

# Rola duchowości w życiu człowieka<sup>1</sup>

O niezastąpionej roli duchowości w życiu człowieka,  
o duchowości prawdziwej i jej namiastkach

[ks. Marek Dziewiecki](#)

## 1. Jaki dobrobyt?

Gdy chcemy zrozumieć jakiegoś człowieka, jego stopień dojrzałości i jego sytuację egzystencjalną, to warto przyjrzeć się głównym celom i aspiracjom, do jakich zmierza. W społeczeństwie polskim końca XX-tego wieku dominuje człowiek, który tęskni za dobrobytem. Słowo "dobrobyt" stało się obecnie bardzo popularne. Niemal każdy polityk obiecuje wyborcom głównie dobrobyt: pracę, mieszkania, pieniądze. O tęsknotach za dobrobytem mówią często dorośli, młodzież a nawet dzieci. Państwa, które doszły już do dobrobytu, stają się dla wielu ludzi w Polsce wzorcem i ideałem, przedmiotem porównań oraz tęsknot.

W rozmowach i marzeniach o dobrobycie mało jednak kto precyzuje **o jaki dobrobyt chodzi**. Gdy już takie pytanie padnie, to okazuje się, że **chodzi głównie, a czasem jedynie o dobrobyt materialny**: o to, by mieć więcej pieniędzy, by mieszkać w lepszym domu, by jeździć lepszym samochodem, by nosić lepszą odzież. **Jednocześnie zanika tęsknota za dobrobytem duchowym**: by być lepszym i głębszym człowiekiem, by bardziej kochać i być kochanym, by lepiej żyć, a nie tylko by więcej mieć. W ten sposób zmierzamy do sytuacji, w której także w Polsce człowiek będzie **coraz bogatszy materialnie i coraz biedniejszy duchowo**. Jest to niezwykle groźna sytuacja, gdyż **im człowiek jest biedniejszy duchowo, tym mniej umie posługiwać się dobrobytem materialnym**. Innymi słowy posiadanie pieniędzy przez ludzi ubogich duchowo jest bardzo groźne dla nich samych. Doświadczenie pokazuje, iż nie potrafią oni korzystać z posiadanych środków materialnych tak, aby się rozwijać, aby bardziej kochać i odważniej szukać prawdy. Przeciwnie, im są bogatsi materialnie, tym bardziej stają się egoistyczni i powierzchowni, tym bardziej ubożeją duchowo. Okazuje się, że dla ludzi biednych duchowo dobrobyt materialny nie jest szansą rozwoju lecz raczej drogą do niszczenia siebie.

Tak wyraźnie można zaobserwować to zjawisko na Zachodzie Europy, gdzie już od kilkudziesięciu lat większość ludzi żyje w dobrobycie materialnym, któremu towarzyszy coraz większe ubóstwo psychiczne i duchowe. Konsekwencją jest coraz więcej samobójców, osób chorych psychicznie, narkomanów, brutalnych przestępców,

---

<sup>1</sup> [Źródło](#)

rozbitych rodzin, nieszczęśliwych dzieci. Po raz kolejny potwierdza się prawidłowość obserwowana od tysiącleci: poszczególne osoby i całe cywilizacje rozpadają się i niszczą, jeśli ubożeją duchowo. Gdy ubóstwu duchowemu towarzyszy bogactwo materialne, to rozpad dokonuje się jeszcze szybciej i okazuje się jeszcze bardziej nieuchronny. Człowiek żyjący w dobrobycie materialnym łatwiej bowiem może się łudzić, że samo posiadanie pieniędzy wystarczy mu, by być szczęśliwym. **Nie ma dla człowieka groźniejszej sytuacji jak tęsknota za dobrobytem materialnym, nie połączona z jednoczesną tęsknotą za bogactwem duchowym.** Aby zrozumieć dlaczego tak się dzieje, trzeba określić czym jest duchowość i jaką rolę pełni ona w życiu człowieka i społeczeństwa.

## **2. Dlaczego duchowość jest tak ważna?**

Często uczestniczę w różnych spotkaniach, zjazdach i dyskusjach poświęconych duchowości. Nigdy dotąd nie miałem jednak szczęścia usłyszeć precyzyjnej definicji duchowości. Spróbujmy więc ustalić, czym jest duchowość a co jest jedynie jej namiastką czy iluzją duchowości.

