

PODSTAWOWE ZASADY ŻYCIA DUCHOWEGO

1. Bądź autentycznie sobą!

Celem rozwoju życia duchowego jest stanie się tym, kim Bóg pragnie, abym ja był. Przykłady życia świętych, czy też innych szanowanych i cenionych przez nas ludzi mogą być pomocne, ale nie chodzi o to, abyśmy się stali tacy sami jak oni. Nawet, gdyby udało się nam tego dokonać, byłibyśmy falsyfikatami. Bóg jest nieskończenie pomysłowy i dla każdego człowieka przygotował odmienną drogę. Ważne jest, abyśmy odnaleźli tę drogę, którą Bóg przygotował osobiście dla nas i abyśmy osiągnęli cel, który Bóg nam wyznaczył.

2. Unikaj przesady i nadmiaru!

Wszelkie przesady, nadmierny wysiłek, może wynikać nie z naszego zapału, czy też miłości, ale ze zbyt dużego liczenia na własne siły. Może być konsekwencją błędnego przekonania, że wzrost duchowy jest wymierny do naszego wysiłku. Taka postawa może stać się przeszkodą dla działania łaski Bożej i w rezultacie opóźnić lub nawet uniemożliwić rozwój duchowy.

Należy zawsze pamiętać, że prawdziwy wzrost duchowy nie jest wynikiem wysiłku człowieka, ale owocem działania Ducha Świętego. Dlatego też, należy się przede wszystkim starać otwierać na Jego działanie i natchnienia. Aby nasz wysiłek miał sens musi być odpowiedzią na wezwanie Ducha św.

W tym sensie ważne jest rozeznawanie duchów. Jednym z kryteriów rozeznania są obowiązki naszego stanu, oraz zobowiązania, których się podjęliśmy. Wszelkie pokuty, umartwienia, czy też inne ćwiczenia duchowe, nie mogą stać w sprzeczności z naszymi obowiązkami i zobowiązaniami.

3. Nie przyjmuj ekstremalnych postaw!

Należy uznać własną rzeczywistość, czyli to, że jest się słabym i niedoskonałym człowiekiem, który posiada różnorodne potrzeby i żądze oraz to, że jest się podatnym na różnorodne zranienia. Żyjąc w takiej rzeczywistości należy unikać przyjmowania ekstremalnych postaw, takich jak:

A. Postawa wobec potrzeb

A1. Całkowita negacja własnych potrzeb.

A2. Bezkrytyczne zaspokajanie wszystkich potrzeb.

(Człowiek dojrzały duchowo nie neguje swoich prawdziwych potrzeb, ale także nie ulega swoim pożądaniam. Umie rozróżnić prawdziwe potrzeby od żądz oraz to, które potrzeby i w jakim stopniu należy zaspokoić.)

B. Postawa wobec innych ludzi

B1. Całkowita negacja własnych zdolności i uzależnienie się od innych ludzi.

B2. Liczenie jedynie na własne siły, pragnienie całkowitej autonomii.

(Dojrzały duchowo człowiek nie boi się zależności od innych ludzi, ale także nie dąży na siłę do jakiegoś uzależnienia.)

C. Postawa wobec cierpienia

C1. Pragnienie jak największej ilości cierpień.

C2. Unikanie wszelkich cierpień i zdobywanie jak największej ilości przyjemności.

(Dojrzały duchowo człowiek, nie pragnie cierpień dla nich samych, ani też nie usiłuje uniknąć wszelkich cierpień za wszelką cenę. Kryterium jego wyboru nie jest ani cierpienie, ani przyjemność, ale wola Boga (dobro, miłość), niezależnie od tego, czy z tym wyborem łączy się cierpienie, czy też przyjemność.)

4. Nie tłum emocji!

Nie powinniśmy tłumić niepożądanych emocji, ani też obwiniać siebie za posiadanie emocji o negatywnym odcieniu, ale starać się ubogacać swoje życie emocjonalne (poprzez modlitwę, przyjaźń, kontakt z przyrodą, literaturę piękną, sztukę itd.) oraz dążyć do poznania prawdziwej wartości osób i innych stworzeń.

Należy pamiętać, że wszystkie bez wyjątku emocje nie są wrogiem życia duchowego, ale jego sprzymierzeńcem, ponieważ ujawniając nam to, co znajduje się w naszym wnętrzu, pomagają nam w procesie oczyszczenia oraz są źródłem energii potrzebnej do dynamicznej realizacji uznanych wartości.

5. Żyj tam, gdzie jesteś!

W życiu duchowym ważne jest poznanie własnych realiów, sytuacji (tak wewnętrznej jak i zewnętrznej), w której człowiek żyje. Nie chodzi o to, aby być na siłę zadowolonym z tej sytuacji, czyli o przyjęcie postawy, którą wyraża słynne stwierdzenie: „Jakiego mnie Panie Boże stworzyłeś, takiego mnie masz.” Raczej chodzi o to, aby nie uciekać od własnej rzeczywistości w jakąś iluzję, ale właśnie tą rzeczywistość uznać za punkt wyjścia własnego rozwoju duchowego.

Bóg jest obecny także w tej sytuacji, która może nam się wydawać być bardzo nieprzyjazną rozwojowi duchowemu. Także w tej sytuacji może On działać. Powinniśmy spokojnie, bez nadmiernego pośpiechu żyć w tej sytuacji i przemieniać ją zgodnie z wolą Boga.

Dobrze jest pamiętać, że jesteśmy tym, kim jesteśmy, nie tyle przez to, co doświadczyliśmy (w jakiej żyliśmy sytuacji), ale przez to, jak reagowaliśmy na te doświadczenia. Jeżeli nasza reakcja, nawet na bardzo negatywne doświadczenia była zgodna z wolą Boga, to wzrastaliśmy duchowo, jeśli nie była ona zgodna z wolą Boga, to nawet pozytywne doświadczenia powodowały nasz regres.

6. Bądź elastyczny!

Jeżeli jest w nas pragnienie ścisłej kontroli naszego życia, na przykład poprzez skrupulatne realizowanie ustalonego planu, to powinniśmy to pragnienie odrzucić.

Oczywiście planowanie samo w sobie jest rzeczą dobrą, a nawet niezbędną, ale nie może być czymś absolutnym. Zbyttna wierność ustalonemu planowi, może wynikać z braku zaufania do Ducha Świętego, który „wieje kędy chce” i zamknąć nas na Jego działanie. Może też wynikać z braku miłości, z egoistycznego zainteresowania jedynie własnym rozwojem.

Ważne jest zaufanie Bogu i duża elastyczność, dzięki której będziemy mogli zrezygnować z własnych planów i przyjąć plany Boga.

Podobnie jak w przypadku relacji międzyludzkiej, także w relacji z Bogiem, ważny jest szacunek do drugiej osoby, branie pod uwagę jej osobowości, potrzeb oraz pragnień. Jeśli chcemy, aby ta relacja naprawdę się rozwijała, nie możemy jednostronnie planować przebiegu tej relacji, czy też w jakiś inny sposób manipulować drugą osobą, ale powinniśmy pozwolić, aby rozwój naszej relacji był owocem wspólnego wysiłku, nawet wówczas, gdy nie będzie to w pełni odpowiadało naszym wyobrażeniom, czy też oczekiwaniom.