

## Samobójstwo w Biblii

*Wiecie o tym, że przodkom powiedziano: Masz nie zabijać, a kto popełni zabójstwo, będzie podlegał karze. Ja wam natomiast mówię: Każdy, kto żywi gniew względem swojego brata, będzie podlegał karze. Kto podepcze jego godność, stanie przed Radą Najwyższą, a kto go nazwie głupcem, skończy w ogniu miejsca wiecznej kary. Mat.5:21-22*

Cytowana wyżej nauka Pana Jezusa o zastosowaniu przykazania „nie zabijaj” nie zawęża się jedynie do aktu przemocy i mordu, lecz rozszerza swój zakres oddziaływania, a swój początek i realizację umiejscawia już w myślach i słowach człowieka wobec swego bliźniego.

Czy zatem myśli, uczucia, słowa i działanie destrukcyjne w formie gniewu, podeptania godności i ubliżania własnej osobie, można uznać również za przestąpienie owego przykazania?

Zdaję sobie sprawę, że jakiegokolwiek poruszanie tematu samobójstw może aktywizować syndrom Wertera, który szczególnie ujawnia się u osób z zamiarami suicydalnymi. Polega to na tym, że w momencie upowszechniania informacji o odbieraniu sobie życia przez innych, osoba z planami samouniżenia przełamuje bariery psychiczne (lęk, współczucie dla bliskich po jej śmierci itp.), które ją dotychczas powstrzymywały. Niemniej jednak należy o tym rozmawiać w celach prewencyjnych, gdyż dostarczenie ważnych, w tym temacie, wiadomości otoczeniu, może być skutecznym środkiem zapobiegania lub udaremnienia zamiarów "s" u osób z najbliższego środowiska.

W ostatniej dekadzie obserwuje się na świecie wzrost aktów samobójczych, a szczególnie wśród dzieci i młodzieży. Przez to dostrzegamy bardzo wyraźnie powiększający się problem adaptacyjny współczesnego człowieka z bardzo znacznym obniżeniem granicy wiekowej. Innymi słowy, ludzie przestają sobie radzić z problemami codzienności z kilku powodów. Jednym jest po prostu narastające poczucie bezradności wobec wymagań i własnych aspiracji - brak wiary w siebie, utrata poczucia sprawczości i inne. Następnym natomiast jest reakcja na poważne, traumatyczne - zagrażające zdrowiu i życiu człowieka zdarzenie, po którym osoba nie może dojść do równowagi na skutek wyrzutów sumienia i obniżonej samooceny. Jeszcze innym może być połączenie tych wszystkich objawów jako kryterium choroby - depresji lub schizofrenii paranoidalnej - prowadzące po przez myśli rezygnacje do zamiarów i planów samobójczych. Niekiedy proces przekształcania się myśli rezygnacyjnych w samobójcze postępuje szybko, a czasem rozkłada się nawet na lata, po drodze rozwijając chorobę i zaburzenie nastroju oraz niejednokrotnie uzależnienie od substancji psychoaktywnych - alkohol, narkotyki, leki - jako desperacka próba samoleczenia chronicznie obniżonego lub rozhuśtanego nastroju.

Kogo to dotyczy? i Jaki zakres może mieć to zjawisko?

Nie każdy człowiek musi popełnić samobójstwo, lecz każdy jest w grupie ryzyka!

Zależy to od indywidualnych predyspozycji osobowościowych, systemu wartości wraz z posiadanym światopoglądem oraz czynników psychospołecznych.

