

opusdei.org

Piękno świętych i chrześcijańskie umartwienie

Autor tekstu, Pablo Marti del Moral, jest doktorem teologii (Papieski Uniwersytet Świętego Krzyża).

28-03-2022

Jak pojmować chrześcijańskie umartwienie

Rozpoczynając omawianie tematu, który dzisiaj jest mniej lub bardziej kontrowersyjny, powinniśmy wyjść od dwóch przesłanek. Pierwsza —

najistotniejsza — to uświadomienie sobie, że ciało odgrywa centralną i niezastąpioną rolę w życiu wiary. Chrześcijaństwo nie jest religią, filozofią czy światopoglądem spirytualistycznym. Oznacza to, że ciało odgrywa fundamentalną rolę. Bez ciała nie ma chrześcijanina, nie ma chrześcijaństwa. Równocześnie ciało istoty ludzkiej ma swoje zasady, swoją autonomię i swoje ograniczenia, z którymi należy się liczyć.

Druga przesłanka zależy w większym stopniu od okoliczności. Wiemy, że jeden obraz jest wart więcej niż wiele słów. Jeżeli wyobrazimy sobie umartwienie jako chłostę, nic nie zrozumiemy. To nie jest cielesne umartwienie, tylko masochizm. Umartwienie ma motywację wykraczającą poza nie samo, jest to ponadto motywacja pozytywna. W przeciwnym wypadku nie jest to umartwienie chrześcijańskie.

W chrześcijaństwie umartwienie nie poszukuje bólu dla bólu. W związku z tym, żeby zrozumieć umartwienie ciała, należy umieścić je obok wizerunku świętego. Umartwienie pasuje do uśmiechu Jana Pawła II albo pokoju Matki Teresy z Kalkuty otoczonej najbiedniejszymi z biednych.

Po ocenie obu przesłanek, jeżeli zagłębimy się w tę kwestię, odkryjemy, że umartwienie ciała zasadniczo ma podwójne uzasadnienie: samokontrolę albo panowanie nad samym sobą i upiększenie człowieka.

1. Ciało stanowi obraz osoby ludzkiej, jest drogą do wyrażania uczuć, wolności i miłości

Osoba ludzka jest ciałem, ale nie tylko ciałem. Świat wewnętrzny każdego człowieka nie składa się z tkanek i płynów ustrojowych, tylko z myśli, miłości i uczuć. Dlatego już

Grecy mówili, że człowiek jest w pewnym sensie wszystkim — mikrokosmosem, światem.

W osobie ludzkiej istnieje poziom biologiczny, ale również psychiczny i duchowy. Chociaż człowiek jest jednością, obserwujemy w naszym życiu istnienie różnych sił lub napięć prowadzących nas do różnych celów. Siły te trzeba kontrolować i scalać w jedno. Na przykład, lubię palić (domaga się tego ode mnie ciało), ale wiem (tutaj pojawia się rozum), że jest to dla mnie nieodpowiednie albo że jest to zabronione i że mogą mnie ukarać, w związku z czym postanawiam zapalić albo nie i narzucam tę decyzję mojemu postępowaniu (wola).

W celu kontrolowania wszystkich sił lub napięć pojawiających się w moim życiu i kierowania nimi, aby połączyły się w harmonijny sposób wokół mojej osobistej tożsamości,

trzeba wychowywać rozum i umacniać wolę. Tutaj pojawia się konieczność umartwienia.

Osiągnięcie panowania nad sobą albo panowania nad własnym ciałem wymaga umartwienia, które można opisać jako dobrowolną rezygnację z jakiegoś pragnienia (mam ochotę zapalić, ale nie palę) albo też dobrowolną aprobatę czegoś, na co nie mam ochoty (nie mam ochoty czegoś jeść, bo mi nie smakuje, ale jest tylko to, więc jem; nie mam ochoty zabrać się do nauki albo do pracy, ale się zabieram; nie mam ochoty wstać, ale wstaję).

Umartwienie ciała jest dobrowolną czynnością wypracowaną przez decyzję woli, uformowanej przez rozum (który dostarcza uzasadnienia tej decyzji), przeciwdziałającą pragnieniom lub upodobaniom ciała poprzez określone działanie.

Dlaczego zatem muszę kontrolować moje ciało? Albo raczej: po co pragnę kontrolować moje ciało? Przyczyny mogą być bardzo różne, jak na przykład dobre wychowanie albo ludzka uprzejmość. A zatem powinienem umartwiać moje ciało, żeby nie zachowywać się w sposób naruszający pokój i współzycie społeczne.

Pośród wielu powodów uzasadniających *umartwienie* albo *podporządkowanie* — albo, jeśli ktoś woli, *poskromienie* — ciała, uważam, że fundamentalnym jest żądanie od ciała służby osobie ludzkiej ponad jego pierwotne lub zwyczajne możliwości.

