

JÓZEF SZOPIŃSKI, PAWEŁ DROBOT

Wyższa Szkoła Ekonomii i Innowacji w Lublinie

**Facylitacja zmian w obszarze psychicznym i duchowym
(weryfikacja empiryczna za pomocą warsztatów żywego uczenia)**

Facilitation of Changes within the Psychical and Spiritual Domain
(Empirical Verification at Living-Learning Workshops)

WSTĘP

Zadaniem niniejszej pracy jest poszukiwanie odpowiedzi na pytanie, jak przebiega facylitacja zmian w obszarze psychicznym i duchowym u osób religijnych biorących udział w warsztatach żywego uczenia połączonych z udziałem w sakramentach i modlitwach. Prezentowane opracowanie ma formę dwugłosu psychologa z teologiem, współpracujących przy tworzeniu cyklu warsztatów, których celem jest przygotowanie uczestników do uzdrowienia wewnętrznego. Warsztaty *Psychoterapia a uzdrowienie w Biblii* prowadzone są w Domu Rekolekcyjnym Centrum Apostolstwa i Duchowości Redemptorystów w Lubaszowej¹. Stanowią one próbę integracji wymiaru cielesnego, psychicznego i duchowego człowieka. Zainicjowany podczas nich proces facylitacji grupowej, przejawiający się w ułatwianiu innym ich nowych zachowań, wspomagający szukanie optymalnych dróg wyjścia z trudnych sytuacji czy relacji, nie kończy się z ustaniem warsztatów. Niektórzy uczestnicy po nawiązaniu relacji osobowej podczas warsztatów pozostają w kontakcie bezpośrednim lub mailowym, na różne sposoby towarzyszą sobie przy tworzeniu i wypróbowywaniu nowych konstruktywnych rozwiązań. Odniesienia do warsztatów zawarte w tym artykule dotyczą sesji, jaka miała miejsce w dniach 16-19 stycznia 2009 roku.

Celem warsztatów była pomoc w pokonaniu indywidualnych kryzysów oraz barier, które stoją na przeszkodzie w harmonijnym funkcjonowaniu człowieka

¹ Zob. www.cadr.redemptor.pl

w rodzinie i środowisku zawodowym. Zajęcia warsztatowe, które prowadził dr Józef Szopiński, stanowiły pomoc w przygotowaniu uczestników do pełnej modlitwy o uzdrowienie relacji z drugim człowiekiem i z Bogiem.

Punktem wyjścia do pracy był fragment Ewangelii wg św. Marka 10,46-52, w którym opisane jest uzdrowienie ślepego pod Jerycha. Uczestnicy wspólnie rozważali tekst, a następnie przez pantomimę i rysunek starali się wyrazić, w jaki sposób go rozumieją. Osobiste doświadczenie wiary oraz życia było przedmiotem dzielenia się i pracy pod kierunkiem psychologa.

Za stronę duchową warsztatów odpowiedzialny był o. Paweł Drobot. Praca warsztatowa otwierała uczestników na doświadczenie osobistej i wspólnotowej modlitwy, a także na przeżycie sakramentu pojednania i pokuty. Centralnym wydarzeniem duchowym warsztatów była celebracja Eucharystii oraz adoracja Najświętszego Sakramentu połączona z modlitwą o uzdrowienie.

Pierwsza część artykułu poświęcona będzie spojrzeniu na tematykę uzdrowienia z perspektywy psychologa, natomiast druga stanowić będzie opis tego zagadnienia z perspektywy teologa, stąd nieunikniona odmienność języka oraz argumentacji w obu częściach artykułu.

I. ŻYWE UCZENIE

Psycholog przez swoją pracę z ludźmi stara się wydobyć tkwiący w nich potencjał, skierować ich energię na kreatywne sposoby postępowania. Pierwszym krokiem ku temu jest zdiagnozowanie przyczyn blokujących twórczy rozwój. Natomiast sam proces diagnozy i twórczych zmian odbywa się zarówno w kontakcie indywidualnym, jak również w spotkaniach grupowych. W czasie warsztatów wykorzystywana jest TZI².

Jest to metoda pedagogiczna, którą wypracowała Ruth Cohn w USA w latach 70. ubiegłego wieku, opierając się na psychologii humanistycznej oraz grupach *encounter*. Powszechnie bywa nazywana żywym uczeniem. Popularna stała się przede wszystkim na obszarze krajów języka niemieckiego i przynosi niezwykle efekty w grupach, zespołach i wspólnotach religijnych, w których uczestnicy mają wewnętrzną motywację uczenia się oraz rozwoju. Respektuje potencjał i znaczenie każdego uczestnika oraz jest konkretyzacją i realizacją personalizmu chrześcijańskiego. Żywe uczenie jest nie tylko teoretycznym opisem, ale użytecznym modelem pedagogicznym pozwalającym na wprowadzanie r e a l i s t y c z n y c h z m i a n w procesie uczenia grupowego³. W przeciwieństwie bowiem do

² Die Themenzentrierte Interaktion – System Interakcji Tematycznej, Cohn, 1975.

³ J. Szopiński, *Kreatywność menedżerów a ich funkcjonowanie rodzinne osobowościowe i zawodowe*, Kraków 2004.

tradycyjnego, klasycznego uczenia nie koncentruje się tylko na temacie, ale również na potrzebach uczestników oraz interakcji między nimi w ramach realnego kontekstu sytuacyjnego. Możliwość spojrzenia na temat od własnej strony rodzi zaangażowanie emocjonalne uczestników i realne interakcje w zespole. Likwiduje dychotomiczny podział na nauczającego i dystansujących się na różne sposoby nauczanych⁴.

Potencjał, pomysłowość i kreatywność prowadzącego nie są pomniejszane przez „pasywny opór” zgromadzonych na warsztatach osób, lecz powstaje nowa jakość uczenia, w której zasadniczą odpowiedzialność za powstające zmiany przejmują uczestnicy⁵. Wprowadzenie „dynamicznej równowagi” pomiędzy tematem, osobą, grupą i otoczeniem sprzyja realizowaniu wspólnego celu (tematu) przez prowadzącego i uczestników. Usprawnia to komunikację i dopuszcza do głosu wielość form niewerbalnych, ułatwiając zrozumienie tematu osobom o różnej modalności percepcyjnej.

