

Cztery pory roku w duchowym życiu: Zima

Autor: Ewa Moen



Niedawno wpadła mi w ręce książka pt. "The Spiritual Seasons of Life" (Cztery pory roku w duchowym życiu), napisana przez Davida Swana. Jej autor od ponad 20 lat jest pastorem dużego zboru w Malezji. Napisał kilka książek, z których pierwsza została przetłumaczona na kilka języków. Chciałabym pokrótce omówić "Cztery pory roku w duchowym życiu", gdyż temat ten dotyczy każdego z nas. Mimo, iż znajdujemy się w różnych fazach naszego duchowego rozwoju i mamy inne doświadczenia, to jednak istnieją pewne wspólne cykle, jakim wszyscy podlegamy w naszym życiu duchowym.

Tym, którym jest teraz ciężko z powodu doświadczeń, choroby itp. powodów, książka ta może dać nadzieję i przynajmniej częściową odpowiedź na pytania: "dlaczego tak się dzieje?", "dlaczego właśnie ja przez to przechodzę?", z kolei nowo nawróconym ludziom przeżywającym w swym życiu duchowym wiosnę, trzeba zwrócić uwagę na fakt, że pory roku się zmieniają i nie zawsze jest przyjemnie ciepło, nie zawsze świeci słońce. Wtedy może łatwiej będzie im znieść mroźne podmuchy wiatru, gdy nadejdzie zima. Również słudzy Boży przeżywający pełnię lata w służbie dla Pana mogą się czegoś z tej książki nauczyć i poznać, jakie czyhają na nich niebezpieczeństwa, i jak muszą być czujni.

Tak jak w przyrodzie, również w naszym życiu duchowym pojawiają się cztery pory roku. Są to różne fazy, przez które przechodzimy, doświadczenia, jakie przeżywamy. Na pewno wielu z nas chciałoby się cieszyć wieczną wiosną lub latem, lecz Bóg wie, że pozostałe pory roku są równie ważne w formowaniu się charakteru człowieka. Nasz Niebiański Ojciec używa tych różnych okresów życia, by nas kształtować na swoje podobieństwo, abyśmy dojrzewali i w Nim wzrastali.

Pory roku duchowego życia można by przyrównać do pór roku w przyrodzie, istnieją jednak pewne zasadnicze różnice. Po pierwsze: w życiu duchowym niekoniecznie następują one po sobie w takiej samej kolejności jak w przyrodzie. Po drugie: czas ich trwania też znacznie się różni od naturalnych pór roku. Zima może trwać parę lat, podczas gdy wiosna jeden miesiąc lub na odwrót. Są to indywidualne różnice, tak jak każdy z nas jest inny i czego innego potrzebuje w swoim rozwoju. Każda pora ma swoje pułapki i błogosławieństwa, które omówimy później. Zacznijmy od zimy.

Omówimy ją najszerzej, gdyż ta właśnie pora roku ma największe znaczenie dla dalszego rozwoju duchowego człowieka.

Każdy z nas od czasu do czasu przeżywa zimę. U niektórych trwa ona długo i jest bardzo ciężka, u innych zaś ma przebieg lżejszy i trwa krócej. Ogólnie można ją scharakteryzować jako "dołek, ciemną dolinę, przez którą musisz przejść, zanim znowu ujrzysz światło". Jest to czas próby i cierpienia. Może być spowodowany chorobą, śmiercią kogoś bliskiego, wyczerpaniem fizycznym, przemęczeniem, problemami finansowymi, rozwodem czy złymi relacjami z bliskimi lub też demoniczną opresją. Mężowie Boży, którzy przeżyli ciężką zimę to np.: Hiob, Mojżesz, Eliasz, Dawid, Jeremiasz, Jan Chrzciciel.

Okres bezbronności

Autor książki opisuje pewne wydarzenie przyrodnicze, które miał okazję zaobserwować: "Parę lat temu, kiedy jadłem obiad w restauracji pod gołym niebem, moją uwagę zwróciło stado kraczących wron przelatujących mi nad głową. Przyjrzawszy się im bliżej stwierdziłem, że starały się zastraszyć większego brązowego ptaka siedzącego na lampie. Był to młody orzeł. Wrony krążyły nad nim i próbowały go atakować, ale kiedykolwiek się do niego zbliżyły, od razu uciekały. Za każdym razem kiedy go atakowały, orzeł odwracał głowę w ich kierunku, rozkładał skrzydła i był gotowy się bronić. Zastanawiałem się, co sprawiło, że wrony w ogóle miały czelność atakować młodego orła. I dlaczego orzeł nie odpowiedział atakiem na atak. Wtedy zauważyłem, że miał uszkodzone lewe skrzydło. Była w nim spora dziura i brakowało tam piór, co uniemożliwiałoby mu lot lub walkę. Mimo, iż wron było ze 40, ani razu nie ośmieliły się zaatakować orła bezpośrednio. Normalnie żadna wrona nie odważy się atakować orła, choćby był on całkiem młody, ale w tym wypadku ptak był zraniony i dlatego bezbronny".

