

Psychologiczne aspekty świętości człowieka

Od momentu inicjacji chrześcijańskiej, czyli od przyjęcia sakramentu chrztu świętego, jesteśmy zobligowani do takiego kierowania własną egzystencją, aby osiągnąć zbawienie wieczne. Środkami prowadzącymi do tego celu są: modlitwa i życie sakramentalne. Personalna więź z Bogiem automatycznie implikuje do tego, aby korygować własne postawy, eliminując to, co wadliwe, a afirmując zachowania aprobowane społecznie. „*Świętymi bądźcie, bo ja jestem święty, Pan, Bóg wasz*” (Kpł 19, 2a). Nie jest to więc przywilej elitarnej grupy, czy prerogatywa wybranych, co raczej obowiązek i prawo każdego chrześcijanina.

„Święci - jak mówił Jan Paweł II (+2005) - którzy w każdej epoce historii ukazywali światu blask światłości Bożej, są widzialnymi świadkami tajemniczej świętości Kościoła (...). Aby zrozumieć głębię Kościoła, musicie spojrzeć na świętych! Lecz nie tylko na tych świętych, którzy zostali kanonizowani, lecz także na wszystkich świętych ukrytych, anonimowych, którzy starali się żyć Ewangelią pośród zwykłych, codziennych obowiązków”¹.

Na przestrzeni wieków podano wiele definicji świętości. Od strony pozytywnej, czym świętość jest, i od negatywnej, czym z całą pewnością nie jest. Kwintesencję tego terminu zawiera najważniejsze przykazanie Ewangelii: „*Będziesz miłował Pana Boga swego całym swoim sercem, całą duszą i całym swoim umysłem. To jest największe i pierwsze przykazanie. Drugie podobne jest do niego. Będziesz miłował swego bliźniego jak siebie samego*” (Mt 22, 37). Zatem, barometrem świętości wydaje się być umiejętność budowania relacji w określonych konstelacjach: do Boga, do bliźniego i do siebie samego. Przykazanie miłości tworzy trójkąt: na szczycie transcendentny Bóg, jest to więź nadrzędna do wszystkich innych, a stosunek do siebie samego, jak i do bliźniego, tworzy związek symultaniczny. W ocenie psychologicznej najbardziej diagnostyczną staje się relacja do drugiego człowieka. Świętość osoby, w rozumieniu teologicznym, jest zbieżna z dojrzałością osobowości w pojęciu psychologicznym. Między tymi pojęciami zachodzi zadziwiająca kompatybilność. Korekta własnego charakteru dąży do pełnej dojrzałości osobowościowej. Analogicznie w języku duchowym: świadome kształtowanie siebie, z nadaniem intencji nadprzyrodzonej, staje się próbą osiągnięcia doskonałości chrześcijańskiej, czyli świętości.

W przewidzianym Prawem Kanonicznym procesie beatyfikacyjnym kandydata na ołtarze wymagane są: opinia teologiczna, która weryfikuje heroiczność cnót oraz ekspertyza psychologiczna, w której przedmiot analizy stanowi rekonstrukcja struktury osobowości z eksponowaniem progresywnych procesów modyfikacji charakteru.

Howard Gardner, w 1986 roku, podczas wygłoszonego wykładu z okazji 350 rocznicy założenia Uniwersytetu Harvarda podał nowy aksjomat psychologiczny. Obalił panujący paradygmat o monolitycznym rodzaju inteligencji, a zaproponował siedem podstawowych kategorii wydajnego funkcjonowania człowieka, mianowicie: zdolności językowe, logiczno-matematyczne, orientacji przestrzennej, cielesno-kinestetyczne, muzyczne oraz inteligencję interpersonalną i intrapersonalną. Szczególnie dwie ostatnie kładą głęboki akcent na wysublimowany rozwój każdej osoby². Stąd, w psychologicznej ocenie świętości, kluczowe są zawsze relacje, zarówno interpersonalne, jak i intrapersonalne, co odpowiada drugiemu przykazaniu miłości: „*Będziesz miłował swego bliźniego jak siebie samego*” (Mt 22, 38).

