

## Optymizm i zdrowie.

Felieton do lekcji Szkoły Sobotniej na 12 czerwca 2010

... I rzekł im Jezus: Czy wierzycie, że mogę to uczynić? Rzekli mu: Tak jest, Panie! Wtedy dotknął ich oczu, mówiąc: Według wiary waszej niechaj się wam stanie... (Mt 9,28-29).

"A oto niewiasta, która od dwunastu lat cierpiała na krwotok, podeszła z tyłu i dotknęła się kraju szaty jego. Mówiła bowiem do siebie: Bylebym się tylko dotknęła szaty jego, będę uzdrowiona. A Jezus, obróciwszy się i ujrzawszy ją, rzekł: Ufaj, córko, wiara twoja uzdrowiła cię" (Mt 9,20-22).

Czy sprawiłoby to nam różnicę gdyby Jezus uzdrawiając ludzi pochwalał ich za ich optymizm raczej niż za ich wiarę? Wiemy, że słowa wiara i optymizm, posiadają wspólny obszar znaczeniowy, ponieważ oba wyrażają pozytywne oczekiwanie w stosunku do przyszłości. Słowa te posiadają również różnice, które zostały uchwycone przez autora naszego podręcznika do Szkoły Sobotniej. Wydaje się, że przedmiotem studiów w lekcji szóstej: *Wiara i Uzdrawienie* była medytacja lub modlitwa. Otwarte dłonie i pogodny wyraz twarzy wskazują na przyjęcie ducha i zaakceptowanie Bożej woli. Jednak przedmiot lekcji jedenastej: *Optymizm: Szczęście i Uzdrawienie* jest całkowicie przeciwny. Wyciągnięte do przodu ramiona oraz promienny uśmiech przekazują energię, entuzjazm oraz siłę wiary. Można prawie usłyszeć wypowiedziane słowa uwielbienia: „Chwała Panu!” Obie postawy obrazują dwa różne nastroje w chrześcijańskim życiu, które odgrywają ważną rolę w zdrowiu i uzdrowieniu. Mówiąc szczerze, czy optymizm nie jest trudniejszy do utrzymania, zwłaszcza, gdy ktoś w naturalny sposób nie posiada takiego temperamentu? Czy optymistyczny duch wzmacnia możliwość uzdrowienia? To właśnie wydaje się być przesłaniem znajdującym się w Ps. 37,4: „*Rozkoszuj się Panem, A da ci, czego życzy sobie serce twoje!*”

W ostatnich latach naukowcy zwrócili szczególną uwagę na znaczenie optymizmu, zwłaszcza, gdy zaczęto podejmować próby, aby odkryć biologiczne relacje pomiędzy psychicznymi postawami i zdrowiem. Chociaż nic nie zostało udowodnione ponad wszelką wątpliwość, to jednak badania wykazały ścisłe połączenie pomiędzy ciałem i umysłem. Chrześcijanie nie są tym zaskoczeni, ponieważ wierzymy, że Pan Bóg stworzył nas, jako istoty holistyczne i że to połączenie oznacza, iż umysł może mieć wpływ na ciało zarówno pod względem dobra jak i zła.

Niektóre osoby przestrzegają jednak przed nadmiernym podkreśleniem znaczenia optymizmu. W książce *Anatomy of Hope: How People Prevail in the Face of Illness* (Random House, 2003) dr Jerome Groopman, profesor w Harvard Medical School opisuje pacjentów, którymi opiekował się przez lata i którzy zmagali się z bardzo poważnymi chorobami. Porównał on pacjentów, którzy przeszli przez różne etapy choroby i zachowali optymizm, z tymi pacjentami, którzy jak to określił posiadali „prawdziwą nadzieję”. Jego zdaniem z przeprowadzonych badań wynika, że optymiści byli mniej realistyczni w kontekście choroby, a to z powodu ich założenia, że „wszystko będzie prowadziło ku dobremu”. Jeżeli choroba pogarszała się obwiniali za to siebie, że nie byli wystarczająco optymistyczni. Koncentrowanie się głównie na pozytywnych wynikach miało wpływ, na jakość podejmowanych przez nich decyzji, ponieważ ich wybory nie uwzględniały rzeczywistości ich sytuacji. W przeciwieństwie do nich, ci, którzy polegali na nadziei funkcjonowali na wyższym, kognitywnym poziomie przy podejmowaniu różnych decyzji, ponieważ zaakceptowali i zajmowali się zarówno negatywnymi jak i pozytywnymi aspektami swojej choroby. Oczywiście w obu grupach były różne odmienne przypadki.