Duchowość to ta sfera, w której człowiek stawia sobie pytanie o to, kim jest i po co żyje. Duchowość jest zatem zdolnością do odkrycia i zrozumienia tajemnicy człowieka i sensu jego życia. Dzięki temu duchowość może stać się **centralnym systemem zarządzania życiem**. Dopóki dana osoba nie rozwinie sfery duchowej, dopóty nie może zająć dojrzałej postawy wobec siebie, wobec świata i życia. Nie można przecież zająć dojrzałej postawy wobec rzeczywistości, nad którą dany człowiek nie zastanawia się i której się nie rozumie. Ponadto duchowość okazuje się czymś **niezastąpionym**, gdyż człowiek nie może zrozumieć samego siebie z jakiegokolwiek innej perspektywy niż perspektywa duchowa.

Jeśli np. ktoś kontaktuje się z samym sobą jedynie poprzez ciało, to ono nie może mu wyjaśnić tajemnicy człowieka, gdyż ciało nie wie, kim jest człowiek i po co on żyje. Ciało odczuwa jedynie własne potrzeby i popędy. Pozostawione samemu sobie ciało staje się rodzajem nowotworu, który podporządkowuje sobie całego człowieka i żyje jego kosztem. Człowiek jedynie cielesny nie może więc zrozumieć samego siebie i nie może odpowiedzialnie kierować swoim życiem. U człowieka cielesnego zarządzanie życiem dokonuje się w oparciu o jedną tylko część jego rzeczywistości. Człowiek cielesny to człowiek podlegający dyktaturze ciała.

Podobnie człowiek nie może zrozumieć samego siebie jeśli kontaktuje się jedynie z własną psychiką, a więc z własnymi strategiami myślenia czy własnymi sposobami przeżywania emocjonalnego. Umysł ludzki posiada zdolność myślenia ale nie jest źródłem wiedzy o tajemnicy człowieka. Umysł może tę tajemnicę odkryć ale nie może

jej własną mocą ustalić czy wymyślić. Pozostawiony własnej spontaniczności umysł ludzki nie szuka prawdy lecz wygodnych dla danego człowieka półprawd a nawet iluzji. Człowiek, dla którego jego własne myślenie jest najwyższym i jedynym autorytetem, kieruje się tzw. logiką prywatną po to, by nie odkryć całej o prawdy o swoim życiu, zwłaszcza tej trudnej i stawiającej jasne wymagania. Ale kierując się jedynie subiektywnym myśleniem człowiek wyrządza sobie zwykle wielką krzywdę, oszukuje samego siebie i pozbawia się szansy na rozwój. System subiektywnych iluzji i zaprzeczeń u alkoholika czy narkomana jest tu przykładem bardzo czytelnym ale wcale nie jedynym czy najbardziej dramatycznym.

Także z perspektywy emocji człowiek nie może odkryć kim jest i po co żyje. Człowiek jedynie emocjonalny nie wie, jaką postawę powinien on zająć wobec własnej rzeczywistości, a nawet wobec samych emocji. Emocje pozostawione własnej spontaniczności kierują się własną logiką: szukają jedynie dobrego samopoczucia. Natychmiast i za wszelką cenę. Nawet za cenę niszczenia człowieka, którego są częścią. Wszelkie uzależnienia od osób, rzeczy czy substancji chemicznych są bezpośrednią konsekwencją dyktatury emocji, na którą skazuje się człowiek jedynie emocjonalny.

Niezwykłością sfery duchowej jest fakt, że w tej sferze i tylko w tej sferze człowiek może **zapytać się** o własną tajemnicę nie z perspektywy cząstkowej (cielesnej czy psychicznej) lecz **z perspektywy całego człowieka**. I tylko w tej sferze może **znaleźć ostateczną odpowiedź**, która stanie się podstawą zajęcia dojrzałej postawy wobec życia. **Duchowość zaczyna się zatem dopiero wtedy, gdy człowiek wznosi się ponad swoje ciało i ponad swoją psychikę, aby postawić sobie pytanie o całą swoją rzeczywistość: o to, kim jest i po co żyje, o to, jaki sens ma jego ciało, jego myślenie i jego emocje i on sam.**

