

Od traumy do zaufania

Nancy McCready

OD TRAUMY DO ZAUFANIA

Droga do prawdziwej tożsamości



Wydanie I · Ustroń 2022

*Dla mojego męża, Wyna.
Pragnę powtórzyć słowa, jakie On wypowiedział do nas:
„Razem w Nim jesteśmy nie do pokonania”.*

Tytuł oryginału: *From Trauma to Trust. The Making of a Messenger*

Autor: Nancy McCreedy

Tłumaczenie: Kamila Knockenhauer

Redakcja: Krystyna Stobierska

Korekta: Joanna Salamon, Magdalena Konior, Elżbieta Siewniak

Agnieszka Luberadzka

Skład i przygotowanie do druku: Sylwia Cupek

Projekt graficzny okładki: Zespół Wydawnictwa Szaron

Druk: Drukarnia POZKAL, ul. Cegielna 10-12, 88-100 Inowrocław

Copyright © 2021

Oryginalnie opublikowane w języku angielskim

From Trauma to Trust The Making of a Messenger

All rights reserved.

Do dystrybucji na terenie całego świata:

Wydawnictwo, księgarnia i hurtownia Szaron

ul. 3 Maja 49a, 43-450 Ustroń

tel. 503 792 766

e-mail: zamowienia@szaron.pl

e-mail: wydawnictwo@szaron.pl

szaron.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone.



Żadna część tej książki nie może być kopiowana ani przesyłana w jakiegokolwiek formie ani żadnymi środkami, elektronicznymi lub mechanicznymi, w tym kserokopiami i nagraniami, ani jakimkolwiek systemem przechowywania i wyszukiwania informacji bez pisemnej zgody wydawcy.

Jeśli nie zaznaczono inaczej, wszystkie cytaty biblijne pochodzą z:

Biblia Warszawska, wyd. Towarzystwo Biblijne w Polsce, Warszawa 1975

Wydanie I, Ustroń 2022

ISBN 978-83-8247-049-9

Spis treści

	Przedmowa	9
	Wprowadzenie Powstajemy z popiołów	11
	Winieta zwycięstwa	17
1	Zniszczona niewinność	21
2	Wojna o moje życie	37
3	Moje spotkanie z Krzyżem	45
4	Słodka sprawiedliwość	55
	Winieta zwycięstwa	69
5	Zawiedzione oczekiwania	73
6	Nominuję siebie!	83
7	Wojna o miłość	95
8	Słodkie uwolnienie	105
	Winieta zwycięstwa	115
9	Wielkie ochłodzenie	117
10	Góra mojego własnego ja	149
11	Syndrom Ezawa	161
12	Nowe poruszenie, nowa lojalność	183
	Zakończenie Nowa definicja uczniostwa	197
	Epilog Kulturowe chrześcijaństwo a chrześcijaństwo oparte na Krzyżu	201
	O autorce	205

Przedmowa

W chwili oddawania do druku i wydania książki *From Trauma to Trust* Wyn i ja zbliżamy się do trzydziestej szóstej rocznicy zawarcia przez nas związku małżeńskiego, który rozpoczął się w czerwcu 1985 roku. Na tych stronach przeczytasz, jak nasze pierwsze małżeństwo, zbudowane na wadliwym fundamencie ludzkiej miłości, zakończyło się zimno i brutalnie w 1996 roku. Od tego czasu nasz Ojciec buduje nas, jako indywidualne osoby i razem, na pewnym fundamencie Jezusa Chrystusa jako naszego Życia i naszej Miłości. Dzieje się to nie na drodze idealnego przestrzegania zasad, ale poprzez głęboką, codzienną, trwałą zależność od Niego. To jest jedyny sposób na życie: ukrzyżować nasze cielesne życie i pozwolić Jego życiu w nas dojrzewać, rozwijać się i uwalniać nas każdego dnia.

Modlimy się za was wszystkich, ponieważ zależy nam na tym, aby to samo miało miejsce w całym Jego Kościele, w naszym indywidualnym i wspólnotowym życiu. Wyjdźcie spod parasola własnej opieki nad sobą i oddajcie się Jego opiece, trosce, dyscyplinie

i miłości. Ten moment w historii wymaga powolnego ognia wypalania synów Bożych w procesie prawdziwego uczniostwa.

Przeczytaj wszystko, co napisałam, z pełnym przekonaniem, że Bóg zwycięża we wszystkich aspektach i tak samo jest z nami, gdy żyjemy, ufając Mu w pełni.

Niech pełna, odkupieńcza moc Krzyża Jezusa Chrystusa eksploatuje w nas wszystkich, aby Bóg Ojciec, Syn i Duch Święty mogli otrzymać wszystko, czego pragną.

Z miłością i oddaniem

Nancy

Powstajemy z popiołów

Uwodziciele są bardziej niebezpieczni niż prześladowcy. Kościół nie może już skupiać się głównie na tym, co go atakuje w sferze publicznej, ale musi stawić czoła temu, co go kontroluje w sferze prywatnej, nierzadko ukradkiem. Nerozwiazane konflikty nigdy nie rozplywają się w powietrzu, po prostu są odkładane na kolejny dzień. Żyjemy w czasach, kiedy to, co pozostaje nierozwiązane i niewybaczone, wypływa na powierzchnię i miota się jak łódź podwodna w rozwścieczonych falach oceanu. Nigdy nie doświadczymy pełni władzy w sferze publicznej, stojąc przed ludźmi, jeśli nie osiągniemy pełnego zwycięstwa w naszej sferze osobistej, prywatnej. Ten moment w historii woła do wszystkich – od więźniów po kazalnice – aby stawili czoła swojemu konfliktowi z drugim człowiekiem, kontrowersji i nieporozumieniu z Bogiem, aby przyjęli Krzyż i w pełni żyli w zgodzie ze swoim przyrodzonym prawem miłości.

