIE DO WOLNOŚCI

Praca duchowa nad własnym gniewem jest niezwykle trudna. Mówi o tym szereg podań, związanych z życiem mniichów starożytnego chrześcijaństwa. Je-

den z nich nie potrafił znaleźć wspólnego języka i zgody z braćmi w klasztorze. Postanowił więc podjąć życie pustelnicze, aby w samotności zabezpieczyć się przed swoim gniewem. Ale oto któregoś dnia szedł po wodę. W pewnej chwili, przy studni, przewrócił się jego dzban. On postawił go znowu prosto, nalewając kolejną porcję wody do niego. Ale kiedy znowu dzban przewrócił się, ogarnęła go wściekłość: rozbił dzban na kawałki, krzyczał głośno na niesprawiedliwość swego losu i tupał nogami w kałużę rozlanej wody. Gdy emocje opadły zrozumiał, że przez samą ucieczkę z klasztoru nie zdoła pokonać swojego gniewu. Walka z gniewem jest walką z samym sobą. Powrócił więc do klasztoru i zaczął się rzetelnie ćwiczyć w cierpliwości... Wychowanie do wolności od gniewu musi podjąć wszystkie możliwe działania uwalniające jednostkę od jej źródeł i środków, które go wspomagają. Takim działaniem jest np. uwalnianie człowieka od świata krzyku i wprowadzanie go w milczenie i ciszę. Nie wolno dopuścić by człowiek działał w „krzyku”, w gniewie. Takie działanie nie rodzi spokoju. Podobnie nie wolno „dolewać oliwy do ognia” – człowiekowi w gniewie odpowiadać gniewnie; lepiej zamilknąć, zachować spokój, usunąć się z pola jego widzenia.

Człowiek czasem uświadamia sobie pragnienie odizolowania się od środowiska, w którym żyje, ucieczki od nadmiaru wrażeń i bodźców, które go nieustannie atakują. Zaczyna odczuwać potrzebę ciszy, która jednak w swej idealnej postaci dostępna jest jedynie w laboratorium (lub w próżni kosmicznej). Potocznie bowiem za ciszę uważa się już stan, gdy do uszu dochodzą odgłosy uspokojonego środo-

wiska, jak szum wiatru, pluskanie deszczu, szmer liści. Cisza wówczas oznacza towarzystwo delikatnych dźwięków.

W ciszy „więcej słychać”, czyli dostępne dla uszu człowieka stają się dźwięki zwykle umykające uwadze, zagłuszone zgiełkiem codzienności. Budowanie wokół siebie strefy ciszy wymaga jednak wysiłku i zachodu, jest jednak niekiedy konieczne, by odreagować, uspokoić swoją psychikę, pozwolić sobie na odpoczynek, odzyskać zdrowie i wewnętrzną równowagę. Wszelkie analizy ciszy podkreślają jej niezwykłą wartość.

Milczenie jest specyficzną ciszą, która zalega po zaprzestaniu wypowiedzania słów. Ma więc miejsca tam, gdzie wcześniej był monolog, czy dialog. Milczenie znajduje się poza artykułowanym dźwiękiem, czyli obszarem uporządkowanym i zorganizowanym przez słowo. Zachowanie milczenia przez mnichów było formą budowania świata „umarłych dla niego”. Poza milczeniem języka uczono też o milczeniu całego ciała. Milczenie języka było wówczas, gdy ktoś milczał wobec twardego słowa. Milczenie zaś ducha, gdy duch „wręcz nie odbiera podniet ze strony rzeczy stworzonych, a tylko Byt go porusza swoimi podnietami”.

Milczenie było więc wyrazem bezgrzeszności. Aby pielęgnować w sobie spokój, profilaktycznie zabezpieczać się przed gniewem, należy:⁶

- szukać otoczenia ludzi opanowanych, łagodnych, wyrozumiałych, którzy ”wprowadzają spokój”; łagodność charakteryzuje dojrzałą chrześcijańską osobowość (por. Flp 4, 5);
- angażować się jedynie w te przedsięwzięcia, które zależą od nas, gdyż często denerwują nas sprawy spoza za-

kresu naszego działania, które nigdy nie były możliwe do realizacji, przerażały nas;

