



Wychowanie do wolności od zazdrości

Ks. prof. dr hab. Andrzej Zwoliński – PAT KRAKÓW

Ur. w 1957 r. w podkrakowskich Radwanowicach. Po studiach filozoficzno – teologicznych 16 maja 1982 r. przyjął święcenia kapłańskie. Swoje zainteresowania nauką społeczną Kościoła rozwijał podczas dalszych studiów w krakowskiej Papieskiej Akademii Teologicznej. W 1990 r. obronił pracę doktorską a cztery lata później habilitacyjną pt. „Głos społecznej nauki Kościoła w II Rzeczypospolitej”. Od 1995 r. jest kierownikiem katedry katolickiej nauki społecznej Wydziału Teologii PAT. Od 2003 r. profesor nauk teologicznych. Dyrektor Wydawnictwa Naukowego PAT oraz redaktor naczelny pisma „Polona Sacra”. Jest autorem ponad 20 książek, 80 artykułów naukowych i 800 artykułów w czasopismach społeczno – religijnych.

Zazdrość - przez wieki - definiowano na różne sposoby. U Greków „zelos” (= „płomień”, „zapał”) sugerował, że jest ona rodzajem nadmiaru miłości. U Rzymian „ze-lotyptia” oznaczała bardziej „nienawiść”, niż „zazdrość” (zazdrość dotyczy trzech osób, a nienawiść - dwóch). U Francuzów określano ją słowem „jalusie”, które miało podwójne znaczenie: „zasłona okienna” i „zazdrość”, co sugerowało znaczenie, że jest ona rodzajem ślepoty (ma zasłonę na oczach). Stąd też u Anglików określenie „Jealous Glass” (= „matowe szkło”). Przypuszcza się, że te określenia wzięły swój początek z sytuacji, kiedy zazdrosny i podejrzliwy mąż mógł po kryjomu obserwować swoją żonę zza żaluzji, przypuszczalnie w celu przyłapania jej „in flagranti” z innym mężczyzną (dotąd firanki do okien nazywane są „zazdrostki”).

Molier mówił, że „ten, kto kocha, chce posiadać całkowicie i wyłącznie to, co kocha”. Kartezjusz łączył analizę zazdrości z instynktem posiadania. Jest to bowiem „rodzaj obawy, związany z pożądaniem

zachowania posiadania. Obecność rywala, który może zabrać przedmiot (np. jedzenie psu), wzmagą zazdrość”. Współcześnie powraca się do tej próby definiowania zazdrości.

Psycholog Gordon Clanton ze Stanowego Uniwersytetu w San Diego opisuje ją jako uczucie niezadowolenia, objawiające się lękiem przed utratą partnera lub też jako poczucie dyskomfortu psychicznego spowodowane rzeczywistym lub wyobrażonym doświadczeniem, które jest udziałem partnera i osoby trzeciej. Stąd zazdrość małżeńska jest pełna obaw o „konkurencję” w miłości. Jest to trwanie w „wiecznym trójkącie”, który tworzą: osoba zazdrosna, jej partner i domniemany rywal (rywalka). I towarzyszą temu różnorodne emocje: złość, wściekłość, poczucie poniżenia, lęk, niepokój, smutek, depresja. Ale zazdrość nie polega jedynie na emocjach, przekłada się bowiem także na czyny. Według Montaigne’a źródłem zazdrości jest seks, co potwierdzał m.in. Freud sugerując, że jest ona sentymentem

winy i niższości, wskazując tendencję do homoseksualizmu (zazdrość w stosunku do ojca przy kompleksie Edypa).

Stuart Mill uważał zazdrość za część instynktu, który u zwierząt jest pozytywnym czynnikiem biologicznym, sposobem obrony jednostki przed drugą jednostką i grupą, zaś u ludzi to negatywna emocja. Współcześnie poglądy te prezentują psychologowie tzw. ewolucyjni. Martin Daly i Margo Wilson z Uniwersytetu McMaster w Otario definiują zazdrość jako stan wywołany sytuacją postrzeganą jako zagrożenie związku lub pozycji, które mają dla danej osoby wartość. Motywuje on ją do działań mających na celu przeciwdziałanie zagrożeniu. O zazdrości seksualnej można mówić wówczas, gdy zagrożony jest związek seksualny, który dla danego człowieka stanowi wartość.

