

Od Autora

*Czemu rozpaczasz, duszo moja,
I czemu drżysz we mnie?
Ufaj Bogu, gdyż jeszcze słać go będę.
On jest zbawieniem moim i Bogiem moim!*
(Ps 42,12)

Dlaczego mnie odrzuciłeś? Dlaczego mam chodzić smutny?
(Ps 43,2)

Psałterz to księga modlitw ludu Bożego. To również księga, w której wyrażone są wszystkie emocje, jakie może odczuwać człowiek – od najbardziej bolesnych po najwznioślejsze, najradośniejsze.

„Czemu rozpaczasz, duszo moja, i czemu drżysz we mnie?”. Słowa takie jak te ukazują, w jaki sposób psalmiści podchodzą do bolesnych emocji. Nie lekceważą, ani nie tłumią swoich uczuć, ale i nie koncentrują się wyłącznie na nich. Uczucia same w sobie nie stanowią bowiem najwyższej wartości. Tą najwyższą wartością jest dla psalmistów społeczność z Bogiem, bliska więź z Nim, odczuwanie Jego bliskości, „ogłądanie” Go i uwielbianie, zrodzone z zachwyty, gdyż ujrzeli „skrawek szaty” świętego Pana Chwały.

Psalmiści nie ignorują swoich emocji, bo oznaczałoby to lekceważenie rzeczywistości, w której przyszło im żyć. Wsłuchują się w te emocje, starają się je zrozumieć i dociec ich przyczyn oraz wyrazić je szczerze przed Bogiem, ponieważ emocje są głosem duszy, wołaniem serca. Nasze serce to „źródło życia”, a zarazem centrum zepsucia natury ludzkiej, przyczyna naszych problemów (Prz 4,23; Jr 17,9). Nasza dusza potrzebuje przede wszystkim zbawienia, Bożego panowania w naszym wnętrzu, a więc również tego, by przewyciężył On nasze trudne emocje. Psalmiści ilustrują zarówno szczerze zmagania z emocjami, jak i zwycięstwo Boga w życiu tych, którzy do Niego wołają.

Psałterz był moją ulubioną lekturą od dawna, ale dopiero przeżycia ostatnich kilku lat sprawiły, że w sposób szczególny zaczął przemawiać do mnie i mojej żony, nabierając osobistego, głębszego i praktycznego znaczenia. Psalmiści stały się dla nas nie tylko księgą objawienia o Bogu i Jego obietnicach, zbiorem modlitw i opisem przeżyć Dawida, Asafa czy innych osób, ale także słowami naszych osobistych modlitw, głosem, a czasami nawet krzykiem naszych dusz, współbrzmującym z głosem psalmistów. W opisywanych przez nich przeżyciach, cierpieniach i emocjach zaczęliśmy wyraźniej dostrzegać nasze własne. Mogliśmy się utożsamiać z modlitwami psalmistów, modlić ich sło-

wami. Gdy brakło nam słów, psalmy stawały się ich źródłem; gdy brakowało nam sił, by wyrazić siebie przed Bogiem, gdy czuliśmy chaos emocji i myśli, odkrywaliśmy, że słowa psalmistów potrafią prowadzić nas we właściwym kierunku – do Boga. A najważniejsze z pewnością jest to, czego doświadczają wszyscy czytelnicy Psałterza, mianowicie że modlitwa słowami psalmów może być żywym duchowym spotkaniem z Bogiem: Zbawcą, Ojcem, Pasterzem oraz Lekarzem. Modlitwa słowami psalmów jest osobistym, uzdrawiającym, wybawiającym przebywaniem ze Zbawicielem i Panem duszy człowieka.

Psalmy stały się dla nas miejscem terapii w najgłębszym tego słowa znaczeniu. Pomogły przejść przez utrapienia, ból i mrok duszy, dały odczuć Bożą obecność. Obecność Boga, który przez Słowo przemawia w psalmach, pozwala doświadczać Jego przemieniającego wpływu na nasze życie. Dzięki temu możemy lepiej Go poznawać, czcić i kochać.

Doświadczenie bolesnych emocji i uzdrawiającego wpływu psalmów wzbudziło we mnie jeszcze większe zainteresowanie ich treścią, przesłaniem oraz rolą, jaką mogą odegrać w osobistym życiu człowieka. W rezultacie zrodziło się również pytanie o znaczenie i zastosowanie psalmów lamentacyjnych w duszpasterstwie, a także o ich wpływ na przeżywanie takich emocji jak gniew, strach, wina, wstyd czy rozpacz.

