

opusdei.org

# Sztuka przebaczenia

Artykuł ś.p. Jutty Burggraf,  
profesor Wydziału Teologii  
Uniwersytetu Nawarry.

19-01-2012

Gdy ktoś w przepełnionym autobusie nadepnie nam na nogę i uprzejmie prosi o wybaczenie, zwykle nie sprawia nam wiele trudu, aby uśmiechnąć się do naszego winowajcy, nawet jeśli nas zabolął palec. Wiemy, że ten drugi nie chciał nam umyślnie zadać bólu; po prostu nie uważał albo padł ofiarą siły ciężenia. W każdym razie nie jest

odpowiedzialny za swój czyn.  
Brakuje tutaj istotnego powodu, aby  
móc przebaczyć w prawdziwym  
sensie tego słowa. Akt przebaczenia  
odnosi się do zła, które inny uczynił  
nam (mniej lub bardziej)  
świadomie<sup>1</sup>.

## **PRZEDMOWA**

Gdy mówimy o rzeczywistym  
przebaczeniu poruszamy się na  
bardzo głębokiej płaszczyźnie. Nie  
mówimy o nodze, na którą ktoś  
nadepnął przez nieuwagę, lecz o  
ranie w sercu człowieka. Wszyscy  
doświadczamy od czasu do czasu  
niesprawiedliwości i upokorzeń;  
niektórzy muszą codziennie znosić  
cierpienia, nie tylko, gdy są  
niewinnie więzieni, lecz także w  
miejscu pracy lub w kręgu  
rodzinnym. Nikt nie może nas tak  
zranić, jak ci, których kochamy.  
„Jedyny ból, który przeszywa  
bardziej niż stal, to wrogość, która

pochodzi od bliskich”, mówią Arabowie.

Jak reagujemy na ból, który ktoś nam zadaje świadomie? Są różne możliwości: Możemy oddać cios albo mówić źle o tej osobie, która o nas mówiła źle. Jednak takie zachowanie jest jak bumerang. Uderza w nas samych i nas rani jako pierwszych. Szkoda, że tracimy naszą energię na gniew, podejrzliwość, żądzę zemsty, czy rozpacz; jeszcze bardziej smutne jest to, jeśli ktoś wewnątrz siebie się zamyka i staje się zatwardziały, aby już więcej nie musiał cierpieć. Tylko w przebaczeniu przychodzi nowe życie.

Przebaczenie polega na tym, by zrezygnować z zemsty i mimo wszystko życzyć drugiemu tego, co najlepsze. Chrześcijańska tradycja pokazuje nam wzruszające świadectwa takich postaw. Znamy nie tylko przykład pierwszego

męczennika, św. Szczepana, który modlił się za tych, którzy go kamienowali. Także dzisiaj zdarzają się te cuda łaski. Na przykład w roku 1994 razem z innymi współbraćmi został zamordowany trapista imieniem Christian w klasztorze w Algierii, który znajdował się w okolicy zagrożonej wojną. Christian pozostawił list pożegnalny do swojej rodziny. To jego „duchowy testament” i został opublikowany po jego śmierci. W tym testamencie Christian dziękuje wszystkim, których spotkał w swoim życiu, i mówi dosłownie: „W to podziękowanie jesteście włączeni wszyscy, wy, moi przyjaciele z wczoraj i z dzisiaj... I także tobie, mój przyjacielu ostatniej godziny, należy się moje podziękowanie. Tak, także ty, który nie wiedziałeś, co czynisz, jesteś włączony w moje podziękowanie. Widzę cię dokładnie przed sobą i mówię ci ‘dziękuję’ i ‘na razie’, ponieważ mam nadzieję, że

zobaczymy się – szczęśliwi jak łotr na krzyżu - kiedyś w niebie”<sup>2</sup>.

Moglibyśmy teraz pomyśleć, że chodzi o jakieś sytuacje ekstremalne, zastrzeżone dla bohaterów. Możemy pomyśleć, że chodzi tu o jakiś ideał, który można podziwiać, ale nie naśladować, i który nie ma wiele wspólnego z naszym codziennym życiem. Czy matka może kiedykolwiek przebaczyć mordercy swego dziecka? Czy możemy wybaczyć komuś, kto nas zupełnie ośmieszył przed innymi, komuś, kto odebrał nam wolność albo godność, okłamał nas i oszukał albo zniszczył rzecz, bardzo dla nas cenną. To są niektóre z sytuacji życiowych, w których właściwe jest stawianie sobie pytań o przebaczenie.

## **I. CO TO ZNACZY „PRZEBACZAĆ”?**

Co to znaczy „przebaczenie”? Co to znaczy, gdy mówię komuś „przebaczam ci”? To jest – aby

powtórzyć – oczywiste, że reaguję na zło, które mi ktoś wyświadczył; działałam poza tym w wolności; nie zapominam po prostu niesprawiedliwości, lecz rezygnuję z zemsty i życzę mimo wszystko dobra drugiej osobie. Następnie będziemy omawiać te różne aspekty szczegółowo.