Dlatego rzeczywiście zazdrość w jakimś stopniu wskazuje na dużą wartość danego związku, „potwierdza miłość” rozumianą jednak w sposób specyficzny. Jest jednak doświadczeniem epizodycznym, czasowym, a nie stałą przypadłością, reakcją na zagrożenie związku, który ktoś ceni i w który wiele „zainwestował” (zazdrość nie dotyczy zwykłych znajomości, przelotnych spotkań, tymczasowych przymierzy). Zazdrość ponadto motywuje do przeciwdziałania - może być nawet źródłem lepszego traktowania partnera, zauważenia jego potrzeb, ubogacenia związku.

Ale w związku małżeńskim zazdrość jest najczęściej siłą negatywną, destrukcyjnie wpływającą na życie rodziny. U mężczyzny jest oznaką traktowania żo-

ny jako swojej „własności”, łączy się z poczuciem jej „posiadania”. Stąd też z tego przekonania płynie poczucie prawa dochodzenia „swoich praw” względem niej. Lecz czy tym zaborczym przywłaszczeniem wolności drugiej osoby można potwierdzać męskość i budować prawdziwe - oparte na wzajemnej wolności - oddanie siebie ukochanej osobie?¹⁾

Zazdrość grzeszna, którą umieszczono w katalogu głównych grzechów, w swej istocie jest skłonnością do smutku z powodu powodzenia innych: komuś udało się zdobyć jakieś materialne dobro, ktoś jest w czymś lepszy, bardziej inteligentny, pięknie wygląda, odnosi sukcesy i cieszy się szacunkiem innych. Niekiedy osobie zazdrosnej wydaje się, że ten drugi jest dla niej zagrożeniem. Biblia wkradającą się do umysłu i serca zazdrość, przyrównuje do „próchnienia kości” (por. Prz 14, 30)²⁾.

Ale cudze szczęście zasmuca innych tylko wówczas, gdy ich miłość własna jest niedojrzała. Bo jest to wyraz tego, że ludzie ciągle nie nauczyli się wzajemnej miłości. W zazdrości ztraca się dystans do samego siebie i do wartości jakie ktoś posiada. A bardzo często wkrada się ona w relacje między osoby podobnej zamożności, należące do tej samej klasy społecznej, wykonujące tę samą profesję i osiągnące całkiem podobne wyniki. Jednakże również często zdarza się, że zazdrośnik kieruje swoją złość na bogatszych, bardziej wpływowych, gdyż oni - według niego - mogą korzystać z tego, co jemu nie jest dostępne. Wtedy też usprawiedliwia swą postawę ambicją, chęcią dorówna-

¹ Por. V. Albosetti, Zazdrość - cecha wrodzona czy nabyta? Jak przezwyciężyć uczucie stare a wciąż nowe?, przekł. M. Wojewoda, Wydawnictwo WAM, Kraków 2000.

² J. Kołacz, Zazdrość i zbrodnia Kaina, [w:] Umiłowałem Cię. Ćwiczenia duchowe w życiu codziennym. Tydzień pierwszy, pod red. W. Gryzła, Wydawnictwo WAM, Kraków 2003, s. 138 - 143.

nia lepszym, awansu - lecz z pewnością w przypadku zazdrości nie są to reakcje zdrowe, lecz jedynie ich karykatura. Należy przy tym zauważyć, że w historii samo zasmucenie spowodowane nie tym, że ktoś posiada dobra, ale tym, że nie posiada go wzbudzający te emocje, nie traktowano jeszcze jako zazdrości, lecz nazywano gorliwością i rywalizacją, nie definiując jako grzechu.

Zazdrość jest zawsze skutkiem konfrontowania siebie i swoich osiągnięć z innymi, czego też w naturalny sposób nie da się uniknąć. Oceny takie, jak: lepiej - gorzej, wyżej - niżej, bardziej - mniej, sukces - niepowodzenie, zwycięstwo - przegrana, ładnie - brzydko, mądrze - głupio, przypominają, że nie można poznać siebie bez konfrontacji z innymi. I u podstaw każdej takiej oceny jest zawsze ktoś, z kim się porównujemy. Z tej konfrontacji czerpie też siłę dynamika wzrostu całych społeczności. Więc nie samo porównanie jest złe, ale ewentualne jego konsekwencje³.