Historia ta dobrze odzwierciedla taktykę szatana. Wiadomo, że najbardziej będzie nas atakował wtedy, gdy jesteśmy najsłabsi i niezdolni do walki. W takich chwilach stara się nas powalić na ziemię i przygnieść, byśmy się już nie podnieśli. Przykładem tego jest Hiob: najpierw diabeł starał się zaszkodzić jego dobremu imieniu przed Bogiem, potem celem jego ataku stała się sytuacja materialna Hioba, następnie jego rodzina, a na końcu zdrowie. Szatan nie mógł znieść pozycji, jaką Hiob miał u Boga, starał się więc zniszczyć jego przyjaźń z Bogiem, co mu się na szczęście nie udało. Wiara Hioba przetrzymała wszystko. Kiedy odczuwasz (lub Duch Święty ci to objawił), że jesteś duchowo atakowany przez szatana, to: (1) poddaj się Bogu (1P 5,6-7), (2) wyznaj grzech, który sprawia że diabeł ma do ciebie dostęp, (3) poproś o modlitwę wstawienniczą innych braci i siostry, (4) módl się na głos w Duchu (używając daru innych języków), (5) chwal i uwielbiaj Boga, gdyż jest to potężna broń przeciwko atakom diabelskim, (6) czytaj i wyznawaj Boże Słowo.

Czas oczekiwania

"Lecz ci, którzy oczekują Pana, nabierają nowych sił, wzbijają się w górę na skrzydłach jak orły" (Iz 40,31).

Co parę lat orzeł przechodzi przez fazę, kiedy stopniowo gubi swoje stare pióra, co mu początkowo utrudnia lot, a po utracie wszystkich jest już kompletnie "uziemiony". Teraz pozostaje tylko czekać, aż mu odrosną nowe pióra. Następnie muszą one zostać odpowiednio przygotowane (natłuszczone) i dopiero wtedy będzie mógł latać. Proces ten można porównać do takiej sytuacji w życiu, kiedy zupełnie straciłeś kontrolę nad biegiem wydarzeń. Jesteś bezbronny, obnażony, pozbawiony zdolności latania i jest to przeżycie upokarzające. Jeśli w panice zaczniesz jeszcze mocniej bić skrzydłami starając się wzlecieć - stracisz tylko więcej piór. Zamiast tego powinieneś odczekać i poddać się, ale nie zniechęceniu i apatii, lecz rękom Boga, który może odmienić sytuację. To, co wydaje się beznadziejne, może okazać się pełne obietnic na przyszłość. Pamiętaj, że czas oczekiwania nie jest okresem zmarnowanym. Uczysz się wtedy cierpliwości i wytrwałości, a twój duch dzięki Jego obecności zostaje wzmocniony. Jest to również czas pogrzebania starego i narodzin czegoś nowego, czas odnowienia. Weźmy za przykład apostoła Pawła. Pod koniec swojej służby doświadczył on wielu ograniczeń, siedział w więzieniu, był jakby "uziemiony", ale - pomimo tych przeciwności - Boże cele się wypełniły, było głoszone Jego Słowo. W tym właśnie trudnym czasie powstały listy Pawła, które po dziś dzień służą wszystkim wierzącym (Flp 1,12-14).

Czas pozostawania w ukryciu

"...w cieniu swojej ręki mnie ukrył, uczynił mnie strzałą gładką, w swoim kołczanie mnie schował" (Iz 49,2).

Czasami Bóg ukrywa swoich wojowników jak się chowa strzały w kołczanie. To nie są zwykłe strzały. One mają specjalne przeznaczenie i są przygotowywane na szczególnie wybrany moment. Kiedy ten nadejdzie, zostaną wypuszczone z ukrycia (Ps 18,15). Bóg w swojej mądrości wie, że czasami lepiej jest nie wystawiać swoich sług na ostrzał nieprzyjaciela.

