



[początek w numerze poprzednim](#)

Utrata głębi, czyli zanik poczucia własnej odrębności

O. Antoni Rachmajda OCD czyni spostrzeżenie: Głębia nie jest dodatkiem do człowieka, lecz jego miarą, wymiarem duchowym, właściwym jego kondycji zamierzonej przez Boga. A ponieważ człowiek jest jednością, nie będzie w pełni sobą, jeśli jej nie zrealizuje – bo nie osiągnie swej miary. Brak głębi oznacza życie bez ducha, brak wolności, a to oznacza nie panowanie nad sobą, brak świadomego kształtowania swego życia. Efektem tego jest kryzys człowieka, przejawiający się dziś w upadku moralności, rozkładzie relacji międzyludzkich, życia społecznego. Wieczna niedojrzałość człowieka sprowadza życie na poziom zmysłów, emocji, które nie pozwalają wybierać, lecz go uzależniają, czynią z niego wiecznie nienasyconego konsumenta. W efekcie człowiek nie wie, czego chce, nie chce mu się chcieć, nie umie wytrwać w realizacji tego, co chce. †

Duchowość to poczucie własnej odrębności, a więc zdolności do określenia siebie jako kogoś innego od tych, z którymi żyje. Kiedy współzależny jest nieustannie zajęty rozwiązywaniem konfliktów swoich bliskich i szukaniem sposobu zaspokojenia potrzeb emocjonalnych członków swojej rodziny, wtedy nie ma czasu i możliwości, by uświadomić sobie, że jest kimś osobnym (osoba), że ma jakieś własne potrzeby, że też coś przeżywa i odczuwa. Trzeba zatem różnymi sposobami sięgać w głąb siebie, aby określić siebie samego jako osobę. Natomiast zdecydowanie trzeba zaprzeczyć, jakoby cały świat pragnień i potrzeb osób współzależnych stanowiły uczucia i potrzeby innych ludzi. Taki człowiek nie pomaga innym dlatego, że chce, ale pomaga dlatego, że musi; ma przymus wewnętrzny – i to jest bolesne znamię współzależnego. Jeśli ludzie przestaną czegoś od niego chcieć albo coś wobec niego odczuwać, wówczas traci cały swój świat. Ludzie dotknięci współzależnieniem żyją w przekonaniu, że „ja” i „inni” jest to samo i nie ma żadnego „mojego” odrębnego świata uczuć i potrzeb. Święcie wierzą, że doznania zmysłowe i powierzchowne uczucia są ich całym światem, że w ogóle nie ma żadnej własnej głębi. To oczywiście nieprawda, ale dopóki tak myślą, ich wewnętrzne dziecko śpi głęboko.

W życiu religijnym taka postawa także jest utrapieniem. Taki człowiek bowiem, stając przed Bogiem na modlitwie, stoi wiecznie wyprostowany na baczność i nie wie, że wolno mu poskakać przed Bogiem i nawet pokazać język, jeśli czuje się obrażony. Taki człowiek nie może odpowiedzieć Bogu na Jego wołanie słowami proroka Izajasza: „Oto ja, poślij mnie” (Iz 6,8), ponieważ ma kłopot z określeniem swego „ja jestem” i wiarą w to, że naprawdę jest kimś. Jeżeli chce się wyrwać z kręgu współzależnienia, to właśnie przekonanie o własnej odrębności i osobistej wartości trzeba wzmacniać i pielęgnować. Trzeba szukać własnej głębi, czyli duchowości. Do tego zaś pierwszym i może najważniejszym krokiem jest uwierzyć, że taka głębia istnieje. Człowiek ze współzależnieniem nie jest jak skazaniec z nieodwołalnym wyrokiem: może się uwolnić od tego, co go ogranicza i odbiera mu pragnienie życia. Tak, jak każdy człowiek, potrafi dotrzeć do swojej głębi i spotkać tam siebie i Boga.

*Ciąg dalszy w następnym numerze*