## **1. Reagować na zło**

Abym mógł przebaczyć, musi być mi wyrządzone zło, to znaczy, coś, co negatywnie oddziałuje na moje życie. Jeśli chirurg odetnie mi rękę, zakażoną i zagrażającą mi, mogę często odczuwać ból, mogę nawet czuć złość do lekarza. Ale nie mam mu nic do wybaczenia, ponieważ właściwie uczynił coś dobrego: uratował mi życie. Coś podobnego dzieje się w procesie wychowywania. Nie wszystko, co dziecku wydaje się złe, jest rzeczywiście dla niego szkodliwe. Dobrzy rodzice nie dają

dzieciom wszystkiego, na co akurat mają ochotę; formują w nich siłę charakteru. Pewna nauczycielka powiedziała mi: „Jest mi wszystko jedno, co moi uczniowie myślą o mnie dzisiaj. Najważniejsze, co będą o mnie myśleli za dwadzieścia lat”. Przebaczenie ma sens jedynie, gdy ktoś rzeczywiście wyrządził krzywdę drugiemu.

Z drugiej strony przebaczenie w żadnym razie nie polega na tym, że nie chce się widzieć zranienia, tuszuje się je, bądź po prostu pomija. Niektórym nie przeszkadza obraza ze strony kolegów z pracy albo współmałżonka, ponieważ kiedyś postanowili sobie unikać konfliktów. Chcą spokoju za wszelką cenę i chcą stale żyć w otoczeniu pełnym harmonii. Wydaje się, jakby wszystko było im obojętne. Jest im „obojętne”, jeśli inni nie mówią im prawdy, jest im „obojętne”, jeśli traktuje się ich zupełnie

przedmiotowo, aby osiągnąć egoistyczne cele; także oszustwo albo cudzołóstwo są „obojętne”. Takie zachowanie jest niebezpieczne, ponieważ może prowadzić do zupełnej ślepoty na wartości. Oburzenie i gniew są naturalnymi reakcjami, a nawet w określonych sytuacjach koniecznymi. Ten, kto przebacza, nie przymyka oczu na zło. Nie zaprzecza, że (obiektywna) niesprawiedliwość istnieje. Jeśli by jej zaprzeczył, nie miałby nic do przebaczenia.

Gdy ktoś przyzwyczai się do tego, by wypierać wszystko w milczeniu, być może przez jakiś czas może doświadczyć pozornego pokoju, ale wkrótce zapłaci za to wysoką cenę, ponieważ zrezygnował z wolności, aby być sobą. Ukrył i pogrzebał swoje frustracje głęboko w sercu, za grubą ścianą, którą zbudował, aby się ochronić. I często nie jest od razu świadomy braku swojej

autentyczności. To normalne, że niesprawiedliwość boli i pozostawia ranę. Jeśli nie chcemy jej widzieć, nie może zostać uleczone. Potem stale uciekamy przed swoim własnym „wewnętrznym światem” (to znaczy, przed sobą); i ból gryzie nas powoli i niezmiennie. Niektórzy wybierają się w podróż dookoła świata, inni przeprowadzają się do innego miasta. Jednak nikt nie może uciec przed cierpieniem. Każdy wyparty duchowy ból wraca tylnymi drzwiami, trwa długi czas, jak traumatyczne doświadczenie w nieświadomości i może być powodem długotrwałych ran. Ukryty ból może prowadzić w określonych przypadkach, że ktoś jest w złym humorze, lękliwy, nerwowy albo obojętny albo nie jest już zdolny do nawiązania przyjaźni. I chociaż się nie ma takiego zamiaru, prędzej czy później wspomnienia powrócą. A wtedy wielu uświadamia sobie, że było lepiej stawić czoła bolesnym

wydarzeniom. Świadomie przyjęte i przepracowane cierpienie, jest kluczem do osiągnięcia wewnętrznego pokoju.

## 2. Działać w wolności

Przebaczenie jest wolnym aktem. Jest jedyną reakcją, w której się nie tylko re-aguje – według znanej zasady „oko za oko, ząb za ząb”<sup>3</sup>. Nienawiść prowokuje przemoc, przemoc wywołuje najczęściej nową nienawiść. Gdy przebaczam, kładę kres temu diabelskiemu kręgowi. Uniemożliwiam wprawienie w ruch reakcji łańcuchowej. W tym momencie uwalniam drugą osobę, która wtedy nie jest już uwięziona w tym rozpoczętym procesie. Lecz na pierwszym miejscu uwalniam siebie samego, ponieważ to ja jestem gotów, wyzwolić się z gniewu i urazy. Nie reaguję odruchowo, lecz tworzę nowy początek, także we mnie.

To bardzo ważne zadanie, aby przezwyciężyć zranienia, ponieważ nienawiść i zemsta zatrują życie. Filozof Max Scheler mówi, że kto żywi urazę, sam się zatrują<sup>4</sup>. Druga osoba go zraniła, z powodu tego doświadczenia nie idzie dalej, zamyka się w swoich wspomnieniach, jest jakby opętany i izoluje się od innych. I tak pozostaje w niewoli przeszłości. Żywi swoją urazę, ciągle przywołując to samo wydarzenie. W ten sposób pozostaje wciąż w tym samym miejscu i rujnuje swoje życie.