1. „Będziesz miłował Pana Boga”

Podstawowym warunkiem „bycia świętym” jest odniesienie osoby do Boga. Człowiek w chwili chrztu świętego otrzymuje łaskę wiary, która stanowi fundament życia

¹ Jan Paweł II, przemówienie do młodych z Lukki, 23 września 1989 r. *Insegnamenti*, XII/2, 1989, s. 623-624.

² Gardner H. *Inteligencje wielorakie. Teoria w praktyce*. Poznań 2002. s. 21

nadprzyrodzonego. Wiara, to cnota teologalna³, która pozwala wszędzie dostrzegać ślady działania Boga, spoglądać na otaczający świat oczyma Stwórcy, uświadamiać sobie nadprzyrodzony sens własnej egzystencji i podejmować życie na miarę tego sensu. W chrześcijańskiej refleksji jest „poręką tych dóbr, których się spodziewamy, dowodem tych rzeczywistości, których nie widzimy” (Hbr 11, 1). Wiara jest osobowym przyłgnięciem całego człowieka do Boga⁴, jest sposobem życia. By osiągnąć głębokie życie wiarą, musi być ono karmione religijnością. Nie ma wiary bez modlitwy. Ludzie wierzący uznają modlitwę za wartość centralną swojego życia duchowego.

Po raz pierwszy próby zdefiniowania modlitwy podjął się Klemens Aleksandryjski (+212), który określił ją jako „rozmowę z Bogiem”⁵. Z kolei św. Jan Vianney (+1859) zapytany, jak się modli, stwierdził w prostocie serca: „Wpatruję się w Niego, a On wpatruje się we mnie”⁶. Katechizm Kościoła Katolickiego posługuje się określeniem św. Jana Damasceńskiego (+749) i definiuje, że modlitwa, to „wzniesienie duszy do Boga”⁷. W innym miejscu stwierdza, że jest ona „wzajemnym przyzywaniem się” Boga i człowieka, swoistym przymierzem. W tym wydarzeniu Bóg ma inicjatywę, a człowiek odpowiada na nią słowem i czynem – „angażuje serce”⁸. Modlitwa, zatem jest komunikacją między Bogiem a człowiekiem, tajemniczym pomostem łączącym serce ludzkie ze światem transcendentnym.

Z psychologicznego punktu widzenia, choć trudno o jednoznaczną definicję, rozumienie modlitwy jest tożsame z teologicznym. W literaturze przedmiotu przytaczano za Jamesem (+1910), psychologiem religii, że modlitwą jest każdy rodzaj wewnętrznej duchowej łączności, czy rozmowy z siłą uznawaną za boską⁹. Bywa ona określana, jako spotkanie z Bogiem, charakteryzujące się dialogiem. Człowiek mówi do Pana, a On odpowiada danej osobie w Słowie Bożym, w codziennych znakach, a nade wszystko wewnętrznym powiewem Ducha Świętego. W taki sposób nawiązuje się szczególna duchowa więź ze Stwórcą. W psychologicznej interpretacji zjawiska modlitwy mówimy o intrapsychnym dialogu¹⁰. Uruchamiają się w nim wszystkie procesy psychiczne: wyobrażeniowe, wolitywne, emocjonalne i racjonalne. Modlitwa angażuje zmysły, intelekt, pamięć. Jeżeli jest werbalizowana, nazywamy ją „ustną”, jeżeli nie jest wokalizowana, nazywamy ją „myślną”. Może mieć różne wymiary: wspólnotowy, np. przeżywania Eucharystii, czy odmawiania Liturgii Godzin lub indywidualny, jak to ma miejsce podczas adoracji Najświętszego Sakramentu.