Metoda ta jest praktykowana od 10 lat przez realizację tematów dla różnorodnych grup zawodowych⁶ w Polsce i krajach Europy Środkowo-Wschodniej. Dotychczasowe doświadczenia dają nadzieję, że metoda pedagogiczna żywego uczenia zostanie również przyjęta jako użyteczne narzędzie dynamizowania małych grup we wspólnotach religijnych oraz jako uniwersalne narzędzie budzenia pełni potencjału w ludziach. Można się spodziewać, że odkryte talenty i zintegrowana duchowość uzewnętrznia się w przedsięwzięciach gospodarczych. Choć żywe uczenie nie jest formą terapii grupowej, to niekiedy wyzwala efekty terapeutyczne.

Przedstawiona wyżej metoda została zastosowana do pracy nad tekstem biblijnym, opisującym uzdrowienie Bartymeusza. Jezus mógł dokonać tego uzdrowienia bez wiedzy i współpracy z niewidomym. Nie uczynił jednak tego, lecz zadał pytanie: „Co chcesz, abym ci uczynił?” (Mk 10,51). Kiedy dokonał uzdrowienia, miało ono wymiar całościowy, objęło bowiem przestrzeń relacji człowieka do siebie samego, do innych ludzi oraz do Boga. Dokonał tego w jednej chwili⁷. Uzdrawienie nie ograniczyło się jedynie do likwidacji symptomów, lecz zawierało aspekt integralny. Łączyło się z obdarzeniem uzdrowionego poczuciem spełnienia i spokoju⁸.

⁴ Tenże, *Educational Innovations in Inspiring the Fullness of Human Potential*, in: Y. Taizir (ed.), *Excellent Education* (in press), 2011.

⁵ R. Cohn, *Von der Psychoanalyse zur Themenzentrierte Interaktion. Von der Behandlung einzelner zu einer Pädagogik für alle*, Stuttgart 1975.

⁶ Zob. www.jozefszopinski.pl

⁷ J. Müller, *Mach mich sehend. Psychosomatische Heilung in der Bibel*, in: P. Raab, *Psychologie hilft glauben*, Wien 1990, s. 74-83.

⁸ M.S. Roberts, *Cuda Jezusa*, Poznań 2008.

Etapy, które doprowadziły Bartymeusza do uzdrowienia przez Jezusa, można streścić w następujący sposób: (a) uświadomienie sobie własnej choroby i bezradności, (b) chęć zmiany i zrzucenia z siebie żebraczego płaszcza, (c) wytrwałość w pragnieniu bycia zdrowym, (d) decyzja pójścia za Nim.

W psychoterapii również muszą wystąpić wyliczone wcześniej cztery etapy. Jest to na ogół długi, żmudny i powolny proces, gdzie poszczególne kroki powinny być wspólnie wypracowane. Na każdym z nich może zostać uruchomiona blokada przez człowieka pragnącego uzdrowienia.

Istnieje także pewien element, który różnicuje uzdrowienie wewnętrzne od psychoterapii – kto jest mistrzem ukazującym „nową drogę”? Czy jest nim człowiek bogatszy jedynie o znajomość kilku narzędzi psychologicznych i ukazujący wyłącznie perspektywę ludzką, czy też Jezus Chrystus, Zbawiciel i Odkupiciel człowieka, wnoszący zupełnie inną, nową jakość życia, któremu ze spokojem chory oddaje całą swoją wewnętrzną przestrzeń emocjonalną i pozwala prowadzić się bez lęku przez życie?

Sesja wprowadzająca: jesteś ważny! jak masz na imię, po co tu jesteś?

Tradycyjny wykład lub konferencja zaczyna się zwykle od dobrej prezentacji tematu i koncentruje się na niej. W istocie rzeczy to temat gromadzi ludzi w jednym miejscu i czasie. W omawianej metodzie pracy oprócz tematu *ważna jest każda osoba*, jej kondycja psychiczna, jej oczekiwania dotyczące tematu wiodącego.

Pierwsze spotkanie poświęcone było zapoznaniu się z oczekiwaniami uczestników, przełamaniu bariery obcości i izolacji w gronie nieznanymi osobami. Jest wiele sposobów, aby osiągnąć ten cel. Może to być krótka słowna prezentacja uczestników. Ten sposób nie dostarcza jednak wielu informacji o uczestnikach, gdyż wchodzi on najczęściej w szkolny szablon. Natomiast przedstawienie się symboliczne, np. odpowiedź na pytanie: „Jaka jest pogoda w moim wnętrzu?” lub który z przygotowanych przez prowadzącego obrazów oddaje ich nastrój, pozwala wyjść poza zdawkowe informacje. Ciekawym sposobem może być też zaproponowanie uczestnikom, aby zechcieli wcielić się w jakiś przedmiot znajdujący się w tym pomieszczeniu, np. ptaka, zwierzę, roślinę. Pomocne może być zrobienie wizytówki, która w sposób pomysłowy powinna powiedzieć coś istotnego i ważnego o każdej osobie. Takie sposoby prezentacji czynią i wydobywają z bezimiennej grupy wielką różnorodność i ukazują bogactwo historii konkretnych uczestników oraz sprawy, z którymi przybywają.

Celem tej pracy jest też rozszerzenie intelektualno-werbalnych form wyrazu i uruchomienie emocji oraz języka niewerbalnego. Pierwsza sesja pokazuje gotowość i otwartość do komunikacji swoich tematów lub wewnętrzne bariery oraz tendencje do ograniczania własnej przestrzeni. Na niej uczestnicy wykonują wi-

zytówki. Wielkość i rodzaj wybranej karty na wizytówkę, dobór koloru do zapisania imienia, umiejscowienie swojego imienia w kącie kartki bądź na środku – sposób zagospodarowania przestrzeni są ważnymi informacjami o kondycji psychicznej uczestnika. Odczytanie i zwrócenie uwagi na drobiazgi zaznaczone na kartce jest dla wszystkich ćwiczeniem uwrażliwienia na rolę komunikacji niewerbalnej oraz sposób autoprezentacji.