Konieczne jest, abyśmy dostrzegli, że naszą główną traumą jest nasza odziedziczona niezależność od Boga – urodziliśmy

się oddzieleni od Niego i zdani na siebie samych i innych ludzi w zakresie zaspokojenia naszych wszystkich potrzeb. Uznanie tej prawdy jest naszą jedyną nadzieją na pełny powrót do trwałej, dojrzewającej zależności od Boga oraz na dotarcie do kolejnych pokoleń.

Opowiadając o mojej podróży z Krzyżem Jezusa, mam nadzieję podzielić się z tobą tym, jak musimy wydostać się spod sprawowania niezależnej opieki nad sobą i wejść w pełną zależność od naszego Ojca i pod Jego opiekę. Musimy uciec z płytkich wód kulturowego chrześcijaństwa, aby żyć w pełnej głębi chrześcijaństwa opartego na Krzyżu.

Wizja mojego serca

Z całego serca życzę ci, abyś porzucił trwanie w zależności od siebie i innych w kwestii życia i miłości, których poszukujesz, i abyś uświadomił sobie, że Bóg jest jedynym źródłem wszelkiej satysfakcji i głębokiej miłości, o którą tak zabiegasz i której bez wątpienia potrzebujesz.

Z całego serca życzę ci, abyś odkrył, że nigdy nie miałeś żyć w oddzieleniu od Boga – niezależnie zaspokajając swoje własne potrzeby i czerpiąc z własnych zasobów – lub tylko z niewielką pomocą Boga. Zostałeś stworzony, aby żyć w pełnej zależności od Boga, dzieląc Jego życie i miłość – tak jak Jezus.

Z całego serca życzę ci, abyś zrezygnował z pogoni za fałszywym życiem w świecie fantazji – krótkotrwałej gratyfikacji – w zamian za długoterminowe (wieczne) życie i bezwarunkową miłość Ojca. Wtedy i tylko wtedy będziesz mógł przestać zadowalać się tym – z poczucia braku i rozpaczcy – co możesz dostać, i zamienić to na to, co Bóg już dla ciebie przeznaczył.

Z całego serca życzę ci, abyś wiedział, że plan A jest nadal

aktualny. Plan A to słowo, które Bóg wypisał nad twoim życiem, zanim powstał czas i piekło, przed upadkiem i całą twoją głupotą.

Marzenie, które Ojciec miał w swoim sercu przed stworzeniem świata, pozostaje tym marzeniem, nad którym pracuje i w którego tajemnicę wprowadza cię dzisiaj.

To marzenie nie ma nic wspólnego z twoimi marzeniami o ucieczce od traumatycznych doświadczeń, jakie były twoim udziałem, ani z marzeniami o byciu kimś wielkim, znaczącym i ważnym. Plan A jest Jego marzeniem o jedności z Jego synami. Nawet jeśli wybieraliśmy drogi od B do Z, *plan A wciąż jest aktualny!*

Czy ta książka jest dla ciebie?

Ta książka jest dla mężczyzn i kobiet zadających sobie poniższe pytania:

1. Czy nierozwiązane konflikty z mojej przeszłości, które nadal dominują w mojej teraźniejszości i głęboko zagrażają mojej przyszłości, mogą być naprawdę rozwiązane raz na zawsze?
2. Czy mogę żyć w autentycznej wolności, która pochodzi z konfrontacji z prawdą o sobie, o innych i o Bogu?
3. Czy jest jakieś wyjście z tego życiowego bałaganu, którego sobie narobiłem?

W miarę jak będę opowiadała swoją podróż przez życie, mam nadzieję dać ci odpowiedzi na te pytania i pomóc:

- Odkryć moc Krzyża, by poradzić sobie ze zniszczeniami, rozczarowaniami, zniechęceniem i deprawacją doświadczanymi w najważniejszych relacjach w twoim w życiu.

- Poczuć chęć do przyjęcia bezwarunkowej i nieokielzanej miłości Boga, zamiast wymagać i żądać, aby inni udowodnili swoją miłość do ciebie; otrzymanie tego przyrodzonego prawa do doświadczania miłości staje się fundamentem kochania Boga, siebie i innych.
- Być wolnym, aby doświadczyć życia opartego nie na tym, że „inni są mi coś winni”, ale raczej na założeniu, że „jestem dłużnikiem wszystkich ludzi”.
- Odzyskać nadzieję, że bez względu na to, jak brutalne mogą być twoje obecne realia, dzięki prawdziwej wierze w Boga w końcu zwyciężysz.
- Odkryć moc Krzyża, aby rozwiązać twój konflikt z ludźmi i wyjaśnić oraz zakończyć twój spór z Bogiem.
- Rozpoznać, że wynikająca z tego gorycz zamknęła cię w pułapce samozadowolenia i stylu życia, w niewoli twoich własnych żądz, uczuć, nałogów i uzależnień. (Jest to korzeń epidemii grzechu seksualnego).
- Poczuć wezwanie do wzięcia pełnej odpowiedzialności za to, jak zdecydowałeś się radzić sobie z głębokim bólem w swoim życiu, który jest wynikiem zdeprawowanej natury odziedziczonej po Adamie.
- Uświadomić sobie, że bez względu na to, jak bardzo próbowałeś znaleźć życie poza relacją z Bogiem, Jego lojalność wobec ciebie pozostała niewzruszona, a Jego plan dla ciebie niezmienny. Słowo, które wypisał nad twoim życiem przed założeniem świata, czeka na twój wolny wybór. Plan A wciąż jest aktualny.
- Przyjąć odpowiedzialność – kiedy już wejdiesz w to życie

dla siebie – aby stać się drzwiami dla innych, którzy chcą w nie wejść, a tym samym stać się tym, który przekazuje to życie innym.

