

ks. Jacek Szczygieł SCJ

SERCE OTWARTE, ABY KOCHAĆ

Duchowość Serca Jezusa jako droga ku dojrzałości uczuciowej

Wstęp

Duchowość Serca Jezusa przez wieki kształtowała w człowieku prawdziwą miłość Boga, siebie samego i drugiego człowieka. Wystarczy wspomnieć chociażby licznych mistyków wieków średnich czy tych żyjących w XVII lub XIX wieku. Oni wszyscy, kontemplując Serce Jezusa, stawali się osobami dojrzałymi, mądrze myślącymi, wewnętrznie wolnymi, pracowitymi i potrafiącymi nawiązać dialog z każdym napotkanym człowiekiem.

Warto jednak podkreślić, że od XVII wieku rozwój duchowości Serca Jezusa był powiązany z ekspansją racjonalizmu i ateizmu. Ówczesna kultura usuwała Boga lub ukazywała Go jako dalekiego. W dobie racjonalizmu nie było także czymś właściwym odczuwać i przeżywać, ponieważ istotę ludzką pojmowano w sposób ograniczony, widząc w niej tylko ciało, intelekt, wolę. Zatem i duchowość tamtych czasów, chociażby jansenistyczna, pełna była chłodnych postaw.

W takich okolicznościach rozwój pobożności i duchowości Serca Jezusa pomagał ukazywać ewangeliczną prawdę o Bogu, który kocha, oraz o człowieku jako osobie kochanej. Miejscem szcze-

gólnego spotkania tych dwóch miłości stawało się Serce Jezusa – serce Boga i Człowieka¹.

I dalej – tym sanktuarium stawało się serce każdego człowieka, ze wszystkim, co ono obejmuje, a szczególnie ze sferą życia uczuciowego. To wyjątkowe podkreślenie życia wewnętrznego istoty ludzkiej oraz jej aspektu uczuciowego, właściwie przeżywanego w tamtych czasach stało się odpowiedzią na zimny świat racjonalistów i ateistów.

Również i dziś nietrudno zauważyć, że człowiek szybciej dojrzeje w swym wymiarze poznawczym niż w uczuciowym. Wiele osób cierpi na różnego rodzaju zniewolenia uczuciowe, lękowe, na niezdolność do systematycznej i uporządkowanej pracy, a także do tworzenia głębokich relacji przyjaźni. Nie jest także rzadkim zjawiskiem pogoń za sensacjami i wrażeniami. Ten swego rodzaju sentymentalizm jest również obecny w wielu przeżyciach duchowych. Można więc stwierdzić, że dziś stają się modne „duchowości” pełne uczuciowych przeżyć.

Znakiem czasu jest niedojrzałość emocjonalna. Dzisiejszy człowiek potrzebuje przebudowania swojego świata uczuć: pragnień, sentymentów i ideałów. W szczególny sposób potrzebuje tego człowiek ochrzczony, zaproszony do tego, aby być ożywianym tymi samymi dążeniami, które były w Jezusie Chrystusie. Ludzka uczuciowość, tak często źle przeżywana lub niedoceniana przez systemy edukacyjne preferujące tylko płytką zmianę zewnętrznych postaw, potrzebuje specjalnego potraktowania i wychowania.

Znakiem czasu jest również pogłębianie się duchowości Serca Jezusa. Wypowiedzi współczesnych papieży dobitnie świadczą, że dzisiejszy chrześcijanin jest zaproszony do wczucia się w Serce Jezusa. Katechizm Kościoła Katolickiego stwierdza dobitnie, że „w Chrystusie uczucia ludzkie mogą otrzymać swoje spełnienie w miłości i Boskim szczęściu”².

¹ Por. D. von Hildebrand, *Serce. Rozważania o uczuciowości ludzkiej i uczuciowości Boga-Człowieka*, Poznań 1987, s. 19-28.

² KKK 1769.

Intencją tego artykułu jest ukazanie, że właściwie przeżywana duchowość Serca Jezusa jest drogą, na której człowiek dojrzewa uczuciowo, oraz zachęcenie do refleksji na ten temat. Osoba ochrzczona potrzebuje bowiem serca, które da przykład i siłę do przekształcenia życia uczuciowego.

I. Uczuciowość i jej dynamika

Wiadomym jest, że „pojęcie «uczucia» należy do dziedzictwa chrześcijańskiego”³. Natomiast „dojrzałość uczuciowa” w nauczaniu Kościoła jest zagadnieniem stosunkowo nowym, ponieważ została uwzględniona dopiero w niektórych dokumentach II Soboru Watykańskiego, a także w późniejszych dokumentach Magisterium Kościoła. Jest w nich ukazywana w kontekście wychowania chrześcijańskiego; pojmowana jest jako cel formacji ludzkiej⁴. Natomiast w psychologii pojęcie „dojrzałości uczuciowej” jest różnie ujmowane i tłumaczone. W ścisłym znaczeniu wiąże się ona z wymiarem uczuciowym w człowieku i stanowi składnik jego dojrzałości osobowościowej⁵.

Zanim przejdziemy do określenia, czym jest dojrzałość i nie-dojrzałość uczuciowa oraz co pomaga w dojrzewaniu uczuć, warto zwrócić uwagę na świat ludzkich uczuć i jego dynamikę. Jest to ważne, ponieważ pomoże potem zrozumieć rolę doświadczenia duchowego na drodze ku dojrzałości uczuciowej. Kult Serca Jezusowego, który odnosi się do istotnych dynamizmów uczuciowości, pozwala osobie nie tylko głębiej poznać Chrystusa, ale i dojrzewać uczuciowo⁶.

³ KKK 1763.

⁴ Por. PC 12; OT 10-11; GE 1-2; AA 29; PDV 44.

⁵ Por. B. Goya, *Psicologia dinamica e vita spirituale. Sinfonia a due mani*, Bologna 2000, s. 146.

⁶ Por. G. Sovernigo, *Vivere la carità. Maturazione relazionale e vita spirituale*, Bologna 1997, s. 39. Por. M. Szentmártoni, *Spiritualità del Sacro Cuore e affettività*, w: Ch.A. Bernard, *Il Cuore di Cristo luce e forza*, Roma 1995, s. 301.

1. Koncepcja ludzkiej uczuciowości

Świat ludzkich uczuć można różnie opisywać i oceniać. Identyfikacja, opis i klasyfikacja uczuć jest jednym z najtrudniejszych zadań współczesnej psychologii. Tak więc różni autorzy, związani z czterema współczesnymi teoriami psychologicznymi, próbując opisać i zrozumieć tę rzeczywistość, podkreślają inne jej elementy⁷. Ch. A. Bernard w krótkiej definicji tłumaczy, że ludzka uczuciowość jest „oddźwiękiem aktywnym w ludzkiej świadomości, dotyczącym odniesienia do siebie samego i do środowiska”⁸. Z definicji tej wynika, że jest to swoista intymna i głęboka zdolność przeżywania tego, co pojawia się wewnątrz i na zewnątrz osoby. Utożsamienie się z tym osobistym przeżyciem sprawia, że pojmujemy się je jako radosne (radość, satysfakcja, poczucie bezpieczeństwa, zaufanie, poczucie pewności siebie) lub bolesne (niepokój, wstyd, poczucie winy, depresja, gniew, nienawiść, rozpacz). Tych przeżyć, doświadczanych w sercu pojmowanym jako centrum osobowości, nie można nikomu zakazać, nie można też nakazać ich odczuwania. Można je sobie uświadamiać, odpowiednio przeżywać, oczyszczać i wychowywać⁹.

Bardzo ważne są dwa elementy ludzkiej uczuciowości. Pierwszym jest element wewnątrzosobowy, czyli samoświadomość. Istota każdego doświadczenia uczuciowego znajduje się w samoświadomości, w myśleniu o sobie, w pojmowaniu siebie. Niektórzy autorzy określają ten element jako wzorzec myślowy, manifestujący się w „rozmowie z sobą”¹⁰. W dalszym ciągu rozważań zostanie

⁷ Por. A.C. Morciano, *Maturità affettiva e sviluppo della personalità*, Roma 1973, s. 30-36.

⁸ Ch.A. Bernard, *Teologia affettiva*, Cinisello Balsamo (Milano) 1985, s. 22. Por. G. Sovernigo, *Affettività*, w: *Dizionario di pastorale vocazionale*, Roma 2002, s. 23.

⁹ Por. KKK 1768. Por. M. Dziewiecki, *Poznanie i przeżywanie własnych uczuć*, http://www.opoka.org.pl/biblioteka/I/IP/poznanie_wl_uczuc.html

¹⁰ Por. R.B. Adler, L.B. Rosenfeld, R.F. Proctor, *Relacje interpersonalne. Proces porozumiewania się*, Poznań 2006, s. 236.

ukazane, w jaki sposób przeżywana duchowość Serca Jezusowego wykorzystuje ten element ludzkiej uczuciowości.

Drugi element wskazuje natomiast, że w tym samym czasie tworzy się międzypodmiotowa relacja z osobami, rzeczami i wartościami. Ta międzypodmiotowość oznacza zdolność odbierania stanu emocjonalnego, który tworzy sytuacja obiektywna, możliwa do zaobserwowania. Dzięki międzypodmiotowości „drugi” pomaga objawić się osobie jako podmiot uczuciowy. Innymi słowy: nie ja jestem miarą drugiego, ale ten drugi budzi świadomość mnie. Konsekwencją wymiaru międzypodmiotowego jest świadomość uczuciowa drugiego, sympatia dla niego. Taka świadomość przekształca i kształtuje również uczuciowość samego podmiotu. Kult Serca Jezusa wraz ze swoją dynamiką międzypodmiotowości ofiaruje specyficzny dialog, który objawia osobę samej sobie¹¹.

Cechą charakterystyczną ludzkiej uczuciowości jest również to, że relacja uczuciowa tworzona jest w sposób całościowy, to znaczy nadający absolutny sens światu i egzystencji, które jawią się jako szczęśliwy dar albo przepaść nicości. Ten absolutny charakter ludzkiej uczuciowości ma jednakże zdolność otwarcia człowieka na to, co wartościowe: nieskończoność, religijność, moralność, duchowość¹². Kwestia związku uczuciowości z religijnością zostanie rozbudowana w dalszej części, jednakże warto podkreślić, że nie można identyfikować religijności tylko z uczuciowością, przekreśliwszy świat myśli i koncepcji. Uczuciowość objawia także jakość świata i egzystencji: w radości są one dobre, a w smutku są złe.

Świat ludzkich uczuć, które można zaobserwować na przykładzie postaw człowieka i ich konsekwencji i dzięki temu poznać, obejmuje trzy różne typy: wrażenia, uczucia (sentymenty) oraz afekty

¹¹ Por. M. Szentmártoni, *Spiritualità del Sacro Cuore e affettività*, dz. cyt., s. 303.

¹² Por. KKK 1764.

(pasje). Wystarczy chociażby pomyśleć o trzech wyrażeniach: czuję zimno (wrażenie), jestem w dobrym humorze (uczucie, sentyment), jakieś wydarzenie trafiło mnie w samo serce i dlatego tak na nie odpowiedziałem moim zachowaniem (afekt)¹³.

Wrażenie definiuje się jako reakcję bezpośrednią na bodźce zewnętrzne lub wewnętrzne. Jeśli bodziec zniknie lub zmieni się, to wrażenie ustaje lub się zmienia. Wrażenie jest pierwszym i najbardziej bezpośrednim kontaktem między osobą a światem. Jest to element typowo ludzki, choć jest on również obecny w świecie zwierząt.

Drugi typ – uczucia (sentymenty) trwają dłużej i pociągają za sobą uczestnictwo całego ciała oraz świadomości, czyli intelektu i woli. Każde uczucie ma swój przedmiot, ponieważ jest związane z istotnymi potrzebami ludzkimi. Równocześnie uczucia informują osobę o tym, co się dzieje w niej samej. Obok poznania intelektualnego są zatem źródłem wiedzy o człowieku, o jego aktualnej sytuacji życiowej. Warto podkreślić, iż uczucia sprawiają, że w relacji do drugiej osoby lub przedmiotu ocena tego, co doświadcza człowiek, jest intuicyjna, podświadoma, bezpośrednia i niechciana. To uczucie sprawia, że coś intuicyjnie oceniane jako dobre jest przyjmowane, a złe – odrzucane. Dopiero potem na podstawie refleksji – jako druga – pojawia się ocena świadoma, chciana i rozumna. Na przykład zdarza się, że jakieś wydarzenie prowokuje uczucie złości, ale ponieważ osoba poddała je refleksji, pojawia się ciekawość. Wbrew wielu opiniom uczucia mają zatem

¹³ Por. Ch.A. Bernard, *Teologia spirituale*, Cinisello Balsamo (Milano) 2002, 201-202. Por. F. Decaminada, *Maturità affettiva e psicosessuale. Una prospettiva psicologica*. Saronno (VA), 1997, s. 54-55. Por. B. Goya, *Psicologia dinamica e vita spirituale*, Roma 1997, s. 133; A. Plé, *La maturité affective. Esquisse théologique*, „Supplément de la Vie Spirituelle”, 46(1958), s. 287; A. Manenti, *Życie idealami. Między sensem danym a nadanym*, Kraków 2006, s. 192; L. Cian, *Cammino verso la maturità e l'armonia. Riflessione sull'esperienza di un itinerario di accompagnamento formativo individuale. Piste per realizzare la «vita piena»*, Leumann (Torino) 1990, s. 194.

duży wpływ na zrozumienie sytuacji życiowej, na myślenie, ocenianie i decydowanie¹⁴.

Trzecim typem są afekty, pasje¹⁵, które całą energię uczuciową popychają ku jednemu celowi. „Miłość wywołuje pragnienie dobra i nadzieję na jego uzyskanie. Pragnienie to kończy się przyjemnością i radością z posiadanego dobra. Bojaźń przed złem wywołuje nienawiść, wstręt i lęk przed złem przyszłym. Bojaźń ta kończy się smutkiem z powodu istniejącego zła lub gniewem, który się mu sprzeciwia”¹⁶. Wartość moralna pasji zależy od jej przedmiotu i od możliwości zintegrowania go ze stylem życia. Afekty, pasje są widzialnymi znakami obecności lub braku wartości w życiu człowieka. Wartości bowiem pożytkują całą energię uczuciową. W ten sposób ukazują także tożsamość osoby. Każdy jest zaproszony, aby uczynić w swoim życiu przejście od uczuć do pasji. Tylko wtedy można kochać życie, również przeżywając trudne momenty¹⁷.

Podobnie jak wszystkie inne wymiary w człowieku, również i świat uczuć znajduje się w napięciu pomiędzy potrzebami a wartościami¹⁸. Ludzka uczuciowość ma więc charakter ambiwalentny. Może być na usługach tego, co jest przyjemne tylko dla mnie (po-

¹⁴ Por. M. Szentmártoni, *Maturità affettiva*, „Orientamenti Pedagogici” 32(1985), s. 120-121. Por. S. Sovernigo, *Affettività*, dz. cyt., s. 27-28. Por. A.M. Ravaglioli, *Psicologia*, Casale Manferrato 2000, s. 121-132. Por. A. Bissi, *Maturità Umana: Cammino di Transcendenza. Elementi di Psicologia della Religione*, Casale Manferrato 1991, s. 64.

¹⁵ W języku polskim termin „pasja” ma wiele innych znaczeń i trudno jest odnaleźć odpowiadający włoskiemu „passione”.

¹⁶ Por. KKK 1765.

¹⁷ Por. KKK 1768-1769; por. Ch.A. Bernard, *Teologia spirituale*, dz. cyt., s. 201-202; F. Decaminada, *Maturità affettiva e psicosessuale*, dz. cyt., s. 54-55; B. Goya, *Psicologia dinamica e vita spirituale*, dz. cyt., s. 133.

¹⁸ Por. M. Szentmártoni, *In cammino verso Dio. Riflessioni psicologico-spirituali su alcune forme di esperienza religiosa*, San Paolo, Cinisello Balsamo (Milano) 1998, s. 46-47; M. Szentmártoni, *Spiritualità del Sacro Cuore e affettività*, dz. cyt., s. 302-304.

trzeby), lub może służyć realizowaniu tego, co jest ważne w sobie samym (wartości). Jednakże tam gdzie mniej elementu ofiarniczego, tam bardziej będzie się rozwijał egoizm i utylitaryzm¹⁹.

W procesie dążenia ku dojrzałości uczuciowej ważne miejsce odgrywa tzw. pamięć uczuciowa, którą definiuje się jako „żywą dokumentację historii życia uczuciowego osoby” lub „przeżywanie przyjemności albo nieprzyjemności, kiedy się doświadcza podobnej sytuacji jak tej przeżywanej w przeszłości”²⁰.

Uczucie jeden raz doświadczone chce być przeżywane w taki sam sposób za każdym razem. Jest tak, ponieważ pamięć emocjonalna rejestruje nie tylko czyste fakty, a raczej emocje z nimi związane, tak świadome, jak i podświadome. Można zapomnieć czas, słowa, miejsce, osoby, rzeczy, sytuacje, ale nie zapomni się uczuciowych śladów: pozytywnych lub negatywnych, przyjemnych lub nieprzyjemnych, przyciągających lub odpychających. Te ślady pozostają w naszej pamięci, szczególnie na poziomie podświadomym. Pamięć uczuciowa powoduje więc, że następuje swoista reaktywacja tych samych uczuć, gdy pojawi się sytuacja podobna albo uznana za podobną do tej, która wywołała dane uczucie. „Jeśli – przykładowo – postać matki wiąże się dla mnie z poczuciem ufności i serdeczności, będę nosił w sobie to pierwotne doświadczenie jako niezatarty fakt, który zostanie tak odcisnięty w moim umyśle i w moim sercu, że będę oczekiwał takiego samego doznania od osób, które w jakiś sposób przypominają postać matki. Podobnie jeśli przeżyłem sytuację obawy, braku powodzenia, trudności w wyrażeniu własnego „ja” i tak dalej, będę nosił we wnętrzu

¹⁹ Por. L. M. Rulla, *Antropologia della vocazione cristiana. 1. Basi interdisciplinari*, Bologna 1997, s. 128. Por. A.M. Ravaglioli, *Evangelizzare i cuori: un approccio antropologico*, w: E. Manicardi, *Teologia e evangelizzazione*, Bologna 1993, s. 736.

²⁰ Por. A.M. Ravaglioli, *Psicologia*, dz. cyt., s. 123-124; M. Szentmártoni, *Maturità affettiva*, dz. cyt., s. 121. Por. S. Sovernigo, *Affettività*, dz. cyt., s. 28; A. Cencini, *Historia własnego życia – miejsce dla tajemnicy*, Kraków 2001, s. 36.

trzu odpowiednią pozostałość uczuciową, gotową do ujawnienia się w sytuacjach w jakiś sposób analogicznych, czyli gdy zajdzie potrzeba afirmacji mojej osoby”²¹.

Pamięć emocjonalna odgrywa pozytywną rolę w życiu człowieka. Jest przekaznikiem umożliwiającym ufność wobec innych ludzi i świata. Pomaga więc w procesie adaptacji. Z drugiej jednak strony przywołuje ona także w teraźniejszości negatywne doświadczenia z przeszłości. Przyjmując jako oczywistość, że obiekt działania się nie zmienił, skłania osobę do działania i reagowania zgodnie ze zdobytym doświadczeniem. Odgrywa zatem bardzo ważną rolę w ocenianiu i interpretowaniu każdej rzeczy z naszego otoczenia. Słusznie jest więc nazywana matrycą każdego doświadczenia i działania²².

Tak pojmowana pamięć emocjonalna tworzy zatem szczególne tło dojrzałości i niedojrzałości uczuciowej. Jednak zostało w niej zakodowane to, że wszystkie uczucia nieświadome mogą zostać przez osobę zamienione na świadome na podstawie zrozumienia praktyczno-intuicyjnego oraz krytycznej oceny i osądu. Pamięć emocjonalna domaga się więc nadania jej właściwego kierunku i treści. Jest nie tylko spontanicznym procesem wpływającym na zachowanie się jednostki, ale także wolnym i odpowiedzialnym działaniem, angażującym całego człowieka. W przypadku osoby wierzącej stanie się tak wtedy, gdy pamięć emocjonalna będzie powiązana z pamięcią o wielkich dziełach Boga, czyli jak to stwierdza A. Cencini, „doświadczenie ojcowskiej miłości Boga stanie się naprawdę – jak to określiła Arnold – «matrycą każdego ludzkiego doświadczenia i działania»”²³.

Równie ważnym elementem na drodze ku dojrzałości uczuciowej, a związanym z dynamiką świata uczuć, jest poznanie uczu-

²¹ A. Cencini, *Historia własnego życia*, dz. cyt., s. 36-37.