Dla ilustracji jeden przykład. Dagmara (około 35 lat) nakreśliła dużymi, stabilnymi literami swoje imię na środku wizytówki. Wewnątrz liter narysowała dwa znaczki ilustrujące przeciwstawne emocje ☺ i ☹. U dołu wizytówki przedstawiła góry – swoją pasję, w górnym lewym rogu skrzypce z porwanymi strunami. Przybyła z drugiego końca Polski, odbywając długą podróż. Robiła wrażenie nieobecnej i zbuntowanej. Z zadowoleniem odebrała to, że prowadzący zwrócił na nią uwagę. Ujawniła, że jej marzeniem była gra na skrzypcach, ale w przeszłości rodzice nie zaakceptowali jej zainteresowań, skłaniając ją do wyboru studiów technicznych, które dawałyby solidniejsze podstawy utrzymania. W czasie następnych sesji będzie konfrontowana ze swoim stałym, powtarzanym wzorem zachowania – buntem. Prowadzący pokazał jej możliwość wpływu i wyboru – naprawienia skrzypiec i grania dla siebie. Zachęcił ją do zabrania skrzypiec, jeśli przyjedzie kolejny raz na warsztaty.

Jezus czyni cuda dziś

Drugi dzień warsztatów rozpoczął się ćwiczeniem, w którym uczestnicy mogli fizycznie, namacalnie zobrazować emocje, jakie nasunęły im się w trakcie słuchania fragmentu muzycznego. Można było zaobserwować bogate spektrum form: od swobodnego pląsania w rytm muzycznych taktów, poprzez zupełne zastygnięcie w bezruchu i skupienie się na swoich myślach i skojarzeniach. Następnie uczestnicy próbowali te same przeżyte emocje wyrazić bezsłownie, malując obrazy. Dla jednych obcowanie z tą muzyką było okazją do wsłuchania się w siebie, czasem na relaks, dla innych źródłem strachu przed ośmieszeniem, nawet wręcz buntu przeciw nieznanym praktykom psychologicznym.

Propozycja przedstawienia się bez słów za pomocą kreatywnie sporządzonej wizytówki, poruszanie się w przestrzeni fizycznej w rytm muzyki, namalowanie odczuć związanych z jej przeżywaniem były próbami poszerzenia języka werbalnego, logicznego, którym zasadniczo posługują się wszystkie szczeble edukacji, o język niewerbalny – mowę całego ciała oraz emocji.

Po takich próbach rozszerzenia percepcji – odbioru wszystkimi zmysłami, uczestnicy wprowadzeni zostali w kulminacyjny punkt dnia – odczytanie tekstu według św. Marka 10,46-52. Uważna i wnikliwa lektura tekstu pokazała, że Bartymeusz poprzedził cud Jezusa solidnym wewnętrznym przygotowaniem i wykonaną pracą: (a) uznał swoją bezradność i bezsilność wobec kalectwa, (b) chciał

się rozstać ze swoim stanem, który obrazuje żebraczy płaszcz, (c) był wytrwały i nie dał się odwieść od swojego zamiaru, (d) zdecydował się pójść nową drogą.

Najpierw była próba słownego wyrażenia tego, co szczególnie uderzyło uczestników w tym opisie. Dzielenie się zaczęła Lucyna. Jako kwalifikowany przewodnik po Ziemi Świętej przez szczegółowy opis geograficzny stworzyła specyficzne ramy dla usłyszanego tekstu. Józef podkreślił, że wrażenie wywarła na nim zwięzłość języka metaforycznego. Odrzucenie starego płaszcza wyraża gotowość do zmiany całego dotychczasowego stylu życia, zmianę postawy zależnej od litości innych na postawę aktywnego wpływu na swój los. Współczesne osiągnięcia nauk społecznych mówią, że nie można wprowadzić nowych zachowań u ludzi, jeśli nie pozbędą się starych. A tu zostało to tak krótko i zwięźle powiedziane.

Po tym etapie intelektualnych rozważań, gdzie w sposób widoczny rozwinęła się i wzrosła aktywność uczestników, została stworzona możliwość zmiany języka wyrazu. Było to odegranie biblijnej sceny usłyszanej przed chwilą. Przed przedstawieniem scenki nastąpiło wyodrębnienie poszczególnych ról. Obok tak oczywistych w tej historii postaci, jak Jezus i Bartymeusz, uczestnicy wybrali role drugoplanowe. Znamienny był fakt, że w postać Bartymeusza wcieliło się aż 5 osób. Każda z nich przeżywała i wyrażała tę postać inaczej. Jedni głośno i aktywnie nawoływali Jezusa, a gdy już stanęli przed Jego obliczem, długo wyrażali swoje prośby i błagania. Inni w milczeniu czekali, aż On sam zwróci na nich swoją uwagę i podejdzie do nich. Zdawać by się mogło, że kiedy proszący dostąpił łaski, której pragnął, jego pierwszym gestem będzie zdjęcie opaski z oczu, która czyniła go realnie niewidomym. Okazało się natomiast, że niektórzy z uzdrowionych wciąż w starym płaszczu, z opaską na oczach cieszyli się z przejrzenia i ruszali w życie, chwając Boga za cud, którego namacalnie nie przyjęli. Ten „szczegółik” zupełnie uszedł ich uwadze, ale na to zwrócili uwagę współuczestnicy. Opisywana sytuacja pokazuje, jak jedni uczą się od drugich, inspirowani są do głębszego odczytania swojej wewnętrznej sytuacji, przyśpieszając wewnętrzny proces przemiany.

Następnym etapem pracy była wspólna refleksja nad przeżyciami uczestników grupy wiążącymi się z odegraną scenką, przybraną postacią, doświadczeniem siebie jako proszącego o uzdrowienie bądź obdarzającego nim. Dla zintensyfikowania aktywności wszyscy uczestnicy spotkania mieli szansę zastanowić się nad swoją relacją z Bogiem.

Kolejnym krokiem pracy było malowanie indywidualnej wizji tej relacji. Powstawały pełne emocji obrazy, ukazujące: proces odrzucania płaszcza, gotowość zbliżenia się do Jezusa lub też stanie daleko i czekanie, aż On przyjdzie. Ta konkretyzacja zaskakiwała i zadziwiała samych autorów obrazów. Twórca obrazu musiał bowiem zadać sobie pytanie, czy naprawdę chce uzdrowienia? Dziś?

