

# Wyrazy uznania dla autora „Jak skutecznie przestać się spieszyć”

„Jako ktoś aż za dobrze obeznany z »chorobą pośpiechu«, rozpaczliwie potrzebowałem tej książki”.

– Scott Harrison, autor bestselleru  
„New York Timesa” – „Thirst”

„John Mark Comer jest nadzwyczaj utalentowanym przywódcą, mówcą i pisarzem. Znajdziecie tu wiele mądrych porad”.

– Nicky Gumbel, wikariusz parafii  
Holy Trinity Brompton w Londynie

„Ta książka jest niezbędna. I uwalniająca”.

– Annie F. Downs, autorka bestselleru  
„100 Days to Brave”

„Żadne pokolenie nie potrzebowało tej książki bardziej niż nasze. John Mark w pięknym stylu przepisał nam remedium na nasze przepracowane i zmęczone dusze”.

– Jeremy i Audrey Roloff, autorzy bestselleru  
„New York Timesa” – „A Love Letter Life”

**„Świetny gość; i jeszcze lepsza książka!”**

– Bob Goff, autor bestsellerów „New York Timesa” –  
„Miłość działa” oraz „Everybody, Always”

**„»Jak skutecznie przestać się spieszyć« przynosi odświeżenie, ożywienie i... szok dla organizmu. Pięknie i przekonująco napisana, stanowi prorocze przesłanie dla naszych czasów”.**

– Pete Greig, założyciel ruchu „24/7 Prayer”  
i starszy pastor Kościoła Emmaus Road  
w Guildford w Wielkiej Brytanii

**„John Mark Comer przekazał Kościołowi dar. Ta książka jest prosta, praktyczna i głęboko życiodajna. John Mark rozprawia się z bałwochwalstwem pośpiechu, które zadaje tyle ran naszym relacjom i emocjom, a dzięki swoim poradom przywraca nadzieję, pragnienie i wizję pięknego życia”.**

– Jon Tyson, główny pastor Church of the City  
w Nowym Jorku i autor „The Burden Is Light”

**„John Mark Comer swoją szczerością zachęca nas do przemyślenia sposobu, w jaki żyjemy, i prowadzi do samego sedna: albo pozbędziemy się wiecznego zabiegania, albo własnych dusz. »Jak skutecznie przestać się spieszyć« zainspiruje Was do dokonania trudnych, ale praktycznych wyborów, które całkowicie zmienią Waszą trajektorię życia na lepsze”.**

– Gabe Lyons, prezes „Q Ideas”

**„Okazuje się, że w naszej technologicznej, opartej na kalendarzu kulturze trudno jest prowadzić życie duchowo i psychicznie zdrowego naśladowcy Jezusa. W swojej książce John Mark Comer kieruje ku nam praktyczne, osobiste i trudne wezwanie,**

**abyśmy wyobrazili sobie nowe sposoby, na jakie możemy naśladować Jezusa w naszym życiu”.**

– Tim Mackie, współzałożyciel „The Bible Project”

**„Nie znaleźliśmy lepszego dyskursu ani antidotum na nasz kulturowy problem wiecznego zabiegania i pośpiechu niż słowa Johna Marka zawarte w tej książce. Publikacja jest nad wyraz pomocna i zachęcająca!”**

– Alyssa i Jefferson Bethke, autorzy bestselleru  
„New York Timesa” – „Love That Lasts”



**Jak  
skutecznie  
przestać  
~~się spieszyć~~**



**John Mark Comer**

**Jak  
skutecznie  
przestać  
się spieszyć**

Przedmowa: John Ortberg



Wydanie I • Ustroń 2023

Tytuł oryginału: *The Ruthless Elimination of Hurry*

Autor: John Mark Comer

Tłumaczenie: Karolina Siupa

Redakcja: Wiola Niedziela

Korekta: Agnieszka Luberadźka, Bartosz Szpojda

Skład i przygotowanie do druku: Sylwia Cupek

Projekt graficzny okładki (dostosowała z oryginału): Sylwia Cupek

Druk i oprawa: FINIDR, Czeski Cieszyń

This edition published by arrangement with WaterBrook,  
an imprint of Random House, a division of Penguin Random House LLC  
Published in association with Yates & Yates, [www.yates2.com](http://www.yates2.com)

Copyright © by John Mark Comer, 2019

Copyright © for the Polish edition by Wydawnictwo Szaron, 2022

Copyright © for the Polish translation by Wydawnictwo Szaron, 2022

Wszelkie prawa zastrzeżone.

Książka ani żadna jej część nie może być przedrukowywana, ani w jakikolwiek inny sposób reprodukowana czy powielana mechanicznie, fotooptycznie, zapisywana elektronicznie lub magnetycznie, ani odczytywana w środkach masowego przekazu bez pisemnej zgody wydawcy.

Jeśli nie zaznaczono inaczej, wszystkie cytaty biblijne pochodzą z Biblii Tysiąclecia (*Pismo Święte Starego i Nowego Testamentu*, wyd. 5, Poznań 2003).

Kursywa w cytatach biblijnych pochodzi od autora, dzięki jej zastosowaniu podkreśla on znaczenie danego fragmentu.

Wydawca: Szaron

Księgarnia | Wydawnictwo | Hurtownia

ul. 3 Maja 49a, 43-450 Ustroń

tel. 503 792 766

[wydawnictwo@szaron.pl](mailto:wydawnictwo@szaron.pl)

[zamowienia@szaron.pl](mailto:zamowienia@szaron.pl)

[szaron.pl](http://szaron.pl)

Książkę można nabyć u wydawcy.



Wydanie I, Ustroń 2023

ISBN 978-83-8247-102-1

Dla Dallasa Willarda – dziękuję



# Spis treści

- 15 Przedmowa
- 19 Prolog: Autobiografia epidemii

## **Część pierwsza:** Problem

- 33 Pośpiech: wielki wróg duchowego życia
- 45 Krótka historia prędkości
- 61 Coś ewidentnie szwankuje

## **Część druga:** Rozwiązanie

- 77 Wskazówka: większa ilość czasu  
nie jest rozwiązaniem
- 91 Tajemnica lekkiego jarzma
- 105 Tak naprawdę mówimy o życiowej zasadzie

**Przerywnik:** Czekaj, czy możesz powtórzyć,  
czym są te duchowe dyscypliny?

## **Część trzecia:** Cztery nawyki, które pozwolą Ci spowolnić tempo życia

- 125 Cisza i samotność
- 149 Szabat

- 183 Prostota
- 227 Spowalnianie

**Epilog:** Ciche życie

- 267 Podziękowania
- 269 Kilka słów o mnie...

**Przyjdźcie do Mnie wszyscy,  
którzy utrudzeni i obciążeni jesteście,  
a Ja was pokrzepię. Weźcie na siebie  
moje jarzmo i uczcie się ode Mnie,  
bo jestem cichy i pokornego serca,  
a znajdziecie ukojenie dla dusz waszych.  
Albowiem słodkie jest moje jarzmo,  
a moje brzemie lekkie.**

**– Jezus w Ewangelii Mateusza 11,28–30**



# Przedmowa

Najmądrzejszy i najlepszy człowiek, jakiego w życiu znałem, zapisał kilka przemyśleń na temat pośpiechu; przypuszczam, że po jego śmierci powieszono je w jego kuchni. „Pośpiech”, napisał, „to nadmierna gonitwa lub nagła konieczność. Kojarzy się z miotaniem, biegiem przez płotki, hałaśliwym zamieszaniem i huraganem”. Zdefiniował on „pośpiech” jako „stan gorączkowego wysiłku, w jaki człowiek popada w reakcji na swą niedoskonałość, strach i poczucie winy”. Sednem pośpiechu jest *zbyt wiele rzeczy do zrobienia!* Natomiast dobrodziejstwem wynikającym z uwolnienia się od pośpiechu nie jest przyjemność, ale zdolność do spokojnego i skutecznego wykonywania – z siłą i radością – tego, co jest naprawdę ważne. „Powinniśmy postawić sobie za cel”, napisał, „przejście przez życie bez jakiegokolwiek pośpiechu. Powinniśmy sformułować sobie jasny zamiar życia bez gonitwy, dzień za dniem. Począwszy od dzisiaj”.

