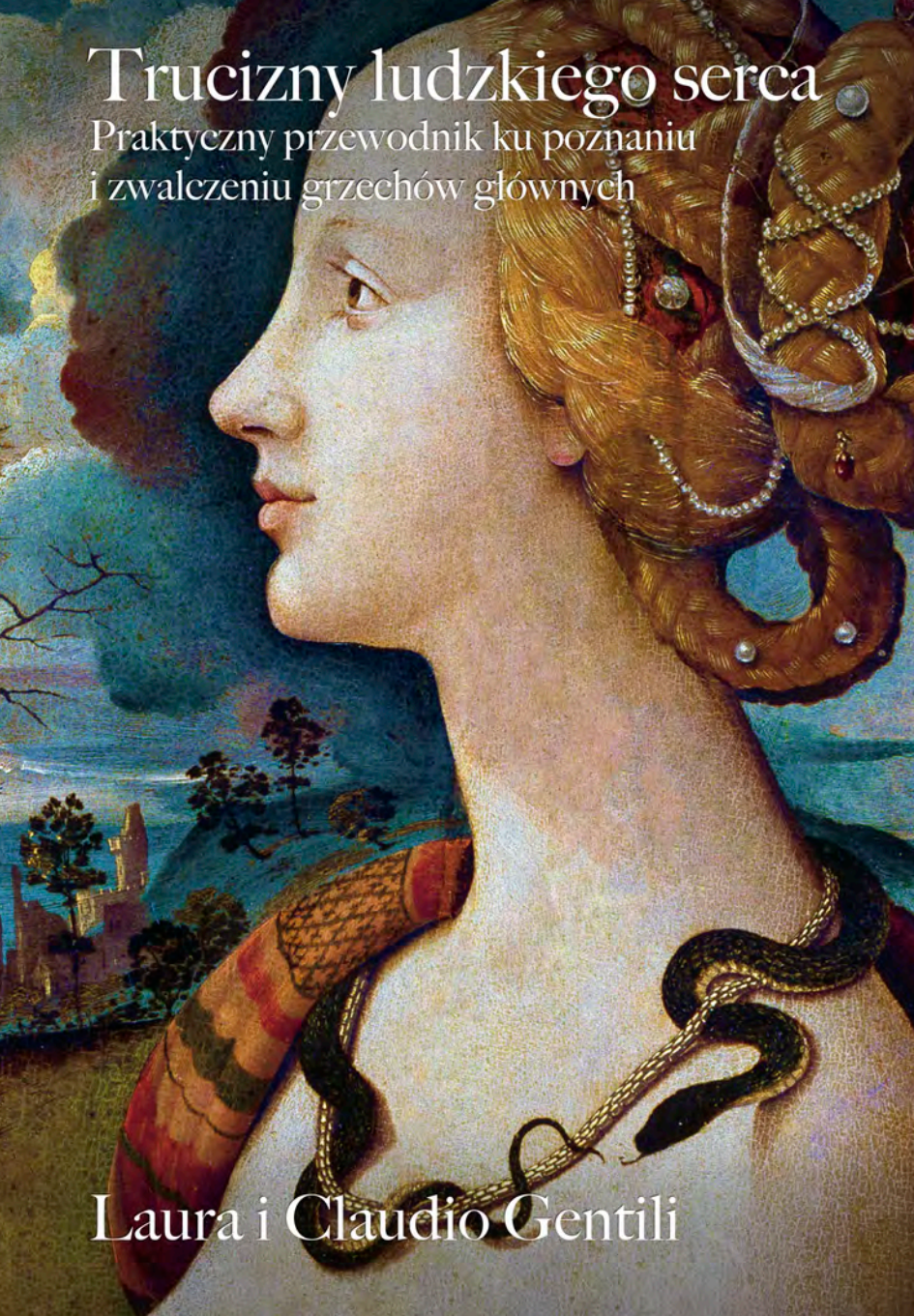


# Trucizny ludzkiego serca

Praktyczny przewodnik ku poznaniu  
i zwalczeniu grzechów głównych

Laura i Claudio Gentili



Laura i Claudio Gentili

# Trucizny ludzkiego serca

Praktyczny przewodnik  
ku poznaniu i zwalczeniu  
grzechów głównych



WYDAWNICTWO   
**ROSEMARIA** †



## Spis treści

- 7 . . . . Słowo o autorach
- 9 . . . . Przedmowa
- 13 . . . . Wstęp
- 17 . . . . Grzechy główne: trochę historii

### CZĘŚĆ 1.

- 27 . . . . Serce, które nie miłuje
- 31 . . . . Pierwsze czytanie:  
„Gdy Pan, Bóg twój, usunie liczne narody...”
- 37 . . . . Drugie czytanie:  
„Z serca pochodzą złe myśli”
- 45 . . . . Trzecie czytanie:  
„Zjawił się przed Nim pewien człowiek chory  
na wodną puchlinę”
- 51 . . . . Czwarte czytanie:  
„Nieszczęsny ja człowiek! Któż mnie wyzwoli...”
- 59 . . . . Piąte czytanie:  
„«Cóż chcecie, żebym wam uczynił?» [...]»  
«Panie, żeby się oczy nasze otworzyły»”

- 65 . . . . Szóste czytanie:  
„Jest zaś rzeczą wiadomą, jakie uczynki  
rodzą się z ciała...”
- 71 . . . . Siódme czytanie:  
„Kto nie ma w nienawiści swego ojca i matki...”

