Jak przebaczyć sobie i innym, a co zrobić z żalem do Boga?

Aktualizacja: 14 listopada 2026
Opublikowano 15 października 2026

chrzescijanie-rzeszow.pl/blog/przebaczenie-w-biblii

SPIS TREŚCI

1 Dług, którego nie da się spłacić 2
2 Jak przebacza Bóg? 3
3 Przebaczyć nie znaczy uznać, że nic się nie stało 4
4 Przebaczenie, pojednanie i zaufanie 6
4.1 Józef przebaczył, zanim znowu zobaczył braci 6
4.2 Pojednanie przyszło dopiero z prawdą 6
4.3 Zaufanie rośnie latami 7
4.4 Dawid przebaczył Saulowi i nie wrócił 7
4.5 Marek, któremu Paweł przestał ufać 8
5 Jak poznać, że sprawca naprawdę żałuje? 9
6 Kiedy sprawca wraca do rodziny 10
6.1 Milczenie, które szkodzi najbardziej 10
6.2 Zasady w domu 11
6.3 Kiedy iść na policję? 11
6.4 Brat, który nie słucha 12
7 Kiedy sprawca naprawdę się nawrócił 12
8 Kiedy przebaczenia potrzebuje skrzywdzony 13
9 Bez schematu w żadną stronę 14
10 Żal do Boga, kiedy innym się wiedzie 14
11 Przebaczyć sobie to przestać płacić drugi raz 16
12 Co nieprzebaczenie robi z człowiekiem? 17
13 Jak przebaczyć, kiedy nie umiesz? 18

Przebaczenie w Biblii najlepiej widać w historii Józefa, jednego z dwunastu synów Jakuba. Miał siedemnaście lat, kiedy starsi bracia z zazdrości wrzucili go do pustej studni, a potem sprzedali kupcom, którzy jechali do Egiptu (Rdz 37:2-4; Rdz 37:23-28). Trzynaście lat przeżył w Egipcie jako niewolnik i więzień, zanim faraon postawił go nad całym krajem (Rdz 41:41-46). Bracia spotkali go znowu w czasie głodu, kiedy przyjechali kupić zboże, i pogodzili się z nim. A jednak wiele lat później, po śmierci ojca, przyszli do niego przestraszeni, że teraz zemści się za dawne zło (Rdz 50:15). Upadli przed nim i usłyszeli:

> *Józef powiedział do nich: Nie bójcie się. Czyż ja jestem na miejscu Boga? Obmyśliliście zło przeciwko mnie, ale Bóg obrócił to w dobro, żeby sprawić to, co się dziś dzieje, aby zachować tak wielki lud. Teraz więc nie bójcie się. Ja będę żywić was i wasze dzieci. I tak ich pocieszał, i serdecznie z nimi rozmawiał.*
> RDZ 50:19-21

Józef nie powiedział braciom, że nic się nie stało. Powiedział wprost, że chcieli jego krzywdy. Miał władzę, żeby ich ukarać, i nie zrobił tego, bo nie chciał stawać na miejscu Boga. Tak wygląda przebaczenie: krzywdę nazywasz krzywdą, a sprawę oddajesz Bogu.

Dług, którego nie da się spłacić

Piotr zapytał kiedyś Jezusa, ile razy ma przebaczyć bratu, który znowu przeciw niemu zgrzeszył. Sam podsunął liczbę, która wydawała mu się hojna: siedem. Usłyszał: „aż siedemdziesiąt siedem razy” (Mt 18:21-22). Kto doszedłby do siedemdziesiątego siódmego razu, dawno przestałby liczyć. O to właśnie chodziło. Potem Jezus opowiedział przypowieść o królu, który rozliczał się ze swoimi sługami. Jeden z nich był mu winien dziesięć tysięcy talentów i nie miał z czego oddać. Król kazał go sprzedać razem z żoną i dziećmi, a sługa upadł przed nim i prosił o cierpliwość (Mt 18:23-26).

> *Pan tego sługi, ulitowawszy się nad nim, uwolnił go i* ***darował***[1] *mu dług. Lecz gdy ten sługa wyszedł, spotkał jednego ze swoich współsług, który był mu winien sto groszy. Chwycił go i zaczął dusić, mówiąc: Oddaj, coś winien! Wtedy jego współsługa upadł mu do nóg i prosił go: Okaż mi cierpliwość, a wszystko ci oddam. On jednak nie chciał, ale poszedł i wtrącił go do więzienia, dopóki nie odda długu.*
> MT 18:27-30
>
> [1] Po grecku ἀφίημι (*aphiemi*): puścić, zwolnić z długu. Tym samym słowem Piotr pyta, ile razy ma przebaczyć.

Grosz z tej przypowieści to denar, czyli zapłata za dzień pracy (Mt 20:2), a talent był wart około sześciu tysięcy denarów. Współsługa był więc winien sto dniówek, kilka miesięcy pracy. Pierwszy sługa był winien sześćdziesiąt milionów dniówek. Gdyby chciał je odpracować, musiałby pracować ponad sto sześćdziesiąt tysięcy lat, bez jednego wolnego dnia.

Sto dniówek to prawdziwe pieniądze, a krzywdy, o których będzie mowa dalej, bywają o wiele cięższe. Przypowieść nie robi więc z cudzej winy drobiazgu. Pokazuje, gdzie stoisz, kiedy patrzysz na cudzą winę: w miejscu człowieka, któremu darowano dług nie do spłacenia.

W greckim tekście „przebaczyć” i „darować dług” to jedno słowo. Także w modlitwie „Ojcze nasz” po grecku jest mowa o długach: „I przebacz nam nasze winy, jak i my przebaczamy tym, którzy przeciw nam zawinili” (Mt 6:12). Przebaczyć znaczy skreślić komuś dług i przestać żądać, żeby go oddał.

Kiedy król dowiedział się, co zrobił ten sługa, wezwał go jeszcze raz: „Zły sługo, darowałem ci cały ten dług, ponieważ mnie prosiłeś. Czyż i ty nie powinieneś był zmiłować się nad swoim współsługą, jak ja zmiłowałem się nad tobą?” (Mt 18:32-33). Król najpierw darował, a dopiero potem wymagał. Nie przebaczasz więc po to, żeby Bóg ci przebaczył. Przebaczasz, bo On już ci przebaczył. List do Kolosan mówi to wprost: „jak i Chrystus przebaczył wam, tak i wy” (Kol 3:13).

Koniec przypowieści jest twardy i nie ma powodu go łagodzić: „Tak i wam uczyni mój Ojciec niebieski, jeśli każdy z was nie przebaczy z serca swemu bratu jego przewinień” (Mt 18:35). To samo ostrzeżenie Jezus dał już wcześniej (Mt 6:14-15), zaraz po modlitwie „Ojcze nasz”. Nie da się wyciągać otwartej ręki po darowany dług, kiedy drugą trzyma się kogoś za gardło.

Jak przebacza Bóg?

Jak przebaczył nam Bóg, pokazuje zapowiedź nowego przymierza, czyli nowej umowy Boga z ludźmi. Bóg dał ją przez proroka Jeremiasza (Jr 31:34), a List do Hebrajczyków przytacza ją tam, gdzie mówi o tym, co zrobił Chrystus:

> *Będę bowiem* ***łaskawy***[2] *dla ich występków, a ich grzechów i nieprawości więcej nie wspomnę.*
>
> HBR 8:12
>
> [2] Po grecku ἵλεως (*hileos*): łaskawy, przychylny. Od tego samego rdzenia pochodzi słowo, którym Jan nazywa Jezusa przebłaganiem za nasze grzechy.

Bóg jest łaskawy dla naszych występków, bo zapłacił za nie Jezus, który „jest przebłaganiem za nasze grzechy, a nie tylko za nasze, lecz także za grzechy całego świata” (1 J 2:2). Przebłaganie to ofiara, która zdejmuje winę. „Nie wspomnę” znaczy, że Bóg do tej sprawy już nie wraca i nie wyciągnie jej przeciwko tobie. On wie przecież wszystko, więc nie chodzi o pamięć, tylko o decyzję.

W psalmie czytamy, że Bóg oddalił od nas nasze występki tak daleko, „jak daleko jest wschód od zachodu” (Ps 103:12), a prorok Micheasz, że wrzuci nasze grzechy „w głębiny morza” (Mi 7:19). Razem z przebaczeniem Bóg daje dużo więcej. Co dokładnie dostajesz, wyliczamy w artykule 🕮 Dzieło krzyża › Co dostajesz z przebaczeniem.