Należy wytworzyć sobie w umyśle obraz tego, jakie miejsce w świecie zajmujemy przed Bogiem. Dzięki temu ujrzymy siebie w zupełnie innym kontekście. Psalm 23 nie mówi: „Pan jest moim pasterzem, dlatego muszę szybciej pędzić”. Pastarze rzadko biegają, w każdym razie ci dobrzy. Wspomniany wcześniej mądry człowiek zalecił, by zacząć eliminować rzeczy,

które „trzeba” zrobić, i zaznaczył, jak ważne jest, aby nie bać się „nicnierobienia”. Poradził, by zaplanować sobie takie chwile, i podkreślił, jak istotne jest radzenie sobie z paniką wywołaną brakiem zajęć. Zasugerował, by pozwolić sobie na tę panikę, poczuć, jak nas ogarnia, i nie szukać na nią rozwiązań.

John Mark Comer napisał prorocze słowo na nasze czasy. Jest porywający, szczery, wykształcony, zabawny i pokorny. Prowadzi nas na wielkie rozdroże. Podjęcie decyzji o życiu bez pośpiechu w naszych czasach przypomina nieco składanie ślubów ubóstwa w minionych wiekach – napawa przerażeniem. To akt wiary. Ale po drugiej stronie czekają wielkie bogactwa. Przebywanie w obecności danej osoby, kiedy pośpiech ulotnił się bezpowrotnie, oznacza szansę na innego rodzaju „Życie”.

Byłem mile zaskoczony, widząc dary mądrości rozsiane po całej książce: „Wszelkie najgorsze chwile... przytrafiają mi się, gdy się spieszę”. „Miłość, radość i pokój... są nie do pogodzenia z pośpiechem”. „Przeciętny użytkownik iPhone’a dotyka swojego telefonu 2617 razy *dziennie*”. (Tak na marginesie, psalmista powiedział: „Stawiam sobie zawsze Pana przed oczy [...]” [Ps 16,8]. Jak wyglądałoby moje życie, gdyby Bóg dotykał mojego umysłu równie często, jak ja dotykam mojego telefonu?). Zapewne wolność zawsze ma wielką cenę. A John Mark podjął decyzję, i zapłacił za nią cenę, aby dążyć do życia, które jest bezcenne. Wie, czym jest wybór i czym jest walka, i dlatego może przemawiać do tych z nas, którzy jesteśmy złaknieni i spragnieni.

Dwadzieścia wieków temu inny mędrzec powiedział: „Wyzykujcie chwilę sposobną, bo dni są złe” (Ef 5,16). Kiedyś myślałem, że to oznacza dni pełne zmysłowości i cielesnych pokus. I oczywiście, są one takimi, sądzą jednak, że oznacza to przede wszystkim, iż życie, które zostało nam przeznaczone, musimy prowadzić na czas. A my tak bardzo przyzwyczailiśmy się do

duchowo miernych dni – pełnych irytacji, lęku, skupienia na sobie i rozgorączkowania – że w pośpiechu odrzucamy własne życie.

Zatem na kolejnych stronach czeka Wielkie Zaproszenie. Weź głęboki oddech. Odłóż telefon komórkowy. Pozwól, by Twoje serce zwolniło. Pozwól Bogu zająć się światem.

John Ortberg



# Prolog:

## Autobiografia epidemii

Jest niedzielny wieczór, godzina dwudziesta druga. Siedzę z głową opartą o szybę samochodu Ubera, zbyt zmęczony, by siedzieć prosto. Wygłosiłem dzisiaj kazanie sześć razy – zgadza się, sześć. Kościół, którego jestem pastorem, właśnie dodał w grafiku *kolejne* nabożeństwo. Tak się przecież robi, prawda? Tworzy się przestrzeń dla ludzi. Do czwartego kazania jeszcze mi się to udawało, ale potem nie pamiętam już nic. Jestem wyczerpany – emocjonalnie, umysłowo, a nawet duchowo.

Kiedy doszliśmy do sześciu nabożeństw, zadzwoniłem do pastora pewnego megakościoła w Kalifornii, który też od jakiegoś czasu prowadził sześć spotkań.

– Jak ty to robisz? – zapytałem.

– Łatwizna – odparł. – To tak, jakbyś raz w tygodniu przebiegał maraton.

– Dobra, dzięki.

Klik.

Chwileczkę... Czy maraton nie jest naprawdę ciężki?

Zaczynam uprawiać biegi długodystansowe.

Tamten pastor wdaje się w romans i odchodzi z Kościoła.

Źle mi to wróży na przyszłość.

Docieram do domu, zjadam późną kolację. Nie mogę zasnąć, jestem jednocześnie przemęczony i podkręcony. Otwieram puszkę piwa. Leżąc na kanapie, oglądam jakiś nieznany film kung-fu, chiński, z napisami. Keanu Reeves gra tego złego<sup>1</sup>. Uwielbiam Keanu. Wzdycham. Ostatnio większość nocy spędzam w ten sposób, na kanapie, długo po tym, jak moja rodzina pójdzie spać. Nigdy wcześniej nie interesowałem się kung-fu; denerwuje mnie to. Czy to zwiastun nadchodzącej choroby psychicznej?

„Wszystko zaczęło się, gdy dostał obsesji na punkcie niszczenia filmów kung-fu...”

Rzecz w tym, że czuję się jak duch, na wpół żywy, na wpół martwy. A najbardziej czuję się odrętwiały, płaski, jednowymiarowy. Emocjonalnie żyję z ciągłym niepokojem, który rzadko mija, i odrobiną smutku, ale przede wszystkim czuję się duchowo... pusty. Zupełnie jakbym miał wydrążoną duszę.

Moje życie jest takie *szybkie*. A ja przecież lubię szybkość. Jestem typem A. Facetem, który prze do przodu pod wpływem impulsów i odwała całą wymaganą od niego robotę. Ale ten etap już dawno jest za mną. Pracuję sześć dni w tygodniu, od rana do nocy, a *wciąż* mam za mało czasu, by zdążyć ze wszystkim. Co gorsza, czuję, że jestem *ciągle w pośpiechu*. Jakbym przedzierał się przez każdy dzień, tak zajęty życiem, że tracę z oczu pojedyncze chwile. A czym jest życie, jeśli nie serią pojedynczych chwil?

Ktoś kojarzy to zjawisko? Bo chyba nie dotyczy to tylko mnie...