## CZĘŚĆ 2.

- 81 . . . . Pierwsze czytanie: *Pycha*
- 101 . . . . Drugie czytanie: *Próżność*
- 115 . . . . Trzecie czytanie: *Duma*
- 127 . . . . Czwarte czytanie: *Zazdrość*
- 137 . . . . Piąte czytanie: *Zazdrość w miłości*
- 149 . . . . Szóste czytanie: *Lenistwo*
- 163 . . . . Siódme czytanie: *Obżarstwo*
- 177 . . . . Ósme czytanie: *Nieczystość*
- 195 . . . . Dziewiąte czytanie: *Gniew*
- 211 . . . . Dziesiąte czytanie: *Chciwość*
- 223 . . . . Jedenaste czytanie: *Smutek*
- 
- 239      Zakończenie i wnioski
- 241      *Lectio divina* po skautowsku





## Przedmowa

*Naucz mię, Panie, Twej drogi,  
bym postępował według Twojej prawdy;  
skłoń moje serce ku bojaźni Twojego imienia!*

Ps 86,11

Czy życie polega na tym, by czuć się dobrze, by zaspokoić swe pragnienia, by trzymać się z dala od konfliktów, by starannie unikać uciążliwych szlaków i dróg pod górkę, czy może na tym, by kochać bardziej, za wszelką cenę, nawet za cenę krzyża?

Z przyjemnością zgodziłem się przedstawić książkę *Trucizny ludzkiego serca* autorstwa Laury i Claudia Gentilich, dwojga skautów i pary małżonków chrześcijańskich, którzy od lat z entuzjazmem angażują się w przekazywanie młodzieży swojej miłości do Biblii właśnie dlatego, że pomaga ona stawić czoła dylematom życiowym, na które prędkiej czy później wszyscy natrafiamy.

Niniejsza książka jest przewodnikiem dla tych, którzy chcą dogłębnie poznać swoje serce, nad którym często przeje-

mują władzę emocje, zachęcające do popełniania «siedmiu grzechów głównych» uwzględnionych w Katechizmie. Zagadnienie to może stać się ścieżką dla cyklu katechez grupowych oraz wspólnot, które pragną dokonać rozeznania za pomocą tradycyjnej, a jednak zawsze świeżej metody *Lectio divina*.

Książka ta zalecana jest dla wszystkich wychowawców, a w szczególności dla skautów (od wędrowników, instruktorów, aż po dorosłych skautów), którzy w emocjonującej przygodzie skautingu szczerze starają się odnaleźć „prawą ścieżkę”, przedstawianą poprzez harcerską lilijkę – starodawny symbol, który na kompasach wskazywał żeglarzom właściwą drogę. Również my, żeglarze na morzu życia, odczuwamy potrzebę kompasu, który pozwoliłby nam odnaleźć i zakotwiczyć się w prawdzie fundamentalnych wyborów naszego istnienia.

Bóg wychował swój lud za pomocą planu, poczynając od Dekalogu, związanego z obietnicą szczęścia. Jeśli nie boimy się słów, musimy uznać, że „prawa ścieżka” oznacza posłuszeństwo wobec planu Bożego, który odwołuje się do naszej wolności, daje nam możliwość wyzbycia się naszej «dzikości» i wybrania drogi życia.

Poszukiwanie „prawej ścieżki” nie jest łatwe, jako że niektórzy przekonują, że człowiek może obejść się bez prawa Bożego, że prawdziwa wolność to brak zasad, gonitwa za przyjemnościami i zaspokajanie pragnień, co prowadzi do występków.

Trend oświeceniowy oraz jego najbardziej aktualny i rozpowszechniony produkt uboczny, jakim jest bezkształtna masa religii w stylu „New Age”, wprowadzają nas w błąd

i zmuszają do uzasadniania nadziei, która jest w nas, dzięki naszej religii.

Słowo Boże i nauczanie Kościoła są dziś posiadany skarbem. Nawet jeśli jesteśmy przepelnieni wątpliwościami i trudnościami, to dla dzielenia się tym skarbem jesteśmy gotowi sprzedać wszystko i służyć jako wychowawcy.