W kontekście czteroczynnikowego modelu osobowości Hipokratesa-Galena typ melancholiczny wydaje się być najsłabszym i narażonym na skłonności suicydalne. Nie wyklucza to jednak zagrożenia wobec trzech pozostałych, a elementem przesądającym o ich autodestrukcji mogą

się okazać okoliczności życiowe i upośledzona na nie reakcja. I tak, przysłowiowy choleryk, który z pozoru sprawia wrażenie osoby silnej i odważnej w chwili skrajnego wyczerpania permanentnym i bezskutecznym zmaganiem z problemem, w swojej impulsywności szybciej może podjąć czynności samo wyniszczające aniżeli flegmatyk, czy sangwinik. Zatem nie możemy powiedzieć, że osoby z grupy charakteryzującej się cechami innymi niż typ melancholiczny nie znajdują się w obszarze zagrożenia myślami i zamiarami samounicestwienia. Oni tylko w inny sposób i różnym tempie dochodzą do punktu krytycznego.

System Wartości wywodzący się z wyznawanego światopoglądu ma również ogromne znaczenie, gdyż decyzja o "s" odbywa się w sferze funkcji psychicznych, jak myśli i uczucia. Tam dokonuje się przetwarzanie informacji pozyskanych przede wszystkim drogą zmysłową - wzrok, słuch, smak, dotyk i powonienie. Dane dostarczone tą drogą są konfrontowane z posiadaną już wiedzą zdeponowaną w pamięci długotrwałej naszego umysłu. Ciężar gatunkowy wytwarzanych treści umysłowych uwalnia emocje, co w efekcie skutkuje aktem woli i decyzywnością. Powielanie określonego zbioru myśli poza świadomie redukuje uczucia blokujące wole realizacji obmyślonego planu "s". Myśli rezygnacyjne to takie treści, które skłaniają nas do wycofania się, rezygnacji, poddania lub ucieczki z obszaru oddziaływania naszego problemu. Szukamy tzw. Strefy komfortu, która wydaje się nam przyjemna i bezpieczna, choć często w ogóle niekorzystna. Przekonanie o rezygnacji obniża naszą samoocenę i świadomość sprawczości. Wyzwała przesadny samokrytycyzm, skłonność do wyrzutów sumienia lub poczucia winy. Te prowadzą do myśli o śmierci jako skutecznego zaradzenia własnej bezradności. Często zaczyna się to od myślenia: że gdy mnie nie będzie wszystko się dobrze ułoży... lub nagła śmierć na skutek wypadku drogowego albo zawału serca i innej choroby byłaby dobrym rozwiązaniem.... Nawet sen staje się zmysłowym modelem śmierci, gdyż łatwo sobie wyobrażamy odcięcie od myśli i uczuć, gdy śpimy.

W początkowym etapie często nie ma jeszcze konkretnego planu samounicestwienia, ale następuje powolne oswajanie się z własną śmiercią, co redukuje strach i racjonalizuje skutki emocjonalne, mogące wystąpić po akcie "s" w najbliższym otoczeniu - po prostu przestaje nas przerażać wyobrażenie rozpaczy bliskich osób. W kolejnym etapie, na skutek utrwalanego schematu myślenia autodestrukcyjnego ujawniającego się już w emocjach powstaje konkret w formie planu odebrania sobie życia. Niekiedy zabiera to dużo czasu zanim się urzeczywistni, ale już w tym momencie staje się swoistą równią pochyłą, której kąt spadania, mówiąc językiem obrazowym, przybiera coraz ostrzejsze nachylenie, do tego stopnia, że potencjalny "s" czuje się zdeterminowany, aby tego dokonać, zatracając zdolność racjonalnej oceny faktów. Tempo przebiegu zmiany myślenia jest zależne od predyspozycji indywidualnych. Apostoł Paweł pisał do Tymoteusza (I Tym.2:26) o osobach, które diabeł zmusza do czynienia jego woli, apelując do duszpasterzy o wyrozumiałość i wsparcie i cierpliwość w oczekiwaniu na zmianę. Zatem stan umysłu min. potencjalnego „s” w świetle nauki Pawła, nie jest zależny jedynie od jego woli. Tak też dzieje się z człowiekiem w chwilach zintensyfikowania objawów choroby psychicznej jak np. depresja lub schizofrenia paranoidalna i inne pochodne. Pacjent w stanach psychotycznych – zaostrzenia objawów - nie jest sobą, a jego decyzje nie są racjonalne i bardzo autodestrukcyjne. Powyższa prezentacja schematu myślenia suicydalnego jest wynikiem klinicznej obserwacji psychologicznej oraz wywiadów z osobami hospitalizowanymi po nieudanych próbach "s" w ciągu ostatnich 10 lat.