- Uznać, że nie tylko wypełniasz wolę Boga – ty jesteś wolą Boga.
- W pełni przyjąć, że twoje prawdziwe ja jest nowym stworzeniem i jako nowe stworzenie – jako syn Boga – masz udział w pełnym życiu Chrystusa. Życie wieczne jest twoim życiem i w tym nowym życiu nie ma splugawienia, goryczy, winy, grzechu, zamieszania, złości, walki, nienawiści, morderstwa, pobłażania sobie, zwątpienia, szaleństwa, uzależnienia, pychy, religii i wszystkich jej pułapek.
- Dać się sprowokować, aby wejść w proces prawdziwego uczniostwa – dojść do końca samego siebie i wejść w swoje życie jako syn Boga. To jest czas, aby wyjść z miejsca, w którym twój rozwój został zatrzymany, a wkroczyć w rzeczywistość trwającego wzrastania.

Moja nadzieja

Moja jedyna nadzieja leży w pełnym wyzwoleniu, które przynieść może tylko Krzyż Jezusa Chrystusa. Jest to wybawienie od twojego ja do ducha – od cielesności do Ojca.

W tej książce dzielę się ważnymi momentami z mojego życia. Mam nadzieję, że czytając ją, nie zobaczysz tylko osoby, która doświadczyła wielkiej traumy, ale że rozpoznasz grubą nić niezależności i polegania na sobie samej, która kształtowała się przez całe moje życie, kiedy próbowałam poradzić sobie z moim głębokim bólem w oderwaniu od Boga – i jak bardzo to było i jest niewystarczające.

Celem tej narracji jest zdemaskowanie naszego ja, naszej cielesności, jako nieudolnego pocieszyciela i żywiciela, którym jest, i przyprowadzenie do domu Ojca wszystkich, którzy są gotowi i chętni, aby znaleźli wszystko, czego potrzebują. Ten moment w historii wymaga, aby każdy z nas był wolny, silny, niezrażony i gotowy, by iść z Bogiem. Powstajemy z popiołów własnej cielesności.

Mam nadzieję, że czytając moją historię, zobaczysz w niej *swoją*.

Winieta zwycięstwa

Gdy pochylałam się nad łóżkiem, by pocałować tatę na pożegnanie, usłyszałam, jak Duch Święty mówi do mnie: „To ostatni raz, kiedy widzisz go przytomnego i żywego”. I tak się stało. Jakby w zwolnionym tempie – stojąc w domu, w którym byłam wykorzystywana, nad łóżkiem, w którym byłam wykorzystywana, i nad człowiekiem, który mnie wykorzystywał – poznałam najgłębsze znaczenie tych słów: „To, co kiedyś było warownią wroga, teraz stało się twierdzą Pana”.

Nie było już w moim sercu i w moich myślach nienawiści oraz żądzы morderstwa. Nie było już fantazji i bajek, które opowiadałam sobie przez lata, by poradzić sobie z dręczącą prawdą, że mój tato kochał siebie bardziej niż mnie, że jego potrzeby były ważniejsze niż chronienie mnie. Rzeczywistość została skonfrontowana i poprzez ból oraz wściekłość wyłoniła się inna, większa, nadrzędna rzeczywistość Chrystusa i moc Jego Krzyża pośród rzeczywistości człowieczeństwa i piekła.

Teraz w moim sercu pojawiła się nowa odmiana miłości – spokojna i pewna, niezłomna i prawdziwa – nie dlatego, że przymknęłam oko i udawałam, że wszystko jest w porządku, ale dlatego, że stawiałam temu czoła z Tym, który znał mój smutek, mój gniew i moje splugawienie. To nie dzieje się w ciągu jednego dnia czy tylko przez pochylenie głowy do modlitwy, ale przez powolne, metodyczne uwalnianie słodkiej Bożej sprawiedliwości i wyrzucenie się samego siebie.

Szanuję sposób, w jaki Bóg zabiera mnie z powrotem do ludzi i miejsc mojego największego zniszczenia, gdzie presja beznadziei próbuje zdusić Bożą obietnicę, a On czyni je miejscami zwycięstwa, mocy i triumfu dzięki upojnemu, świeżemu powietrzu swojego niezniszczalnego życia.

Słyszę, jak szepczę do Jezusa: „O, śmierci, gdzież jest twoje źródło? Piekło, gdzież jest twoje zwycięstwo?”

Ten moment był dla mnie winietą zwycięstwa – prawdziwym obrazem w czasie i przestrzeni, gdzie mogłam zobaczyć, w wysokiej rozdzielczości, jak Bóg sprawia, że trauma, której doświadczyłam, działa na moją korzyść, kiedy pozwalam Mu się o siebie zatroszczyć, kiedy porzucam moją upartą determinację, by wziąć sprawiedliwość w swoje ręce. W końcu wyrwam się ku Niemu i wychodzę z mojej najważniejszej i kluczowej traumy, jaką była wściekła niezależność od Niego.

Był maj 2001 roku, kiedy po raz ostatni widziałam mojego tatę, ale piekło zaczęło się na początku lat sześćdziesiątych – gdzieś pomiędzy trzecim a piątym rokiem mojego życia.