Wytłumaczę to za pomocą kilku przykładów. W świecie, w którym żyjemy, przede wszystkim w rozwiniętych społeczeństwach, zwykle umartwiamy ciało głównie w związku z pracą zawodową. Znosimy

zimno lub gorąco — szczególnie osoby pracujące pod gołym niebem. Przewyciężamy zmęczenie i senność — niemal powszechnie każdego ranka przy wstawaniu: od kogóż ciało nie żąda codziennie albo prawie codziennie, aby pozostał dużo dłużej w łóżku? Zaś w pracy związanej z bezpośrednią obsługą klienta nie możemy pozwolić sobie na nieprzyjemny wyraz twarzy i brak uśmiechu, choćby w rzeczywistości ciało żądało rozzłoszczenia się albo po prostu zlekceważenia kogoś czy czegoś. Ileż projektów przerasta nasze siły i wymaga umartwienia ciała! W określonym czasie albo w pewnych konkretnych zawodach dzieje się tak zawsze.

Oczywiście, powinienem umartwiać moje ciało również po to, by wypełniać inne obowiązki, szczególnie rodzinne lub wynikające z przyjaźni. Praktycznie codziennie

powiniennem umartwiać moje ciało i jego pragnienia, na rzecz wymagań wobec innych: ojciec i matka w stosunku do siebie i w stosunku do nieletnich dzieci, narzeczeni, przyjaciele, sąsiedzi. Nie jesteśmy sami na świecie, relacja z innymi często prowadzi do stawiania ich spraw ponad naszymi, a w związku z tym do umartwiania własnych upodobań. W przeciwnym razie w krótkim czasie zostalibyśmy naprawdę sami.

Dzisiaj chyba najsurowszych umartwień cielesnych wymaga się od sportowców. Powinni żyć, ocierając się o granicę możliwości ludzkiego ciała i tę granicę przekraczając. W tym celu poprzez codzienne treningi muszą umartwiać ciało aż do wycieńczenia. Oprócz tego powinni stosować surową dietę, nie pozwalając sobie na ekscesy ani kaprysy. Stały i regularny rozkład dnia ogranicza rozrywkę. Jest to coś

dobrowolnego, ale wymaga wielkiego poświęcenia. Proszę pomyśleć o dyskusjach i krytykach — czasami uzasadnionych — na temat tego, czy sportowiec jest gruby czy nie albo czy piłkarze powinni imprezować wieczorami. Chociaż przypadek piłkarzy jest nieco szczególny. Jeżeli pomyślimy o kolarzach, tenisistach, pływakach, lekkoatletach, alpinistach lub gimnastykach, nie będziemy mieć żadnej wątpliwości co do surowości ich trybu życia, jeśli chodzi o trening i zawody.

W przypadku zawodowych sportowców czasami usprawiedliwiamy cały ten wysiłek faktem, że są oni najlepsi albo reprezentują doskonałość ludzkości. W związku z tym te elitarne postaci są wybrane do chwały i dlatego można od nich oczekiwać, a nawet wymagać całego tego podporządkowania albo

umartwiania ciała, podczas gdy my, czyli cała reszta, podziwiamy te cuda z naszego fotela przed telewizorem. Jednakże według chrześcijaństwa wszyscy zostaliśmy wybrani do chwały, w związku z czym każda poszczególna osoba jest traktowana przez Boga jak Jego najlepsze dziecko, jakby była jedyna.

W ten sposób nawiązujemy do zajmującego nas tematu.

Chrześcijańskie umartwienie ciała może wpisywać się w ten sens ćwiczenia lub treningu w celu kontrolowania ciała, z zamiarem oddania go na służbę Bogu i bliźnim. W społeczeństwie, w którym żyjemy, sens ma umartwienie ciała w celu kontrolowania jego sił i łączenia ich w celu realizacji planu pracy, wykonywania zadań albo obowiązków na rzecz innych, osiągnięcia celów sportowych itd. Niemniej, niektórych może dziwić umartwienie ciała dla osiągnięcia

celu duchowego, religijnego.
Rezygnacja ze zmysłowych czy materialnych upodobań, aby z większą łatwością docenić wartość duchową. To kuriozalne podejście, chociaż da się je dobrze wytłumaczyć praktycznym materializmem naszej kultury.

Życie chrześcijańskie naucza, że ideał miłowania Boga ponad wszystko i bliźnich jak samego siebie nie jest realizowany sam z siebie i potrzebuje osobistego zaangażowania, walki i wysiłku. Tutaj pojawia się konieczność umartwiania ciała, aby zaangażować je całkowicie w głęboką jedność osoby, dzięki czemu może ono dać z siebie to, co najlepsze.