Zazdrości często bowiem towarzyszy pragnienie, by bliźniemu zostało odejęte owo dobro, które razi zazdrośnika. Następuje więc atak na nie, chęć zniszczenia czyjejś radości, spokoju, zadowolenia. I dlatego, że zazdrość bezpośrednio sprzeciwia się cnocie miłości jest grzechem ciężkim. I św. Tomasz z Akwinu uznaje taką zazdrość za grzech szczególnie ciężki. Bo to Bóg jest uwielbiony w swoich dziełach, i człowiek przeciw Niemu skierowujący swą zazdrość, przeciwstawia się Jego darom.

Najczęściej zazdrość łączy się z zawiścią, przenosząc znaczenie jednej posta-

wy na drugą. Łacińskie słowo „invidia” (pochodzi od łac. „invideo” – „patrzeć na kogoś krzywym okiem”) tłumaczone jest na język polski zamiennie jako „zawiść” i „zazdrość”. Dla odróżnienia ich należy podkreślić, iż zawiść jest przesadnym umiłowaniem własnego dobra, z obawą by nam nie zostało ono odebrane. I tak np. zawiść może zrodzić się przy pojawieniu się konkurencji i wiązać się z obawą, że ona może odebrać klientelę; czy też pojawia się w przypadku przywiązania do przyjaciela, którego można stracić wraz z nową, atrakcyjną osobą, która znalazła się w jego otoczeniu itp. Zawiść oznacza zatem niechęć do współzawodnika w jakiejś dziedzinie, o podobnych szansach społecznych i połączona jest z gotowością do szkodenia mu w miarę nadarzących się okazji. Zazdrość zaś (będąca odpowiednikiem łacińskiego „zelus” lub „livor”), jest uczuciem niechęci do innej osoby spowodowanym prawdziwym lub rzekomym zagrożeniem ze strony jej dóbr osobistych, zwłaszcza emocjonalno-społecznych. Jednym słowem: jest się zazdrośnym o dobro cudze, a zawiśnym - o dobro własne.

Zawiść jako jeden z aspektów zazdrości jest zawsze moralnie zła, gdyż ingeruje w cudze dobra nie mając ku temu żadnego prawa. Jest przeciwieństwem życzliwości, czyli niezyczliwością skierowaną ku ludziom lepiej sytuowanym materialnie, o wyższym statucie społecznym, mającym jakieś osiągnięcia. Jej następstwami są: niechęć do bliźnich, radość z ich niepowodzeń, kpina i szyderstwo z nieszczęśliwych, obmowa, oszczerstwa oraz jąttrzenie⁴.

³ J. Bolewski, Miłość i zakochanie, [w:] Życie Duchowe, 2002, nr 29, s. 37 - 47.

⁴ Por. D. M. Buss, Zazdrość - niebezpieczna namiętność. Dlaczego zazdrość jest nierozłączna z miłością i seksem, przekł. A. Błaż, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2002.

Niektórzy, jak np. La Rochefoucault, mieli zrozumienie dla zazdrości, ale zdecydowanie potępiali zawiść: „Zazdrość jest w pewnej mierze czymś słusznym i rozsądnym, gdyż dąży jedynie do zachowania dobra, które należy do nas w istocie lub w naszym mniemaniu, zawiść natomiast jest szaleństwem, które nie może ścierpieć dobra drugich”. I twierdził też, że „więcej jest ludzi wolnych od samolubstwa niż od zawiści”. Jednak pomimo spotykanej w literaturze i życiu pewnej niejednoznaczności definicji i ocen - czego przykładem jest m.in. powyższa wypowiedź, moralna ocena zazdrości i związanej z nią zawiści od początku jest negatywna.

Różnice dotyczą jedynie odcieni - natężenia emocji i konsekwencji oraz kategorii źródeł. Zazdrość składa się bowiem z zachłannej miłości i gorzkiej niechęci, a zawiść jest czystym złem. Zazdrość tworzy trójkąt (zazdrośnik - ten, komu się zazdrości - pożądane dobro), a zawiść jest dwudzielna (zawistny człowiek i jego ofiara). Ludowa mądrość powiada: „Zazdrość - sąsiedzka wada”, wskazując na jej niezwykłą bliskość w codziennym życiu, która niesie ze sobą ogromne niebezpieczeństwo: Kain zabija Abela, Sara zazdrości Hagar syna, bracia sprzedają Józefa, w baśniach rodzeństwo czyni sobie zło (np. przyrodnie siostry upokarzają Kopciuszka), czy macocha Królową Śnieżkę).