Było o wiele za wcześnie, aby zdradzić niewinność dziecka, ale był to najlepszy moment, by moja odziedziczona skłonność do polegania na sobie zaczęła się ujawniać.

Na kolejnych stronach znajdziesz splot osobistej narracji i wyjawionej prawdy. Oba te elementy są głęboko osobiste. Nie dziel się nimi lekko lub z lekceważącym podejściem do wagi słów, które za chwilę przeczytasz, i wpływu, jaki mogą one mieć na Ciebie, zwłaszcza jeśli dzielimy podobną historię.

Zamieszczam to ostrzeżenie z góry, ponieważ wiem, że będę mówić o rzeczach wrażliwej natury i o sekretnym świecie, w którym wielu z nas żyło. Jeśli to jest coś, co wprawia Cię w zakłopotanie, proszę miej wzgląd na siebie podczas czytania. To nie jest dla osób o słabym sercu.

Jak możesz to zrobić?

1. Módl się! Módl się do Tego, który doprowadził Cię tak daleko.
2. Czytaj tylko krótkie fragmenty książki na raz, zawsze pamiętając, że możesz ją odłożyć w każdej chwili i wrócić do niej później.
3. Pamiętaj, że tym razem nie musisz stawiać czoła wszystkiemu sam. Jesteśmy w tym razem z Bogiem.
4. Pozostań z Bogiem w rosnącej zależności, a zapewniam Cię – dasz radę.

Mam nadzieję, że dzieląc się moją historią z mojego szczególnego punktu widzenia, pomogę Ci dostrzec swoją własną historię w nowym świetle i z nowej perspektywy. Zdecydowanie zbyt często patrzymy na naszą traumę w jednym tylko wymiarze; patrzymy na to, co nam się przydarzyło. Chcę poszerzyć Twój ogląd, abyś zrozumiał, że próbowałeś sobie z tym wszystkim poradzić jak z wielkim problemem. Powtarzam, że czytanie tego może sprowokować reakcje, które wolałbyś w sobie stłumić. Ale ja twierdzę, że to odwaga i głęboki, prowokujący głód uwolnienia

doprowadziły cię do odkrycia tej książki. *I wierzę, że to nie jest tylko moja historia, ale nasza historia.*

Sprawą nagłą jest, abyśmy nie skupiali się już dłużej głównie na tym, kto lub co atakuje nas w sferze publicznej, ale abyśmy stawili czoła temu, co kontroluje nas w sferze prywatnej, osobistej. Nierozwiązane konflikty z ludźmi i wewnętrzny spór toczony z Bogiem nigdy nie rozplywają się w powietrzu – są po prostu odkładane na kolejny dzień. Żyjemy w czasach, kiedy to, co pozostaje nierozwiązane i nieprzebaczone, wypływa na powierzchnię i miota się jak łodzie podwodne w szalejących falach oceanu. Zalewają nasze ulice i wołają o sprawiedliwość. W tym wrażliwym i surowym stanie niebezpieczeństwo bycia manipulowanym przez uwodzicieli i atakowanym przez prześladowców sięga zenitu.

Nigdy nie doświadczymy pełni władzy w sferze publicznej, stojąc przed ludźmi, jeśli nie osiągniemy pełnego zwycięstwa w naszej sferze osobistej, prywatnej. Ten moment w naszej historii kładzie przed nami wyzwania, abyśmy stawili czoła naszym konfliktom i kontrowersjom w mocnym świetle prawdy Boga, przyjmując pełną moc Jego Krzyża. Już samo to przywróci nas do Ojca i Jego sposobu życia. Tutaj możemy uwolnić się ze swoich traum i splugawionej niezależności oraz osiągnąć przeznaczoną nam intymność i wytrwałe zaufanie do naszego Ojca.

Jest rzeczą niesłychanie pilną, abyśmy uciekli z płytkich wód kulturowego chrześcijaństwa, aby zanurzyć się i żyć w pełnej głębi chrześcijaństwa Krzyża. Bóg obrał fundament naszego więzienia na celownik i nic tego teraz nie powstrzyma. Zatem śmiało, moi przyjaciele, nieuchwytna wolność, której szukaliście, jest bliżej, niż myślicie.

Zaczynamy!

Zniszczona niewinność

Narodziny goryczy

*Mój ojciec... wyszedł i zostawił mnie,
ale BÓG mnie przygarnął.*

– Psalm 27,10

Czy kiedykolwiek miałaś wrażenie, że życie jest jedną wielką sprzecznością?

Ja wiem, że tak czułam.

Nie potrafię powiedzieć, ile razy śpiewałam tę starą piosenkę *Jezus mnie kocha, wiem to na pewno* – wciąż i wciąż, i wciąż. Nawet wtedy, gdy nosiłam na swoim ciele świeże ślady wykorzystania seksualnego przez mojego ojca, śpiewałam pieśni o Panu. To, moi przyjaciele, jest wielka sprzeczność w życiu – śpiewać o byciu kochanym, nosząc jednocześnie ślady wykorzystywania.

*Tak, to mocne stwierdzenie,
ale to była moja rzeczywistość.*

Nie pamiętam czasu w moim życiu, w którym nie wiedziałabym, kim jest Jezus, i nie wierzyła, że Biblia jest Słowem Bożym.

Przyjęłam Jezusa do swojego serca jako siedmioletnia dziewczynka i większość niedzielnych popołudni w okresie dojrzewania spędzałam na zgadywankach z Pismem Świętym, a przez całe lato przebywałam w wakacyjnej szkole biblijnej i na obozie kościelnym. Śpiewałam w chórze i w każdą środę jadłam kolację w kościele. Nigdy nie było wątpliwości co do tego, czy mama i jej pięcioro dzieci będą na szkółce niedzielnej lub na nabożeństwie. Byliśmy tam.