Teraz? Czy też może dopiero kiedyś? Przecież mam oczy. Może to nie dla mnie! Ale czy widzę? Może podobnie jak Hagar, wypędzona na pustynię przez Abrahama (Rdz 21,14-20), siedzę i płaczę? Umieram z pragnienia i nie widzę stojącej opodal studni⁹? Czy czuję? Czy słyszę, co mówią do mnie bliskie osoby? Jeśli chcę uzdrowienia teraz, to dlaczego maluję Jezusa Chrystusa w przestrzeni kartki najdalej od siebie, jak tylko można? Albo też dlaczego między mną a Jezusem namalowałem różne postacie, które niejako utrudniają mi dostęp do Niego i kontakt z Nim?

Tak otwierające ćwiczenia wywołały u niektórych uczestników uczucie niepewności, zamieszania. Dlatego zaproponowano całej grupie podział na trzy podgrupy, gdzie w atmosferze intymności każdy mógł wyrazić swoje przeszkody w stworzeniu bliskiej relacji z Bogiem. Możliwość podzielenia się swoimi przeżyciami oraz przyjęcia doświadczeń innych ludzi pozwoliła niektórym uczestnikom zobaczyć nowy wymiar tej relacji, otworzyć się na nowe doświadczenie. Z pewnością ważnym przeżyciem dla wszystkich była możliwość konfrontacji własnych wyobrażeń na temat osobistej relacji z Bogiem z konkretnymi barierami ograniczającymi ją. To spotkanie z drugim człowiekiem, sobą i Bogiem zakończyło drugi dzień warsztatów.

Rozstanie się uczestników i podsumowanie

Chcąc krótko scharakteryzować specyfikę tej metody pracy, należy zwrócić uwagę na szczególne wyznaczniki pracy grupowej: (a) respektowanie i uwzględnienie siły, doświadczeń, talentów i możliwości wszystkich uczestników; doświadczenie, potencjał lidera jest tu wzbogacony przez różnorakie doświadczenie uczestników; (b) wykorzystanie różnorodności form wyrazu w osiąganiu i realizacji wspólnego celu (tematu); (c) możliwość stworzenia interdyscyplinarności: połączenie teologii, pedagogiki, medycyny, ekonomii, a w szczególności psychoterapii z koncepcją biblijnego uzdrowienia.

Respekt i szacunek dla tematów uczestników, bez odchodzenia od tematu wiodącego, stwarza realne relacje i więź między uczestnikami. Dlatego istotna jest sesja zamykająca spotkanie, gdzie uczestnicy otwarcie mogą wyrazić swoje uczucia, podzielić się swoimi odkryciami i zabieranym doświadczeniem, podziękować innym za inspirację oraz pożegnać się.

Istota interwencji prowadzącego warsztaty polega przede wszystkim na stworzeniu *k o r z y s t n y c h w a r u n k ó w* dla wszystkich uczestników, aby mógł zaistnieć kreatywny proces między uczestnikami spotkania. Następuje stopniowe przygotowywanie członków grupy i świadome wprowadzanie nowych elementów rozszerzających ich zdolności percepcyjne. Do znanego języka intelek-

⁹ K. Gebert, *Komentarze do Tory*, Kraków 2004.

tualnego stopniowo są wprowadzane formy emocjonalne. Od pierwszej chwili na wiele sposobów podkreślane jest znaczenie każdego uczestnika, jego sytuacja, potrzeby. Zaangażowanie i zewnętrzna aktywność prowadzącego ustępuje miejsca zaangażowaniu i aktywności coraz większej liczby uczestników. Wyćwiczo- na w czasie wieloletniego procesu edukacyjnego pasywność stopniowo się kurczy i jest zastępowana przez poczucie sprawczości w sferze psychicznej, które rozszerza się na inne sfery¹⁰.

Dotychczasowy opis uwzględniał analizę tematu, znaczenie osoby, budowa- ną więź grupy lub wspólnoty. Należy jeszcze dodać choćby kilka słów o otocze- niu. Ono również w pewien sposób inspiruje i tworzy konkretne ramy.

Dom w Lubaszowej usytuowany jest w niezwykle pięknej, górskiej okolicy, daje niejako możliwość spojrzenia z góry na swoje codzienne sprawy. Otaczają- ce szczegóły stały się także inspiracją do wspólnej pracy. Wiele osób zwróciło uwagę na leżący w holu wielki kabaczek. Stał się on inspiracją do metaforycznej zabawy zamykającej spotkanie, polegającej na rzucaniu nim w kole do wybranej osoby z przesłaniem: „Zabierz stąd te dobre nasiona i posadź je w swoim ogro- dzie!” Niektórzy chwyтали go swobodnie, bawiąc się jak piłką, ale jedna osoba upuściła, bojąc się zgniecenia go.

Na koniec nasuwa się pytanie o naukowe kryteria pomiaru zmian w sposobie funkcjonowania uczestników warsztatów. Po pierwsze, trzeba podkreślić specy- fikę sytuacji. Uczestnicy decydują się na udział w warsztatach w nadziei uzdro- wienia. Proponowanie im w tej sytuacji wypełniania formularzy budzi zastrzeżenia etyczne, gdyż oni przybyli w innym celu. Byłoby to narzucanie im celu prowa- dzącego, który chce zrealizować swój projekt badawczy.

Po drugie, warsztaty rozwijają kreatywne zachowania zarówno w życiu za- wodowym, jak również w życiu codziennym. Metodologia badań zachowań kre- atywnych jest bardzo bogata i zróżnicowana¹¹. Zastosowanie metody ilościowej byłoby „przycięciem” wszystkich do jednego formatu. Stąd metoda jakościowa, koncentracja na n=1 wydaje się najwłaściwszym rozwiązaniem w tym konteks- cie. Gruber i Davis (1988), broniąc wartości naukowej studium przypadku, argu- mentują, że indywiduum jest tego warte (*the individual is worth knowing*).