Przez wiele lat można było obserwować różnych ewangelistów, którzy uprawiali telewizyjną ewangelizację. Służba uzdrawiania stanowiła znaczną część ich pracy ewangelizacyjnej. Lansowali oni żywą, optymistyczną wiarę jako klucz do zdobycia niebiańskich nagród takich jak zdrowie, bogactwo oraz sukcesy. Jeden z publicystów Jason Byassee opisał taką telewizyjną ewangelizację i zauważył, że osoba prowadząca taki program przywiązywała tak dużo uwagi do znaczenia pozytywnego nastawienia, że Pan Bóg wydawał się być niepotrzebny.<sup>1</sup> Wspomniany publicysta określił tego rodzaju służbę ewangelizacyjną jako wspierającą „ewangelie dobrej koniunktury”: popraw jedynie swoją postawę, trzymaj fason, a Boże błogosławieństwo na pewno spocznie na tobie”.<sup>2</sup>

Oglądałem kiedyś program w telewizji, w czasie którego jeden z takich telewizyjnych pastorów zachęcał widzów, aby prosili o małe kawałki materiału nad którym się modlił. Jego zdaniem kawałki materiału były punktami kontaktowymi niezbędnymi do wyzwolenia wiary która z kolei była potrzebna do fizycznego uzdrowienia. Oczywiście kawałki materiału były odpłatne. Czy można w taki sposób manipulować Bogiem?

Ci, których uzdrowił Pan Jezus nie przyłączali się do jakiegokolwiek wiary czy jakiegokolwiek duchowego modelu postępowania. Jezus uzdrawiał niektórych ludzi na odległość, dlatego czasami opisana była wiara osoby proszącej, a nie osoby, która była uzdrawiana. Jezus pozwolił, aby została uzdrowiona osoba, która wierzyła, że proste dotknięcie się Jego szaty będzie wystarczające. Niewątpliwie było tam wielu optymistów, którzy wierzyli, że Jezus mógł dla nich coś uczynić. Niektórzy byli jedynie pełni „cichej nadziei”, a jeszcze inni tacy jak sparaliżowany człowiek, który leżał przy sadzawce Betesda, byli zaskoczeni, że obcy człowiek, który przechodził obok, mógł dokonać cudu uzdrowienia. Być może jednym z najbardziej znamiennych uzdrowień było uzdrowienie paraliżyka, którego wiara nie została opisana, ale wspomniana została wiara czterech jego przyjaciół, którzy przynieśli go do Jezusa. To właśnie wiara tych przyjaciół spowodowała, że został on spuszczonej przez dziurę w dachu po to, aby mógł się znaleźć w obecności Jezusa. To właśnie wiara jego

<sup>1</sup> „Be Happy. The Health and Wealth Gospel,” w: *Christian Century*, 12 lipca 2005, s. 20-23.

<sup>2</sup> Tamże, s. 20.

przyjaciół, poruszyła Jezusa tak głęboko. Jezus nie tylko uzdrowił sparaliżowane ciało tego człowieka, ale także sparaliżowaną duszę i spowodował, że człowiek ten zaczął wielbić Boga.

Kiedy czytamy, że Pan Jezus uzdrawiał WSZYSTKICH, którzy zostali do niego przyniesieni, a potem przypomnimy sobie osoby za którymi żarliwie się modliliśmy i które nie zostały uzdrowione, to w naszej głowie powstają ważne pytania. Czy chrześcijanin posiada jakąś korzyść w kontekście uzdrowień, której nie posiada osoba, która nie wierzy w Boga? Świecki optymista jest ograniczony do ufania w najnowsze odkrycia naukowe, wierzenia w najnowsze lekarstwa, trzymania kciuków „za pomyślność”. Optymizm jest zbudowany na tym, co jest namacalne. Jednak dla chrześcijanin tor wiary i optymizmu nie kończy się na modlitewnej prośbie, lecz zakreśla łuk i łączy się z nowym, wiecznym Bożym Królestwem. Optymizm może być zbudowany na wierze w Boże obietnice, a jedną z nich, tą najcenniejszą, dotyczącą przyszłego czasu jest ta, że doskonałe zdrowie będzie błogosławioną normą w tym Królestwie.