Moje najwcześniejsze wspomnienia to głębokie połączenie niewinności z przerażeniem. Niewinnie potrzebowałam taty, żeby mnie przytulił lub pocałował – co prawie zawsze prowadziło do horroru molestowania. Podchodziłam do niego z dziecięcej potrzeby miłości i czułości, a byłam wykorzystywana. Bycie młodą, potrzebującą i bezbronną czyniło mnie łatwą ofiarą.

Kiedy słyszałam, jak mój tata porusza się po domu wcześniej rano, zastygałam w przerażającym napięciu. Zawsze gwizdał, gdy zbliżał się do mojego pokoju. Miałam wrażenie, jakby nawet moje myśli się naprężyły i zaciskały, a ja przygotowywałam moje ciało na kolejne spotkanie ze złem.

Mój umysł stał się moim schronem.

Biegłam do niego za każdym razem, gdy słyszałam, że ojciec się zbliża. Jak upolowana ofiara sparalizowana oczekiwaniem na całkowitą bezsilność, leżałam nieruchomo i posłusznie. Moje mentalne mięśnie były często trenowane, a ich udawana siła dawała mi tymczasowe miejsce ucieczki.

Nienawidziłam siebie – takiej potrzebującej, bezbronnej i otwartej; nienawidziłam siebie tak łatwowiernej, naiwnej i głupiej, wciąż zbliżającej się do mojego ojca. Odbierałam też zawstydzające

wiadomości od oskarżyciela, który mówił: „Co jest w tobie takiego, co sprawia, że dorosły mężczyzna robi takie rzeczy?”. Diabeł nie omieszkał zawsze pospieszyć z piekielną odpowiedzią: „Musisz mieć jakąś szczególną władzę nad ludźmi”.

W uwodzeniu nie chodzi ostatecznie o seks czy piękno, a o władzę i kontrolę. Szepcze ono: „Mogę sprawić, że zrobisz to, co chcę”. To zapoczątkowało rozwój mojej bardzo głębokiej i sprzecznej dynamiki relacji z mężczyznami: zazdrościłam im pozycji władzy i jednocześnie pragnęłam ich aprobaty. W końcu zdałam sobie sprawę, że odnosi się to nie tylko do mężczyzn, ale do wszystkich sprawujących jakiś autorytet.

Czy czujesz, jak sprzeczna i złożona jest trauma?

Pamiętam subtelne sposoby, jakich mój tata używał, by sprawować tę ukrytą kontrolę nade mną jako młodą dziewczyną, nawet kiedy siedzieliśmy na sofie w naszym pokoju. Inni członkowie rodziny byli z nami, a jednak on manewrował tak sprawnie, że ludzkie oko nie było w stanie niczego zauważyć. Odczuwałam obrzydzenie, ale byłam wewnątrznie sparaliżowana.

Kiedy odwiedziłam dom mojego dzieciństwa jako osoba dorosła, byłam zdumiona, jakie małe były w nim odległości między pokojami. Wszystko wydawało się o wiele większe, kiedy byłam mała – ale kiedy przyjechałam w odwiedziny, wszystko zdawało się być takie ciasne.

Jak mógł to robić, kiedy moja matka i pozostałe rodzeństwo byli tak blisko? *Zastanawiam się, skąd wiedział, że będę milczeć?*

Często ludzie pytali mnie, jak sprawca może być tak odważny, by robić takie rzeczy, gdy inni są w pobliżu. Czy nie boi się, że ktoś coś powie? Dobrze jest pamiętać, że ta rzecz – ten wykorzystujący, uwodzicielski duch – żywi się dominacją i kontrolą. Wszystko opiera na milczeniu ofiary. Jest to demoniczna śmiałość, która rodzi zastraszenie i bezsilność u swoich ofiar. Jest drapieżna i czuje się zupełnie bezpiecznie, manewrując w ukryciu i ciszy,

kradnąc twoje bezpieczeństwo i ochronę. Jeśli nigdy nie byłęś w takiej sytuacji, wiem, że trudno jest zrozumieć, dlaczego nie krzyczałam, nie uciekałam, nie zgłosiłam tego – a jednak jestem pewna, że każda czytająca to ofiara rozumie dominujące poczucie uciszenia, które nade mną zapanowało.

Pamiętam, jak krzyczałam wniebogłosy w swoim pokoju, jednocześnie uważając, żeby nie wydać żadnego dźwięku. Wiedziałam bowiem, że jeśli wydobędzie się ze mnie prawdziwy krzyk, ktoś przybiegnie. Jakie pytanie z pewnością by zadali? „Co się stało?” A jeśli nie mogłabym im odpowiedzieć, jaki był sens krzyczeć? Więc co robiłam?

*Otwierałam drzwi mojego pokoju i wychodziłam,
jak gdyby nic się nie stało.*

Taki był mój sposób działania i radzenia sobie – prowadziłam dwa zupełnie różne życia. Jedno życie publiczne, a drugie prywatne; ofiara przemocy seksualnej o czwartej rano, klasowy klaun o ósmej. Można by pomyśleć, że skoro przez tyle czasu wszystko mentalnie sobie poukładałam we właściwym miejscu, powinnam być niezwykle samoświadoma i świetnie wiedzieć, jak się czuję. Myślę jednak, że moja zdolność do oceny tego, co się dzieje, została „stąpiona”, podczas gdy moje umiejętności przetrwania wyostrzały się. Hartowałam się wewnętrznie, żeby móc się bronić. Nauczyłam się manewrować i przetrwać, ale nie rozwijać się zdrowo i właściwie. Stałam się bardziej świadoma innych i tego, co czują i czego chcą, niż tego, co ja czuję lub czego oczekuję. Bycie zobowiązaną do spełniania potrzeb mojego taty nie zostawiało zbyt wiele czasu na zastanawianie się nad tym, co tak naprawdę działało się we mnie.