Medytacja poranna, Eucharystia, modlitwa o uzdrowienie rozszerzyły wymiar warsztatów psychologicznych i wniosły w nie nową jakość. Niejako neutralne ćwiczenia otwarły uczestników na przeżywanie Biblii wszystkimi zmysłami.

¹⁰ Zob. J. Szopiński, *Wewnętrzne bariery kariery zawodowej kobiet*, w: *Nowa ekonomia a społeczeństwo*, red. S. Partycki, Lublin 2006, s. 191-197; tenże, *Przedsiębiorczość – aspekty wewnętrzne i zewnętrzne*, w: *Uwarunkowania rozwoju przedsiębiorczości i innowacji*, red. T. Pałaszewska-Reindl, T. Szot-Gabryś, Kielce 2008, s. 97-104; A.L. Rowse, *Anglia w epoce elżbietańskiej*, Warszawa 1975; D. Prager, *Happiness Is a Serious Problem*, New York – London – Toronto – Sydney 1999.

¹¹ J. Szopiński, *Creativity in Managers*, Kielce 2007, s. 15.

II. WŁASNY UDZIAŁ W CUDOWNYM UZDROWIENIU

Na kartach Pisma św. poznajemy liczne przykłady obdarzenia łaską zdrowia zarówno indywidualnych osób, jak i grup ludzi. W świadectwach o życiu i działalności Jezusa, jakie zawarte są w Nowym Testamencie, czytamy, że został On namaszczoney przez Boga (zob. Łk 3,16-17; Dz 10,38). Jezus Chrystus przyszedł na ziemię, aby ogłaszać Królestwo Boże oraz dać jego początek na ziemi. Sam Jezus tak przedstawia program swojej misji: „Duch Pański spoczywa na Mnie, ponieważ Mnie namaścił i posłał Mnie, abym ubogim niósł dobrą nowinę, więźniom głosił wolność, a niewidomym przejrzenie; abym uciśnionych odsyłał wolnymi” (Łk 4,18). W czasie swojej ziemskiej działalności dokonywał tego przez nauczanie – głoszenie Ewangelii, czynienie znaków pełnych mocy (uzdrowienia oraz uwolnienia ludzi od mocy złych duchów), przebaczenie oraz odpuszczenie grzechów. Najważniejszym wydarzeniem misji Jezusa była Jego męka, śmierć i zmartwychwstanie, poprzez które definitywnie pokonał moc szatana oraz konsekwencję grzechu, jaką jest śmierć. Każdy człowiek, który uwierzy i przyjmie Jezusa jako swojego Zbawiciela, włączony zostaje w tę dynamikę zwycięstwa nad śmiercią i grzechem oraz staje się dziedzicem Królestwa Bożego (zob. Rz 10,9-10).

Uzdrowienia dokonywane przez Jezusa stanowią znaki Jego boskiej mocy oraz tego, że już tutaj, na ziemi rozpoczyna się Królestwo Niebieskie. Wśród uzdrowień dokonanych przez Niego możemy wyróżnić takie, które dotyczą ciała człowieka, jak np. uzdrowienie 10 trędowatych (zob. Mk 10,45-52). Innym rodzajem uzdrowień są takie, podczas których otrzymane zdrowie fizyczne połączone jest z przebaczeniem i odpuszczeniem popełnionych grzechów, np. uzdrowienie paralityka (zob. Mt 9,2-7). Występują także uzdrowienia, będące konsekwencją wyrzucenia przez Jezusa z ludzi złych duchów, np. uwolnienie i uzdrowienie człowieka opętanego przez ducha nieczystego (zob. Mk 5,2-13). Niejednokrotnie te czynniki występują razem i trudno jest oddzielić jeden od drugiego. Takim przykładem jest uzdrowienie kobiety opanowanej przez ducha niemocy (zob. Łk 13,1-13). We wszystkich sytuacjach uzdrowienia dokonywane są dzięki mocy i władzy otrzymanej przez Jezusa od Boga Ojca (zob. Mt 12,28; J 5,36-37).

Nie dokonują się one jednak bez decyzji i woli człowieka oraz jego wewnętrznej otwartości. Ze strony ludzi wymagana jest wiara. Tam, gdzie Jezus nie znajduje wiary, nie dokonuje uzdrowień (zob. Mt 13,57-58). Uzdrowienia są więc wynikiem osobistej więzi człowieka z Jezusem. Mają one wymiar relacji osobowej ze Zbawicielem.

Jak już wspomiano w pierwszej części pracy, Bartymeusz znajdował się w sytuacji bez wyjścia. Mimo to wierzył, że Jezus może go uzdrowić. Obok wiary należy zwrócić także uwagę na jego wytrwałość i wręcz natręctwo w proszeniu

o uzdrowienie. Słowa, jakie wypowiada, świadczą o tym, że nie uznaje w Jezusie jedynie cudotwórcy czy maga, lecz rozpoznaje w nim Syna Bożego i Mesjasza, którego oczekiwał Naród Wybrany. Jego modlitwa zostaje wysłuchana i zostaje uzdrowiony.

Na przykładzie uzdrowienia Bartymeusza możemy wyróżnić pewne charakterystyczne cechy uzdrowień w Biblii. Na centralnym miejscu znajduje się Jezus Chrystus – Syn Boży, Mesjasz i Zbawiciel. On jest tym, który dokonuje uzdrowienia człowieka. Jezus Chrystus dał swoim uczniom obietnicę, że nie pozostawi ich samych, że po Jego odejściu pošle im Ducha Świętego (zob. J 14,16-17). Tak też się stało w dniu Pięćdziesiątnicy. Duch Święty działa również dzisiaj i dlatego Jezus także dzisiaj dokonuje uzdrowień. Dotyczą one zarówno ciała, psychiki, jak i ducha człowieka.

Uzdrowienie w ujęciu biblijnym a integralna wizja człowieka

Człowiek stanowi integralną całość składającą się z ciała, psychiki i ducha (zob. 1 Tes 5,23). *Katechizm Kościoła katolickiego* w taki sposób definiuje tę rzeczywistość: „Jedność ciała i duszy jest tak głęboka, że trzeba uważać duszę za «formę» ciała; oznacza to, że dzięki duszy ciało utworzone z materii jest ciałem żywym i ludzkim; duch i materia w człowieku nie są dwiema połączonymi naturami, ale ich zjednoczenie tworzy jedną naturę”¹².