Na szczęście nawet w naszych czasach większość ludzi stawia sobie przynajmniej czasami tego typu pytania. Nie gwarantują one jednak automatycznie odnajdywania prawdziwych odpowiedzi i rozwoju sfery duchowej. Jest możliwe, że ktoś nazywa duchowością coś, co w rzeczywistości duchowością nie jest. Dla przykładu różnego rodzaju wzruszenia artystyczne, odczucia estetyczne, zachwyty nad przyrodą, ogólne medytacje i ćwiczenia na skupienie (np. yoga) - to wszystko stanowi jedynie różne sposoby rozwijania wrażliwości psychicznej i ćwiczenia koncentracji. Nie musi to być jednak powiązane z rozwojem duchowym. Istnieje zatem **groźba zastąpienia duchowości jej namiastką czy iluzją**. Zagrożeniu temu ulega obecnie zwłaszcza wielu młodych ludzi. Tęsknią oni za światem duchowym ale z różnych względów zatrzymują się w połowie drogi i rozwijają jedynie to, co stanowi namiastkę duchowości a czasem jedynie jej karykaturę. Przykładem niebezpiecznej namiastki duchowości czy jej karykatury są pewne sekty i subkultury młodzieżowe. W jakimś stopniu takiemu ryzyku

podlegają nawet pewne grupy i ruchy w Kościele, o ile dominują w nich aspekty emocjonalne i zjawiska drugorzędne dla dojrzałej duchowości i religijności.

Ostatnio miałem kilka spotkań z ludźmi, którzy opowiadali mi, że zachwycili się buddyzmem i z tego względu odeszli od Kościoła. Zadałem im podstawowe pytanie: co was tak zachwyciło w buddyzmie? Wszyscy odpowiadali podobnie: zachwyciła nas duchowość buddyjska, która kieruje się zasadą: nie zadawaj nikomu cierpienia: ani ludziom, ani zwierzętom, ani przyrodzie. Jakże zaszokowani byli ci ludzie, gdy pomogłem im odkryć naiwność tego systemu. Po pierwsze, jest utopią dążenie, by nie zadawać nikomu i niczemu cierpienia, bo na tej ziemi jest to niemożliwe. A każda utopia jest bardzo niebezpieczna. Wyjątkowo niebezpieczne są zwłaszcza piękne utopie: społeczne i moralne. Po drugie, buddyzm zakłada, że cierpienie jest największym nieszczęściem. Tymczasem cierpienie jest ogromnie cenną informacją, która pomaga człowiekowi odróżniać dobro od zła, prawdę od iluzji. Człowiek zwykle najbardziej dojrzewa duchowo i rozwija się właśnie przez cierpienie.

Po trzecie wreszcie, chrześcijaństwo proponuje znacznie większy ideał, niż nie zadawanie cierpienia. Uczy nas, by kochać, by przyjąć z miłością i przyjaźnią samych siebie i innych ludzi. A kochać to znacznie więcej niż powstrzymać się od zadawania cierpienia. Ponadto buddyzm jest systemem bardzo subiektywnym, gdyż nie uznaje istnienia osobowego Boga. Bóstwem nazywa cząstkę dobra, którą odkrywa w sobie dany człowiek. Ale każdy robi to według swoich subiektywnych odczuć i kryteriów. W praktyce okazuje się, że w tej sytuacji ideałem staje się nirwana: zobojętnienie na siebie i na świat, rozplątanie się w kosmicznej nieokreśloności, by przestać być wrażliwym na cierpienie, którego nie sposób uniknąć na tej ziemi.

Buddyści z zasady unikają tego, co stanowi samą istotę duchowości, gdyż unikają pytań o tajemnicę człowieka, o obiektywne prawdy i zasady moralne. Uważają je nawet za niebezpieczne filozofowanie. W tym sensie system ten pośrednio zabrania szukania prawdy i odkrywania własnej tajemnicy. Duchowość jest więc tutaj zastąpiona utopijną zasadą unikania cierpienia a także emocjonalnym wzruszeniem.