- pielęgnować w sobie umiejętność wysłuchiwanie drugiej osoby, gdy zrobiła ona coś złego, co jest warunkiem wyrozumiałości;
- należy sprawdzić, czy denerwujemy się z tego powodu, że ludzie nie spełnili naszej woli, czy też z tego powodu, że nie pełnią wole Bożą;
- należy cierpliwie i stale powracać do pokoju, nie zniechęcać się kolejną przegraną z własnymi nerwami i gniewem; św. Paweł modlił się: niech moc Jego chwały w pełni was umacnia do okazywania wszelkiego rodzaju cierpliwości i stałości (Kol 1, 11); a także: Nie pozbywajcie się więc nadziei waszej, która ma wielką zapłatę. Potrzebujecie bowiem wytrwałości, abyście spełniając wolę Bożą, dostąpili obietnicy (Hbr 10, 32 – 36). Grzech jest wynikiem działania woli, ale często bywa popełniany pod wpływem zmysłów, czy to zewnętrznych (bezpośrednio kontaktują się z rzeczywistością), czy wewnętrznych (przechowują i przypominają minione doznania, niejako przedłużając kontakt z przedmiotami odległymi w czasie i (przestrzeni). Zmysły są darem Boga, lecz źle wykorzystane mogą burzyć porządek moralny i duchowy. Stąd postulat „milczenia zmysłów”, czyli ich oczyszczenie – zarówno w działaniu, jak i wpływie, jaki mogą wywierać na życie człowieka. Nie tłumii się więc spostrzeżeń zmysłowych, lecz zmienia postawę wobec podpadającej pod zmysły rzeczywistości. Znany fizyk, William Osler, w 1913 roku, przemawiając do studentów na

Uniwersytecie Yale, zachęcał ich, by żyli w „dnioszczelnych przegrodach”, aby „pozostawili za sobą przeszłość, która minęła bezpowrotnie, i nie przemawiali się zbytnio przyszłością, która jeszcze nie nadeszła”, aby w ten sposób „żyli spokojnie dniem dzisiejszym”.

„Milczenie zmysłów” w istocie polega na spokojnym podjęciu teraźniejszych obowiązków, bez ciągnięcia za sobą chęci zemsty za przeszłe krzywdy, czy wybiegania w przyszłość z nieokreślonym pragnieniem, którego nie spełnienie może być źródłem gniewu⁷.

Św. Jan od Krzyża wyjaśniał: „Ilekcóż ktoś, słysząc muzykę lub inne odgłosy, widząc rzeczy przyjemne, odczuwając zapachy, rozkoszując się pewnymi smakami czy delikatnym dotykiem, natychmiast, za pierwszym odczuciem, zwraca swe myśli i akty woli do Boga, jest to znakiem, że więcej znajduje upodobania w tym uczuciu, niż w podnieciach zmysłowych, które rozbudzają to uczucie. Jest to równocześnie znakiem, że zachwyca się nimi tylko dlatego, że te odczucie zmysłowe przynoszą pożytek i wsparcie dla ducha. Wtedy więc można z nich korzystać, gdyż tego rodzaju postrzeżenia zmysłowe służą do tego celu, dla jakiego Bóg je stworzył, to jest, aby dzięki nim On sam był lepiej poznawany i miłowany”.

„Milczenie zmysłów” oznacza także milczenie wewnętrzne – odejście od słów ku interioryzacji przyjacielskich więzów z Bogiem. On stopniowo wyprowadza człowieka ku milczeniu, w miarę jak pogłębiają się więzy przyjaźni modlitewnej, aż osiąga się stopień daru kontemplacji wlanej. Milczenie modlitewne jest znakiem miłości i bliskości, bez

⁷ Za: B. D. Bartruff. Bądź sobą, przekł. D. Michalski. Kraków 1999, s. 101.

potrzeby uciekania się do słów i dźwięków. Milczenie jest cenne także poza praktykami ascetycznymi. W kulturze traktowane było zawsze jako piękne, a człowiek milczący był bardziej ceniony niż gadatliwy. Poeta był postrzegany jako ten, który oszczędnie używa słów, bo wie, jak daremne jest ich używanie. Słowa są więc własnością poety, który powinien milczeć. „Nowy język” poetów próbuje dociec „magii słów”, wyrazić „nastroj rzeczy”. Milczenie w poetyckim języku, dzięki swej wieloznaczności, było umieszczane w różnych kontekstach semantycznych. Wydobywało np. pewną aurę nastrojową, sugerowało zwolnienie tempa, łagodność ruchu, ściszenie dźwięku, zanikanie sfery rzeczywistości, skłaniało do refleksji. Reprezentuje też różne treści symboliczne, odnoszące się do skojarzeń indywidualnych. Uczestniczy w kreowaniu literackich krajobrazów i postaci⁸.

