



# Jak pokonać niepełnosprawność

## Nauczanie przez żywy przykład

Dotąd nie przyszło na was pokuszenie, które by przekraczało siły ludzkie; lecz Bóg jest wierny i nie dopuści, abyście byli kuszeni ponad siły wasze, ale z pokuszeniem da i wyjście, abyście je mogli znieść – 1 Kor. 10:13.

Smutek i żal z powodu straty i ograniczeń związanych z niepełnosprawnością jest rzeczą naturalną dla człowieka (Ps. 31:10-11), także dla poświęconych naśladowców naszego Pana Jezusa (2 Kor. 12:8). Dotyczy to zwłaszcza sytuacji, gdy niepełnosprawność spotyka ich po poświęceniu. Choć wnioski zawarte w tym artykule mogą mieć zastosowanie do wszystkich osób poświęconych, dotkniętych niepełnosprawnością, to jednak te z nich, które zmagają się ze swym stanem od czasów przed podjęciem decyzji o poświęceniu, z pewnością uwzględniły swój stan podczas „obliczania kosztów” (Łuk. 14:28). Radzenie sobie z niepełnosprawnością nabytą po decyzji o poświęceniu może być szczególnie trudne, z uwagi na zmianę samooceny oraz przekonania o możliwości wypełnienia ślubów poświęcenia. Taka nieoczekiwana i niepożądana zmiana w stanie zdrowia jest bardzo trudną kombinacją okoliczności życiowych, nie tylko dla osoby upośledzonej, ale również dla jej opiekuna.

W wersecie zacytowanym na wstępie apostoł Paweł zauważa, że takie próby są dla ludzi czymś powszechnym. Oznacza to, że radząc sobie z takim problemem można posłużyć się dobrze ugruntowaną w psychologii metodologią wspomagającą przezwyciężenie żalu i smutku zwykle doświadczanego przez tych, których dotyczy nabyta niepełnosprawność. Akceptacja zasad procesu emocjonalnego zdrowienia oparta jest na rozpoznaniu źródeł naszych odczuć oraz miejsca w jakim znajdujemy się na drodze wiodącej do odzyskania sprawności.

## Droga do przezwyciężenia niepełnosprawności

Dr Elisabeth Kübler-Ross (1926-2004) opracowała model „pięciu etapów żałoby”. Psycholodzy z powodzeniem stosują ten model procesu emocjonalnego zdrowienia wobec osób niepełnosprawnych, które znajdują się w stanie traumy związanej z utratą psychicznej i/lub fizycznej funkcjonalności. Choć nie wszyscy muszą doświadczyć wszystkich tych etapów albo przechodzić je w innej kolejności niż wymieniona, to jednak przyjmuje się istnienie pięciu stopni przezwyciężaniu smutku

związanego z nabytą niepełnosprawnością: początkowy szok po którym następuje wyparcie, gniew, targowanie, depresja a w końcu akceptacja. Badania wskazują, że ludzie przechodzą przez te pięć etapów z różną szybkością, tj. każdy z nich może trwać kilka miesięcy lub kilka lat. Niektórzy nigdy nie wychodzą poza stan wyparcia, gniewu lub depresji i niestety nie akceptują (tzn. nie przezwyciężają) rzeczywistości polegającej na zmianie definicji „normalności” w ich nowym stylu życia.

## Etapy 1 do 3: wyparcie, gniew, targowanie

W zależności od rodzaju niepełnosprawności, osoba nią dotknięta może początkowo doświadczyć przyprawiających o zawroty głowy i mdłości emocji, po których następuje odmowa przyjęcia do wiadomości powagi własnej niepełnosprawności i jej długofalowych skutków. Gdy jednak osoba ta zda sobie sprawę z następstw niepełnosprawności, pojawiają się niepokojące uczucia zagrożenia i niepewności. Przytłaczające poczucie straty i ograniczenia przejawia się w różnych kontekstach: utraty pracy zawodowej (np. spadek produktywności, brak szacunku kolegów, brak zdolności zarabiania pieniędzy, itp.), utraty niezależności (np. zdolności chodzenia, jazdy na rowerze, jazdy samochodem, itp.), a także utraty podstawowych funkcji (np. utrata mowy, nietrzymanie moczu, utrata koncentracji, itp.).

