**ZMARTWIENIA PANA BOGA – GNIEW**

**(7 Grzechów Głównych)**

**GNIEW - Jezus wyganiając kupców ze świątyni, uniósł się świętym gniewem. Ale nam częściej przytrafia się gniew, zrodzony z egoizmu i mściwości. Taki gniew odbiera rozum, prowadzi do agresji. To zły doradca.**

Gniew pojawia się w nas najpierw jako uczucie. To emocjonalna reakcja na zło, krzywdę, niepowodzenie, utratę jakiegoś dobra lub na niesprawiedliwość, która dotyka nas czy innych. Skala tych negatywnych emocji jest duża: od lekkiej irytacji, wzburzenia, aż po złość, wściekłość, szewską pasję czy furię. Gniew może nas opanować, a potem stopniowo wzbierać, aż wreszcie wybuchnąć jakąś formą agresji. Uczucie gniewu nie jest jeszcze grzechem, ale jest sygnałem nadchodzącego duchowego zagrożenia.

**Kiedy gniew staje się grzechem**

Grzech zaczyna się wtedy, gdy uczucie złości prowadzi nas do konkretnych czynów, do agresji przeciw komuś, czasem przeciw sobie samemu, a bywa, że i przeciwko Bogu. Przejawów agresywnych zachowań jest wiele. Można powiedzieć, że gniew posługuje się różnorodną amunicją. Czasem to atak słowny, innym razem fizyczna napaść, bójka, zranienie czy nawet zabójstwo. Człowiek opanowany przez gniew usiłuje sam wymierzyć drugiemu sprawiedliwość i zatraca w tym miarę. Gniew jest podszyty pragnieniem odwetu, może prowadzić do nienawiści. Gniew rodzi gniew, zło prowadzi do kolejnego zła, zemsta do zemsty. Gniew robi z igły widły, napędza spiralę mściwości. Mały kamyczek może spowodować lawinę przemocy trudną do zatrzymania.

Gniew odbiera człowiekowi rozum. Dlatego przestaje on kontrolować siebie, nie widzi obiektywnie danej sytuacji, dorabia teorię do swoich agresywnych zachowań. W stanie gniewliwego wzburzenia ludzie wypowiadają wiele słów, których potem bardzo żałują. Nie lekceważmy siły rażenia werbalnych ataków. Słowa potrafią zranić bardziej niż kopniak. Zdania wypowiedziane w gniewie rozwaliły w proch niejeden ludzki związek. W gniewie ludzie, którzy dobrze się znają, dobierają precyzyjnie słowa, które mają ranić. A ponieważ znają słabe, wrażliwe miejsca bliźniego, dlatego trafiają właśnie w te punkty, precyzyjnie jak nowoczesne pociski. Zagniewani rodzice mówią do dzieci słowa, które zostają im potem na długo w sercu, może nawet na całe życie.

Kierunki rażenia gniewu bywają różne. Gniew na szefa, któremu nie jestem w stanie wykrzyczeć swojej krzywdy, bywa przenoszony na innych, zwykle na słabszych, Bogu ducha winnych. Dostaje się na ogół najbliższym: żonie, mężowi, dzieciom. Nieraz agresja kierowana jest również na siebie samego. Czasem przeciwko Bogu, którego obwiniamy o nieszczęście. Brak panowania nad gniewem utrwala postawę gniewliwości, czyli pewnej stałej skłonności do nerwowych reakcji, nieraz z byle powodu. Oczywiście pewną rolę odgrywa tu temperament, ale gniew jest zagrożeniem dla każdego człowieka, bez wyjątku.

**Agresja nasza codzienna**

Agresywnych postaw nie brakuje. „Żyjemy w epoce okazywania gniewu, irytacji, złości, wściekłości, chuligaństwa, wandalizmu i terroryzmu, które są na porządku dziennym. (…) Objawem gniewnej złości są przekleństwa, które przyczyniają się do oszpecania mowy” – twierdzi Joanna Petry Mroczkowska. Trudno się nie zgodzić z tą diagnozą. Ktokolwiek sięgał do komentarzy, które wypisują internauci pod artykułami na stronach internetowych, wie, że poziom nienawiści przekracza tam kilkakrotnie średnie stężenie złości. To zjawisko powinni przebadać psychiatrzy. Czy to internetowa anonimowość sprawia, że z ludzi wychodzi jakaś diaboliczna wręcz chęć poniżania innych?