Przedwczesne wejście w służbę może być zgubne. Jeśli człowiek nie zostanie wcześniej odpowiednio przygotowany, nie będzie dostatecznie dojrzały. Wtedy zamiast cieszyć się błogosławieństwami służenia Bogu, wpada raczej w zasadzki (Ps 31,21). Zarówno Eliaasz, jak i Jan Chrzciciel byli przygotowywani do służby w ukryciu, aż nadeszła odpowiednia chwila, by zostali ujawnieni jako Pańscy słudzy (Łk 1,80). Podobnie było z Józefem: długo przebywał w więzieniu, aż nastąpiła pora jego wywyższenia w Egipcie, co stało się z dnia na dzień! Mojżesz mieszkał na pustyni 40 lat, zanim Bóg powołał go z powrotem do Egiptu, aby wyprowadził swój naród z niewoli. Fundament, na którym stoi budynek, nie jest widoczny, a im wyższe i większe budowle, tym głębszych i solidniejszych potrzebują fundamentów. Dlatego ważne jest, aby fundament twojego życia postawiony został naprawdę solidnie, zanim Bóg poszerzy cię wszerek i wzdłuż.

Na pustyni

Pustynia to miejsce odludne, gdzie jesteś sam na sam z Bogiem. Ludzie, którzy chcą mieć życie pełne rozrywek i różnych przyjemności, rzadko stają się duchowymi olbrzymami. Pozostają raczej karzełkami i brak im głębszego poznania Boga. Tracą duchowy zapal i stają się leniwi, ich serce jest obłożone tłuszczem. Pozostając na pustyni musisz poprzez modlitwę sam wykopać sobie źródła wody. Nie możesz liczyć na pomoc innych, że się będą o ciebie modlić i przekazywać Słowo od Boga. Bóg nie chce, żebyś zawsze karmiony był łyżeczką przez ludzi dorosłych w wierze, podczas gdy sam pozostajesz wiecznym małym dzieckiem. Musisz stać się samodzielny i osobiście coraz lepiej poznawać Boga. "Znalazł łaskę na pustyni naród, który uniknął miecza, Izrael, gdy wędrował do miejsca swego odpoczynku" (Jr 31,2). Na pustyni nie jesteś pozostawiony sam sobie - On jest zawsze przy tobie: "Znalazł go w ziemi pustynnej i w bezludnym zawrocie pustyni. Otoczył go, doglądał go, strzegł go jak żrenicy oka" (5Moj 32,10).

Czas odrzucenia i prześladowań (Iz 53,3; J 15,20)

Niektórzy doświadczają zimy w formie prześladowania i odrzucenia. Jezus cierpiał prześladowania ze strony faryzeuszy. Ciągłe był niesłusznie oskarżany i oczerniany. Dawid był prześladowany przez Saula. Czasami Bóg dopuszcza do tego, by cię prześladował "twój Saul", abyś w ten sposób został przygotowany do dalszej służby, tak jak Dawid był przygotowywany na przyszłego króla Izraela. Często sam diabeł jest autorem oskarżeń i oczernień (Obj 12,10). Ma na celu osłabić cię emocjonalnie, psychicznie i duchowo. Jeśli reagujesz na te kłamliwe posądzenia w niewłaściwy sposób, tracisz orientację i marnujesz niepotrzebnie swoje siły i energię oraz czas na coś, co nie jest tego warte. Prześladowania często przychodzą z nieoczekiwanych stron. Źródłem niektórych jest zazdrość i nienawiść lub poczucie niższości innych ludzi, którzy atakują po to, by wywyżżyć siebie. Czasami są

produktem niedoinformowania czy błędnej interpretacji wydarzeń, a nie złej woli oskarżycieli. Kiedy Saul z Tarsu (późniejszy ap. Paweł) prześladował chrześcijan, robił to w dobrej wierze, myśląc, że walczy o słuszną sprawę, dopóki nie oświecił go Duch Pański. Jeśli prześladowuje nas świat, możemy to uznać za łaskę, gdyż mamy współudział w cierpieniach Chrystusa, który też był prześladowany (2Kor 12,9-10).

Czas przycinania (J 15,1-2)

Jest to bolesny proces duchowego oczyszczania. Ojciec Niebiański widzi nie tylko to kim jesteś teraz, lecz również kim będziesz za wiele lat, lub kim możesz się stać, jeśli pozwolisz mu działać w twoim życiu. Winogrodnik obcina te rzeczy, które stoją na drodze do osiągnięcia pełni twoich duchowych możliwości. Jego celem nie jest zranienie cię. On chce jedynie uwolnić cię od niedoskonałości charakteru i złych postaw hamujących twój duchowy wzrost. W efekcie będziesz wydawał więcej owocu. Podlegając temu procesowi możesz się czuć tak, jakbyś zaczął się cofać zamiast iść do przodu, lecz jest to tylko przejściowe doświadczenie, które w przyszłości przyniesie błogosławieństwo (Hbr 12,11). Gdybyśmy byli pozostawieni sami sobie, jak krzew winny rozroślibyśmy się dziko na wszystkie strony, bez kierunku i ładu. Czas łez i bólu będzie w przyszłości zastąpiony radością i owocowaniem.