Taki jest właśnie cel, który skłania nas do oderwania naszej młodzieży od ulotnych i powierzchownych przyjemności, sprawiając, że odnajdą się w służbie, w poświęcaniu się dla innych, w angażowaniu się dla rzeczy wielkich – i to jest pełen smak życia.

Musimy zaangażować się poważnie i sumiennie, aby zostawić świat trochę lepszym, niż go zastaliśmy. Musimy także prosić o pomoc Ducha Jezusa Chrystusa, by zostawić trochę lepszym ten świat, którym my sami jesteśmy z naszymi ciemnymi obliczami, z naszymi namiętnościami i popędami, z naszymi nadziejami i lękami.

Otacza nas świat pełen zaślepienia, ubóstwa i ucisku. Również w naszym wnętrzu zło nas niepokoi, wzbudza strach, przygnębia. Ziemia potrzebuje radosnej wieści. Potrzebują jej najmniejsi, biedni, uciśnieni, więźniowie. Lecz potrzebuje go także to, co jest uciśnione i uwięzione wewnątrz nas. Jaką radosną wieść możemy sami sobie przekazać?

„Dobra nowina” jest taka, że Bóg jest po naszej stronie, kibicuje nam, dobrze o nas mówi. Centrum naszej woli leży na obliczu Chrystusa. Umieścić Chrystusa w centrum świata – to jest radosna wieść. Jesteśmy wzywani, abyśmy byli „święci i nieskalani przed Jego obliczem”, „pokładawszy nadzieję w Chrystusie” i „uwierzywszy” w Ewangelię.

Wyłącznie wówczas, gdy te trzy wymiary stanowią część naszego istnienia, mamy coś do powiedzenia w świecie. Duch Święty wchodzi w posiadanie naszych serc i sprawia, że stają się odpowiednie dla Syna, a także otwiera nas na Ojca.

Świat i nadchodzące lata naszego życia oczekują, aż objawi się w nas wolność dzieci Bożych.

*Ksiądz Diego Coletti*  
*Biskup Livorno*  
*Generalny asystent kościelny*  
*stowarzyszenia AGESCI*



Griew



## Gniew

MT 5,21-24

### + MODLITWA

Prosimy Cię, Ojcze, w imię Syna Twego, Jezusa Chrystusa, abyś zesłał nam ducha cierpliwości, który zawsze będzie nam uobecniać, że perła sprawiedliwości kryje się w sercu miłosierdzia.

### ☞ CZYTANIE (Mt 5,21-24)

*Słyszeliście, że powiedziano przodkom: «Nie zabijaj!»; a kto by się dopuścił zabójstwa, podlega sądowi. A Ja wam powiadam: Każdy, kto się gniewa na swego brata, podlega sądowi. a kto by rzekł swemu bratu: «Raka»<sup>38</sup>, podlega Wysokiej Radzie. A kto by mu rzekł: «Bezbożniku», podlega karze piekła ognistego. Jeśli więc przyniesiesz dar swój [...] idź i pojednaj się z bratem swoim...*

### ☞ MEDYTACJA

#### Słownictwo

**Gniew:** bodziec reakcji gwałtownych, często gniewnych, a w dodatku nieuzasadnionych na płaszczyźnie humanitarno-racjonalnej; nienawiść jako przyczyna zawziętej nie-

<sup>38</sup> Dosł.: bądź „głupcze”, bądź „pusta głowo”, bądź „człowieku godny pogardy” [przyp. tłum.].

chęci lub źródło niezgody; wzgarda karmiona nieposkromioną uporczywością; w przerośnym sensie oznacza zło-wrogą siłę żywiołów, ich wściekłość, bestialską złość.

**Etymologia:** od prasłowiańskiego \**gněvъ* „stan silnego podniecenia wywołany niezadowolaniem; oburzenie, złość, wściekłość”.

**Człowiek gniewny:** z natury skłonny do gniewu oraz do gwałtownych i obelżywych reakcji.

**Rozwścieczenie:** nagłe, niekontrolowane i groźne uczucie wzburzenia, bardziej lub mniej trwałe i widoczne w czynach lub słowach; choleryczny nastrój wzniecający uczucie wzgardy.

**Wściekłość:** gwałtowne rozdrażnienie, często niekontrolowane, spowodowane zniewagami, awersją bądź rozczarowaniami, bądź poczuciem bezsilności lub nawet uczuciem zawiści.

Jednym z wyrazów pokrewnych tego słowa jest *wścieklizna*: wirusowa choroba zakaźna wiążąca się ze złymi rokowaniami, przenoszona na człowieka m.in. przez ugryzienie psa.

W przerośnym sensie wskazuje na uczucie wzburzenia spowodowane gniewem, dlatego wizerunek psa stosuje się jako symbol gniewu oraz człowieka gniewnego.