Milczenie wymusza też miasto: człowiek w mieście milknie, a na ulicach, w kawiarniach, w domu, pociągu czy w autobusie raczej patrzy się, niż rozmawia. W tłumie nieznanymi trudno bowiem utrzymać więź, którą rodzi słowo. Franciszek Mirandola wyraził to w wierszu pt. „Nieznajomi”: „Nie mamy czasu spojrzeć ich. Odchodzą/ Milcząc i nigdy nas nie poznają,/ Inni stają i cicho nam się uśmiechają,/ Zdają się chcieć coś mówić, lecz usta zawodzą”.

Duchowość chrześcijańska zawsze podkreślała wagę milczenia dla wzrostu duchowego człowieka. Z niepokojem odnotowywano rozluźnienie obyczajów mnichów, którego pierwszym znakiem było odwrócenie się od milczenia. Przy-

pominano wówczas zasadę św. Benedykta: „Mnisi winni zachowywać milczenie w każdym czasie”, zalecając, by ją przestrzegano konsekwentnie i z całą surowością. Tylko w ucieszeniu bowiem można wejść w dialog z Królestwem Bożym. Milczenie nazywano „cnotą”, „małomównością”, „ukochaniem ciszy”. Modlitwa jest bowiem w pewnym stopniu nasłuchiowaniem i dlatego potrzebuje ciszy, chce ją chronić i duchowo wykorzystać⁹.

Milczenie jest współcześnie zagrożone wieloma zjawiskami kulturowymi, które je niszczą lub dewaluują. Tak czyni zbyt szybkie tempo życia oraz zeświecczenie wynikające z mnogości podejmowanych działań oraz pustostawie i masowa produkcja, w której nie ma dla niego miejsca. Współczesnemu człowiekowi grozi też milczenie pospolitości, w której wszystkie słowa są sobie równe i nie musi się o nie dbać.

Podobnie groźne jest milczenie agresji, które jest jedynie pauzą dla przygotowania słowa, które ma ranić, a nie łączyć. Śmiertelnym milczeniem jest piekło, w którym śmierć jest odrzuceniem życia, ostateczną odmową miłości. Podobnym milczeniem jest rozpacz, odrzucająca nadzieję oraz szyderstwo ze słów, które płyną z miłości. Tak zamilkł Judasz, który otarł się o łaskę mówienia o Ewangelii, lecz ją odrzucił.

Różne formy i znaczenia milczenia wskazują na wieloaspektową jego obecność w kulturze społeczeństw. I okazuje się, że specyficzna cisza, jaką jest milczenie, nie zamyka świata dźwięków, lecz otwiera nowy świat symboli i określeń, a z pewnością świat spokoju i opanowania. Podany przez Atanazego opis życia

⁸ Św. Jan od Krzyża. Droga na Górę Karmel. III, 24, 5.

⁹ Za: G. Bobilewicz. Malarze ciszy i milczenia. [w:] Semantyka milczenia. Warszawa 1999, s. 87.

ascetycznego św. Antoniego zawiera m. in. następujące słowa: „sam odtąd poza swym domem zaczął uprawianie ascezy, czuwając nad sobą i prowadząc surowy styl życia. W Egipcie nie było jeszcze tak wielu klasztorów, ani żaden mnich nie znał wielkiej pustyni, każdy więc, kto chciał zająć się sobą, oddawał się ascezie w pobliżu własnej wsi”.

Użyte w opisie słowa „czuwanie nad sobą” są jedną z możliwie pełnych definicji ascezy. Jej istotnym celem jest takie uporządkowanie własnych receptorów rzeczywistości, by w nich człowiek samego siebie nie zagubił. Jak słusznie zauważyła Etty Hillesum, Żydówka, która dobrowolnie zgłosiła się do obozu przejściowego w Westerborku w Holandii, skąd wywożono Żydów do Oświęcimia: „Życie jest trudne, ale nie złe. Należy zacząć traktować poważnie jego powagę, a reszta sama przyjdzie. ‘Praca nad sobą’ naprawdę nie jest przejawem chorego indywidualizmu. Pokój dopiero wtedy stanie się autentycznym pokojem, gdy każda jednostka najpierw zawrze rozejm z samym sobą, niszcząc nienawiść do bliźnich, niezależnie od rasy lub narodu, przewyciężając ją i przemieniając w coś, co nie będzie już nienawiścią, a być może na najdłuższą metę okaże się miłością”¹⁰.