Uraza sprawia, że poszerzają się rany w naszym wnętrzu. W ten sposób wywiera dominujący wpływ. Tworzy ogólną niedyspozycję, jakieś trudne do zdefiniowania niezadowolenie. Czuje się w końcu niedobrze we własnej skórze. Jednak jeśli się “ze sobą samym” nie czuje dobrze, wtedy w żadnym miejscu nie będzie się czuło dobrze. Traumatyczne

wspomnienia mogą wciąż wzniecać gniew i smutek, mogą nas nękać i prowadzić do depresji. Chińskie przysłowie mówi: “Kto szuka zemsty musi wykopać dwa groby”.

W swojej książce *Moja pierwsza biała przyjaciółka* czarnoskóra dziennikarka z Ameryki Północnej opisuje, jak poniżenie, które musieli znieść Afrykanie w Stanach Zjednoczonych, prowadziło w czasie jej młodości do nienawiści wobec białych, “ponieważ byli linczowani, okłamywani, więzieni, otruwani i zabijani”. Autorka przyznaje, że dopiero po jakimś czasie doszła do przekonania, że jej nienawiść, tak dla niej zrozumiała, zaczęła niszczyć jej tożsamość i godność. Zaślepiła ją na przykład tak bardzo, że nie traktowała poważnie przyjacielskich gestów, które okazywała jej biała dziewczyna w szkole. Powoli odkryła, że – zamiast czekać na prośbę o przebaczenie ze strony

białych – najpierw sama musi prosić o przebaczenie za nienawiść w sercu i także za opór, żeby traktować białego jako pojedynczego człowieka, a nie jako członka rasy prześladowców. Odkryła wroga w swoim wnętrzu, istniał w jej osądach i w jej urazie, która przeszkadzała jej, aby być szczęśliwą<sup>5</sup>.

Nie wyleczone rany mogą w dużej części ograniczyć naszą wolność. Mogą być źródłem całkiem niewspółmiernych i gwałtownych reakcji, które same nas zaskakują. Zraniony człowiek rani często także innych. I jak często ukrywa swoje serce za pancerzem i wydaje się ostry, nieprzystępny i oziębły. Naprawdę jest często zupełnie inny, chce się tylko obronić. Wydaje się ostry, przy tym jest niepewny, udręczony i wzburzony przez złe doświadczenia.

Musimy znaleźć swoje rany, aby móc je oczyścić i uzdrowić.

Doprowadzenie do porządku własnego wnętrza może być pierwszym krokiem, aby umożliwić przebaczenie. Jednak ten krok jest bardzo trudny i nie robi się go przy okazji. Możemy zrezygnować z zemsty, ale nie z bólu. Tutaj widać wyraźnie, że przebaczenie nie jest uczuciem, także jeśli jest bardzo ściśle związane z przeżyciem emocjonalnym<sup>6</sup>. Jest aktem woli, który nie da się zredukować do naszego stanu psychicznego. Można nawet przebaczać płacząc.

Jeśli spełniłem dobrowolnie akt przebaczenia, cierpienie zwykle traci swoją gorycz i może się zdarzyć, że z czasem zniknie. “Rany zmieniają się w perły” mówi św. Hildegarda z Bingen.

### **3. Wspominanie przeszłości**

Prawem natury jest to, że czas leczy rany. Nie zamyka ich faktycznie, ale pozwala o nich zapomnieć. Niektórzy mówią o “dacie wygaśnięcia naszych emocji”<sup>7</sup>. W końcu nadchodzi moment, kiedy człowiek już nie może więcej płakać, a także nie czuje się już zraniony. Nie jest to jednak znakiem tego, że przebaczył swemu przeciwnikowi, lecz że odczuwa pewną chęć życia. Stan duchowy – nawet jeśli nie jest zbyt intensywny – zmienia się zwykle z upływem czasu. Towarzyszy mu długi proces uwolnienia, ponieważ życie biegnie dalej. Już nie możemy pozostawać tam – uwięzieni w przeszłości – i uwieczniać w nas doznany ból. Jeśli trwamy w bólu, blokujemy nasz rozwój.

Złe wspomnienia mogą wyhodować prawdziwe frustracje. Zdolność do wyzwolenia się i zapomnienia jest wskutek tego bardzo ważna dla nas, ale nie jest jeszcze samym aktem

przebaczenia. Ten nie polega po prostu na “skasowaniu i rozpoczęciu od nowa”. Wymaga zobaczenia jasno niesprawiedliwości. Tylko prawda wyzwala! Zły czyn musi być uznany jako taki i jeśli to możliwe zadośćuczyniony.

Konieczne jest “oczyszczenie pamięci”. Zdrowe wspomnienie może zamienić się w “mistrza życia”. Jeśli żyję w pokoju z przeszłością, mogę się wiele nauczyć z moich doświadczeń. Przypominam sobie o moich przeszłych niesprawiedliwościach i robię coś, żeby się nie powtórzyły, i wspominam je jako przebaczone niesprawiedliwości.

