

LUIS JORGE GONZÁLEZ OCD

Psychologia
św. Teresy z Lisieux
Doktora Kościoła

Strategia rozwoju dla każdego



FLOS CARMELI

POZNAŃ 2007

Tytuł oryginału:

Psicología de Teresa de Lisieux

Desarrollo humano de una Doctora de la Iglesia

Tłumaczenie:

Maksymilian Drozdowicz

Redakcja:

Ewa Kardas ZSNM

Skład i łamanie

Reginaldo Cammarano

Imprimi potest:

Marian Stankiewicz OCD, prowincjał

Warszawa, 29.09.2007; L.dz. 121/P/2007

© Copyright by FLOS CARMELI 2007

Zdjęcia © Office central de Lisieux

ISBN 978-83-88570-29-2

Wydawca:

FLOS CARMELI Sp. z o.o.

ul. Działowa 25, 61-747 Poznań

tel. 061 856 08 34, fax 061 856 09 47

www.floscarmeli.poznan.pl

Druk i oprawa: TOTEM – Inowrocław

*Poświęcam te stronicie moim siostram
Karmelitankom Bosym na całym świecie,
dziękując za ich życie oddane pracy
i modlitwie na rzecz kapłanów,
Kościoła i całej ludzkości.*

*Niech Teresa z Lisieux
swym psychologicznym talentem
i świętością życia
pomaga Wam
poświęcać całą Waszą istotę
– myśli, uczucia, zachowania –
na służbę miłości Boga, bliźniego
i samych siebie.*

Spis treści

<i>Słowo wstępne</i>	7
<i>Prolog do wydania ósmego</i>	9
<i>Wstęp</i>	11
1. Wzór poczucia własnej wartości	15
2. Aktywne przyjęcie daru zdrowia	33
2.1. Myślenie.....	36
2.2. Uczucie.....	36
2.3. Postępowanie.....	37
2.4. Związek umysł-ciało.....	37
2.5. System odpornościowy.....	37
2.6. Relacje przyjacielskie i altruizm.....	38
2.7. Wizja lub wzniosły ideał.....	38
2.8. Medytacja.....	38
3. Mistrzostwo w sztuce myślenia	45
3.1. Wybór centrum uwagi.....	48
3.2. Zmiana centrum uwagi.....	50
3.3. Zmiana przedstawienia rzeczywistości.....	52
3.4. Wybór konstruktywnego monologu wewnętrznego.....	55
3.5. Twórcze myślenie.....	57

4. Wolność emocjonalna	63
4.1. Wybór celu emocjonalnego.....	66
4.2. Wybór emocjonalnych odpowiedzi	69
4.3. Zmiana uczuć.....	72
4.4. Ponowne kadrowanie: zmiana znaczenia.....	76
5. Wspaniałe zachowanie	81
5.1. Sprecyzowanie celu	83
5.2. Podążanie według planu działania	87
5.3. Skuteczność w działaniu.....	92
6. Relacje międzyludzkie	101
6.1. Raniące relacje rodzinne	104
6.2. Trudne relacje wspólnotowe	107
6.3. Tajemnica pozytywnych relacji	110
6.4. Pomocna więź	116
7. Osobista misja duszą rozwoju psychicznego...	123
7.1. Poszukiwanie osobistej misji.....	125
7.2. Odkrycie osobistej misji	129
7.3. Wypełnienie osobistej misji	133
8. Teresa w kuźni historii	137
8.1. Teresa wykuwająca historię.....	139
8.2. Nadzieja motorem historii	144
Zakończenie	153
Ćwiczenia praktyczne	157

Słowo wstępne

W ostatnich latach można zaobserwować w światowej psychologii bardzo ciekawą tendencję. Tworzy się tzw. psychologia pozytywna, nastawiona nie na leczenie urazów i traum psychicznych, lecz na podnoszenie jakości życia i wspomaganie rozwoju zwykłego człowieka. I właśnie w ramach psychologii pozytywnej badacze doszli do wniosku, że życie szczęśliwe nie jest wypadkową liczby doświadczanych przyjemności, lecz... poczucia sensu. W praktyce Martin Seligman (ojciec psychologii pozytywnej) doszedł do jeszcze ciekawszego wniosku. Otóż życie szczęśliwe to... życie cnotliwe. Osoby mające poczucie sensu istnienia, praktykujące na co dzień cnoty, są szczęśliwe.

Jest w pewnym sensie bardzo zabawne, jak współczesna psychologia na podstawie szeroko zakrojonych badań dochodzi do postulatów, głoszonych przez Kościół Katolicki i jego świętych już od bardzo dawna.

Książka Luisa Jorge Gonzáleza pięknie wpisuje się w tę tendencję. Oto Święta Teresa, najmłodszy Doktor Kościoła wypracowuje strategię rozwoju, którą w wiele lat później stworzy na nowo psychologia końca XX w.