Osobista więź człowieka z Bogiem jest czymś subiektywnym, indywidualnym wręcz intymnym. Ojciec Niebieski deklaruje „*ukochałem cię odwieczną miłością.*” (Jr 31, 3), a w Księdze Proroka Ozeasa potwierdza: „*Pociągnąłem ich ludzkimi więzami, a były to więzy miłości*” (Oz 11, 4). Bóg zawsze wchodzi z człowiekiem w osobową relację, w której spoiwem jest miłość. Miłość do Boga rośnie wprost proporcjonalnie do bliskości z Nim¹¹. Każdy, na właściwy sobie sposób, buduje więź z Bogiem, który w efekcie staje się konkretną Osobą, realnym Przyjacielem, zaufanym Powiernikiem, najlepszym Ojcem. Dlatego też, w ocenie świętości człowieka, bierze się pod uwagę poziom życia modlitewnego, który musi być wysoki. Bez żarliwej modlitwy nie ma świętości. Widzimy to w hagiografii. W każdej epoce Duch Święty posyła swoich świętych, którzy mówią o Bogu przez świętość swojego życia i przez swoje dzieła¹². Konstytucja dogmatyczna o Kościele *Lumen Gentium* podaje, że

³ Por. KKK 1814-1816, 2087-2089.

⁴ KKK 176.

⁵ Por. Grzywaczewski J., *O modlitwie*, Niepokalanów 1990, s. 23.

⁶ KKK 2715.

⁷ KKK 2559.

⁸ Por. KKK 2567.

⁹ Cyt. za: Jabłoński S. *Modlitwa – dialog czy monolog? Analiza teologiczno-psychologiczna*, w: *Studia z psychologii w KUL*, Lublin 1998.

¹⁰ James W. *Doświadczenie religijne*. Kraków 2011.

¹¹ Sheen F. *W górę serca*. Kraków 2018, s. 61.

¹² Jan Paweł II, przemówienie do młodych z Lukki, 23 września 1989 r. *Insegnamenti*, XII/2, 1989, s. 623-624.

w chrzcie wiary chrześcijanin staje się dzieckiem Bożym, toteż powinien zachowywać w życiu i w pełni urzeczywistniać świętość, którą otrzymał z daru Boga¹³.

2. „Będziesz miłował swego bliźniego”

Weryfikacją życia modlitewnego człowieka jest zawsze jego osobisty stosunek do bliźniego. Nie można bowiem modlić się do Boga, nie dostrzegając bliźniego: „*kto nie miłuje brata swego, którego widzi, nie może miłować Boga, którego nie widzi*” (1 J 4, 20). Papież Benedykt XVI w encyklice *Deus Caritas Est* pisze: „*kocham w Bogu i z Bogiem również drugiego człowieka*”¹⁴.

Wizytówką chrześcijanina winna być zatem umiejętność budowania prawidłowych relacji, charakteryzujących się szacunkiem i rewerencją, co wydaje się współbrzmieć z pojęciem inteligencji interpersonalnej. Gardner uważa, że jest ona zdolnością rozumienia innych osób, ich motywacji i aktywności oraz współpracy z innymi¹⁵.

Człowiek przychodzi na świat jak biała kartka papieru, *tabula rasa* - mawiał John Lock. Podczas sukcesywnego rozwoju organizm traci swój status bytu biologicznego i staje się organizmem społecznym, następuje bowiem modyfikacja czysto fizjologicznych funkcji. Cała konstrukcja sensualna predysponowana jest na kontakty międzyludzkie: słyszymy, widzimy i dotykamy drugiego człowieka. Również wszystkie procesy psychiczne, takie jak: spostrzeganie, myślenie, zapamiętywanie, wyobrażenie mają charakter międzyosobowy. Nawet marzenia senne są interpersonalne, ponieważ zwykle odzwierciedlają związki śniącego z innymi ludźmi.