Doświadczenie wskazuje, że niezwykle łatwo o zbłądzenie pośród różnych darów otrzymanych w ciągu życia od świata. Asceza uczy porządku, prowadzi do władzy nad sobą i swoimi decyzjami, kierunkuje doświadczanie świata, wprowadza ład w myślenie, działanie i całe życie człowieka¹¹.

Miłość i solidarność społeczna, podstawy założeń ustroju państw budowa-

nych na tradycjach chrześcijańskich i demokracji, domagają się zdecydowanej krytyki jakiegokolwiek postaci przemocy i agresji. Nie pozwalają myśleć według schematu: przyjaciel – wróg, włączając nawet przeciwnika w obręb powszechnej nadziei. Stąd obowiązkiem wszystkich jest stawanie w obronie wszystkich zagrożonych i pogardzanych ludzi.

W psychologii społecznej wskazuje się na kilka sposobów redukcji przemocy. Są to: – użycie argumentacji rozumowej – ukazującej niebezpieczeństwo agresji oraz niedole i szkody ponoszono zarówno przez ofiary, jak i agresorów; można w ten sposób np. wskazać szkodliwość wojen czy napadów ulicznych, lecz nie można zredukować agresywnych zachowań w ogóle; – stosowanie kar – surowa kara skutkuje jednak tylko na pewien czas, stosowana nieostrożnie przynosi skutki wręcz przeciwnie: rodzice stosujący surowe kary mają zazwyczaj bardzo agresywne dzieci, gdyż kara wiąże się z frustracją, która jest jedną z głównych przyczyn agresji; surowa kara wymusza podporządkowanie się, lecz rzadko daje w wyniku internalizację pożądanych zachowań. Z problemem wychowania do wolności od gniewu mają do czynienia rodzice, którzy stają często przed faktem agresywnych zachowań swych dzieci. Często popełniają wówczas błąd, tłumiąc w sobie słuszne swe reakcje, stwarzając pozory cierpliwości za wszelką cenę, tłumacząc je „beztresowym wychowaniem”. Jeden z głośnych pedagogów amerykańskich, Beniamin Spock, omawiając rolę rodziców w karceniu dzieci, stwierdza: „Rodzice zbyt mało wymagają wtedy od dziecka, a za wiele od siebie. Często usiłują zachować cierpliwość i łagodność, choć faktycznie

¹⁰ Atanazy. Żywot świętego Antoniego. 3, 1 – 2. tłum. Z. Brzostowska. Warszawa 1987, s. 57.

¹¹ E. Hillesum. Przerwane życie. Kraków 2001, s. 123.

zostały one wyczerpane do dna, a dziecko zaczyna wymykać się po prostu spod kontroli i jego postawa zdecydowanie wymaga skorygowania. Czasem tacy rodzice okazują chwiejność, podczas gdy dziecko wymaga konsekwencji. Dziecko, zupełnie jak dorosły, wie dobrze, kiedy pozwala sobie na zbyt daleko posunięte nieposłuszeństwo i krnąbrność, choćby nawet rodzice zamykali na to oczy. W głębi duszy małe czuje się winny. Chciałby, żeby raz powiedziano mu 'Nie wolno'. Jeśli nie zostanie przywołany do porządku, będzie się zachowywał coraz gorzej. Zupełnie jak gdyby myślał: 'Na ile źle muszę się zachowywać, żeby ktoś mnie wreszcie powstrzymał?' (...) Gdy rodzice powstrzymują się od dawania klapsów, najczęściej manifestują irytację w inny sposób: zrzędzą na przykład przez pół dnia lub usiłują wywołać w dziecku głębokie poczucie winy. Nie wypowiadam się tu za karę cielesną, ale jestem zdania, iż mniej szkodzi, niż długotrwała dezaprobata, gdyż szybciej oczyszcza atmosferę, tak w odczuciu dziecka, jak i rodziców. Spotkanie się czasem z dobrymi radami, by nie bić dziecka w gniewie, by ochłonić przedtem. Takie nastawienie wydaje mi się trochę wynaturzone. Ileż trzeba bezwzględności, żeby złożyć skórę, skoro gniew już minął”.