Gdy brak jest duchowości lub gdy dany człowiek rozwija jedynie jej namiastkę, to z definicji nie może on zająć dojrzałej postawy wobec własnego życia. A postawa błędna będzie prowadzić do bolesnych emocji, do kryzysu życia, do różnego rodzaju zniewoleń i uzależnień. **nie ma więc wolności bez duchowości**, gdyż człowiek nie może odpowiedzialnie kierować sobą i swoim życiem dopóki nie wie, kim jest i po co żyje. Człowiek bez duchowości to człowiek z definicji uzależniony od jednej ze swoich sfer cząstkowych albo od nacisków płynących ze środowiska zewnętrznego. To człowiek, który żyje jak małe dziecko, czyli nieświadomie i jedynie w oparciu o bodźce, które oddziałują na niego w danym momencie.

W praktyce oznacza to, że człowiek, który nie rozwinął sfery duchowej, uzależnia się od swego ciała (np. obżarstwo, lenistwo, uzależnienie od popędu), od subiektywnego myślenia (różne postaci iluzji i zaprzeczania prawdy o własnym życiu), od emocji (ucieczka od emocji za wszelką cenę lub bierne uleganie emocjom, kierowanie się tym, co przyjemne emocjonalnie a nie tym, co wartościowe), od nacisków środowiska (robię to, co większość, bo sam nie wiem, kim jestem i po co żyję), od określonych osób (uleganie innym lub posługiwanie się nimi w zależności od potrzeb i stanów emocjonalnych) czy od określonych rzeczy (pieniądze, władza). Człowiek pozbawiony sfery duchowej jest w jakimś stopniu uzależniony od wszystkich tych czynników jednocześnie, chociaż zwykle jakaś forma uzależnienia okazuje się dominująca i łatwo zauważalna z zewnątrz.

Wszystkie te formy uzależnienia to ostatecznie wynik dramatycznego **zawężenia pragnień**, typowego dla człowieka pozbawionego duchowości. Są ludzie, dla których jedynym pragnieniem jest już tylko np. posiadanie pieniędzy, alkohol, seks, narkotyk. W takiej sytuacji człowiek staje się niewolnikiem tych nielicznych pragnień, które mu jeszcze pozostały. Dzieje się tak dlatego, że te zawężone pragnienia okazują się niezwykle silne, niemal obsesyjne, gdyż pochłaniają całą energię życiową człowieka i nie mają konkurencji. Wydają się jedyną drogą do szczęścia.

W naszym społeczeństwie nastąpiło niemal programowe zawężenie ludzkich pragnień i aspiracji do koncentracji na ciele i na dobrym samopoczuciu emocjonalnym za każdą cenę. Środki przekazu, czasopisma dla dzieci i młodzieży, reklamy, dominująca mentalność i moda promują styl życia, który wyłącza duchowość a przez to zawęża ludzkie pragnienia do sfery cielesnej i emocjonalnej, co prowadzi do różnego rodzaju uzależnień. Dominuje obecnie człowiek ciała i emocji kosztem człowieka ducha.

Tymczasem tylko w sferze duchowej człowiek może zająć świadomą i dojrzałą postawę wobec całej swojej rzeczywistości, gdyż tylko w tej sferze może odkryć i zrozumieć własną tajemnicę. Tylko człowiek duchowy ma więc szansę, by dojrzałe pokierować swoim życiem. Przyjrzyjmy się pokrótce na czym polega tego typu dojrzała postawa wobec siebie i życia.

Postawa ta wymaga, po pierwsze, dojrzałego odniesienia się do własnej rzeczywistości cielesnej. Oznacza to, że człowiek nie utożsamia się jedynie z własnym ciałem i nie ulega dyktaturze ciała, a więc dyktaturze instynktów, popędów czy cielesnych jedynie potrzeb. Przeciwnie, człowiek duchowy jest zdolny do dyscypliny wewnętrznej oraz uczy się takiego kierowania swym ciałem, by wyrażało ono miłość, odpowiedzialność, pracowitość, wytrwałość, służbę na rzecz bliźniego, zaangażowanie się na rzecz dobra i prawdy.