Gniew jest wtórną emocją, często spowodowaną przez pierwotne uczucie rozpacz (np. strachu, smutku, lęku, itp.). W tym przypadku niezadowolenie spowodowane jest stratą związaną z niepełnosprawnością. Co więcej, upadła ludzka natura używa gniewu, aby instynktownie wytworzyć fałszywe poczucie władzy i kontroli w sytuacji bezradności. Jednakże reakcja ta jest nie tylko niepożądana (Przyp. 29:11, Jak. 1:19-20), ale także przenosi ona odpowiedzialność zarządzania sytuacją na taką osobę, zamiast prowadzić do złożenia jej wyłącznie na Panu. Faza targowania obejmuje poszukiwanie terapii dla określonej niepełnosprawności (poprzez korzystanie z zabiegów konwencjonalnych i/lub alternatywnych) połączone ze szczerym przekonaniem, że niezależnie od wyniku, wola Pana zostanie w danej sprawie zrealizowana. Jednak gdy tylko okaże się, że terapie nie przynoszą pożądanych efektów, łatwo przychodzi zniechęcenie wywołane pozorną trwałością stanu niepełnosprawności.

## Etap 4: depresja

Depresja jest zazwyczaj najtrudniejszym etapem do pokonania. Często określana jest ona jako nieunikniona



„czarna dziura”. Poczucie beznadziei i bezradności przenikają nasz umysł i naznaczają nasze codzienne czynności. W wyniku negatywnej reakcji zwrotnej pojawia się szereg różnorodnych objawów: apatia, zmęczenie, negatywne myślenie, trudności w skupieniu uwagi i drażliwość. Współczesna psychologia wykazała, że gniew zwrócony do wewnątrz jest źródłem depresji, co wyjaśnia, dlaczego odraza do samego siebie jest powszechna wśród osób cierpiących na depresję. Badacze Pisma Świętego zgodni są zwykle co do tego, że prorok Eliasza na wiele sposobów przedstawia Kościół Chrystusowy w ciele. Nasza słabość cielesna związana z trudną i stresującą sytuacją jest trafnie pokazana w depresji Eliasza. Stan ten objawił się jego życzeniem, że chciałby umrzeć (1 Król. 19:4), pomimo tego, że niedawno został w cudowny sposób ocalony przez Boga na górze Karmel, choć był otoczony setkami wrogów. Podobnie i my możemy łatwo popaść w depresję, gdy skoncentrujemy się na pozornie beznadziejnej sytuacji, zamiast patrzeć w górę. W takiej sytuacji powinniśmy przypomnieć sobie przykłady działania Bożej opatrności i pomocy w czasie potrzeby (Ps. 86:7, Filip. 4:6-7, Hebr. 4:16).

#### **Etap 5: akceptacja**

Nasz tekst tematowy zawiera dwie kosztowne obietnice: nasz miłosierny i wierny Stwórca nie pozwoli aby niepełnosprawność przekroczyła granice wytrzymałości naszej wiary; co więcej, zapewni nam wyjście z tej sytuacji, abyśmy mogli znieść próbę. Niektórzy mogą się spodziewać, że Pan zapewni drogę ucieczki w formie skutecznej terapii, umożliwiając uniknięcie próby poprzez usunięcie niepełnosprawności. Jednakże bliższa analiza tekstu prowadzi do wniosku, że chodzi tu raczej o wytrwanie w próbie. Oznacza to, że obiecane przez Boga „wyjście” nie będzie jakimś cudownym lekarstwem. Bóg pozwolił aby wierni mężowie opisani na kartach Pisma Świętego znosili różnego rodzaju trudności będące dla nich „cierniem w ciele” (np. ułomne biodro Jakuba, słaba wymowa Mojżesza, słaby wzrok apostoła Pawła).

Greckie słowo przetłumaczone jako „wyjście” („ekbaisis”, Strong G1545) pochodzi od słowa o znaczeniu „poruszać się do przodu”. Akceptacja faktu, że Bóg pozwolił na zaistnienie tej niepełnosprawności dla naszego najwyższego, duchowego dobra, może pomóc nam przezwyciężyć efekty naszej niepełnosprawności i pójść naprzód. I odwrotnie, skupianie się na utraczonej sprawności hamuje naszą zdolność do wytrwania w próbie. Zachowanie szerokiego duchowego punktu widzenia uchroni nas od bolesnych przeżyć i utraty zamierzonego, duchowego błogosławieństwa. Możliwość „wyjścia” to dający siłę, trójdzielny „większy obraz” duchowej perspektywy.

