

## Хто я?

**Ф**ундаментальне запитання «Хто я?» виринає на поверхню упродовж усього нашого життя. Давня притча з Талмуду проливає світло на істинну ідентичність і цінність кожної-кожнісінької людської істоти на найглибшому рівні:

### Утікач і рабин

Одного дня до невеличкого села прибився молодий утікач, який переховувався від ворога. Люди пошкодували його й дали йому притулок. Але коли вояки, які розшукували втікача, запитали, де той сховався, всі дуже налякалися. Вояки пригрозили: якщо до світанку юнака не видадуть, вони спалять село, а всіх мешканців уб'ють. Люди пішли до рабина й запитали, що робити. Охоплений ваганнями – віддати хлопця ворогові чи пожертвувати людьми – рабин зачинився в своїй кімнаті й розгорнув Біблію, сподіваючись до світанку знайти відповідь. Перед сходом сонця йому впали у вічі такі слова: «Краще для вас, щоб один чоловік прийняв смерть за людей, аніж щоб увесь народ мав загинути!»

Відтак рабин згорнув Біблію, покликав вояків і сказав їм, де переховується хлопець. Коли ті повели втікача на смерть, селяни влаштували свято з нагоди того, що рабин урятував життя людей. Але сам рабин на святкування не пішов. Глибоко пригнічений, він залишився у своїй кімнаті. Уночі до нього прийшов ангел і спитав: «Що ти зробив?» Рабин відповів: «Я віддав утікача ворогові». Тоді ангел запитав: «Хіба ти не знаєш, що то був Месія?» «Звідки мені було знати?» – схвильовано відказав рабин. І ангел відповів йому: «Якби ти замість читати Біблію навідався хоч раз до того чоловіка й зазирнув йому в очі, ти б це зрозумів».<sup>13</sup>

Хіба не постаємо ми щодня перед викликом – глибше зазирнути в очі людям, яких зустрічаємо, навіть тим, хто від чогось утікає, – і побачити в них Боже обличчя? Може, коли ми просто знатимемо, що вони теж – улюблені діти Бога, то цього вистачить, щоб не видати їх ворогові? Хіба нас не спонукувано пильніше подивитися на те, якими бачить нас Бог – улюбленими, прийнятими, гідними спасіння? Чи є ми, як той утікач, відображеннями Месії?

## ВИ – БОЖИЙ УЛЮБЛЕНЕЦЬ!

Коли Іван Хреститель хрестив людей у ріці Йордан, Ісус теж прийшов охреститися. «Коли весь народ хрестився і коли Ісус, охрестившись, молився, відкрилось небо, і Святий Дух у тілеснім вигляді, немов голуб, зійшов на Нього, та залунав з неба голос: “Ти – мій Син любий, Тебе Я вподобав”» (Лука 3:21-22).

### РОЗДІЛ III: ХТО Я?

Як християнин, я твердо переконаний, що хрещення, під час якого Ісус почув божественне підтвердження: «Ти – мій Син любий, Тебе Я вподобав!», – стало вирішальним моментом у Його публічному житті. Тієї ключової миті Ісус чує сокровенне нагадування про те, хто Він такий насправді.

У кожному з нас звучить внутрішній голос Любові, який каже: «Ти – Божий улюбленець!». Я хочу, щоб ви заявили про своє право бути Божим улюбленцем. Ви не мусите загрузати в пошуках, які ведуть у нікуди. Не мусите ставати жертвою оманливого світу або потрапляти у тенета будь-якої залежності. Ви можете зробити вибір – просто зараз почати рухатися до істинної внутрішньої свободи й сягнути ще більших її глибин.

### ОСТАТОЧНЕ ПІДТВЕРДЖЕННЯ

---

Я багато років читав, обмірковував і проповідував слова з Євангелія від Луки, де у третій главі розповідається історія про хрещення Ісуса, та лише нещодавно ці слова набули для мене значення, що виходить далеко за межі моєї власної релігійної традиції. Божі слова «Ти – мій Син любий» відкривають сокровенну істину про всіх людей, байдуже, належать вони до певної релігійної традиції чи ні. Найбільша духовна спокуса – засумніватися в цій фундаментальній істині про самих себе й повірити в альтернативні ідентичності.