²² Por. M. Szentmártoni, *Maturnità affettiva*, dz. cyt., s. 121. Por. A. Cencini, *Historia własnego życia*, dz. cyt., s. 37-38.

²³ A. Cencini, *Historia własnego życia*, dz. cyt., s. 41.

ciowe, czyli zdolność rozpoznawania uczuć innych osób, a także wrażliwość na nie.

Poznanie uczuciowe jest procesem zachodzącym pomiędzy dwoma podmiotami, poprzez który jeden z nich wchodzi w pole doświadczenia drugiego, czyniąc je całościowo lub częściowo osobistym. Podmiotowa interpretacja tego doświadczenia posiada zasadnicze znaczenie dla poznania uczuciowego. Istnieją zatem dwa elementy istotne dla tego poznania: doświadczenie przekazywalne i podmiotowa interpretacja, czyli natychmiastowe utożsamienie się z drugą osobą i jej działaniem. W efekcie tworzy to pewne nowe, wspólne pole doświadczenia łączące dwie osoby.

W poznaniu uczuciowym rozpoznawanie uczuć drugiego jest poprzedzone intencjonalnością, czyli świadomym kontaktem, relacją zachodzącą pomiędzy jednym podmiotem a drugim. Człowiek musi być świadomy i zdolny, aby poczuć i zrozumieć uczuciowość drugiego. Znakiem zaś takiego spotkania jest pewnego rodzaju afektywny wstrząs. Gdy na przykład jedna osoba przedstawia swoje doświadczenie, opowiada swoją historię, druga, która słucha, doświadcza dreszczy na ciele, drżenia i poprzez spontaniczne reakcje ciała, uśmiech albo łzy potwierdza, że się odnalazła na wspólnym polu doświadczenia uczuciowego. Kult Serca Jezusa ofiarowuje warunki prawie idealne dla takiego doświadczenia – prowokującego wstrząs rozpoznania się i pozwalającego uczestniczyć w doświadczeniu Jezusa.

Nie wszystkie sytuacje międzyosobowe prowadzą do głębokiego i autentycznego poznania uczuciowego. Na przykład kiedy dwie matki widzą zwłoki umiłowanych synów, to obydwie cierpią, ale to nie tworzy jeszcze wspólnego pola doświadczenia między nimi. Obie odczuwają jednak ból. Mogą nawet jedna drugiej współczuć. Taka sytuacja może powodować bardziej dystans między nimi niż poczucie jedności (twoje cierpienie nie jest moim cierpieniem). Również natychmiastowe i płytkie odczucie emo-

cji jednej matki przez drugą nie oznacza autentycznego poznania uczuciowego pomiędzy nimi, ponieważ nie jest intencjonalne i nie pozwala na prawdziwe uczestniczenie w sytuacji tej pierwszej. Podobnie emocjonalna identyfikacja jednej kobiety z drugą nie tworzy wspólnego pola doświadczenia, bo jest ona niezamierzona i czasami niechciana. Nie byłaby autentycznym poznaniem uczuciowym i ta sytuacja, w której jedna z matek myli własne emocje z emocjami drugiej, interpretując je, jakby to były jej własne.

Jeśli chce się dokonać głębokiego i autentycznego poznania uczuciowego, nie jest wystarczające obserwowanie zachowania drugiej osoby. Jak to zostało pokazane na przykładzie dwóch matek, można obserwować drugiego, podczas gdy cierpi, ale to niekoniecznie pociąga za sobą uczestniczenie w jego cierpieniu. Potrzeba, aby dwie osoby stworzyły wspólne pole takiego doświadczenia, które pozwoli im wejść w siebie nawzajem. Może się ono realizować tylko w takich charakterystycznych sytuacjach, jak głębokie i prawdziwe przyjaźnie oraz miłości²⁴.

Ludzkie uczucia są darem. Właściwie przeżywane prowadzą do poznania siebie i drugiego (Drugiego) na poziomie głębszym, niż to jest osiągalne przez poznanie intelektualne. Stają się także siłą o wyjątkowej skuteczności, która powinna prowadzić ku pełni. Uczuciowość umożliwia uczynienie z siebie pełnego, szczerego daru, ale może się także stać napięciem, lękiem, który zamyka człowieka.

Dlatego świat ludzkich uczuć nie powinien być postrzegany jako coś bezużytecznego lub jako ciężar. Jak zostało wykazane, właśnie w uczuciowości wyraża się to, co jest dla człowieka najbardziej intymne i osobiste: spotkanie z własną tajemnicą i z misterium Boga, czyli najgłębsze pragnienia, przeżyte doświadczenia, jak również całe wewnętrzne nieuporządkowanie. W opinii wielu osób większość problemów w życiu człowieka ma charakter

²⁴ Por. M. Szentmártoni, *Spiritualità del Sacro Cuore e affettività*, dz. cyt., s. 305-308.

uczuciowy. Ludzka uczuciowość potrzebuje zatem wychowania, by się stała dojrzała. Jakie są jednakże wyznaczniki tej dojrzałości?²⁵.

2. Niedojrzałość uczuciowa

Aby móc opisać stan niedojrzałości uczuciowej, należy po pierwsze uwzględnić znaczenie pamięci uczuciowej, która może reaktywować w każdej nowej sytuacji nierozwiązane konflikty uczuciowe z dzieciństwa. Nade wszystko chodzi tu o nieodpowiednio dokonany pierwszy krok w rozwoju osobowościowym: zerwanie pierwszej, symbiotycznej relacji pomiędzy matką a dzieckiem.

Jeśli pamięć uczuciowa reaktywuje, w sposób podświadomy, ten źle uczyniony pierwszy krok, to wytwarza owoce determinujące przeżywanie przez osobę swoich uczuć, a w konsekwencji i całe jej zachowanie. M. Szentmártoni stwierdza: „Dziecko musi pozostawić stan absolutnej zależności od matki i rozpocząć własną drogę rozwoju. Dokonuje się to w pierwszym roku rozwoju. Zerwanie absolutnej relacji zależności wytwarza w dziecku lęk, którego punktem centralnym jest uczucie bólu. To uczucie jest spowodowane utratą miłości. Gdzieś na dnie siebie samego dziecko musi rozwiązać podwójne zadanie: jak stać się psychicznie samodzielnym, oderwać się od matki oraz jak, w tym samym czasie, ochronić na przyszłość swoje bezpieczeństwo”²⁶.

Powyżej ukazane stadium, jak również doświadczane później upokorzenia pomagają zrozumieć, dlaczego osoba wzrasta i rozwi-

²⁵ Por. Z. Płużek, *Rola uczuć wyższych w życiu człowieka*, w: W. Szewczyk, *Świat ludzkich uczuć*, Tarnów 1997, s. 31-44; A.C. Morciano, *Maturità affettiva e sviluppo della personalità*, dz. cyt., s. 5-29; F. Decaminada, *Maturità affettiva e psico-sessuale*, dz. cyt., s. 72-74; M. Szentmártoni, *Maturità affettiva*, dz. cyt., s. 122.

²⁶ M. Szentmártoni, *Maturità affettiva*, dz. cyt., s. 122. Wspomina o tym samym A.M. Ravaglioli, opisując teorię relacji podmiotowych według O.F. Kernberga i E.H. Eriksona. Por. A.M. Ravaglioli, *Psicologia*, dz. cyt., s. 155-169.

ja się albo następuje jej regres. Oznaki utraty miłości (z powodu czy to źle uczynionego pierwszego kroku, czy późniejszych upokorzeń) można zobaczyć we wszystkich wymiarach życia: w relacjach z grupą społeczną, w odniesieniu do seksualności, w stosunku do władzy, w relacjach ze sobą samym, a także w odniesieniu do realizowanych zadań i celów²⁷.

W relacjach z grupą społeczną lub z własną rodziną osoba uczuciowo niedojrzała zachowuje się na dwa krańcowe sposoby: albo jest protektorem, albo izoluje się od innych. Pierwszy sposób jest oznaką zamaskowanego lęku przed separacją. Drugi natomiast jest zauważalny w grupach zamkniętych: szkoła, wojsko, wspólnota zakonna, praca, gdzie osoby uciekają od siebie. Zachowania te mają to samo źródło, to znaczy kryzys w rozróżnieniu między „ja” i „nie ja”. Wskazują zatem na brak poczucia bezpieczeństwa, czyli na brak własnej tożsamości²⁸.

W życiu seksualnym niedojrzałość uczuciowa osoby wyraża się w dwóch, krańcowo różnych zachowaniach: agresji i wyparcia się seksualności. Agresja (a konkretnie: ironia, sarkazm, młodzieńcze zachowania wobec płci przeciwnej) uwarunkowana jest lękiem przed seksualnością, która subiektywnie wydaje się nie do utrzymania. Owocem lęku jest także wyparcie się seksualności. „Dla wielu mężczyzn kobieta przedstawia się w dwóch kategoriach: «święta matka» albo «kusicielka» (...). Dla wielu dziewcząt mężczyźni są zepsuci. Dlatego uciekają one w świat religii, szukając przyjaźni z księdzem, który w ich oczach jest osobą bez seksualności”²⁹.

W relacjach z władzą osoby niedojrzałe uczuciowo reagują dwojako: agresją lub uległością. Pierwsza postawa charakteryzuje osoby, którym się wydaje, że każda władza jest potencjalnym za-

²⁷ Por. M. Szentmártoni, *Psicologia della vocazione religiosa e sacerdotale*, Roma 2003, s. 92-93; tegoż, *Maturità affettiva*, dz. cyt., s. 122-125.

²⁸ Tamże, s. 124; por. M. Szentmártoni, *Psicologia della vocazione*, dz. cyt., s. 92.

²⁹ Tegoż, *Maturità affettiva*, dz. cyt., s. 124.

grożeniem dla rozwoju ich osobowości. „Źródłem wszelkiego zła dla tych osób jest przełożony, prawo, reguła, papież, władza polityczna itp.”³⁰.

Uległość, mająca podłoże narcystyczne, wskazuje na silną potrzebę bezpieczeństwa. Osobom uległym brakuje ugruntowania w tożsamości, dlatego „wobec każdej władzy przybliżają się «ze świętą bojaźnią», głęboką czią, służalczością, aprobuując każdą decyzję, żart”³¹.

Osoby niedojrzałe emocjonalnie tworzą również niedojrzałe relacje z samymi sobą: fałszywa pokora lub przewartościowywanie siebie. Także i źródła tych postaw możemy odnaleźć w braku prawdziwej, osobowej tożsamości.

Jeśli chodzi o odniesienie do obowiązków, wskazuje się, że osobę niedojrzałą uczuciowo charakteryzuje „niespójność, utrata zainteresowania pracą, brak wytrwałości, traktowanie pracy jako ucieczki, lęk przed akceptacją odpowiedzialności”³².

G. Sovernigo podkreśla niektóre, w jego opinii fundamentalne, postawy i towarzyszące im uczucia, które wskazują na niedojrzałość sfery uczuciowej. Są to: brak zaufania do siebie samego i do drugih, niepewność w dokonywaniu wyborów i podejmowaniu odpowiedzialności, niespójne „ja” – czyli brak świadomości tego, kim jestem i co mam czynić, uzależnienie się od potrzeb oraz lęk przed pobłędzeniem, izolacja, nieczułość, desperacja, niemożność znalezienia w niczym spokoju, samotność przeżywana w cierpieniu, niepewność w relacjach z innymi i sobą samym³³.

Osoba niedojrzała jest zatem niezdolna do znoszenia frustracji, traci głowę wobec niebezpieczeństw, głośno i w przesadny spo-

³⁰ Tamże.

³¹ Tamże.

³² M. Szentmártoni, *Psicologia della vocazione*, dz. cyt., s. 93. Por. F. Decaminada, *Maturità affettiva e psicosessuale*, dz. cyt., s. 96-97.

³³ Por. G. Sovernigo, *Amare con tutto il cuore. Laboratorio di formazione affettiva. 1. Chiamati*, Bologna 2004, s. 32-35.

sób się zachowuje, reaguje w sposób nieprzewidywalny, jej zachowania są dziecinne i podporządkowane mechanizmom obrony. W kontaktach międzyludzkich reaguje z wściekłością, gniewem, zamknięciem się oraz zachowuje się tak, jakby tylko ona istniała. Wrażliwość i uczuciowość takiej osoby kierowane są „zasadą przyjemności”, co prowadzi do wielu uzależnień³⁴.

F. Decaminada w swoich opisach niedojrzałości uczuciowej odnosi się także do relacji z Bogiem. Według niego, osoba niedojrzała emocjonalnie nie jest w stanie dojść do głębokiej relacji z Bogiem. Szuka – w sposób bardziej lub mniej wyrażony i świadomy – niedojrzałych wyobrażeń i obrazów Boga. Jest On przez taką osobę odbierany oczywiście na poziomie mniej lub bardziej świadomym jako „agent ubezpieczeniowy” lub „policjant” albo „dobroduszny rodzic”, który wszystko toleruje i zastępuje we wszystkim, ewentualnie jako „cudotwórca”, zaspokajający każdy brak i usuwający niebezpieczeństwo, albo „ostatnia deska ratunku” w obliczu ludzkich niedorzeczności i niewierności. Ewidentne jest, że w takiej relacji brakuje żywego, osobowego kontaktu z Bogiem. Religia staje się alienacją rzeczywistości, wyobcowaniem. Bóg jest poszukiwany tylko po to, by zaspokoić psychologiczną potrzebę wypełnienia pustki³⁵.

Niedojrzałość uczuciowa może się także przejawiać w zachowaniach typowo patologicznych, pośród których można wymienić na przykład: depresję, napady maniakalne, fobie, trwałe stany lękowe, zachowania dwubiegunowe itp.³⁶.

Analizując sytuację osoby niedojrzałej uczuciowo, można zauważyć, że z powodu braku miłości nie dokonywały się w jej oso-

³⁴ Por. B. Goya, *Vita spirituale tra psicologia e grazia*, dz. cyt., s. 80-86. Por. tegoż, *Psicologia dinamica e vita spirituale*, dz. cyt., s. 105-106.

³⁵ Por. F. Decaminada, *Maturità affettiva e psicosessuale*, dz. cyt., s. 98; G. Sovernigo, *Vivere la carità*, dz. cyt., s. 78; A.J. Heschel, *Prosiłem o cud. Antologia duchowej mądrości*, Poznań 2001, s. 55.

³⁶ Por. F. Decaminada, *Maturità affettiva e psicosessuale*, dz. cyt., s. 98.

bowości właściwe przejścia do kolejnych faz rozwoju. Osoba taka nie jest świadoma swojej przeszłości lub nie potrafi właściwie przeżywać. Nie potrafi także zaakceptować teraźniejszości i możliwości złożenia daru ze swego życia. W konsekwencji nie może się otworzyć również na to, co przyszłe, na realizację wybranych świadomie wartości i upragnionych ideałów.

3. Próba charakterystyki dojrzałości uczuciowej

Różni autorzy – bardziej lub mniej – dążą do określenia istoty dojrzałości uczuciowej. Można ich zgromadzić w trzech różnych grupach.

Według pierwszej, osobą dojrzałą uczuciowo jest ta, która posiada określone cechy: realistyczne postrzeganie siebie (obiektywna samoświadomość, odpowiednie wyobrażenie o sobie), zdolność do autonomii i do wysiłku w kierunku wzrostu i autorealizacji proporcjonalnej do możliwości, integracja psychicznych napięć i wewnętrzna wolność w obliczu frustracji, realistyczne postrzeganie i opanowanie rzeczywistości, kształtowanie pozytywnych osobowych relacji, zdolność do miłości, do pracy i do rozwiązywania osobistych problemów³⁷.

Druga grupa badaczy zakłada, że dojrzałość i niedojrzałość są rzeczywistościami granicznymi i dlatego nie istnieje pomiędzy nimi różnica jakościowa, tylko ilościowa. W konsekwencji nie jest możliwe ściśle określenie charakterystycznych wyznaczników dojrzałej osobowości, ponieważ wszystkie one w mniejszym lub większym stopniu istnieją w każdej osobie. Dla tych badaczy ważniejsze jest zachowanie i działanie człowieka niż to, kim jest³⁸.

Według E. Cerdà, osoba jest dojrzała uczuciowo wtedy, gdy jest dobrze zorganizowana, dostosowuje się do środowiska, jest otwarta, autonomiczna, rozwija się w jedność ze swoimi zdolnościami

³⁷ Por. tamże, s. 76-78.

³⁸ Por. tamże, s. 79.

i obiektywnymi możliwościami. Natomiast F. X. Barrow stwierdza, że osoba jest uczuciowo dojrzała, gdy umie odpowiednio organizować swoją pracę, ustalać konkretne cele do realizacji, obiektywnie ocenia rzeczywistość zewnętrzną i wewnętrzną, funkcjonuje w jednorodny i odpowiedni sposób, bierze życie w swoje ręce, kreuje i podtrzymuje satysfakcjonujące relacje z innymi. To wszystko okraszone jest radością i kreatywnością³⁹.

Według trzeciej grupy badaczy, osoby nie można opisać definitywnie jeden raz i na zawsze. Jest cały czas w drodze, to znaczy rozwija się i dojrzewa lub się cofa i nie dojrzewa. Proces zmierzający ku dojrzałości uczuciowej jest zatem rzeczywistością zmienną, ewolucyjną, dynamiczną. Według tej trzeciej grupy, osoba jest dojrzała uczuciowo nie wtedy, gdy posiada możliwości i zdolności do rozwoju, ale gdy jest zdolna wcielać w życie równowagę dynamiczną, funkcjonalną, produktywną i ukierunkowaną na poszukiwanie satysfakcji życiowej, szanując innych ludzi, ich satysfakcję i rozwój.

Analizując powyższe rozważania, można stwierdzić, że najogólniej rzecz ujmując, dojrzałość uczuciowa jest widoczna na dwóch płaszczyznach: przejawia się w obniżaniu elementów narcystycznych i nabywaniu komponentów transcendentnych⁴⁰.

Osoba dojrzała uczuciowo zdolna jest do swego rodzaju „zakotwiczenia się” w osobach, sytuacjach, instytucjach i rzeczach. Mając świadomość świata zewnętrznego, potrafi wyrażać emocje. Po części wpływa to z pojawiającej się energii, po części z kontroli, jaką nadaje temu rozum i wola. Innymi słowy, to co powin-

³⁹ Tamże. Por. G. Sovernigo, *Amore con tutto il cuore. 1. Chiamati*, dz. cyt., s. 33-35.

⁴⁰ Por. F. Decaminada, *Maturità affettiva e psicosessuale*, dz. cyt., s. 80; A. Bissi, *Maturità umana: cammino di trascendenza*, dz. cyt., s. 79. L.M. Rulla podkreśla, że ludzkie zachowania mogą wyrażać realizację „dobra rzeczywistego” lub „dobra pozornego”. To ostatnie wskazuje, że dane zachowanie jest wyrażeniem potrzeby, która nie jest autotranscendentna. Por. L.M. Rulla, *Antropologia della vocazione cristiana*, dz. cyt., s. 114.

no w człowieku dojrzewać, to zdolność odpowiedniego odczuwania i obiektywnych reakcji na bodźce psychiczne, zdolność do wejścia w kontakt z tym, co się spotyka, bez zmuszania się i określania nierealnych granic, zdolność do przekazywania wiadomości i wejścia w bezpośredni kontakt z odbiorcą, postawienie się na miejscu innych, umiejętność wyrażenia czułości i stanowczości, to znaczy: wyrażenie postaw altruistycznych poprzez uczuciową wzajemność i ofiarność⁴¹.

Wzajemność uczuciowa polega na relacjach równości, szacunku, wymiany opinii, myśli, uczuć. Jest to zatem coś więcej niż zwykła współpraca. Charakterystycznymi jej przykładami są przyjaźń, miłość, małżeństwo, wspólnota religijna. Już tu można dostrzec, jak duchowość Serca Jezusa otwarta jest na tę rzeczywistość. M. Szentmártoni pisze bowiem, że „w duchowości Serca Jezusa odnajdujemy często wszystkie te rzeczywistości: przyjaźń, małżeństwo duchowe, miłość”⁴².

Natomiast ofiarność wyraża się przez wspaniałomyślność, bezwarunkowy dar z siebie aż do oddania własnego życia. Również i w tym punkcie duchowość Serca Jezusa ofiarowuje człowiekowi swoją pomoc.

Osoba dojrzała uczuciowo rozumie również potrzebę otrzymywania pomocy oraz oznak sympatii i wdzięczności – oceniając je we właściwym stopniu. Przyjmowanie zakłada w pewien sposób rozpoznanie własnego ubóstwa w relacji z drugim. Człowiek uczuciowo dojrzały stara się jednocześnie, aby unikać pewnych negatywnych zachowań, jak obmowa, nienawiść, zazdrość oraz ciągle pragnienie bycia osobą ukochaną i chronioną.