Przebaczając człowiekowi, robisz to samo. Nie wspominać to traktować dług jako spłacony w całości. Tak patrzy się na kogoś, kto odsiedział cały wyrok, albo na dłużnika, który oddał ostatnią ratę razem z odsetkami. Nikt nie udaje, że nic się nie stało, ale rachunek jest zamknięty i nikt go już nie wyciąga. W praktyce nie wracasz do starej sprawy przy każdej kłótni, nie wypominasz jej po latach i nie opowiadasz jej każdemu, kto zechce słuchać.

Apostoł Paweł pisze, że miłość „nie myśli nic złego” (1 Kor 13:5). Grecki czasownik w tym zdaniu znaczy też „liczyć” i „zapisywać na czyjś rachunek”: miłość nie prowadzi listy krzywd.

Tak samo postępuje Bóg, co dobrze widać w Księdze Sędziów. Izrael raz po raz od Niego odchodził. Kiedy jednak w ucisku wołał, Bóg wzbudzał mu wybawcę, a Pismo dodaje: „PAN bowiem litował się nad ich jękiem z powodu tych, którzy ich uciskali i trapili” (Sdz 2:18). Wiedział, że po śmierci wybawcy lud znowu od Niego odejdzie (Sdz 2:19), a mimo to ratował go z kolejnego ucisku.

Kiedy ktoś raz po raz wyrządza krzywdę, ludzie najczęściej pragną, żeby sprawca poniósł karę. Pragnienie sprawiedliwości jest dobre: Bóg nakazał Izraelowi ustanowić sędziów, „aby sądzili lud sprawiedliwym sądem” (Pwt 16:18). Przebaczenie nie czeka jednak na wyrok. Bóg litował się nad Izraelem mimo jego win. Kto przebacza, darowuje dług także wtedy, gdy sprawca nie poniósł kary i może jej nigdy nie ponieść.

Wierzący ma być w tym podobny do Ojca: „bądźcie miłosierni, jak i wasz Ojciec jest miłosierny” (Łk 6:36). Dotyczy to także wroga. Paweł powtarza za Księgą Przysłów: „Jeśli więc twój nieprzyjaciel jest głodny, nakarm go, jeśli jest spragniony, napój go” (Rz 12:20; Prz 25:21). I kończy: „Nie daj się zwyciężyć złu, ale zło dobrem zwyciężaj” (Rz 12:21).

Przebaczyć nie znaczy uznać, że nic się nie stało

Weźmy najcięższy przypadek. Matka traci dziecko, bo ktoś je zamordował. Zabójca to zaplanował, był okrutny, sprawiało mu to przyjemność i do dziś niczego nie żałuje. Czego Bóg oczekuje od tej matki? I co w ogóle miałoby tu znaczyć przebaczenie?

Na pewno nie tego, żeby uznała zbrodnię za drobiazg. Józef nazwał zło braci po imieniu. Przebaczenie nie jest też rezygnacją z sądu. Ta kobieta może uważać, że zabójcy należy się najwyższa kara, jaką przewiduje prawo, i chcieć, żeby sąd taką karę orzekł. Paweł pisze o tym w dwóch miejscach Listu do Rzymian:

> *Najmilsi, nie mścijcie się sami, ale pozostawcie miejsce* ***gniewowi***[3]*. Jest bowiem napisane: Zemsta do mnie należy, ja odpłacę – mówi Pan.*
>
> RZ 12:19

[3] Po grecku ὀργή (*orge*): gniew. W całym Liście do Rzymian Paweł pisze tym słowem o gniewie Boga.

Chodzi o gniew Boga, bo to On odpłaci. Ty nie musisz więc nosić w sobie gniewu ani szukać odwetu. Kilka zdań dalej Paweł pisze o władzy, że „nie na próżno nosi miecz, gdyż jest sługą Boga, mszczącym się w gniewie nad tym, który czyni zło” (Rz 13:4). Używa tu tych samych słów o zemście i gniewie. Na rozdziały list podzielono wiele wieków po jego napisaniu, więc to jedna myśl: wierzący nie wymierza kary na własną rękę, a Bóg wymierza ją także przez sąd. Przebaczenie oddaje sprawę wyżej. Tak zrobił Jezus, który „gdy cierpiał, nie groził, ale powierzył sprawę temu, który sądzi sprawiedliwie” (1 P 2:23).

Do sądu wolno iść, ale nie trzeba. Jeśli od ciebie zależy, czy kogoś pozwiesz albo zażądasz odszkodowania, możesz też zostawić całą sprawę Bogu. Wierzący w Koryncie pozywali się nawzajem przed niewierzącymi sędziami, a Paweł zapytał ich: „Czemu raczej krzywdy nie cierpicie? Czemu raczej szkody nie ponosicie?” (1 Kor 6:7). Bóg potrafi wziąć cię w obronę bez pozwu i bez wyroku, i to mocniej niż każdy sąd. Psalm obiecuje: „Powierz PANU swoją drogę i zaufaj mu, a on wszystko wykona; I wyniesie twoją sprawiedliwość jak światłość, a twoją prawość jak południe” (Ps 37:5-6).

To nie jest zarzut wobec tych, którzy szukają sprawiedliwości w sądzie. O tym, którą drogę wybrać, decyduje twoje sumienie i to, do czego w tej jednej sprawie prowadzi cię Duch Święty. Jeśli masz pokój w sercu co do pozwu i uważasz go za słuszny, złóż go. Jeśli Duch skłania cię do tego, żeby nie iść do sądu i zdać się na Boga, ta droga jest lepsza i o nią chodzi w Pawłowym „raczej”. W obu wypadkach liczy się czyste sumienie: „Szczęśliwy ten, kto samego siebie nie potępia w tym, co uważa za dobre” (Rz 14:22). Zrezygnować możesz jednak tylko z tego, co należy się tobie. Jeśli sprawca może skrzywdzić kolejne osoby, zgłoszenie go na policję chroni innych.

Jak więc wygląda przebaczenie tej matki? Ta kobieta nie nosi w sobie goryczy. Nie chce dla zabójcy kary większej niż ta, którą wymierzy sąd, ani odszkodowania większego, niż przewiduje prawo. Nie układa w głowie scen zemsty i nie czeka, aż spotka go nieszczęście, a jeśli ono przyjdzie, nie będzie się cieszyć: „Nie ciesz się, gdy twój nieprzyjaciel upadnie” (Prz 24:17). Z czasem może się za niego nawet modlić, bo Jezus mówi: „módlcie się za tych, którzy wam wyrządzają zło” (Mt 5:44).

Może przy tym płakać. Jezus też zapłakał przy grobie przyjaciela (J 11:35). Smutek nie musi jednak stać się dożywociem. Paweł nie chce, żeby wierzący smucili się „jak inni, którzy nie mają nadziei” (1 Tes 4:13). Ta kobieta umie żyć dalej i cieszyć się tym, co ma. Jej dni nie kręcą się wokół człowieka, który ją skrzywdził. Szuka tego, co jest „dobrą, przyjemną i doskonałą wolą Boga” (Rz 12:2), i coraz bardziej zbliża się do Niego.

To nie jest teoria. W październiku 2006 roku w Nickel Mines w Pensylwanii mężczyzna wszedł do szkoły amiszów, czyli chrześcijan, którzy żyją bez większości nowoczesnej techniki. Zastrzelił pięć dziewczynek, kilka ranił, a potem zabił siebie. Jeszcze tego samego dnia amisze z okolicy przyszli do jego rodziny, żeby ją pocieszyć i powiedzieć, że przebaczają. Na jego pogrzebie było około trzydziestu amiszów, a wśród nich rodzice niektórych zabitych dziewczynek.

Taka tragedia większości ludzi nie spotka. Częściej chodzi o krzywdy mniejsze, które i tak bolą latami. Ojciec pił i nie było go, kiedy dzieci go potrzebowały. Była żona nastawiła dzieci przeciwko ojcu i dziś nie chcą z nim rozmawiać. Szef przypisał sobie czyjś projekt, a przy pierwszych zwolnieniach pozbył się jego autora. Brat wziął ze spadku więcej, niż mu się należało, i rodzeństwo nie spotyka się nawet w święta. Przyjaciółka powtórzyła w kościele to, co usłyszała w zaufaniu. Zasada jest ta sama: krzywdę nazywasz krzywdą, a urazy możesz się pozbyć.

Przebaczenie, pojednanie i zaufanie

Najwięcej nieporozumień bierze się stąd, że te trzy słowa traktujemy jak jedno. Przebaczenie dzieje się w twoim sercu, między tobą a Bogiem, i nie potrzebuje zgody drugiej strony. Pojednanie to droga dwojga ludzi do siebie, więc potrzebuje prawdy i pokuty, czyli tego, że winny zmieni myślenie i odwróci się od zła. Zaufanie rośnie powoli, na tym, co człowiek pokazał w praktyce. W historii Józefa widać wszystkie trzy, jedno po drugim.