O wiele trudniej jest dla Pana Boga nie odpowiedzieć na nasze modlitwy o uzdrowienie, niż dla nas nie zostać uzdrowionymi. Pan Bóg ma o wiele więcej do stracenia. Jego charakter jest największym objawieniem miłości, a uzdrowienie z całą pewnością jest zgodne z Jego miłością. Kiedy dopuszcza On do poronień, śmierci dzieci, przedłużających się cierpień spowodowanych chorobami, lub przedwczesnej śmierci optymistycznych, oddanych chrześcijan, zmagamy się bardzo z taką sytuacją, aby zrozumieć Jego charakter w kontekście Jego odpowiedzi na daną sytuację. Nasza strata będzie trwać tylko przez okres naszego życia. Natomiast Pan Bóg może na wieczność stracić swoje córki i synów, którzy odwrócą się od Niego z powodu tego, że nie odpowiedział na ich modlitwy o uzdrowienie.

Są takie momenty, gdy wiara wydaje się być podarta na strzępy, a nam pozostają jedynie fragmenty, które powiewają na wietrze pytań, które zostały bez odpowiedzi. Pan Bóg rozumie, że w takich sytuacjach możemy czasami polegać bardziej na innych niż na Nim. W liście napisanym do kobiety, która przeżyła ciężkie zwątpienie i strach, E. White powiedziała: „Wiem, że Pan ciebie kocha. Jeżeli nie możesz polegać na swojej wierze, polegaj na wierze innych. Wierzmy i mamy nadzieję dla ciebie. Pan Bóg zaakceptuje naszą wiarę w twoim imieniu.”<sup>3</sup>

Pan Bóg nigdy nie jest zdezorientowany z powodu sposobu, w jaki zmagamy się, aby odnaleźć Go, kiedy nie zostanie udzielona odpowiedź na nasze modlitwy, tak jakbyśmy sobie tego życzyli. W pełni rozumie On nasze uczucie odłączenia od Niego. Tęskni On za dniem, kiedy będzie mógł w końcu spełnić wszystko to, co obiecał. Udzieli nam czegoś więcej niż jedynie ducha optymizmu, który spogląda w przyszłość. Zaprosi nas do rozpoczęcia Przyszłości razem z Nim!

## DO PRZEMYŚLENIA

Czy naśladowca Jezusa popada w niełaskę, jeżeli on lub ona wpada w depresję kliniczną?

Tematem naszej lekcji w tym tygodniu jest relacja pomiędzy szczęściem i uzdrowieniem. Nie trudno jest znaleźć wersety, które wyznaczają wysoki wzorzec dla naszej radości: „Radujcie się w Panu, znowu mówię, radujcie się” (Flp 4,4). Jest to wspaniały ideał, ale co się dzieje, kiedy nie możemy go spełnić?

1. **Wzdychanie i szlochanie z powodu obrzydliwości w Izraelu** (Ez 9)? lub **dziękowanie Panu za jego dobroć** (Ps 136)? Czy możemy wybrać sobie emocje? Ideałem wydaje się być postawa radosna, jednak wzdychanie i płacz z powodu zła w Izraelu są wyraźnym tematem, który pojawia się od czasu do czasu, zwłaszcza u proroków. W Ps 88 pojawia się nawet głęboka depresja. W jaki sposób każda z tych reakcji przypuszczalnie wpływa na nasze zdrowie? Czy powinniśmy podjąć jakieś kroki, aby zachęcić do pielęgnowania „prawidłowej” perspektywy i ocenić złą postawę psychiczną jako niewłaściwą dla chrześcijan? Co możemy powiedzieć na temat krzyku Pana Jezusa na krzyżu, który był cytatem z Ps 22: „Boże mój, Boże mój, dlaczego mnie opuściłeś?” Czy taki krzyk, powinniśmy również wydawać z siebie w odpowiednich okolicznościach?
2. **Zmaganie się z głęboką depresją: Psalmista (Ps 88) oraz Eliasza** (1Krl 19,2-18).
  - A. **Psalm 88.** W małej książeczce pt. *A Cry of Absence* (Krzyk nieobecności), jeden z historyków kościoła, Martin Marty, opowiada, w jaki sposób zrezygnował ze swojej historycznej kariery i wszedł w świat bólu w czasie, gdy jego żona umierała na raka. Każdego dnia o północy, gdy był czas pobierania środków przeciwbólowych, wraz ze swoją żoną recytowali różne Psalmi. On czytał wersety parzyste, a jego żona czytała wersety nieparzyste. Marty umieścił w książeczce dialog ze swoją żoną, który miał miejsce, kiedy mieli przeczytać Psalm 88, - najbardziej pochmurny ze wszystkich psalmów lamentacyjnych:

*Ona:* Co stało się z Psalmem 88? Dlaczego go opuściłeś?