**Człowiek wzburzony:** osoba zwykle doprowadzona do stanu wściekłości lub chwilowo ogarnięta uczuciem złości; cechuje go gwałtowna i ślepa zawziętość, a także nieopanieowanie spowodowane uczuciem gniewu.

## Gniew

Gniew pochodzi od dwóch podstawowych czynników: od rzekomej nieograniczonej władzy nad rzeczami (co wywodzi się z pychy) oraz od przekonania o byciu ofiarami domniemanej „niesprawiedliwości”. Gniew wznieca urażona duma. Urażona choćby faktem, że rzeczywistość nie wygląda tak, jak powinna.

Człowiek gniewliwy przypomina oprawcę. Słowa, czyny lub zdarzenia zraniły go, wymknęły mu się spod kontroli, w pewnym sensie go „zdradziły”, a teraz domaga się on zadośćuczynienia. Pycha i duma wzniecają jego złość, przeinaczając się w gwałtowną siłę, za pomocą której człowiek rozgniewany chce przywrócić „własną” rzekomą sprawiedliwość oraz „kontrolę” nad rzeczywistością, być może posługując się zemstą.

Najmniejsze i najzwyczajniejsze zdarzenie przekształca się w pretekst do dania upustu swojej złości: wystarczy na przykład przedziurawiona opona podczas wyjazdu, który człowiek gniewny zaplanował starannie, nie przewidując żadnych niespodziewanych zdarzeń. Wtedy wybucha gniewem – przebita opona w pewnym sensie przejmuje prowokującą postać, jakby obdarzona została własną wolą.

Dla człowieka gniewnego to straszliwa prowokacja w stosunku do jego przechadzki, a w ostatecznym rozrachunku przeciwko jego nerwom i osobowości. Nienawiść i nadmiar słów rozpętują się przeciwko przedmiotowi oskarżonemu o stanowienie przeszkody w jego planach. Rzeczywistość ukazująca się w charakterze „przebitej opony”, zostaje postrzegana jako prawdziwy rodzaj „niesprawiedliwości” względem nędznego gniewliwego oraz jego planów.

Jest to zdarzenie powodujące złudzenia o nieograniczonej władzy, które mogą przerodzić się nawet w przemoc fizyczną lub słowną w obliczu daremnej próby uczynienia jej takiej, jaką by chciał. Człowiek gniewny przeżywa katusze, ponieważ sprawy nie przybierają takiego obrotu, jaki by chciał, a inni ludzie i ich czyny nie spełniają jego wymagań.

Również tę frustrację człowiek porywczy odczuwa jako rażącą niesprawiedliwość, która rani jego wielką dumę. Pycha z kolei ukazuje mu wydarzenia jako zniewagę względem niego, co wznieca jego rozjuszoną i choleryczną wolę dokonania zmian, posuwając się nawet do przemocy.

### **Jego wola**

Zasadniczo człowiek porywczy chce, aby we wszystkim „spełniła się jego wola”, a jeśli się tak nie dzieje, wybucha i niszczy wszystko, co mu się wykrada. Postrzega się go również jako oskarżyciela. Szczekając i warcząc, zarzuca drugiemu człowiekowi, że nie jest taki, jaki być powinien (według jego parametrów).

Nie potrafi nawet w najmniejszym stopniu znieść tego, że drugi człowiek może być inny. Nie toleruje także, że coś może być inne od tego, jakie jego zdaniem powinno być. Dlatego zwraca całą swoją agresję przeciwko innym ludziom w sposób fizyczny lub choćby słowny.

Lecz Jezus nie pozostawia drogi wyjścia. Nienawiść i pogarda wobec braci, które pochodzą z serca i wyrażane są chociażby słowami, „zabijają” drugiego człowieka.

## Bezsilność człowieka gniewnego

W rzeczywistości za gniewem chowają się pycha, duma i bezsilność. Ta ostatnia bowiem jest spaczonym owocem pychy. Pycha zawsze dąży do wywyższania się, dlatego gdy w życiu codziennym nieuchronnie napotyka granicę, pograża człowieka w mroczniejszym uczuciu bezradności, gdyż wieża Babel to przedsięwzięcie niemożliwe dla człowieka!

Człowiek nie może łudzić się, że kiedykolwiek osiągnie stan doskonałości i stanie się absolutem. Co więcej, to właśnie jego rzekoma nieograniczona władza czyni go bezsilnym, pozostawionym samym sobie.

Zatem to „stwórcza granica” w ostatecznym rozrachunku jest tym, czego człowiek porywczy nie akceptuje, co przeżywa jako formę niesprawiedliwości i braku miłości. W ten sposób inscenizacja „zła”, które udręcza świat, roznieca jego wściekłość, jego gniew w stosunku do nieba, który przeinacza się w zarzuty i nienawiść wobec Boga, który „źle uczynił wszystkie rzeczy”.