Józef przebaczył, zanim znowu zobaczył braci

Zanim bracia przyjechali do Egiptu, Józefowi urodził się syn. Dał mu imię Manasses, bo, jak mówił, „Bóg dał mi zapomnieć o całej mojej udręce i o całym domu mego ojca” (Rdz 41:51). Pamięci nie stracił. Niedługo potem przyszedł głód i bracia stanęli przed nim, a on od razu ich poznał i przypomniał sobie sny, które miał jako chłopak (Rdz 42:7-9). Zapomniał w tym sensie, że krzywda przestała nim rządzić. Jego serce było wolne, choć nikt go jeszcze nie przeprosił.

Tak jest z każdym przebaczeniem. Nie czeka na cudzą skruchę: „A gdy stoicie, modląc się, przebaczcie, jeśli macie coś przeciwko komuś” (Mk 11:25). Jezus modlił się „Ojcze, przebacz im” wtedy, gdy żołnierze dzielili Jego szaty (Łk 23:34). Szczepana ukamienowano za wiarę, a on wołał „Panie, nie poczytaj im tego za grzech”, kiedy jeszcze leciały kamienie (Dz 7:60).

Najczęściej słychać na to: „Nie zasłużył, a nawet nie przeprosił”. Gdyby Bóg przebaczał tylko tym, którzy zasłużyli, nie przebaczyłby nikomu, bo przebaczenie jest darem, a na dar nikt nie zasługuje. Bóg dał go pierwszy: „był w Chrystusie, jednając świat z samym sobą, nie poczytując ludziom ich grzechów” (2 Kor 5:19). Nie każdy ten dar przyjmuje, dlatego Paweł zaraz potem prosi: „Pojednajcie się z Bogiem” (2 Kor 5:20). Bóg tego daru jednak nie cofa. Z twoim przebaczeniem jest tak samo. Przebaczasz, zanim ktoś o to poprosi: nie czekasz na przeprosiny i przestajesz żądać, żeby oddał dług. Czy on kiedyś przyjmie to przebaczenie, to już jego sprawa.

Pojednanie przyszło dopiero z prawdą

Kiedy bracia przyjechali, Józef nie dał im się poznać. Udawał obcego, mówił do nich surowo i oskarżył ich o szpiegostwo (Rdz 42:7-9). Zapowiedział: „Zostaniecie co do tego wybadani” (Rdz 42:15). Jednego z nich zatrzymał w więzieniu i kazał przywieźć najmłodszego, Beniamina (Rdz 42:19-20). Przy drugiej wizycie kazał włożyć do worka Beniamina swój srebrny kielich (Rdz 44:1-2) i oznajmił, że ten, u kogo go znaleziono, zostanie w Egipcie jako niewolnik (Rdz 44:17).

Pismo nie mówi wprost, po co to robił. Widać za to, co wyszło na jaw. Już przy pierwszej wizycie bracia sami zaczęli mówić o dawnym grzechu: „Naprawdę zgrzeszyliśmy przeciwko naszemu bratu, bo widząc strapienie jego duszy, gdy nas błagał, nie wysłuchaliśmy go” (Rdz 42:21). Nie wiedzieli, że Józef ich rozumie, bo mówił do nich przez tłumacza. Józef odwrócił się wtedy i płakał (Rdz 42:23-24).

Najważniejsze przyszło na końcu. Juda, ten sam, który kiedyś namówił braci, żeby sprzedali Józefa (Rdz 37:26-27), teraz prosił za Beniaminem:

> *Teraz więc, proszę, niech twój sługa zostanie niewolnikiem mego pana zamiast tego chłopca, a niech chłopak idzie ze swymi braćmi. Bo jak ja mam wrócić do mego ojca, gdy nie będzie ze mną tego chłopca? Nie chciałbym patrzeć na rozpacz, która by dotknęła mego ojca.*
> RDZ 44:33-34

Juda, który kiedyś chciał na bracie zarobić, teraz oddawał za brata własną wolność. Dopiero wtedy Józef „nie mógł się dalej powstrzymać" i powiedział: „Ja jestem Józef, wasz brat, którego sprzedaliście do Egiptu" (Rdz 45:1-4). Nie przemilczał tego, co zrobili. Zaraz jednak dodał, żeby się nie smucili ani nie bali, a potem ucałował ich i płakał nad nimi (Rdz 45:5-15).

Józef był gotów od dawna, ale do pojednania potrzeba było dwóch stron i prawdy. O tej samej kolejności mówi Jezus: „Jeśli twój brat zgrzeszy przeciwko tobie, strofuj go, a jeśli żałuje, przebacz mu" (Łk 17:3). To słowa o przebaczeniu, które mówisz drugiemu człowiekowi w oczy, kiedy przyszedł z żalem. W sercu przebaczasz wcześniej.

Pierwszy krok do pojednania należy do tego, kto zawinił. Jeśli przypomnisz sobie, że twój brat „ma coś przeciwko tobie", masz najpierw iść się z nim pojednać (Mt 5:23-24). Jak ta droga wygląda od strony winnego, opisuje część Pokuta › Przed Bogiem i człowiekiem w artykule Pokuta.

Zaufanie rośnie latami

Jakub, ojciec Józefa i jego braci, przeżył w Egipcie jeszcze siedemnaście lat (Rdz 47:28). Kiedy umarł, bracia od razu się przestraszyli: „Może Józef będzie nas nienawidził i odpłaci nam sowicie za to wszystko zło, które mu uczyniliśmy" (Rdz 50:15). Posłali mu wiadomość, że ojciec przed śmiercią prosił, żeby im przebaczył. Józef płakał, kiedy to usłyszał (Rdz 50:16-17).

Przez siedemnaście lat żywił ich i ich dzieci (Rdz 47:12), a oni wciąż nie byli pewni, czy naprawdę im przebaczył. Na zaufanie potrzeba czasu po obu stronach. Ci, którzy zawinili, też muszą się przekonać, że rachunek jest zamknięty. Józef się nie obraził. Powtórzył, że nie mają się czego bać, i obiecał: „Ja będę żywić was i wasze dzieci" (Rdz 50:21).

Dawid przebaczył Saulowi i nie wrócił

Bywa też tak, że do pojednania nie dochodzi, bo druga strona mówi dobre słowa i niczego nie zmienia. Król Saul próbował zabić Dawida, późniejszego króla Izraela, choć ten wiernie mu służył. Rzucił w niego włócznią (1 Sm 18:11), a potem długo ścigał go po pustyni. Dwa razy Dawid miał go w swoich rękach. Raz Saul wszedł do jaskini, w której ukrywał się Dawid ze swoimi ludźmi. Drugi raz Dawid zakradł się nocą do obozu i stanął nad śpiącym królem (1 Sm 24:3-7; 1 Sm 26:7-12). Za każdym razem nie pozwolił nikomu go tknąć.

Po pierwszym razie Saul zapłakał i powiedział: „Jesteś sprawiedliwszy ode mnie, bo oddałeś mi dobrem, a ja tobie oddałem złem" (1 Sm 24:17). Później znowu ruszył za Dawidem z trzema tysiącami żołnierzy (1 Sm 26:2). Po drugim razie powiedział jeszcze więcej:

> *Wtedy Saul powiedział: Zgrzeszyłem. Wróć, mój synu, Dawidzie, bo nie uczynię ci już nic złego, ponieważ dziś moja dusza była cenna w twoich oczach. Oto głupio postąpiłem i wielce zbłądziłem. Dawid odpowiedział: Oto włócznia króla. Niech przyjdzie jeden ze sług i ją odbierze.*
>
> 1 SM 26:21-22

Dawid oddał włócznię, ale sam nie wrócił: „Potem Dawid poszedł swoją drogą, a Saul wrócił na swoje miejsce" (1 Sm 26:25). Wiedział, że słowa Saula niczego nie zmieniły, i mówił sobie: „Któregoś dnia zginę z ręki Saula" (1 Sm 27:1). A jednak nie nosił w sobie zemsty. Sąd zostawił Bogu: „Niech PAN rozsądzi między mną a tobą i niech PAN za mnie zemści się na tobie. Lecz nie podniosę swojej ręki na ciebie" (1 Sm 24:12). Na wieść o śmierci Saula w bitwie Dawid nie świętował. Ułożył nad nim pieśń żałobną (2 Sm 1:17).