Pomimo faktu, że niemowlę od pierwszych chwil życia staje się częścią sytuacji międzyludzkiej, a w kolejnych etapach dojrzałości pozostaje członkiem „pola społecznego” (*social field*)¹⁶, kontaktów z drugim człowiekiem, wbrew pozorom, musi się uczyć. Pierwotną komórką oddziaływania interpersonalnego jest rodzina. W tej konfiguracji osobowej zachodzą podstawowe interakcje, a według amerykańskiego psychologa społecznego Mead'a - istotą interakcji jest wysyłanie sygnałów i gestów, które określają sposób działania¹⁷.

Dziecko najpierw odczuwa akceptację otoczenia, następnie odbiera bodźce emocjonalne i wychwytuje wszelkie komunikaty pozawerbalne. W konsekwencji tych procesów skonstruuje swój indywidualny konspekt relacji interpersonalnych. Z tej mozaiki gestów, sygnałów, odczuć tworzy się więź psychiczna, inaczej emocjonalna bliskość, fundament wszelkich związków ludzkich.

Z neuropsychologicznego punktu widzenia za uczucia, które stanowią budulec więzi, odpowiedzialne są procesy kory mózgowej. Oznacza to, że nie są one czymś wrodzonym, trzeba się ich uczyć, rozwijać, kształtować. Jednocześnie jest to najsubtelniejsza sfera w osobowości ludzkiej, bo tylko człowiek ma uczucia, dzięki którym wchodzi w relacje.

Podstawową potrzebą każdego człowieka jest miłość. Każdy musi czuć, że jest kochany i sam też musi kochać. Miłość jest krwiobiegiem relacji, siłą napędową każdego związku, nie tylko małżeństwa. „*Przykazanie nowe daję wam, abyście się wzajemnie miłowali*” (J 13, 34). Ludzi po prostu trzeba kochać, rozumieć, nauczyć się ich i słuchać. Człowiek odizolowany od innych nie umie kochać. Osoba kochająca ludzi dostaje od świata dużo więcej, niż ktoś obojętny i chłodny. Proste gesty, jak: uśmiech, pogoda ducha, życzliwe słowo, sprawiają, że serce rozmówcy się otwiera, nasza obecność staje się towarzysko pożądana.

W progresywnym procesie rozwijają się psychiczne predyspozycje, pomagające budować związki społeczne, a są nimi: empatia, wrażliwość, pokój wewnętrzny, lojalność,

¹³ *Lumen Gentium*, nr 40.

¹⁴ Benedykt XVI. *Deus Caritas Est*. nr 18. Watykan, 2005

¹⁵ Gardner H. *Inteligencje wielorakie. Teoria w praktyce*. Poznań 2002, s. 34

¹⁶ Por. Argyle M. *Psychologia stosunków międzyludzkich*. Warszawa 1999, s. 24

¹⁷ Por. Wortman C., Loftus E. *Psychology*. New York 1988, s.484

które jednocześnie eliminują wszystko, co je osłabia, czyli: labilność, krytyczny osąd, przenoszenie urazów z innych relacji. Każdy kontakt interpersonalny jest procesem, ma swoją dynamikę, charakterystyczną specyfikę, określone natężenie i empatycznie wyczuwalne granice zażyłości.

Osoba dojrzała potrafi budować relacje międzyludzkie na różnym poziomie głębokości. Im dłuższy i częstszy kontakt, tym więź silniejsza; czym głębsza zażyłość, tym mocniejszy związek. W zależności od naturalnych predyspozycji i konstytucjonalnych uwarunkowań, konstruujemy różne modele ludzkich więzi. Oznacza to, że człowiek potrafi kochać kogoś wyjątkowo; inny natomiast koloryt zaangażowania przejawia się w relacji przyjaźni, a jeszcze płytsza więź łączy znajomych, czy sporadycznie spotykanych kolegów. Jednocześnie toleruje i pokojowo akceptuje osoby o całkowicie odmiennym stylu bycia¹⁸. Zatem paleta ludzkich kontaktów winna być szeroka i bogata. Zdaniem Horney, prekursorki psychologii, do ukształtowania dojrzałej i zdrowej osobowości człowieka potrzeba "wielu rąk i wielu serc"¹⁹.