Człowiek gniewny stanowi dokładne przeciwieństwo *człowieka chwały, ubogiego i pokornego*, który wszystko traktuje jako dar oraz jest wolny i gotowy, aby z pełną ufnością przyjąć od Boga swoje cechy istoty stworzonej, „wbrew nadziei wierząc nadziei” (Rz 4,18). Dla takiego człowieka Bóg „dobrze uczynił wszystkie rzeczy”.

## Przeciwko braciom

Gniew to również okropny grzech, który zwraca się przeciwko braciom. Człowiek gniewny nienawidzi i oskarża. Przepelnia go gorycz, mści się, a także stale zarzuca bratu,

że nie jest taki, jaki według niego powinien być. Domaga się, narzuca, nie toleruje, z trudem przebacza, obraża, żyje w niepokoju i unieszczęśliwia otaczających go ludzi.

Apostoł Jakub podaje: „Skąd się biorą wojny i skąd kłótnie między wami? Nie skądinąd, tylko z waszych żądz, które walczą w członkach waszych. Pożądacie, a nie macie, życie morderczą zazdrość, a nie możecie osiągnąć. Prowadzicie walki i kłótnie [...]” (Jk 4,1-2).

Lecz co tak naprawdę skłania człowieka gniewnego do życia w stanie ciągłej wojny przeciwko wszystkiemu i wszystkim? Ponownie u źródła leży brak miłości. Brak odczuwany jako największa „niesprawiedliwość” wobec człowieka. Człowiek gniewny czuje się oszukany, rozczarowany względem swoich oczekiwań szczęścia.

Lecz kolejny raz, jak wiemy, „Miłość” ta to „przyjęcie”, którego nie czuliśmy, to miłość absolutna, nie na miarę słabości człowieka dotkniętego egoizmem. Poszukujemy „Miłości”, która jest pełnym „przyjęciem”, „głębokim sensem” naszego istnienia oraz istnienia świata. To miłość, którą możemy odszukać jedynie poprzez odzyskanie zaufania i komunii z Bogiem.

## Gniew Boży

Ludzki gniew nie ma nic wspólnego z tym, co nazywamy gniewem bożym. Jest to antropomorficzny wizerunek, lecz zawiera głęboko duchową ideę absolutu dobra, którym jest Bóg, jak również jego świętości. Jego gniew to owoc Jego miłości do człowieka. To pozytywny gniew przeciwko złu, przeciwko temu, co zagraża zniszczeniu człowieka i jednocześnie przeciwko „rozłace”, którą człowiek powoduje

swoimi grzesznymi wyborami, które z kolei oddalają go od dobra i życia.

Gniew Boży, który wylewa się na niegodziwych, może być ostatecznie rozumiany jako ogół owoców śmierci, które my, ludzie, produkujemy naszymi wyborami w życiu naszym oraz naszych braci.

Gniew Boży może być rozumiany również jako gorliwość miłości wobec człowieka, który zawsze narażony jest na autodestrukcję. Gorliwość miłości objawia się w Jezusie ukrzyżowanym, który wziął na siebie wszelkie zło oraz jego konsekwencje, abyśmy mieli życie.

### **Gniew w rodzinie**

Ileż cierpienia powoduje gniew w rodzinie, gdy wykorzystujemy dzieci, mężów, żony, aby wyładować na nich całą truciznę zebraną w czasie dnia? Wystarczy najbanalniejszy pretekst, aby te jakże ważne godziny dla intymności rodzinnej, twarzą w twarz przy stole, stały się polami bitwy. W ten sposób dajemy sobie odbierać życie.

Nie wspominając już o szkodach, które gniew powoduje w wychowaniu naszych dzieci, które spoglądają na nas jak na wzorce. Nauczmy się patrzeć „w głąb” naszego gniewu, abyśmy dostrzegli, z jakich żalów, frustracji i niesprawiedliwości musimy zostać uzdrowieni i pojednani.

### **Skutki społeczne**

Człowiek gniewny odrzuca wszelką konfrontację, która wiązałaby się z dialogiem. Sprowadza relacje ludzkie do próby sił, mając nadzieję na pokonanie drugiego człowieka.



Manipulator społeczny i polityczny, dyktator, fundamentalista religijny oraz demagog posługują się negatywną skłonnością jednostek, by wykorzystać dla własnych celów pozbawioną rozważli „społeczną złość”.

Społecznymi owocami gniewu są takie zachowania, jak rozwścieczenie kibiców na stadionach (wynikłe ze stowarzyszeń pseudokibiców – „hoolsów”) oraz polityczna „złość”, która skutkuje przemocą na placach.