#### **4. Zrezygnować z zemsty**

Przebaczenie jest wolnym aktem i jest też możliwe, że nie czyni się tego prezentu drugiemu, odmawiając mu tego daru. Żydowski autor Simon Wiesenthal opowiada w swojej

książce o niektórych całkiem konkretnych doświadczeniach w obozie koncentracyjnym w czasie II wojny światowej. Pewnego dnia przyszła do niego pielęgniarzka i poprosiła, aby z nią poszedł. Przeprowadziła go do pokoju, w którym przebywał umierający, młody oficer SS. Ten oficer opowiedział uwięzionemu Żydowi swoje życie. Mówił o swojej rodzinie, wykształceniu i o tym, jak stał się hitlerowcem. Obciążała go przede wszystkim zbrodnia, za którą był w szczególny sposób odpowiedzialny. Pod jego dowództwem żołnierze zamknęli w budynku i podpalili trzystu Żydów, wszyscy zginęli. “Wiedziałem, że to jest straszne”, mówił oficer. “W czasie długich nocy, gdy czekam na śmierć, odczuwam konieczność, by porozmawiać o tej zbrodni z jakimś Żydem i z całego serca prosić o przebaczenie”. Wiesenthal kończy swoją relację następująco: “Nagle zrozumiałem, o

co chodziło i bez słowa opuściłem pomieszczenie”<sup>8</sup>. Inny Żyd dodaje: “Nie, nie przebaczyłem żadnemu winowajcy i ani teraz, ani w przyszłości nie jestem gotów przebaczyć nawet jednemu”<sup>9</sup>.

Przebaczenie oznacza rezygnację z zemsty i nienawiści. Z drugiej strony są ludzie, którzy nigdy nie czują się zranieni. To nie jest tak, że nie chcą widzieć zła i tłumią ból (jak już mówiliśmy na początku), lecz przeciwnie. Przyjmują niesprawiedliwość jako obiektywnie prawdziwą, z pełnym zrozumieniem, ale nie pozwalają, aby im przeszkadzała w najmniejszym stopniu. “Nawet jeśli inni nas zabijają, nie mogą nam sprawić bólu”<sup>10</sup>, to jedna z ich przewodnich myśli. Osiągnęli żelazne panowanie nad sobą i wydają się być całkiem niewrażliwi. Czują się ponad innymi ludźmi i w swoim wnętrzu stworzyli tak wielki dystans do innych, że nikt

nie może dotknąć ich serca. Skoro nic ich nie wzrusza, nie zarzucają nic swoim prześladowcom. “Cóż może uczynić księżycowi, czekający pies?” Jest to zachowanie stoików i być może także niektórych azjatyckich ‘guru’.

W tym przypadku problem polega na tym, że nie ma tutaj żadnych międzyludzkich relacji. Nie chce się cierpieć i dlatego rezygnuje się z miłości. Człowiek, który kocha, jest mały i można go zranić. Jest blisko innych. Jest bardziej ludzkie, aby w ciągu życia wiele kochać i wiele cierpieć, niż dystansować się od innych. Jeśli komuś zachowanie innych nigdy nie sprawia bólu, przebaczenie jest niepotrzebne.

5. Widzieć w przeciwniku jego osobową godność

Przebaczenie zaczyna się wówczas, gdy człowiek, dzięki nowej sile, odmawia jakiegokolwiek rodzaju

zemsty. Nie mówi o innych ze względu na swoje bolesne doświadczenia; unika tego, by oceniać i wartościować; i jest gotów towarzyszyć im na nowo z otwartym sercem.

Tajemnica polega na tym, aby nie identyfikować przeciwnika z jego czynem<sup>11</sup>. Każdy człowiek jest większy niż jego wina. Wymowny przykład daje nam Albert Camus, który zwraca się w otwartym liście do nazistów i mówi o zaistniałych zbrodniach we Francji. “Mimo to będę nadal mówił o was ludzie.... Staramy się szanować w was to, czego nie szanowaliście u innych”<sup>12</sup>. Każdy człowiek jest mimo wszystkich swoich błędów obrazem Boga.

Tutaj można przytoczyć anegdotę, którą opowiada się o hiszpańskim generale z XIX wieku. Gdy leżał na łożu śmierci, ksiądz zapytał go, czy przebacza swoim wrogom. “To jest

niemożliwe” odpowiedział generał,  
“wszystkich kazałem stracić”<sup>13</sup>

Przebaczenie, o którym tutaj mówimy wypływa z określonego zachowania. To znaczy, życia w pokoju z własnymi wspomnieniami i bez utraty szacunku do żadnej ludzkiej istoty. Także zmarłego można widzieć w jego osobowej godności. Nikt nie jest całkowicie zepsuty, w każdym człowieku świeci się światło.

Gdy przebaczymy, mówimy do kogoś: “Nie, nie jesteś taki. Wiem, kim jesteś. W rzeczywistości jesteś o wiele lepszy”. Chcemy tego, co najlepsze dla innych, ich pełnego rozwoju, ich prawdziwego szczęścia, i staramy się, całkiem szczerze, z głębi serca tego chcieć.