Czy kiedykolwiek wpadłeś w pułapkę tego sposobu myślenia? Uczenia się, jak przetrwać – niezależnie od tego, czym była lub jest twoja trauma – nie zdając sobie sprawy z tego, jak twoja samowystarczalność sprawia, że twoja trauma powtarza się w nieustannych cyklach? To z pewnością nie oznacza, że ty czy ja jesteśmy odpowiedzialni za to, co się nam przytrafiło, ale próba radzenia sobie z tym wszystkim na własną rękę jest aspektem utrwalania naszej traumy, którego wielu z nas nie zauważa. Życie w trybie przetrwania (w stanie, w którym zamiast żyć, usiłujemy przetrwać) może spowodować najbardziej beznadziejne i bolesne okresy w obszarze naszej osobistej traumy. Wiem, bo doświadczyłam tego. Może ty też. Nasze fałszywe postrzeganie rzeczywistości i niezdolność do mierzenia się z powagą okoliczności podtrzymują w nas najbardziej autodestrukcyjne tendencje do uległości, które rodzą się z naszej niezależności.

Wiele razy wmawiałam sobie, że mój tata był święty, a moja mama była wściekłą zrzędą. Stworzyłam sobie historię – narrację samoobrony – o tym, jaki był wspaniały, i opowiadałam o tym innym. To uchroniło mnie przed koniecznością stawienia czoła rozdzierającej, bolesnej prawdzie, że ojciec bardziej dbał o siebie niż o mnie. Ten schemat wciąż się powtarzał.

Ironią losu było to, że mój tata miał swoje wspaniałe strony. To sprawiało, że tortura związana z jego wielokrotnym odrzucaniem mnie była szczególnie dotkliwa. Gdyby przez dwadzieścia cztery godziny na dobę, siedem dni w tygodniu był po prostu potworem, o wiele łatwiej byłoby dosłownie spróbować go uderzyć. Ale ponieważ pod wieloma względami był tym spokojniejszym, łatwiejszym do rozmów rodzicem, mój wewnętrzny konflikt narastał. Na przykład kiedy potrzebowałam jakichś osobistych rzeczy ze sklepu, on je dla mnie kupował bez pytania czy wywoływania we mnie wstydu. To wtedy, kiedy wchodził do łazienki, gdy brałam prysznic, i zaglądał za zasłonę, czułam się bezwartościowa,

obnażona i zdezorientowana. W jednej chwili był wspaniały, a w następnej obracał tę wspaniałość na swoją korzyść. Był cudowny i niegodziwy.

*Nieważne, gdzie byliśmy – zawsze potrafił
znaleźć czas, żeby mnie wykorzystać
i wstrząsnąć mną do głębi.*

Chciałam krzyknąć i być jednocześnie kochana. Czy znalazłeś się kiedyś w takim potrzasku? Jest to coś, co może u wielu z nas spowodować poszukiwanie i zadowalanie się chorymi, dysfunkcyjnymi związkami. Być może tak jak ja byłeś przekonany, że miłość i wykorzystywanie idą ze sobą w parze. Z powodu tego perwersyjnego związku z moim ojcem poważnie wątpiłam, że mogę mieć jedno bez drugiego.

Podczas gdy aktywnie angażowałam się w ten zdemoralizowany i toksyczny paradygmat miłości, rozwijałam nienawiść do swojego ciała za to, że zdradziło mnie, reagując na bodźce, mimo że czułam obrzydzenie – kolejny przypadek sprzecznych emocji. Nic dziwnego, że wołałam je zablokować niż ich doświadczać. I wiedziałam, że na pewnym poziomie moje ciało zostało stworzone przez Boga, by reagować w dany sposób, kiedy jest dotykane w określonych miejscach w określonym czasie, ale czy Bóg chciał, żeby to się stało z moim ojcem, gdy miałam pięć lat? Nie! Włącznik światła został przyciśnięty przez niewłaściwą osobę w niewłaściwym czasie. Miłość została obudzona i rozbudzona przed czasem, a to, co skrzywione i nienormalne, zawsze już miało dominować jako norma.

Z wiekiem stopniowo coraz bardziej opierałam się wykorzystaniu. Z pewnością zaczęłam też bardziej opierać się Bogu,

mimo że byłam typowym dzieckiem wychowanym w kościele. W mojej duszy wciąż narastały konflikty i zamieszanie. Desperacko starałam się zdobyć kontrolę nad natłokiem moich myśli i uczuć. Chciałam je wszystkie usadzić na miejscu. Nie musiałam długo czekać, aż towarzysze zamieszania – zdeorientowane myślenie, rozczarowanie, uraza, krytyka i bunt – zaczęły we mnie pobrzmiwać jako coś oczywistego.

Na zewnątrz byłam inna niż w środku. To stało się dla mnie sposobem na życie – udawanie przed ludźmi kogoś, kim w mojej prywatnej rzeczywistości wcale nie byłam. Ten dwoisty aspekt moich umiejętności przetrwania jako osoby zadowolającej innych, klasowego klauna, psotnicy i nienawidzącej siebie, zamkniętej w sobie dziewczyny sprawiał, że nieustannie dostosowywałam się do rzeczy, których nie mogłam zmienić. Powoli narastała we mnie odraza do tej głębokiej sprzeczności, jaką w sobie nosiłam.