Nie tylko dlatego, że istnieją nieuporządkowane skłonności, które doprowadzają człowieka do ruiny i które trzeba kontrolować. Pragnienie zaspokojenia i przyjemności,

zaburzone przez grzech, prowadzi do czynności, które, gdybyśmy je wykonywali, odrywałyby nas od wewnętrznego pokoju i komunii z Bogiem. Na przykład, nieuporządkowany pociąg do jedzenia czy picia, zazdrość, krytyka lub nietolerancja w stosunku do jakiejś osoby (członka rodziny, przyjaciela, sąsiada lub kolegi), lenistwo w odniesieniu do własnych obowiązków itd. Również jednak dlatego, że wspaniałość chrześcijańskiego ideału (miłować ze wszystkich sił i wszystkimi uczynkami) wiąże się z intensywnym praktykowaniem cnoty (miłości i wszystkich pozostałych), co nie jest możliwe bez narzucania sobie rzeczy, żeby tak powiedzieć, nieprzyjemnych, które pozbawiają nas wygody i odpoczynku i zmuszają nas do zaangażowania i pracy dla innych. Aby móc osiągać postęp w życiu chrześcijańskim, trzeba się umartwiać. Tak samo jak dzieje się w

wielu aspektach życia ludzkiego (sport, praca lub kariera zawodowa, wygląd itd.). Zmienia się jednakże motywacja, którą staje się miłość do Boga i do bliźnich.

2. Piękno, które ucieka od jednolitości i ujednoczenia

Przejdźmy jednak do drugiej kwestii. Wydaje mi się, że inną zasadniczą przyczyną cielesnego umartwienia jest ozdabianie ciała albo, jeżeli wolimy, traktowanie ciała jako ozdoby. Dwa uściślenia: mówimy o ozdobie nie w znaczeniu czegoś ładnego, ale zbędnego, tylko jako o czymś istotnym albo ważnym, to znaczy, o pięknie. Z drugiej strony podkreślamy, że piękno ciała wyraża piękno osoby ludzkiej i jest częścią tego piękna. A zatem zawsze chodzi o piękno indywidualne i szczególne, właściwe dla każdego człowieka, które ucieka od jednolitości i ujednoczenia ogólnych kryteriów.

Otóż w celu osiągnięcia piękna ciała albo w ciele potrzebne jest również cielesne umartwienie. Niewątpliwie *smukłą sylwetkę* osiąga się, spożywając pewne konkretne potrawy, ale równocześnie zaprzestając jedzenia wielu innych pysznych i smakowitych rzeczy, które przyciągają uwagę i upodobanie, ale którym trzeba odpowiedzieć wymagającym „nie”.

Niekiedy estetyczne piękno wymaga szczególnego umartwienia cielesnego. Tutaj wkracza dziedzina operacji chirurgicznych, niewątpliwie brutalnych i inwazyjnych, ale niekiedy przynoszących akceptowalne wyniki, w rodzaju odsysania tłuszczu, liftingu twarzy, operacji nosa itd. Znowu mamy umartwienie ciała wynikające jednak z motywacji, która przekracza i przerasta ofiarę — piękna ciała.

W tę dziedzinę wkracza również cały temat wymogów mody, jeśli chodzi o niewygodę (pewne obcasy nie są czymś dobrym ani dla stopy, ani dla używającej ich osoby, ale piękno uzasadnia to umartwienie), czy też o zimno lub ciepło; albo też kwestia wymogów zwyczajowych (nie można zapomnieć o płaczu małej dziewczynki przy przekłuwaniu uszu). W tym kontekście być może na szczególną uwagę zasługuje ozdabianie ciała przy pomocy *piercingu*, tatuaży itd.

Dla chrześcijanina ozdabianie ciała, ciało jako ozdoba i wyraz osoby ludzkiej są czymś fundamentalnym. To ozdabianie wyraża się w uśmiechu, w niekiedy heroicznym wysiłku na rzecz bliźniego (między małżonkami lub przyjaciółmi; ojciec albo matka w stosunku do dzieci), w dzieleniu ubóstwa z ubogim i choroby z chorym itd. Jak widać, jest to ozdabianie osoby, wyrażane na

widzialne sposoby (to, co zawsze nazywano uczynkami miłosiernymi względem ciała). Jednak jako że chodzi o ciało ożywiane przez ducha, przez duszę, w jedności osoby ludzkiej ozdoba ta ma również charakter duchowy: ozdabianie ciała ubogiego lub chorego to solidarne miłowanie tego ciała, tej osoby.