Za następstwa zazdrości, zakorzenionej w sercu człowieka, od dawna przyjmowano: wstręt, szemranie, zniesławianie, nieuzasadnione podejrzania, złośliwą interpretację postępowania bliźniego, knucie spisku, intrygi i podjudzanie, kłótnie,

oskarżanie o nieuczciwość, smutek z powodu sukcesów bliźniego i radość z jego upadku. To kolejne przewinienia człowieka, który zapomniał o prawdziwej wartości przyjaźni i miłości. A dla popełniających grzech zazdrości nie ma żadnych okoliczności łagodzących, bo zgodnie z wiarą wszyscy jesteśmy dziećmi tego samego Ojca. Uznawano więc zazdrość za przewinienie jedyne w swoim rodzaju: będące grzechem, ale i zarazem karą dla tego, kto go popełnił⁵.

Nikogo nie można wyleczyć z zazdrości. Ta bezradność bierze się z faktu, że wyleczyć się może z niej tylko ten, kto sam pragnie wyleczenia i podejmie wysiłek zmierzający do „wyjścia” z zazdrości. Przede wszystkim więc musi on stanąć w prawdzie przed Bogiem - błagać Go o pomoc i ratunek, gdyż sam jest zbyt zniewolony, by o własnych siłach, nawet przy dobrej woli, mógł cokolwiek uczynić. Musi też zacząć rozwijać i praktykować cnotę pokory - prawdę o sobie, nauczyć się stawać przed sobą w prawdzie, bo tylko ona potrafi człowieka uczynić wolnym (por. J 8, 32).

Człowiek pokorny zna swoje ograniczenia i słabości. Potrafi dostrzec i docenić w sobie wszystkie pozytywne strony swej osobowości. Cieszy się też z tego, że otaczają go osoby dobre, a niekiedy nawet lepsze od niego w wielu dziedzinach swej aktywności. Nie przeszkadza mu to, że również oni osiągnęli o wiele więcej niż on, a nawet jest z tego zadowolony. Odkrycie prawdy o sobie pomaga mu też zrozumieć dlaczego wpadł w pułapkę danej nerwicy lub autodestrukcyjnego zachowania, w poczuciu pustki, nicości czy niezadowolenia⁶.

⁵ Por. O grzechu zazdrości, przekł. A. Wojnowski, Wydawnictwo „Bratczysk”, Hajnówka 1999.

⁶ S. Łuczarski, Jak ustrzec się błędów w kierownictwie duchowym?, [w:] Sztuka kierownictwa duchowego. Poradnik, pod red. J. Augustyn, J. Kołacz, Wydawnictwo WAM, Kraków 2007, s. 621 - 628.

Pokora nie pozwala na poszukiwanie źródeł własnego niezadowolenia czy smutku w innych. Bo człowiek może być zraniony przez innych jedynie za przyczyną namiętności, które są w nim samym. To on, swoim wewnętrznym nastawieniem, stwarza atmosferę zrozumienia i przyjaźni, albo ją niszczy. Mówi o tym jedno z dawnych amerykańskich opowiadań kazyńskich: „Pewnego dnia obok bramy farmera Jonesa przejeżdżał wóz z ludźmi, którzy przeprowadzali się do innego miasta. Farmer Jones do każdego był nastawiony przyjaźnie, zapytał więc ludzi, których zobaczył, dokąd się udają.

- Przeprowadzamy się z Johnstown do Jamestown - odpowiedzieli.
- Czy możesz nam powiedzieć, jakich tam będziemy mieli sąsiadów?
- A jakich mieliście w Johnstown?
- Jak najgorszych - odpowiedzieli. - Plotkarze, nieuprzejmi i obojętni. Cieszyliśmy się, że się wyprowadzamy.
- Takich samych znajdziecie w Jamestown.

Następnego dnia jakiś inny wóz z ludźmi, którzy również się przeprowadzali, przejeżdżał nie opodal i doszło do podobnej rozmowy. Ludzie ci zapytali, jakich sąsiadów znajdują w Johnstown, a w odpowiedzi padło pytanie, jakich mieli w Jamestown.

- Jak najlepszych, tacy mili i wrażliwi, przeprowadzamy się ze złamanym sercem.

- Znajdziecie dokładnie takich samych w Johnstown - odparł farmer⁷.