Problemem współczesnej psychologii jest fakt, że mimo głoszenia praktycznie tych samych co Kościół postulatów, dotyczących życia i rozwoju, próbuje te postulaty

oderwać od ich źródła – od Boga. Dlatego niektóre trendy psychoterapii i psychoedukacji stają się co najmniej moralnie podejrzane, są wykorzystywane do manipulacji, lub dążą do zapełnienia naturalnej pustki po Bogu Jego karykaturą – new-agowskimi wizjami rajy na ziemi, samorealizacji w imię ubóstwionej Ludzkości, wszechogarniającej energii życiowej itp.

Dlatego właśnie z przyjemnością mogę polecić tę właśnie książkę, pokazującą katolicką, opartą na Bogu wersję skutecznych skądinąd technik psychologicznych.

Bogna Białecka

psycholog,
stały współpracownik
Przewodnika Katolickiego

Prolog do wydania ósmego

Spotkanie z Teresą z Lisieux, z tą prostą i jednocześnie wyjątkową dziewczyną sprawia radość. Przyjemnie jest spotkać się z tą kobietą, tak piękną cieleśnie i duchowo. Poznanie jej historii, świadectwa towarzyszącej łaski Pana i jej własnych wysiłków, budzi nadzieję w nas wszystkich, którzy być może boleśnie doświadczamy ograniczeń wynikających tak z osobistej niedojrzałości psychologicznej, jak też z braku dojrzałości naszych braci.

Piękno jej dojrzałej osobowości otwiera przed nami świetlisty horyzont nadziei, że pragnienie pozytywnej zmiany osobowości może się ziścić, że nie zabraknie nam Bożej łaski, że nie poskąpił On nam także naturalnych zdolności do rozwoju. Jednocześnie osobisty wysiłek i moc łaski, możemy z ufnością podjąć trud ciągłego wzrastania, a Teresa okazuje się być niezrównanym wzorem na tej drodze rozwoju psychicznego, otwartego w swej pełni na Boga.

Teresa okazuje się być *wzorem*, ponieważ sama obojętnie przeżyła tę drogę ku szczytom. Nie byłaby autentycznym *wzorem*, jeśli by się ograniczała tylko do pokazania nam celów, jak czynią to niektórzy kaznodzieje. Jest prawdziwym *wzorem*, a opisując w swych *manuskryptach au-*

tobiograficznych techniki i konkretne kroki, szczegółowo przedstawiła *proces* – właśnie to *jak działać*, aby przyjąć łaskę i wznosić się ku wierzchołkowi góry.

W nauczaniu Teresy, w jej postępowaniu i pismach dostrzegamy wyjątkowe uzdolnienia pedagogiczne, a sama Autorka jawi się nam jako mistrzyni psychologii. Cecha ta została dostrzeżona już przed wielu laty. Pisarz Maxence van der Meersch w swej książce *La petite Thérèse de Lisieux* (1937, s. 180. 187. 189) z uznaniem mówi o „wyjątkowej intuicji psychologicznej świętej Teresy”. Hans Urs von Balthasar, najbardziej świątły teolog Kościoła w XX wieku, czyni to uznanie własnym i dodaje: „W związku z tym Teresa jest przede wszystkim geniuszem poznania siebie, najdoskonalszym (najdociękliwszym) psychologiem czasów nowożytnych”¹.

Tak właśnie jest: Teresa jawi się jako doskonały psycholog. Można by mniemać, że Teresa studiowała psychologię i zastosowała ją w osobistym życiu, w relacjach międzyludzkich, w sposobie odnoszenia się do Jezusa. Praktyczne nauczanie Teresy pokazuje nam, *jak my* sami mamy rozumieć *proces* zmierzający do *rozwoju* otwartego na *pełnię* – pełnię, jaką się osiąga w jedności z Jezusem – tak jak stało się to w przypadku Teresy z Lisieux.

Luis Jorge González OCD

Rzym, 15 października 2004 r.

1. H. Urs von Balthasar, *Sorelle nello Spirito: Teresa di Lisieux e Elisabetta di Digione*, Jaca Book, Milano, 1974, s. 28, w przypisie.

Wstęp

Teresa z Lisieux, urodzona 2 stycznia 1873 roku, umiera 30 września 1897 r., w wieku 24 lat.

Jest jedną z najjaśniejszych postaci w historii ludzkości, a jej nauczanie duchowe ma zasięg ogólnoswiatowy. Tę „Małą Karmelitankę”, znaną i docenianą przez chrześcijan i niechrześcijan na całym świecie, 19 października 1997 roku papież Jan Paweł II ogłosił Doktorem Kościoła.

Bogactwo osobiste św. Teresy od Dzieciątka Jezus nie ogranicza się jedynie do aspektu duchowego. Wzorcowym jawi się także jej wymiar ludzki. W rzeczy samej: Teresę z Lisieux można polecić jako wzór rozwoju ludzkiego, ponieważ przeżyła ona drogę od prawie neurotycznej niedojrzałości do pełnej realizacji siebie jako osoby.

Ukazuje ona swym życiem, że – oprócz łaski Pana – ludzki rozwój domaga się osobistego wysiłku i wykorzystania ludzkich zasobów.

Moje zainteresowanie nowym Doktorem Kościoła jest zdecydowanie psychologiczne. Zamierzam określić, *jak* używała swych ludzkich możliwości dla pokonania własnych niezaprzeczalnych ludzkich ograniczeń. Wiem, że inni badacze zatrzymali się na rozważaniu zaburzeń psy-

chicznych, które dotknęły Teresę², jednak niewielu uczonych zajmowało się psychologicznym rozwojem tej młodej francuskiej karmelitanki³.