Kwestia czynników psychospołecznych, czyli doświadczenia życiowego i naszej opinii o tym stanowi kolejną sferę sprzyjającą kształtowaniu się zamiarów "s". O samobójstwie ludzie z reguły nie myślą często lub wcale do momentu pojawienia się poważnego kryzysu w ich życiu. Kryterium uznania za kryzys życiowy jest bardzo osobiste i indywidualne. Dla jednych kryzysem będzie niezdana matura, dla innych wychowywanie się i brak perspektyw w domu przemocowym i uzależnionym, dla jeszcze innych będzie nieudane małżeństwo - zdrady, przemoc, nieleczona choroba psychiczna współmałżonka. Potem kalectwo, choroba przewlekła lub nieuleczalna, zadłużenie, bankructwo, prześladowanie itp. Każdy własny ciężar poniesie (Gal.63), jak pisze Apostoł Paweł.

Jest rzeczą naturalną, że w obliczu różnorodnych zdarzeń, zarówno szczęśliwych jak i nie, uruchamia się mechanizm oceny sytuacji. Próbuje się zrozumieć przyczyny, przewidujemy skutki, gdzie często nie mamy obiektywnej zdolności osądu zdarzenia. Popołniamy niejednokrotnie błąd w momencie zapisu w naszej wyobraźni. Próbuje się polepszyć wizerunek tych okoliczności lub skrajnie go pogarszamy w efekcie czego powstają myśli rezygnacyjne, a potem, gdy już porzucimy większość rozsądnych rozwiązań pojawiają się myśli "s".

Czy są bohaterowie Biblii, którzy zmagali się z poczuciem rezygnacji i myślami samobójczymi?

Czy są w Biblii akty samobójcze znanych bohaterów?

Jak Biblia komentuje te zdarzenia?

W drodze poszukiwania odpowiedzi na powyższe pytania przyjrzymy się trzem biblijnym postaciom: Samsonowi, Królowi Saulowi oraz Judaszowi. Wszyscy oni stanęli w obliczu rezygnacji i zamiarów oraz aktów samobójczych.

**Samson** (Sędz.16:28-31) jeden z sędziów Izraela, którzy rządili Narodem Żydowskim w następstwie Jozuego, poprzedzając powołanie pierwszego króla. Poza heroicznymi dokonaniem zasłynął z lekkomyślności, która poprowadziła go do odstępstwa od Bożej woli. Wszedł w niefortunny związek z Dalilą - piękną acz przewrotną kobietą pochodzącą jednakże z szeregów wroga Izraela, jakimi byli Filistyni. W efekcie niefrasobliwości ujawnił tajemnicę swojej wyjątkowej siły tkwiącej min. w jego długich włosach i został zdradzony przez pseudo ukochaną, po czym pozbawiony włosów i oczu, przypięty łańcuchami do żaren, stał się pośmiewiskiem swoich wrogów. Gdy odzyskał siły wraz z długością odrastających włosów postanowił wykorzystać swą nadprzyrodzoną moc i podczas jednego ze świąt gromadzących najznamienitsze osobistości oraz książąt Filistyńskich w ich świątyni pogańskiej, Samson, z pozoru jako rozrywka zgromadzonych, postanowił rozsunać filary budynku tak, aby ciężki kamienny dach runął na wszystkich zebranych i wraz z nim ich pozabijał. Tuż przed tym desperackim czynem Samson modlił się do Boga o siłę do wykonania tego zamiaru. Okazał się skuteczny w swoim działaniu, zginęli wraz z nim wszyscy zgromadzeni. Biblia komentuje to zdarzenia słowami: *A było zabitych, których przyprawił o śmierć sam ginąc, więcej niż zabitych, których uśmiercił za swego życia.* (Sędz.16:30b.) Samobójczy akt Samsona podsycony chęcią odwetu i zadania strategicznego ciosu wobec wrogów Izraela.