⁴¹ Por. G. Sovernigo, *Affettività*, dz. cyt., s. 29; tenże, *Vivere la carità*, dz. cyt., s. 43, 81-82; G.G. Pesenti, *Problematica dell'integrazione affettiva*, „Rivista di Vita Spirituale” 28(1974), s. 160-162; F. Giardini, *Maturità umana e perfezione cristiana*, „Rivista ascetica e mistica” 11(1966), s. 300.

⁴² Por. M. Szentmártoni, *Spiritualità del Sacro Cuore e affettività*, dz. cyt., s. 307; Ch.A. Bernard, *Teologia spirituale*, dz. cyt., s. 215.

W przeżywaniu własnego życia, wypełnianiu obowiązków, wchodzeniu w relacje z innymi osoba winna przyzwyczaić się do tego, że może dostrzec kontrasty, odczuwać frustracje, które należy zaakceptować z pełną odpowiedzialnością⁴³.

Spotykając się z drugim i nawiązując z nim bliższe relacje, osoba dojrzała uczuciowo jednocześnie pozostaje sobą, szanuje inność drugiego człowieka i nie narzuca mu związku opartego na przymusie i zależności. Osoba dojrzała uczuciowo potrafi ofiarowywać uwagę, czas, szacunek. Wiele razy wyraża się to poprzez język czułości. Ofiarować komuś czułość i oczekiwać jej od innych nie jest znakiem niedojrzałości uczuciowej. Więcej negatywnych konsekwencji pojawia się w wyniku jej braku w życiu człowieka.

Również seksualność – biologiczno-instynktowna „fasada” uczuciowości – staje się sferą wzajemnej relacji i oddawania się. W osobie dojrzałej uczuciowo instynkt seksualny musi przekroczyć dwie typowe formy niedojrzałości: narcyzm i homoseksualizm, po to aby osiągnąć heteroseksualizm. To jest pierwszy krok w rozwoju seksualnym. Jest jeszcze drugi, konieczny: miłość musi stać się darem, a nie poszukiwaniem siebie samego⁴⁴.

Relacja dojrzałej uczuciowo osoby z Bogiem posiada także charakterystyczne i konkretne znaki. Postrzegając się jako umiłowaną przez Niego, osoba ta akceptuje siebie taką, jaka jest, oraz jako potrzebującą bezwarunkowej miłości (por. 2 Tm 1,12). Owocami takiej świadomości są: pokój, radość, bezpieczeństwo, sens misji, przede wszystkim umiejętność składania daru z siebie samego⁴⁵.

⁴³ Por. B. Goya, *Vita spirituale tra psicologia e grazia*, dz. cyt., s. 84-85; Ch.A. Bernard, *Teologia spirituale*, dz. cyt., s. 205-210, 215-216; M.T de Meer, *L'affettività nell'età evolutiva*, „Orientamenti Pedagogici” 17(1970), s. 366-371.

⁴⁴ Por. M.T de Meer, *L'affettività nell'età evolutiva*, dz. cyt., s. 371-373; Ch.A. Bernard, *Teologia spirituale*, dz. cyt., s. 207; A. Cencini, *I casi difficili: il discernimento vocazionale di fronte alle immaturità*, „Vocazioni” 3(2003), s. 64-82.

⁴⁵ Por. G. Sovernigo, *Vivere la carità*, dz. cyt., s. 83-84; Ch.A. Bernard, *Teologia spirituale*, dz. cyt., s. 214; B. Goya, *Psicologia e vita spirituale*, dz. cyt., s. 106-107.

Ch. A. Bernard opisując najważniejsze elementy dojrzałości uczuciowej, na pierwszym miejscu umieszcza docenianie centralności uczuciowości oraz motywacje, które wpływają na ludzkie zachowanie. Na drugim miejscu znajduje się akceptacja wrodzonych uwarunkowań oraz historii własnego życia. Trzecie miejsce zajmuje integracja różnych poziomów uczuciowości. Byłoby dobrze uczuciowość psychiczno-organiczną poddać kontroli rozumu i podporządkować ją wyższym wartościom. Autor stwierdza, że „można mówić o dojrzałości uczuciowej nie wtedy, gdy jest usunięte każde napięcie, ale kiedy napięcia są zintegrowane w osobie i moralno-duchowym projekcie życia”. Według tego samego autora, trzy znaki wystarczą do oceny, czy jakaś osoba jest dojrzała uczuciowo: zdolność do wypełniania osobistych obowiązków, umiejętność tworzenia poprawnych relacji międzyosobowych, zdolność podejmowania decyzji⁴⁶.

Ujmując w dużym skrócie próbę opisanie dojrzałości uczuciowej, można skonkludować, że osoba uczuciowo dojrzała kontroluje porywy duszy, podporządkowuje je kontroli rozumu i życiu duchowemu. Zachowania jej nie są kierowane zmysłowością, ale uporządkowane zgodnie z wartościami obiektywnymi, auto-transcendentnymi – wybranymi w sposób wolny. Osobę taką cechuje wewnętrzna wolność w byciu kochanym i kochającym. Nie brakuje jej dwóch podstawowych fundamentów: bycia umiłowaną i zdolną do pokochania⁴⁷.

Jak widać, aby osiągnąć stan dojrzałości uczuciowej, trzeba przejść przez pewien proces. Nie jest ona jakimś stanem otrzymanym po przeżyciu pewnej ilości lat. Nie można jej w pełni posiadać raz na zawsze. Nie można stać się dojrzałym uczuciowo, nic nie czyniąc. Trzeba wychowywać własną uczuciowość. Dla każdego człowieka ważne jest zatem to, aby rozpoczął drogę ku pełni. A to domaga się bardzo konkretnych rozwiązań.

⁴⁶ Por. Ch.A. Bernard, *Teologia spirituale*, dz. cyt., s. 210-211.

⁴⁷ Por. A. Cencini, *I casi difficili: il discernimento vocazionale di fronte alle immaturità*, dz. cyt., s. 68-69.

4. Drogi ku dojrzałości uczuciowej

Osiąganie dojrzałości uczuciowej jest procesem, który łączy różnorodne aspekty osoby. Jak już wykazano, na drodze rozwoju uczuciowości od najmłodszych lat pojawia się konflikt, domagający się właściwego rozwiązania: być dla siebie czy dla innych. Byłoby łatwiej, gdyby odpowiedź to pytanie dało się sprowadzić w każdym przypadku do wyboru „albo – albo”. Jednakże antropologia chrześcijańska, oparta na Bożym Objawieniu, wskazuje, że żeby być „dla innych”, trzeba wcześniej być „dla siebie” (por. Mk 12,30-31)⁴⁸.

Zarówno teoretyczne rozważania, jak i praktyka pokazują, że nie jest łatwo znaleźć właściwy i odpowiedni „złoty środek” między „dla siebie” i „dla innych”. Z jednej strony człowiek jest zaproszony do tego, aby podążał w kierunku wartości świadomie wybranych, to znaczy, aby przekroczył sam siebie, swoje egoistyczne i narcystyczne tendencje, mając jednakże świadomość, że negatywne zachowania będą cały czas dochodziły do głosu. Z drugiej strony byłoby błędem nie dać sobie prawa do bycia „dla siebie” bez zbędnego obwiniania się⁴⁹.

Zostało już powiedziane, że osobę niedojrzałą uczuciowo charakteryzuje silny wpływ pamięci uczuciowej na wszystkie przyjmowane przez nią działania i postawy w teraźniejszości. Ma zatem potrzebę uświadomienia sobie i właściwej integracji swojej przeszłości, tego, co ona zawiera, oraz jej wpływu na teraźniejszość. Innymi słowy, chodzi o nierozwiązane, podświadome konflikty i nieuświadomione potrzeby psychologiczne, które wpływają na motywację.

Następnie należy wrażenia i uczucia (sentymenty) poddać kontroli. Dojrzałym nie jest ten, kto nie czuje niepokoju, smutku, gniewu,

⁴⁸ Por. Pwt 6,4 n.; Kpł 19,18.

⁴⁹ Por. M.T. de Meer, *L'affettività nell'età evolutiva*, dz. cyt., s. 364-365; G. Sovernigo, *Affettività*, dz. cyt., s. 26.

lęku czy podniecenia z powodu obecności osoby innej płci itd. Człowiek wtedy jest dojrzały, gdy nie tłumi tego wszystkiego i nie spycha do podświadomości, lecz wyraża w sposób kontrolowany, to znaczy jest świadomy okoliczności i sytuacji, w jakiej się znajduje, jak również wybranych przez siebie wartości, potrafi dobrać odpowiednie słowa i ton głosu. Takie zachowanie nie jest wrodzone. Konieczne jest wypracowanie go przy wykorzystaniu chociażby rachunku sumienia, egzaminu uczuciowego, rozpoznaniu reakcji uczuciowych (w obliczu osób i w konkretnych sytuacjach), nadawaniu imion poszczególnym emocjom. Będzie to wielka pomoc w dążeniu do osiągnięcia wewnętrznej wolności i w uwalnianiu energii uczuciowej od nabytej represyjnej struktury psychicznej, zabezpieczającej w formie redukcjonizmów takich jak intelektualizm, neodogmatyzm, ideologizm⁵⁰.

Proces dojrzewania uczuciowego nie może się jednak na tym zakończyć. Byłoby błędem pojmować i preferować dążenie do dojrzałości tylko poprzez kontrolę uczuciowości. Nie da się ukryć, że taki kierunek rozwoju zaowocowałby woluntaryzmem, a w ostateczności perfekcjonizmem⁵¹.

Każde wydarzenie w życiu człowieka ma sens, to znaczy zaprasza do wejścia w relację z tym, co jest obiektywne, o czym każdy epizod mówi pośrednio, angażując świat ludzkich uczuć. Osoba jest wezwana do życia, które posiada sens ofiarowany z góry. Tylko poprzez autotranscendencję, realizację obiektywnych wartości, ideałów „danych z góry” osoba nie będzie podporządkowana infantylnym lub niedojrzałym narcystycznym motywacjom. Należy więc wybrać wartości i podążać w kierunku ideałów. Jeśli duchowość jest na pierwszym miejscu, a racjonalność podporządkowuje się jej z tym, co ma – siłą logicznych argumentacji oraz woli – to osoba postępująca zgodnie z tą zasadą żyje w uczuciowej stabilności, w pokoju, a jej życiowy horyzont się poszerza.

⁵⁰ Por. tamże, s. 30.

⁵¹ Por. L. Cian, *Cammino verso la maturità e l'armonia*, dz. cyt., s. 205.

Dojrzałość uczuciowa jest więc owocem atrakcyjności wartości, bycia przez nie pociągniętym⁵².

A. M. Ravaglioli pisze, że wartości możemy zdefiniować jako to, „co znajduje się mocniej w sercu osoby, co bardziej się liczy, co nadaje sens rzeczywistości”⁵³. Wartości stają się motywacjami, które nadają odpowiedni kierunek działaniom. Potrzeba, aby zostały przyjęte w pełni przez istotę ludzką, odpowiednio do jej wieku i konkretnych sytuacji. Wartości, mając wewnętrzną siłę, działają z wielkim bogactwem energetycznym, które w każdym przypadku odpowiada na potrzeby naturalne i otwiera nowe horyzonty dojrzewania. Wartości zachwycają, wzbudzają aspiracje i pragnienia, które są niezwykle ważne na drodze do osiągnięcia dojrzałości uczuciowej. Odpowiedź człowieka na wartości, szczególnie wyższe, przekracza zakres jego natury. Osoba podporządkowuje się wartościom, otwiera się na nie, a nawet zmierza do zjednoczenia z nimi⁵⁴.

Mówiąc o wartościach, warto podkreślić, że według L. M. Rulla istnieją dwie ich grupy. Pierwsze nazwane są „wartościami naturalnymi”. Dotyczą one zmysłowej i duchowej natury człowieka, na przykład: zdrowie, inteligencja, zmysł estetyczno-artystyczny, sukces, prawda, piękno, przynależność do społeczności. Druga grupa nazywana jest „wartościami autotranscendentnymi”, takimi, które osoba sama wybiera w wolności i odpowiedzialności, a które prowadzą do przekraczania siebie samego, do wzrostu. Wśród nich znajdują się wartości moralne i religijne. Wartości moralne wiążą się z poszukiwaniem dobra a unikaniem zła. Natomiast

⁵² Por. M. Szentmártoni, *Maturità affettiva*, dz. cyt., s. 125-126; F. Tata, *Formazione e maturità umana*, „La Civiltà Cattolica” 141(1990), s. 343; A.M. Ravaglioli, *Psicologia*, dz. cyt., s. 150-151; G. Sovernigo, *Vivere la carità*, dz. cyt., s. 112; L. Cian, *Cammino verso la maturità e l'armonia*, dz. cyt., s. 204.

⁵³ Por. A.M. Ravaglioli, *Psicologia*, dz. cyt., s. 176.

⁵⁴ Por. G. Sovernigo, *Vivere la carità*, dz. cyt., s. 81.88-89; Ch.A. Bernard, *Teologia spirituale*, dz. cyt., s. 205. A. Ermanno, *L'integrazione affettiva. Spigolando da un importante documento della S. Sede*, „Rivista di Vita Spirituale” 29(1975), s. 41.

co do wartości religijnych L. M. Rulla, inspirując się wskazaniem II Soboru Watykańskiego⁵⁵, ustala ich pięć: jedność z Bogiem, naśladowanie Chrystusa – to znaczy czystość, ubóstwo, posłuszeństwo. W rzeczywistości mało jest wartości, które wypełniają ludzką egzystencję⁵⁶.

Na czym polega przyjęcie wartości? Pierwsze znaczenie tego ważnego dla dojrzałości uczuciowej procesu oznacza wchłonięcie wartości, tak że osoba żyje dla nich, a co jeszcze istotniejsze – uwidaczniają się one w niej. Drugie znaczenie akcentuje siłę motywacyjną, którą wartości w sobie zawierają. Osoba przyjmuje wartości dlatego, że są obiektywnie wartościowe, ważne w swej istocie⁵⁷.

M. Szentmártoni zauważa jednak, że wejście w relację z tym, co obiektywnie wartościowe, również jest procesem. Odbyna się on na trzech poziomach: postawa „uprzejmości”, „identyfikacji”, „uwewnętrznienia”. Pierwszy poziom, charakterystyczny dla dzieci, polega na tym, że osoba akceptuje wpływ świata zewnętrznego, ideałów, odpowiednich zachowań. Czyni to jednak dla przypodobania się autorytetowi lub aby mieć egoistyczne korzyści z bycia rozpoznanym czy z posiadania dobrej opinii. Drugi poziom, typowy dla wieku dojrzewania, pojawia się wtedy, gdy osoba pragnie naśladować jakiś autorytet. Wierzy w to, co obiektywne, nawet wtedy, gdy autorytet nie jest obecny. Natomiast ostatni poziom – uwewnętrznienie tego co obiektywnie dobre – oznacza akceptację ze względu na obiektywną wartość – coś jest bowiem wartościowe samo w sobie⁵⁸.

Dojrzałość uczuciowa osiągalna jest zatem na drodze rozwoju, dzień po dniu, dzięki podążaniu ku wyższym horyzontom. Wszyscy

⁵⁵ Por. PC 2. PO 14.

⁵⁶ Por. L.M. Rulla, *Antropologia della vocazione cristiana*, dz. cyt., s. 116-118, 124-128.

⁵⁷ Por. A.M. Ravaglioli, *Evangelizzare i cuori. un approccio antropologico*, dz. cyt., s. 729.

⁵⁸ Por. A. Manenti, *Życie ideałami. Między sensem danym a nadanym*, Kraków 2006, s. 190-193; M. Szentmártoni, *Maturing affettiva*, dz. cyt., s. 126-127.

ludzie w jakiejś mierze są narcyzami. W każdym jest pewna miara egocentryzmu. Chodzi o uzyskanie takich proporcji, aby te złe cechy nie zakłóciły realizacji życiowych ideałów⁵⁹.

Przejście od niedojrzałości do dojrzałości uczuciowej przychodzi dzięki realizowaniu wartości wybranych dlatego, że są ważne i owocne. W ostateczności chodzi również o dojrzały dialog z Bogiem. Obecność prawdziwej miłości otrzymanej od innych jest siłą, która prowadzi do pełnej dojrzałości. Widoczne jest, że jeśli osoba w dzieciństwie doświadczyła miłości, czułości, to ma duże możliwości być dojrzałą w wieku dorosłym. „Miłość jest fundamentalną potrzebą każdego człowieka. Ona także prowadzi do rozwoju całej osoby ludzkiej”⁶⁰.

W pierwszej części niniejszego artykułu została ukazana rzeczywistość ludzkiej uczuciowości, która musi dążyć do dojrzałości. Proces ten, jako odpowiedź na niewłaściwe przeżycie utraty miłości w dzieciństwie, dotyczy tego, co jest najgłębsze w człowieku. Domaga się nie tylko uznania i właściwego wykorzystania energii uczuciowej, ale nade wszystko ukierunkowania na realizację prawdziwych wartości, prowadzących do uczynienia daru z własnego życia. Z przesłanek tych wypływa postulat odkrycia źródła takich wartości i takiej miłości, aby człowiek zdołał osiągnąć ów cel.

II. Religijność a dojrzałość uczuciowa

W Psalmie 87 czytamy „Wszystkie moje źródła są w tobie” (Ps 87,7b). To wyznanie biblijnego autora jest inspiracją, aby przyjrzeć się relacjom między życiem religijnym a światem ludzkich uczuć. Po pierwsze należy stwierdzić, że sfera uczuciowa to nie to samo co sfera duchowa, religijna.

⁵⁹ G. Sovereignio, *Vivere la carità*, dz. cyt., s. 85.

⁶⁰ Por. A.H. Maslow, *Motivazione e personalità*, Roma 1977, s. 95.

Zagłębiając się w historię duchowości chrześcijańskiej, warto zwrócić uwagę na dwie osoby: św. Tomasza z Akwinu oraz św. Ignacego z Loyoli. Święty Tomasz z Akwinu, jeden z największych mistrzów teologii, poświęcił sprawie uczuć aż 26 zagadnień w pierwszej i drugiej części swojej *Sumy Teologicznej*. Analizując składniki uczuć oraz poszczególne uczucia, podkreślał jedność życia duchowego z uczuciowością. Pisał: „gdy wyższa władza duszy mocno zwraca się ku czemuś i wówczas władze niższe idą za tym poruszeniem – w ten sposób uczucie będąc przejawem pożądania zmysłowego, jest znakiem natężenia woli i wskazuje na większą dobroć moralną”⁶¹.

Relację uczuciowości i duchowości podobnie pojmował św. Ignacy z Loyoli. Jego własne przeżycia uświadomiły mu, że „nie można oddzielać sfery duchowej od uczuciowej, ale że ta ostatnia warunkuje tę pierwszą. (...) Ignacy w formacji człowieka obok formacji duchowej zawsze zakładał pracę nad kształtowaniem sfery uczuciowej. Formowanie jej było integralnie scalone z dochodzeniem do dojrzałości duchowej. Ignacy żywił głębokie przekonanie wyniesione z własnego doświadczenia, że każde przeżycie duchowe, które nie łączyłoby się ze sferą uczuciową i w jakimś sensie nie wypełniałoby się w niej, nie jest doświadczeniem trwałym.

Przekonanie to autor *Ćwiczeń* zdobył poprzez doświadczenie samego siebie, które ukazało mu, jak bardzo jego niedojrzałość afektywna utrudniała, a niekiedy wręcz uniemożliwiała mu dokonywanie wolnych wyborów na płaszczyźnie religijnej”⁶².

⁶¹ Św. Tomasz z Akwinu, *Suma Teologiczna*, Londyn 1965, I^a-II^{ae}, q. 24, a. 3.

⁶² M. Kożuch, *Czy jest możliwa formacja duchowa bez odnoszenia się do świata uczuć?*, w: M. Kożuch, J. Poznański, *Czy dzisiaj można formować bez psychologii?*, Kraków 2002, s. 78-79.

1. Naturalne odniesienia pomiędzy religijnością a uczuciowością

Relacja między religijnością a życiem uczuciowym znajduje się w centrum zainteresowania wielu psychologów, filozofów i teologów. Wiadomo, że zarówno nauki teologiczne, jak i filozoficzne i psychologiczne mają odrębne przedmioty formalne i materialne oraz odrębne metody badawcze. Wszystkie spotykają się na wspólnym polu, jakim jest osoba ludzka⁶³.