Zamierzam położyć nacisk na tę ostatnią perspektywę – tę dotyczącą zmiany i rozwoju osobowości Teresy, ale zamiast podkreślać dane historyczne z tym związane wolę obserwować *ludzkie* lub *psychologiczne procesy*, które podejmuje ona dla osiągnięcia osobistej przemiany i wzrostu.

Zaskakuje i zdumiewa fakt, że przed rozwojem psychologii naukowej, bez psychologicznej formacji uniwersyteckiej Teresa umiała zastosować w praktyce metody wspomagające rozwój psychiczny, które ta nauka oferuje nam sto lat później.

Teresa z Lisieux stanowi atrakcyjny wzór dla każdej kategorii osób i dla wyznawców różnych religii. Obszary ludzkiego życia, które umiała ona rozwinąć w sposób wzorcowy, a które przestudiujemy w tym krótkim eseju, to:

- poczucie własnej wartości,
- aktywne przyjęcie daru zdrowia,
- sztuka myślenia,
- wolność emocjonalna,
- wspaniałe zachowanie,
- relacje międzyludzkie,
- osobista misja.

2. J. Maître, *L'Orpheline de la Bérésina. Thérèse de Lisieux*, Paris, Cerf, 1995, s. 145-240. R. Masson, *Souffrance des hommes*, Versailles, Saint-Paul, 1997, s. 13-34. Th. Mercury, *Essai sur Thérèse Martin*, Paris, L'Harmattan, 1997, s. 69-87.

3. Fundamentalnym okazuje się w tym aspekcie główne dzieło C. De Meester, *La dinámica de la confianza*, Burgos, Monte Carmelo, 1998.

Życzę Ci, miły Czytelniku, abyś odnalazł w św. Teresie z Lisieux wzór ludzkiego rozwoju, a przykład jej zmagania niech będzie Ci zachętą do codziennej troski o własny wzrost. Pragnieniem Teresy było „*spędzać czas w Raju, czyniąc dobro na ziemi*”, niech więc towarzyszy Ci ona swym nieustannym wstawiennictwem u Boga - dla *dobra* Twojego, Twoich bliskich i Twojej wspólnoty.



1. Wzór poczucia własnej wartości

Postawa szacunku, docenienia i promowania własnego rozwoju, jaką możemy podziwiać u Teresy z Lisieux, a którą znamy pod nazwą poczucia własnej wartości, łączy się z pierwszym i drugim przykazaniem.

Na pytanie: „Które jest pierwsze ze wszystkich przykazań?”, Jezus odpowiada bez wahania i zdecydowanie: „Pierwsze jest: *Słuchaj, Izraelu, Pan Bóg nasz jedynym Panem. Będziesz miłował Pana, Boga swego, całym swoim sercem, całą swoją duszą, całym swoim umysłem i całą swoją mocą.* Drugie jest to: *Będziesz miłował swego bliźniego jak siebie samego.* Nie ma innego przykazania większego od tych” (Mk 12,28-31).

Wypełnienie tych przykazań jest możliwe tylko wówczas, gdy osoba umie kochać siebie, gdy jest świadoma *własnej wartości*. Erich Fromm dochodzi do przekonania, że *miłość samego siebie* stanowi nieodzowny warunek dla realizacji innych form miłości: macierzyńskiej, ojcowskiej, braterskiej, synowskiej i miłości Boga⁴.

4. E. Fromm, *El arte de amar*, Buenos Aires, Paidós, 1982, s. 62-67. W wersji polskiej dostępne jest: E. Fromm, *O sztuce miłości*, Warszawa, Sagittarius, 1994 (przyp. tłum.).

Poczucie własnej wartości sytuuje się pomiędzy dwiema, równie niebezpiecznymi, skrajnościami. Przy zastosowaniu skali od 0 do 100, poczucie własnej wartości – rozumiane jako szacunek, troska i promowanie własnego „ja” w granicach rozsądku – lokuje się pomiędzy 25 a 75. Jeśli osiąga ono na tej skali wartość zbliżoną do 25, wówczas człowiek pozbawia się rozsądnego szacunku i troski o siebie samego, odrzuca własne „ja”. Negatywny monolog wewnętrzny prowadzi do poczucia *winy* i *samowyniszczenia*, prowadzi do *depresji*, a w skrajnych przypadkach nawet do *samobójstwa*.

Wynik powyżej 75 mówi o wygórowanym poczuciu własnej wartości, które przejawiać się będzie miłością własną, egoizmem, próżnością, pychą, nadużywaniem władzy i agresją. Fromm wskazuje na wielką różnicę, jaka istnieje między nakazaną w drugim przykazaniu miłością samego siebie a egoizmem: „Egoizm i miłość samego siebie, dalekie od bycia identycznymi, są rzeczywiście przeciwstawne”⁵. Egoizm i pycha w rzeczywistości okazują się *autodestrukcyjne*, pograżają człowieka w wyobcowaniu, samotności, odrzuceniu, nienawiści oraz w pogardzie względem innych.