Tak może wyglądać przebaczenie bez pojednania. Saul powiedział „zgrzeszyłem" i nic się nie zmieniło. Czym takie słowa różnią się od prawdziwej pokuty, pokazujemy na przykładzie Saula w artykule Pokuta.

Marek, któremu Paweł przestał ufać

Zaufanie potrafi też wrócić. Jan Marek wyruszył z Pawłem i Barnabą w ich pierwszą podróż misyjną, ale po drodze ich zostawił i wrócił do Jerozolimy (Dz 13:13). Kiedy planowali drugą podróż, Barnaba chciał go znowu zabrać. Paweł się nie zgodził, bo nie chciał brać ze sobą kogoś, kto „odszedł od nich w Pamfilii i nie uczestniczył z nimi w tej pracy" (Dz 15:38). Pokłócili się o to tak ostro, że się rozdzielili (Dz 15:39).

Wiele lat później Paweł pisał z więzienia do Tymoteusza: „Weź Marka i przyprowadź ze sobą, bo jest mi bardzo przydatny do służby" (2 Tm 4:11). Wierzącym w Kolosach przypominał, że mają go przyjąć (Kol 4:10). Marek nikogo nie skrzywdził, tylko zawiódł w pracy. Paweł przez jakiś czas nie chciał mu jej powierzać, a zaufanie wróciło, kiedy Marek pokazał, że można na nim polegać. Widać tu też, że dwaj ludzie Boga mogą się różnić w tym, jak szybko komuś znowu zaufać. Barnaba dał Markowi drugą szansę od razu, Paweł potrzebował na to lat.

Kochać kogoś to jeszcze nie to samo co mu się powierzyć. Widać to w Ewangelii Jana:

> *A gdy był w Jerozolimie podczas Paschy w święto, wielu uwierzyło w jego imię, widząc cuda, które czynił. Ale Jezus nie* ***powierzał***[4] *im samego siebie, bo on znał wszystkich; I nie potrzebował, aby mu ktoś dawał świadectwo o człowieku. On bowiem wiedział, co było w człowieku.*
>
> J 2:23-25
>
> [4] Po grecku πιστεύω (*pisteuo*): wierzyć, ufać, powierzyć komuś siebie albo coś cennego. Zdanie wcześniej to samo słowo mówi, że wielu w Niego uwierzyło.

Jezus kochał tych ludzi i oddał za nich życie, a jednak wiedział, co jest w człowieku, i nie powierzał im siebie. Możesz komuś szczerze przebaczyć, siedzieć z nim przy jednym stole i dalej nie zostawiać mu kluczy do domu, pieniędzy ani dzieci. „Kto jest wierny w najmniejszym, i w wielkim jest wierny" (Łk 16:10), więc zaufanie rośnie od małych spraw do dużych.

Jak poznać, że sprawca naprawdę żałuje?

Do pojednania potrzeba pokuty. Kto skrzywdził, często mówi „przepraszam", czasem nawet płacze, a jedno i drugie może być szczere albo nie. Pismo daje kilka znaków, po których można to rozeznać.

Pierwszy jest w Księdze Przysłów: „Kto ukrywa swe grzechy, nie będzie miał szczęścia, ale kto je wyznaje i porzuca, dostąpi miłosierdzia" (Prz 28:13). Wyznaje, czyli nazywa po imieniu to, co zrobił, bez „ale" i bez zrzucania winy na alkohol, stres albo na skrzywdzonego. Porzuca, czyli przestaje krzywdzić i odcina się od tego, co go do krzywdy prowadziło.

Drugi znak to postawa wobec skrzywdzonego. Syn marnotrawny z przypowieści Jezusa wracał do domu z prośbą: „Zrób ze mnie jednego ze swoich najemników" (Łk 15:19). Nie żądał swojego miejsca przy stole. Juda nie prosił, żeby mu uwierzono, tylko oddawał siebie (Rdz 44:33). Kto żałuje, rozumie, że skrzywdzony potrzebuje czasu, i sam przyjmuje granice.

Kto naciska („przecież przeprosiłem", „jako chrześcijanin musisz mi przebaczyć", „wszyscy już zapomnieli, tylko ty nie"), pokazuje, że chodzi mu głównie o siebie. Zły znak to też szybkie „przepraszam, wybacz" zaraz po tym, jak sprawa wyszła na jaw, i pytanie „ile razy mam jeszcze przepraszać?". Psalm opisuje zdrajcę, którego słowa były „gładsze niż masło", choć „wrogość miał w sercu" (Ps 55:21).

Zaufanie odbudowuje ten, kto je zniszczył, a nie skrzywdzony. Sprawca zrywa z ludźmi, miejscami i zwyczajami, które doprowadziły do krzywdy, i sam prosi, żeby ktoś zaufany patrzył mu na ręce.

Kto żałuje, naprawia też, co się da. Zacheusz, przełożony poborców podatków w Jerychu, zanim ktokolwiek go o to poprosił, sam obiecał: „jeśli kogoś w czymś oszukałem, oddaję poczwórnie" (Łk 19:8). Nie wszystko da się oddać, ale kto żałuje, sam pyta, co może naprawić, i nie targuje się o to. Dlaczego nawet zwrot z nawiązką nie zamyka sprawy przed Bogiem, wyjaśnia artykuł Dzieło krzyża › Czego nie da się oddać.

Liczy się też, nad czym człowiek się smuci. Paweł odróżnia dwa smutki: „smutek, który jest według Boga, przynosi pokutę ku zbawieniu, czego nikt nie żałuje; lecz smutek według świata przynosi śmierć" (2 Kor 7:10). Ktoś może bardzo cierpieć z powodu wyroku, wstydu i utraty rodziny, a nie myśleć o człowieku, którego skrzywdził.

Potrzeba też czasu. Jan Chrzciciel mówił do faryzeuszy i saduceuszy, czyli religijnych przywódców, którzy przyszli do chrztu: „Wydajcie więc owoce godne pokuty" (Mt 3:7-8). Celnikom, czyli poborcom podatków, powiedział, żeby nie pobierali więcej, niż im wyznaczono, a żołnierzom, żeby wobec nikogo nie używali przemocy (Łk 3:12-14). Owoc pokuty to przeciwieństwo konkretnego grzechu i nie rośnie w tydzień.

W ocenie pomagają świadkowie, czyli ludzie z kościoła, którzy widzą tego człowieka na co dzień, a nie tylko w niedzielę. Najważniejsze jest świadectwo Ducha Świętego. Jak wyglądało to razem, kiedy nawrócił się jeden z najgroźniejszych prześladowców pierwszych chrześcijan, opisujemy niżej.

Pytania, które oddzielają prawdziwą pokutę od pozornej, są zebrane w części
Pokuta › Dziewięć pytań.

Kiedy sprawca wraca do rodziny

Odsiedziany wyrok zamyka stary rachunek, ale nie mówi, z jakim sercem człowiek wychodzi z więzienia. Matka ma dwoje dzieci. Jedno z nich wykorzystał seksualnie wujek, czyli ktoś z najbliższej rodziny. Sprawa skończyła się w sądzie, wujek odsiedział wyrok i wrócił. Nie zmienił się. Nie przyznaje się do tego, co zrobił, i zachowuje się tak samo jak przedtem. Matka chce mu przebaczyć, bo tego uczy Jezus. Chce też ochronić drugie dziecko. Jak pogodzić jedno z drugim?

Przebaczenie nie jest zgodą na krzywdę. Rodzic ma chronić dziecko przed każdym, kto może je skrzywdzić: przed obcym, przed znajomym, przed kimś z rodziny i przed kimś z kościoła, choćby pełnił tam ważną funkcję. Także przed kimś, komu sam przebaczył. „Roztropny dostrzega zło i ukrywa się, ale prości idą dalej i ponoszą karę” (Prz 22:3). Przebaczenie dzieje się w sercu matki. Ochrona dzieje się w jej domu i nie czeka, aż matka upora się z tym, co czuje. Bóg daje wierzącym autorytet także po to, żeby bronili słabszych.

Zdarza się, że kobieta, którą w dzieciństwie skrzywdził ktoś z rodziny, uznaje, że przebaczyć znaczy udawać, że nic się nie stało. Puszcza do tego krewnego własne dzieci, także na noc, i krzywda się powtarza. Bóg nie oczekuje naiwności, a już na pewno nie wtedy, gdy chodzi o dzieci. Jezus posyła uczniów „jak owce między wilki” i każe im być „roztropni jak węże i niewinni jak gołębice” (Mt 10:16).