**II. JAKIE ZACHOWANIA  
UMOŻLIWIAJĄ NAM  
PRZEBACZENIE?**

Zanim spróbujemy wyjaśnić, na czym polega przebaczenie, przyjrzymy się niektórym postawom, które uzdalniają nas do wypełnienia tego aktu, który czyni wolnymi nas samych i innych.

## **1. Miłość**

Przebaczenie zawiera w sobie, intensywną miłość do drugiej osoby. Łacińskie słowo per-donare wyraża to bardzo dobitnie: prefiks per wzmacnia czasownik, który towarzyszy donare. To znaczy dawać obficie, całkowicie się oddać. Pisarz Werner Bergengruen powiedział kiedyś, że miłość chroni się przez wierność i wypełnia się w przebaczeniu.

Jednak może być rzeczą trudną, kochać drugiego, jeśli nas bardzo mocno zranił. Wtedy może być ewentualnie pomocne, najpierw w jakiś sposób zdystansować się od przeciwnika, także jeśli jest to tylko

wewnętrzne. Jak długo nóż tkwi w ranie, rana nigdy nie może się zagoić. Trzeba najpierw wyciągnąć nóż, zyskać dystans do drugiego. Tylko wtedy możemy zobaczyć jego twarz. Pewne oderwanie się jest pierwszym warunkiem, aby przebaczyć z całego serca i móc obdarować drugiego niezbędną miłością.

Człowiek może tylko wtedy żyć szczęśliwie i zdrowo się rozwijać, jeśli mimo swoich błędów i braków jest kochany, a więc gdy ktoś powie mu: “Jak dobrze, że jesteś”<sup>14</sup>.

Nie wystarczy tylko, “być tutaj”, na ziemi, lecz potrzeba także potwierdzenia własnego istnienia, żeby dobrze się czuć na świecie, aby było możliwe osiągnąć szacunek do siebie i być zdolnym jednoczyć się z innymi w przyjaźni. W tym sensie można powiedzieć, że miłość kontynuuje dzieło stworzenia i je udoskonala<sup>15</sup>. Kochać człowieka to

znaczy uświadomić mu jego własną wartość i własne piękno. Człowiek kochany jest zawsze także człowiekiem przyjętym, “potwierdzonym”, który może ukochanemu odpowiedzieć w całej prawdzie: “Potrzebuję ciebie, aby być sobą”.

Jeśli nie przebaczam drugiemu, odbieram mu w pewien sposób przestrzeń do życia i oddychania. Oddala się on następnie coraz bardziej od swojego ideału i swojej samorealizacji. Innymi słowy, uśmiercam go w sensie duchowym. Człowieka można rzeczywiście uśmiercić niesprawiedliwymi i ostrymi słowami, złymi myślami lub po prostu, gdy mu się odmawia przebaczenia. Druga osoba może potem stać się smutna, także bierna i zgorzkniała.

Jeśli jednak udzielamy przebaczenia, pomagamy drugiemu, odnaleźć

ponownie swoją własną tożsamość i żyć z nową wolnością i w głębokim szczęściu.

## **2.Zrozumienie**

Musimy zrozumieć, że każdy człowiek potrzebuje więcej miłości, niż “zarabia”. Każdy jest bardziej podatny na zranienie, niż sądzi, a wszyscy jesteśmy słabi i możemy się zmęczyć. Przebaczyć to oznacza być mocno przekonanym, że w pojedynczym i za każdym złem tkwi zraniona i zdolna do przemiany ludzka istota. To znaczy uwierzyć w możliwość dalszego rozwoju drugiej osoby.

Jeśli ktoś nie przebacza, powodem może być to, że zbyt poważnie traktuje innych, że za dużo od nich wymaga. Wszyscy jesteśmy słabi i często popełniamy błędy. Często też nie jesteśmy świadomi konsekwencji naszego działania. “Nie wiemy, co robimy”. Na przykład gdy ktoś złości

się, wykrzykuje rzeczy, których tak naprawdę nie myśli, ani nie chce powiedzieć. Jeśli w każdej minucie dnia traktuję go całkowicie poważnie i “analizuję” każde słowo, które powiedział, gdy był wściekły, mogę wywoływać niekończące się konflikty. Jeśli spisalibyśmy listę wszystkich błędów jednego człowieka, doszlibyśmy do tego, że nawet z najbardziej zacnego człowieka zrobilibyśmy monstrum.

Musimy wierzyć w zdolności drugiej osoby i dać jej to do zrozumienia. Zdarza się, że jesteśmy pod wrażeniem, jak bardzo ktoś się potrafił zmienić, gdy okazano mu zaufanie. Jak głęboko się zmienił, gdy był traktowany z miłością. Na szczęście jest wielu ludzi, którzy cicho i dyskretnie zachęcają innych, by byli lepsi. Dają im pewność, że i w nich jest coś pięknego i dobrego, pomimo głupstw i błędów. Postępują według znanej mądrości: “Jeśli

chcesz, żeby drugi był dobry, traktuj go tak, jakby już taki był”.

### **3. Wspaniałomyślność**

Przebaczenie wymaga miłosiernego i wspaniałomyślnego serca, gotowości, aby wyjść poza sprawiedliwość.