– Karanie agresywnych modeli – odmiana kary, która polega na ukaraniu kogoś innego, pokazując dziecku agresywny model, którego spotyka zły koniec; jest to ukaranie zastępcze, które ma niewielki skutek (np. publiczne chłosty, egzekucje, kara śmierci – nie zmniejszają agresji); – nagradzanie alternatywnych wzorców wychowania – ignorowanie dziecka, gdy zachowuje się źle, a nagradzanie go za nieagresywne zachowania (wychodzi się z założenia,

że dziecko zachowuje się agresywnie w celu zwrócenia na siebie uwagi – woli, by je ukarano, niż żeby nie zwracano na nie uwagi); – rozwijanie empatii w stosunku do innych – większości ludzi trudno jest rozmyślnie zadać komuś ból innemu człowiekowi, chyba, że potrafią znaleźć jakiś sposób dehumanizacji swej ofiary (np. nazywanie policjanta „świnia”, obcokrajowca – „gnojkiem” itp.)¹².

Z analizy wpływu treści przekazywanych przez telewizję na zachowania agresywne dzieci i młodzieży rodzą się następujące wnioski: – rodzice powinni kontrolować i ograniczać oglądanie telewizji przez dziecko, uczyć je krytycznego i selektywnego oglądania telewizji, by było świadome oglądanych treści i posiadało zdolność preferencyjnego dokonywania wyboru programów; – należy wywierać wpływ na producentów programów dla dzieci, by były jednocześnie atrakcyjne i wartościowe; – w szkołach powinno się prowadzić szeroko rozumianą pedagogikę mass mediów, propagując wiedzę o konsekwencjach oglądania nieodpowiednich programów, pomagając analizować odebrane treści i korzystać z nich dla własnego dobra i rozwoju intelektualnego; – istotna jest nauka poruszania się po świecie mediów, zwłaszcza etycznej oceny ich treści i rozumienia mechanizmów rządzących fikcją. Dużą rolę w oddziaływaniu na media mogą odegrać wychowawcy i rodzice stowarzyszający się i prowadzący działalność społeczną w tym zakresie. Amerykańskie stowarzyszenia prorodzinne i pomocy dla dzieci (np. Action for Children's Television, We Are Parents, American Family Association, Teachers for Children) żądały nadawania specjalnych programów edukacyjnych

dla dzieci. W szkołach prowadzone są zajęcia pomagające dzieciom korzystać z telewizji. Zdecydowano także o wprowadzeniu do produkcji telewizorów z urządzeniami umożliwiającymi blokowanie wybranych kanałów lub programów. Układ scalony, tzw. „V-chip”, pełniący funkcję „elektronicznego cenzora”, może zostać zaprogramowany przez rodziców tak, że wyłączy telewizor, jeśli liczba kodowanych punktów, którą otrzymuje każdy emitowany program, jest wyższa, niż ustalili to rodzice dziecka oglądającego audycje. Stacje telewizyjne zostały zobligowane do informowania przed nadawanym programem o obecnych w nim scenach agresji, zbrodni i seksu. Powstał także ruch społeczny „TV turnoff”, kreujący nowy styl życia, w którym propaguje się oglądanie telewizji tylko kilka razy w miesiącu. Obejmuje on 4 miliony Amerykanów z wyższym wykształceniem.

Obradujący w 1997 roku w gmachu Sejmu Parlament Dzieci i Młodzieży podjął uchwałę w sprawie zakazu emisji filmów dla dzieci zawierających sceny brutalne. Wzrastała ciągle w Polsce liczba odbiorców, którzy twierdzili, że najbardziej drażniące dla nich sceny często pojawiają się w programach telewizji. W 1993 r. taką opinię sformułowała blisko jedna trzecia badanych, a w 1997 r. – już dwie piąte. Ośrodek Badania Opinii Publicznej w styczniu 1997 r. przeprowadził sondaż, z którego wynikało, że najbardziej w audycjach telewizji drażnią widzów: brutalność, przemoc i agresja przedstawiana w różnym typy pozycjach programowych. Polskie stacje telewizyjne, pod wpływem nacisków społecznych, wpro-

wadziły system znaków ostrzegawczych, ukazujących się podczas emisji filmów i programów przed mającymi nastąpić scenami przemocy, gwałtu i agresji.