Milczenie, które szkodzi najbardziej

Rodziny często chcą wszystko wyciszyć dla świętego spokoju. Pismo opisuje, czym to się kończy, w historii rodziny króla Dawida. Jego najstarszy syn Amnon zgwałcił swoją przyrodnią siostrę Tamar (2 Sm 13:1-14). Tamar wyszła od niego z rozdartą szatą, głośno płacząc (2 Sm 13:19).

> *Wtedy jej brat Absalom zapytał ją: Czy twój brat Amnon był z tobą? Ale milcz, moja siostro. To twój brat. Nie bierz tego do serca. Tamar mieszkała więc w osamotnieniu w domu swego brata Absaloma. Gdy król Dawid usłyszał o tym wszystkim, bardzo się rozgniewał. Absalom zaś nie rozmawiał z Amnonem ani źle, ani dobrze. Absalom bowiem nienawidził Amnona za to, że zhańbił jego siostrę Tamar.*
>
> 2 SM 13:20-22

Tak wygląda wyciszanie, także dziś: skrzywdzona ma milczeć, bo sprawca to przecież brat. Dawid bardzo się rozgniewał i na tym się skończyło: Pismo nie mówi, żeby ukarał syna albo zajął się córką. Tamar została sama ze swoją krzywdą. Absalom wziął sprawę w swoje ręce. Milczał przez dwa lata, a nienawiść w nim rosła, aż kazał zabić Amnona (2 Sm 13:23-29). Cisza nie dała tej rodzinie spokoju. Przyniosła jeszcze jedną zbrodnię.

Przebaczenie idzie razem z prawdą. List do Efezjan każe uczynki ciemności wyciągać na światło, bo „wszystko to, gdy jest strofowane, przez światło staje się jawne” (Ef 5:13). Czasem ktoś przypomina, że „miłość zakrywa mnóstwo grzechów” (1 P 4:8). Ten werset mówi, że miłość przebacza i nie rozgłasza cudzych win. Nie każe ukrywać krzywdy, która wciąż komuś grozi. Matka nikomu niczego nie wypomina i niczego nie ukrywa. Dorośli w rodzinie wiedzą, co się stało i dlaczego w domu obowiązują nowe zasady.

W kościołach do uciszania pytań o krzywdę używa się czasem zdania „Nie dotykajcie moich pomazańców, a moim prorokom nie czyńcie nic złego” (Ps 105:15). W psalmie te słowa chronią garstkę obcych wędrowców przed królami (Ps 105:12-14), a nie silniejszego przed pytaniami słabszego. Szerzej o tym wersecie piszemy w artykule Namaszczenie › Szacunek dla namaszczonych. Żadne stanowisko nie zwalnia z odpowiedzialności za krzywdę. Kiedy ktoś każe milczeć o złu, „bardziej trzeba słuchać Boga niż ludzi” (Dz 5:29). Powiedzieć o krzywdzie zaufanej osobie, duszpasterzowi albo terapeucie to nie plotka i nie brak przebaczenia. Gdzie kończy się posłuszeństwo przełożonym w kościele, pokazuje część Autorytet wierzącego › Autorytet użyty przeciw tobie w artykule Autorytet wierzącego.

Zasady w domu

W praktyce może to wyglądać tak:

- Krewny, który skrzywdził dziecko, nie zostaje z żadnym dzieckiem sam na sam. Ani w domu, ani na spacerze, ani w samochodzie, ani „tylko na chwilę”.
- Nie nocuje u was, a dzieci nie nocują u niego.
- Na rodzinnych spotkaniach dzieci są cały czas przy dorosłych, którzy wiedzą, co się stało. Jeśli nie da się tego zapewnić, nie idziecie.
- Dziecko wie, że może ci powiedzieć o wszystkim i że mu uwierzysz. Wie też, że wolno mu powiedzieć „nie” dorosłemu, a sekret, który ktoś każe ukryć przed rodzicami, trzeba powiedzieć właśnie rodzicom.
- Nie każesz dziecku nikogo przytulać ani całować, jeśli nie chce.
- Skrzywdzonego dziecka nie zmuszasz do spotkań ze sprawcą ani do mówienia „przebaczam”. Przejdzie swoją drogę we własnym tempie.

Te zasady obowiązują także wtedy, gdy wujek mówi, że się nawrócił. Po czym poznać, czy mówi prawdę, opisaliśmy wyżej.

Kiedy iść na policję?

Jeśli wujek znowu kogoś krzywdzi albo próbuje, sprawa idzie na policję albo do prokuratury. Tak samo wtedy, gdy dziecko mówi o czymś, co cię niepokoi, albo masz podstawy sądzić, że krzywdzi dzieci w innej rodzinie. To nie zemsta. Chronisz w ten sposób następne dziecko, a władza jest od tego, żeby karać tego, „który czyni zło” (Rz 13:4).

W Polsce zgłoszenie seksualnego wykorzystania dziecka poniżej 15 lat jest też obowiązkiem prawnym: kto ma o tym wiarygodną wiadomość, musi niezwłocznie zawiadomić policję albo prokuraturę (art. 240 Kodeksu karnego). Jeśli nie wiesz, co zrobić, zadzwoń pod bezpłatny numer 800 100 100. To telefon Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę dla rodziców i nauczycieli. Dzieci i młodzież mogą dzwonić pod 116 111.

Brat, który nie słucha

Wobec brata, który zgrzeszył i nie chce tego przyznać, Jezus podał kolejne kroki: rozmowa w cztery oczy, potem przy jednym albo dwóch świadkach, potem przed kościołem. „A jeśli kościoła nie usłucha, niech będzie dla ciebie jak poganin i celnik” (Mt 18:15-17).

Świadkowie mają wysłuchać obu stron i sami ocenić sprawę, bo „ten, który jest pierwszy w swojej sprawie, zdaje się sprawiedliwy, ale przychodzi jego bliźni i sprawdza go” (Prz 18:17). To nie znajomi, którzy pomogą przeforsować twoją wersję. Ta droga dotyczy spraw we wspólnocie, a przestępstwo zgłasza się na policję. Przy krzywdzie dziecka rozmawiają ze sprawcą dorośli, nigdy samo dziecko.

Jezus sam jadał z celnikami (Mk 2:15-16), więc to polecenie nie każe nikogo nienawidzić. Takiego człowieka traktuje się jak kogoś, kto dopiero potrzebuje nawrócenia. Można się za niego modlić. Nie można udawać, że jest bratem, któremu się ufa.

Kto po odbytej karze wraca do tego samego, sam zamyka sobie drogę powrotu do rodziny. Nawet ludzkie prawo pozwala surowiej karać tego, kto wraca do przestępstwa. Pismo też odróżnia upadek od uporu: „Człowiek, który czyni twardym swój kark mimo częstych nagan, zostanie nagle zniszczony i pozbawiony ratunku” (Prz 29:1).

Kiedy sprawca naprawdę się nawrócił

Druga strona jest tak samo ważna. Załóżmy, że wujek się nawrócił. Przyszedł do Chrystusa, nazwał swój grzech po imieniu, żałuje go i z nim zerwał. Nie żąda zaufania i rozumie, dlaczego w rodzinie obowiązują zasady. Ludzie z kościoła, którzy go znają, widzą zmianę w jego życiu.

Wtedy mamy być gotowi przebaczyć mu tak, jak Chrystus przebaczył nam. Nie odcinamy się od niego na zawsze i nie zakładamy z góry, że nigdy nie usiądziemy z nim przy jednym stole. Pytamy Pana. Jeśli Duch Święty potwierdzi, że to słuszne, spotkanie jest możliwe, bo przebaczenie i uzdrowienie w Chrystusie są pełne. Kontaktu nie trzeba jednak szukać na siłę. Dzieci nadal się chroni, bo rodzic zachowuje ostrożność wobec każdego, a człowiek, który się zmienił, zrozumie to pierwszy.

Pierwsi chrześcijanie przeszli przez to z Saulem, późniejszym apostołem Pawłem, który wcześniej ich prześladował. Tuż po jego nawróceniu Pan posłał do niego Ananiasza, ucznia z Damaszku. Ananiasz odpowiedział Panu: „Panie, słyszałem od wielu, ile złego wyrządził ten człowiek twoim świętym w Jerozolimie” (Dz 9:13). Bał się nie bez powodu, bo Saul przyjechał do Damaszku po to, żeby uwięzić wierzących (Dz 9:14). Ananiasz nie poszedł dlatego, że strach minął. Poszedł, bo Pan powiedział mu, kim Saul teraz jest (Dz 9:15). Wszedł do domu i zaczął od słów „Saulu, bracie” (Dz 9:17).