Bóg, który jest Stwórcą wszystkiego i Lekarzem duszy człowieka, nie zaleca nigdy rezygnacji z towarzystwa innych ludzi, ale zachęca do usunięcia przyczyn zła ze swego

wnętrza. Samo porzucenie współbraci dla jakiegoś, nawet pozornie dobrego, powodu, bez wykorzenienia przyczyny smutku na nic się zda. A ukryta we wnętrzu choroba ponownie się objawi tylko w innych okolicznościach. Trzeba zatem wyrwać z serca istotę zła, prowadzić właściwe i wolne życie, aby trwać w towarzystwie świętych ludzi. Gdy założymy „pancerz wiary i miłości” oraz hełm nadziei zbawienia” (por. 1 Tes 5, 8), to „strzały smutku i rozpacz nie znajdą szczeliny, przez którą zdołałyby nas zatruć” - mówił św. Jan z Karpatos⁸.

Pokora, czyli prawda o sobie i innych, pozwala zrozumieć, że dobra, które często stają się przedmiotem zazdrości są darem od Boga, do Niego należą i od Niego zależą. Powodzenie, zdrowie, uroda, uzdolnienia, czy tzw. „dobry los”, nie są zasługą czy owocem wysiłku człowieka, ale darem i zadaniem od Boga. Tak na przykład rozumieli to starożytni Grecy, którzy nie przypisywali cnót czy sukcesów jednostkom, ale każde osiągnięcie interpretowali jako dar bogów. I wówczas zazdrość w stosunku do obdarowanych przez bogów oznaczała ich obrazę, a to było aktem bezbożności, czyli zasługiwało na potępienie.

Trzeba więc z wdzięcznością wobec Boga myśleć o swoich możliwościach i zadowolić się tym, co ma się od Niego, a nie zważać na tych, którym ludzie zazdroszczą. Człowiek powinien bardziej dostrzec tych, którzy borykają się z kłopotami, widzieć, jak wiele muszą pokonywać przeszkód, a wówczas to, co ma do swej dyspozycji, wyda się mu wspaniałe i godne podziwu. Takiej pokory w spojrzeniu na siebie nabieramy np. w szpitalu, w spotkaniu z ciężko chorymi, samotnymi. Świadomość przynale-

⁷ Za: B. D. Bartruff, Bądź sobą, przekł. D. Michalski, Wydawnictwo WAM, Kraków 1999, s. 146.

⁸ Mowa ascetyczan wysłana na życzenie tych samych mnichów z Indii.

żenia do wspólnoty Kościoła, a więc tym samym wszczęcia w Chrystusa, pozwala zrozumieć, że wszyscy jesteśmy braćmi. Zatem zalety, jak i powodzenia jednego z członków spływają na drugich, ubogacają wszystkich i dla wszystkich powinny być źródłem radości.

Kolejnym krokiem na drodze wychodzenia z zazdrości jest pielęgnowanie w sobie braterskiej miłości. Kiedy bowiem kogoś naprawdę i dojrzałe kochamy, nie zazdrościmy mu, ale cieszymy się z jego szczęścia, gdyż ono stało się poniekąd także naszym udziałem. Jak mówiła stara i prosta łacińska zasada: „idem velle, idem holle” – „tego samego chcieć, tego samego nie chcieć” - to istota przyjaźni i sympatii do drugiego człowieka. Gwarancją równości w spojrzeniu na innych ludzi, jest także przyjęcie dla wszystkich osobistych i społecznych wyborów, zestawień i porównań takiego samego punktu odniesienia. Aby ten punkt mógł być jak najpewniejszy, musi być umieszczony możliwie najwyżej. A dla ludzi może nim być jedynie Bóg. Człowiek staje się człowiekiem nie tyle przez porównywanie się z innymi, z którymi tworzy wspólne środowisko, lecz przez odniesienie do niezmiennej miary, którą jest sam Stwórca. W tej perspektywie zazdrość znika, jest śmieszna, kapryśna i niedojrzałą postawą człowieka⁹.

Wśród praktycznych porad, mających zabezpieczyć człowieka przed tragicznymi skutkami zazdrości, można znaleźć m.in. zalecenie, by niszczyć w sobie pierwsze odruchy zazdrości, nie pozwolić im przybrać postaci zawiści, która szybko rozrasta się i opętuje myśli, działania i wolę człowieka. By

odwrócić swoją uwagę od porównań z innymi, które właśnie rodzą zazdrość, trzeba zająć się czymkolwiek innym, o czymś innym pomyśleć, a gdy powróci spokój - przypomnieć sobie, że zalety innych nie pomniejszają naszych zalet, lecz mogą być jeszcze bodźcem pobudzającym do ich naśladowania.