Po drugie, rozwój duchowy umożliwia zajęcie dojrzałej postawy wobec własnych emocji. W tej dziedzinie grożą dwie skrajności. Z jednej strony grozi unikanie kontaktu z emocjami a z drugiej uleganie dyktaturze emocji. Dojrzałość w tej dziedzinie polega na tym, że emocje informują daną osobę o jej sytuacji wewnętrznej czy zewnętrznej ale nią nie rządzą. Decyzje należy podejmować w oparciu o miłość, prawdę i odpowiedzialność a nie w oparciu o stany emocjonalne. Ponadto dojrzałość polega na uświadomieniu sobie, że celem życia jest postępowanie zgodne z wymaganiami prawdy i miłości a nie szukanie dobrego samopoczucia emocjonalnego za wszelką cenę. Złe samopoczucie nie jest nieszczęściem lecz ceną, chociaż bolesną informacją. A dobre samopoczucie nie jest osiągalne wprost, gdyż jest ono **konsekwencją szlachetnego życia**.

Rozwój duchowy umożliwia także odpowiedzialne posługiwanie się własnym myśleniem. Istnieje bowiem ścisły związek między jakością myślenia a jakością postępowania i życia. Zagrożenie w tej dziedzinie płynie z faktu, że człowiek jest w stanie manipulować myśleniem. Potrafi tak dobierać argumenty i tak selekcjonować informacje, by przekonać innych a nawet samego siebie o tym, o czym chce być przekonany. Także wtedy, gdy przeczą temu oczywiste fakty. Przykładem błędnego myślenia może być przekonanie ludzi młodych, że sięgają oni po alkohol nie ze słabości lecz dla potwierdzenia własnej dojrzałości czy niezależności. Odpowiedzialność w dziedzinie myślenia polega na odwadze i wolności szukania i uznawania prawdy obiektywnej. Także wtedy, gdy okazuje się ona dla kogoś bolesna, wymagająca, trudna. Chodzi więc o to, by mieć rację w życiu a nie tylko w myśleniu. Dojrzałość w tej dziedzinie oznacza ostatecznie wolność od dyktatury subiektywnego myślenia oraz zdolność szukania prawdy, która wyzwala.

Zajęcie tego typu postawy wobec całej swej rzeczywistości jest **owocem dojrzałości duchowej**. Duchowość zaczyna się od postawienia sobie pytania o własną tajemnicę. Rozwijają się zaś i stają się coraz bardziej dojrzałą duchowością na tyle, na ile dany człowiek dociera do **pogłębionej i prawdziwej odpowiedzi** na pytanie o tajemnicę swego istnienia i o sens życia. Nie wystarczą tu odpowiedzi pogłębione. Muszą to być także odpowiedzi prawdziwe. Duchowość jest możliwa nie tylko dzięki temu, że człowiek potrafi być świadomy samego siebie ale także dzięki temu, że prawda o człowieku i o sensie jego życia jest obiektywnym faktem, który człowiek jest w stanie odkryć. Dojrzała duchowość oznacza, że człowiek nie wymyśla jakiegось "wizji" samego siebie lecz odkrywa obiektywną prawdę o sobie: o tym, co go rozwija i o tym, co mu zagraża i uniemożliwia rozwój.

Dzięki temu dojrzała sfera duchowa - i tylko ona - może stać się **centralnym i prawomocnym systemem kierowania życiem**.

Jednak **sama duchowość nie wystarczy!** Dany człowiek może mieć przecież precyzyjną świadomość tego, kim jest i po co żyje a mimo to może nie mieć siły i motywacji, by żyć w zgodzie z samym sobą i z własnymi aspiracjami czy ideałami. **duchowość jest odkryciem teorii odpowiedzialnego życia.** Ale nawet najprawdziwsza teoria życia nie wystarczy, jeśli dany człowiek nie posiada **siły**, która umożliwi mu wierną realizację przyjętych zasad czy odkrytego powołania.