Saul od razu zaczął głosić Jezusa w Damaszku, i to tak odważnie, że chciano go zabić (Dz 9:20-23). Do Jerozolimy poszedł dopiero po trzech latach (Ga 1:17-18). Chciał tam dołączyć do uczniów, „ale wszyscy się go bali, nie wierząc, że jest uczniem” (Dz 9:26). Dopiero Barnaba poręczył za niego przed apostołami (Dz 9:27). Bóg pokazał zmianę Saula Ananiaszowi, a Barnaba poświadczył ją przed ludźmi. Potrzebne było jedno i drugie.

Najkrótszy list Pawła, List do Filemona, dotyczy podobnej sprawy. Onezym był niewolnikiem Filemona. Odszedł od niego i z listu wynika, że mógł mu przy tym wyrządzić szkodę. U Pawła poznał Chrystusa, a Paweł odsyła go teraz do pana z prośbą:

> *Może bowiem dlatego oddalił się na chwilę od ciebie, abyś go odzyskał na zawsze; Już nie jako sługę, lecz więcej niż sługę, jako brata umiłowanego, zwłaszcza dla mnie, a tym bardziej dla ciebie, i w ciele, i w Panu. Jeżeli więc masz mnie za przyjaciela, przyjmij go jak mnie. A jeśli wyrządził ci jakąś szkodę albo jest ci coś winien, policz to na mój rachunek.*
>
> FLM 1:15-18

Paweł bierze dług Onezyma na siebie, tak jak Chrystus wziął nasz. Niczego jednak nie wymusza. Bez zgody Filemona nie chciał nic robić, „aby twój dobry uczynek nie był jakby z przymusu, ale z własnej woli” (Flm 1:14). Pojednania nie da się nakazać. Można o nie prosić.

W Drugim Liście do Koryntian Paweł wraca do człowieka, którego wspólnota ukarała. Kara zrobiła swoje, więc Paweł prosi: „powinniście mu raczej przebaczyć i pocieszyć go, aby przypadkiem zbytni smutek go nie pochłonął” (2 Kor 2:7). Kara ma swój koniec. Kto ją przedłuża, kiedy Bóg już ją zakończył, daje szatanowi okazję. Paweł przebacza, jak pisze, „aby nas szatan nie podszedł; jego zamysły bowiem nie są nam nieznane” (2 Kor 2:11).

Kiedy przebaczenia potrzebuje skrzywdzony

Bywa więc tak, że problem nie leży już po stronie sprawcy. Nawrócił się, wyznał, co zrobił, i z tym zerwał. Duch Święty potwierdził tę zmianę, a ludzie, którzy go znają, widzą ją w jego życiu. Skrzywdzonemu trzeba dać czas i nikt nie powinien go poganiać.

Mijają jednak miesiące. Są rozmowy, jest wsparcie wspólnoty i świadectwo Ducha, a skrzywdzony dalej żyje tamtą sprawą, jakby nic się nie zmieniło. Wtedy przebaczenia potrzebuje on, i to przede wszystkim dla siebie. Bóg nie wraca już do grzechów tego człowieka (Hbr 8:12), a Paweł pyta: „Któż będzie oskarżał wybranych Bożych? Bóg jest tym, który usprawiedliwia” (Rz 8:33). Kto tego nie przyjmie, dźwiga sprawę, którą Bóg już zamknął, i najwięcej traci na tym sam.

To nie jest zarzut wobec kogoś, kogo boli. Łatwiej przebaczyć, kiedy ktoś jest obok, słucha i modli się razem z tobą: „Jedni drugich brzemiona noście, a tak wypełniajcie prawo Chrystusa” (Ga 6:2). Wspólnota ma skrzywdzonemu w tym pomagać, a nie go rozliczać.

Bez schematu w żadną stronę

Nie ma tu jednego schematu dla wszystkich. Zasada, że skrzywdzony zawsze ma się pojednać ze sprawcą, bez względu na to, co sprawca robi, wyrządza krzywdę i nie jest wolą Boga. Zasada odwrotna, że sprawcy nie wolno zbliżyć się do skrzywdzonego nawet wtedy, gdy naprawdę się nawrócił, też nie jest wolą Boga. Księga Przysłów stawia obie pomyłki obok siebie:

> *Kto usprawiedliwia niegodziwego i kto potępia sprawiedliwego, obaj budzą* ***odrazę***[5] *w PANU.*
>
> PRZ 17:15
>
> [5] Po hebrajsku תּוֹעֲבָה (*to'ewa*): obrzydliwość, coś, czego Bóg nie znosi. Tym samym słowem Prawo nazywa bałwochwalstwo.

Obie pomyłki są dla Boga tak samo obrzydliwe. Każdą sprawę rozeznaje się więc osobno, bez pośpiechu, i z każdą idzie się do Pana. Świadectwo o człowieku daje Duch Święty. Nie zastąpi go ani nasza ostrożność, ani tęsknota za spokojem w rodzinie. Kto nie wie, co zrobić, może prosić o mądrość Boga, „który daje wszystkim obficie i bez wypominania” (Jk 1:5). Jak odróżnić Jego odpowiedź od własnej myśli, wyjaśniamy w artykule 📖 Objawienie › Jak odróżnić Jego odpowiedź.

Odpowiedź, którą ktoś dostał w takiej sprawie, też trzeba sprawdzić. Dotyczy to obu zdań: „Bóg mi powiedział, że on się zmienił” i „Bóg mi powiedział, że on się nigdy nie zmieni”. Słowo od Boga, które ktoś przynosi do kościoła, ocenia się razem: „inni niech rozsądzają” (1 Kor 14:29). W sprawie Saula Bóg przemówił z dwóch stron, do Ananiasza i do samego Saula (Dz 9:10-12).

Uważaj, jeśli twoje „objawienie” zawsze potwierdza to, co już wcześniej myślałeś. Nienawiść też zaślepia: „kto nienawidzi swego brata, jest w ciemności [...] bo ciemność zaślepiła jego oczy” (1 J 2:11). Kto trzyma się urazy, nie zobaczy w takiej sprawie jasno, nawet jeśli bardzo chce.

Bez objawienia łatwo o jeden z dwóch błędów. Można nosić w sobie nieprzebaczenie i ranę do końca życia. Można też dopuścić do kolejnej krzywdy ze strony kogoś, kto wcale się nie zmienił i dalej chce ranić. Skoro nawet Paweł i Barnaba różnili się w ocenie Marka, nikt nie powinien rozstrzygać za skrzywdzonego. Wspólnota może mu pomagać i modlić się z nim. Nie naciska, żeby spotkał się ze sprawcą, bo „wszyscy już mu przebaczyli”.

Żal do Boga, kiedy innym się wiedzie

Mówi się czasem, że trzeba „przebaczyć Bogu”. To określenie jest nietrafione, bo Bóg jest sprawiedliwy i nie ma Mu czego darować. Sam problem jest jednak prawdziwy. Chodzi o żal do Boga, a taki żal potrafi zatruwać tak samo jak uraza do człowieka.

Za takim żalem zwykle stoi jakaś historia. Małżeństwo latami modli się o dziecko, a znajomym, którzy dzieci nie planowali, rodzi się trzecie. Właściciel małej firmy uczciwie rozlicza każdą fakturę i ledwo wiąże koniec z końcem, a sąsiad, który kombinuje, stawia drugi dom. Kobieta po czterdziestce wciąż jest sama, a koleżanki, które o Boga nie pytają, dawno mają rodziny. Ciężka diagnoza przychodzi zaraz po tym, jak człowiek na serio zaczął iść za Bogiem. Rzadko kto mówi wtedy głośno, że ma pretensję do Boga. Zwykle słychać tylko „dlaczego ja?", a potem modlitwa cichnie.

To pytanie jest bardzo stare: „Czemu szczęści się droga bezbożnych?" (Jr 12:1). Asaf, który za czasów Dawida prowadził śpiew przed arką przymierza (1 Krn 16:4-5), poświęcił mu cały psalm:

> *Oto ci są niegodziwi, a powodzi im się na świecie i pomnażają bogactwa. A więc na próżno oczyściłem swoje serce i w niewinności obmywałem ręce. Cały dzień bowiem znoszę cierpienia i co rano jestem chłostany. […] Starałem się to rozumieć, ale było dla mnie zbyt trudne; Aż wszedłem do świątyni Bożej i tu zrozumiałem, jaki jest ich koniec.*
>
> PS 73:12-17

W takiej chwili przychodzą dwie myśli. Jestem gorszy, skoro mnie to spotkało. Albo, jak u Asafa: na próżno żyję uczciwie, skoro innym się wiedzie. Jezus odpowiada na obie. O ludziach zabitych przez Piłata i o osiemnastu, na których runęła wieża w Siloam, zapytał, czy byli większymi grzesznikami niż inni, i sam odpowiedział: „Bynajmniej" (Łk 13:1-5). Nieszczęście nie jest więc wyrokiem. Powodzenie nie jest pochwałą, bo Ojciec „sprawia, że jego słońce wschodzi nad złymi i nad dobrymi" (Mt 5:45). Na tych, którym się wiedzie, Bóg czeka cierpliwie, bo „dobroć Boga prowadzi cię do pokuty" (Rz 2:4).