Św. Tomasz z Akwinu, analizując smutki człowieka, często prowadzący do zazdrości, jako środki zaradcze wymienia - obok kontemplacji prawdy - także danie upustu łzom, przyjacielską pogawędkę, sen a nawet kąpiel. Trzeba jednak pamiętać, że niezwykle trudno jest rządzić własnymi uczuciami. Człowiek nie dysponuje nimi, tak jak ruchami własnych nóg czy rąk. Należy uwzględnić specyfikę ludzkich emocji, aby rozum i wola mogły na nie oddziaływać. Stąd wysiłek człowieka związany z „profilaktyką” zazdrości powinien uwzględnić:

- cielesne współczynniki uczuć - higienę, zdrowie, temperament, odpowiednie leczenie - niektóre przypadłości, np. alkoholizm, wzmagają podatność na zazdrość;
- wrażenia zewnętrzne i wewnętrzne - docierające przez zmysły (wzroku, słuchu, węchu, dotyku, smaku), które mogłyby wzbudzić lub wzmocnić zazdrość;
- ocenę dokonaną przez sumienie - głos rozumu o wartości zachowań, wyrzuty sumienia, które mogą wzniecać lub leczyć zazdrość;
- naturę pożądanego zmysłowego - trudno poddającego się woli, a nawet narzucającego jej swoje kaprysy, co w przypadku zazdrości jest bardzo częste¹⁰.

Aby zaradzić rodzeniu się zazdrości u dzieci, w pedagogice chrześcijańskiej

⁹ A. Ple, Uczucia, [w:] Wprowadzenie do zagadnień teologicznych. Teologia moralna, Księgarnia św. Wojciecha, Poznań 1967, s. 175 - 207.

¹⁰ Por. P. Sosnecki, Zazdrość, [w:] „Niedziela”, 2007, nr 10, s. 13.

już od dawna wskazywano na 5 istotnych zasad, których należy przestrzegać w wychowaniu najmłodszych:

1. Powstrzymywać we właściwym czasie przejawy zawiści u dzieci - zauważać ich wzajemną konkurencję, np. w szybkości zjedzenia smakołyków (z nadzieją, że otrzymają dodatkowe); w porównywaniu zakupionych zabawek, przyborów szkolnych czy ubrań, czy któreś nie otrzymało lepszych; właściwie zinterpretować odtrącanie przez dziecko otrzymywanej przez nie rzeczy - jako znak rodzącej się w nim zawiści, bez szacunku dla darczyńcy; dostrzec i właściwie zinterpretować jego radość z przykrości, jakie doznaje inne dziecko, np. złośliwości, gdy inne dziecko otrzymało karę; ukarać wszelkie kłamstwo dzieci, którego celem jest niesprawiedliwe zrzucenie winy na innych, a także potępić donosicielstwo i brak solidarności z innymi dziećmi;

2. Samemu nie dawać powodu, by w sercach dzieci rodziła się zawiść, co dzieje się np. wtedy, gdy rodzice postępują w stosunku do dzieci stronniczo (mają swych „ulubieńców” wśród nich, okazują im specjalne względy, w różnej mierze stosują kary i nagrody;

3. Nie wpajać dzieciom zazdrości i zawiść swoją postawą i przykładem - gdy np. dzieci słyszą złośliwe i jednostronne oceny znajomych, kręgu przyjaciół, sąsiadów czy bliskich; są świadkami opowiadań o czymś nieszczęściu naznaczonych wyraźnym złośliwym zadowoleniem z tego; w ich obecności mówi się zawistnie, nieżyczliwie o innych;

4. Uczyć dzieci, że zawiść jest podła, obrzydliwa i niesprawiedliwa, bo sprzeciwia się miłości - rozmawiać z nimi na

temat głupoty zazdrości, jako sile destrukcyjnej, rodzącej cierpienie „zazdrośnika” i temu, kto jest obiektem tych niskich uczuć; przywoływać biblijne opisy zazdrości (Kain, Saul, Józef Egipski itp.) lub opisywać aktualne sytuacje związane z zazdrością, by uwrażliwić je na zauważanie i zwalczanie tego grzechu;

5. Zaszczepiać - od najmłodszych lat - cnotę przeciwną zawiści, czyli życzliwość wobec innych, przychyłność, miłość ku bliźnim - rodzice mogą wskazywać na dobro przez jego pochwałę, nawet gdy występuje ono u innych dzieci; uczyć cierpliwości w znoszeniu czyichś wad i słabości; tłumaczyć okolicznościami miejsca, wiekiem, czy stan zdrowia niezrozumiałe dla dziecka sytuacje - nie pozostawiać ich bez interpretacji i wyjaśnienia (niekoniecznie ma to być ich usprawiedliwianie, ale uczenie uwzględnienia szerokiego spojrzenia na zachowania innych¹¹).