Relację interpersonalną buduje się przez komunikację, która odbywa się na dwóch płaszczyznach: werbalnie, poprzez wymianę informacji, i niewerbalnie, gdzie decydujące znaczenie mają emocje. To one są papierkiem lakmusowym jakości naszego funkcjonowania. Zwykle empatycznie wyczuwamy nastroje innych, ale również inni wyczuwają nasz wewnętrzny stan. Antropolog Albert Merabian odkrył, że tylko 7% wszystkich informacji uzyskanych w rozmowie, czerpiemy ze słów, czyli z treści wypowiedzi; 38% wnioskujemy z tonu głosu, a 55% z mowy ciała²⁰. Poprzez kanał werbalny przechodzą jedynie fakty, tzw. niezbite dowody. Natomiast przez kanał niewerbalny transportowane jest to, co ostatecznie rysuje obraz w duszy: półtony, postawy, nastroje, również prawdziwe uczucia.

Sullivan, w psychologii personalnej, zwraca uwagę, że tym, co wywołuje w nas największy dyskomfort, są właśnie problemy z ludźmi. Wieczorem nie możemy zasnąć nie z powodu brudnych naczyń, czy nieświeżych ubrań, ale z powodu konfliktu z drugim człowiekiem. Im więź i zażyłość są bliższe, tym większe jest poczucie stresu i głębsze rany²¹. W jakiś sposób wyczuwamy, że w życiu wiedzie nam się tak, jak wiedzie się nam w naszych związkach z ludźmi. Jeżeli kontakty te układają się szczęśliwie, czujemy się szczęśliwi²².

Nasze relacje są tak różne, jak różni są ludzie, z którymi je tworzymy. To najbardziej wymagające zadanie ludzkiej egzystencji, ale bez opanowania tej umiejętności nie można osiągnąć osobowościowej pełni, czyli świętości. Z punktu widzenia psychologii ważne, by nie było w życiu relacji zakończonych konfliktem. Zostawiają one piętno na sposobie bycia i funkcjonowania. Cała umiejętność budowania więzi międzyosobowych polega na trafnej ocenie, jak relację prowadzić, aby była owocna i twórcza. Nikt nie chce żyć w atmosferze społecznego ostracyzmu.

Relacje z drugim człowiekiem sprawiają nam ogromny trud, jednak Kościół nigdy nie kanonizuje osoby, która nie wykaże się stopniem świętości zwanym heroicznym – cnoty świętych, to przeciwieństwo naturalnych słabości²³. Jezus Chrystus, w Kazaniu na Górze, przekazał swoisty kodeks relacji interpersonalnych chrześcijanina, trzeba *przebaczyć, aż siedemdziesiąt siedem razy* (Mt 18, 21), *zmusza cię kto, żeby iść z nim tysiąc kroków, idź dwa tysiące!* (Mt 5, 41), *kochaj swoich nieprzyjaciół* (Mt 5, 43), *a jeśli brat twój ma coś przeciw tobie, idź i pojednaj się z bratem swoim!* (Mt 5, 23, 24).

3. „Jak siebie samego”

¹⁸ Argyle M. *Psychologia stosunków międzyludzkich*. Warszawa 1999, s. 159

¹⁹ Por. Płużek Z., Jacyniak A., *Świat ludzkich kryzysów*. Kraków 1996, s. 95

²⁰ Por. Argyle M. *Psychologia stosunków międzyludzkich*. Warszawa 1999, s. 72

²¹ Sullivan H.S. *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton, 1953, s.111.

²² McGinnis, *Sztuka przyjaźni*, Warszawa 1991.