Teresa z Lisieux umie uniknąć obu skrajności, choć z drugiej strony, w pewnych momentach swego życia niebezpiecznie zbliża się do ciemnej przepaści depresji, a nawet śmierci.

Przychodzi na świat 2 stycznia 1873 roku, a gdy ma zaledwie miesiąc, zapada na zdrowiu. „Rodzice zaniepokoiili się. Wyobrażali sobie, że umrze, tak jak czwórka pozostałych dzieci”⁶. Zdrowieje, ale następnego miesiąca znajduje się na granicy życia i śmierci, ponieważ jej matka, Celia

5. E. Fromm, *El arte de amar*, dz. cyt., s. 65.

6. M. Parajón, *Santa Teresa de Lisieux*, Madrid, BAC, 1987, s. 31.

Martin, nie może karmić dziecka piersią, a inne sposoby okazują się nieskuteczne. Dziewczynka ciągle krzyczy, a matka nie umie jej uspokoić. Celia idzie na poszukiwanie mieszkającej w górach kobiety, która była karmicielką jej starszych córek. Gdy Rozalia Taillé dowiaduje się o sprawie, nie zgadza na przeprowadzkę do Alençon, by karmić Teresę. Pozostaje tam jedynie przez tydzień, aby niemowlę przyzwyczaiło się to tej, która ma zastąpić jej matkę.

Teresa, wyrwana z ramion swej matki, zostaje wywieziona na wieś, aby mieszkać z Rozalią. Znajduje nową rodzinę, wiejski klimat, towarzystwo czterech braci i innego tatę. Wizyty matki, ojca i jej sióstr podtrzymywały wprawdzie więzi uczuciowe z rodziną, jednakże wszystko wydaje się wskazywać, że Teresa tak związała się uczuciowo z mamką, jakby to Rozalia była jej mamą. Przyzwyczajają się do jej bliskości i opieki.

Po upływie niespełna roku musi przerwać tę więź. Dnia 2 kwietnia 1874 roku wraca do domu swego ojca. Aż do tej pory udaje się jej pokonać trudności i utrzymuje naturalnie żywy blask swej bogatej osobowości. Faktycznie, od dzieciństwa Teresa wykazuje szczególną zdolność do śmiechu. Ma żywy, niespokojny charakter, jest wesoła, skłonna do zabaw i towarzyska.

Kiedy Teresa ma zaledwie cztery i pół roku, przeżywa kolejne bolesne doświadczenie – umiera jej matka. Być może wówczas otwierają się w niej rany przeżywane w pierwszym roku życia. Nagromadzone cierpienie staje się miażdżące. Traci blask jej naturalna radość i pewność siebie oraz otwartość:

„[...] mój szczęśliwy charakter całkowicie się zmienił, przedtem tak żywa, tak ekspansywna, stałam

się nieśmiała i łagodna, nadmiernie wrażliwa. Wystarczało jedno spojrzenie, żebym zalewała się łzami, byłam zadowolona, jeśli zupełnie nikt się mną nie zajmował, nie mogłam ścierpieć towarzystwa obcych ludzi i odzyskiwałam wesołość jedynie wśród najbliższej rodziny⁷.

Później, kiedy Teresa ma prawie 10 lat, do Karmelu wstępuje jej siostra Paulina, która aż dotąd zastępowała jej matkę. Po upływie kilku miesięcy, być może pod wpływem tej drugiej utraty, Teresa jest ofiarą owej „tak dziwnej choroby”, której sama nie umie sobie wytłumaczyć. Dochodzi nawet do tego, że wątpi, czy aby nie „naumyślnie się rozchorowała”. Pisze na ten temat:

„Nie ma w tym nic dziwnego, że obawiałam się, iż udaję chorą, nie będąc nią w rzeczywistości, gdyż mówiłam i robiłam rzeczy, których wcale nie myślałam; prawie cały czas wydawało się, że mam delirium, gdyż mówiłam słowa, które nie miały sensu, a równocześnie jestem *pewna*, że ani przez *jedną chwilę* nie byłam *pozbawiona* moich *władz umysłowych*... Często wydawało się, że zemdlałam, gdyż w ogóle się nie poruszałam [...], a jednak słyszałam wszystko, co wokół mnie mówiono i wszystko to jeszcze pamiętam⁸.”

7. Św. Teresa od Dzieciątka Jezus, *Rękopis A* [13 r], w: Tejże, *Dzieje duszy według pierwotnego układu autentycznych tekstów*, przeł. K. Rogalska, Poznań, Flos Carmeli, 2005, s. 49. W niniejszym tłumaczeniu wszystkie cytowane rękopisy Świętej – *Rękopis A* [*Rkp. A*], *Rękopis G* [*Rkp. G*], *Rękopis M* [*Rkp. M*] – pochodzą z tego wydania – przyp. tłum.

8. *Rkp. A* 28v, s. 74.