Tak jak nie wszyscy teologowie czy filozofowie mają właściwą koncepcję ludzkiej uczuciowości, tak też nie wszystkie szkoły psychologiczne uznają wymiar religijny, duchowy w człowieku. Niektóre z nich za naczelny cel życia istoty ludzkiej uważają realizację jej naturalnych potrzeb. Tylko te koncepcje w psychologii przybliżają się do nauk teologicznych, które postrzegają człowieka w zgodzie z prawdziwą antropologią, pojmującą go w sposób całościowy, to znaczy uwzględniającą jego wymiar psychiczny oraz moralno-duchowy⁶⁴.

⁶³ Por. G. Groppo, *Psicologia e teologia. Modelli di rapporto*, „Orientamenti Pedagogici” 5(1980), s. 792-795; A. Ronco, *I dinamismi psicologici nella crescita spirituale*, „Vita Consacrata” 13(1977), s. 145-148; B. Goya, *Psicologia e vita spirituale*, dz. cyt., s. 30-35; A.M. Ravaglioli, *Psicologia*, dz. cyt., s. 245-247; R. Zavalioni, *L'apporto delle scienze dell'uomo alla vita spirituale*, „Seminarium” 1(1974), s. 253-260; M. Szentmártoni, *In cammino verso Dio*, dz. cyt., s. 10-23.

Na relację między teologią a psychologią i jej skutki w praktyce wskazuje R.C. Erickson na podstawie analizy dzieł duchowych i ich wpływu na polu psychologii i psychiatrii. Na owocność takiej relacji wskazują jego słowa: „The renaissance of spiritual thinking and writing also signals a reaffirmation of religious faith as a personal experience and a willingness to reaffirm religious emotions from the simply heartwarming to the ecstatic” (Odnowa duchowego myślenia i pisania oznacza potwierdzenie wartości wiary jako osobistego doświadczenia, a także wolę podkreślenia uczuć religijnych, nie tylko jak zwykłego poruszenia, *rozgrzania serca*, lecz wręcz przeżycia ekstatycznego). Por. R.C. Erickson; *Spirituality and Depth Psychology*, „Journal of Religion and Health” 3(1987), s. 201.

⁶⁴ Por. B. Giardini, *Psicopatologia e vita spirituale*, w: E. Acilli, *Dizionario di Spiritualità* /2, Roma 1990, s. 2078.

Bazując na fundamentach chrześcijańskiej antropologii i teologii, które stwierdzają, że człowiek jest istotą religijną, można stwierdzić, że otwiera się on całym sobą na *sacrum*⁶⁵. Religijność jest zatem w nim czymś centralnym. Pius XII w swojej definicji religijności pisał, że jest „dynamizmem zakorzenionym w głębi psychiki, który ukierunkowuje człowieka ku przekraczającej go nieskończoności. Z tego «determinizmu» wypływa istotna i podstawowa moc duszy, uczuciowy zapal, który otwiera bezpośrednio na Boga”⁶⁶.

Niektórzy z uczonych (E. Drewermann) uważają, że religijność jest źródłem niedojrzałości uczuciowej, jaką jest neuroza, inni (C. G. Jung) są przekonani, że nie można być uczuciowo dojrzałym bez religii. Są też i tacy, którzy podkreślają, że świętość jest zawsze powiązana z równowagą psychiczną. Jednak życie wielu świętych ukazuje sporo niedojrzałości uczuciowej: nierzeczywistych lęków, skrupułów, czyli wręcz nerwicowych zakłóceń osobowościowych. Dla nich wszystkich ten brak, który pojmowali jako główną wadę, stawał się miejscem dążenia do świętości. Na przykładzie ludzi świętych możemy zobaczyć, jak własną niedojrzałość, także uczuciową, można przekształcić w dojrzałość⁶⁷.

Zatem różne formy niedojrzałości uczuciowej występują zarówno u osób wierzących, jak i niewierzących. Chociaż należy stwierdzić, że ateści są ubożsi w rozpoznawaniu własnej tożsamości niż wierzący, to jednak ci ostatni dzięki swej wierze nie mają automa-

⁶⁵ Por. GS 19; KKK 27-29.

⁶⁶ Pio XII, *Ai partecipanti al V Congresso Internazionale di Psicoterapia e Psicologia clinica*, Roma 1953, w: B. Giordani, *Psicopatologia e vita spirituale*, dz. cyt., s. 2079; A. Szentmártoni, *In cammino verso Dio*, dz. cyt., s. 28. Por. A. Vergote, *Psicologia religiosa*, Torino 1967, s. 28.

⁶⁷ Por. M. Szentmártoni, *Psicopatologia e santità*, w: A. Elberti, *La santità*, Chirico, Napoli 2001, s. 163-206; V. Andreoli, *Una diagnosi per la santa*, „Avvenire”, 31 dicembre 2002, s. 26; G. Mucci, *Santità e isteria. Il caso di santa Gemma Galgani*, „La Civiltà Cattolica” 4(2003), s. 117-125.

tycznie osobowości bardziej zintegrowanej; nie są bardziej uczuciowo dojrzałi. Mają jednak większe szanse, by się takimi stać⁶⁸.

Religijność sama w sobie nie prowadzi do niedojrzałości uczuciowej, nie powoduje nerwic lub innych stanów patologicznych. Psychologia podkreśla, że ewentualna niedojrzałość w sferze religijnej, która mogłaby doprowadzić do stanów nerwicowych, zależy od relacji osoby z rodzicami w dzieciństwie.

Naturalne źródło związku uczuciowości z religijnością znajduje się w uczuciowej relacji symbiozy między matką a jej dzieckiem. Fazę tę charakteryzują doświadczenia radości, bezpieczeństwa i wzrostu. Matka jest widziana jako ta, która otacza opieką, karmi, daje bezpieczeństwo, pomaga, jest cierpliwa. Staje się symbolem pragnienia religijnego, tęsknoty za Absolutem. Postać matki sprawia, że dziecko nabiera fundamentalnego zaufania. Zyskuje także uczucie świętej obecności, a w konsekwencji naturalnej zdolności do wierzenia. Nie można zatem deprecjonować wartości obecności matki, gdyż jest ona fundamentalna w rozwoju religijnym osoby. Człowiek powinien czuć się przyjęty, kochany i chciany przez Boga. W tym pomaga obecność matki, a jeśli jej zabraknie, to człowiek zwróci się ku sobie. Ulegną zniszczeniu jego głębokie pokłady uczuciowości, ukierunkowanej na Boga⁶⁹.

Obecność matki nie wystarczy, aby wypełnić pragnienie kontaktu z Bogiem. Dziecko potrzebuje osadzenia w rzeczywistości, aby będąc pod wpływem matki, nie uległo wpływowi niszczącego mistycyzmu. Jeśliby zredukować religijność tylko do pragnienia, do niezaspokojonej tęsknoty czy do uczucia nostalgii, to człowiek przeżywałby sentymentalizm, w którym Bóg jako osoba nie jest

⁶⁸ Por. E. Sanguineti, *Spiritualità e patologia*, „Rivista di ascetica e mistica” 54(1985), s. 331-336; J. Aumann, *Maladie mentale et perfectione chrétienne*, „La Vie „Spirituelle Supplément” 39(1956), s. 440-449 ; C. Beccatini, *Maturità psicologica*, w: E. Ancilli, *Dizionario Enciclopedico di Spiritualità* /2, Roma 1990, s. 1550-1558.

⁶⁹ Por. A. Vergote, *Psicologia religiosa*, dz. cyt., s. 171, 207-208.

obecny. To niebezpieczeństwo sentymentalizmu może zagrażać również duchowości Serca Jezusa, w której rola uczuciowości jest wyjątkowa⁷⁰.

W rozwoju uczuciowości i religijności bardzo ważną rolę – w pewnym czasie – zaczyna odgrywać ojciec. Przyjmuje ją przede wszystkim nie przez to, kim jest, ale przez to, jakie miejsce zajmuje w relacjach rodzinnych. Ojciec przerywa stan wiecznej szczęśliwości, bezpieczeństwa, nieograniczonej przyjemności, pragnienia. Oddziela dziecko od matki i prowadzi do nawiązania relacji z innymi osobami, a więc i z Bogiem. Czyni to już przez sam fakt bycia w rodzinie. Wprowadza dziecko i jego uczuciowość w realny świat. Jego słowa kształtuje zachwyt. Wychowując z czułością do prawa, ojciec pomaga dziecku je uwewnętrzniać, a także stawiać się osobą wolną i autonomiczną, zdolną do osiągania własnych pragnień. W strukturze religijności ojciec symbolizuje Boga jako osobę, autora prawa moralnego, a także model świętości, którą można zdobyć⁷¹.

Należy jednak podkreślić, że z chrześcijańskiego punktu widzenia rzeczywistość Boga, który ma w sobie cechy matczyne i ojcowskie, jest o stokroć bogatsza⁷².

Zatem matczyna i ojcowska miłość, doświadczona w pierwszych latach życia jest bardzo ważna. Staje się fundamentem naturalnej ufności, otwarcia się na innych, daje możliwość wierzenia w miłość. Prowadzi do umiłowania Boga poprzez czynienie daru z siebie samego i służbę najbliższym w duchu ofiarności⁷³.

Jeśli więc w przeżywaniu religijności odnajdziemy jakąś neurozę lub inne przejawy niedojrzałości uczuciowej, to nie są one owocem życia religijnego, ale znakiem nierozwiązanego konflik-

⁷⁰ Por. M. Szentmártoni, *In cammino verso Dio*, dz. cyt., s. 43.

⁷¹ Por. A. Vergote, *Psicologia religiosa*, dz. cyt., s. 192-198, 208.

⁷² Por. B. Goya, *Psicologia e vita spirituale*, dz. cyt., s. 214-216.

⁷³ Por. M. Szentmártoni, *In cammino verso Dio*, dz. cyt., s. 27, 42-45; B. Giordani, *Psicopatologia e vita spirituale*, dz. cyt., s. 2081; B. Goya, *La psicologia e vita spirituale*, dz. cyt., s. 215-216.

tu z dzieciństwa. Nie tyle więc trzeba zmieniać religijność samą w sobie, co nade wszystko jej przeżywanie. Na przykład religijność narcystyczna wskazuje na chęć wypełnienia pustki, owoc uczuciowej frustracji z czasów dzieciństwa⁷⁴.

Religijność sama w sobie – w której element uczuciowy nie jest peryferyjny, ale centralny – dąży do integracji całej istoty ludzkiej. W religijności uczuciowość staje się polem otwarcia na misterium. Można rzec, że poprzez dojrzałe przeżywaną uczuciowość tajemnice religijne „wchodzą” do wnętrza osoby. Tak więc wartości, obecne w każdym typie przeżycia religijnego, mają okazję stać się zasadą jednoczącą w jakiejkolwiek sytuacji. Energia związana z przeżyciem ukierunkowywana jest na cel, który przekracza człowieka. Wartości istniejące w religijności są przeżywane jako źródło życia. Nie dlatego, że przynoszą korzyści, ale dlatego, że są wartościowe same w sobie. Należy zatem dobitnie podkreślić, że dzięki religijności osoba niedojrzała emocjonalnie ma możliwość dojrzewania. Dzieje się to niejako przy okazji, gdyż istotnym celem religijności nie jest uzdrawianie uczuciowości. Religijność nie może zastąpić terapii, pracy psychologa lub psychiatry⁷⁵.

Według M. Szentmártoni, religijność w relacji do życia uczuciowego posiada dwie pozytywne funkcje: prewencyjną i terapeutyczną. Pierwsza jest możliwa do zaobserwowania przy wychodzeniu z nerwic wymagających procesów terapeutycznych. Procesom tym mogą odpowiadać niektóre sposoby przeżywania religijności. Podczas terapii człowiek uwalnia się od przesadnego lęku, powodu i podstawowego symptomu neurozy; różne formy psychoterapii

⁷⁴ Por. B. Giordani, *Psicopatologia e vita spirituale*, w: E. Ancilli, *Dizionario di Spiritualità*, Roma 1990, s. 2081-2083; B. Goya, *Psicologia e vita spirituale*, dz. cyt., s. 210-211.

⁷⁵ Por. A. Manenti, *Życie ideałami. Między lękiem a pragnieniem*, dz. cyt., s. 19-28; tegoż, *Integrazione psichico-spirituale. Schemi per le lezioni*, maszynopis, Roma 2004, s. 1-5; A. Vergote, *Psicologia religiosa*, dz. cyt., s. 30l; *Psicología y vida espiritual*, „*Rivista de espiritualidad*” 30(1971), s. 492.

wykorzystują te same procesy psychiczne, których ludzki organizm spontanicznie używa do obrony swego centrum. Efektem autentycznej duchowości również jest umocnienie tego centrum. Życie duchowe oczyszcza nieuporządkowane uczucia, ukierunkowuje na wartości, wskazuje motywy prowadzące do zaakceptowania siebie samego. Prowadzi również ku wewnętrznej wolności. Takie oznaki jak pokój, przebaczenie, wiara, miłość, prawda, wdzięczność wskazują zarówno na właściwie przeżywane procesy religijne, jak i na dojrzałość uczuciową⁷⁶.

Jeśli porówna się niektóre praktyki religijne z pewnymi technikami psychoterapeutycznymi, można zauważyć funkcję terapeutyczną życia duchowego. Na szczególne uznanie zasługuje technika zwana „transferem”, której się używa w pracy nad światem uczuć, pragnąc uzdrowić relacje z ojcem, matką i rodzeństwem. Terapeuta występuje w roli tych osób i pomaga przepracować relacje z nimi. W praktyce duchowej podobną pomoc przynosi wiara osobowa. Przeżywając wiarę, można przy okazji uzdrowić swe relacje z bliskimi z pierwszych lat życia. M. Szentmártoni pisze, że poprzez relację z Bogiem Ojcem można wypełnić wszystkie pustki w relacjach z własnym ojcem. Natomiast dzięki relacji z Maryją można niejako przy okazji uzdrowić stosunki z własną matką. Relacja z Jezusem staje się okazją do odbudowania relacji z rodzeństwem⁷⁷.

Psychologia transpersonalna opisuje różne efekty będące owocem przeżycia religijnego. Do terapeutycznych należą stałość i harmonia, do fizjologicznych – rozprężenie. Są również takie, jak wol-

⁷⁶ Por. M. Szentmártoni, *In cammino verso Dio*, dz. cyt., s. 29-35; tegoż, *Vita spirituale e salute mentale*, „Rassegna di teologia” 34(1993), s. 283-291; B. Giordani, *Psicopatologia e vita spirituale*, dz. cyt., s. 2086. R.E. Hopson, *The Role of Faith in the Psychotherapeutic Context*, „Journal of Religion and Health” 2(1992), s. 100-103. Por. S. Prasions, *Spiritual Aspects of Psychotherapy*, „Journal of Religion and Health” 1(1992), s. 43-49.

⁷⁷ Por. M. Szentmártoni, *In cammino verso Dio*, dz. cyt., s. 38.

ność od wewnętrznych blokad, wątpliwości, fobii. Wymienia się również nadzwyczajne efekty, takie jak większe natężenie uczuć, przeżycia ekstatyczne czy wręcz mistyczne⁷⁸.

2. Związek między uczuciowością a „życiem w Chrystusie”

W przypadku chrześcijanina nie należy poprzestać tylko na rozważaniu czynników naturalnych. Istotne znaczenie posiada dla niego fakt bycia wszczepionym w Chrystusa, a także bycia członkiem Kościoła. Nauczanie teologiczne ukazuje, że chrześcijanin żyjąc w jedności z Bogiem i z drugą osobą, odnajduje pokój, radość, miłość i bezpieczeństwo mimo różnorodnych, nie wyłączając emocjonalnych, zakłóceń. Udział w życiu Trójcy Świętej nie niszczy spontanicznych reakcji natury i nie pozbawia dewiacji psychicznych nabytych w dzieciństwie lub wpływających z błędnego wychowania religijnego.

Po pierwsze należy zwrócić uwagę na relację między naturą i łaską. Opisując ją, G. Goya wymienia pięć tradycyjnych zasad. Po pierwsze łaska niejako wchodzi w psychiczną naturę człowieka, stając się dla niej darem darmo danym. Żadne studium psychologiczne nie może tego ani ocenić, ani zmierzyć⁷⁹.

Po drugie łaska adaptuje się do warunków danej osoby. Można powiedzieć, że „blask życia nadprzyrodzonego staje się bardziej ożywczy i widoczny wtedy, kiedy bardziej wzmocniona jest naturalna baza, na której się opiera”. Zatem dojrzałość psychiczna staje się fundamentem dla bardziej owocnego działania łaski⁸⁰.

Po trzecie, pisze Goya, każdy wierzący działa według tego, kim jest, ponieważ sposób działania zawsze wypływa ze sposobu bycia. Każda osoba powinna znaleźć swój wyjątkowy styl działania, odpowiadający jej wiekowi, środowisku, w którym żyje, otrzyma-

⁷⁸ Por. G. Goya, *Psicologia e vita spirituale*, dz. cyt., s. 209-210.

⁷⁹ Por. tamże, s. 46-47.

⁸⁰ Tamże, s. 48.

nemu wychowaniu, osobowości. Tylko w taki sposób, współpracując z łaską, osiągnie się dojrzałość uczuciową oraz duchową⁸¹.

Po czwarte łaska nie niszczy, ale udoskonala naturę. Pewne środowiska psychologiczne kontrując życie religijne nie widzą, że pomaga ono osiągnąć dojrzałość emocjonalną. Spotkania z Bogiem, opisane w Piśmie Świętym, ukazują, że Bóg staje się modelem dojrzałego człowieczeństwa. On także oczyszcza i zachęca człowieka, aby osiągnął dojrzałość. Łaska staje się dla psychiki stymulatorem pobudzającym do pełnej integracji wszystkich poziomów człowieczeństwa. Dla osoby wierzącej otwarcie się na łaskę jest bardzo ważne. „Łaska zatem w pewnym sensie wzbudza dojrzałość psychiczną. W pełni dojrzały chrześcijanin będzie także osobą we wszystkim dojrzałą, która przekroczyła swój egocentryzm i otworzyła się na transcendencję i solidarność. Przesłanie Chrystusa proponuje ludzkości nową godność człowieka, określając ją jako najwyższą wartość Syna Bożego”⁸².

Po piąte punktem, w którym spotykają się natura i łaska, jest miłość, widziana jako międzyosobowa relacja. Zarówno na poziomie natury, jak i na poziomie objawienia oraz łaski człowiek jest wezwany do przekroczenia siebie samego i zwrócenia się ku drugiemu. W ten sposób realizuje swoje powołanie do miłości (por. J 15,13)⁸³.

Dojrzałość uczuciowa zakłada świadomość szczególnej przemiany w życiu człowieka. W przypadku osoby wierzącej nie może się ona dokonać na drodze wykluczającej łaskę. Innymi słowy: dojrzałość emocjonalna zakłada centralność pewnej szczególnej, wyjątkowej miłości w ludzkiej egzystencji. Jan Paweł II powiedział: „Warunkiem dojrzewania uczuciowego jest świadomość, że centralne miejsce w ludzkim życiu zajmuje miłość. W rzeczywistości

⁸¹ Tamże, s. 49-50. Więcej na ten temat w: H. Alphonso, *La vocazione personale. Trasformazione in profondità per mezzo degli esercizi spirituali*, Roma 2002, s. 22-37.

⁸² B. Goya, *Psicologia e vita spirituale*, dz. cyt., s. 51.

⁸³ Tamże, s. 51-52.

bowiem, jak napisałem w Encyklice *Redemptor hominis*, «człowiek nie może żyć bez miłości. Człowiek pozostaje dla siebie istotą niezrozumiałą i jego życie jest pozbawione sensu, jeśli nie objawi mu się Miłość, jeśli nie spotka się z Miłością, jeśli jej nie dotknie i nie uczyni w jakiś sposób swoją, jeśli nie znajdzie w niej żywego uczestnictwa». Mowa tu o miłości, która ogarnia całą osobę, we wszystkich jej wymiarach i sferach: fizycznej, psychicznej i duchowej, i która znajduje wyraz w «oblubieńczym sensie» ludzkiego ciała, dzięki któremu osoba ofiarowuje samą siebie drugiej osobie i ją przyjmuje»⁸⁴.

Być zakorzenionym z własną uczuciowością w miłości oznacza uznać ten szczególny wymiar człowieczeństwa. Oznacza także znalezienie wewnętrznej siły, która ukierunkowuje i pomaga przekształcać uczuciowość w umiejętność składania daru z siebie. W końcu zaprasza do wykorzystania uczuciowości, aby postępować w miłości. Na osobach wierzących zatem spoczywa wielka odpowiedzialność za stawanie się uczuciowo dojrzałymi.