²³ Sheen F., *W górę serca. Droga do duchowego pokoju*. Kraków 2018, s. 191

Trzecia część świętości człowieka w ujęciu psychologicznym dotyczy relacji do siebie samego. Bóg stworzył „człowieka na obraz i podobieństwo” (Rdz 1, 26), dlatego każdy ma w sobie piękno duchowe, psychiczne i fizyczne. Kochać siebie jest wymagającym zadaniem, wręcz najtrudniejszym z całego tryptyku przykazania miłości. Jest to bowiem relacja niewymierna, bezzwrotna, jednokierunkowa, nie dająca gratyfikacji, ale jednocześnie stanowi podstawę wszelkiego funkcjonowania. Dlatego właśnie Gardner wysublimował wgląd w siebie, jako niezależną formę inteligencji. Inteligencja intrapersonalna jest skierowana do własnego wnętrza, służy do wykształcenia w sobie prawdziwego i adekwatnego modelu siebie samego, stanowi klucz do samopoznania.

Zasadniczym czynnikiem określającym całe zachowanie człowieka jest jego znajomość siebie. Człowiek, jako jedyne stworzenie w świecie widzialnym, może poznać swoje wnętrze – obserwować własne myśli, reakcje, jakby w lustrze²⁴.

Samoświadomość, to pierwszy warunek miłości siebie. Osoba o prawidłowym poczuciu własnej wartości cechuje się zgodą na siebie, czyli samoakceptacją. Nie można naprawdę siebie lubić, jeśli przedtem nie zaakceptuje się siebie w pełni, czyli swoich mocnych i słabych stron.

Proces miłości samego siebie rozpoczyna się od skupienia uwagi na samym sobie i zrozumieniu, dlaczego myślimy, czujemy i zachowujemy się tak, a nie inaczej. Znać siebie, to mieć wgląd we własne wnętrze, konfrontować się z samym sobą, wsłuchać się w siebie. Najpierw trzeba poznać swój charakter, temperament, zdolności, sposób reagowania, inteligencję, emocjonalność, uczuciowość. Następnie uświadomić sobie wpływ doświadczeń z dzieciństwa, domu rodzinnego i młodości. Trzeba zrozumieć, dlaczego stałeś się takim człowiekiem, jakim jesteś dzisiaj. Służy temu proces autorefleksji, poprzez który dostrzegamy swoje wady, słabości, braki i niedojrzałości w funkcjonowaniu²⁵. Kompleksy i niskie poczucie wartości, które po grzechu pierwotnym każdy nosi we własnej duszy, należy w sobie oswoić.

Dopiero, gdy człowiek osiąga samoświadomość, może odnieść wartość własnej osoby do Boga i w pełni, świadomie zgodzić się na siebie samego takim, jakim jest. Na swój wygląd zewnętrzny, czyli na ewentualne defekty lub na jego piękno i harmonię; również na swoje wnętrze: na przeżycia, reakcje, zdolności, status społeczny, na swój poziom duchowy albo na swoją niedojrzałość. Istotnym elementem osoby o wysokiej samoocenie jest umiejętność pogodzenia się z własnymi niedoskonałościami.

Z samoakceptacji wynika wiara w zdolność przemiany. Człowiek dojrzały przyjmuje zdrową krytykę płynącą z otoczenia, asymiluje życzliwe sugestie, bo wie, że nie musi uchodzić za wiecznego prymusa. Adekwatnie koryguje mankamenty charakteru. James podaje definicję poczucia wartości, jako ułamek, w którym mianownikiem są dążenia i pragnienia, a licznikiem efekty realizacji tych dążeń, czyli sukces²⁶. Poczucie wartości jest wprost proporcjonalne do efektów i odwrotnie proporcjonalne do dążeń. Chcąc zwiększyć poczucie wartości, można albo zwiększać licznik, czyli odnosić sukcesy, albo pomniejszać mianownik, czyli obniżyć stawiane sobie wymagania. Drugi wariant jest znacznie trudniejszy, gdyż nasze aspiracje są przeważnie związane z oczekiwaniami, jakie mają wobec nas bliscy ludzie.