Nigdy nie przyszło mi do głowy, że mam wybór.

Potężny głos, który w tych dziecięcych latach przejmował nademną kontrolę, złobił we mnie coraz to głębsze emocjonalne koleiny, wyryte nieustannym powtarzaniem: „Nic nie możesz z tym zrobić”. Zastraszenie i bezsilność zamykały drzwi do resztek trzeźwego myślenia, jakie mogłabym z siebie wyrzesać. Wszystko się rozmywało i krwawiło, a ja nie potrafiłam powiedzieć, gdzie zaczynałam się ja, a gdzie kończył się mój ojciec.

*Nie mogłam sprawić, żeby przestał –
ale zdecydowałam, że jeśli nie mogę
go kontrolować, będę kontrolować swój ból.*

Wpatrywałam się w lustro, by uodpornić się na ból. Jeśli zaczynałam płakać, zmuszałam się, żeby nie płakać. Jeśli coś mnie swędziało, ćwiczyłam swoją wolę, żeby tego nie drapać. Brałam pasek i biłam się, myśląc, że poprzez to pokażę bólowi, kto tu rządzi. Hartowałam się z wielką determinacją, składając samej sobie przysięgę, że nigdy nie dam się przytłoczyć bólowi. Umacniałam się, by móc się bronić. Patrzyłam w to lustro i powtarzałam sobie, że nikt nigdy nie będzie w stanie mnie ponownie skrzywdzić. Kiedy frustracja narastała, powtarzałam to jak ochronną mantrę. Te słowa były jak mistyczna formuła, jak zaklęcie, które na siebie rzucałam. Nie wiedziałam, że w taki sposób zapraszałam samo piekło, by było moim obrońcą w tej gorzkiej i gniewnej ignorancji. Demon, który zadomowił się w moich doświadczeniach w dzieciństwie, wkraczał do akcji, potajemnie budując kwaterę dowodzenia, opartą o składane przeze mnie przysięgi, podczas gdy ja gorączkowo walczyłam, aby samodzielnie sobie z tym wszystkim poradzić.

Myślałam, że sprawuję kontrolę nad moim ciałem, które zdawało się zdradzać mnie na każdym kroku – ale paradoks polegał na tym, że można mnie było zdobyć za bardzo niewielką cenę.

W tym samym czasie inne ważne związki otwierały mnie na zdradę i upokarzający wstyd. Chociaż innym mogły wydawać się one szczenięcą miłością lub zwykłym rytuałem przejścia do dorosłego związku, to jednak dotyczyły one dobrze zakorzenionych prawd i przekonań w mojej psychice. Z coraz większą intensywnością utwierdzałam się w przeświadczeniu, że nigdy nie będę nikim innym, jak tylko drugorzędną, niegodną miłości osobą i śmiechu wartym pakunkiem, który można przekazywać sobie bezkarnie z rąk do rąk.

Nielojalność i rażące lekceważenie ze strony tych, o których myślałam, że mnie kochają, były widoczne jak na dłoni i demonstrowane przed moimi rówieśnikami. Słyszałam to wszystko bardzo

głośno i wyraźnie: „Nie jesteś wystarczająco dobra. Zawsze będziesz osobą drugiej kategorii. Nikt nie może cię naprawdę kochać. Twoje życie to wielki żart. Coś jest z tobą nie tak”.

Moje złamane serce i wstyd rosły w siłę. Polegając na swoich próbach radzenia sobie, zaczęłam oddawać się innym uzależniającym zachowaniom. Miałam szesnaście lat. Kiedy jedna marka papierosów przyprawiała mnie o mdłości, nie rzucałam palenia – po prostu zmieniałam markę. Kiedy otwierałam z trzaskiem puszkę piwa Miller, nie miałam pojęcia, że chwytam się linii wysokiego napięcia, które będzie mnie kontrolować przez lata. Byłam tylko dziewczyną, która chciała dobrze się bawić i zaznać trochę ukojenia. Jak niewinnie wygląda piekło, kiedy przychodzi z sierpem w ręku, by zżąć to, co przez lata zasiewało w wielkiej tajemnicy.

*Piekło żywiło się moim mrocznym przekonaniem,
że wszystko zależy ode mnie.*

W pewnym stopniu byłam świadoma alkoholizmu mojego ojca, jak również innych członków dalszej rodziny, ale jeszcze nie połączyłam kropek i nie słyszałam o przekleństwach pokoleniowych. Picie stało się moim stałym towarzyszem. Moje uzależnienie od troski o samą siebie i radzenia sobie samej pozwalało mojemu wewnętrznemu demonowi coraz bardziej się zakorzenić i lepiej ukrywać z każdym dniem. Im bardziej polegałam na moich własnych siłach, tym większy obszar mojej duszy zajęty był demoniczną kryjówką.

Przez wszystkie lata w liceum piłam, jednocześnie śpiewając w specjalnej grupie w kościele. Byłam liderem w grupie młodzieżowej, a jednocześnie urządzałam huczne imprezy w domu pastora podczas jego nieobecności. *Byłam ulubienicą klasy w szkole*

i ulubienicą mojego taty w domu. Sprzeczności zdawały się nie mieć końca. Żyłam, wyczekując dnia, w którym mogłabym wreszcie stamtąd zwać.

W czasach liceum marzyłam o dniu, w którym wyjadę na studia, będę samodzielna i odpowiedzialna za siebie. Byłam pewna, że to będą dobre czasy. Czasy, w których nikt nie będzie na mnie gwizdał w akcie taniego podrywu, bez zaciskania szczęki w oczekiwaniu na niechciane zaloty, czas brania prysznic w spokoju i robienia tego, na co, do cholery, mam ochotę.