1. a) doświadczenia są czymś zwykłym i

powszechnym dla ludzi. Nie jesteśmy pierwszymi ani ostatnimi, którzy doświadczają niepełnosprawności. Prawdę mówiąc, nasza własna niepełnosprawność jest statystycznie rzecz biorąc zupełnie pomijalna w stosunku do milionów innych, którzy doświadczali tych samych trudnych chwil na przestrzeni ostatnich 6000 lat. Bóg jest mistrzem używania rzeczy nieznacznych dla realizacji dzieł wielkich, takich jak rozwój Nowego Stworzenia, potrzebnych do wykonania Jego odwiecznego zamiaru.

2. b) doświadczenie mogłoby być znacznie gorsze. Nasza niepełnosprawność jest pod kontrolą miłosiernego Boga, a zatem bądźmy wdzięczni za to, że jest ona taką, jak jest, ponieważ inni doświadczali znacznie większych trudności. Mając świadomość tego, że doświadczenie jest w sposób doskonały kształtowane przez Boga, będziemy w stanie opanować rozczarowanie i zniechęcenie (Rzym. 8:28, 1 Tes. 5:18). Bądźmy świadomi istnienia innych wokół nas, zwłaszcza tych, którzy są dotknięci większymi doświadczeniami niż nasze własne. Są oni namacalnymi dowodami na to, że z Bożą pomocą każdy ma możliwość osiągnąć stan ducha, w którym zmierzenie się z niepełnosprawnością jest możliwe (Filip. 3:17, 2 Kor. 3:5 oraz 12:9).
3. c) doświadczenie jest „dopasowane” do nas. Jest rzeczą konieczną, abyśmy uświadomili sobie, że niepełnosprawność jest przejawem woli Bożej realizowanej w naszym życiu. Nic, co nas spotyka, nie dzieje się bez boskiej aprobaty, a w swej nieomyślnej mądrości, nie popełnia błędów (Mat. 10:29-31, Efez. 1:11). Więcej nawet, Bóg jest miłosiernym, Wielkim Ekonomistą. On nie pozwoli na istnienie powierzchownego smutku w naszym życiu, a jedynie na takie doświadczenia, które są konieczne aby nasze powołanie i wybór uczynić pewnym. On nas zna, dba i troszczy się o nas (Ps. 139:2-5, Nah. 1:7, 1 Piotr 5:6-7).

„Ode mnie wyszła ta sprawa”

Wszyscy jesteśmy do pewnego stopnia dotknięci chorobą adamową. Prędzej czy później, większość z nas doświadczy poważnej niepełnosprawności; osobiście albo jako opiekun dla bliskiej osoby. Bóg się nie zmienia (Mal. 3:6, Jak. 1:17). Na przestrzeni tysiącleci pozwalał, aby takie próby były sprawdzianem wierności Jego wybranych. Pamiętajmy o Bożych słowach „ode mnie wyszła ta sprawa” (1 Król. 12:24, 2 Kron. 11:4). Nie martwmy się o próby i ich wpływ na nasze codzienne życie. Zamiast tego skupmy się na ślubach naszego poświęcenia, a Bóg zatroszczy się o resztę (Mat. 6:25-34). Taka wiara w opiekę Bożą jest fundamentem w którym możemy zakotwiczyć nasze uczucia,



aby utrzymać emocje na wodzy i znieść doświadczenia. Próba naszej wiary i wynikające z niej duchowe owoce jest bezcenna (Jana 15:8, 1 Piotra 1:7, Jak. 1:4).