## Portret duchowy człowieka gniewnego



## Co mówi Biblia

**Kpł 19,17** „Nie będziesz żywił w sercu nienawiści do brata”.

**Kpł 19,18** „Nie będziesz żywił urazy do synów twego ludu [...]”.

**Syr 30,24** „Zazdrość i gniew skracają dni [...]”.

**Prz 27,4** „Gwałtowny jest gniew, zapalczywość – nieubłagana [...]”.

- Prz 14,17** „Człowiek porywczy popełnia głupstwa [...]”
- Prz 29,22** „Gniewliwy kłótnie wszczyna, zapalczywy mnoży grzechy”.
- Prz 12,28** „Na drodze prawości jest życie, kroczenie po niej jest nieśmiertelnością”.
- Syr 20,2** „O ileż lepiej jest upomnieć, niż trwać w gniewie”.
- Syr 27,30** „Złość i gniew są obrzydliwościami, których pełen jest grzesznik”.
- Syr 28,1** „Tego, który się mści, spotka zemsta Pana [...]”.
- Syr 28,2-12** „Odpuść przewinę bliźniemu, a wówczas, gdy błagać będziesz, zostaną ci odpuszczone grzechy. Gdy człowiek żywi złość przeciw drugiemu, jakże u Pana szukać będzie uzdrowienia? Nie ma on miłosierdzia nad człowiekiem do siebie podobnym, jakże błagać będzie o odpuszczenie swoich własnych grzechów? Sam będąc ciałem, trwa w nienawiści, któż więc odpokutuje za jego przewinienia? Pamiętaj na ostatnie rzeczy i przestań nienawidzić; – na rozkład ciała, na śmierć, i trzymaj się przykazań! Pamiętaj na przykazania i nie miej w nienawiści bliźniego, – na przymierze Najwyższego, i daruj obrazę!”
- Ef 4,26-27** „Gniewajcie się, a nie grzeszcie: niech nad waszym gniewem nie zachodzi słońce! Ani nie dawajcie miejsca diabłu!”.
- Mt 5,21-22** „Słyszeliście, że powiedziano przodkom: «Nie zabijaj!»; a kto by się dopuścił zabójstwa, podlega sądowi. A Ja wam powiadam: Każdy, kto się gniewa na swego brata, podlega sądowi”.

- Ef 4,31** „Niech zniknie spośród was wszelka gorycz, uniesienie, gniew, wrzaskliwość, znieważenie – wraz z wszelką złością”.
- Mt 5,44-46** „A Ja wam powiadam: Miłujcie waszych nieprzyjaciół i módlcie się za tych, którzy was prześladują [...] Jeśli bowiem miłujecie tych, którzy was miłują, cóż za nagrodę mieć będziecie?”
- 1 Tm 2,8** „[...] podnosząc ręce czyste, bez gniewu i sporu”
- Kol 3,8** „A teraz i wy odrzućcie to wszystko: gniew, zapalczywość, złość [...]”
- Jk 1,20** „Gniew bowiem męża nie wykonuje sprawiedliwości Bożej”.
- Mt 22,29** „Jesteście w błędzie, nie znając Pisma ani mocy Bożej”.
- 1 J 2,11** „Kto zaś swojego brata nienawidzi, żyje w ciemności [...] ponieważ ciemności dotknęły ślepotą jego oczy”.
- 1 J 3,15** „Każdy, kto nienawidzi swego brata, jest zabójcą [...]”.
- Ef 4,15** „Natomiast żyjąc prawdziwie w miłości sprawmy, by wszystko rosło ku Temu, który jest Głową – ku Chrystusowi”.
- Flp 2,3-4** „Nie pragnijcie niczego dla niewłaściwego współzawodnictwa ani dla próżnej chwały, lecz w pokorze oceniając jedni drugich za wyżej stojących od siebie. Niech każdy ma na oku nie tylko swoje własne sprawy, ale też i drugich”.

## Co mówią Ojcowie Kościoła

### Ewagriusz z Pontu

„To wrzenie i wzburzenie powstaje w porywczej części (duszy) przeciwko tym, którzy dokonali zniewagi lub rzekomo to zrobili. Przez cały dzień gniew napęlnia duszę gorczyzą, lecz przede wszystkim podczas modlitwy podporządkowuje on sobie umysł, ukazując mu oblicze tych, którzy go urazili”.

*O praktyce ascetycznej, 11*

„Podnosząca się mgła zaciemnia słońce, a myśl o mściwości – samotny umysł”.

*O ośmiu duchach zła, 9*

„Powiedz mi przeto, z jakiego powodu tak szybko rzucaś się do walki, skoro wzgardziłeś pożywieniem, bogactwem i chwałą? Dlaczego karmisz psa, gdy tymczasem przyrzekasz nie mieć niczego? Jeśli on jednak szczeka i na ludzi napada, to z pewnością dlatego, że coś w środku posiada i chce tego strzec. Jestem jednak przekonany, że [ktoś] taki pozostaje daleki od czystej modlitwy, skoro wiem, że popędliwość szkodzi tego rodzaju modlitwie”.