### **3. Religijność jako ostateczne wypełnienie duchowości**

Zajęcie dojrzałej postawy wobec samego siebie i całej rzeczywistości w oparciu o rozwój duchowy jest warunkiem koniecznym ale nie wystarczającym, by odpowiedzialnie pokierować własnym życiem pośród różnych trudności wewnętrznych i zewnętrznych. Jakże symptomatyczne jest w tym względzie pytanie, które postawił mi 16-letni uczeń szkoły średniej: "Proszę księdza, dlaczego mam nie pić alkoholu? Ja chcę być szczęśliwy i wiem, że pijąc w moim wieku, już za rok mogę być alkoholikiem. Ale dlaczego miałbym sobie nie szkodzić, skoro rodzice się mną nie interesują i skoro mnie samemu nie zależy już na moim zdrowiu i życiu?" Temu chłopcu i ludziom w podobnej sytuacji można skutecznie pomóc w zajęciu dojrzałej postawy wobec życia jedynie poprzez wprowadzenie ich w sferę religijności, a więc w świat nieodwołalnej miłości i całej prawdy. Boże objawienie pozwala człowiekowi upewnić się co do swej natury i co do ostatecznego powołania a więź z Bogiem daje siłę, aby nie ustać w drodze.

I tu wkraczamy w tajemnicę istoty religijności. Duchowość umożliwia **odkrycie** odpowiedzialnego stylu życia zgodnie z naturą człowieka i jego najgłębszymi aspiracjami. Religijność umożliwia **zrealizowanie** takiego stylu życia w praktyce, pod warunkiem jednak, że jest to religijność dojrzała. Religijność niedojrzała zastępuje życie, stanowi jakąś formę ucieczki od życia, podczas gdy religijność dojrzała uczy życia, gdyż umożliwia odkrycie prawdy i dorastanie do miłości.

Nie jest jednak możliwe zbudowanie dojrzałej religijności bez pogłębionego życia duchowego. Człowiek jedynie cielesny czy emocjonalny, człowiek prymitywny duchowo, nie jest bowiem zdolny, by zbudować osobistą więź przyjaźni z Bogiem. Świadome i odpowiedzialne pokierowanie własnym życiem wymaga zatroszczenia się o pogłębiony rozwój duchowy. Rozwój ten nie jest bowiem procesem spontanicznym. Potrzeby duchowe nie są tak krzykliwe i tak wyraźnie odczuwane przez człowieka jak potrzeby cielesne czy emocjonalne. Dziecko zwykle łatwiej poprosi rodziców o coś do zjedzenia niż o coś do przemyślenia. W naszych czasach tak wiele ludzi wręcz boi się stawiania sobie pytania o to, kim są i po co żyją.

Troska o dobrobyt duchowy i o rozwój duchowości powinna zatem stanowić podstawowe zadanie poszczególnych osób, rodzin, instytucji wychowawczych i całych

społeczeństw. **nie ma przecież przyszłości bez duchowości.** Formy pomocy w rozwoju duchowym mogą być bardzo różne, gdyż na wiele sposobów można pomagać człowiekowi, by odkrywał on kim jest i po co żyje a także by poszerzał swoje horyzonty ideałów i aspiracji. Dobrą pomocą będzie np. uczenie dojrzałego i uczciwego myślenia o własnym życiu, pomaganie w osiągnięciu wewnętrznej ciszy, ukazywanie podstawowych pytań o sens życia, o hierarchię wartości, o zasady postępowania, uczenie odróżniania dobra od zła, prawdy od kłamstwa, demaskowanie wypaczonych wizji człowieka a także takich stylów życia, które okazują się drogą do cierpienia i krzywdy, do niszczenia siebie i innych. Szczęśliwi są ci ludzie oraz te rodziny i społeczeństwa, które najpierw szukają dobrobytu duchowego, gdyż wszystko inne będzie im dodane.

### **BIBLIOGRAFIA**

Dziewiecki M., *Rozwój duchowy jako warunek trwałej trzeźwości w sytuacji choroby alkoholowej*, w: *Postępy Psychiatrii i Neurologii*, 3 (1992), s. 177-190

Dziewiecki M., *Trzeba bardziej słuchać Boga niż ludzi*, w: *Rekolekcje Adwentowe*, Radom 1995, s. 55-60

Gevaert J., *Il problema dell'uomo*, Leumann, Torino 1984

Pezzoli C., *Nuova ipotesi educativa*, Milano 1997

Źródło: Ks. M. Dziewiecki, *W poszukiwaniu dojrzałości duchowej*, w: W. Przyczyna (red.), *Trzymajcie się mocno słowa życia. Rekolekcje dla młodzieży*, Wydawnictwo 'Poligrafia Salezjańska', Kraków 1999, s. 145-153