**Saul.** (I Sam. 31:3-6) Pierwszy Król Izraela. Wybrany i namaszczony przez Boga. Oprócz swych szlachetnych dokonań pozostawił w pamięci obraz odstępstwa od woli Bożej, próbując odmienić wyrok Boga i to, co On obłożył klątwą chciał złożyć mu w darze, oczekując Bożej aprobaty. Bóg się na to nie zgodził i zapowiedział, iż Saul nie będzie już królem: *Gdyż nieposłuszeństwo jest takim*

*samym grzechem, jak czary, a krnąbrność, jak bałwochwalstwo i oddawanie czci obrazom. Ponieważ wzgardziłeś rozkazem Pana, więc i On wzgardził tobą i nie będziesz królem.* (1 Sam.15:23). Król Saul zginął wraz ze swoimi synami w ostatniej bitwie z Filistynami. Zraniony strzałą z łuku, leżąc na polu bitwy, po odmowie dobicia go przez giermka sam postanowił nadziać się na swój miecz i umarł zanim znaleźli go wrogowie. Jego śmierć była aktem samobójczym, aby uniknąć pohańbienia i pogardy, której by doznał jako pokonany król ze strony swoich wrogów. Taki motyw towarzyszył również Izraelitom w późniejszych dziejach, a jednym z nich był desperacki czyn samobójczy Żydów stawiających opór wojskom rzymskim w Masadzie w I w. n. e.

**Judasz.** (Mat.27:1-10) Jeden z dwunastu apostołów. Powołany przez Jezusa, towarzyszący mu aż do pojmania w ogrodzie Getsemane. O którym Ewangelia mówi, że wstąpił w niego szatan (Łuk. 22:3). Znany jako zdrajca, bowiem pocałunkiem wydał swego nauczyciela oprawcom na ukrzyżowanie. Zanim jednak ukrzyżowano Jezusa, Judasz zorientował się, iż przywódcy duchowi, na czele z Arcykapłanem, brutalnie i niesprawiedliwie traktują jego mistrza. Żałował, że wydał niewinnego na stracenie i zwrócił pieniądze, rzucając je na podłogę świątyni. Jednakże, to nie dało mu spokoju i będąc bezradnym wobec nieuniknionego, pełen wyrzutów sumienia, poszedł i powiesił się. Odebrał sobie życie w odpowiedzi na swój głęboki żal i niemoc odwrócenia faktów.

Trzej bohaterowie Biblii, beneficjenci Boskich przywilejów. Jeden był sędzią ludu Izraela, drugi pierwszym królem w historii narodu, trzeci zaś jednym z dwunastu apostołów. Ponadto charakteryzowali się wspólnymi cechami: wszyscy odstąpili od Boga i podjęli działania sprzeczne z wola Bożą. W efekcie utracili nadzieję na poprawę swojej sytuacji i powrót do Boga. Doświadczyli myśli rezygnacyjnych, pozbawiając siebie perspektyw poprawy. Każdy wyznaczył swój nieodwracalny kres i postanowił odebrać sobie życie. Dwaj z nich w desperackim akcie oporu wobec wroga, trzeci z rozpacz i bezradności wobec własnego sumienia.

Spróbujmy teraz odnieść się do pytania postawionego na wstępie naszych rozważań:

Czy myśli, słowa, uczucia i działanie destrukcyjne w formie gniewu, podeptania godności i ułudzenia własnej osobie, można uznać również za przestąpienie przykazania „nie zabijaj”?