Mamy dziś modę na tzw. asertywność, polegającą również na nieskrępowanym wyrażaniu własnych emocji, także tych negatywnych. Spory wpływ na poziom agresywnych zachowań w życiu codziennym mają media elektroniczne. Przemoc dobrze się sprzedaje, podnosi oglądalność. Narasta jakaś fascynacja zabijaniem, które w wielu filmach nie jest napiętnowane jako zło, ale nabiera cech swoistej poetyki. Okrucieństwo ukazywane jest wręcz jako coś pociągającego. Sceny przemocy obecne są w dużych dawkach w filmach rysunkowych dla dzieci. Obliczono, że amerykańskie dzieci przed osiągnięciem wieku szkolnego oglądają na ekranach 8 tys. morderstw. Nie chcę demonizować tych spraw, ale trudno nie dostrzegać związków między wszechobecną przemocą w mediach a narastaniem agresywnych zachowań w społeczeństwie. W wielkich miastach: na ulicach, dworcach, przystankach czuje się jakiś rodzaj nerwowości, gonitwy czy ciągłej gotowości do walki o swoje.

**Błogosławieni, którzy wprowadzają pokój**

Jak pokonać gniew? Kiedy już nas dopadnie, nie wolno udawać, że go nie ma. Wypieranie z siebie gniewu uderzy w nas samych ze zdwojoną siłą, także w formie chorób somatycznych (wrzody żołądka, nadciśnienie itd.). Chodzi o to, aby poznać siebie i swoje reakcje. W gniewie nie powinno się podejmować żadnych decyzji, działań czy dyskusji. Warto poczekać, aż opadnie poziom emocji. Dobrze jest wypowiedzieć swój gniew na przykład w formie wygadania się przed kimś bliskim. To pomaga w zobiektywizowaniu sytuacji. Warto zastanowić się, jaki jest mój problem, co powoduje mój gniew. Jeśli znam odpowiedź na to pytanie, to kolejnym krokiem będzie nie tyle walka z gniewem, ile raczej zmierzenie się z tym problemem albo trzeźwe uznanie, że są rzeczy, których zmienić nie mogę.
Nasz gniew wolno, a może nawet trzeba wypowiedzieć przed samym Bogiem.

Czytając Psalmy, zauważamy w nich całą gamę ludzkich emocji. W tej modlitwie czuć pulsowanie ludzkiego życia. Są tu radość, podziw czy wdzięczność, ale także skarga, narzekanie, gniew czy wręcz nienawiść. „Nienawidzę ich pełnią nienawiści; stali się moimi wrogami” (Ps 139,22). Chrześcijańskie uszy z trudem słuchają takiej modlitwy. A jednak kryje się tu życiowa mądrość. Gniew musi znaleźć swoje ujście. Jeśli zamieniam go w modlitwę, jeśli swoje negatywne emocje nazywam szczerze wobec Boga, to prawdopodobnie owocem takiej modlitwy będzie większy pokój serca. Psalmista szczerze wypowiada to, co go boli, opisuje krzywdę i niesprawiedliwość. Ale potem zawsze oddaje tę sprawiedliwość w ręce Boga, nie chce sam jej wymierzać. Zacytowany Psalm 139 kończy się słowami: „Zbadaj mnie, Boże, i poznaj me serce; doświadcz i poznaj moje troski, i zobacz, czy jestem na drodze nieprawej, a skieruj mnie na drogę odwieczną!”

**Święty gniew**

Czy święty gniew może dotyczyć i nas? Owszem. Na widok jakiegoś zła, zgorszenia czy ludzkiej krzywdy może, a nawet powinien obudzić się w nas „święty gniew”. Jest wiele takich sytuacji, w których chrześcijanin powinien powiedzieć złu stanowcze „nie”. A jednak powinniśmy pamiętać, że nawet kiedy ogarnia nas słuszne oburzenie, pozostajemy zawsze słabymi ludźmi. Nasze reakcje są zawsze uwikłane w kruchość moralną i duchową, jesteśmy podatni na grzech. Nasz egoizm czy pycha mogą niepostrzeżenie opanować najbardziej święte oburzenie.

Słuszny gniew może nas pobudzać do mądrego działania w obronie krzywdzonych ludzi czy zagrożonych wartości, ale nie daje nam nigdy prawa do potępiania, pochopnego sądzenia czy ferowania wyroków. Święty gniew nie daje nam prawa do świętej wojny. Jezus, choć nieraz unosił się gniewem, głosił miłosierdzie, przebaczenie, wzywał do miłości nieprzyjaciół. Na krzyżu przyjął na siebie cały gniew świata. „W sobie zadawszy śmierć wrogości”, przyniósł nam pokój z Bogiem, z bliźnimi i z sobą samym.