*O różnych rodzajach złych myśli, 5<sup>39</sup>*

---

<sup>39</sup> Ewagriusz z Pontu, *O różnych rodzajach złych myśli*, tłum. i oprac. L. Nieścior OMI, Wydawnictwo M, Kraków 2006, s. 19 [przyp. tłum.].

## Święty Grzegorz Wielki

„Gniew bowiem rozbija spokój umysłu; niepokoi go, w pewien sposób szarpie i rozdziera, tak że traci on wewnętrzzną harmonię i podobieństwo [do Boga]”.

*Komentarz do Księgi Hioba, V, XLV.78<sup>40</sup>*

„Za sprawą gniewu porzuca się sprawiedliwość. [...] Gniew burzy zgodę. [...] Gniew zamyka nas na blask Ducha Świętego”.

*Komentarz do Księgi Hioba, V, XLV.78<sup>41</sup>*

## Doroteusz z Gazy

„Również gniew pochodzi od innych rzeczy, głównie od umiłowania przyjemności [...]”.

„Zdarza się, że ktoś czyni pokutę przed bratem, na przykład z powodu jakiejś kłótni albo wzburzenia, które zaszło między nimi, ale nawet po tej pokucie ma do niego żal i chowa urazę. Taki nie powinien tego lekceważyć, ale zwalczyć ją najszybciej. Bo to jest mściwość, i trzeba wielkiej czujności, jak powiedziałem, trzeba pokuty, trzeba walki, żeby w tym nie trwać i nie popaść w niebezpieczeństwo. Bo kiedy uczynił pokutę, z powodu przykazania ją zrobił i chociaż gniew na razie przytłumił, z uczuciem urazy jeszcze nie walczył, dlatego nadal trwa w żalu do brata. A co innego jest uraza, co innego gniew, co innego złość i jeszcze co innego oburzenie. Podam wam przykład, żebyście zrozumieli. Kto rozpala ognisko, najpierw ma małą iskierkę. Jest nią przykre słowo usłyszane od brata. Oto na razie jest tylko iskierka.

<sup>40</sup> Św. Grzegorz Wielki, dz. cyt., t. 1, Kraków 2006, s. 450 [przyp. tłum.].

<sup>41</sup> Tamże, s. 451 [przyp. tłum.].

Czym bowiem jest słowo brata? Jeśli je zniesiesz spokojnie, zgasisz iskierkę. Ale jeśli rozmyślasz: «Dlaczego mi tak powiedział? I ja mógłbym mu coś powiedzieć! Nie mówiłby tak, gdyby nie chciał mi sprawić przykrości. Niech więc pamięta, że i ja mogę mu podobną sprawić!». Oto rzuciłeś na iskierkę trzaski, czy coś podobnego, jak robi to ten, co rozpala ogień. Wywołałeś dym, a jest nim gniewne wzburzenie”

*Nauki ascetyczne, 89-90*

„Wzburzenie bowiem to właśnie poruszenie i napływ myśli, który podnieca serce i pobudza je do wyniosłości. A wyniosłość albo zuchwałość to ta mściwa postawa wobec winowajcy, o której wspomina ojciec Marek: «Zło przechowywane w myśli wynosi serce, ale zwalczone przez modlitwę i ufność, pomaga nam do skruchy». A więc jeśli zniosłeś spokojnie słowo brata, zdołałeś zgasić, jak wyjaśniłem, od razu samą iskierkę, zanim jeszcze powstało wzburzenie”

*Nauki ascetyczne, 90*

„Można zaś złym za zło odpłacać nie tylko czynem, ale i słowem, a nawet postawą. [...] Zdarza się, że ktoś tylko raz przyjmie jakąś postawę, wykona gest lub spojrzy, a przez to wzburzy swego brata. To także jest odpłaceniem złym za zło”.

*Nauki ascetyczne, 93*

## **Jan Kasjan**

„Jednemu może się wydawać, że jest cierpliwy i pokorny, dopóki nie należy do jakiejś grupy innych ludzi; lecz gdy tylko przydarzy się stosowna okazja, by wywołać reakcję, prędko powróci on do swej pierwotnej natury. Wtedy bez-

zwłocznie ujawnią się w nim wady, które pozostawały w ukryciu. Podobnie jest z końmi, które hodowane były przez długi czas w lenistwie na zamkniętych pastwiskach, aż nagle szaleńczo wybiegają z nich samopas i wyładowują się z największą gwałtownością i bezwzględnością na szkodę woźnicy. A w rzeczywistości, kiedy przerywa się wszelka relacja komunii z innymi, nasze wady dziczeją coraz bardziej [...]”.