Czas płaczu

Czasami Bóg prowadzi cię doliną łez. Mogą to być łzy rozczarowania, frustracji, zniechęcenia, samotności czy utraty kogoś bliskiego. Stoisz wtedy złamany i pokorny przed Jego obliczem, co jest dla Niego bardzo cenne (Ps 51,19). Twój duch w stanie skruszenia wyczula się na Jego działanie. Łzy wyrażają uczucia, które są zbyt głębokie, by je oddać słowami. Nie muszą być wcale oznaką słabości. Przeżycia w dolinie sprawiają też, że jesteśmy w stanie współczuć innym i płakać razem z nimi tak jak Jezus (J 11,33-35).

Czas umierania

W czasie duchowej zimy, muszą umrzeć pewne rzeczy cielesne (np. pycha, własne "ja", ambicje, egoizm, poczucie samowystarczalności, własnej sprawiedliwości itp. (1Kor 15,31). W okresie głębokiej zimy może ci się wydawać, że w twoim życiu panuje zupełny zastój. Wizja na przyszłość jaką kiedyś miałeś, stała się mglista i niejasna, poczucie pewności siebie i własnego miejsca w życiu zamieniło się w wątpliwości i zagubienie. Czujesz, jakbyś nie wzrastał duchowo, lecz tkwił w stagnacji. W takiej sytuacji zdasz sobie wreszcie sprawę ze swojej bezradności i bezsilności. W tym okresie możesz poznać kim naprawdę jesteś, gdyż ujawnią się twoje słabości i prawdziwe - nie zawsze czyste - motywacje. Czas wtedy na pokutę i odnowienie nawrócenia się, zdanie się na Boga, bo jedynie On jest twoim ratunkiem i życiem (J 12,24-25).

Stany emocjonalne w czasie zimy

"Chociaż ciało i serce moje zamiera, to jednak Bóg jest opoką serca mego i działem moim na wieki" (Ps 73,26).

Jest to często okres naznaczony depresją (np. Mojżesz - 4Moj 11,10-15), poczuciem rozczarowania i zniechęcenia, zmęczenia oraz wątpliwości. Nie poddawaj się tym uczuciom, nie rezygnuj z biegu, podążaj do mety. Poproś o pomoc i zachętę doświadczonego sługę Bożego, twojego "duchowego ojca", jeśli sytuacja wydaje się być ponad twoje siły.

Kiedy jesteś wyczerpany i przemęczony, łatwiej tracisz właściwą perspektywę i zdolność obiektywnego spojrzenia na sytuację. Jan Chrzciciel przeszedł przez podobne doświadczenie: był świadkiem jak na Jezusa zstąpił Duch Święty i słyszał głos Boży z nieba. Mimo to, kiedy go uwięziono i groziła mu egzekucja, poddał się uczuciom zwątpienia, czy Jezus rzeczywiście jest Mesjaszem (Łk 7,19-20). W podobnych chwilach wątpliwości przypomnij sobie powiedzenie: ***Nie wątp w ciemności w to, co zostało ci objawione za dnia***. Nie podejmuj żadnych ważnych decyzji w tym stanie duszy, gdyż będąc w depresji łatwo popełnić błąd czy powiedzieć niewłaściwe słowa. Odpocznij, jeśli jesteś wyczerpany, nie czuj się winny z tego powodu i zaufaj Bogu, a On wszystko dobrze uczyni.

Błogosławieństwa zimy (Rz 5,3-4)

Zima rozwija pewne cechy i wartości, jakich nie jest w stanie w tobie wyprodukować żadna inna pora roku. Jest to czas oczyszczenia, którego Bóg używa w twoim życiu, by cię zaprowadzić na jeszcze wyższy poziom duchowego rozwoju. Oto cechy rozwijane zimą: łagodność, cierpliwość, współczucie, dobroć, miłość itd. Jesteś w stanie okazać empatię innym, bo wiesz dobrze, jak się czują. Możesz im lepiej pomóc, wiedząc przez co przechodzą, skoro sam już to przeżyłeś. Będziesz też w stanie lepiej docenić Bożą łaskę i miłosierdzie, a zdając sobie sprawę z własnych słabości, nabierzesz pokory i uległości względem Niego. Zima oczyszcza twego ducha i duszę oraz sprawia, że możesz nadal wzrastać.