Istnieją choroby, które dotyczą wymiaru fizycznego człowieka, zranienia natury emocjonalnej oraz zranienia duchowe. Ponieważ człowiek jest jedną całością, to rana w jednej z tych dziedzin powoduje, że cały człowiek odczuwa cierpienie¹³. Cierpienie fizyczne ma wpływ na sferę emocjonalną i duchową; zaburzenia emocjonalne i psychiczne wpływają na wymiar somatyczny oraz duchowy człowieka. Również urazy i zranienia duchowe wynikające z niewłaściwego obrazu i doświadczenia Boga w życiu człowieka negatywnie oddziałują na jego sferę cielesną, emocjonalną oraz psychiczną. W integralnej wizji jednostki możemy wyróżnić cztery zasadnicze formy uzdrowienia: (a) uzdrowienie fizyczne, które dotyczy choroby fizycznej lub kalectwa; (b) uzdrowienie psychiczne ze zranień ludzkiej psychiki; (c) uzdrowienie duchowe, które polega głównie na uzdrowieniu z grzechu i otwiera człowieka na nowo do relacji z Bogiem; (d) egzorcyzm i uwolnienie¹⁴.

W czasie warsztatów w Lubaszowej uczestnicy zostali zaproszeni, aby otworzyli się na proces uzdrowienia, opierając się na integralnej wizji człowieka, któ-

¹² Stolica Apostolska, *Katechizm Kościoła katolickiego*, 365.

¹³ Zob. L. Thomas, J. Alkire, *Posługa uzdrowienia. Podręcznik*, Łódź 2007.

¹⁴ Zob. Komisja Doktrynalna Międzynarodowej Służby Katolickiej Odnowy Charyzmatycznej, *Wskazówki do posługi modlitwą o uzdrowienie*, Łódź 2008.

ra obejmuje wymiar cielesny, psychiczny i duchowy. Biorący udział w warsztatach deklarowali się jako wierzący w Boga. Każdy z uczestników miał osobiste doświadczenie wiary, które trudno jest zmierzyć w sposób empiryczny. Jednak na podstawie tej wiary, specyficznej i odmiennej dla każdej z osób, została im zaproponowana droga uzdrowienia wewnętrznego, jakiego dokonuje Bóg.

Pismo Święte w bezpośredni sposób nie wspomina o uzdrowieniu wewnętrznym. Jednak na podstawie słów Jezusa w Nazarecie, gdzie mówi o celu swojej misji jako o „leczeniu ran serc złamanych” (Łk 4,18), możemy wskazać, że w wielości obszarów, jakie potrzebują uzdrowienia, istnieje również uzdrowienie wewnętrzne. Polega ono na uzdrowieniu zranień, jakie dana osoba nosi w sercu, wywołanych brakiem miłości, uczucia, opieki, ponadto lękami, nienawiścią, doznaną przemocą lub grzechem. Uzdrowienie takie ma trzy płaszczyzny dotyczące relacji. Jest to więc uzdrowienie relacji z Bogiem, z bliźnim i ze sobą samym. Papież Benedykt XVI tak pisze na ten temat: „Leczenie stanowi istotny wymiar posłannictwa apostoła i chrześcijańskiej wiary w ogóle. Euglen Biser nazywa chrześcijaństwo wręcz *religią terapeutyczną* – religią przywracania zdrowia. Określenie to pojmowane w należytej głębi mieści w sobie całą treść odkupienia”¹⁵.

Praca z psychologiem stanowiła ważny element procesu uzdrowienia. Aby Ewangelia miała moc zbawczą w życiu człowieka, powinna być zakorzeniona w życiu danej osoby. To zakorzenienie nie polega jedynie na poznaniu prawdy o Bogu, lecz także na poznaniu prawdy o sobie samym. Jest ono ważnym krokiem do otwierania się na doświadczenie obecności Boga. Te dwie dynamiki: poznanie siebie oraz poznanie i przyjęcie Chrystusa do własnego życia, stanowią elementy procesu uzdrowienia, o jakim mówi Biblia.

Jan Paweł II w encyklice *Redemptor hominis* tak pisze na ten temat:

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 odnaleźć¹⁶.

Tak więc, aby prosić Chrystusa o uzdrowienie, potrzebne jest rozeznanie stanu siebie samego i powierzenie go Chrystusowi w modlitwie.

Współczesna nauka o człowieku, do jakich zaliczamy psychologię i pedagogikę, stanowią w tej dziedzinie znaczną pomoc. Pomagają one bowiem człowie-

¹⁵ Benedykt XVI, *Jezus z Nazaretu*, Kraków 2007.

¹⁶ Jan Paweł II, *Redemptor hominis*, 10.

kowi w poznaniu siebie samego. Uzdrawienie w Biblii nie zatrzymuje się jednak na wymiarze ciała i psychiki ludzkiej, lecz przenika obszar ducha człowieka. Niżej zostanie opisany w uproszczony sposób proces duchowego uzdrawienia, który proponowany jest uczestnikom w czasie trwania warsztatów.

Proces uzdrawienia wewnętrznego

Zasadniczą rolę w uzdrawieniu wewnętrznym odgrywa Słowo Boże. Jest ono zawarte na kartach Pisma św. i ma moc uzdrawiania. Słowo to staje się obecne i aktualne wśród ludzi dzięki temu, że jest głoszone (Rz 10,14-17). Celem głoszenia jest ukazanie obecności Boga w życiu człowieka. To właśnie osobiste doświadczenie tej obecności przez człowieka jest zasadniczym elementem „terapeutycznym” uzdrawienia duchowego. W czasie warsztatów Słowo Boże głoszone jest w czasie liturgii, objaśniane w homilii, a także osobiście przeżywane w trakcie prowadzonych medytacji¹⁷. Szczególną formą głoszenia, która stanowi o specyfice proponowanych warsztatów, jest praca nad tekstem biblijnym metodą żywego uczenia, o czym była mowa w pierwszej części artykułu.