W istocie, nie znajdziemy w Biblii przykazania ani zalecenia o przykładowym brzemieniu: nie będziesz dokonywał aktów samobójczych albo nie zabijaj siebie samego lub nie będziesz kaleczył sam siebie. Znajdziemy jednak naukę u Apostoła Pawła, który twierdzi, że ciała wierzących są świątynią Ducha Świętego i należą do Boga, kto zatem niszczy świątynię tego zniszczy Bóg (I Kor. 3:17). To pozwala nam wnioskować, iż Bogu nie podobają się akty autodestrukcji ludzi, a szczególnie wierzących. Poza tym, sięgając po takie rozwiązania, ograniczamy oddziaływanie łaski Bożej, czyli niejako pozbawiamy Boga szansy ingerowania w nasze życie. Zatem samobójstwo może być przestąpieniem przykazania „nie zabijaj”.

Choć Biblia nie pochwała samounicestwienia ludzi, to jednak na przykładzie wspomnianych bohaterów nie potępia ich radykalnie, co wcale nie musi oznaczać aprobaty. Po prostu stwierdza fakt, że jeśli człowiek, nawet wierzący, powołany i obdarowany, odstąpi od Boga i zacznie chodzić bezbożnymi drogami może doświadczyć poważnego zagubienia, diabelskiego związania ciała i duszy, co ujawni się w formie myśli rezygnacyjnych, a potem może i samobójczych. Jeżeli nie nastąpi

zmiana w formie nawrócenia i pokuty, to nawet wierzący, pod presją szatana może targnąć się na życie.

Inaczej jednak rzecz się ma z osobami, które z różnych przyczyn uległy upośledzeniu psychoruchowemu lub chorobie psychicznej: depresji albo schizofrenii i innych o podobnym przebiegu z charakterystycznym obniżeniem nastroju i skłonnością suicydalną. Apostoł Paweł naucza: „... gdzie bowiem nie ma zakonu, nie ma też przestępstwa.”(Rz. 4:15). To stwierdzenie „nie ma zakonu” zwraca uwagę na aspekt świadomości człowieka. Jeżeli człowiek nie jest w stanie zrozumieć przykazania i w ogóle nauki Słowa Bożego, a wiedziony wewnętrzną, niekontrolowaną presją łamie przykazanie, nie zalicza się mu tego jako przestępstwa. Tak też jest ze złem i grzechem u dzieci, które nie mają o swych uczynkach właściwej wiedzy. Chorzy psychicznie w stanie zaostrzenia objawów nie są sobą, a ich czyny pozbawione są racjonalnych przesłanek. Nie ma u nich zdolności obiektywnej oceny własnych poczynań, toteż wymagają opieki i ochrony.

Ostatecznie jednak, nie jesteśmy w stanie dokonywać w pełni obiektywnych sądów o ludziach i motywach ich działania, gdyż nie wiemy do końca, co, kto naprawdę myśli. Nie powinniśmy zatem zbyt pochopnie i z ograniczoną wiedzą ani potępiać ludzi, ani ich usprawiedliwiać. Lepiej powierzyć ich Bożej łasce i sprawiedliwości, do czego rości sobie prawo tylko Bóg: „Jeden jest zakonodawca i sędzia, Ten, który może zbawić i zatracić. Ty zaś kim jesteś, że osądzasz bliźniego?”(Jak. 4:12).

Wobec ryzyka tragedii targnięcia się na własne życie sami powinniśmy najpierw zadbać o dobrą społeczność z Bogiem i bliźnimi. Nie uciekajmy zbyt głęboko we własną samotność, nie dźwigajmy sami własnych rozczarowań i żalu, bo nie udźwigniemy. Potrzebujemy siebie nawzajem. Jedni drugich brzemiona noście (Gal.6:2).

Bądźmy też wrażliwi i wyrozumiali dla słabości innych, nie ignorujmy ich sygnałów, nie bądźmy obojętni, gdy po woli znikają i wycofują się z relacji społecznych.

Spieszmy się kochać ludzi...

Bądźmy światłem nadziei dla zagubionych w mrokach bezradności.

Przystanią dla dryfujących rozbitków katastrof życiowych.

Kołem ratunkowym dla tonących w odmętach własnych porażek.

*Ireneusz Dawidowicz*