Tylko w takim kontekście można odkryć tę wyjątkową prawdę, że dojrzewa się na drodze do wartości przekraczającej człowieka. Dojrzewa się dzięki relacji z Osobą, która jest uobecnieniem wszystkich wartości; jest uobecnioną Miłością. Spotkanie z Chrystusem w sposób szczególny angażuje uczuciowy wymiar osoby. Serce, w którym zamieszkuje Chrystus, jest przez niego przekształcane, ożywiane przez nowe aspiracje i nowe sentymenty.

Sobory w Nicei i w Chalcedonie zdogmatyzowały prawdę, że Jezus Chrystus jest jedną osobą o dwóch naturach, prawdziwym Bogiem i prawdziwym człowiekiem. Dlatego II Sobór Watykański uczy: „Tajemnica człowieka wyjaśnia się naprawdę dopiero w tajemnicy Słowa Wcielonego. Albowiem Adam, pierwszy człowiek, był figurą przyszłego, mianowicie Chrystusa Pana. Chrystus, nowy

⁸⁴ PDV 22.

Adam, już w samym objawieniu tajemnicy Ojca i Jego Miłości objawia w pełni człowieka samemu *człowiekowi* i okazuje mu najwyższe jego powołanie (...). Ten, który jest «obrazem Boga niewidzialnego» (Kol 1,15), jest człowiekiem doskonałym, który przywrócił synom Adama podobieństwo Boże, zniekształcone od czasu pierwszego grzechu. Skoro w nim przybrana natura nie uległa zniszczeniu, tym samym została ona wyniesiona również w nas do wysokiej godności. Albowiem On, Syn Boży, przez wcielenie swoje zjednoczył się jakoś z każdym człowiekiem. Ludzkimi rękami pracował, ludzkim myślał umysłem, ludzką działał wolą, ludzkim sercem kochał, urodzony z Maryi Dziewicy, stał się prawdziwie jednym z nas, we wszystkim do nas podobny oprócz grzechu»⁸⁵.

Można powiedzieć, że osoba Jezusa ukazuje w szczególności i wyjątkowy sposób dojrzałość uczuciową. On staje się więc punktem odniesienia w przeżywaniu wspólnego doświadczenia, a także siłą prowadzącą ku prawdziwej dojrzałości emocjonalnej. Za Janem Pawłem II należy więc dodać, że „człowiek, który chce zrozumieć siebie do końca – nie wedle jakichś tylko doraźnych, częściowych, czasem powierzchownych, a nawet pozornych kryteriów i miar swojej własnej istoty – musi ze swoim niepokojem, niepewnością, a także słabością i grzesznością, ze swoim życiem i śmiercią, przybliżyć się do Chrystusa. Musi niejako w Niego wejść z sobą samym, musi sobie «przyswoić», zasymilować całą rzeczywistość Wcielenia i Odkupienia, aby siebie odnaleźć. Jeśli dokona się w człowieku ów dogłębny proces, wówczas owocuje on nie tylko uwielbieniem Boga, ale także głębokim zdumieniem nad sobą samym»⁸⁶.

W Jezusowych słowach, czynach, postawach ujawnia się prawdziwe człowieczeństwo. W Nim do głosu dochodzi Najświętsze Serce – „w którym mieszka cała pełnia Bóstwa”, a także będące

⁸⁵ GS 22.

⁸⁶ RH 10.

centrum sfery uczuciowej; centrum, w którym kryje się prawdziwe „ja” każdego człowieka. Odniesienie do ludzkiej natury Jezusa Chrystusa, szczególnie do jej wymiaru uczuciowego, odnajdujemy w encyklice Piusa XII o kulcie Serca Jezusa. „Jezus Chrystus miał prawdziwe Ciało ze wszystkimi ciałą właściwościami, wśród których najwyższa jest miłość. Nie można wątpić, że miał także serce fizyczne, naszemu podobne, bo bez tej najwspanialszej części ciała życie ludzkie nie mogłoby istnieć, także jeśli chodzi o uczucia. Serce Jezusa, złączone hipostatycznie z Boską osobą Słowa pod wpływem miłości i innych uczuć niewątpliwie ulegało poruszeniom, a poruszenia te i uczucia zgadzały się i z ludzką wolą, pełną miłości Bożej, z samą nieskończoną miłością, która Syna łączy z Ojcem i Duchem świętym, tak że nigdy nie było tam żadnego sprzeciwu pomiędzy trzema rodzajami miłości”⁸⁷.

Objawiająca się na kartach Ewangelii uczuciowość Jezusowa jest wyrazem Jego autentycznego człowieczeństwa. Jednocześnie przynależała ona do drugiej osoby Trójcy Świętej. Dla Jezusa „serce” było bardzo ważne (por. Mk 7,21-23) – serce w pojęciu biblijnym jako centrum życia wewnętrznego, fundament życia moralnego, źródło intencji, myśli oraz życia uczuciowego. To co uderza w czasie lektury Ewangelii, to fakt, że Jezus, objawiając swe Serce, rozumiane tu jako sfera uczuć, ukazuje się jako osoba, która kocha miłością przekraczającą ludzką miłość⁸⁸.

Kocha przede wszystkim swojego Ojca, do którego zwraca się z uczuciem *Abbà* (por. Mt 11,25-30). Z wyjątkową miłością odnosi się do wszystkich ludzi. Uczniom, których nazywa przyjaciółmi (*filoi*) (por. Łk 12,4), objawia swe „gorące pragnienie” spożywania razem z nimi Paschy (por. Łk 22,15). Wielką przyjaźnią darzy Łazarza oraz jego dwie siostry, Martę i Marię (por. J 11,5). Na wieść

⁸⁷ HA 22.

⁸⁸ Por. C. Bryant, *Psicologia del profondo e fede religiosa*, Assisi 1989, s. 132; L. Cian, *Cammino verso la maturità e l'armonia*, dz. cyt., s. 21-24.

o śmierci Łazarza Jezus „wzruszył się w duchu”, „rozzewnił” i „zapłakał” (por. J 11,33-35).

Ukochał także osoby żyjące na marginesie społeczności oraz dzieci (por. Mk 10,13-16). Dobroć serca i wrażliwość okazał płaczącej kobiecie, żałującej za swe grzeszne życie (por. Łk 7,37-38). Łzy bólu, będące wyrazem intymnych przeżyć, wskazują na głębokie zaangażowanie Jezusa w los umiłowanego miasta – Jerozolimy (por. Łk 19,43-44).

Jezus umiał się wczuwać w sytuację innych (por. Mk 6,30-34) oraz okazywać im współczucie, miłosierdzie i przebaczenie (por. Mt 9,36). W czasie wesela w Kanie Galilejskiej, poprzez postawę delikatności pragnął powiedzieć, że z życia ludzkiego nie wyklucza żadnego daru – jeśli jest obiektywnie dobry – poczynawszy od dóbr najwyższych (małżeństwo) aż po dozwoloną przyjemność (spożywanie wina). Jezusowa miłość góruje nad taką miłością, która ceni sobie tylko dobra najwyższe, pogardzając niższymi lub traktując je z wielką surowością.

Jezus nie wstydził się płaczu (por. J 11,33-35), cieszył się (por. Łk 10,21), zasmucał (por. Mk 14,34), a nawet wyrażał swoją złość, święty gniew (por. J 2,15). Był także wrażliwy na gesty przyjaźni oraz na wyrazy uczuć ze strony innych (por. Łk 7,37-47). Nieobce Jego sercu było także cierpienie (por. J 9,24). Kiedy wnikamy w Jego przeżycia w Ogrodzie Oliwnym, odkrywamy, że „smutna jest [Jego] dusza aż do śmierci” (Mt 26,37). Perspektywa zbliżającego się cierpienia wzbudza w Chrystusowym Sercu „drżenie i trwogę” (por. Mk 14,35)⁸⁹.

Najbardziej tajemnicę Serca odsłania Jezus w czasie Swojej Męki. Rozważając ostatnie wypowiedzi Jezusa na krzyżu, można usłyszeć głos Jego Serca, odkryć gamę wielorakich uczuć, ale przede wszystkim usłyszeć głos miłości do Ojca i do każdego człowieka.

⁸⁹ Por. G. Barbaglio, *Le emozioni e i sentimenti di Gesù*, „Servitium” 3(2000), s. 41-46; F. Ferlay, *Il cuore di Cristo mistero di Dio*, Roma 1996, s. 30-31; G. De Rosa, *Ho sete*, Roma 2005, s. 21-33; T. Zarzycki, *Dietricha von Hildebranda filozoficzno-teologiczne podstawy duchowości serca*, Lublin 1997, s. 343-350.

To w Sercu ujawnia się miłosierna miłość do oprawców, dziewczęczy nuta świętej radości z tego, że łotr będzie w raju. Można także odczuć ból rozstania z najbliższymi i pragnienie wypełnienia woli Ojca. Słysząc również ludzki ból z powodu osamotnienia, odrzucenia oraz lęk przed niewypowiedzianym cierpieniem. Ta walka natury ludzkiej z naturą drugiej osoby Trójcy Świętej kończy się zwycięstwem, absolutnym oddaniem się Ojcu, mimo że Serce krwawiło.

Sytuacja ta nie zmieniła się po cudzie zmartwychwstania. Warto zwrócić uwagę na fakt, że zmartwychwstały Jezus bardzo czule rozmawiał z Marią Magdaleną (por. J 20,16). Tak samo odnosił się do Piotra (por. J 19,28-37)⁹⁰.

W przeżywaniu miłości do Ojca i do ludzi Jezus uwzględnia rolę uczuć, ale przemienionych przez Miłość. Prawdę tę ukazuje przypowieść o dobrym Samarytaninie, w której działanie jej bohatera wypływa z głębokiego współczucia napadniętemu. Chrystus w tej przypowieści ukazuje przede wszystkim miłość przekraczającą wszelką naturalną, międzyludzką serdeczność. Kapłana i lewity nie wzrusza sytuacja poranionego człowieka, ponieważ kierują się naturalnymi odruchami ostrożności lub tylko formalnymi zobowiązaniami⁹¹.

Jezus nie tylko ukazuje bogactwo swojego życia uczuciowego. Wskazuje także, że ten uczuciowy wymiar Jego ludzkiego życia był dojrzały, ponieważ był zjednoczony z miłością. „Strumień miłości i miłosierdzia przenika przez Serce Jezusa. Ono jest kanałem, przez który przepływa do nas miłość Boska i ludzka w całej jej pełni”⁹².

⁹⁰ Tamże, s. 350-353.

⁹¹ Por. G. Barbaglio, *Le emozioni e i sentimenti di Gesù*, dz. cyt., s. 50; S.T. Zarzycki, *Dietricha von Hildebranda filozoficzno-teologiczne podstawy duchowości serca*, dz. cyt., s. 345.

⁹² Por. tamże, s. 353.

W Sercu Jezusa możemy kontemplować spotkanie Bożej i ludzkiej miłości. Jeśli w życiu człowieka dokona się prawdziwe spotkanie, nawiąże się prawdziwa relacja między miłością ludzką a Bożą, to wymiar uczuciowy ma wielką szansę na to, by dojrzewać. Uczuciowość Jezusa jest zatem modelem do naśladowania, źródłem łaski, a także tym, dzięki czemu uczuciowość człowieka może się stać dojrzłą⁹³.

Każdy ochrzczony żyje w Chrystusie, z Chrystusem i przez Chrystusa. Posiada więc nową godność – bycie synem w Synu. Z tego powodu należy mówić o „nowej uczuciowości” osoby ochrzczonej; uczuciowości duchowej widzianej jako ideał do osiągnięcia przez tych, którzy są wszczępieni w Chrystusa. Odgrywa ona szczególną rolę w momencie doświadczenia religijnego, kiedy to spotykają się wymiary uczuciowości ludzkiej i nadprzyrodzonej z darem Ducha Świętego. To On potrafi przekształcać ludzkie serce (por. 1 Kor 6,19), czyli ukierunkowuje człowieka tak, by posiadał w sobie te same sentymenty, dążenia, które ożywiały Serce Jezusa⁹⁴.

Należy także zaznaczyć, że nie jest łatwo poddać naturę działaniu łaski. Serce człowieka jest zranione grzechem pierworodnym i często jego życie uczuciowe z tego powodu jest bardzo skomplikowane. Serce człowieka nie tylko jest miejscem spotkania z łaską Ducha Świętego. Jest także skłonne do zła. „W członkach zaś moich spostrzegam prawo inne, które toczy walkę z prawem mojego umysłu i podbija mnie w niewolę pod prawo grzechu mieszkającego w moich członkach” (Rz 7,23). Tym bardziej ludzka uczuciowość domaga się oczyszczenia i uporządkowania. Dla dzieci

⁹³ Por. K. Rahner, *Teologia del Cuore di Cristo*, Roma 1995, s. 66; F. Bernasconi, *Il Cuore di Gesù e la vita comunitaria*, w: *Il cuore del mondo*, Roma 1992, s. 75-86. Por. J. Galot, *Al centro dell'amore. Il mistero del cuore di Gesù*, Roma 2003, s. 34-35.

⁹⁴ Por. A. Vanhoye, *Il Cuore di Cristo e lo Spirito Santo*, w: Ch.A. Bernard, *Il Cuore di Cristo luce e forza*, Roma 1995, s. 192-199; A.Ch. Bernard, *Teologia spirituale*, dz. cyt., s. 80-81; M. Szentmártoni, *In cammino verso Dio*, dz. cyt., s. 156-158; J. Navone, *Aspetti dell'esperienza religiosa cristiana*, „Vita Consacrata” 31(1995), s. 224.

Kościół jest to nie tylko postulat wynikający z faktu bycia stworzonymi na obraz i podobieństwo Boże. Apel o uporządkowaną uczuciowość wynika także z prawdy o grzechu pierworodnym i jego skutkach. Jeśli przez ludzką uczuciowość Jezusa przeniknęła na świat Boża miłość, podobnie ma się stać z życiem uczuciowym osoby wszczępionej w Chrystusa i żyjącej w Kościele.

Respektując autonomię psychologii i psychiatrii, jak również teologiczną zasadę: „nie oczekiwać cudu tam, gdzie są możliwe środki naturalne”, można na koniec drugiej części niniejszego artykułu stwierdzić, że każda forma religijności skłania na poziomie psychicznym – w większym lub mniejszym stopniu – do integracji uczuciowej⁹⁵.

Religijność domaga się zaangażowania całego człowieka i ukierunkowuje go ku wyższym uczuciom i wartościom. Jej szczególny związek z ludzką uczuciowością tym bardziej ukazuje istotną rolę religijności w procesie dojrzałości emocjonalnej. Religijność przeżywana w szczególny sposób, na fundamencie chrześcijaństwa, gdzie natura spotyka się z łaską, przekształca człowieka w kogoś, kto jest w posiadaniu miłości, chce jej szukać i nią się dzielić.

W sposób szczególny dojrzałość emocjonalna jest ofiarowana tym, którzy wchodzą w jedność z Sercem Jezusa. Nie jest Ono tylko najprawdziwszym przykładem dojrzałego serca. Zaprasza do wejścia w taką relację, w której nastąpi spotkanie człowieka z Jezusem na wspólnym polu doświadczenia uczuciowego. Serce Jezusa zaprasza do głębokiego zjednoczenia się z tymi samymi dążeniami, które Ono posiadało, z tą samą miłością, która Je wypełniała, a przez działanie Ducha Świętego jest obecna w sercu każdego wierzącego.

⁹⁵ G. Pesenti, *Integrazione affettiva*, „Revista di Vita Spirituale” 28(1974), s. 45. Por. M. Szentmártoni, *In cammino verso Dio*, dz. cyt., s. 36-40; tegoż, *Volto e volti. Aspetti psico-spirituali dell'identità personale*, „Gregoriana” 3(2001), s. 457-475. Por. F. Giardini, *Maturità umana e perfezione cristiana*, dz. cyt., s. 303.

Osoba wierząca, przeżywająca duchowość Serca Jezusa, nie powinna „gasić” uczuciowego wymiaru życia. Jest zaproszona do przeżywania go w odpowiedzialności za dar Bożej miłości. Kochać Boga oznacza przekraczać siebie samego i służyć tym, których kocha Bóg. A to właśnie są oznaki dojrzałości emocjonalnej. Jest to możliwe do osiągnięcia dzięki stałej i konsekwentnej praktyce, czyli przeżywaniu doświadczenia religijnego.

III. Duchowość Serca Jezusa przemieniającą siłą

Analizując wpływ duchowości Serca Jezusa na drodze do dojrzałości uczuciowej, ukazano, że nie wystarczy w życiu kontrolować świata uczuć za pomocą rozumu. Dlaczego emocjonalność człowieka miałyby zasługiwać na drugorzędne traktowanie? Dojrzałość uczuciową można osiągnąć na wspólnym polu doświadczania tych samych wartości, które proponuje religia, a dla nas osoba Jezusa Chrystusa w tajemnicy Serca.

Zaznaczono już w poprzedniej części wewnętrzny związek pomiędzy życiem Chrystusa i w Chrystusie a uczuciowością osoby ochrzczonej. W duchowości Serca Jezusa związek ten postrzegany jest jako istotny. Właściwie zrozumiany ma możliwość dojrzwania. Duchowość Serca Jezusa, oparta na Objawieniu i objawieniach prywatnych, trwa w nieprzerwanej Tradycji Kościoła, która jako centrum wiary kontempluje misterium przebitego boku. Odejście od tej drogi owocowało złym zrozumieniem uczuciowości w kontekście miłości Serca Jezusowego. W historii duchowości zdarzało się, że mówiono o płytkim współczuciu Sercu Jezusa. Nie da się ukryć, że te przejawy sentymentalizmu uczuciowego prowadziły do wielu wypaczeń religijnych i osobowościowych.

W ostatniej części rozważań dotyczących duchowości Serca Jezusa jako drogi ku dojrzałości uczuciowej zostanie jeszcze wyraźniej ukazane, że domaga się ona włączenia wymiaru uczu-

ciowego w przeżywanie relacji z Sercem Jezusa, która ludzką uczuciowość ubogaca i uzdrawia. Rozważania zostaną ukazane w szerszym kontekście doświadczenia religijnego. Tylko w takim porządku można odkryć, że człowiek ma możliwość dojrzewania uczuciowego⁹⁶.

1. Duchowość Serca Jezusa apeluje o uczuciowy wymiar człowieka

Liczne elementy łączące ludzką uczuciowość i duchowość Serca Jezusa ukazują, że ta ostatnia jest drogą, na której osoba może się stać uczuciowo dojrzała. Jak to się ma w praktyce, osobistym doświadczeniu, przeżyciu, czyli na drodze doświadczenia religijnego? Ten szczególny związek odkrywamy, rozważając sam termin „doświadczenie religijne”. Według A. Vergote, jest to „bezpośredni i uczuciowy kontakt z wymiarem boskim”⁹⁷. Pojęcie to zakłada obiektywną relację z rzeczywistością nadprzyrodzoną. W człowieku ta relacja jest namacalna, to znaczy odczuwalna w wymiarze poznawczym i uczuciowym. Rozwija się w czasie. Jak pisze Ch. A. Bernard, doświadczenie religijne jest różne od jakiegokolwiek doświadczenia naukowego lub czysto zmysłowego. Jest otwartością serca, to znaczy gotowością na to, aby całą energię życiową ukierunkować na centralnie umiejscowiony przedmiot, wartości lub osobę. Tak więc element uczuciowy wyróżnia każde doświadczenie religijne⁹⁸.

Wiarygodność faktu, że w duchowości Serca Jezusa następuje bezpośredni i uczuciowy kontakt z wymiarem nadprzyrodzonym, udokumentowana jest samym fundamentem tej duchowości. Są nim dane biblijne, a szczególnie przekaz św. Jana o otwarciu

⁹⁶ Por. M. Szentmártoni, *Spiritualità del Sacro Cuore e affettività*, dz. cyt., s. 314-315.

⁹⁷ A. Vergote, *Psicologia religiosa*, dz. cyt., s. 97.

⁹⁸ Por. A.Ch. Bernard, *Teologia spirituale*, dz. cyt., s. 77-80; A. Manenti, *Życie ideałami. Między lękiem a pragnieniem*, dz. cyt., s. 19-27.

boku i przebicium Serca (por. J 19,33-34). Potwierdzają to także doświadczenia niezliczonej liczby wierzących, szczególnie mistyków, na przestrzeni wieków.

Aby opisać duchowość Serca Jezusa jako przeżywaną, doświadczaną, należy użyć trzech terminów: kult, pobożność, duchowość. Pojęcie „kult” wyraża zrozumienie liturgiczno-eklezyjalne celebrowanego misterium. Słowo „pobożność” odnosi się do aspektu osobowego i do pobożności ludowej. Tajemnica Serca Jezusa jest adorowana poprzez różne praktyki duchowe. Nie jest najważniejsza suma praktyk, ale wysiłek włożony, aby dojść do syntezy wiary, która pomaga konkretnie i osobiście w rozważaniu tajemnicy tegoż Serca. Podążając tym tropem, można dojść do pojęcia „duchowości”. Jest to nieustanna, osobowa i przyjacielska relacja z Jezusem w tajemnicy Jego Serca; relacja centralna w całym życiu duchowym. Jest wewnętrznym dynamizmem poznawania i przynależności, zmierzającym ku pełni⁹⁹.