Poniedziałkowy poranek. Wstaję wcześnie. W pośpiechu idę do biura. Zawsze się spieszę. Kolejny dzień pełen spotkań. Wyjątkowo nie cierpię spotkań. Jestem introwertyczny

1 To było, zanim powrócił jako John Wick. Nie żebym widział ten film. To byłoby bardzo nie-Jezusowe...

i kreatywny, i jak większość osób z pokolenia millenialsów, szybko się nudzę. Mój udział w licznych spotkaniach to fatalny pomysł dla wszystkich zainteresowanych. Ale nasz Kościół rozrósł się bardzo szybko i to część problemu. Waham się, czy o tym pisać, ponieważ, uwierzcie mi, że to kłopotliwe: przez siedem lat z rządu nasz Kościół wzrastał o ponad tysiąc osób rocznie. Wydawało mi się, że tego właśnie pragnę – szybko rozwijający się Kościół to przecież marzenie każdego pastora. Ale niektóre życiowe lekcje, chociaż skuteczne, są bolesne – okazało się, że tak naprawdę wcale nie chcę być dyrektorem czy generalnym dyrektorem wykonawczym organizacji non-profit/ekspertem od spraw kadrowych/guru strategii/liderem liderów itd.

Wszedłem w tę dziedzinę, aby nauczać drogi Jezusa.

Ale czy *to* jest droga Jezusa?

A gdy mowa o Jezusie, to z tyłu głowy pojawia mi się ta przełazająca myśl, to dręczące sumienie pytanie, które nie chce zamilknąć:

*Kim ja się staję?*

Właśnie skończyłem trzydzieści lat (trzeci poziom!), więc trochę już przeżyłem. Wystarczająco, aby wyznaczyć trajektorię i określić charakter mojego życia na najbliższe kilka dekad.

Zatrzymuję się.

Oddycham.

Wyobrażam sobie siebie w wieku czterdziestu lat. Pięćdziesięciu. Sześćdziesięciu.

I nie jest to przyjemny widok.

Widzę człowieka, który „odniósł sukces”, ale mierzony za pomocą wszystkich niewłaściwych wskaźników: liczebności Kościoła, sprzedaży książek, zaproszeń do przemawiania, statystyk społecznych itp. oraz nowego, amerykańskiego

marzenia – własnej strony w Wikipedii. Pomimo że stale mówię o Jezusie, widzę człowieka, który jest chory emocjonalnie i płytki duchowo. Nadal trwam w małżeństwie, ale to obowiązek, nie rozkosz. Moje dzieci nie chcą mieć nic wspólnego z Kościołem; dla ich ojca był kochanką, którą ten wybrał i do której potajemnie uciekał, aby uśmierzyć ból swoich ran. Jestem w tym obrazie w zasadzie tym, kim jestem dzisiaj, tyle że starszym i gorszym. Spięty i zestresowany, rzucam szybkie, cięte uwagi wobec tych, których kocham najbardziej; jestem nieszczęśliwy; głoszę sposób życia, który lepiej brzmi, niż wygląda w rzeczywistości.

Aha, i zawsze się *spieszę*.

Dlaczego tak bardzo się spieszę, by zostać kimś, kogo nawet nie lubię?

Ta myśl uderza we mnie jak obuchem: w Ameryce można jednocześnie odnieść sukces, będąc pastorem, i ponieść porażkę jako uczeń Jezusa; można zdobyć Kościół i stracić duszę.

Nie chcę, aby tak wyglądało moje życie...

---

Trzy miesiące później: wracam samolotem z Londynu. Spędziłem tydzień na uczeniu się od moich charyzmatycznych anglikańskich przyjaciół życia w Duchu Świętym. To jakby zupełnie inny wymiar rzeczywistości, który do tej pory mi umykał. Ale z każdym kilometrem drogi na wschód wracam do życia, którego się boję.

W ostatni wieczór przed wyjazdem niejaki Ken modlił się za mnie z tym swoim eleganckim angielskim akcentem; miał dla mnie słowo, że zbliżam się do rozstaju dróg. Jedna odnoga drogi jest brukowana i prowadzi do miasta z oświetlonymi ulicami. Druga to piaszczysta, polna droga, wiodąca do lasu; prowadzi w ciemność, w nieznane. Mam pójść tą pełną drogą.

Nie mam pojęcia, co to oznacza. Ale wiem, że coś znaczy. Kiedy to mówił, czułem, jak moja dusza drży przed Bogiem. Ale co On chce mi powiedzieć?

Otwieram skrzynkę e-mailową i sprawdzam nieprzeczytane wiadomości; samoloty są na to dobrym miejscem. Mam zaległości, jak zwykle. Znowu złe wieści. Wielu pracowników jest na mnie poirytowanych. Zaczynam wątpić w ten cały megakościół. Nie tyle w jego wielkość, co w *sposób* jego prowadzenia<sup>2</sup>. Czy naprawdę chodzi o to, by gromada ludzi przyszła posłuchać wykładu, a potem wróciła do swojego zabieganego życia? Moje pytania wydają się gniewne i aroganckie. Jestem tak chory emocjonalnie, że po prostu wylewam z siebie toksyczne ścieki na nasz biedny personel.

Jaki jest aksjomat przywództwa?

„Jak żyją liderzy, tak żyje Kościół”<sup>3</sup>.

Psiakrew, mam nadzieję, że nasz Kościół nie skończy tak jak ja.

Siedzę zatem na miejscu 21C i zastanawiam się, jak odpowiedzieć na kolejny nieprzyjemny e-mail, gdy nagle w mojej głowie pojawia się zaskakująca myśl. Może to przez tę rozrzedzoną atmosferę na wysokości dziesięciu kilometrów, ale nie wydaje mi się. Ta myśl próbowała się przebić przez miesiące, jeśli nie lata, ale nie pozwalałem jej na to. Była zbyt niebezpieczna. Stanowiła zbyt duże zagrożenie dla status quo. Ale nadszedł czas, aby otworzyć klatkę umysłu i wypuścić ją na wolność.

2    Podoba mi się definicja „mega” jako „(1) skupionego na niedzieli, (2) opartego na osobowości i (3) zorientowanego na konsumenta”. W ten sposób można budować Kościół na dwa tysiące, dwieście lub dwadzieścia osób.

3    To zdanie pochodzi z książki Petera Scazzero, która głęboko ukształtowała moje życie i nasz Kościół: „The Emotionally Healthy Church: A Strategy for Discipleship That Actually Changes Lives”, Grand Rapids, MI: Zondervan 2003, s. 20. Będę się do niej często odwoływał na następnych stronach.

Oto ona: *Co by się stało, gdybym zmienił swoje życie?*

---

Trzy miesiące i tysiąc trudnych rozmów później, w trakcie których wciągałem wszystkich pastorów, mentorów, przyjaciół i członków rodziny w wir najważniejszej decyzji w moim życiu, siedzę na spotkaniu starszych Kościoła. Jest pora poobiednia. Jestem tylko ja i nasi główni liderzy. To jest ten moment. Od tej pory moja autobiografia będzie się dzieliła na okresy „przed” i „po”.

Mówię: „Składam rezygnację”.

Cóż, nie rezygnuję *per se*. Nie odchodzę. Jako Kościół mamy budynki i prowadzimy nabożeństwa w kilku lokalizacjach. (Zupełnie jakby jeden Kościół nie był aż nadto wystarczający dla takiego pastora jak ja). Nasz największy oddział znajduje się na przedmieściach. Spędziłem w nim ostatnie dziesięć lat swojego życia, ale moje serce zawsze było w centrum miasta. Pamiętam, jak jeszcze w liceum jeździłem moim volkswagenem busem z 1977 r. po Dwudziestej Trzeciej Ulicy i marzyłem o założeniu Kościoła w śródmieściu<sup>4</sup>. Nasz oddział Kościoła w centrum jest mniejszy. Dużo mniejszy. Powstał na o wiele twardszym gruncie; centrum Portland to świecka kraina czarów – wszystko skłania się tu przeciwko tobie. Ale to właśnie tutaj czuję, jak Duch Święty przynagla mnie, bym wylądował.