Zdarzają się kompleksowe sytuacje, w których sama sprawiedliwość jest nieodpowiednia. Jeśli coś skradziono, musi zostać zwrócone. To co

zniszczono, trzeba naprawić albo zastąpić. Lecz jeśli ktoś z winy

drugiej osoby traci część ciała, krewnego czy dobrego przyjaciela?

Jest niemożliwe zadośćuczynić tej stracie przez sprawiedliwość.

Właśnie wtedy przebaczenie jest tym bardziej potrzebne.

Przebaczenie nie znosi prawa, ale nieskończenie go przekracza. Czasem nie ma rozwiązania w polu

zewnątrznym, ale jeśli jest ktoś, kto nas wspiera, rozumie i kocha, może przynajmniej zmniejszyć

wewnętrzną szkodę. W średniowieczu mówiono krótko i jasno: “Sprawiedliwość bez miłosierdzia jest okrutna”<sup>16</sup>.

Poprzez przebaczenie staramy się przewyciężyć zło obfitością dobra<sup>17</sup>. Jest to akt bezwarunkowego charakteru, bezcenny dar miłości, zawsze niezasłużony prezent. To oznacza, że ten kto przebacza, nie zmusza do niczego przeciwnika, nawet do tego, aby ten żałował za to, co uczynił. Ten, kto kocha, już wcześniej przebaczył, na długo zanim przeciwnik szukał pojednania.

Żal drugiego nie jest niezbędnym warunkiem przebaczenia, ale naturalnie jest bardzo odpowiedni. Z pewnością o wiele łatwiej jest przebaczyć, gdy drugi prosi o przebaczenie. Lecz trzeba czasem zrozumieć, że w tych, którzy popełnili zło, istnieją blokady, które

nie pozwalają im uznać własnej winy.

Istnieje też “nieczysty” rodzaj przebaczenia. Możemy o nim mówić, gdy przebaczenie wiąże się z wyrachowaniem i spekulacją: “Przebaczę ci, żebyś był świadomy swego przewinienia; przebaczę ci, żebyś był lepszy”. Choćby cel był chwalebny i wychowawczy, w tym przypadku, nie chodzi o prawdziwe przebaczenie, którego udziela się bez żadnego warunku, zupełnie tak samo, jak w prawdziwej miłości: “Przebaczam ci, ponieważ cię kocham – mimo wszystko”.

Mogę przebaczyć drugiemu, nie dając mu tego do zrozumienia – w przypadku, jeśli by tego nie zrozumiał. To jest dar, który mu czynię, nawet jeśli się o tym nie dowie, albo gdy nie wie, dlaczego.

4. Pokora

Potrzeba mądrości i poczucia taktu, aby poinformować drugiego, że się mu przebaczyło. W wielu sytuacjach nie radzi się, aby czynić to natychmiast, kiedy osoba jest jeszcze rozgniewana. Mogłoby to wydawać jej się zemstą, upokorzyć ją i jeszcze bardziej zdenerwować. Faktycznie propozycja pojednania może posiadać przez akt przebaczenia charakter oskarżający. Może ukrywać zachowanie obłudne. Chcę pokazać, że mam rację, że jestem wspaniałomyślny. To, co wtedy udaremnia krok do pokoju, to nie sam upór drugiej osoby, lecz także moja arogancja.

Z drugiej strony istnieje zawsze ryzyko, gdy oferujemy pojednanie, ponieważ nie jesteśmy pewni, czy przyjmie je druga osoba. Ten kto oferuje pojednanie, wystawia się zawsze w jakiś sposób na władzę drugiej osoby, czyni się w pewien sposób zależny od jej

nieprzewidywalnej reakcji i humoru i daje jej możliwość do kolejnej obrazy czy zranienia. Widać tutaj, że pokora jest potrzebna, jeśli udziela się przebaczenia i szuka pojednania.

Jeśli pozwalają na to okoliczności – być może po długim okresie czasu – jest odpowiednie, aby przeprowadzić rozmowę z drugą osobą. W tej rozmowie trzeba wyjaśnić jak najlepiej własne motywy i powody, własne stanowisko i wysłuchać uważnie argumentów drugiej osoby. Ważne jest, aby wysłuchać do końca i starać się, aby wychwycić słowa, których druga osoba nie powie. Czasami jest konieczna “zmiana miejsc”, przynajmniej na płaszczyźnie duchowej, i podjęcie próby spojrzenia na świat oczami drugiej osoby.

Przebaczenie jest aktem wewnętrznej siły, aktem siły woli, ale nie dążenia do władzy. Jest pokorne i

pełne szacunku wobec drugiej osoby. Nie chce nad nim zapanować, ani go poniżyć. Aby przebaczenie było prawdziwe i “czyste”, ten, kto został zraniony, musi sam unikać najmniejszych oznak moralnych rozważań. Trzeba unikać tego, by winny w rozmowie czuł się wciąż na nowo obwiniany. Tego, kto nadmiernie piętnuje winę drugiej osoby, można podejrzewać o wypieranie winy z własnego serca. Musimy przebaczać jako grzesznicy, którymi jesteśmy, a nie jako sędziowie (którymi nie jesteśmy), stąd przebaczenie jest bliższe wzajemnemu “udziałowi” niż jednostronnemu “udzieleniu”.