*On:* Nie sądzę, żebyś mogła go czytać dzisiaj. Nie jestem pewny, czy ja mógłbym to zrobić. Nie, jestem pewny, że nie potrafię tego zrobić dzisiaj.

*Ona:* Proszę, przeczytaj go dla mnie.

<sup>3</sup> E. White, *2Testimonies*, s.319.

*On:* W porządku: „...we dnie i w nocy wołam do Ciebie ... bo dusza moja syta jest cierpień... a życie moje bliskie jest krainy umarłych, zaliczono mnie do tych, co zstępują do grobu...”

*Ona:* Najbardziej potrzebuję tego rodzaju Psalmów.<sup>4</sup>

Czy tego rodzaju surowy realizm jest czasami konieczny dla nas, jeżeli chcemy zachować nasze zdrowie i szczęście? Czy szczęście jest rzeczywiście możliwe w środku głębokiego fizycznego lub psychologicznego bólu?

- B. **1Krl 19: Eliaz.** Po błyskotliwym zwycięstwie nad Baalem i jego prorokami na górze Carmel, Eliaz wpadł w panikę z powodu pogroźek Jezabeli. Uciekł na górę Horeb/Synaj gdzie miał nadzieję spotkać Boga, który będzie wystarczająco agresywny, aby rozwiązać jego problemy. Niespodziewanie jednak, Pan Bóg, którego tam spotkał nie był w ogóle agresywny, ale był raczej Bogiem bardzo cichego głosu (1Krl 19,11-14). W trakcie podróży na randkę z Bogiem, Eliaz coraz bardziej wpadał w depresję i w końcu zatrzymał się pod samotnym drzewem żarnowca prosząc Pana Boga, aby zabrał jego życie. Miał wszystkiego dosyć (1Krl 19,4-9). Komentarz Ellen White na temat tego epizodu jest bardzo pouczający. Pokazuje ona, czułą troskę Pana Boga o tych, którzy wpadli w głęboką depresję:

„Jeżeli w różnych niesprzyjających okolicznościach ludzie obdarzeni duchową siłą ulegli lub wpadli w zniechęcenie czy zwątpienie, jeżeli w tym czasie nie mogli zobaczyć w życiu nic czego mogliby pragnąć i co powinni wybrać, nic w tym dziwnego ani nowego. Niech pamiętają, że jeden z najpotężniejszych proroków, ratował swoje życie ucieczką przed gniewem i zemstą kobiety! Uciekinier, zmęczony i wyczerpany podróżą w rozterce i udreće prosił o śmierć. Było to wówczas, gdy odeszła nadzieja i gdy wydawało się, że cała jego praca zakończyła się klęską; przyjął wówczas najcenniejszą lekcję swego życia. W godzinie największej słabości i w najbardziej niekorzystnych okolicznościach nauczył się ufać Bogu.”<sup>5</sup>

W tym samym kontekście Ellen White zauważyła, że chwila największej ciemności może być momentem, kiedy boska pomoc jest najbliżej:

„Dla wszystkich, którzy wyciągają rękę, aby poczuć prowadzącą dłoń Pana Boga, chwila największego zniechęcenia następuje wówczas, gdy boska pomoc jest najbliżej. Będą oni z wdzięcznością spoglądać wstecz na najciemniejszą część swojej drogi. „Umie Pan wyrwać pobożnych z pokuszenia.” (2Pi 2,9). Z każdej pokusy i każdej próby wyprowadzi ich Bóg z mocniejszą wiarą i bogatszym doświadczeniem.”<sup>6</sup>

### 3. **Jakie praktyczne kroki można zrobić, aby przejść z głębokiej depresji do światła i radości?**

Materiał dostępny również na [www.skoczow.maranatha.pl](http://www.skoczow.maranatha.pl) lub [www.pomoce.wa.pl](http://www.pomoce.wa.pl)

<sup>4</sup> Martin Marty, *A Cry of Absence* (New York, Harper and Row, [1983] 1993), s. 11-15.

<sup>5</sup> E.White, *Prorocy i Królowie*, Wwa 1987, s. 97.

<sup>6</sup> E.White, *Życie Jezusa*, Wwa 2000, s.377-378.

Opracował Janek Pollok (na podstawie J.Houghson, *Optimism and Health.*)