Czyli nie rezygnuję, a raczej się degraduję. Chcę prowadzić jeden Kościół w jednym czasie. Nowatorski pomysł, prawda? Moim marzeniem jest zwolnić tempo i uprościć styl życia. Chodzić pieszo do pracy. Zresetować mierniki sukcesu. Chcę się

4 Do was, mieszkańcy Portland – Dwudziesta Trzecia była kiedyś fajna. Trochę się zestarzałem, ale pamiętam, kiedy Urban Outfitters była nowością. To było coś, uwierzcie mi.

bardziej skupić na tym, kim się staję w procesie bycia uczniem Jezusa. Czy mogę to zrobić?

Odpowiadają mi, że tak.

(Bardziej prawdopodobne, że myślą: „Nareszcie”).

Ludzie będą gadać, jak zawsze: „Nie dał rady” (prawda). „Nie podołał intelektualnie” (nieprawda). „Nie był wystarczająco twardy” (okej, w większości prawda). O, a tego będę słuchał miesiącami: „Odwraca się od Bożego powołania dla swojego życia. Marnuje swój dar i popada w zapomnienie. Żegnaj”.

Niech gadają. Teraz mam nowe mierniki.

Kończę swój dziesięcioletni bieg w Kościele. Moja rodzina i ja bierzemy urlop szabatowy. To czysty akt łaski. Przez pierwsze pół roku jestem jakby w śpiączce, ale moja dusza powoli budzi się do życia. Wracam do dużo mniejszego Kościoła. Przeprowadzamy się do centrum miasta. Chodzę pieszo do pracy. Rozpoczynam terapię. Jedno słowo: wow. Okazuje się, że bardzo jej potrzebuję. Skupiam się na zdrowiu emocjonalnym. Pracuję mniej godzin. Chodzę na randki z żoną. Bawię się z dziećmi klockami Lego z „Gwiezdných Wojen” (robię to tylko dla nich, naprawdę). Praktykuję odpoczynek szabatowy. Odrzuwam się od Netfliksa. Po raz pierwszy od czasów liceum znowu czytam beletrystykę. Przed snem wychodzę na spacer z psem. No wiecie, żyję.

Brzmi świetnie, prawda? Może nawet utopijnie? Raczej nie. Czuję się bardziej jak narkoman po odstawieniu amfy. Kim jestem bez tego „mega”? Bez tej kolejki ludzi czekających na spotkanie ze mną? Wieczornej fali e-maili? Ciężko porzucić życie w pośpiechu. Ale po czasie przechodzę detoksykację. Czuję, jak moja dusza się otwiera. Nie ma fajerwerków na niebie. Zmiana następuje powoli, stopniowo i z przerwami; trzy kroki do przodu, krok lub dwa do tyłu. Są dni, kiedy mi się udaje, i są takie, kiedy znów popadam w pośpiech. Ale po raz

pierwszy od wielu lat zmierzam w kierunku dojrzałości, centymetr po centymetrze. Staję się bardziej podobny do Jezusa. I do samego siebie.

Nawet lepiej: znów czuję Boga.

Czuję własną duszę.

Znajduję się na piaszczystej polnej drodze i nie mam pojęcia, dokąd mnie zaprowadzi, ale nic nie szkodzi. Szczerze mówiąc, bardziej cenię to, kim się staję, niż to, dokąd zmierzam. I po raz pierwszy od wielu lat uśmiecham się do tego, co przede mną.

---

Moja podróż Uberem do domu i zachłanne oglądanie Keanu Reevesa miało miejsce pięć lat i pięć życ temu. Tyle się zmieniło od tamtej pory. Ta mała książka narodziła się z mojej krótkiej i mało spektakularnej autobiografii, z mojej podróży od życia w pośpiechu do życia, no cóż, w czymś innym.

W pewnym sensie jestem najgorszym możliwym kandydatem do pisania na temat pośpiechu. Jestem facetem, który na skrzyżowaniu stara się zająć pas, na którym stoją dwa samochody zamiast trzech; który chwali się, że w biurze jest „pierwszy do przyścia, ostatni do wyjścia”; szybko chodzi, szybko mówi, jest chronicznie wielozadaniowy i uzależniony od szybkości (dla jasności, nie *tej* szybkości). A przynajmniej taki byłem. Już nie jestem. Znalazłem zjazd z autostrady tamtego życia. Może więc jestem najlepszym kandydatem do napisania książki o pośpiechu? Sami zdecydujcie.

Nie znam Twojej historii, czytelniku. Całkiem prawdopodobne, że nie jesteś byłym pastorem megakościoła, który się wypalił i przeszedł kryzys wieku średniego w wieku trzydziestu trzech lat. Bardziej prawdopodobne, że jesteś studentem, na przykład dwudziestokilkuletnim mieszkańcem Chicago, pełnoetatową mamą w Melbourne lub pięćdziesięcioletnim brokerem

ubezpieceniowym z Minnesoty. Zaczynasz życie albo próbujesz je prowadzić.

Urodzony w Korei niemiecki filozof Byung-Chul Han zakończył swoją książkę „The Burnout Society”<sup>5</sup> przejmującym spostrzeżeniem na temat większości ludzi w świecie zachodnim: „Są zbyt żywi, by umrzeć, i zbyt martwi, by żyć”<sup>6</sup>.

Dokładnie taki byłem.

Czy tak jest i w Twoim przypadku? Choćby w niewielkim stopniu?

Każdy z nas ma własną historię i próbuje zachować zdrowie psychiczne w dobie iPhone’ów, Wi-Fi, całodobowych informacji w telewizji, urbanizacji, dziesięciopasmowych autostrad, ogłuszającego ruchu ulicznego, nieustającego hałasu i gorączkowego, rozpędzonego życia na piątym biegu, wiecznie do przodu, do przodu, *do przodu*...

Pomyśl o tej książce jak o naszym wspólnym spotkaniu przy filiżance portlandzkiej kawy (moja ulubiona to kenijska z kawiarni Heart przy Dwunastej Ulicy), podczas którego przekazuję Ci wszystko, czego nauczyłem się w ciągu ostatnich kilku lat na temat tego, jak poruszać się po zdradliwych wodach świata, który francuski filozof Gilles Lipovetsky nazywa „hipermodernistycznym”<sup>7</sup>.

Ale szczerze mówiąc: wszystko, co mam Wam do zaoferowania, kradnę z życia i nauk Jezusa z Nazaretu, mojego rabina, i nie tylko.

Moje ulubione zaproszenie Jezusa pochodzi z Ewangelii Mateusza:

5 Wypalone społeczeństwo, przyp. tłum.

6 B. Han, „The Burnout Society”, Stanford, CA: Stanford University Press 2015, s. 51.

7 G. Lipovetsky, „Hypermodern Times”, Malden, MA: Polity Press, 2005.

Przyjdźcie do Mnie wszyscy, którzy utrudzeni i obciążeni jesteście, a Ja was pokrzepię. Weźcie na siebie moje jarzmo i uczcie się ode Mnie, bo jestem cichy i pokornego serca, a znajdziecie ukojenie dla dusz waszych. Albowiem słodkie jest moje jarzmo, a moje brzemie lekkie<sup>8</sup>.

Czy czujesz się „zmęczony”?

Albo „obciążony”?

Czy odczuwasz głębokie zmęczenie nie tylko umysłu i ciała, ale także *duszy*?