Kuzynka Teresy, Joanna Guérin, opisując początek tej dziwnej choroby, wyjaśnia, że Teresa była owładnięta „mocnym drzeniem, które szybko kazało myśleć o febrze. Potem objawiło się to depresją, stanem pół-halucynacji powodującym, że widziała różne przedmioty lub postępowanie otaczających ją osób pod postacią straszliwych form...”⁹. W tym oficjalnym świadectwie Joanna, zapewne dla oddania pierwszego wrażenia rodziny i lekarza rodzinnego, używa terminu *depresja*. Nie wydaje się jednak, aby nadawała ona temu pojęciu znaczenie kliniczne. Nie przestaje to jednak być wskazówką. Sugeruje, że Teresa rzeczywiście zbliża się do ciemnego brzegu depresji.

Zastanawiające jest, że pragnienie ponownego objęcia Pauliny w czasie jej obłóczyn powoduje u Teresy nieoczekiwane polepszenie. Jednak następnego dnia, już w swym domu, dziewczynka ponownie popada w chorobę, a symptomy wskazują na pogorszenie. „Dziwna choroba” wprawia w zakłopotanie doktora Nottę, który na razie mówi o „chorobie świętego Wita”¹⁰ i formalnie wyklucza historię. Po pięciu tygodniach udręki, w niedzielę 13 maja 1883 roku, w dzień Zesłania Ducha Świętego, Teresa nagle czuje się wyzwolona przez „zachwycający uśmiech Najświętszej Maryi Panny”¹¹. W dzisiejszych czasach, stawiając rozmaite hipotezy dotyczące owej „dziwnej choroby”, z powodu całkowitego i zupełnego wyzdrowienia wyeliminowano najcięższe kategorie chorób tu wspomnianych¹².

9. Świadectwo Joanny Guérin w procesie kanonizacyjnym.

10. W języku polskim nosi nazwę chorea, jest chorobą nerwową ze skurczami mięśni, zwaną też „tańcem świętego Wita” lub „płasawicą Huntingtona” [przyp. tłum].

11. *Rkp. A 30r*, s. 77.

12. Podajemy bibliografię na temat psychologicznych rozważań na

Z pewnością Teresa doznaje, choćby tylko chwilowo, także niebezpieczeństwa innej skrajności – miłości własnej lub pychy. Dotyczy to szczególnie jej szczęśliwych czasów z pierwszych lat życia. Ona sama rozpoznaje to niebezpieczeństwo, które, według psychologii, oddaliłoby ją od prawdziwego poczucia własnej wartości. Pisze ona:

„Jest jeszcze inna wada, którą miałam (gdy nie spałam), o której Mama nie mówi w swoich listach, to wielka miłość własna. Dam tobie tylko jej dwa przykłady, żeby nie przedłużać za bardzo mojego opowiadania. Pewnego dnia Mama powiedziała do mnie – „Moja Teresko, jeśli zechcesz ucałować ziemię, dam ci jednego sou”. Jeden sou to była dla mnie cała fortuna, ażeby go zarobić, nie potrzebowałam uniznąć mojej wielkości, gdyż z powodu *mojego* małego wzrostu nie było dużej odległości między mną i ziemią, jednakże moja duma zbuntowała się na myśl o „całowaniu ziemi”; stałam wyprostowana i powiedziałam do Mamy – Och! Nie, Mamusiu, wolę nie mieć sou!...

Innym razem miałyśmy iść do Grogny do Pani Monnier. Mama powiedziała Marii, żeby nałożyła mi śliczną błękitną sukienkę w kolorze Nieba ozdobioną koronkami, ale żeby nie zostawiła mi gołych

temat Teresy: C. De Meester, *Dynamique de la confiance*, Paris, Cerf, 1995, s. 24, przypis 12. Na sąsiedniej stronie przytoczona jest opinia dr Gayral, w której podkreśla się „permanentną” zmianę u Teresy, zwłaszcza począwszy od łaski z Bożego Narodzenia. U Teresy znajduje się „silna, jasna i zrównoważona wola, która wskazuje już zawczasu i wróży korzystną, ale nieoczekiwaną zmianę w tej chorobie”. Por. Dr Gayral, *Une maladie nerveuse dans l'enfance de Sainte Thérèse de Lisieux*, [w:] „Carmel” (Francja 1959), s. 81-96.

rąk, aby nie przypieкло mnie Słońce. Pozwoliłam ubierać się z obojętnością, jaką powinny mieć dzieci w moim wieku, ale wewnętrznie myślałam, że byłabym o wiele ładniejsza z gołymi rączkami”¹³.

W rzeczywistości ciężar bólu i choroby oddalił Teresę od pychy, również sprzecznej ze zdrowym poczuciem własnej wartości. Dotyka ją jednak inna skrajność, a mianowicie depresja. Pomimo wyzdrowienia z dziwnej choroby, Teresa przejawia tendencje do pozostawania na uboczu, jest nieśmiała i nadwrażliwa. Mając na uwadze te cechy charakteru i ową chorobę, niektórzy uważają, że Teresa mogła być neurotyczką, przynajmniej w tym okresie swego życia. Z drugiej strony nie zapominajmy, że Teresa przez całe swe życie zachowa lęk przed pajakami. Na kilka tygodni przez śmiercią czyni Paulinie to wyznanie:

„W stanie słabości, w jakiej się znajduję, pytam się, co będzie ze mną, jeślibym zobaczyła na moim łóżku dużego pajaka. Ale w końcu chcę także zaakceptować ten strach dla Boga. A jeślibyś poprosiła Najświętszą Dziewicę Maryję, aby to się nie stało?”¹⁴

13. *Rkp. A 8r-8v*, s. 40.