### **Dlaczego Bóg zezwala na niepełnosprawność**

Nauka empiryczna ma fundamentalne znaczenie w szkole Chrystusowej. Choć duża część naszej nauki ma charakter teoretyczny, to jednak studia pedagogiczne ujawniają coś, o czym Bóg zawsze wiedział. Nauka praktyczna jest najbardziej skuteczną metodą poznawania określonych zasad. Zarówno Stary, jak i Nowy Testament dostarczają wielu przykładów nauki empirycznej, która wzmacniała wiarę w Boga u Joba, narodu Izraelskiego czy Apostołów (Job 42:5, Izaj. 29:23, Filip. 4:11, 1 Piotra 5:10). Jezus nie był tu wyjątkiem i w związku z tym nie powinno być dla nas zaskoczeniem, że sami przechodzimy przez podobną szkołę życia (Hebr. 5:8 i 12:11). Zamierzonym przez Boga wynikiem jest rozwinięcie w nas charakteru na wzór Chrystusa, abyśmy dzięki temu mogli mieć udział w dziele pojednania jako Oblubienica Chrystusowa (Łuk. 12:32, Kol 1:12, Obj. 20:6).

Boży plan polegający na rozwinięciu podczas Wieku Ewangelii doskonale wyszkolonego, współczującego kapłaństwa, którego członkowie wspólnie przezwyciężyli życiowe trudności aby potem wspierać tych, którzy przechodzą te same doświadczenia, jest genialny! Jaki jest lepszy nauczyciel dla ucznia niż ten, który może dokładnie odnieść się do problemów swego wychowanka wiedząc dokładnie, jaki bagaż emocjonalny musi on przezwyciężyć? Na ziemi nie będzie nikogo, kto nie miałby odpowiadającego mu członka klasy Kościoła, który z powodzeniem przeszedł przez te same próby i który będzie dzięki temu w stanie zapewnić skuteczną terapię dla potrzebujących. To znacznie ułatwi proces uczenia się w Królestwie. Apostoł Paweł potwierdza tę myśl w Kor. 1:3-4 „błogosławiony niech będzie Bóg i Ojciec Pana naszego Jezusa Chrystusa, Ojciec miłosierdzia i Bóg wszelkiej pociechy, który pociesza nas we wszelkim utrapieniu naszym, abyśmy tych, którzy są w jakimkolwiek utrapieniu, pocieszać mogli taką pociechą, jaką nas samych Bóg pociesza”.

Ten sam związek oparty na mentoringu jest z powodzeniem od dziesięcioleci stosowany przez różne grupy wsparcia (np. Anonimowych Alkoholików). Jest to skuteczne narzędzie edukacyjne dla potrzebujących w naszych czasach, a co dopiero, gdy będzie ono realizowane przez Boską administrację.

### **Niepełnosprawność wspiera rozwój duchowy**

W naszym chrześcijańskim życiu wiele planów „wygląda dobrze na papierze”. Jednak pomimo chętnego ducha, ciało jest słabe i łatwo jest od czasu do czasu popaść z powrotem w depresyjny nastrój. Nasz starszy brat, nasz Orędownik, zapewnia niezbędne wsparcie (1 Kor. 15:57). Musimy sobie uświadomić sobie, że owocem który Bóg w nas pielęgnuje nie są elitarne umysłowe lub fizyczne cechy, pożądane przez świat, ale owoce ducha (Gal 5:22-23, 2 Piotra 1:5-8). Rozróżnienie między tym, w jaki sposób ta nabyta niepełnosprawność utrudnia nam cielesne życie, w porównaniu z korzystnym wpływem jaki wywiera na rozwój duchowy, pomaga wyzwolić nasz umysł od osłabiającej depresji. Podbój cielesnego, starego stworzenia, jest celem naszego poświęcenia (1 Kor 9:27, 2 Kor 5:17-18).

### **Podsumowanie**

W przeciwieństwie do świata, gdzie umowy są szybko unieważniane gdy tylko jedna ze stron przestaje być zdolna do spełniania umówionego świadczenia, nasz miłosierny Ojciec Niebieski nadal honoruje naszą umowę. Opiera się On na naszych obecnych możliwościach, nie na podstawie umiejętności jakie kiedyś posiadaliśmy (2 Kor 8:12). W rezultacie, starajmy się codziennie pokonywać własną niepełnosprawność przez cierpliwość i radosną wytrwałość. Będzie to potężne świadectwo Bożej chwały (Mat. 5:16, 1 Kor. 10:31, Jak. 1:2-4). W tym celu nigdy nie zapominajmy o napomnieniu św. Pawła: „Mając tę pewność, że Ten, który rozpoczął w was dobre dzieło, będzie je też pełnił aż do dnia Chrystusa Jezusa” (Filip. 1:6).

Ryan Hangs

Ryan i Lisa Hangs wraz z rodziną