Asafowi wystarczyło wejść do świątyni i spojrzeć na sprawę z Bożej strony. Wtedy przyznał, co w nim siedziało: „Gdy gorycz miałem w sercu […] byłem przed tobą jak zwierzę" (Ps 73:21-22). Tę samą gorycz miał w sobie starszy syn z przypowieści o synu marnotrawnym, kiedy ojciec przyjął jego brata. I doszedł do zdania, które odpowiada na każdą zazdrość: „Kogo innego mam w niebie? I na ziemi oprócz ciebie w nikim innym nie mam upodobania" (Ps 73:25). Jak spojrzeć z Bożej strony na problem, który zasłania wszystko, piszemy w artykule Kim jestem w Chrystusie › Problem zasłania wszystko.

Pytać Boga wolno, i to głośno. Jeremiasz zaczyna swój spór od słów: „Sprawiedliwy jesteś, PANIE, choćbym się z tobą spierał" (Jr 12:1). Nie wolno tylko robić z Boga oskarżonego, bo wtedy trafia w nas pytanie, które usłyszał Hiob: „Czy potępisz mnie, aby usprawiedliwić samego siebie?" (Hi 40:8). Tak zwykle działa pretensja do Boga. Żeby moja wersja się zgadzała, ktoś musi być winny, a skoro nie ja, to On. Ludzie ochrzczeni przez Jana Chrzciciela „przyznawali słuszność Bogu" (Łk 7:29). Od tego zaczyna się wyjście z żalu.

Żal do Boga rośnie też wtedy, gdy człowiek nie rozumie, skąd wzięło się to, co go spotkało. Gedeon ukrywał zboże przed wrogami i zapytał Anioła PANA: „jeśli PAN jest z nami, dlaczego przyszło na nas to wszystko?" (Sdz 6:13). Bóg nie zaczął od wyjaśnień, tylko posłał go, żeby wybawił Izraela (Sdz 6:14). Tę scenę opisujemy w artykule Autorytet wierzącego › Izrael.

Na porównywanie się Jezus dał jedną z najkrótszych odpowiedzi w Ewangeliach. Piotr usłyszał, jaką śmiercią umrze, obejrzał się na ucznia, którego Jezus miłował, i zapytał: „Panie, a co z nim?". Jezus odpowiedział: „co tobie do tego? Ty pójdź za mną" (J 21:18-22). Cudzego losu nie dostajesz do oceny. Dostajesz własną drogę.

Przebaczyć sobie to przestać płacić drugi raz

Często najtrudniej przebaczyć sobie, bo oskarżony i sędzia to wtedy ta sama osoba i rozprawa nie ma końca. Syn w złości powiedział ojcu coś okropnego i nie zdążył przeprosić, bo tydzień później ojciec zmarł. Matka widzi, że dorosły syn do dziś płaci za jej błędy. Mąż zdradził żonę i wie, że to przez niego rozpadła się rodzina. Mężczyzna przegrał w zakładach oszczędności całej rodziny. Kobieta przed laty przerwała ciążę i wraca do tego za każdym razem, gdy widzi dziecko w wieku, w jakim byłoby teraz jej dziecko. Kierowca na chwilę spojrzał w telefon i ktoś przez to jeździ na wózku. Każda z tych osób zrobiła coś, czego nie da się cofnąć, i wie o tym lepiej niż ktokolwiek inny.

Pismo nie każe im udawać, że nic się nie stało. Paweł nigdy nie zapomniał, kim był. Pilnował szat tych, którzy zabijali Szczepana (Dz 22:20). Wywlekał z domów mężczyzn i kobiety i wtrącał ich do więzienia (Dz 8:3), a kiedy skazywano chrześcijan na śmierć, głosował przeciwko nim (Dz 26:10). Po każdym takim wyroku zostawała czyjaś rodzina. Po latach nazywa siebie „bluźniercą, prześladowcą i gnębicielem" i w tym samym zdaniu dodaje: „ale dostąpiłem miłosierdzia" (1 Tm 1:13).

> *Wiarygodne to słowa i godne całkowitego przyjęcia, że Chrystus Jezus przyszedł na świat, aby zbawić grzeszników, z których ja jestem pierwszy. Lecz dostąpiłem miłosierdzia po to, aby we mnie pierwszym Jezus Chrystus okazał wszelką cierpliwość jako przykład dla tych, którzy mają w niego uwierzyć ku życiu wiecznemu.*
>
> 1 TM 1:15-16

Pamiętał to do końca, ale nie żył pod tym ciężarem: „z łaski Boga jestem tym, czym jestem" (1 Kor 15:10). Przebaczyć sobie to pamiętać, co się stało, i przestać się za to karać. Bóg robi tak samo: „twoich grzechów nie wspomnę" (Iz 43:25).

Nieprzebaczenie sobie wygląda na pokorę, a kłóci się z krzyżem. „PAN włożył na niego nieprawość nas wszystkich" (Iz 53:6). Kto wciąż karze siebie, próbuje zapłacić drugi raz za to, co Jezus już zapłacił, a „teraz żadnego potępienia nie ma dla tych, którzy są w Jezusie Chrystusie" (Rz 8:1). Czym głos Ducha Świętego, który przekonuje o grzechu, różni się od oskarżenia, wyjaśnia część Dzieło krzyża › Powracające poczucie winy w artykule Dzieło krzyża.

W starym przymierzu kapłan codziennie składał te same ofiary, bo żadna nie mogła zgładzić grzechów (Hbr 10:11). Jezus „złożył jedną ofiarę za grzechy na zawsze" (Hbr 10:12), a List do Hebrajczyków wyciąga z tego wniosek: „Gdzie zaś jest ich odpuszczenie, tam nie potrzeba już ofiary za grzech" (Hbr 10:18). Wyrzuty, które wracają co rano, odmawianie sobie radości i przekonanie, że nie ma się już prawa do szczęścia, są taką dodatkową ofiarą. Bóg jej od nikogo nie wymaga.

Prawo Mojżesza mówiło też o człowieku, który zabił kogoś niechcący. Na taką ucieczkę przeznaczono sześć miast schronienia (Lb 35:11-13). Uciekał do jednego z nich, bo inaczej mógł go zabić mściciel krwi, czyli krewny zabitego. Prawo chroniło tu obie strony. Kto zabił z nienawiści, był mordercą i ponosił śmierć, więc rodzina zabitego dostawała sprawiedliwość (Lb 35:16-21). Kto zabił bez złego zamiaru, był bezpieczny przed zemstą (Lb 35:22-25). Poza tym miastem mściciel mógł go jednak dopaść (Lb 35:26-27), a na wolność wychodził dopiero po jednym wydarzeniu:

> *Ten bowiem ma mieszkać w swoim mieście schronienia aż do śmierci najwyższego kapłana. Lecz po śmierci najwyższego kapłana zabójca może wrócić do ziemi swojej posiadłości.*
> LB 35:28

Jezus jest naszym najwyższym kapłanem (Hbr 4:14). Już umarł i wziął na siebie całą winę. Potem zmartwychwstał i „więcej nie umiera” (Rz 6:9), a Jego kapłaństwo jest „nieprzemijające” (Hbr 7:24). Wolność, na którą zabójca czekał latami, jest więc twoja od dnia, w którym uciekłeś do Jezusa, i nikt jej nie odbierze. Ten sam list nazywa wierzących ludźmi, „którzy uciekliśmy, by pochwycić się zaoferowanej nam nadziei” (Hbr 6:18). Po grecku to czasownik *katapheugo*, ten sam, którym grecki przekład Starego Testamentu opisuje ucieczkę do miasta schronienia (Lb 35:25-26).

Kierowca, który spojrzał w telefon, nie musi więc do końca życia mieszkać za murami własnych wyrzutów. Skutki wypadku nie znikną, a skrzywdzony dalej ma prawo do sprawiedliwości. Kara za winę spadła jednak na Jezusa i nie trzeba jej odsiadywać drugi raz.