Z pewnością dużą rolę w kreowaniu pozytywnego wizerunku mediów elektronicznych mogą odegrać sami dziennikarze, redaktorzy i producenci. Amerykańskie Krajowe Stowarzyszenie Elektronicznych Środków Przekazu (National Association of Broadcasters) w „Kodeksie Telewizyjnym” postanawia m. in.: „Przemoc fizyczna czy psychiczna może być przedstawiana jedynie we właściwym kontekście, nigdy zaś ekspozowana i eksloatowana dla samej siebie. Programy zawierające sceny przemocy powinny również informować o konsekwencjach czekających sprawców i o losie ofiar. Przedstawiając szczegóły przemocy należy unikać przesady, scen zbędnych i informacji o charakterze instruktażu.(...) Konflikty zawarte w programach dla dzieci powinny być starannie przemyślane”.

Niebezpieczne i zataczające coraz szersze kręgi zjawisko przemocy i agresji społecznej, wspomagane przez treści programów mass mediów elektronicznych, może być skutecznie niwelowane jedynie przy świadomym i skoordynowaniu działań wielu podmiotów społecznych. W tym tych, których problem ten dotyczy najmocniej: rodziny, szkoły, mediów i ośrodków religijnych. Jest to jednocześnie troska o bezpieczną i zdrową atmosferę życia społecznego¹³.

ZAKOŃCZENIE

Historyk starożytności, Plutarch, opowiada, że król Tracji, Lizymach, w cza-

¹³ Krajowe Stowarzyszenie Elektronicznych Środków Przekazu (National Association of Broadcasters). Kodeks Telewizyjny (wyd. XX, czerwiec 1978). [w:] W. L. Rivers, C. Mathews. Etyka środków przekazu. przekł. J. Zakrzewski, E. Krasnodębska. Warszawa 1995, s. 288.

sie jednej z bitew odczuł tak gwałtowne pragnienie, iż opuścił pole bitwy, ażeby poszukać wody. Wśród jego żołnierzy, pozbawionych w ten sposób wodza, wszczął się popłoch i wszyscy poczęli naraz uciekać. Bitwa była przegrana, zaś sam król został wzięty do niewoli. Więziony zaczął głośno, z rozpaczą, wołać: „Ach, biada mi! Dla tej nędznej wody przegrałem wolność i królestwo!” Po odruchowym poddaniu się różnego rodzaju pragnieniom i żądzom, w tym także gniewowi, przychodzi opamiętanie i ogromny żal: drobne sprawy, niedomówienie, chwilowy brak cierpliwości mogą przynieść ogromną szkodę majątkowi, zdrowiu, wolności, dobremu imieniu, szczęściu rodzinnemu, spokojowi domowemu, a nawet duszy...

Gniew może być ogromnym zagrożeniem dla Kościoła. Jedno z najstarszych określeń Kościoła podał w 57 roku apostoł Paweł, mówiąc, że tworzy go Eucharystia, czyli koinonia (łac. *communicatio*) z Chrystusem: *Kielich błogosławieństwa, który błogosławimy, czyż nie jest udziałem we Krwi Chrystusa? Chleb, który łamiemy, czyż nie jest udziałem w Ciele Chrystusa? Jeśli zaś tak jest, to my, liczni tworzymy jedno Ciało* (1 Kor 10, 16 – 17). Kościół jest wspólnotą (łac. *communio*), która powstaje z dzielenia się (łac. *communicatio*) eucharystycznego Pana ze wspólnotą. Jednym z najbardziej niebezpiecznych zagrożeń owej wspólnoty jest niezgoda. Zdarzała się ona od dawna: *Ludzie Chloe donieśli, że (...) zdarzają się spory* (1 Kor 1, 11; por. 1 J 2, 18 – 27; 4, 1 – 6).