Zasadniczo w tym znaczeniu ozdabiania i piękna duchowego ciała rozumiano cielesne umartwienie chrześcijanina. A także jako bezpośrednio powiązane z Męką Jezusa Chrystusa. Chodzi o ozdabianie ciała w nawiązaniu do Jezusa Chrystusa Ukrzyżowanego. Tradycyjne stosowanie w Kościele praktyk cielesnej pokuty, takich jak noszenie włosiennicy albo — w zajmującym nas przypadku — stosowanie dyscypliny — łączy się z tym duchowym ozdabianiem ciała cierpieniami i ranami Chrystusa,

ponieważ nasze ciało dzieli bóle Jezusa.

Aby to pojąć, trzeba spróbować zrozumieć ofiarę Chrystusa. Tylko w ten sposób może zaistnieć tolerancja i szacunek dla chrześcijanina. Prawdopodobnie dla naszego społeczeństwa jest to ten aspekt umartwienia cielesnego, który najtrudniej przychodzi nam zrozumieć. Być może dlatego że dyscyplinę lub włosiennicę postrzega się jako karę cielesną.

Jezus Chrystus cierpi brutalną przemoc ze strony żołnierzy i ludu. Pojmanie Chrystusa, obelgi, biczowanie, cierniem ukoronowanie, droga krzyżowa i ukrzyżowanie. Jednakże sam opis nie tłumaczy niczego z głębokiej rzeczywistości, która się tam rozgrywa.

Rzeczywistość polega na tym, że Chrystus przeobraża brutalną przemoc ludzkości w całej historii w

całkowitą miłość do Boga i ludzi. Chrystus nie cierpi z powodu przemocy tak po prostu jako skazany na śmierć, lecz jest On panem swojego życia, ofiaruje je, i to ofiaruje je za miłość do ludzi, do grzeszników, do osób zepchniętych na margines, do ubogich. Dlatego Ukrzyżowany stanowi ozdobę: wyraża poprzez swoje umęczone ciało ukoronowanie bezinteresownej i całkowitej miłości do Boga i do bliźnich.

Chrystus cierpi, ponieważ miłuje, zaś miłuje, ponieważ swoim cierpieniem łączy się z każdą osobą, która cierpi, towarzyszy jej, podtrzymuje ją, daje jej nadzieję. Nie można żądać od chrześcijanina, żeby zrezygnował z krzyża („znakiem chrześcijanina jest święty krzyż”) ani żeby zrezygnował z krucyfiksu.

Cierpienie chrześcijanina, a w ramach tego cierpienia umartwienie

cielesne, jest przejawem głębszej rzeczywistości — jego solidarności i bliskości z cierpieniem wszystkich ludzi razem i każdego człowieka z osobna w całej historii i w życiu każdego z nich. To nie kara dla ciała, jakby było ono złe lub godne pogardy, ale wprost przeciwnie. To ozdoba ciała, która czyni osobę ludzką piękniejszą, ponieważ wyraża w jej ciele solidarną miłość i zjednoczenie z Chrystusem i z cierpiącą, potrzebującą, zepchniętą na margines, zapomnianą ludzkością.

Nie jest czymś obowiązkowym posiadanie *smukłej sylwetki* ani podążanie za modą, choćby była niewygodna, ani stosowanie *piercingu czy tatuowanie się*, jak również nie jest czymś obowiązkowym stosowanie cielesnych umartwień, jak włosiennica albo dyscyplina.

Nie są to również jedyne środki służące do ozdabiania ciała. Istnieją natomiast takie środki, używane przez wiele osób zarówno dzisiaj, jak i wczoraj. Środki te potwierdziły swoją skuteczność w osiągnięciu szczególnego piękna. Mamy tutaj przede wszystkim przykład Chrystusa i wielu Męczenników. A także przykład życia i dzieła wielu Świętych. Nie jest łatwo poświęcać życie Bogu i bliźnim, ponad wszystko i ponad to, co może się podobać własnemu „ja” — troszczyć się o najbiedniejszych z biednych i żyć pośród nich nie tylko przez jeden dzień, ale przez kolejne dni, przez całe życie itd.

Dlaczego, będąc nietolerancyjnym, piętnować kogoś *a priori*? Lepiej spróbujmy zrozumieć powody, dla których ktoś chce żyć i postępować po swojemu. Niech każdy z nas sam stara się żyć jak najlepiej, dzięki

temu zbudujemy lepszą cywilizację i
lepszy świat.

tłum. Bronisław Jakubowski

pdf | dokument generowany
automatycznie z [https://opusdei.org/pl-
pl/article/piekno-swietych-i-
chrzescijanskie-umartwienie-2/](https://opusdei.org/pl-pl/article/piekno-swietych-i-chrzescijanskie-umartwienie-2/)
(14-03-2026)