Jeśli tak, to nie jesteś sam.

Jezus zaprasza nas wszystkich do wzięcia na siebie „lekkiego” jarzma. Oferuje łatwy sposób na to, by wziąć na swoje barki ciężar życia poprzez triumwirat miłości, radości i pokoju. Eugene Peterson przetłumaczył te słynne słowa Jezusa jako: „Życie w wolności i lekkości”<sup>9</sup>.

A co, jeśli sekret szczęśliwego życia (A jest to sekret, otwarty, ale jednak sekret, bo w przeciwnym razie, dlaczego zna go tak niewielu ludzi?); co, jeśli ten sekret nie jest „gdzieś tam daleko”, ale znacznie bliżej? A co, jeśli wystarczy, że zwolnisz na tyle, aby rozmażane, rozpedzone sceny z życia nabrały ostrości?

A co, jeśli sekret życia, którego pragniemy, jest tak naprawdę „prosty”?

Zanim zaczniemy, pozwól, że wyjaśnię kilka rzeczy:

Po pierwsze, nie jestem Tobą. Choć to rażąco oczywiste, trzeba to podkreślić. Przypuszczam, że ten manifest wobec życia w pośpiechu niektórych z Was rozdrażni; mnie też zjeżył na początku. Obnaża on głębokie pragnienie każdego z nas, by

8 Ewangelia Mateusza 11,28–30.

9 Ewangelia Mateusza 11,30, przekład *The Message* (tłumaczenie własne, przyp. tłum.).

żyć inaczej niż obecnie. Pojawi się pokusa, by uznać, że jestem oderwanym od rzeczywistości fantastą:

„On nie ma pojęcia, co to znaczy być samotną matką pracującą na dwa etaty, która stara się spłacić długi i co tydzień zarobić na czynsz”.

Masz rację, nie mam.

„On nie ma pojęcia, jak wygląda życie na stanowisku kierowniczym w warunkach społecznego darwinizmu rynku pracy”.

Może i prawda.

„On nie rozumie, jak to jest żyć w moim mieście/narodzie/pokoleniu”.

Być może.

Proszę tylko, abyś mnie wysłuchał.

Po drugie, nie jestem Jezusem, a tylko jednym z wielu Jego uczniów, który od jakiegoś czasu próbuje sobie poradzić. I znowu – to oczywiste. Mój plan na nasz wspólny czas jest prosty: przekazać kilka najlepszych rzeczy, których nauczyłem się, siedząc u stóp Mistrza. Człowieka, o którym najbliżsi przyjaciele mówili, że został namaszczoney olejkim radości bardziej niż ktokolwiek z jego towarzyszy<sup>10</sup>. W moim rozumieniu oznacza to, że był najszcześniejszą osobą na ziemi.

Większość z nas nawet nie *myśli* o tym, by szukać u Jezusa rady, jak być szczęśliwym. Szukamy takich rad u Dalajlamy, na lokalnym kursie *mindfulness* lub na zajęciach z psychologii pozytywnej Tal Ben-Shahara na Harvardzie. Oni wszyscy mają wiele dobrego do powiedzenia, i jestem im za to wdzięczny. Ale Jezus stanowi osobną kategorię, klasę samą w sobie. Spróbujcie zestawić Go z jakimkolwiek nauczycielem, tradycją czy filozofią – religijną czy świecką, starożytną czy współczesną – od Sokratesa, przez Buddę, Nietzschego, aż po Waszego dowolnego

10 List do Hebrajczyków 1,9.

autora podcastów jogi. Dla mnie Jezus pozostaje najbardziej błyskotliwym, wnikliwym i prowokującym do myślenia nauczycielem, jaki kiedykolwiek chodził po ziemi. I chodził po niej *powoli* (więcej na ten temat później). A zatem zamiast zapinać pasy, raczej rozsiądź się wygodnie.

Na koniec ujmę to wprost: Jeśli chcesz być „szybki i szybzy”, nie jest to książka dla Ciebie. Tak naprawdę nie masz nawet czasu na czytanie książek, może tylko przejrzyć pierwszy rozdział. Lepiej zabrać się za nią później.

Jeśli szukasz szybkiej recepty czy metody trzech kroków, opisanej łatwym skrótem literowym, to ta książka również nie jest dla Ciebie. Nie ma tu łatwej recepty na życie. Żadnego *life hacka* na bólczki duszy. Życie jest niezwykle złożone. Zmiana jeszcze bardziej. Każdy, kto twierdzi inaczej, chce Ci coś sprzedać.

Ale...

Jeśli jesteś zmęczony...

Jeśli jesteś zmęczony życiem, jakie znasz...

Jeśli masz niejasne podejrzenia, że być może istnieje lepszy sposób bycia człowiekiem...

Że być może umyka Ci to, co najważniejsze...

Że mierniki sukcesu, jakie wpoila Ci nasza kultura, mogą być wypaczone...

Że ten „sukces” wygląda raczej jak porażka...

A przede wszystkim, jeśli nadszedł Twój czas, i jesteś gotów wyruszyć w zupełnie nieintuicyjną i bardzo kontrkulturową podróż, aby odkryć swoją duszę w rzeczywistości Bożego Królestwa...

To ciesz się lekturą. Ta książka nie jest ani długa, ani skomplikowana. Jednak wszyscy mamy swoje tajemnice do przekazania...

**Część  
pierwsza:**

**Problem**



# Pośpiech: wielki wróg duchowego życia

W zeszłym tygodniu jadłem lunch z moim mentorem Johnem. Dobra, przyznaję się: właściwie on nie jest moim mentorem; jest o wiele bardziej doświadczony i ma większe dokonania, ale regularnie jadamy razem lunch, a ja zadaję mu mnóstwo życiowych pytań z otwartym notesem na odpowiedzi pod ręką. John to taki typ, na którego widok od razu myślisz sobie: *chcę być taki, kiedy dorosnę*. Jest niesłychanie inteligentny, ale nie tylko – jest także mądry. Mimo to nigdy nie wydaje się ani trochę pretensjonalny, ani napuszony. Zamiast tego jest radosny, wyluzowany, dobrze się czuje we własnej skórze, odnosi szalone sukcesy (ale nie w ten irytujący celebrycki sposób), uprzejmy, ciekawy świata, podczas spotkania poświęca całą uwagę Tobie i temu, co mówisz... W zasadzie to tak właśnie wyobrażam sobie Jezusa<sup>11</sup>.

Tak się składa, że John (nazwisko Ortberg) jest pastorem i piosarzem z Kalifornii. Jego mentorem był inny mój bohater, Dallas

11 Wszystkie książki Johna Ortberga są świetne, ale „Eternity Is Now in Session: A Radical Rediscovery of What Jesus Really Taught About Salvation, Eternity, and Getting to the Good Place” (Carol Stream, IL: Tyndale 2018) oraz „Soul Keeping: Caring for the Most Important Part of You” (Grand Rapids, MI: Zondervan 2014) to moje ulubione.

Willard. Jeśli nie znacie tego nazwiska, to proszę bardzo, oto kilka słów o nim<sup>12</sup>. Willard był filozofem na Uniwersytecie Południowej Kalifornii, ale poza środowiskiem akademickim jest znany jako nauczyciel drogi Jezusa. Jego publikacje bardziej ukształtowały sposób mojego podążania za Jezusem – czy jak on by to ujął, stażu u Jezusa<sup>13</sup> – niż jakiegokolwiek innego nauczyciela spoza kanonu Pisma. Wystarczy wspomnieć, że John był podopiecznym Willarda przez ponad dwadzieścia lat, aż do jego śmierci w 2013 roku.