Prawidłowej relacji do samego siebie uczymy się w rodzinie. Jednak brak akceptacji ze strony rodziców powoduje u dziecka obniżenie poczucia wartości. Miłości doznawanej od innych nie możemy sobie nagromadzić, jak pieniędzy w banku. Poczucie własnej wartości narasta i opada. Osoba bez poczucia wartości odczuwa tylko ból, który rani nieprzerwanie przez dwadzieścia cztery godziny na dobę. Zatem do wewnętrznej integracji potrzeba zgody,

²⁴ Sheen F. *W górę serca*. Kraków 2018, s. 115

²⁵ Tracy B. *Maksimum osiągnięć. Dokładna wiedza na temat najnowszych mechanizmów funkcjonowania osobowości*. Warszawa 1998, s. 29

²⁶ Por. Woydyłło E. *W zgodzie ze sobą*. Kraków 2009, s. 76

zarówno na swoje deficyty, jak również profity płynące z mocnych stron naszej osobowości. Postawa szacunku względem siebie ma ogromne znaczenie dla naszego funkcjonowania w kontekście społecznym.

Fundamentalna zasada paradygmatu psychologicznego brzmi: nie możesz kochać kogokolwiek bardziej, niż kochasz samego siebie²⁷. Poziom szacunku do siebie samego steruje jakością naszych stosunków z innymi ludźmi. Kiedy człowiek zaakceptuje swoje słabości natychmiast emanuje wrażliwością na potrzeby drugiego człowieka²⁸. Prawdziwa, dojrzała osobowość staje się apostołem miłości bliźniego. Człowiek, który dobrze myśli o sobie, czuje się silny, kompetentny, po prostu kocha siebie. I tacy właśnie są święci.

Podsumowanie

Elementarz kształtowania komunii międzyludzkiej zostawia nam Jezus Chrystus w przykazaniu miłości Boga, drugiej osoby i siebie samego. Człowiek całe życie uczy się właściwych relacji w aspekcie duchowym, interpersonalnym i intrapersonalnym.

Bóg ma być na samym szczycie trójką, na wierzchołku hierarchii wartości; to relacja nadrzędna, a bliźni i ja sam jesteśmy podrzędni, ale wobec siebie równorzędni. Jezus mówi o tym wyraźnie, dobitnie i z całą pewnością się nie przejęczył. Nie powiedział: "mniej, niż bliźniego swego", czyli nie mamy przyjmować postawy submisyjnej, nie mamy czuć się gorsi, nie mamy traktować innych bezkrytycznym pietyzmem. Ale też Jezus nie powiedział, że mamy kochać siebie "bardziej, niż bliźniego". Nie mamy czuć się lepsi, nie mamy nad innymi dominować, czy ignorować, kultywując własny narcyzm.

„*Bóg jest miłością*” (J 4, 8), i dlatego jako chrześcijanie mamy epatować wysoką jakością relacji. Życzliwością, bo jest jak klej, który spaja ludzi; łagodnością, bo łamie skamieniałe serca; pokojem, bo on tworzy aurę bezpieczeństwa²⁹, a „*największa z nich jest miłość*” (1 Kor 13,13).

■ **s. dr Elżbieta Raszczyk osc** (psycholog, psychoterapeutka, pl. Jana Pawła II 1, 59-220 Legnica/PL) – tekst wykładu wygłoszonego 10.09.2020 r. w DLP '90

²⁷ Powell J. *Jak kochać i być kochanym*. Pelplin 1999, s. 160

²⁸ Sheen F. *W górę serca*. Kraków 2018, s. 115

²⁹ Stinissen W., *Młode wino. O owocach Ducha Świętego*. Poznań 2016, s.79 - 145