„Zakłócenie” wspólnoty jest jej wypaczeniem, atakiem na jej jedność. Gniew jawi się tutaj jako narzędzie do ataku na Kościół. Stąd tak ważna jest zawsze po-

stawa dialogu, naprawy zła wyrządzonego przez nieporozumienia, kłótnie i niezgodę. Droga do konsensu, naprawy zła wyrządzonego gniewem, jest podobna do działania lekarskiego i składa się z trzech etapów: – przypomnienia (gr. *anamnezy*) punkty wyjścia danego sporu, aby lepiej zrozumieć jego naturę, istotne czynniki rozkładu wspólnoty, także pierwotny stan jedności i zgody; – diagnoza – poszukiwanie czynników leżących u źródła sporu, by móc je naprawić, ze szczególnym uwzględnieniem obecnych w sporze emocji, które stłumione mogą znowu w przyszłości wybuchnąć, a więc wymagają wzajemnej delikatności i szacunku; – uzdrawiająca terapia – umożliwienie prowadzenia rozmowy dla osiągnięcia zgody, uruchomienie dyskursu i procesu argumentatywnego. Wzbierający gniew woła o podjęcie spokojnej rozmowy i wspólne szukanie przyczyn nieporozumienia. Czasami lepiej jest, gdy w owej rozmowie biorą udział trzecie osoby, by na rzecz moc spojrzeć w bardziej obiektywnym świetle i podjąć właściwe decyzje. Z pewnością warto uczynić wszystko, by powstrzymać gniew, a przywrócić porozumienie i zgodę.

STRESZCZENIE

Rozróżnia się zasadniczo dwa rodzaje gniewu: zmysłowy (uczuciowy) i prze-myślany, nastawiony na działanie.

Gniew może być związany z własnym „ego”, gdy do złości doprowadzają wydarzenia, które wchodzą w konflikt ze sposobem, w jaki widzimy samych siebie.

Praca duchowa nad własnym gniewem jest niezwykle trudna. Mówi o tym szereg podań, związanych z życiem mnichów starożytnego chrześcijaństwa.

Użyte w opisie słowa „czuwanie nad sobą” są jedną z możliwie pełnych definicji ascezy. Jej istotnym celem jest takie uporządkowanie własnych receptorów rzeczywistości, by w nich człowiek samego siebie nie zagubił.

Gniew może być ogromnym zagrożeniem dla Kościoła, każdego indywidualnego człowieka, a także dla każdej innej wspólnoty. Wielu znawców przedmiotu twierdzi, że antidotum na gniew jest milczenie, które stanowi pewną ascezę życia duchowego człowieka. Autor poprzez przybliżenie zagadnienia gniewu uwrażliwia każdego czytelnika na problem, który jest odwiecznym wyzwaniem zarówno dla wychowanka, jak i wychowawcy.

FOR FREEDOM FROM ANGER EDUCATION

Two kind of angers are basically distinguished: emotional (sensual) and thought over, on operation disposed. Anger can be related to personal ego, when the cause for irritation are some events, which enter to conflict with manner, we see ourselves. Spiritual work over personal anger is unusually hard. Range of legends says about it, related with life of monk of antique Christianity. Used in description words “vigil over myself”, are one of possible full definition of asceticism. Such regularisation of receptor of personal reality is important purpose, in order not to lost person himself. Anger can be huge threat for Church, each individual person, as well as for each other community. Many experts of this subject affirms, that antidote on anger is silence, which presents certain asceticism

of spiritual life of person. Author through approximation of question of anger makes each reader to be aware of this problem, which is immemorial challenge for pupil equal, as well as educator.

LITERATURA

Atanazy. Żywot świętego Antoniego. 3, 1 – 2. tłum. Z. Brzostowska. Warszawa 1987.

Bartruff B. D. Bądź sobą, przekł. D. Michalski. Kraków 1999.

Bobilewicz G. Malarze ciszy i milczenia. [w:] Semantyka milczenia. Warszawa 1999.

Chezzi B. Zagniewani chrześcijanie. Kraków 1994.

Hillesum E. Przerwane życie. Kraków 2001.

Św. Jan od Krzyża. Droga na Górę Karmel. III.

Krajowe Stowarzyszenie Elektronicznych Środków Przekazu (National Association of Broadcasters). Kodeks Telewizyjny (wyd. XX, czerwiec 1978). [w:] W. L. Rivers, C. Mathews. Etyka środków przekazu. przekł. J. Zakrzewski, E. Krasnodębska. Warszawa 1995.

Rzecz o wolności słowa. XI.

Seneka L. A. Dialogi. O gniewie. tłum. Jachimowicz L. Warszawa 1989.

Słownik języka polskiego. red. J. Karłowicz, A. Kryński, W. Niedźwiedzki. t. 1. Warszawa 1952.

Tonneau R. Abraham de Nathpar. [w:] "Orient Syrien". 1957, nr 2.

Spock B., Rottenberg M. Dziecko, pielęgnowanie i wychowanie. Warszawa 1989.