Przebaczyć sobie znaczy przerzucić swój ciężar na Pana: „Wszystkie wasze troski przerzućcie na niego, gdyż on troszczy się o was” (1 P 5:7). Matka, która widzi w życiu syna skutki swoich błędów, oddaje go Jezusowi tak, jak kobieta kananejska przyniosła Mu sprawę swojej dręczonej córki (Mt 15:22-28). Dalej go kocha i pomaga mu, a jeśli może coś naprawić albo przeprosić, robi to (Mt 5:23-24). Z miłości, a nie po to, żeby spłacić dług.

Ta matka wierzy, że od dnia, w którym narodziła się na nowo, za dalszy los syna, za skutki jej błędów i za ich naprawę odpowiada Bóg. Nie wie, jak On to poprowadzi, ale wie, że to już nie leży na niej. Dawid zmieścił to w jednym zdaniu: „PAN dokona wszystkiego za mnie” (Ps 138:8).

Przebaczenie przychodzi od razu, a skutki grzechu potrafią zostać na długo. Widać to w historii króla Dawida, którą opisujemy w artykule Pokuta › Dawid.

Co nieprzebaczenie robi z człowiekiem?

Nieprzebaczenie najwięcej kosztuje tego, kto nie przebaczył. Sprawca często nawet nie wie o twojej urazie, a jeśli wie, nic go ona nie kosztuje. Ty nosisz ją w sobie każdego dnia i w myślach wciąż wracasz do tego, co się stało. Człowiek, któremu nie przebaczyłeś, zaczyna zajmować w twoich myślach miejsce, które należy do Boga.

List do Hebrajczyków ostrzega, „żeby jakiś korzeń goryczy, wyrastając, nie wyrządził szkody i aby przez niego nie skalało się wielu” (Hbr 12:15). Korzenia długo nie widać, a gorycz jednego człowieka udziela się całemu domowi. O gniewie czytamy w Liście do Efezjan: „niech nad waszym gniewem nie zachodzi słońce. Nie dawajcie miejsca diabłu” (Ef 4:26-27). Paweł mówi tu o miejscu tymi samymi greckimi słowami co w Rz 12:19, gdzie każe zostawić miejsce gniewowi Boga. Kto nosi gniew w sobie dzień po dniu i nie oddaje sprawy Bogu, daje to miejsce diabłu.

Korzeń goryczy najlepiej rośnie w ukryciu. Wystarczy uznać, że uraza to twoja prywatna sprawa i nikogo nie obchodzi. Dlatego gorycz, którą Bóg ci pokazał, od razu wyciągasz na światło (Ef 5:13): mówisz o niej Bogu, a jeśli trzeba, także komuś zaufanemu. Paweł przebaczał między innymi po to, żeby nie dać się podejść szatanowi (2 Kor 2:10-11). Najsprytniejszy podstęp szatana to myśl, że w twojej sprawie masz prawo nie przebaczyć, bo krzywda była ogromna, a nikt nie przeprosił.

Uraza siedzi w sercu, a nie w głowie, więc zwykle nie da się jej po prostu przemyśleć i odłożyć. Księga Przysłów radzi: „Strzeż twego serca z całą pilnością, bo z niego tryska życie” (Prz 4:23). Wszystko, co słyszysz i widzisz, przechodzi przez serce jak przez filtr. Kiedy gorycz zabrudzi ten filtr, inaczej widzisz ludzi, a nawet Boga, i coraz trudniej ci odróżnić, co jest od Niego, a co od twojej urazy.

Nieprzebaczenie jest grzechem i jak każdy grzech może otworzyć drogę chorobie. Piszemy o tym w artykule Uzdrowienie › Co bywa przeszkodą. Może też zatrzymać odpowiedź na modlitwę, bo Jezus mówi o przebaczeniu zaraz po obietnicy dla tego, kto modli się z wiarą (Mk 11:24-25). Liczy się „wiara, która działa przez miłość” (Ga 5:6), więc tam, gdzie jest gorycz, wiara słabnie. Przebaczając, uwalniasz przede wszystkim siebie.

Gorycz zatrzymuje też to, co Bóg dla ciebie przygotował. Paweł pisze, że jesteśmy „stworzeni w Chrystusie Jezusie do dobrych uczynków, które Bóg wcześniej przygotował, abyśmy w nich postępowali” (Ef 2:10). Dotyczy to każdego wierzącego, a nie tylko pastorów i misjonarzy. Prawie zawsze chodzi w nich o ludzi, a trudno iść do ludzi z sercem pełnym urazy.

Jak przebaczyć, kiedy nie umiesz?

Przebaczenie zaczyna się od decyzji. Jezus każe przebaczać „z serca” (Mt 18:35), czyli szczerze. Nie każe czekać, aż przestanie boleć. Kiedy powiedział, że trzeba przebaczyć nawet siedem razy dziennie, apostołowie odpowiedzieli: „Dodaj nam wiary” (Łk 17:4-5). Przebacza się przez wiarę. Uczucia często przychodzą później.

Tę decyzję możesz podjąć z góry, raz na całe życie, tak jak podpisuje się czek in blanco, zanim ktoś wpisze kwotę. Mówisz Bogu, że przebaczysz każdemu, cokolwiek ci zrobi, bo Chrystus przebaczył tobie (Kol 3:13). Podpisujesz przebaczenie, a nie zaufanie. Kiedy przyjdzie krzywda, kwota się pojawi, ale podpis już jest i nie musisz od nowa rozstrzygać, czy przebaczyć.

Zacznij od tego, żeby powiedzieć Bogu wszystko, co się stało, własnymi słowami. Psalm zachęca: „wylewajcie przed nim wasze serca” (Ps 62:8). Nazwij krzywdę i to, co w tobie zostawiła. Potem powiedz Mu, że oddajesz tę sprawę Jemu i nie będziesz już sam wymierzać kary. Jeśli nie umiesz, powiedz, że chcesz, i poproś o resztę, tak jak ojciec chorego chłopca, który zawołał: „Wierzę, Panie! Pomóż mojej niewierze!” (Mk 9:24).

Potem módl się za tego człowieka: „Błogosławcie tym, którzy was przeklinają, módlcie się za tych, którzy wam wyrządzają zło” (Łk 6:28). Na początku może to być jedno zdanie, powiedziane przez zaciśnięte zęby. Trudno długo życzyć komuś źle, kiedy codziennie prosisz Boga o jego dobro. Więcej o modlitwie za nieprzyjaciół jest w artykule Modlitwa › Modlitwa za innych.

Możesz modlić się przeciw złu, które ten człowiek robi, i o ochronę tych, których krzywdzi. Nie módl się o jego zgubę. Kiedy Jakub i Jan chcieli sprowadzić ogień z nieba na wioskę, która nie przyjęła Jezusa, On ich zgromił (Łk 9:54-55). Nie próbuj też modlitwą sterować cudzą wolą, żeby ktoś wreszcie przeprosił albo wrócił. Modlitwa nie jest sposobem nacisku na człowieka.

Pomaga też pamiętać, do kogo należysz: „Kto zaś się łączy z Panem, jest z nim jednym duchem” (1 Kor 6:17). Jezus do nikogo nie żywi urazy, a ty jesteś z Nim złączony. Gorycz nie pasuje więc do tego, kim jesteś, i możesz się jej pozbyć jak czegoś obcego. Na myśl „on na to nie zasłużył” nie odpowiadaj argumentami. Powtórz sobie: mnie przebaczono, więc ja też przebaczam.

Kiedy wspomnienie wraca, a wróci, przebaczasz jeszcze raz. Złość, która podnosi się na widok sprawcy, nie unieważnia twojej decyzji. Rana się odzywa, a ty potwierdzasz to, co już postanowiłeś. Nie znaczy to, że za pierwszym razem przebaczyłeś nie dość mocno. Na to właśnie Jezus odpowiedział Piotrowi liczbą, przy której liczenie traci sens.

Nie zostawaj z tym sam. Powiedz komuś zaufanemu w kościele, że przebaczyłeś, i poproś, żeby się z tobą modlił, a za jakiś czas zapytał, jak ci idzie. A jeśli ktoś wciąż cię krzywdzi, przebaczenie nie każe ci do niego wracać. Możesz przebaczyć dziś, a o pojednaniu i zaufaniu rozstrzygać z czasem, krok po kroku, pytając Boga.

Jeśli przy czytaniu tego tekstu przyszło ci na myśl czyjeś imię, od niego zacznij.

Cytaty biblijne: Uwspółcześniona Biblia Gdańska (UBG), © Fundacja Wrota Nadziei, wydawca zezwala na swobodne kopiowanie i rozpowszechnianie tekstu.