Każde z powyżej zaprezentowanych pojęć w sobie samym zawiera obecność wymiaru uczuciowego, oczywiście w różnym natężeniu. W szczególny sposób wymiar ten można zauważyć w określonej praktyce pobożnościowej, widzianej jako element duchowości. Każda z tych praktyk, specyficzna dla duchowości Serca Jezusa, posiada wymiar osobistego zaangażowania, również zaangażowania wymiaru uczuciowego. Konkretna praktyka pobożności w sposób prosty zawiera całe bogactwo misterium, które teologia tłumaczy, bazując na Piśmie Świętym, tradycji i refleksji naukowej. Ch. A. Bernard tak tłumaczy ten ruch: „wybierając jakiś znak, który przykuwa duchową uwagę, praktyka pobożnościowa proponuje do rozważenia tajemnicę wiary w sposób bardziej konkretny. Ta konkretyzacja odnosi się, na przykład, do ściślejszej motywacji, włączonej w życie duchowe Kościoła. W taki sposób

⁹⁹ Por. A.Ch. Bernard, *La spiritualità del Cuore di Cristo*, Cinisello Balsamo (Milano) 1989, s. 9-25.

duchowość Serca Jezusa odniosła się do sceny o otwarciu boku, która stała się na przestrzeni wieków przedmiotem kontemplacji dla licznych mistrzów życia duchowego, co zmanifestowało się przez określoną praktykę czci tej szczególnej tajemnicy wiary. Istnieje jednakże niebezpieczeństwo, że bardziej będzie się liczyła zewnętrzna praktyka niż wewnętrzne nastawienie, które ma ożywiać każdą formę duchowości¹⁰⁰.

O tym, że duchowość Serca Jezusa „wciąga” ludzką uczuciowość, świadczy także jej wymiar historyczny. Historyczne źródło danej pobożności zawsze odnosi się do jakiegoś szczególnego, duchowego doświadczenia. W przypadku duchowości Serca Jezusa należałoby się odnieść do objawień Małgorzaty Marii Alacoque, a także do średniowiecznej duchowości Serca Jezusa – szczególnie trzeba tu zwrócić uwagę na takie osoby, jak Matylda z Magdeburga i św. Gertruda z Helfty¹⁰¹.

Element uczuciowy jest jeszcze bardziej widoczny, kiedy zwróci się uwagę na sferę wyobrażeniową i symboliczną duchowości Serca Jezusa. Upragnionego przedmiotu, to znaczy Boga, nie da się bezpośrednio dostrzec, ale odnajduje się Go w znaku, w którym się wyraża, a który można zdefiniować jako rzeczywistość bogatą w myśli i uczucia. Rzeczywistość ta istnieje w sobie samej i jest zdolna wskazywać jakąś inną, np. nadprzyrodzoną. Na początku duch ludzki korzysta z tego pośrednictwa, a potem otwiera się na wskazywaną rzeczywistość. W doświadczeniu duchowym jest to właśnie rzeczywistość duchowa, osobowa, czyli Bóg¹⁰².

Tylko istota ludzka jest bytem, który dokonuje symbolizacji, żyje i decyduje, opierając się na procesach bogatych w uczuciowość.

¹⁰⁰ Ch.A. Bernard, *La teologia spirituale*, dz. cyt., s. 124.

¹⁰¹ Por. A. Tessarolo, *Cuore di Gesù (devozione al)*, w: E. Ancilli, *Dizionario Enciclopedico di spiritualità /1*, Roma 1990, s. 693-696.

¹⁰² Por. A. Manenti, *Integrazione psichico-spirituale. Schemi per le lezioni*, dz. cyt., s. 12; A. Vergote, *Psicologia religiosa*, dz. cyt., s. 184; A.Ch. Bernard, *Teologia spirituale*, dz. cyt., s. 181-188

Symbol pobudza wrażenia, scala uczucia, pragnienia i oczekiwania. W Piśmie Świętym i dziełach wielu mistyków występują liczne znaki, świadczące o uczuciowym stosunku człowieka do konkretnej tajemnicy symbolu wiary¹⁰³.

Druga funkcja znaku dotyczy relacji między nim a tym, do czego on odsyła, a poprzez niego z ukazywaną tajemnicą. Znaki, wzbudzając reakcję uczuciową, kreują związek wzajemnego współuczestniczenia. Energia uczuciowa jest skoncentrowana na danym symbolu, który ją wykorzystuje na swój użytek¹⁰⁴.

Znaki, stając się „uosobieniami” bardziej emocjonalnymi niż logicznymi, mogą ukierunkować osobę niejako na wyjście poza siebie i podążanie ku innej rzeczywistości. Dzięki znakowi człowiek odnajduje siebie samego niejako odbitego w zwierciadle. Oczywiście zależy to od rodzaju i natężenia uczucia oraz od znaku – czy jest on cenny sam w sobie, czy tylko dla danej osoby. Jeśli znak nie wzbudza uczuć, to znaczy, że stał się czysto formalny lub jest oparty tylko na subiektywnych motywacjach¹⁰⁵.

W doświadczeniu religijnym znak prowadzi ku Bogu, ale także i Bóg zamieszkuje w znaku. Istotna jest tu relacja między człowiekiem a Bogiem, ponieważ to ona sprawia, że człowiek dojrzewa. Dojrzewa się uczuciowo, ale i religijnie tylko dzięki tej relacji. Bóg, który jest w niej obecny od początku, przez osobę jest odkrywany stopniowo. Doświadczył tego chociażby św. Paweł (por. Ga 1, 12-24). Zadaniem osoby jest stworzenie odpowiedniego klimatu – wewnętrznego milczenia, wyciszenia – aby otworzyć się na Tego, który jest na początku wszystkiego. Dzięki temu osoba odkrywa w sobie dwa typowe uczucia: zachwyt, ponieważ to doświadczenie jest piękne, a także obawę, aby się nie skończyło¹⁰⁶.

¹⁰³ Tamże, s. 189-190.

¹⁰⁴ Tamże, s. 191.

¹⁰⁵ Por. A. Manenti, *Integrazione psichico-spirituale. Schemi per le lezioni*, dz. cyt., s. 14.

¹⁰⁶ Por. L.M. Rulla, *Antropologia della vocazione cristiana*, dz. cyt., s. 238-243.

W Ewangelii św. Jana słowo „znak” (*semeion*) bardzo często jest używane po to, aby opisać tajemnicę Wcielenia. W szczególny sposób odnosi się do misterium Serca Jezusa, zwłaszcza do biblijnej sceny przebicia boku Chrystusa i Jego Serca. Apostoł Jan pisze: „Przyszli więc żołnierze i połamali gołenie tak pierwszemu, jak i drugiemu, którzy z Nim byli ukrzyżowani. Lecz gdy podeszli do Jezusa i zobaczyli, że już umarł, nie łamali Mu gołeni, tylko jeden z żołnierzy włócznią przebił Mu bok, a natychmiast wypłynęła krew i woda” (J 19,33-35). Apostoł, kontemplując tę scenę, pragnie widzieć ją jako znak tajemnicy paschalnej. Posiada ona wiele znaczeń. Wypłynięcie wody symbolizuje ofiarowanie życia na nowo, wytryśnięcie źródła, jakim jest Duch Święty. Natomiast krew oznacza życie doświadczone cierpieniem ciała, a także ofiarowane w czasie męki i śmierci jako dar dla ludzkości. Krew i woda to symbole centrum misterium paschalnego, sakramentów chrztu i Eucharystii. Wskazują także na przejście od śmierci do życia. To przejście jest także symbolem tajemnicy Trójcy Świętej, jej wewnętrznego dynamizmu. Jest to także odniesienie do wnętrza człowieka, który po otrzymaniu daru łaski sam staje się źródłem wody żywej¹⁰⁷.

Woda, krew, bok w swojej głębi przywołują tajemnicę serca. Samo słowo „serce” kojarzy się ze sferą uczuciową, jest ono bowiem źródłem wszelkich emocji. Różnorodne odczucia mają pod względem jakości, rangi i struktury jedno źródło pochodzenia. Ale serce także dlatego jest centrum sfery uczuć, że reaguje na to, co wartościowe. Jest przeciwieństwem uczuciowości opartej na wrażeniach i emocjach, pozbawionej intencjonalnego charakteru odpowiedzi na to, co wartościowe. Serce, w prawdziwym sensie, jest miejscem duchowych przeżyć. W Sercu Chrystusowym opierały się one na miłości do Ojca i do ludzi.

Por. też A. Manenti, *Integrazione psichico-spirituale. Schemi per le lezioni*, dz. cyt., s. 16-17.

¹⁰⁷ Tamże, s. 37.

Święty Jan wskazuje również na podstawową motywację tajemnicy zbawienia. Jest nią miłość. Duchowość Serca Jezusa jest zaproszeniem do tego, aby cała ludzkość, co więcej – wszechświat odnalazł się w tej jedynej miłości. „Wszystko pochodzi z pierwotnej miłości Stworzyciela, wszystko jest odnawiane w miłosiernej miłości Ojca, objawionej w Sercu Jezusa, i wszystko jest skierowane na objawienie pełnej i ostatecznej miłości, która znalazła zamieszkanie w przebitym Sercu Jezusa”¹⁰⁸.

Przeżycie znaku wiary, jakim jest otwarty bok i przebite Serce, oznacza uzmysłowienie sobie, że poprzez wszystkie wymiary człowieczeństwa, również uczuciowość, Bóg pragnie objawić swoją miłość. Widziana w tej duchowej optyce uczuciowość staje się dobrą, ale jednocześnie podlega nieustannemu rozwojowi.

Należy się więc przyjrzeć rozwojowi uczuciowości w doświadczeniu religijnym. Proces ten dokonuje się w oparciu o cztery fazy (w porządku logicznym, a niekoniecznie chronologicznym).

Pierwszym momentem jest „dotknięcie serca” przez samego tylko Boga. Jest to dar, który człowiek otrzymuje od Niego za darmo. Odwiecznie miłujący Bóg przemawia w najgłębszych pokładach ludzkiego serca, nie używając słów, ale pozwalając człowiekowi, by Go dostrzegł. Osoba czuje, jakby została „wzięta pod ramię” przez Boga, pociągnięta przez transcendentne wartości. Odkrywa, że to, co wcześniej wydawało się niemożliwe, staje się możliwe do zrealizowania. Ta czysta otwartość na Boga dokonuje się w najbardziej intymnym centrum istoty ludzkiej, w głębokości jej serca¹⁰⁹.

Drugi moment to początek współpracy człowieka z Bogiem. Dokonuje się ocena refleksyjna i uczuciowa. Rodzi się radość lub opór wobec wcześniejszej intuicji. Ocena jest czysto uczuciowa, ponieważ człowiek nie zna jeszcze szczegółów, aby móc doko-

¹⁰⁸ Ch.A. Bernard, *Teologia spirituale*, dz. cyt., s. 126.

¹⁰⁹ Por. A. Manenti, *Żyć ideałami. Między lękiem a pragnieniem*, dz. cyt., s. 42.

nać oceny intelektualnej oraz wyboru porefleksyjnego. Jest przyciągany przez Boga, choć nie ma jeszcze świadomości, kim On jest. Można więc mówić o poznaniu z miłości, o uczynieniu pierwszych kroków w kierunku poznania treści tajemnicy, którą osoba wcześniej już zaakceptowała *a priori*. W tym przypadku miłość poprzedza poznanie. Przedmiot miłości uchwycił całą energię osoby, a teraz pragnie jej się objawić¹¹⁰.

Trzecim elementem jest wstępna decyzja, kiedy człowiek zaangażowany z całą intencjonalnością i uczuciowością pragnie odpowiedzieć na dar. Wykorzystuje wszystkie talenty, odkrywa i oczyszcza nieświadomość, aby zintegrować swój wybór z resztą osobowości¹¹¹.

Na czwartym etapie następuje integracja dokonanego wyboru. Dotyka ona sfery uczuciowej, aby to w niej dokonała się prawdziwa odpowiedź, polegająca na zintegrowaniu wartości przekraczających człowieka z jego naturalnymi predyspozycjami. Osoba dąży do realizacji prawdziwego dobra. Szuka Boga dla Niego samego. Chce też złożyć całkowity dar z siebie. Odpowiedź jest osobowa i w tym sensie subiektywna. Musi taka być, aby uniknąć formalizmu, jakim jest fundamentalizm. By zaś uniknąć spirytualizmu pod postacią fanatyzmu, należy osiąść świadomość obiektywnego wymiaru, nowej godności osoby. Tylko to pomoże zobaczyć przeszłość w nowym świetle i z realizmem spojrzeć na przyszłość bez oczekiwania cudów lub używania infantylnej przypadkowości zdarzeń¹¹².

Dwie ostatnie fazy obejmują działania człowieka. Tylko na ich przykładzie jest możliwe opisanie, w jaki sposób osoba może odpowiedzieć na pragnienie ukochania każdego człowieka, wyrażone przez Serce Jezusa. Oczywiście jest, że nie może być innej odpowiedzi

¹¹⁰ Por. L.M. Rulla, *Antropologia della vocazione cristiana*, dz. cyt., s. 181; A. Manenti, *Żyć ideałami. Między lękiem a pragnieniem*, dz. cyt., s. 42-44.

¹¹¹ Tamże, s. 44-45.

¹¹² Tamże, s. 46-47. Por. A.Ch. Bernard, *Teologia spirituale*, dz. cyt., s. 80.

jak tylko miłość do Boga przez miłość do konkretnej osoby. Dlatego duchowość Serca Jezusa wymaga odpowiedzi pośrednich, konkretnych zachowań, które pomogą w złożeniu całkowitego daru z własnego życia, jeśli się będzie je praktykować. Konkretnie postawy, widziane jako wypracowane cnoty, są więc bardzo ważne na drodze ku dojrzałości uczuciowej.

Warto zwrócić uwagę na dwie postawy: uwewnętrznienie wartości oraz złożenie ofiary z własnego serca. Jedność z Sercem Chrystusa nie może być prawdziwa i trwała, jeśli nie narodzi się w sercu i w nim się nie wypełni. Pierwszą postawą jest więc zwrócenie uwagi na serce, na to, co jest wewnętrzne. Serce Jezusa jest jak Arka Przymierza, która zawiera prawo (por. Ps 36,31) i zaprasza do uwewnętrznienia go, aby stało się prawem miłości. Misterium tego Serca jest również tajemnicą ofiary. Jezus, najpierw w ofierze z własnego Serca, a potem w ofierze poniesionej na krzyżu, oddaje swoje życie, całą swoją egzystencję jako Człowieka (por. J 13-17; Hbr 10,5-10)¹¹³.

Takie postawy ukierunkowują człowieka, by uczynił dar z własnego życia, to znaczy, aby się konsekrował. Konsekracja jest postawą bardzo charakterystyczną dla duchowości Serca Jezusa. Przeżywana na drodze duchowości Serca Jezusa, ma w perspektywie jedność z uczuciami i dążeniami tegoż Serca (Flp 2,5). W praktyce konsekracja Sercu Jezusa wyraża się na wiele sposobów. Niektórzy akcentują wynagrodzenie, inni ciągle nawracanie się, a jeszcze inni praktykę miłości¹¹⁴.

Duchowość Serca Jezusa charakteryzuje się również postawą współczucia, to znaczy głębokiego, uczuciowego uczestniczenia w tajemnicy Męki Chrystusa. Na przekór wielu opiniom postawa współczucia jest najlepszym sposobem wynagrodzenia. Praw-

¹¹³ Por. A. Tessarolo, *Cuore di Gesù*, dz. cyt., s. 697; Ch.A. Bernard, *La spiritualità del Cuore di Gesù*, dz. cyt., s. 50-53.

¹¹⁴ Tamże, 55-60. Por. J. Solano, *Conoscere il Cuore di Gesù. Pensieri e ricerche*, Roma 2002, s. 107.

dziwe współczucie, które łączy się z pocieszeniem, zakłada głęboką jedność serca ludzkiego z Sercem Chrystusa. Dokonuje się to między innymi w czasie Godziny świętej. Pocieszenie Chrystusa to także jednoczenie się z Nim po zmartwychwstaniu, aby we własnym sercu przeżywać radość Jego Serca. Innymi słowy można powiedzieć, że współodczuwanie z Chrystusem jest taką świadomością uczuciową, dzięki której osoba wierząca wchodzi w pole doświadczenia Serca Jezusa, czyniąc Jego doświadczenie swoim własnym. Takie przeżycie jednoczy bardzo mocno. Musi być poprzedzone świadomym przypatrywaniem się, zrozumieniem i oceną uczuć przeżywanych przez Serce Jezusa. Człowiek musi być przygotowany we własnym sercu, aby poczuć i zrozumieć intymne przeżycia Serca Jezusa¹¹⁵.

Tak głębokie doświadczenie religijno-uczuciowe jest kontynuowane poprzez apostoła, przede wszystkim w wymiarze misyjnym. Im bardziej ktoś przeżywa duchowość Serca Jezusowego, zważa na misteria Jego życia, uczestniczy w Jego cierpieniu i radości, przyjmuje za swoje Jego dążenia, tym bardziej jest zdolny do tworzenia i podtrzymywania prawdziwych przyjaźni z innymi, szczególnie z tymi, którzy są pozostawieni na marginesie społeczności. Taka osoba potrafi i chce wypełniać życiowe obowiązki. Jest zdolna do realistycznej oceny rzeczywistości¹¹⁶.

Każde doświadczenie chrześcijańskie jest ikonograficzne i symboliczne, ponieważ jedyną rzeczywistością jest życie w Chrystusie. Poprzez duchowość Serca Jezusa każde doświadczenie, nie tylko modlitwa, powinno być przeżywane w świetle wiary i relacji z Chrystusem, który udziela swojego życia i swojej miłości (por. J 1,4; J 10,10; 1 Kor 15,45). Kiedy brakuje w życiu doświadczenia religijnego, to

¹¹⁵ Por. K. Rahner, *Teologia del Cuore di Cristo*, dz. cyt., s. 86; Ch.A. Bernard *La spiritualità del Cuore di Cristo*, dz. cyt., s. 88-89.

¹¹⁶ Por. Ch.A. Bernard, *Teologia spirituale*, dz. cyt., s. 214-216; E. Franchini, *Nell'ottica dei carismi*, w: *La spiritualità del cuore di Cristo*, Bologna 1990, s. 20-22.

dlatego, że codzienność nie jest przeżywana w wymiarze „nowego stworzenia” w Chrystusie. Proces ten domaga się realizmu i przede wszystkim odrzucenia tego wszystkiego, co jest zbyteczne. Należy dokonać tego, co – jak mawiał św. Bonawentura – czyni rzeźbiarz przy wykonywaniu swojego dzieła: odrzuca to, co nie jest autentyczne¹¹⁷.

2. Duchowość Serca Jezusa uzdrawia uczuciowość

Duchowość Serca Jezusa, angażując uczuciowość, jednocześnie ją uzdrawia i prowadzi ku dojrzałości. Nietrudno zauważyć, że ważna w niej jest osobista relacja z Chrystusem, której istotnym elementem jest „zamiana serc”. To On objawia osobie ją samą i w niej dokonuje reorganizacji uczuciowości. Uzdrawia podzielone „ja”, które jest zdominowane przez takie uczucia, jak lęk, gniew, depresja, wrogość, wstyd, chore poczucie winy, niedocenianie, poniżanie się. Aby dojrzeć w sercu, osoba musi wyjść poza siebie, znaleźć partnera do dialogu, który ukaże jej prawdziwy sens i znaczenie: „Serce Jezusa umieszcza się przed osobą jako współrozmówca, ofiarując siebie samo jako znaczenie, jako boską empatię. Osoba czuje się przyjęta i umiłowana w sposób bezwarunkowy”¹¹⁸. To prowadzi do uzdrowienia podzielonego „ja”, znajdującego się w więzieniu przeszłości. Ten, który wszedł w ludzką sytuację, zna serce człowieka, rozumie go i akceptuje w sposób ontologiczny. Przejmujące są słowa średniowiecznego autora, stanowiące poradę dla osób niedojrzałych: „Jego głowa jest pochylona dla twojego zbawienia, jego usta są otwarte, aby cię ucałować, ramiona rozwarłe, aby cię objąć, Jego serce otwarte, aby cię kochać, Jego ciało rozciągnięte, aby oddać się tobie”¹¹⁹.