Nigdy nie miałem okazji poznać Willarda, więc kiedy po raz pierwszy usiedliśmy z Johnem w Menlo Park, od razu zacząłem go namawiać na opowiadanie historii z jego życia. Trafiliśmy na żyłę złota.

Oto jedna z nich, o której nie mogę przestać myśleć:

John dzwoni do Dallas z prośbą o radę. Jest koniec lat dziewięćdziesiątych. John pracował wtedy w Kościele Willow Creek w Chicago, jednym z najbardziej wpływowych Kościołów na świecie. Sam John jest uznanym nauczycielem i autorem best-sellerów – typem człowieka, o którym myśli się, że staż u Jezusa ma już *za sobą*. Ale w skrytości czuł się tak, jakby wsysał go wir megakościelnego szaleństwa.

12 Proszę, odłóż tę książkę i kup „Odnowienie serca. Jak przyoblec się w charakter Chrystusa przez przemianę ducha?” wyd. Aetos Media 2018, i przeczytaj ją zamiast tej.

13 Pytasz, od której książki powinienem zacząć? Ech, co za niemożliwe pytanie. „The Divine Conspiracy: Rediscovering Our Hidden Life in God” (Nowy Jork: HarperCollins 1998) to wielkie dzieło Dallasa Willarda. „The Spirit of Disciplines: Understanding How God Changes Lives” (Nowy Jork: HarperCollins 1988) to najbardziej wpływowa książka, jaką w życiu przeczytałem. Ale te dwie są najtrudniejsze do przeczytania. „The Great Omission: Reclaiming Jesus’s Essential Teachings on Discipleship” (New York: HarperCollins 2006) jest najłatwiejszą lekturą i świetnie oddaje sedno przesłania jego życia. Natomiast „Odnowienie serca” to najlepsza lektura-pigułka dzieł Willarda w jednym miejscu. Wybierz swoją własną przygodę!

Rozumiałem go.

Dzwoni więc do Willarda i pyta: „Co muszę zrobić, aby stać się takim, jakim chcę być?”<sup>14</sup>.

Po drugiej stronie zapada długa cisza...

Słowami Johna: „Z Willardem zawsze tak było, że w rozmowie przez telefon zapadała długa cisza”.

Potem słyszy: „Musisz kategorycznie wyeliminować ze swojego życia pośpiech”.

Czy możemy na chwilę się zatrzymać i wspólnie uznać, że to *genialna* myśl?

Dzięki, czytelniku...

John zapisuje tę sentencję w swoim dzienniku – szkoda, że to było przed czasami Twittera, bo wówczas taki post rozsadziłby internet. Potem pyta: „Dobra, co jeszcze?”.

Kolejny raz następuje długa cisza...

Willard: „Nie ma nic do dodania. Pośpiech jest wielkim wrogiem duchowego życia w naszych czasach. Musisz bezwzględnie wyeliminować pośpiech ze swojego życia”.

Koniec historii<sup>15</sup>.

Kiedy po raz pierwszy to usłyszałem, poczułem, jak głęboki ma to związek z otaczającą rzeczywistością. Pośpiech jest głównym źródłem wielu toksycznych zachowań w naszym świecie.

A mimo to odpowiedź Willarda jest dla mnie zaskoczeniem. Mieszkam w jednym z najbardziej świeckich i postępowych miast w Ameryce. Jednak gdybyś zapytał mnie: „Co jest

14 Parafrazuję jego pytanie, opierając się na tytule znakomitej książki Johna Ortberga „Ja, którym chcę być. W poszukiwaniu Bożej wersji siebie”, wyd. Esprit 2011. Jest bardzo, bardzo dobra.

15 Ta historia znajduje się również na stronie dwudziestej książki „Soul Keeping” Johna Ortberga, która, nawiasem mówiąc, jest prawdziwą perełką. Czytam ją każdego lata. Sparafrazowałem nieco język Ortberga, ale cytat z Willarda jest dosłowny.

największym wyzwaniem dla twojego życia duchowego w Portland?”), nie jestem pewien, co bym odpowiedział.

Zapewne powiedziałbym, że to nowoczesność lub ponowoczesność, liberalna teologia, popularyzacja ewangelii dobrobytu, redefinicja małżeństwa i seksualności, rozmycie idei płci, pornografia w internecie, miliony ludzkich pytań na temat przemocy w Starym Testamencie, upadki pastorów-celebrytów czy Donald Trump. Nie wiem.

Jak Ty odpowiedziałbyś na to pytanie, czytelniku?

Załóżę się, że mało kto podałby „pośpiech” jako odpowiedź.

Ale zajrzyjmy do Biblii: szatan nie pojawia się w niej jako demon z widłami i chrapliwym głosem palacza ani jako Will Ferrell z gitarą elektryczną i ogniem, jak w programie „Saturday Night Live”. Jest o wiele bardziej inteligentny, niż nam się wydaje. Dziś o wiele bardziej prawdopodobne jest, że wróg przyjmie postać powiadomienia w telefonie podczas czytania Biblii, wielodniowego oglądania Netfliksa, uzależnienia od „instagramowej dopaminy”, sobotniego poranka w biurze, kolejnego meczu piłki nożnej w niedzielę czy serii przeróżnych spraw do załatwienia w życiu na pełnych obrotach.

Corrie ten Boom powiedziała kiedyś, że jeśli diabeł nie da rady zmusić cię do grzechu, to sprawi, że będziesz bardzo zajęty. To prawda. Zarówno grzech, jak i zabieganie odnoszą dołącznie ten sam skutek – odcinają Cię od Boga, innych ludzi, a nawet od Twojej własnej duszy.

Słynny psycholog Carl Jung miał takie swoje powiedzenie:

Pośpiech nie pochodzi *od* diabła; pośpiech *jest* diabłem.

Jung, nawiasem mówiąc, był psychologiem, który opracował wskaźniki introwertycznych i ekstrawertycznych typów osobowości, a jego praca stała się później podstawą testu typów

osobowości Myersa-Briggsa (jest tu ktoś INTJ?). Wystarczy powiedzieć, że Jung wiedział, o czym mówi.

Niedawno rozmawiałem o wizji naszego Kościoła z moim terapeutą, kochającym Jezusa, ultrainteligentnym profesjonalistą z doktoratem. Mielśmy marzenie przebudowania naszych wspólnot tak, by bardziej skupiły się na uczeniu od Jezusa. (Dziwnie się czuję, pisząc coś takiego, bo niby co innego mieliśmy robić jako Kościół?) Spodobała mu się ta wizja, ale ciągle powtarzał jedno: „Podstawowym problemem, z jakim się zmierzycie, jest *czas*. Ludzie są po prostu zbyt zajęci, aby prowadzić zdrowe emocjonalnie, bogate duchowo i dynamiczne życie”.

Co ludzie zwykle odpowiadają, gdy pytasz ich zwyczajowo: „Jak się miewasz?”.

„Och, dobrze – tylko jestem *zajęty*”.

Zauważ, że usłyszysz tę odpowiedź wszędzie: bez względu na pochodzenie etniczne, płeć, etap życia, a nawet klasę społeczną. Studenci szkół wyższych są zajęci. Młodzi rodzice są zajęci. Rodzice już dorosłych dzieci, mieszkający na polu golfowym, są zajęci. Prezesi firm są zajęci; baristki i niańki pracujące na pół etatu. Amerykanie są zajęci, Nowozelandczycy są zajęci, Niemcy są zajęci – wszyscy jesteśmy zajęci.