Kolejnym elementem na drodze uzdrawienia jest bezpośrednie zwrócenie się osoby chorej do Boga. Dokonuje się to na modlitwie. Obok zajęć warsztatowych w grupie, które prowadzi psycholog, każdy z uczestników ma czas na modlitwę osobistą w ciszy przed Najświętszym Sakramentem. Jest również przestrzeń na wspólną modlitwę, której towarzyszy śpiew. Istotą modlitwy o uzdrawienie jest doprowadzenie osoby, która się modli, lub całej grupy ludzi do postawienia na pierwszym miejscu Boga, a nie koncentrowanie się na własnej słabości, grzechu czy chorobie. W praktyce dokonuje się to w czasie modlitwy uwielbienia (zob. Łk 1,46-55).

Niejednokrotnie nie jest to łatwe dla uczestników terapii duchowej, ponieważ cierpienie oraz ból, jakie powoduje choroba lub grzech, przeszkadzają w zaufaniu i osłabiają nadzieję na wyleczenie. W czasie modlitwy ważne jest, aby osoba modląca się stanęła w prawdzie o sobie samej przed Bogiem, czyli ufnie powierzyła Bogu problem, z jakim przychodzi. Prowadzący modlitwę stara się doprowadzić uczestników do podjęcia decyzji zaproszenia do swojego życia Jezusa i ogłoszenia Go Panem i Królem swojego życia przeszłego, teraźniejszego oraz przyszłego. Jest to ważne, ponieważ tym, który uzdrawia, jest Jezus. Jeżeli człowiek podda pod Jego panowanie wszystkie obszary życia, będzie mógł On swobodnie działać i uzdrawiać (zob. Rz 10,13).

Jezus działa aktualnie przez Swojego Ducha, dlatego w czasie modlitwy o uzdrawienie wzywany jest nieustannie Duch Święty, aby przenikał ciało, uczucia, emocje, świadomość oraz podświadomość, a także sferę duchową modlących się (zob. 1 Kor 12,3).

¹⁷ Medytacje wg metody św. Alfonsa de Liguori.

W zależności od okoliczności osoba, która prosi o uzdrowienie, może zostać wsparta przez modlitwę wspólnoty. Jedną z form modlitwy wspólnotowej jest tzw. „modlitwa wstawiennicza”. Polega ona na tym, że osoby przygotowane do takiej formy posługi modlą się indywidualnie wraz z daną osobą w intencji, którą ona im powierza. W czasie trwania warsztatów jest możliwość skorzystania z takiej formy modlitwy, która prowadzona jest przez przygotowany do tej posługi zespół pod przewodnictwem kapłana.

Ważnymi środkami w procesie uzdrowienia wewnętrznego są sakramenty uzdrowienia, do których zaliczamy sakrament pojednania i pokuty oraz namaszczenia chorych¹⁸. Każdy popełniony grzech zadaje ranę człowiekowi. Może to być grzech osobisty, jak również taki, jakiego doświadczamy ze strony drugiego człowieka. Aby zostać uwolnionym z grzechu, człowiek potrzebuje przebaczenia. Aby rana została uleczone, potrzebne jest uzdrowienie. Sakrament pojednania i pokuty jest sakramentem uzdrowienia. Dlatego też zachęca się osoby, które otwierają się na proces uzdrowienia, do przeżycia tego sakramentu przed przystąpieniem do modlitwy o uzdrowienie. Jego rola polega na uwolnieniu od przywiązania do grzechu i doświadczenia odpuszczenia go przez Jezusa. Otwiera to człowieka na uzdrowienie ciała oraz uczuć i emocji. Drugi sakrament uzdrowienia to namaszczenie chorych, który stanowi środek pomocy dla człowieka, aby ulżyć mu w cierpieniu.

Warto także zaznaczyć, że w procesie uzdrowienia i przeżyciu samej modlitwy ważne jest rozeznanie obszaru, jaki potrzebuje uzdrowienia. Do tego pomocne jest towarzyszenie duchowe oraz pomoc psychologa. Dlatego też program warsztatów daje możliwość osobistej rozmowy z psychologiem lub kapłanem w celu właściwego rozeznania kierunku pracy przez uczestników.

Zakończenie i świadectwa

Uzdrowienie przedstawione w Biblii to interwencja Boga na rzecz wyzwolenia człowieka. Bóg posłał w tym celu na świat Swojego Syna Jezusa Chrystusa. W Ewangeliach mamy wiele opisów Jego działalności cudotwórczej. Po Swoim zmartwychwstaniu Jezus posłał Ducha Świętego, który przedłużyło to dzieło do dzisiejszych czasów. Również dzisiaj człowiek może doświadczyć tego samego, co zapisane zostało na kartach *Pisma Świętego* (zob. Mk 16,16-17).

Dla wielu współczesnych ludzi proces uzdrowienia wewnętrznego jest rzeczywistością, która wydaje się odległa i – być może – nieprawdziwa. Wywołuje ona u wielu osób sprzeciw lub nawet agresję. Tak było również za czasów Jezusa (zob. Mk 11,18). Ci jednak, którzy ją przyjmują, stają się jej uczestnikami i doświadczają, że jest ona realna. To przyjęcie dokonuje się dzięki zwróceniu się do Boga oraz wierzeniu w Dobrą Nowinę o Zbawieniu.

¹⁸ Stolica Apostolska, *Katechizm Kościoła katolickiego*, 1421.

Doświadczenie prowadzonych warsztatów pokazuje, że osoby, które otworzyły się na integralną wizję człowieka, jaka obejmuje ciało, psychikę i ducha, doświadczyły namacalnych i konkretnych zmian w swoim życiu.

Internet, który pomógł zebrać grupę, okazał się przydatny w przekazie informacji zwrotnej od niektórych uczestników po ich powrocie do domów. Oto kilka z nich.

Anna: Zdałam egzamin na prawo jazdy, do którego podchodziłam siedem razy, gdyż przestałam się programować na porażkę.

Jarek: Odkryłem wiele pozytywnych możliwości u siebie. Nie wiedziałem, że potrafię malować.