14. Św. Teresa od Dzieciątka Jezus, *Últimas conversaciones* [18.8.7], w: *Obras completas*, Burgos, Monte Carmelo, 1996, s. 874. W polskiej wersji Pism św. Teresy od Dzieciątka Jezus fragment ten nie występuje, bo – być może – chodzi tu o słowa nie usłyszane przez Matkę Agnieszkę od Jezusa, a więc nie ujęte w zbiorze polskim. O wstręcie do pajaków świadczą słowa Matki Agnieszki: „Mówiła mi jeszcze, jaki gwałt musiała sobie zadawać, by omiatać z pajęczyn oficynę św. Aleksego sobie powierzoną (miała wielki wstręt do pajaków), i opowiadała mi inne szczegóły, świadczące o jej wierności we wszystkim i jak wiele wycierpiała, chociaż nikt się tego nie domyślał” (*Ostatnie słowa*, 13 lipca, w: *Pisma mniejsze*, przeł. karmelitanki bose, Kraków, Wydawnictwo Karmelitów Bosych, 2003, s. 502) [przyp. tłum.].

Oprócz tej fobii Teresa cierpi na zaburzenie podobne do neurozy obsesyjno-kompulsywnej: „[...] zostałam zaatakowana przez strasliwą chorobę skrupułów [...], nie potrafię powiedzieć, co wycierpiałam przez *półtora roku*...”¹⁵. Maria, jej starsza siostra, staje się wówczas jej „jedyną wyrocznią”¹⁶. Matka chrestna, pełna cierpliwości, we wszystkie noce słucha wyznań swej zalanej łzami siostrzyczki. Teresa staje się przez swoją „zbyt dużą wrażliwość [...] naprawdę nieznośna”¹⁷.

Teresa balansuje między depresją i pychą. Dopiero „łaska Bożego Narodzenia” w roku 1886 sprawia, iż poziom jej *poczucia własnej wartości* normalizuje się. Sama Teresa nazywa to „małym cudem”:

„Przez moją zbyt dużą wrażliwość byłam naprawdę nieznośna, i tak, jeśli zdarzyło mi się niechęć czy sprawić jakąś drobną przykrość osobie, którą kochałam, zamiast przejść nad tym do porządku i nie *plakać*, co zwiększało mój błąd zamiast go pomniejszać, rzewnie *plakałam* i kiedy już zaczynałam pocieszać się po samym uczynku, *plakałam dlatego, że przedtem plakałam*... Wszelkie odwoływanie się do rozsądku było bezużyteczne i nie udawało mi się poprawić z tej paskudnej wady”¹⁸.

W noc Bożego Narodzenia, po pasterce, jej najukochańszy tata komentuje to, że przeszkadza mu widok bu-

15. *Rkp.* A 39r, s. 93.

16. *Rkp.* A 41r, s. 97.

17. *Rkp.* A 44v, s. 102.

18. *Rkp.* A 44v, s. 102-103.

cików Teresy zostawionych przy kominku: „A niech tam, na szczęście to już ostatni rok!...”¹⁹. Teresa usłyszała te słowa, które ją głęboko zraniły. Jej siostra Celina, znająca ją jako dziewczynkę nadwrażliwą, radzi jej, aby nie schodziła w poszukiwaniu prezentów w bucikach.

„Ale to nie była już ta sama Teresa, Jezus zmienił jej serce! Powściągając łzy, zeszłam szybko ze schodów i tłumiąc bicie serca, wzięłam moje buciki, postawiłam je przed Tatusiem i wyciągnęłam *radośnie* wszystkie przedmioty, z miną szczęśliwą jak królowa. Tata śmiał się, on także stał się na nowo radosny, a Celina myślała, że *śni!*... Na szczęście była to słodka rzeczywistość, Tereska odnalazła siłę duszy, którą straciła w wieku czterech lat i pół i już na zawsze miała ją zachować!.....”²⁰

W tym autobiograficznym tekście znajdujemy szczegóły, które ukazują współpracę Teresy z łaską udzieloną jej przez Jezusa. Przemiana, której Teresa doświadcza, nie jest automatyczna, jakby dokonana bez jej woli czy świadomości. Nie. Dla przyjęcia łaski musi dokonać wysiłku: *Powściągając łzy, zeszłam szybko ze schodów i tłumiąc bicie serca, wzięłam moje buciki...* Począwszy od tego momentu, wzrasta, między innymi, poziom jej *poczucia własnej wartości*. Przestaje postrzegać siebie jako wrażliwe dziecko. Następnie, wraz z faktem pokazania samej sobie, że może powstrzymać łzy i stłumić przyspieszone bicie serca, czuje się odważniejsza i zdolna do wielu rzeczy.