Wszyscy potrzebujemy przebaczenia, ponieważ wszyscy od czasu do czasu sprawiamy innym ból, nawet jeśli w ogóle tego nie zauważamy.

Potrzebujemy przebaczenia, aby rozwiązać węzły przeszłości i móc zacząć od nowa. To ważne, żeby

każdy człowiek uznał swoje słabości i błędy, które być może doprowadziły innych do negatywnych zachowań i nie wahał się, by samemu prosić drugiego o przebaczenie.

## **5. Być otwartym na Bożą pomoc**

Nie możemy zaprzeczyć, że wymóg przebaczenia w niektórych przypadkach przekracza nasze siły. Czy można przebaczyć, jeśli przeciwnik zupełnie niczego nie żałuje, lecz nawet lży ofiarę i do tego jeszcze wierzy, że postępuje słusznie? Być może w takich przypadkach nie jest możliwe, aby przebaczyć całym sercem, szczególnie jeśli opieramy się tylko na naszych własnych zdolnościach.

Lecz chrześcijanin nigdy nie jest sam. Może zawsze liczyć na wszechmocną pomoc Boga. Bóg sam przyznaje mu swoją wielką miłość: “Nie bój się, powołałem cię po imieniu! Jesteś mój! Jeśli idziesz

przez wodę, będę po twojej stronie, i fale nie zwyciężą cię... Jesteś cudowny w moich oczach, masz wielką wartość, kocham cię”<sup>18</sup>.

Chrześcijanin może też doświadczyć radości, że Bóg mu przebacza. Prawdziwa wina sięga do korzeni naszego bytu: Wpływa na naszą relację do Boga. A tu staje się cud! W państwach totalitarnych obywatele, którzy według zarządzeń władzy pokazują odmienne zachowanie, są wsadzani do więzienia albo umieszczani w szpitalach psychiatrycznych. W Królestwie Chrystusa przeciwnie, “błądzący” zaproszeni są na wielkie święto, święto pojednania. Bóg jest zawsze gotów nam przebaczyć, udziela nam łaski żalu i zaprasza nas do nawrócenia<sup>19</sup>. Jego łaska wywołuje w nas głęboką przemianę: jest zdolna uleczyć najgłębsze rany i stworzyć nowy porządek w naszym wewnętrznym chaosie.

Zawsze to Bóg jest tym, który najpierw kocha i najpierw przebacza<sup>20</sup>. To Bóg sam daje nam siłę, by wypełnić to chrześcijańskie przykazanie, które być może jest najtrudniejsze ze wszystkich. Kochaj swoich wrogów<sup>21</sup>, przebacz tym, którzy wyrządzili ci zło<sup>22</sup>. Ale w gruncie rzeczy nie chodzi (tylko) o moralny wymóg według motto: Ponieważ Bóg ci łaskawie przebaczył, musisz ty też przebaczyć bliźniemu. Chodzi o coś o wiele więcej, o egzystencjalną konieczność, o żywotne wewnętrzne doświadczenie. Jeśli rzeczywiście rozumiesz, co się z tobą dzieje, wtedy nie możesz zrobić nic innego, jak przebaczyć drugiemu. Jeśli tego nie uczynisz, jeszcze nie pojąłeś, czym cię Bóg obdarzył.

Do tożsamości chrześcijanina należy wciąż prosić o przebaczenie i przebaczać. Jeśli ktoś nie jest zasadniczo gotowy do tej postawy, można stąd mówić o utracie

tożsamości chrześcijańskiej. Dlatego naśladowcy Chrystusa w ciągu wieków patrzyli na swego Mistrza, który przebaczył swoim oprawcom na Krzyżu<sup>23</sup>. Nauczyli się tego, by przemienić “tragedię” w “zwycięstwo”.

Z pomocą łaski Bożej możemy nawet znaleźć sens w poniżeniach i niesprawiedliwościach, które wycierpieliśmy w ciągu naszego życia. Nie ma doświadczeń bezużytecznych! Całkiem przeciwnie, zawsze możemy się czegoś nauczyć. Także gdy nas zaskakuje niepogoda, gdy musimy znosić zimno czy upał. Zawsze możemy się czegoś nauczyć, co nam pomaga zrozumieć lepiej świat, innych i samych siebie. Gertruda von le Fort mówi, że nie tylko świetlisty dzień, lecz także ciemna noc mają swój urok: “Są kwiaty, które kwitną tylko na pustyni, gwiazdy, które widać tylko na obrzeżu miasta. Są doświadczenia

Boskiej miłości, którymi jesteśmy obdarowani, tylko w wielkim opuszczeniu, na krawędzi zwątpienia”<sup>24</sup>.

## **WNIOSKI KOŃCOWE**

Przebaczenie jest aktem duchowej mocy, aktem wyzwalającym. Jest zarazem przykazaniem chrześcijańskim i wielką ulgą. Oznacza opowiedzenie się za życiem i twórcze działanie.