¹¹⁷ Por. A.Ch. Bernard, *Teologia spirituale*, dz. cyt., s. 80-81, 184-185; A.M. Ravaglioli, *Evangelizzare i cuori: un approccio antropologico*, dz. cyt., s. 746-749.

¹¹⁸ M. Szentmártoni, *Spiritualità del Sacro Cuore e affettività*, dz. cyt., s. 317.

¹¹⁹ Tamże, s. 318.

Chrystus staje się jak matka, która przyjmuje, uspokaja, uzdrawia, wzbudza do siebie zaufanie. Jezus w tajemnicy Serca odnawia wartość człowieka, który jest zdolny uwierzyć w to, że jest ukochany. Nietrudno zauważyć, że duchowość Serca Jezusa odnosi się do tego matczynego aspektu religijności, który cechuje owo podstawowe zaufanie¹²⁰.

Duchowość ta w efekcie potrafi kierować człowieka ku dojrzałości. Osoba, która przeżywa prawdziwe spotkanie z Chrystusem, nie pragnie już więcej realizować własnych pragnień ani być niewolnikiem swych uczuć. Otwiera się na pragnienia Chrystusa. Jeśli prześledzi się zachowanie św. Piotra, opisane w Dziejach Apostolskich (por. Dz 10,1-33), widać, że w czasie duchowego wידzenia Piotr zrozumiał, że Bóg jest zbawicielem wszystkich ludzi. Odkrył pragnienia Pana i poszedł głosić Ewangelię poganom. W ten sposób pozbył się swojej antypatii do chrześcijan niebędących Żydami. Również w życiu św. Pawła można zauważyć podobny proces dojrzewania. Po spotkaniu z Chrystusem stawał się coraz bardziej dojrzały i przestał zazdrościć chrześcijanom oraz być agresywny wobec Żydów (por. Rz 10,1)¹²¹.

Innym elementem wskazującym, że po spotkaniu z Chrystusem w człowieku dokonuje się proces wzrostu, jest fakt, że relacja z Nim powinna stać się wzorcem interpretacji rzeczywistości. Osoba, przyjmując za swoje pragnienia Chrystusowego Serca, odkrywa ich znaczenie i potrafi zastosować je do rzeczywistości. To przejście od pragnień do rzeczywistości można zobaczyć na przykładzie Zacheusza (por. Łk 19,1-9). Jezus potraktował go jak przyjaciela, kogoś bliskiego Jego Sercu. Zacheusz nie tylko rozpoznał pragnienie Jezusa, ale i gratyfikację z tym związaną (czucie się dobrze). Dostrzegł także propozycję dojrzałego, prawdziwego życia

¹²⁰ Tamże, s. 317.

¹²¹ Por. A. Godin, *Psicologia delle esperienze religiose. Il desiderio e la realtà*, Brescia 1983, dz. cyt., s. 184-188; S. Bastianel, *Vita morale nella fede in Gesù Cristo*, Milano 2005, s. 28.

– życia w pełni, bo ofiarowanego. Zacheusz uświadomił sobie, że wokół niego znajdują się ludzie potrzebujący pomocy, z którymi powinien podzielić się własnymi dobrami. Kryteria Jezusowego Serca stają się dla niego sensem życia. Zacheusz uczynił przejście od znaku do tego, co on oznacza, i jeszcze dalej, do konkretnego działania¹²².

Dzisiaj Jezus nie jest już obecny między ludźmi w sposób widzialny. Człowiek może jednak doświadczyć tego samego, co przeżył św. Piotr, św. Paweł czy Zacheusz. Rzeczywistość sakramentalna, poprzez sakramentalne znaki i symbole, które bardzo mocno angażują ludzką uczuciowość, powinna prowadzić do dojrzałego przeżywania codzienności. Każde wydarzenie posiada swój sens, swoje znaczenie, które domaga się jakiegoś działania. Człowiek musi rozeznaczyć, jakie są jego pragnienia, a jakie są pragnienia Jezusa i jakich domagają się od niego działań. Jezusowa miłość wobec danej osoby nie opiera się na zaspokajaniu jej naturalnych pragnień. Chrystus proponuje Boże pragnienie jako ostateczny punkt odniesienia dla ludzkich działań. Zdarza się więc, że spotkanie z Jezusem przeszkadza, budzi w człowieku opór¹²³.

Ewangelisci ukazują, że dla wielu osób postawa Jezusa była skandaliczna i nie do przyjęcia. Jedną z takich osób, które przeciwstawiły się Jezusowej propozycji, jest bogaty młodzieniec (por. Mk 10,17-22). Jego życie opierało się na materialnym i duchowym bezpieczeństwie. Gdy zapragnął pójść za Jezusem, Ten staje się bardzo wymagający. Prosi młodzieńca o zostawienie wszystkich bogactw i zabezpieczeń. Młodzieniec nie godzi się na to, bo przede wszystkim skupia się na tym, co traci, a nie zauważa możliwości przebywania z Jezusem. Potrzeba bezpieczeństwa okazała się moc-

¹²² Por. A. Godin, *Psicologia delle esperienze religiose. Il desiderio e la realtà*, Brescia 1983, s. 189-190; S. Bastianel, *Vita morale nella fede in Gesù Cristo*, dz. cyt., s. 38-39.

¹²³ Por. A. Godin, *Psicologia delle esperienze religiose*, dz. cyt., s. 191-199.

niejsza od pragnienia nawiązania relacji z Tym, który potrafi spoglądać z miłością¹²⁴.

W doświadczeniu chrześcijańskim człowiek przeżywa zatem także chwile, w których czuje opór wobec danej wartości, nie pragnie jej. Bunty, rezygnacje są kolejnym etapem na drodze ku doświadczeniu pełni. Pozwalają nabrać nowej świadomości. Wzniesają psychiczno-duchową walkę. Także Jezus przeżywał w swoim Sercu opór. Akceptując wolę Ojca, aby umrzeć za zbawienie wszystkich ludzi, prosił w Ogrodzie Oliwnym, by mógł uniknąć cierpienia i śmierci. Walka pomiędzy pragnieniami a potrzebami jest nie do uniknięcia¹²⁵.

Analizując doświadczenie Jezusa, Jego relację z Ojcem, można zauważyć postawę Jego identyfikacji, jedności z pragnieniem Ojca (por. J 15,9). Zjednoczyć się z Bożym pragnieniem oznaczało jednocześnie bycie solidarnym z ubogimi, prześladowanymi, chorymi (por. Mt 25,33-36). Dla uczniów Chrystusa nie wystarczy być blisko Niego, jeśli nie dokona się w nich zmiana jakościowa wszelkich relacji z innymi w relację miłości, która pragnie odpowiedzieć na Boże pragnienie, jeśli nie będą solidarni z „ubogimi”. Dla każdego chrześcijanina Serce Jezusa staje się największym pragnieniem i normą postępowania¹²⁶.

To przejście od „bycia blisko” do „identyfikacji” i „zjednoczenia” jest procesem bardzo ważnym na drodze człowieka do dojrzałości. Szczególnie ważnym w duchowości Serca Jezusa, gdzie można pozostać tylko na etapie uczuciowego „bycia blisko” Serca Jezusowego, tak jak dziecko jest blisko matki. Zostało już wspomnienie, że identyfikacja w życiu dziecka dokonuje się na drodze akceptacji

¹²⁴ Por. S. Bastianel, *Vita morale nella fede in Gesù Cristo*, dz. cyt., s. 39-40.

¹²⁵ Por. A. Godin, *Psicologia delle esperienze religiose*, dz. cyt., s. 195-208.

¹²⁶ Por. L.J. González, *Psicologia dei mistici. Sviluppo umano in pienezza*, Città del Vaticano 2001, s. 177-182; A. Godin, *Psicologia delle esperienze religiose*, dz. cyt., s. 210; M.B. Ferroni, *Il Cuore di Cristo fonte dell'unità della persona*, w: *Il cuore del mondo*, Roma 1992, s. 97.

pragnienia matki, a także przyjęcia pragnienia ojca, który oddziela dziecko od uczuciowej, gratyfikującej jedności z matką, a tym samym pomaga w dojrzewaniu. Zjednoczenie się w miłości oznacza odczuwanie głosu pragnienia pochodzącego z wysoka. Staje się ono największą wartością – jedyną dla osoby wierzącej. Inne wartości pełnią wobec niej rolę służebną. Stwarza ona możliwość dojrzałego postępowania, a przede wszystkim odkrycia głębokiego sensu bycia umiłowanym. Takie dojrzewanie nie dokonuje się w jednym momencie i wymaga wytężonej pracy nad sobą¹²⁷.

Kontemplując Serce Jezusa, będąc w głębokiej i zażyłej relacji z Nim, człowiek znajduje się na drodze oczyszczenia, widzianej jako przechodzenie od niedojrzałości do dojrzałości, od egoizmu do daru z własnego życia dla Boga i ludzi. Świadczenia takiej drogi odnajdujemy w życiu wielu mistyków. Dla większości z nich duchowość Serca Jezusa była drogą dojrzewania uczuciowego¹²⁸.

Życie mistyczne jest najdoskonalszą realizacją życia chrześcijańskiego, szczytem duchowości Serca Jezusa. Mistyk żyje nieustanną świadomością, że Bóg jest osobą, która kocha, bez względu na sytuację. Jego miłość integruje wszystkie procesy życia psychicznego mistyka w spójną całość. Sprawia, że przeżywa on radość i daje się prowadzić aż do tego momentu, kiedy odda swoje życie jako totalny dar¹²⁹.

Mistycy na opisanie stanu dojrzałości uczuciowej używają pojęcia „wolność wewnętrzna”. W swoich pismach ukazują, że ich uczuciowość była wolna, po to by mogli kochać. Tej postawie

¹²⁷ Por. A. Roncco, *I dinamismi psicologici nella crescita spirituale*, dz. cyt., s. 155; Szentmártoni, *Spiritualità del Sacro Cuore e affettività*, dz. cyt., s. 317-318; Ch.A. Bernard, *Il futuro della spiritualità del Cuore di Cristo*, w: tegoż, *La spiritualità del cuore di Cristo*, dz. cyt., s. 231-232.

¹²⁸ A. Plé, *La maturité affective. Esquisse théologique*, dz. cyt., s. 299. Por. R. Marcatajo, *Il Cuore di Cristo forza trasformante nei fondatori, nelle fondatrici e in noi*, w: *Il cuore del mondo*, Roma 1992, s. 25.

¹²⁹ Por. M. Szentmártoni, *In cammino verso Dio*, dz. cyt., s. 156-161.

towarzyszą uczucia pokoju i radości (por. Ga 5, 22). Ich dojrzałość uczuciowa staje się widoczna wtedy, kiedy dokonują wyborów w trudnych emocjonalnie sytuacjach. Na przykład św. Jan od Krzyża, kiedy był zamknięty za karę w celi, kierował się uczuciami pokoju i miłości, a unikał nienawiści i depresji. Również św. Teresa z Lisieux w swych relacjach z nielubianą siostrą pragnęła się kierować ofiarną miłością.

Mistycy są również świadkami drogi dojrzewania uczuciowego. W wielu swoich pismach dają świadectwo, że uczucia są konsekwencją pamięci emocjonalnej i myśli, które wokół niej krążą. Jeśli ktoś jest smutny, powinien przypomnieć sobie doświadczenie szczęścia, ewentualnie zmienić lub wyeliminować myśli, które są przyczyną nieprzyjemnego uczucia. Uwięziony przez współbraci św. Jan od Krzyża przypominał sobie ogromne i piękne przestrzenie, sytuacje szczególnych doświadczeń duchowych, którym towarzyszyły pokój, radość i miłość.

Dla mistyków bardzo ważne było rozliczenie się z przeszłością, to znaczy nawrócenie negatywnie pojmowanej rzeczywistości i odkrycie, co w danej sytuacji jest dobrego. Pytali się: jakie dobro pojawia się w tym wydarzeniu? lub: co dobrego może zrodzić Bóg w tej konkretnej sytuacji? Nie można zapomnieć, że w życiu mistyków fundamentem emocjonalnych przemian była miłość odczytana jako dar, a zarazem wezwanie do szczególnej odpowiedzi¹³⁰.

Świadectwo wielu mistyków, którzy kontemplowali Serce Pana Jezusa tylko potwierdza to, co zostało już opisane. Głęboka więź z Umiłowanym owocowała w nich dojrzałością życia uczuciowego. W historii św. Lutgardy z Aywières można przeczytać, że pewnego dnia miała się ona spotkać z młodzieńcem, który się do niej zalecał. Kiedy, siedząc, oczekiwała na niego, zjawiła się inna osoba. Był to Chrystus, który odkrył swój bok i ukazał jej ranę po cio-

¹³⁰ Por. L.J. González, *Psicologia dei mistici. Sviluppo umano in pienezza*, Città del Vaticano 2001, dz. cyt., s. 267-281.

sie zadany włócznią przez żołnierza. Rzekł do niej: „Nie szukaj więcej uroków próżnej miłości. Popatrz tu i od teraz wpatruj się w to, co powinnaś ukochać. Obiecuję ci zakosztować najdoskońalszej słodyczy”¹³¹.

W innych świadectwach przedstawiających mistyczne relacje z Sercem Jezusa wydaje się, że język opisujący jest zbyt romantyczny, a sam opis trąci sentymentalizmem. Taki jest jednak styl mistyków, którzy często na wyrażenie tego, czego doświadczyli, używali szczególnych wyrażen i zwrotów. Bez doświadczenia spotkania z Sercem Jezusa nie można mówić o „gorących uczuciach” lub „pasjach”, „słodkim sercu” „ogniu miłości”. Świadomość mistycznej jedności z Sercem Jezusa czyniła z mistyków osoby, które miały realistyczne podejście do codzienności, z jej konfliktami i wyzwaniem. Dzięki takiej postawie dopełniały pragnień tegoż Serca i prowadziły apostolat w warunkach trudnych, zewnętrznie i wewnętrznie¹³².

Mistycy Serca Jezusa ukazują także, że kiedy wspólne pole doświadczenia uczuciowego, a zarazem religijnego się pogłębi, następuje „zamiana serc”. Jest to niewypowiedziane misterium jedności transformującej, kiedy to osoba rzeczywiście otrzymuje „nowe serce” – nową wolę, nową zdolność odczuwania i oceniania rzeczywistości, aby we wszystkim zjednoczyć się z tymi dążeniami, które były w Sercu Jezusa. Dlatego mistyków cechowała głęboka pokora. Dzięki wierze mieli zaufanie i lgnęli do Bożej woli. Ich życie stawało się darem z siebie w miłości, wynagrodzeniem, oddaniem się; byli wewnętrznie wolni. Mistycy od Serca Jezusa nie tylko uczyli się opanowywać emocje, ale i potrafili zmienić niektóre swe cechy charakteru. Stawali się zręczni, dynamiczni, uważni na duchowe i materialne potrzeby innych, zdolni do na-

¹³¹ Cytat za Ch.A. Bernard, *Il Cuore di Cristo e la vita mistica*, w: *Il Cuore di Cristo luce e forza*, Roma 1995, s. 342.

¹³² Por. M. Maçaneiro, *La mistica del Cuore, sue fonti, suoi atteggiamenti*, maszynopis, Roma 2005, s. 42.

wiązywania silnych więzi ze wszystkimi. Sami nie byli pozbawieni licznych kryzysów¹³³.

Wydaje się godnym podkreślenia, że działania mistyków owocowały uzdrawianiem psychiczno-uczuciowym. Ich pocieszanie Serca Jezusa i bycie pocieszonym przez to Serce, ofiarowanie i otrzymanie miłosierdzia było doświadczeniem, które odnawiało osobę, a przez nią także innych ludzi.

Z biblijnego punktu widzenia doświadczenie uzdrowienia i odnowy jest wyrazem Bożego miłosierdzia. Duchowość Serca Jezusa „rozwiąże w pewnym sensie codzienne cierpienie, pomagając przejść od pustki do nadziei. Rozwiąże przez pojednanie się na poziomie historycznym (fakty) i na poziomie uczuciowym (wrażenia i uczucia)”¹³⁴.

W wymiarze praktycznym godna polecenia wydaje się droga proponowana przez A. Cenciniego. Po pierwsze należy ponownie wniknąć z własnymi odczuciami w obiektywne tajemnice Serca Jezusa. Jest to możliwe przez „stany serca”, czyli wewnętrzne przeżycia Jezusa. Takie „stany serca” są ważniejsze niż czyny w Jego życiu. Uczynki w każdym historycznym misterium przeminęły, zaś stany pozostają. Na przykład czyny ofiarne Chrystusa były ograniczone czasowo, zaś Jego ofiarnicza postawa i oddanie się Ojcu są trwałe, są stałe aż do tej pory. Boża moc, przez którą dokonała się ta tajemnica; wewnętrzny stan (*état*) w przeciwieństwie do tajemnicy zewnętrznej; gotowość, aby ludzkość doprowadzić do swego Ojca; co więcej, nawet uczucia z tym związane są dla Jezusa stale teraźniejsze. Zobowiązuje to, by nie uważać tajemnic Jezusa za przeszłe i nie wymazywać ich z pamięci, lecz postrzegać jako coś, co jest żywe, teraźniejsze, faktycznie wieczne. Istnie-

¹³³ Por. A. Tassarolo, *Cuore di Gesù (devozione al)*, dz. cyt., s. 697-698; Ch.A. Bernard, *Il Cuore di Cristo e la vita mistica*, w: *Il Cuore di Cristo luce e forza*, dz. cyt., s. 342; R. Marcatajo, *Il Cuore di Cristo forza trasformante nei fondatori, nelle fondatrici e in noi*, dz. cyt., s. 14-15, 15-29.

¹³⁴ M. Maçaneiro, *La mistica del Cuore, sue fonti, suoi atteggiamenti*, dz. cyt., s. 42.

ją niezliczone tajemnice z życia Jezusa. Dlatego nie jest możliwe, aby się z nimi wszystkimi zjednoczyć, przynajmniej nie w takim samym stopniu i jednakowo intensywnie. Było to możliwe jedynie w przypadku Maryi, Matki Jezusa. Przy wyborze tego, co jest najbardziej pożądane, czciciele Najświętszego Serca Pana Jezusa starają się przede wszystkim zjednoczyć z tymi tajemnicami, w które Serce Jezusa najmocniej się zaangażowało, działając jedynie z niepojętej miłości – a było to z pewnością w Nazarecie, Wieczerniku, na Górze Oliwnej i na Krzyżu.

Innymi słowy, w tej fazie kontemplacji, zapatrzenia się chodzi o współdziałanie z Duchem Świętym, obecnym w Sercu Jezusa oraz w sercu osoby wierzącej, po to aby dać się porwać Sercu Jezusa i Jego sposobowi myślenia, wartościowania, odczuwania, decydowania¹³⁵.

Następnie proponuje się, aby ponownie rozważyć z Sercem Jezusa subiektywną historię własnych uczuć. Istotne wydaje się tu wykorzystanie pamięci emocjonalnej. Chodzi bowiem o zagłębienie się w naturę własnych uczuć, emocji, pobudek, motywacji działania, sympatii i antypatii, tego, co przyciąga i odpycha, aby przez to skonfrontować się z uczuciami i sposobami zachowania Serca Jezusa oraz by się dowiedzieć, w czym trzeba się nawrócić, by się stać człowiekiem o „nowym sercu”. Jest to moment refleksyjno-pokutny¹³⁶.

Kolejnym etapem jest ponowne rozważenie własnej historii, ale wobec tajemnic Serca Jezusa. Celem jest odkrycie tych faz życia, w których Serce Jezusa zaprasza człowieka, aby na nowo przeżył we własnym sercu tajemnicę zbawienia. Innymi słowy osoba jest zaproszona, by dokonać interesujących odkryć, ale razem z Chrystusem. Może się okazać, że chwile, w których odczuwa się cierpienie, niesprawiedliwość, oszczerstwo, żalobę, nieprzyjemne

¹³⁵ Por. A. Cencini, *Historia własnego życia*, dz. cyt., s. 95-96.