19. *Rkp. A 45r, s. 104.*

20. *Rkp. A 45r, s. 105.*

Kiedy spogląda na to, co się stało w noc bożonarodzeniową, wierna prawdzie podkreśla działanie łaski i znaczenie własnego wysiłku. W mocnych i żywych tonach opisuje łaskę zaoferowaną przez Jezusa oraz szybkie i aktywne przyjęcie jej przez nią samą.

„W tę noc, gdy stał się *ślabym* i cierpiący z miłości do mnie, uczynił mnie *silnym* i odważnym, przyodział mnie swoją zbroją i od tej błogosławionej nocy nie zostałam pokonana w żadnej walce, lecz wprost przeciwnie, przechodziłam od zwycięstwa do zwycięstwa i rozpoczęłam, że tak powiem, „bieg olbrzymia!...”²¹

Uczucia pewności i zaufania do siebie samej, które bardzo wyraźnie brzmią w ostatnich zdaniach, są jak najbardziej zgodne z *poczuciem własnej wartości*. Nie zapominając, że to Jezus uczynił ją *silnym* i *odważnym*, Teresa czuje się wyposażona w środki potrzebne do przechodzenia *od zwycięstwa do zwycięstwa*. Teresa unika nadmiaru „miłości własnej” i – ukazując autentyczną pokorę – opisuje siebie przy pomocy pozytywnych obrazów. Uważa się za małą i jednocześnie zdolną do wielkich czynów. Pisze o sobie samej:

„Ja uważam siebie za *ślabego ptaszka* pokrytego jedynie lekkim puchem, nie jestem *orłem*, mam po prostu jego *OCZY* i *SERCE*, gdyż pomimo mojej bezgranicznej małości ośmielam się patrzeć na Boskie Słońce, Słońce Miłości i moje serce odczuwa w sobie wszystkie pragnienia *Orła*...”²²

21. *Rkp. A 44v*, s.104.

22. *Rkp. M 4v*, s. 268.

Metafory, których używa w tym autoportrecie, ukazują jej wewnętrzną refleksję nad samą sobą. Nauczyła się dobrze mówić o sobie samej, w stylu Jezusa:

„Ja jestem światłością świata” (J 8,12).

„Ja jestem drogą” (J 14,6).

„Ja jestem bramą owiec” (J 10,7).

„Ja jestem dobrym pasterzem” (J 10,11).

„Jam jest chleb życia” (J 6,48).

„Ja jestem życiem” (J 14,6).

„Ja jestem prawdą” (J 14,6).

„Jestem cichy i pokorny sercem” (Mt 11,29).

Zauważmy, że Jezus, mówiąc dobrze o sobie samym, odnosi się do poziomu *tożsamości*. Z tego powodu używa czasownika *być*. W ten sposób nawiązuje do tego, czym On *jest* w swej własnej istocie.

Podobnie czynią święci, bo kiedy chodzi o *zachowania*, mówią nawet źle o sobie samych. Na przykład Jan od Krzyża zaleca swym uczniom „upokarzać się w słowach i pragnąć, by inni z nami to czynili”²³. Jednakże kiedy należy wspomnieć o własnej *tożsamości*, sprawy zmieniają się radykalnie, a wtedy sam Święty spieszy ze stwierdzeniem, że dusza jest „najpiękniejszym i najdoskonalszym obrazem Boga”²⁴.

„Bo chociaż jest prawdą, że nawet dusza nieuporządkowana pozostaje co do swego bytu natural-

23. Św. Jan od Krzyża, *Droga na Górę Karmel*, Księga I, 13.9, w: Św. Jan od Krzyża, *Dzieła*, przeł. B. Smyrak, Kraków, Wydawnictwo Karmelitów Bosych, 2004, cz. 1, s. 157.

24. Tamże, I, 9.1, s. 139.

nego tak doskonałą, jak ją Bóg stworzył, to jednak jako istota rozumna jest wtedy zeszepecona, odróżająca, brudna i zaciemniona [...]”²⁵

„Jedna tylko myśl człowieka ma większą wartość niż cały świat, dlatego Bóg tylko jest jej godzien”²⁶

Zgodnie z tym, co Mistyk sugeruje w tych zdaniach, kiedy ktoś mówi o swej własnej *tożsamości*, czyni odniesienie, bezpośrednio bądź nie, do Boga dającego *istnienie* wszystkim stworzeniom ludzkim, co w konsekwencji powoduje, że nie ma niebezpieczeństwa próżności, dumy, pychy, ani niczego, co byłoby do niej podobne.

Teresa, z właściwą sobie błyskotliwością, bardzo dobrze pojmuje horyzont otwarty przez poczucie własnej wartości. Na początku swego pierwszego rękopisu autobiograficznego, znajdując się na poziomie *tożsamości* lub *bycia*, mówi o sobie samej w słowach pozytywnych, a zarazem pokornych, odpowiadających poczuciu własnej wartości:

„[Jezus] Chciał stworzyć wielkich świętych, których można porównać do Lili i do róż, ale stworzył również mniejszych i tych, którzy muszą się zadowolić tym, że są stokrotkami i fiołkami przeznaczonymi na to, żeby radować oczy Dobrego Boga, kiedy spuszcza wzrok na swoje stopy. Doskonałość polega na pełnieniu Jego woli, na byciu tym, czym On chce, żebyśmy byli...”²⁷

25. Tamże, I, 9.3, s. 140.

26. Św. Jan od Krzyża, *Słowa światła i miłości*, „Sentencje”, 34, w: Św. Jan od Krzyża, *Dzieła*, cz. 2, dz. cyt., s. 457.