W życiu i pracy z zazdrośnikami należy bardzo ostrożnie, ale stanowczo przestrzegać pewnych reguł zachowania i reakcji, nawet na ich zaczepki. Bo ludzie zazdrośni mają dla siebie niewiele szacunku. Niełatwo też przyznają się do problemu z sobą, nie proszą o pomoc. Aby im pomóc należy:

- nie umacniać ich niepewności, nie żartować z nich, ani nie szydzić;
- nie zwiększać poczucia niższości, nie zawstydzają;
- być szczerym;
- - uczyć ich pogłębionego poznawania siebie;
- nie szantażować ich na płaszczyźnie uczuciowej;
- nie zdradzać ich, ani nie stawiać w podejrzanych sytuacjach;

- być troskliwym wobec nich i budzić ich zaufanie;
- zawsze dążyć do porozumienia z nimi, nie ukrywać żadnego problemu;
- postępować tak, aby czuli się pewni w związku, mogli w nas odnajdywać potwierdzenie swej tożsamości;
- dzielić z nimi ich problemy;
- skłaniać ich do wychodzenia z domu, poznawać z innymi osobami, pozwalać im mówić, czytać, pogłębiać wiedzę; - kochać ich szczerze¹².

Tak więc zazdrość, która jest formą zdeformowanej i niedojrzałej miłości, może być leczona jedynie prawdziwą miłością. I tylko wówczas, gdy zazdrośnik pragnie poszukać dla siebie nowego sposobu życia, zechce podjąć trud budowania jeszcze raz związku, czy relacji, które jego zazdrość zniszczyła. Bo wychodzenie z zazdrości, chociaż trudne, jest jednak możliwe...

We współczesnym świecie szczególnie ceną wartością relacji międzyludzkich jest przyjaźń, zwłaszcza, że w społeczeństwie konsumpcyjnym krąg przyjaciół radykalnie maleje, bo eliminowane są kontakty przypadkowe, nawiązywane dla doraźnych potrzeb, interesowne i zmienne jak lista potrzeb człowieka, ulegająca nieustannym modyfikacjom w ciągu życia.

A jednym ze współczesnych zagrożeń międzyludzkich więzi jest uznanie szeregu postępów ludzi za „moralnie obojętne”, tj. nie poddawanie ich ocenie i nie opiniowanie, nawet przez krąg najbliższych, także przez własne sumienie. I taki proces dotyczy także zazdrości, która ciągle bezkarnie czyni spustoszenie w miłości, a której nie chce się nazwać i wskazać, pozostawiając ją ukrytą

dla prywatnych rozstrzygnięć. A to rodzi nieodpowiedzialność - bo przecież dzisiaj odpowiada się tylko za to, co jest bezprawne, a oczywiście jest, że żadne prawo nie dekretuje zazdrości, jako zagrożenia. Człowiek współczesny nie myśli więc o swoim zachowaniu w kategoriach odpowiedzialności za dobro osób z nim żyjących czy pracujących. Oni zaś też „nie widzą” jego zniewolenia, wewnętrznej szamotaniny, prawdziwych źródeł smutku, agresji czy wyalienowania.

W cyklu wierszy pt. „Siedem grzechów głównych”, Jan Lechoń, polski poeta okresu międzywojennego, znajduje się jeden z utworów pt. „Zazdrość”. Wyraża on dramat samotności i obcości ludzi, wśród których zrodził się grzech zazdrości:

„Jest mi dzisiaj źle bardzo, jest mi bardzo smutno,

Myśli mam zwiędłe, chore, jak kwiaty na grobie,

Za oknem wisi niebo niby szare płótno.

Nie mogę cię dziś kochać i myśleć o tobie.

Między nami jest przepaść, przepaść niezgłębiona,

I choćbyśmy wykochać po brzeg dusze chcieli,

To wszystko, co nas łączy, jest miłość szalona,

A wszystko, co jest prawdą, na wieki nas dzieli.