Moje ciągłe unikanie Boga pozwoliło, by chwasty gorzkiej udręki i niezadowolenia rozpleniły się w całym moim życiu. Nie mając pojęcia, jak poradzić sobie z tym, w czym żyłam, zasadniczo ignorowałam to (i Boga), mając nadzieję na lepsze dni, kiedy już opuszczę dom rodzinny. Problem z tym planem polegał na tym, że chwasty tak po prostu nie usychają – one po prostu się rozsiewają. Moje chwasty były jak osty: jedno z najbardziej upartych. Te osty, chwasty goryczy, z każdym dniem coraz bardziej mi dokuczały. Jeśli nie wytępisz ostów na wczesnym etapie, możesz potrzebować lat, aby się ich pozbyć.

Kiedy lata w liceum dobiegły końca, zostałam wreszcie studentką pierwszego roku na uniwersytecie. Stawałam się coraz bardziej zatwardziała i uparta w stosunku do rodziny i Boga. Myślałam, że pójście na studia pozwoli mi uciec od nieszczęść mojego dzieciństwa.

Jedynym problemem było to, że zabrałam ze sobą samą siebie i rozpoznałam długą podróż ciągłego znęcania się nad samą sobą...

*Chociaż oddalona wiele kilometrów od mojego ojca,
wciąż czułam, jak krwawy atrament tatuażu traumy,
jaki pozostał mi po tej toksycznej relacji, sączy się
do wszystkich obszarów mojego życia.*

Im więcej alkoholu wypijałam, *tym bardziej wysychała moja dusza*. Okazało się, że stwarza to doskonale warunki rozwoju dla zakorzenionego we mnie zgorzknienia. Im bardziej wysuszony jest oset, tym więcej zostawia po sobie gorzkich nasion. Nie można nawet wyrzucać ostów na kompost używany później do nawożenia, ponieważ uporczywość tego chwastu sprawi, że będzie się rozprzestrzeniać. System korzeniowy ostów sięga głęboko w glebę i rozrasta się szeroko. Osty muszą być zwalczane u korzeni, jeśli chcemy pozbyć się ich na dobre.

Ważne jest, abyś to raczej ty wywierał presję na ostach, niż żeby to one wywierały presję na tobie. Wymaga to żarliwego i sumiennego zajęcia się korzeniem. Oset rozwija się w pełnym słońcu, więc kiedy żar życia spada na ciebie bez litości, stwarzasz mu optymalne warunki przetrwania i rozkwitu. W Liście do Hebrajczyków 12 czytamy: „Bacząc, żeby nikt nie pozostał z dala od łaski Bożej, żeby jakiś gorzki korzeń rosnący w górę, nie wyrządził szkody i żeby przezeń nie pokalało się wielu”.

Istnieją metody, żeby pozornie trzymać oset pod kontrolą, i są również sposoby na jego całkowite wyplenienie. Chciałam, aby ten oset, korzeń mojej goryczy, został wysadzony w powietrze, wypleniony i zniszczony. Ale nadal pozwalałam mu utrzymywać się przy życiu i wykonywać brudną robotę, która zanieczyszczała i dławiała moją nadzieję. Starłam się jedynie utrzymać go pod kontrolą, rozprawiając się z nowymi roślinami, gdy tylko się pojawiały, ale korzeń gorzkiej udręki nadal rozrastał się coraz dalej i głębiej – dotykając różnych obszarów mojego życia bez mojej świadomej zgody.

*Chwasty nie proszą o pozwolenie na rozrost...
One wkraczają bez pytania i zajmują cały
dostępny teren.*

Wierzyłam, że Bóg troszczy się tylko o to, *jak rzeczy wyglądają*, a nie o to, *jakie są naprawdę*. I w tym aspekcie trauma mojego oddzielenia od Boga stawała się coraz bardziej oczywista.

Dopiero kilka lat później, mając dwadzieścia cztery lata, stojąc u progu małżeństwa, zaczęłam z kimś dogłębnie rozmawiać o tych sprawach. W swoim pijackim upojeniu uważałam, że mój przyszły mąż ma prawo wiedzieć, na co się pisze, więc pewnego wieczoru wszystko z siebie przed nim wyrzuciłam. Wydaje mi się, że aby chronić samą siebie, przygotowywałam się z góry na odrzucenie. Czułam, że to nie fair, że musiałby walczyć z nieznanym wrogiem. Jeśli miałby walczyć, przynajmniej powinien znać jego imię. Myślałam też, że wybierając mojego męża, wybrałam kogoś, kto nigdy nie zaryzykowałby opowiedzenia się w swoim życiu za Jezusem.

Och, jakże się myliłam.

ĆWICZENIE

Rozważania do rozdziału pierwszego

Pytanie: Jakie rozpoznajesz w sobie umiejętności przetrwania, które ukształtowały w tobie skłonność do polegania na samym sobie? Przyjrzyj się uważnie sposobom, jakich używasz, by chronić samego siebie, aby poradzić sobie ze swoim bólem i uśmierzyć go. Gdzie szukasz ukojenia?

Pytanie: Jakie zauważasz w sobie miejsca wewnętrznego potrzasku, konfliktu, sprzeczności i zamieszania, które mogła wywołać trauma?

Pytanie: W czym upatrujesz początki i/lub źródła goryczy w swoim życiu?

Pytanie: W jaki sposób twoja koncepcja Boga wpłynęła na twoje poszukiwanie Go?