27. *Rkp. A 2v*, s. 30-31.

Ostatnie zdanie tego tekstu daje nam okazję opracowania definicji *poczucia własnej wartości* w najgłębszej formie: jest to *bycie tym, czym Bóg chce, żebyśmy byli*.

Czym chce Bóg, żebyśmy byli? On chce naszego rozwoju na poziomie tożsamości. W naszej głębi osobowej, oprócz innych aspektów naszej istoty, jesteśmy przede wszystkim dwoistością w rozumieniu:

- osób,
- Dzieci Bożych.

Droga, którą Bóg chce, abyśmy szli, by dojść do *bycia tym, czym On chce byśmy byli*, jest ścieżką radykalnej miłości do Niego – zgodnie z wymaganiami pierwszego przykazania. Teresa przebyła tę drogę i osiągnęła pełne *poczucie własnej wartości* – jako osoba i jako Dziecko Boże oraz cieszyła się owocami realizacji pierwszego przykazania. Owoce te opisał Święty Jan od Krzyża, wielki mistrz duchowości Teresy:

„[...] Bóg pragnie jedynie miłości [...] wszystkie nasze czyny i trudy, choćby były możliwie największe, niczym są przed Bogiem. Nie możemy bowiem nic złożyć przez nie Bogu ani wypełnić Jego jedyne pragnienia, którym jest wywyższenie duszy. Dla siebie bowiem Bóg nic z tego nie pragnie, gdyż niczego nie potrzebuje. A jeśli czegoś pragnie, to jedynie tego, co wywyższa duszę. Ponieważ nie ma innej rzeczy, w której mógłby ją bardziej wywyższyć jak zrównanie jej ze sobą, zatem tego jedynie żąda, żeby Go miłowała. *Właściwością bowiem miłości jest zrównanie miłujących się*”²⁸

28. Św. Jan od Krzyża, *Pieśń duchowa* 28,1, w: Św. Jan od Krzyża, *Dzieła*, cz. 2, dz. cyt., s. 199-200.

Zapał wydaje się zmniejszać wobec ciężaru miłości Bożej. *To, co On chce, abyśmy byli* jest jasne: *wywyższyć osobę zrównując ją ze Sobą*. Z tego też powodu prosi każdą istotę ludzką, aby Go kochała z radykalizmem pierwszego przykazania: *właściwością bowiem miłości jest zrównanie miłujących się*.

Teresa osiąga swój rozwój ludzki poprzez praktykę miłości Boga. Przez to samo daje się Bogu wyprowadzać ze swej niedojrzałości psychicznej, właśnie dlatego, że Go kocha całą sobą. W Jezusie kocha Go „do szaleństwa”²⁹. Pisze: „Tak bardzo chciałabym Go kochać!... Kochać tak, jak nigdy jeszcze nie był kochany!”³⁰.

W ten sposób dochodzi się do najwyższych poziomów poczucia własnej wartości. Kochając Boga, Teresa stara się dla siebie samej o największe Dobro, jakim jest sam Bóg. W rezultacie Bóg ją wywyższa „zrównując ze Sobą”.

Wobec wspaniałej perspektywy, jaką miłość Boga otwiera wobec jej spojrzenia jako ludzkiego stworzenia, możliwa jest ponowna weryfikacja definicji *poczucia własnej wartości*. Tę postawę staranności, szacunku, stawiania na siebie, rozwoju i pędu własnego „ja” ku pełni, można podsumować następująco:

„Poczucie własnej wartości polega na chceniu dla siebie samego wszelkiego dobra, które – w świecie i w Sobie samym – oferuje Bóg każdemu, aby doszedł do *bycia tym, czym On chce, aby on był*”³¹

29. *Rkp. A 82v*, s. 177.

30. Św. Teresa od Dzieciątka Jezus, „List 74. Do siostry Marii od Najświętszego Serca” (6 stycznia 1889), w: Tejże, *Listy*, przeł. I. Koperka, Kraków, Wydawnictwo Karmelitów Bosych, 2004, s. 124.

31. Wyjaśniam obszernie i szczegółowo tę koncepcję *poczucia własnej wartości* w: L.J. González, *Autoestima*, Buenos Aires, Lumen, 1999.

Teresa oddaje się projektowi dochodzenia do bycia tym, czym Bóg chce, aby ona była. W ten sposób wychodzi ona z przepaści niedojrzałości ku wyżynom stałego i niekończącego się rozwoju³².

32. Zajmują się tym procesem: K. Feng, *Avec sainte Thérèse, grandir, devenir adulte*, Médiaspaul, Paris 1999. P.J. Thomas-Lamotte, *Guérir avec Thérèse*, Pierre Téqui, éditeur, Paris 2001. Frère Daniel-Ange, *Les blessures que guérit l'amour*, Penumathèque, Paris 1998.