Ewa: Kiedyś uczestniczyłam w rekolekcjach Odnowy w Duchu Świętym. Jednak miałam jakiś niedosyt i intuicyjnie czekałam od dłuższego czasu na jakieś dopełnienie. Dopiero po latach, właśnie na warsztatach w Lubaszowej zrozumiałam, że Bóg stworzył mnie razem z moimi emocjami oraz że są one integralną częścią mnie samej. Był to bardzo ważny czas w moim życiu. Nie umiałam wyrażać emocji w sposób niewerbalny. Wcześniej pomoc psychologiczną kojarzyłam raczej z pewnymi technikami manipulacji innymi. Warsztaty dostarczyły mi zupełnie odmiennego doświadczenia. Moje uzdrowienie objęło obszar zaufania do siebie, wiary we własne możliwości. Nauczyłam się pokonać lęk przed wyrażaniem swoich emocji. Połączenie nauki i wiary pomogło mi w głębokim uzdrowieniu, ponieważ dotarło do mnie głębiej niż sama nauka.

Małgorzata: Zajęcia z wykorzystaniem zdobyczy psychologii oraz modlitwa i sakramenty stanowiły jedną, uzupełniającą się nawzajem całość. W czasie warsztatów i modlitwy Bóg dokonał dzieła uzdrowienia uczestników.

Poczułam ogromne pragnienie podzielenia się tym, jak Jezus pokonał mnie Swoją Miłością. Pokazał mi mój środek i zewnętrżność. Środek rozpaczliwie woła: „Jezusie, Synu Dawida, ulituj się nade mną” (Mk 10,47b), ale skorupa, którą jest otoczony, nie da Mu się przebić. To wszystko jednak ma jaśniejącą otoczkę. Żyję zewnętrżnością. A środek? Jest czarny, więc do niego nie zaglądam. Na zewnątrz jest pięknie! Zastanawiam się dlaczego? Właściwie to nie muszę się zastanawiać, bo wiem – na zewnątrz jest Jezus. Zewnątrz jest wszystko piękne: otaczam się pięknymi przedmiotami, luksusem, mam piękne i kochane dzieci, męża, wspaniałą siostrę i przyjaciół, i mnóstwo kochających mnie ludzi. Bezpiecznie wcieliłam się w rolę ślepcy – widzę tylko siebie. Ale moje „zewnątrz” jest tak promieniujące, że zaczyna oślepić mój środek. Pojawia się myśl: może on zacznie kiedyś też promieniować? Zaczynają denerwować mnie ludzie, co się dzieje? Przecież tak lubiłam towarzystwo. Organizowałam przyjęcia (musiały być najlepsze, ponoć takie były), nie mogło być inaczej, bo na zewnątrz jest ciągle Jezus, który wszystko za mnie robi. O j a k m u s i m n i e n a p r a w d ę k o c h a ć, skoro spełnia wszystkie moje zachcianki. Jest jednak

bezpiecznie uszeregowany, jak to mówię, ma numer 2, bo ja jestem numer 1. Jest mi z Nim dobrze, ochrania mnie, prowadzi, spełnia moje życzenia. Jest cichy i pokorny, nie przeszkadza mi, a przy Nim jaśniej moja otoczka. Jest mi wygodnie. Wciąż z Nim rozmawiam, właściwie to ja tylko mówię, nie dopuszczam Go do głosu, tak jak zresztą nikogo. Ale On jest cierpliwy, więc słucha i tak sobie spokojnie żyję. Zaczynam wyczuwać niebezpieczeństwo, czyżby chciał się wkraść ktoś do mojego serca? Właściwie to i tak nie wpuszczę tam nikogo – czego więc się właściwie boję? Na zewnątrz jest Jezus, więc jestem bezpieczna, bo On mnie ochrania. Dostał kolejne zadanie. *Och Pani e!* Ile tych ról jeszcze Ci wyznaczę?! Czy ta *Twoja Miłość* jest aż tak wielka, że to wszystko wytrzymuje? Zaczyna się coś dziać. Promieniujące „zewnątrz” chce wejść do środka. Na razie nie wiem dlaczego. Coś mi podpowiada, że nie ryzykuję, więc się zgadzam. *No i zaczęło się!* Otworzyłam wewnątrz. Cicho, żeby nikt się na zewnątrz nie zorientował, że coś jest ze mną nie tak – poprosiłam uzdrów mnie, Panie. Myślałam, że zrobisz cud i jak zwykle szybko oraz bezboleśnie to nastąpi. I tu się przeliczyłam. Ponieważ Ty jesteś doskonały, to, co robisz, jest równie doskonałe. To, co zacząłeś dla mnie robić, przeszło najśmielsze oczekiwania. Zacząłeś mnie leczyć swoją Miłością.

Ukochałem cię odwieczną miłością,
dlatego też zachowałem dla Ciebie łaskawość.
Znowu cię zbuduję, będziesz odbudowana (Jer 31,3b).

Proces leczenia wciąż trwa. Nie zdawałam sobie sprawy, że może być tak cudowny. Dlaczego tak długo trwałam w chorobie? Wiem jednak na pewno, że nie mogę nigdy stracić tego, co zaczęłam uzyskiwać. Jak mi lekko i wspaniale, wreszcie ustąpiłam Ci pierwszeństwa, Jezu Chryste! Jesteś na pierwszym miejscu. Jesteś Jedyny!

Alicja: Przyjechałam z nieco innym zamiarem. Długo nie wiedziałam, co jest moim „płaszczem”. Dzisiaj już wiem – moi synowie. Postawiłam ich w centrum swojego życia, wszystko im podporządkowując, zaniedbując moją relację z mężem.

Agnieszka: Odnalazłam cel w życiu, przestałam być ślepcem – żebrakiem. Czuję się wolniejsza i silniejsza.

SUMMARY

The method of work is the TCI- Living Learning, a useful pedagogical model that enables introduction of realistic changes in the process of group teaching. Teaching is focused on participants' needs and interactions between them within a real situational context. In order to briefly characterise the specificity of this method of work we need to respect and take into consideration the strength, experience, talents, and capabilities of all the participants.

The aim of the workshop is help in overcoming individual crises and barriers which stand in the way of harmonious functioning in the family and professional environment. The final change is not limited to the elimination of symptoms but is connected with giving the cured person a feeling of fulfilment and peace.

Keywords

Living- Learning, Ruth Cohn, creativity, fulfilment, spirituality, workshop