Zasadki zimy

"Zmartwienie w sercu człowieka przygnębia go..." (Prz 12,25).

Z pułapkami okresu zimy najlepiej rozprawić się jak najszybciej, zanim wsiąkniesz w nie niczym w bagno. Naucz się je rozpoznawać, żebyś mógł ich unikać.

Oto niektóre z nich:

- Trwanie w stanie przygnębia i depresji, użalanie się nad sobą

Im dłużej w tym tkwisz, tym trudniej jest ci z tego wyjść. Musisz zdobyć się na akt woli i przestać się rozżalać nad sobą, a jeśli jest ci trudno sobie z tym poradzić, poproś o pomoc dojrzałego wierzącego.

- Poczucie braku wartości i porażki
 - Nie rozmyślaj nad tym. To nie czas na introspekcję, raczej zwróć wzrok ku górze. Nie kontynuuj negatywnego sposobu myślenia.
- Szukanie winnego
 - Obwinianie innych lub okoliczności; zamiast szukać winnych, przejmij odpowiedzialność za własne błędy i słabości i wyznaj je Bogu.
- Szukanie ujęcia w niewłaściwych miejscach
 - Szukanie ulgi u nieodpowiednich ludzi, w używkach i innych niewłaściwych rzeczach. To tylko pogarsza sytuację. Twoje schronienie jest w Bogu!
- Poddawanie się wątpliwościom, zmartwieniu i bojaźni
 - Kiedy jesteś wykończony fizycznie i psychicznie, łatwiej dopada cię zwątpienie, strach i martwienie się. Wypocznij, posil się w Panu i złóż na Niego swoje troski. Medytuj nad jego obietnicami dla twojego życia, w ten sposób wzmocnisz swoją wiarę.

- Poczucie odrzucenia
 - Każdy z nas w większym lub mniejszym stopniu doznał odrzucenia, ale niektórzy bardziej to przeżywają niż inni. Kiedy czujesz się odrzucony, masz tendencje, by się odizolować od otoczenia. Możesz też zacząć świadomie lub nieświadomie odrzucać innych.
- Mania prześladowcza
 - Ktoś nią owładnięty myśli, że wszyscy są przeciwko niemu i wszyscy go obmawiają. Staje się nadwrażliwy emocjonalnie. Uważaj, żeby nie zakorzeniła się w tobie zgorzkniałość i uczucie urazy.

Oznaki stresu

Zima może być też następstwem wewnętrznego wypalenia się i wyczerpania fizycznego spowodowanego życiem w dużym stresie bez należytego wypoczynku.

Symptomami stresu są:

- irytacja
 - częste wybuchy gniewu nawet z błahych powodów, utrata zdolności koncentracji;
- problemy ze snem
 - bezsenność lub niezdolność do wypoczynku;
- wyczerpanie na hałas i dźwięki
 - z powodu nadwyrężonych nerwów;
- mały zapas energii
 - apatia, brak siły;
- utrata apetytu lub nadmierne objadanie się;
- niekontrolowane drgawki
 - dreszcze i drżenie rąk;
- monolog
 - mówienie do siebie;
- syndrom strusia
 - pragnienie ucieczki i schowania się przed "tym wszystkim";
- częste zasypianie
 - gdziekolwiek i kiedykolwiek, jest znakiem wyczerpania;
- depresja
 - utrata chęci i radości życia, niezdrowy introwertyzm

Stresu można unikać poprzez:

- modlitwę i rozmyślanie nad Bożym Słowem;
- przestrzeganie zasady odpoczywania w siódmym dniu;
- dbanie o odpowiednią ilość snu, co jest konieczne dla zachowania równowagi;
- utrzymywanie dobrej kondycji fizycznej;
- zdrowe odżywianie się;
- życie w uporządkowanym otoczeniu o dobrej atmosferze;
- wyjazd na urlop;
- przekazanie części obowiązków innym;
- używanie wszelkich udogodnień technicznych, by zaoszczędzić czas;
- poświęcanie czasu na rozrywkę z rodziną;

- poczucie humoru;
- uporządkowanie spraw finansowych - starać się nie popadać w długi i nie żyć ponad stan;
- zachowywanie czystego sumienia;
- trwanie w pełni Ducha.