Psalmy mogą nam dzisiaj pomóc nie tylko w obliczu problemów emocjonalnych. Dzięki nim możemy nauczyć się przechodzić przez trudne doświadczenia, odczuwając moc Boga i Jego istotę, zgodnie z tym, co sam obiecał: „I wzywaj mnie w dniu niedoli, wybawię cię, a ty mnie uwielbisz!” (Ps 50,15).

Psalmy lamentacyjne są „instrumentem” Ducha Świętego, pomagają wyrazić emocje przed Bogiem oraz doświadczyć Bożego zwycięstwa nad nimi. Ostatecznie prowadzą do nowego, głębszego poznania Boga i uwielbienia Go. Chcąc być „współpracownikiem” Boga w służbie wśród osób, które przeżywają utrapienia, duszpasterz powinien im towarzyszyć, zachęcać je, karmić Słowem Bożym. W tym celu może wykorzystać zwłaszcza

cza psalmy lamentacji, ponieważ człowiek doświadcza w nich, że Bóg pomaga mu wyrazić i przezwyciężyć ból, a tym samym osobiście poznaje Jego miłość, moc i mądrość.

Do napisania książki o oddziaływaniu psalmów lamentacyjnych na trudne emocje skłoniły mnie osobiste przeżycia. Staralem się w niej opisać, w jaki sposób psalmy te mogą wpływać na osobę doświadczającą bólu, jak pomagają nam zrozumieć nasze uczucia, wyrazić je przed obliczem Boga, doświadczyć Bożego wybawienia i uwielbić Pana.

Książkę tę adresuję jednak nie tylko do duszpasterzy, lecz także do osób, które doświadczają bolesnych emocji, a myślą, że nie wolno ich wyrazić przed Bogiem. Psalmi lamentacji uczą, że możemy do Niego wołać szczerze. Możemy wykrzyknąć wszystkie myśli i uczucia, nawet te najtrudniejsze, najboleśniej, jak gniew, rozczarowanie, zwątpienie, strach, wstyd czy rozpacz.

Psalmi uczą wręcz, że wyrażenie tych bolesnych uczuć przed Bogiem jest konieczne, abyśmy mogli zostać od nich uwolnieni, aby Bóg je przezwyciężył. Musimy „wyrzucić” z siebie emocje, które nas dręczą i obciążają, żebyśmy mogli otrzymać od Boga nowe uczucia, których źródłem jest On. Na przykład, gdy „wyrzucimy” z siebie gniew – to znaczy przyznamy się do niego i wyrazimy go przed Bogiem w modlitwie, prosząc o pomoc – w to miejsce Bóg da nam pokój, miłość i ufność w nastanie Jego sprawiedliwości. Musimy dać wyraz bolesnym emocjom, bo wówczas powstaje przestrzeń, którą Bóg wypełnia czymś nowym.

Często się nam wydaje, że przed Bogiem nie wolno wykrzyknąć swojego bólu, gniewu i rozczarowania, że tak nie wypada, że On tego nie przyjmie, że odrzuci nas za brak wiary. A jednak w psalmach lamentacyjnych Bóg pokazuje, że możemy zbliżyć się do Niego i wylać przed Nim ból, zwątpienie, wszelkie emocje, obawy i myśli. Psalmiści świadczą, że mamy do tego pełne prawo i że Bóg jest naszym nieskończenie miłosiernym i łaskawym Przyjacielem. Jego miłość znosi wszystko, każdą zanesioną Mu skargę, zarzut, pytanie i ból. Tak właśnie czynią psalmiści – wyrażają Bogu wszystkie swoje uczucia. Psalmi są więc dla

nas swego rodzaju furtką do Boga, zachęcają do przyjścia do Niego, stwarzają płaszczyznę zbliżenia się do doń, uczą wyrażania własnych emocji oraz odczuwania Jego obecności.

Układ tej książki odzwierciedla charakterystyczną budowę psalmów lamentacyjnych, w której możemy wyróżnić trzy główne części. Są to: (1) lament psalmisty – wyrażenie emocji i prośba o wybawienie; (2) Boża odpowiedź – przewyciężenie emocji przez Boga; (3) reakcja psalmisty na Bożą odpowiedź – uwielbienie Boga.

Rozdziały 1 i 2 są wprowadzeniem do Księgi Psalmów oraz do psalmów lamentacji. Rozdział 3 zawiera analizę wybranych psalmów lamentacyjnych (Ps 109; 55; 77; 51) i sposobu wyrażania w nich takich emocji jak gniew, strach, rozpacz i wina. Rozdział 4 opisuje, jak Bóg te bolesne emocje przewycięża. Rozdział 5 mówi o reakcji psalmistów na Bożą odpowiedź, a reakcją tą jest uwielbienie Boga. W 6 rozdziale mojego rozważania o psalmach lamentacyjnych zawarłem zachętę do wykorzystywania ich w służbie duszpasterskiej.