¹³⁶ Tamże, s. 96.

uczucia, będą momentami pełnymi Bożej miłości i łaski. Szczególnie jest to ważne dziś, kiedy panuje tzw. *the happiness mentality* (mentalność szczęścia), nieznosząca nieprzyjemnych uczuć i wydarzeń. Główna jej teza brzmi: „Jeśli przeżywasz własne życie we właściwy sposób, jesteś szczęśliwy. Jeśli nie czujesz się szczęśliwy, to znaczy, że robisz coś złego”. Ci, którzy żyją według tej zasady, szukają najszybciej, jak to jest możliwe, rozwiązania lub stłumienia stanu niebycia szczęśliwym. Takie podejście pozbawia człowieka poczucia pełni istnienia, które pojawia się właśnie w trudnych sytuacjach, nieuknionych w życiu. Owocem mentalności szczęścia jest również nieczułość na cierpienie innych, bo każdy powinien tak zorganizować własne życie, aby wyeliminować wszelką niewygodę. Istnieje więc niebezpieczeństwo, że dla niektórych praktyka duchowości Serca Jezusa będzie miała sens tylko wtedy, gdy pomoże zaadaptować się do wymogów życia i rozwiązać trudności. W takiej sytuacji zabraknie w niej odniesienia do pełnienia woli Bożej, do wdzięczności i przynoszenia Bogu chwały. Zatem jest to przeciwieństwo etapu rozważania własnej historii życia wobec tajemnic Serca Jezusa. Tak postępując, człowiek na pewno nie uświadomi sobie, że może sam siebie uczynić świętym, a będąc świętym, stanie się szczęśliwy. Prawdziwy czciiciel Serca Jezusa będzie daleki od przekonania, że wiara jest zeterminowana nastrojem, szczęście znakiem miłości Boga, a nie-szczęście skutkiem odrzucenia przez Niego¹³⁷.

Ostatni etap polega na przeżyciu uczuć subiektywnych, szczególnie nieprzyjemnych, ale pośredniczących w przekazywaniu obiektywnej łaski. Uczucia powoli nawracają się i otrzymują nowe bodźce. Uczucia same z siebie nigdy nie są cnotami lub wadami. W tej sytuacji mogą się stać cnotami, dyspozycjami serca. To, co wcześniej było niechcianie i odrzucane, teraz osoba przyjmując

¹³⁷ Por. tamże, s. 96; M. Szentmártoni, *Il ruolo dell'affettività nel dinamismo della crescita spirituale*, maszynopis, Roma 2006, s. 4-5.

je, nawet za cenę trudu i cierpienia. Zdaje sobie bowiem sprawę, że w ten sposób jednoczy się z Sercem Jezusa i realizuje prawdziwe „ja”. W jej życiu dokonuje się proces dojrzewania, odkrywania, że w każdym wydarzeniu, w każdej sytuacji jest obecny Bóg, którego kocha. W tym sensie również uczucia nieprzyjemne, takie jak złość, rozczarowanie, irytacja, lęk mogą pochodzić od Boga. Niekoniecznie muszą być niszczące lub osłabiać wiarę, nadzieję, miłość. Mogą wskazywać, jak daleko osoba jest jeszcze od Serca Jezusa, i być jednocześnie zaproszeniem, by właśnie w tych stanach emocjonalnych doprowadzić do zjednoczenia się z Sercem Jezusa, które też przeżywało i wyrażało gniew, rozczarowanie, lęk. Jak to już zostało wiele razy uwydatnione, w życiu Jezusa te – z ludzkiego punktu widzenia nieprzyjemne – uczucia były odwrotną stroną Jego miłości do Ojca i do ludzi. Z Bogiem komunikujemy się przede wszystkim przez nasze serce i przez Serce Jezusa. Nie jest więc czymś złym wyrażanie na modlitwie uczuć nieprzyjemnych. Tylko w taki sposób człowiek osiągnie głębszy stopień życia duchowego oraz doświadczy Bożej czułości i współczucia, a także prawdziwego ludzkiego sukcesu¹³⁸.

W ostatniej części tekstu ukazano, że duchowość Serca Jezusa jest zdolna zintegrować ludzkie serce, ludzką uczuciowość. Zasadą integrującą staje się jedność z Sercem Jezusa, posiadanie wspólnego z Nim doświadczenia. Jak można było zauważyć, to doświadczenie uzdrawia zranione „ja” i ukierunkowuje je ku coraz głębszemu wejściu w tajemnicę Boga. Jest to także odpowiedź na istniejące w sercu człowieka pragnienie ufności i bezwarunkowej akceptacji. Nie odbywa się to bez wysiłku człowieka i nie jest możliwe bez szczególnej łaski Serca Jezusa.

¹³⁸ Por. A. Cencini, *Historia własnego życia*, dz. cyt., s. 97-98; M. Szentmártoni, *Il ruolo dell'affettività nel dinamismo della crescita spirituale*, maszynopis, Roma 2005, s. 1-4.

Serce Jezusa staje się punktem spotkania z Osobą żywą i kochającą. To doświadczenie religijne, na wskroś osobiste staje się punktem odniesienia przy podejmowaniu jakiejkolwiek decyzji, wyrażeniu uczucia lub opinii. Służy pomocą w uporządkowaniu całej sfery emocjonalności, aby wpływała ona na wybory tego, co dobre rzeczywiście, a nie pozornie. Najważniejsze w życiu to wejść na odpowiednią drogę.

Zakończenie

Przekształcając słynne powiedzenie św. Ireneusza z Lyonu – „chwałą Boga żyjący człowiek” – można stwierdzić, że osoba dojrzała uczuciowo jest chwałą Serca Jezusa.

Relacja między dojrzałością uczuciową a duchowością Serca Jezusa zakłada, że posiadają one wiele wspólnych elementów, które nawzajem się uzupełniają i owocnie współpracują. Na najważniejszym miejscu należy postawić rzeczywistość rozpoznanej i przeżywanej miłości. Osoba, która nie rozpoznała miłości, nie może w pełni zaufać, a także złożyć całkowitego daru ze swego życia. Nie może więc być dojrzała uczuciowo.

Kontemplacja Serca Jezusa pomaga odkryć obecność tej miłości w każdej sytuacji, okoliczności, w przeszłości i obecnie. Dlatego w konsekwencji można powiedzieć, że chcąc zrozumieć, dlaczego osoba czuje się tak, a nie inaczej, niekoniecznie trzeba cofnąć się do jej przeszłości, aby zobaczyć rany zadane sercu. Poprzez głębokie doświadczenie jedności z Sercem Jezusa człowiek dokonuje pojednania z własną przeszłością. Spotkanie z zawsze obecnym Chrystusem daje możliwość, że rana powstała z powodu utraty miłości zostanie uzdrowiona.

Dlatego w świetle duchowości Serca Jezusa ludzka uczuciowość zostaje zaakceptowana, jest postrzegana jako bogactwo danej osoby i krok po kroku prowadzona ku transformacji. Staje się sferą

objawienia miłości wobec siebie samego, innych i Boga. Człowiek przestaje się wstydzić własnych przeżyć i uczuć. W każdym momencie umiejętnie stawia im czoła i je wyraża.

Tak widziana droga ku dojrzałości nie jest rzeczywistością statyczną, w której osoba może się czuć spokojna, pozbawiona problemów. Jest to rzeczywistość dynamiczna, którą charakteryzują wzloty i upadki, sukcesy i porażki. Osiągnięcie dojrzałości staje się zadaniem do wykonywania przez całe życie, dzień po dniu, stopniowym podążaniem w kierunku realizacji niewyczerpanych dążeń Serca Jezusa.

Prawdą jest, że intensywność spotkań z Sercem Jezusa wpływa na rozwój człowieka. Bez Jego miłości ludzie starzeją się, ale to nie oznacza, że dojrzewają. Ten, kto zapozna się z głębią tajemnicy Serca Jezusa, będzie wiedział, jak z każdego wydarzenia, szczególnie wydarzeń pełnych bólu i cierpienia, wydobyć prawdziwy sens, który wskaże konkretny cel do osiągnięcia. W tym sensie każdego dnia zdarzają się cuda sprawiane przez dobrych rodziców, małżonków, księży, przyjaciół i wychowawców. Każda osoba dojrzała uczuciowo staje się terapeutą dla innych.

Kontemplacja Serca Jezusa pozwoli także dostrzec, jak dziś jest Ono przebijane. Z duchowego punktu widzenia droga ku dojrzałości uczuciowej może być zatem widziana jako element wynagrodzenia Sercu Jezusa. Jeśli w człowieku nie może rozbłysnąć w pełni dar Bożej miłości przez niedojrzałość emocjonalną, to formacja jego sfery uczuciowej powinna podążać właśnie w kierunku odkrywania prawdziwej miłości i odpowiedzi na nią. Serce Jezusa jest wyjątkowym centrum, bez którego nie jest możliwe ani przybliżenie się do Boga, ani prawdziwa dojrzałość uczuciowa. Serce Jezusa kształtuje ludzkie, aby stało się „nowym sercem”, to znaczy „według Serca Jezusa”.

Serce poznać można tylko sercem, Serce można kochać tylko sercem. Temat korelacji między duchowością Serca Jezusa a pro-

cesem dojrzałości uczuciowej nie został w niniejszym opracowaniu w pełni wyczerpany. Byłoby, na przykład, interesujące, aby bardziej rozwinąć zagadnienie znaczenia negatywnych uczuć – takich jak lęk, przerażenie, rozczarowanie – w procesie dojrzewania duchowego i uczuciowego. Wydaje się, że serce współczesnego człowieka jest bardziej skłonne do doświadczania takich właśnie przeżyć, które jeśli nie zostaną zjednoczone z Sercem Jezusa, stają się pożywką dla ducha nieczystego. W duchowości Serca Jezusa jest zatem szczególne przesłanie i zaproszenie dla dzisiejszego człowieka.

Bibliografia

Lektura źródłowa

Nauczanie Magisterium Kościoła

Pius XII, *Ai partecipanti al V Congresso Internazionale di Psicoterapia e Psicologia clinica*, Roma 1953, w: B. Giordani, *Psicopatologia e vita spirituale*, Roma 1990, s. 2079.

– *Haurietis Aquas* (HA), 15 maja 1956.

Jan Paweł II, *Redemptor Hominis* (RM), 4 marca 1979.

– *Pastores Dabo Vobis* (PDV), 25 maja 1992.

II Sobór Watykański, *Gaudium et spes* (GS), 7 grudnia 1965.

– *Perfectae caritatis* (PC), 28 października 1965.

– *Optatam totius* (OP), 28 października 1965.

– *Apostolicam actuositatem* (AA), 18 listopada 1968.

– *Presbiterorum Ordinis* (PO), 7 grudnia 1968.

– *Gravissimum educationis* (GE), 28 października 1968.

Katechizm Kościoła Katolickiego (KKK), 11 października 1993.

Św. Tomasz z Akwinu, *Suma Teologiczna*, Londyn 1965, I^a-II^{ae}.

Źródła dotyczące duchowości Serca Jezusa

Bernard Ch. A., *Il Cure di Cristo luce e forza*, Roma 1995.

- *La spiritualità del Cuore di Cristo*, Cinisello Balsamo (Milano) 1989.
- *Teologia affettiva*, Cinisello Balsamo (Milano) 1985.
- *Teologia spirituale*, Cinisello Balsamo (Milano) 2002.

Galot J., *Al centro dell'amore. Il mistero del cuore di Gesù*, Roma 2003.

Giordani, B., *Psicopatologia e vita spirituale*, w: E. Ancilli, *Dizionario di Spiritualità/2*, Roma 1990, s. 2078-2087.

Goya B., *Vita spirituale tra psicologia e grazia*, Bologna 2001.

Hildebrand D. von, *Serce. Rozważania o uczuciowości ludzkiej i uczuciowości Boga-Człowieka*, Poznań 1987.

Rahner K., *Teologia del Cuore di Cristo*, Roma 1995.

Szentmártoni M., *Spiritualità del Sacro Cuore e affettività*, w: Ch. A. Bernard, *Il Cure di Cristo luce e forza*, Roma 1995, s. 301-323.

- *In cammino verso Dio. Riflessioni psicologicospirituali su alcune forme di esperienza religiosa*, Cinisello Balsamo (Milano) 1998.

Tessarolo A., *Cuore di Gesù (devozione al)*, w: E. Ancilli, *Dizionario Enciclopedico di spiritualità/1*, Roma 1990, s. 692-698.

Źródła dotyczące ludzkiej uczuciowości

Bissi A., *Maturità Umana. Cammino di Transcendenza. Elementi di Psicologia della Religione*, Casale Manferrato 1991.

Decaminada F., *Maturità affettiva e psicosessuale. Una prospettiva psicologica*, Saronno (VA) 1972.

Godin A., *Psicologia delle esperienze religiose. Il desiderio e la realtà*, Queriniana, Brescia 1983.

Manenti A., *Życie ideałami. Między lękiem a pragnieniem*, Kraków 2005.

- *Życie ideałami. Między sensem danym a nadanym*, Kraków 2006.

Morciano A. C., *Maturità affettiva e sviluppo della personalità*, Roma 1973.

Ravaglioli A. M., *Psicologia*, Casale Manferrato 2004.

- Sovernigo G., *Affettività*, w: *Dizionario di pastorale vocazionale*, Roma 2002, s. 22-32.
– *Vivere la carità. Maturazione relazionale e vita spirituale*, Bologna 1997.
- Szentmártoni M., *Maturità affettiva. Aspetti psico-dinamici*, „Orientamenti Pedagogici” 32(1985), s. 120-128.
- Vergote A., *Psicologia religiosa*, Torino 1967.

Lektura uzupełniająca

Opracowania na temat duchowości Serca Jezusa

- Alphonso H., *La vocazione personale. Trasformazione in profondità per mezzo degli esercizi spirituali*, Roma 2002.
- Barbaglio G., *Le emozioni e i sentimenti di Gesù*, „Servitium” 3(2000), s. 39-50.
- Bastianel S., *Vita morale nella fede in Gesù Cristo*, Milano 2005.
- Bernard Ch. A., *Il Cuore di Cristo e la vita mistica*, w: tegoż, *Il Cuore di Cristo luce e forza*, Roma 1995, s. 325-345.
– *Il futuro della spiritualità del Cuore di Cristo*, w: *La spiritualità del cuore di Cristo*, Bologna 2002, s. 223-233.
- Bernasconi F., *Il Cuore di Gesù e la vita comunitaria*, w: *Il cuore del mondo*, Roma 1992, s. 75-88.
- Ferlay P., *Il cuore di Cristo mistero di Dio*, Roma 1996.
- Ferroni M. B., *Il Cuore di Cristo fonte dell'unità della persona*, w: *Il cuore del mondo*, Roma 1992, s. 89-101.
- Franchini E., *Nell'ottica dei carismi*, w: *La spiritualità del cuore di Cristo*, Bologna 1990, s. 19-26.
– *Il cuore del mondo*, Roma 1992.
– *La spiritualità del cuore di Cristo*, Bologna 1990.
- Maçaneiro M., *La mistica del Cuore, sue fonti, suoi atteggiamenti*, maszynopis, Roma 2005.
- Marcatajo R., *Il Cuore di Cristo forza trasformante nei fondatori, nelle fondatrici e in noi*, w: *Il cuore del mondo*, Roma 1992, s. 9-32.

- Ravaglioli A. M., *Evangelizzare i cuori: un approccio antropologico*, w: *Teologia e evangelizzazione*, E. Manicardi, Bologna 1993, s. 719-750.
- Solano J., *Conoscere il Cuore di Gesù. Pensieri e ricerche*, Roma 2002.
- Tessarolo A., *Theologia Cordis. Appunti di teologia e spiritualità del Cuore di Gesù*, Bologna 1993.
- Vanhoye A., *Il Cuore di Cristo e lo Spirito Santo*, w: Ch. A. Bernard, *Il Cuore di Cristo luce e forza*, Roma 1995, s. 187-200.

Opracowania na temat uczuciowości

- Adler R. B., Rosenfeld L. B., Proctor R. F., *Relacje interpersonalne. Proces porozumiewania się*, Poznań 2006.
- Andreoli V., *Una diagnosi per la santa*, „Avvenire”, 31 dicembre 2002, s. 26.
- Aumann J., *Maladie mentale et perfectione chrétienne*, „La Vie Spirituelle Supplément” 39(1956), s. 440-449.
- Beccatini C., *Maturità psicologica*, w: E. Ancilli, *Dizionario Enciclopedico di Spiritualità*/2, Roma 1990, s. 1550-1558.
- Cencini A., *Historia własnego życia – miejsce dla tajemnicy*, Kraków 2001.
- Cencini A., *I casi difficili: il discernimento vocazionale di fronte alle immaturità*, „Vocazioni” 3 (2003), s. 57-84.
- Cian, L., *Cammino verso la maturità e l'armonia. Riflessione sull'esperienza di un itinerario di accompagnamento formativo individuale. Piste per realizzare la «vita piena»*, Leumann (Torino) 1990.
- Cencini A., Manenti A., *Psychologia a formacja. Struktura i dynamika*, Kraków 2002.
- Dziewiecki M., *Poznanwanie i przeżywanie własnych uczuć*: http://www.opoka.org.pl/biblioteka/I/IP/poznanwanie_wl_uczuc.html
- Erickson R. C., *Spirituality and Depth Psychology*, w: „Journal of Religion and Health” 3(1987), s. 198-205.
- Ermanno A., *L'integrazione affettiva. Spigolando da un importante documento della S. Sede*, „Rivista di Vita Spirituale” 29(1975), s. 40-45.

- Giardini P. F., *Maturità umana e perfezione cristiana*, „Rivista ascetica e mistica” 11(1966), s. 297-305.
- González L. J., *Psicologia dei mistici. Sviluppo umano in pienezza*, Città del Vaticano 2001.
- Goya B., *Psicologia dinamica e vita spirituale*, Roma 1997.
– *Psicologia e vita spirituale. Sinfonia a due mani*, Bologna 2000.
- Groppi G., *Psicologia e teologia. Modelli di rapporto*, „Orientamenti Pedagogici” 5(1980), s. 783-798.
- Heschel A. J., *Prosiem o cud. Antologia duchowej mądrości*, Poznań 2001.
- Hopson R. E., *The Role of Faith in the Psychotherapeutic Context*, „Journal of Religion and Health” 2(1992), s. 95-105.
- Kożuch M., *Czy jest możliwa formacja duchowa bez odnoszenia się do świata uczuć?*, w: M. Kożuch, J. Poznański, *Czy dzisiaj można formować bez psychologii?*, Kraków 2002.
- Manenti A., *Integrazione psichico-spirituale. Schemi per le lezioni*, maszynopis, Roma 2004.
- Maslow A. H., *Motivazione e personalità*, Roma 1977.
- Meer M. T. de, *L'affettività nell'età evolutiva*, „Orientamenti Pedagogici” 17(1970), s. 365-376.
- Mucci G., *Santità e isteria. Il caso di santa Gemma Galgani*, „La Civiltà Cattolica” 4(2003), s. 117-125.
- Navone J., *Aspetti dell'esperienza religiosa cristiana*, „Vita Consacrata” 31(1995), s. 223-231.
- Pesenti G. G., *Integrazione affettiva*, „Rivista di Vita Spirituale” 28(1974), s. 37-47.
– *Problematica dell'integrazione affettiva*, „Rivista di Vita Spirituale” 28(1974), s. 149-162.
- Plé A., *La maturité affective. Esquisse théologique*, „Supplément de la Vie Spirituelle” 46(1958), s. 284-299.
- Plużek Z., *Rola uczuć wyższych w życiu człowieka*, w: W. Szewczyk, *Świat ludzkich uczuć*, Tarnów 1997.
- Psicología y vida espiritual*, „Rivista de espiritualidad” 30(1971) s. 487-494.
- Prasinos S., *Spiritual Aspects of Psychotherapy*, „Journal of Religion and Health” 1(1992), s. 43-49.

- Ronco A., *I dinamismi psicologici nella crescita spirituale*, „Vita Consacrata” 13(1977), s. 145-148.
- Rulla L. M., *Antropologia della vocazione cristiana. 1. Basi interdisciplinari*, Bologna 1997.
- Sanguineti E., *Spiritualità e patologia*, „Rivista di ascetica e mistica” 54(1985), s. 331-336.
- Sovernigo G., *Amare con tutto il cuore. Laboratorio di formazione affettiva. 1. Chiamati*, Bologna 2004.
- Szentmártoni M., *Vita spirituale e salute mentale*, „Rassegna di teologia” 34(1993), s. 278-296.
- *Psicopatologia e santità*, w: A. Elberti, *La santità*, Napoli 2001, s. 163-206.
 - *Volto e volti. Aspetti psico-spirituali dell'identità personale*, „Gregoriana” 3(2001), s. 457-475.
 - *Psicologia della vocazione religiosa e sacerdotale*, Roma 2002.
 - *Il ruolo dell'affettività nel dinamismo della crescita spirituale*, maszynopis, Roma 2006.
- Tata F., *Formazione e maturità umana*, „La Civiltà Cattolica” 141(1990), s. 338-349.
- Zarzycki T., *Dietricha von Hildebranda filozoficzno-teologiczne podstawy duchowości serca*, Lublin 1997.
- Zavalloni R., *L'apporto delle scienze dell'uomo alla vita spirituale*, „Seminarium” 1(1974), s. 250-260.