*Ustawy życia mnichów, VII, 7*

### **Święty Tomasz z Akwinu**

„Gniew przeciwstawia się aktowi miłosierdzia, który pragnie dobra bliźniego; gniew, wprost przeciwnie, pożąda szkody bliźniego. Gniew zatem jest grzechem śmiertelnym”.

*Grzechy główne, zag. XII*

„Gniew wprawdzie pociąga za sobą pragnienie pewnego zła, czyli szkody, którą usiłuje wyrządzić bliźniemu, jednakże nie pożąda go pod postacią zła, lecz przez wzgląd na dobro, które jest karzącą sprawiedliwością; dlatego bowiem gniewny stara się zaszkodzić drugiemu człowiekowi, aby pomścić niesprawiedliwość, którą mu wyrządzono”.

*Grzechy główne, zag. XII*

## **Terapia**

### **Proś Ducha Świętego**

– O dar wiary: ufność w Bogu jest korzeniem życia, źródłem szczęścia na ziemi. Pokładanie ufności w Bogu to pierwszy krok ku oddaniu się Jego miłości i nadaniu sensu wszelkim rzeczom.

– O dar nadziei , abyś wbrew nadziei, wszelkiej niesprawiedliwości lub złu, które zagraża życiu naszemu i innych, uwierzył nadziei.

– O dar miłości : Boża miłość jest tym, co widzimy w Jezusie ukrzyżowanym. Krzyż lśni Bożą miłością dla nas. Miłość ta oddaje sprawiedliwość nam i naszemu życiu, aniżeli nas usprawiedliwia, przywracając nam sprawiedliwość „początku” – nasze podobieństwo do Boga, bycie Jego synami w Synu.

– O dar przebaczenia a: „Idź i pojednaj się z bratem swoim” (Mt 5,24). Słowa Jezusa są terapią dla naszego chorego serca dotkniętego grzechem gniewu. Jego miłość jest balsamem, który nas leczy.

– O dar męstwa, abyś przewyciężył oszustwa nieprzyjaciela, który chce nas przekonać, że zemsta jest jedynym wyjściem.

– O dar łagodności , który cechuje Pana, ponieważ „patrzac” na Jezusa ukrzyżowanego, który nadstawił drugi policzek, możemy wejść do królestwa pokoju i wewnętrznej wolności.

– O dar pokory, abyś przewyciężył pychę i dumę.

– O dar mądrości dla coraz pełniejszego zrozumienia, że komunie świętych jest naszym szczęściem.

## **Postawmy sobie pytania**

1. Czy odkryłem w swoim sercu własny gniew? Jeśli nie, muszę prosić Pana o dar objawienia mi go, ażebym mógł go dostrzec i w ten sposób zostać uleczony i uzdrowiony przez Niego.



2. Czy pamiętam, jaką rolę odgrywał i nadal odgrywa mój własny gniew w moim życiu, w moim miejscu pracy, w mojej wspólnocie, a zwłaszcza w mojej rodzinie? W jaki sposób wkradł się on we mnie, narażając moje relacje międzyludzkie?

3. Czy zastanowiłem się nad tym, w jakim stopniu ludzki gniew stanowi przyczynę wielu cierpień, jakich doświadczają ludzie? Jakie są to cierpienia?

Laura i Claudio Gentili  
„Truczny ludzkiego serca”

Wydanie pierwsze  
ISBN 978-83-63110-81-9

Wydawnictwo Rosemaria  
ul. Zbąszyńska 19/4, 60-359 Poznań  
tel. 61 86 87 345, 720 123 183  
wydawnictwo@rosemaria.pl  
www.rosemaria.pl

WYDAWNICTWO   
**ROSEMARIA**

Wszystkie prawa zastrzeżone  
© Wydawnictwo Rosemaria 2019

Cytaty z Pisma Świętego za:  
„Biblia Tysiąclecia. Pismo Święte Starego  
i Nowego Testamentu w przekładzie z języków oryginalnych”,  
oprac. Zespół Biblistów Polskich, wyd. 4,  
Wydawnictwo Pallottinum, Poznań 2003.

Ilustracje w książce autorstwa Giotta pochodzą z kaplicy  
Scrovegnich w Padwie we Włoszech i przedstawiają siedem  
cnót teologicznych i kardynalnych, oraz ich przeciwieństwa.

Tłumaczenie: Miłosz Staszewski  
Redakcja, korekta: Elżbieta Rogucka, Łukasz Gwiazda  
Skład, DTP, okładka: www.studio-książki.pl  
Druk: Totem Inowrocław



Tę książkę  
zamówisz  
na stronie  
[www.rosemaria.pl!](http://www.rosemaria.pl)

KUP W KSIĘGARNI