Mimo to nie jest odpowiednie zmuszanie kogoś do przebaczenia, trzeba dać potrzebny czas, aby się uspokoił i był zdolny do przebaczenia. Jeśli obwinialibyśmy, kogoś, kto doświadczył niesprawiedliwości, że jest za wrażliwy albo pełen urazy i chęci zemsty, zwiększylibyśmy jeszcze jego rany, stałby się w podwójny sposób ofiarą.

W pierwszym momencie nie jesteśmy zwykle zdolni do przyjęcia wielkiego bólu. Musimy najpierw się uspokoić, zaakceptować, że przebaczenie przychodzi nam z trudnością i potrzebujemy czasu. Może nam bardzo wiele pomóc, aby postępować według własnego rytmu. Tylko bardzo małostkowy człowiek może się dziwić normalnym ludzkim ograniczeniom.

Akt przebaczenia może wymagać rzeczywiście ciężkiej wewnętrznej pracy. Jednak z pomocą dobrych przyjaciół i – przede wszystkim – mocą Bożą – jest możliwe, aby urzeczywistnić to bardzo trudne zadanie. “Z moim Bogiem skaczę przez mury” – śpiewa psalmista. Możemy pomyśleć o murach, który wznieśliśmy we własnym sercu.

Gdy uda nam się stworzyć kulturę przebaczenia, możemy zbudować razem przytulny świat, w którym

będzie więcej witalności i urodzaju;  
możemy razem rzeczywiście  
zaprojektować nową przyszłość.  
Zakończmy naszą refleksję mądrym  
przysłowiem: “Chcesz być przez  
chwilę szczęśliwy? Zemścij się!  
Chcesz być zawsze szczęśliwy?  
Przebaczaj!”

*Jutta Burggraf*

(ur. w Hildesheim, 1952 - 2010),  
profesor Wydziału Teologii  
Uniwersytetu Nawarry, specjalistka  
w dziedzinie teologii kobiety oraz  
ekumenizmu.

Przypisy:

1 Por. Tomasz z Akwinu, Summa  
theologiae II-II, q.68,a.4 ad 1.

2 Ch. DE CHERGÉ, Testament  
spirituel (1994), in B. CHENU,  
L'invincible espérance, Paris 1997, S.  
221.

3 Mt 5,38.

4 M. SCHELER, Das Ressentiment im Aufbau der Moralen, in Vom Umsturz der Werte, Bern 1972, SS.36f.

5 P. RAYBON, My First White Friend, New York 1996, S.4f.

6 Por. D. von HILDEBRAND, Moralia, Werke IX, Regensburg 1980, S.338.

7 A. KOLNAI, Forgiveness, in B. WILLIAMS; D. WIGGINS (Hrsg.), Ethics, Value and Reality. Selected Papers of Aurel Kolnai, Indianapolis 1978, p.95.

8 Por. S. WIESENTHAL, The Sunflower. On the Possibilities and Limits of Forgiveness, New York 1998. W innych dziełach tego autora możliwość przebaczenia jest wprowadzie pozostawiona jako otwarta. Por. IDEM, Los límites del perdón, Barcelona 1998.

9 P. LEVI, Sí, esto es un hombre, Barcelona 1987, S.186. Por. IDEM, Los hundidos y los salvados, Barcelona 1995, S.117

10 To zdanie przypisuje się stoikowi Epiktetowi, który był, jak wiadomo, niewolnikiem. Por. EPIKTET, Handbüchlein der Moral, hrsg. von H. Schmidt, Stuttgart 1984, S. 31. Zdanie to można także rozumieć w pozytywnym i głęboko religijnym sensie, tak jak męczennicy chrześcijańscy.

11 Nienawiść kieruje się nie przeciwko sprawcy, lecz jego dziełom.. Por. Rz 12,9; Ap 2,6.

12 A. CAMUS, Carta a un amigo alemán, Barcelona 1995, S.58.

13 Por. M. CRESPO, Das Verzeihen. Eine philosophische Untersuchung, Heidelberg 2002, S.96.

14 J. PIEPER, Über die Liebe,  
München 1972, S.38s.

15 Por. *ibid.*, S.47.

16 Tomasz z Akwinu, In Matth., 5,2.

17 Por. Rz 12,21.

18 Iz 43,1-4.

19 Iz 43,1-4.

20 Nasze przebaczenie jest  
następstwem tego, że  
doświadczyliśmy odpuszczenia. Por.  
Mt 18,12-14. Łk 19,1-10. Ef 4,32-5,2.  
Kol 3,13.

21 Por. Mt 5,43-48. Natomiast Kpł  
19,18: “Będziesz miłował bliźniego,  
jak siebie samego.”

22 Por. Mt 5,23-24; 6,12. Mk 11,25. Łk  
11,4.

23 Por. Łk 23,34.

24 G. von LE FORT, Unser Weg durch  
die Nacht, in Die Krone der Frau,  
Zürich 1950, SS.90f.

polka1.pl

.....

pdf | dokument generowany  
automatycznie z [https://opusdei.org/pl-  
pl/article/sztuka-przebaczenia/](https://opusdei.org/pl-pl/article/sztuka-przebaczenia/)  
(15-03-2026)