Oczywiście, istnieje też zdrowy rodzaj tego zjawiska, kiedy życie wypełnione jest rzeczami istotnymi i nie marnuje się go na pustą rozrywkę czy pogoń za błahostkami. Według tej definicji sam Jezus był zajęty. Problemem nie jest *wiele* rzeczy do zrobienia, ale *zbyt wiele* rzeczy do zrobienia, kiedy jedynym sposobem na wyrobienie się ze wszystkim jest pośpiech.

*Ten* rodzaj bycia zajęтым uwiera nas wszystkich.

Michael Zigarelli z Wyższej Szkoły Biznesu na Uniwersytecie Południowym w Charleston przeprowadził ankietę pt. „Przeszkody na drodze do wzrostu” wśród ponad dwudziestu tysięcy chrześcijan na całym świecie i określił „bycie zajęтым” jako

główny czynnik odwracający uwagę od życia duchowego. Posłuchajcie uważnie jego hipotezy:

Możliwe, że (1) chrześcijanie wtapiają się w kulturę bycia zajęтым, pośpiechu i przeładowania, co sprawia, że (2) Bóg staje się w ich życiu coraz bardziej marginalizowany, a to powoduje (3) pogorszenie się ich relacji z Bogiem, przez co (4) stają się coraz bardziej podatni na przyjęcie świeckich modeli stylu życia oraz (5) poddają się kulturze zabiegania, pośpiechu i przeciążenia. A potem cykl zaczyna się od nowa<sup>16</sup>.

A tak przy okazji, najgorsi są pastorzy. Poziom zabiegania w mojej branży ocenił na równi z prawnikami i lekarzami.

To znaczy nie mój poziom, tylko *innych* pastorów...

Jak mówi trafne fińskie przysłowie: „Bóg nie stworzył pośpiechu”.

To nowe, szybkie tempo życia nie jest chrześcijańskie, jest anty-Chrystusowe. Zastanówcie się nad tym: Co ma najwyższą wartość w ekonomii królestwa Chrystusa? To proste: miłość. Jezus wyraził to bardzo jasno. Powiedział, że największym nakazem w całej Torze jest: „Miłuj Pana Boga swego całym swoim sercem, całą swoją duszą i całą swoją mocą”, a dopiero potem: „Miłuj swego bliźniego jak siebie samego”<sup>17</sup>. Ale miłość jest boleśnie czasochłonna. Wiedzą o tym wszyscy rodzice, podobnie jak wszyscy zakochani i większość wieloletnich przyjaciół.

Pośpiech i miłość są nie do pogodzenia. Wszystkie najgorsze chwile jako ojca, męża, pastora, a nawet jako człowieka

16 M. Zigarelli, „Distracted from God: A Five-Year, Worldwide Study”, Christianity 9 to 5, 2008, [bit.ly/3HyTEUU](http://bit.ly/3HyTEUU)

17 Patrz: Ewangelia Marka 12,28–31, gdzie Jezus cytuje dwa polecenia: pierwsze z Księgi Powtórzonego Prawa 6,4–5, a drugie z Księgi Kapłańskiej 19,18.

przytrafiają mi się, gdy się spieszę – kiedy spóźniam się na spotkanie, nie wyrabiam się z moją nierealistyczną listą rzeczy do zrobienia czy próbuję zmieścić zbyt wiele spraw w planie dnia. Wyływa ze mnie złość, napięcie i krytyczne zrządzenie – antytezy miłości. Jeśli mi nie wierzysz, to następnym razem, gdy będziesz próbował wyciągnąć z domu swoją żonę typu B i trójkę małych, łatwo rozpraszaających się dzieci, a będziesz spóźniony (w tej kwestii mam bogate doświadczenie), to zwróć uwagę na to, jak się do nich odnosisz. Czy to wygląda na miłość? A może to raczej wzburzenie, gniew, kąśliwe komentarze i surowe spojrzenie? Pośpiech i miłość są jak woda i olej: po prostu nie łączą się ze sobą.

To dlatego w definicji *miłości* apostoła Pawła pierwszym jej określeniem jest „cierpliwa”<sup>18</sup>.

Nie bez powodu mówi się o „chodzeniu”, a nie o „bieganiu” z Bogiem. Dzieje się tak dlatego, że Bóg jest miłością.

Nieżyjący już japoński teolog Kosuke Koyama w swojej książce „Three Mile an Hour God”<sup>19</sup> ujął to następująco:

Bóg porusza się „powoli”, ponieważ jest miłością. Gdyby nie był miłością, działałby o wiele szybciej. Miłość ma swoją prędkość. To prędkość wewnętrzna. To prędkość duchowa. Inna niż ta technologiczna, do której jesteśmy przyzwyczajeni. Jest „powolna”, ale góruje nad wszystkimi innymi rodzajami prędkości, ponieważ to prędkość miłości<sup>20</sup>.

W naszej kulturze *powolny* to określenie negatywne. Gdy ktoś ma niskie IQ, mówimy, że wolno myśli. Gdy obsługa w re-

18 Pierwszy List do Koryntian 13,4.

19 „Bóg trzy mile na godzinę”, przyp. tłum.

20 K. Koyama, „Three Mile an Hour God”, Maryknoll, NY: Orbis 1980, s. 7.

stauracji jest kiepska, mówimy, że jest powolna. Kiedy film jest nudny, znów narzekamy, że jest powolny. Dla przykładu, słownik języka angielskiego Merriam-Webster jako definicję słowa „powolny” podaje: „Umysłowo przytępiony; głupi; naturalnie bezwładny lub ośpały; powolny w działaniu, bez szybkości lub chęci”<sup>21</sup>.

Przesłanie jest jasne: bycie powolnym jest złe; szybkim jest dobre.

W tym postawionym na głowie królestwie nasz system wartości jest wywrócony do góry nogami: pośpiech pochodzi od diabła, powolność od Jezusa, ponieważ On to chodzący obraz miłości w żywym ciele.

To samo odnosi się do radości i pokoju – dwóch innych podstawowych cech królestwa. W wizji królestwa według Jezusa miłość, radość i pokój to triumwirat. Te trzy to coś więcej niż tylko emocje; to ogólne cechy serca. Nie są to tylko przyjemne uczucia; oznaczają to, kim się stajemy poprzez bycie uczniami Jezusa, który uosabia je wszystkie *ad infinitum*.

A żadnej z nich nie da się pogodzić z pośpiechem.

Weźmy radość. Wszyscy mistrzowie duchowi, zarówno z obszaru tradycji Jezusa, jak i spoza niej (podobnie jak świeccy psychologowie, eksperci od *mindfulness* itp.) zgadzają się, że jeśli istnieje sekret szczęścia, to jest on prosty – skupienie się na chwili obecnej. Im bardziej jesteśmy obecni w momencie zwanym *teraz*, tym więcej czerpiemy z niego radości.

A spokój? Czy w ogóle muszę to uzasadniać? Pomyśl, czytelniku – kiedy spieszysz się na kolejne spotkanie, a nie wyrabiasz się ze wszystkim, to czy odczuwasz głęboki Boży *shalom* w swojej duszy? Gruntowny, niewzruszony spokój i dobrostan?

Reasumując: miłość, radość i pokój to absolutne podstawy

21 bit.ly/3jiYry (tłum. własne, przyp. tłum.).

tego, co Jezus stara się wyhodować na glebie Twojego życia. I żadnej z tych cech nie da się pogodzić z pośpiechem.