Wiem teraz: to jest jasne jak słońce na niebie,

I musi skonać serce pod ciężką żałobą,

Bo nigdy cię nie wezmę na wieczność dla siebie.

Ty nigdy mną nie będziesz, a ja nigdy tobą”¹³.

¹² Por. J. Petry Mroczkowska, Siedem grzechów głównych dzisiaj, Wydawnictwo Znak, Kraków 2004.

¹³ J. Lechoń, Poezje, oprac. W. Nowakowska, Czytelnik, Warszawa 1987, s. 45.

Ale świadomość inności, z której rodzi się równość, jest początkiem właściwych relacji i zachwytu nad egzystencją własną i bliźniego. Pięknie wyraził to ks. Jan Twardowski, mówiąc do Boga z wdzięcznością: „Dziękuję Ci, że sprawiedliwość Twoja jest nierównością”¹⁴.

Z ludzkiego rozumienia sprawiedliwości rodzi się często zazdrość, ze sprawiedliwości Bożej, która jest „nierównością” - bogactwo życia, bo „gdyby każdy miał po cztery jabłka (...) nikt nikomu nie byłby potrzebny”.

W świecie konsumpcji, gdzie wszystko chciałoby się „mieć”, a nie można „mieć” najważniejszych darów Boga, jak choćby kochających osób, zazdrość wykopuje przepaść między zbędnymi tęsknotami człowieka, a jego możliwościami. Przepaść ta zionie pustką i odczuwana jest jako bolesny brak i zagrożenie podstaw samego życia. Miłość jest darem, który niesie radość, ale nie można jej „nabyć”, tylko w wolny sposób otrzymać, jak wszystko co jest ofiarowane...

STRESZCZENIE

Autor przeanalizował pojęcie zazdrości oraz jej różne rodzaje z punktu widzenia pedagogiki oraz psychologii. Zaproponowano konkretne kroki skierowane na walkę z zazdrością oraz na wychowanie dzieci w duchu wolnym od zazdrości. Według autora kluczową rolę w uwolnieniu się od zazdrości odgrywa Bóg.

SUMMARY

The author has analyzed the concept of envy as well as its different types from the point of view of pedagogics and psychology. He offered concrete steps aimed at struggle against envy as well as aimed at raising children in the spirit free from envy. According to the author, the key role in liberation from envy belongs to God.

BIBLIOGRAFIA:

Albosetti V., Zazdrość - cecha wrodzona czy nabyta? Jak przezwyciężyć uczucie stare a wciąż nowe?, przekł. M. Wojewoda, Wydawnictwo WAM, Kraków 2000.

Bartruff B. D., Bądź sobą, przekł. D. Michalski, Wydawnictwo WAM, Kraków 1999.

Bolewski J., Miłość i zakochanie, [w:] „Życie Duchowe”, 2002, nr 29, s. 37 - 47.

Buss D. M., Zazdrość - niebezpieczna namiętność. Dlaczego zazdrość jest nierozłączna z miłością i seksem, przekł. A. Błaż, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2002.

Kołacz V., Zazdrość i zbrodnia Kaina, [w:] Umiłowałem Cię. Ćwiczenia duchowe w życiu codziennym. Tydzień pierwszy, pod red. W. Gryzła, Wydawnictwo WAM, Kraków 2003.

Lechoń J., Poezje, oprac. W. Nowakowska, Czytelnik, Warszawa 1987.

Łucarz S., Jak ustrzec się błędów w kierownictwie duchowym?, [w:] Sztuka kierownictwa duchowego. Poradnik, pod red. J. Augustyn, J. Kołacz, Wydawnictwo WAM, Kraków 2007.

Petry Mroczkowska J., Siedem grze-

chów głównych dzisiaj, Wydawnictwo Znak, Kraków 2004.

Ple A., Uczucia, [w:] Wprowadzenie do zagadnień teologicznych. Teologia moralna, Księgarnia św. Wojciecha, Poznań 1967.

Sosnecki P., Zazdrość, [w:] „Niedziela”,

2007, nr 10, s. 13.

Staniek E., Wady, cnoty i modlitwa, Wydawnictwo „Barbara”, Kraków 1996.

Twardowski J., Sprawiedliwość.

Wojnowski A., O grzechu zazdrości, Wydawnictwo „Bratczysk”, Hajnówka 1999.



„W Śwityni tak się wpatruję w Ciebie, bym ujrze Twoją potęgę i chwałę”

(Ps 63.3)