I znowu, jeśli mi nie wierzysz, to następnym razem, gdy będziesz wyciągał rodzinę (lub, jeśli jesteś singlem, na przykład współlokatora) na miasto, zwróć uwagę na swoje serce. Czy czujesz w nim miłość, radość i pokój? Oczywiście, że nie.

Mój mentor, który nie jest mentorem, John mądrze zauważył podczas któregoś naszego lunchu: „Nie potrafisz żyć w królestwie Bożym z duszą, która się spieszy”.

Nikt nie potrafi.

Pośpiech nie tylko odgradza nas od miłości, radości i pokoju królestwa Bożego – samego sedna tego, czego pragną wszystkie istoty ludzkie – ale także odgradza nas od *samogo Boga*, gdyż zwyczajnie kradnie naszą uwagę. A z powodu pośpiechu zawsze więcej tracimy, niż zyskujemy.

Tak o zwyczajstwie powiedział Walter Adams, duchowy przewodnik C.S. Lewisa:

Chodzić z Jezusem oznacza chodzić powoli, bez pośpiechu.

Pośpiech oznacza śmierć modlitwy, tylko utrudnia i psuje naszą pracę. Nigdy nie posuwa jej do przodu<sup>22</sup>.

Oznacza to, że w pośpiechu niewiele rzeczy można zrobić lepiej, za to bardzo wiele można zrobić gorzej. Szczególnie odnosi się to do naszego życia z Bogiem. A nawet naszej pracy *dla* Boga.

W taki sposób, z siłą huraganu, wypowiedział się Ronald Rolheiser, mój niekwestionowany ulubiony katolicki pisarz wszech czasów:

22 W. Adams, cytowany w książce Alana Fadlinga „An Unhurried Life: Following Jesus’ Rhythms of Work and Rest”, Downers Grove, IL: InterVarsity Press 2013, s. 94.

W dzisiejszych czasach wiele historycznych okoliczności ślepo nakłada się na siebie i przypadkowo spiskuje, by wytworzyć klimat, w którym trudno jest nie tylko myśleć o Bogu czy modlić się, ale zwyczajnie mieć jakąkolwiek wewnętrzną głębię...

Z różnych powodów, dobrych i złych, rozpraszamy się i popadamy w duchową nieświadomość.

Nie chodzi o to, że mamy coś przeciwko Bogu, głębi czy duchowi, gdyż tych pożądamy, ale o to, że jesteśmy zbyt zajęci, aby którekolwiek z tych rzeczy pojawiły się na ekranach naszych radarów. Jesteśmy bardziej zajęci niż źli, bardziej rozproszeni niż nieduchowi i bardziej zainteresowani kinem, stadionem sportowym, centrum handlowym i życiem fantazji, które w nas wlewają, niż Kościołem. Patologiczne zabieganie, rozproszenie i brak spokoju to dziś główne blokady w naszym duchowym życiu<sup>23</sup>.

Podoba mi się ten zwrot Rolheisera: „Patologiczne zabieganie”.

I znowu zaznaczę, że pewien poziom bieganiny jest w porządku, a przynajmniej jest nieunikniony.

Na pośpiech jest nawet czas i miejsce: w nagłych wypadkach, kiedy ciężarnej żonie odchodzą wody lub małe dziecko wybiega na ulicę.

Ale bądźmy szczerzy: takie chwile zdarzają się niezwykle rzadko. Patologiczne zabieganie, obecne w życiu większości

23 R. Rolheiser, „The Holy Longing: The Search for a Christian Spirituality”, New York: Random House 2014, s. 31–33. Kolejna książka z tej serii, „Sacred Fire: A Vision for a Deeper Human and Christian Maturity”, Nowy Jork: Random House 2014, jest jedną z moich ulubionych książek wszech czasów. Dotyczy ona uczniostwa w wieku trzydziestu i czterdziestu lat i jest lekturą obowiązkową dla wszystkich trzydziestolatków, którzy podążają za Jezusem.

z nas, niczym ustawienia fabryczne, chroniczny pośpiech, który uważamy za normalny, jest o wiele bardziej, no cóż, patologiczny w sensie technicznym: niczym patogen uwolniony do masowej populacji, niosący chorobę lub śmierć.

Tak często słyszymy frazes: „U mnie świetnie, tylko jestem zajęty”, że zakładamy, iż patologiczne zabieganie jest w porządku. W końcu wszyscy inni też są zajęci. Ale co, jeśli to jest niezdrowe? Co, jeśli to przenoszona przez powietrze zaraza, która sieje spustoszenie w naszej zbiorowej duszy?

Ostatnio zacząłem czytać poezję, co jest dla mnie nowością. Uwielbiam w niej to, że zmusza mnie do zwolnienia tempa. Dobrego wiersza po prostu nie da się czytać szybko. Wczoraj wieczorem sięgnąłem po dzieła chrześcijańskiego geniusza i mistrza literatury T.S. Eliota. Trochę nawet z nich zrozumiałem, jak na przykład słowa o „tym świergoczącym świecie”, w którym „ludzie są odrywani od rozproszenia przez rozproszenie”<sup>24</sup>. To świat, w którym jest tylko tyle rozproszenia, aby uniknąć rany, która mogłaby nas doprowadzić do uzdrowienia i życia.

Jeszcze raz: „Rozpraszamy samych siebie tak, że popadamy w duchową nieświadomość”.

Jak powiedział Ortberg:

Wielkim niebezpieczeństwem dla wielu z nas nie jest to, że wyrzekniemy się naszej wiary, ale że staniemy się tak rozproszeni, zagonieni i zaabsorbowani, że zadowolimy się jej ubogą wersją. Będziemy prześlizgiwać się po powierzchni naszego życia zamiast żyć nim naprawdę<sup>25</sup>.

24 T.S. Eliot, „Burnt Norton”, Four Quartets, New York: Harcourt 1943.

25 J. Ortberg, „Życie, jakiego pragniesz”, wyd. Aetos Media 2009. Po prostu uwielbiam twórczość Ortberga. Wszystkie jego książki są dobre, ale ta jest jedną z jego najlepszych.

Czy widzisz, czytelniku, o jaką stawkę toczy się gra? Zagrożone jest nie tylko nasze zdrowie emocjonalne. Jakby tego było mało. Pędzimy przez życie tak szybko, że jesteśmy zestresowani i zdenerwowani, i rzucałyśmy cięte uwagi naszym małżonkom i dzieciom. Oczywiście, to prawda. Ale co jeszcze bardziej przerażające: nasze życie duchowe wisi na włosku.

Czy to możliwe, że Willard miał rację? Mianowicie, że pospieszne, przeładowane, rozproszone cyfrowo życie jest największym zagrożeniem dla duchowości we współczesnym świecie?

Zastanawiam się, czy Jezus powiedziałby całemu naszemu pokoleniu to samo, co powiedział Marcie: „Martwisz się i niepokoisz o wiele, ale potrzeba mało albo tylko jednego”<sup>26</sup>.

W naszych czasach potrzebujemy duchowości w powolnym tempie<sup>27</sup>.

26 Ewangelia Łukasza 10,41–42.

27 To zdanie pochodzi z książki Petera Scazzero „Duchowość zdrowa emocjonalnie: Duchowa dojrzałość nie jest możliwa bez dojrzałości emocjonalnej”, Wydawnictwo Szaron, Ustroń 2021, jednej z najważniejszych książek, jakie kiedykolwiek przeczytałem. Gorąco Was zachęcam do jej przeczytania. Ja czytam ją regularnie każdego lata.