Іноколи на запитання «Хто я?» відповідаємо: «Я те, чим я займаюся». Коли я роблю добрі вчинки й маю бодай невеликий успіх у житті, то почуваюся добре. Та вар-

то мені зазнати невдачі, як я засмучуюсь. З віком, коли багато чим займатись я вже не можу, залишається тільки одне – казати: «Дивіться, що я робив у житті... дивіться, дивіться, дивіться, я зробив щось добре».

Або ж можна сказати: «Я такий, як про мене кажуть інші люди». Те, що про вас кажуть люди, має велику силу. Коли про вас говорять добре, ви живете безтурботно. Та варто комусь сказати про вас щось погане, і ви журитесь. Чийсь слова, спрямовані проти вас, здатні серйозно вас поранити. Але навіть дозволяти, щоб слова, які хтось каже про вас – добрі чи погані, – визначали, хто ви?

Крім того, ви можете сказати: «Я – те, що я маю». До прикладу, я – голландець, маю добрих батьків, гарну освіту й міцне здоров'я. Та варто мені щось із цього втратити – щойно помре мій тато чи мама, ослабне моє здоров'я або я втрачу своє майно – як мене поглине внутрішня темрява.

Скільки зусиль тратиться на те, щоб визначити, хто ми – «Я те, чим я займаюся», «Я такий, як про мене кажуть інші люди» чи «Я – те, що я маю»? У такому разі життя часто рухається за шаблоном – вниз-угору-вниз-угору. Коли люди добре про мене відгукуються, коли я роблю добрі вчинки й багато всього маю – я радісний і в доброму настрої. Але щойно я починаю втрачати, коли раптом виявляється, що я більше не можу чимось займатися, коли люди заходяться мене обсуджувати, коли втрачаю друзів, – тоді падаю в яму.

Я веду до того, що такий зигзагоподібний підхід – хибний. Я – не те, чим я займаюся, і ви – теж не те, чим ви

### РОЗДІЛ III: ХТО Я?

займається, що кажуть про вас інші або чим ви володієте. «Ви – Божий улюбленець!» Сподіваюсь, ви почуєте ці слова, промовлені з такою ніжністю й запалом, на які тільки здатна любов. У мене є одне бажання – щоб ці слова віддунювали в кожному закутку вашої душі й тіла: «Ви – улюбленець!»

Голос, який звертається до нас згори і зсередини, лагідно шепоче або гучно проголошує: «Ти – мій син любий, тебе Я вподобав» або «Ти – моя донька любя, тебе Я вподобав». Важко почути цей голос у світі, переповненому голосами, які вигукують: «Ти поганий; ти огидний; ти нікчема; ти ніхто, доки не доведеш протилежного».

Ці негативні голоси такі гучні й невгамовні, що їм легко повірити. Це пастка самозаперечення. Пастка, у якій ви – втікач від своєї справжньої ідентичності.

### СПОКУСА ЗАСУМНІВАТИСЯ В ТОМУ, КИМ ВИ Є НАСПРАВДІ

---

Ісусові спокуси в пустелі, описані в Євангелії від Луки, мали на меті відвернути Божого Сина від тієї найголовнішої істини. Його спокушали повірити, що він є кимось іншим: «Ти той, хто вміє перетворювати каміння на хліб. Ти той, хто може стрибнути з храму. Ти той, хто здатен змусити інших схилитися перед твоєю силою». Ісус заперечував: «Ні, ні, ні! Я – улюблений Син Божий!». На мою думку, ціле Його життя – це безперервна боротьба за визнання цієї ідентичності, хай що діється навколо. У пору, коли Його хвалять, і в годину, коли Його зневажають чи відкидають, Він наполегливо

стверджує: «Інші покинуть мене, але мій Отець мене самого не покине. Я – улюблений Син Божий. Я – надія, що її дає ця ідентичність».

Найбільша пастка в житті – не успіх, популярність чи влада, а самозаперечення, сумніви в тому, ким ми є насправді. Успіх, популярність і влада становлять, безперечно, неабияку спокусу, але вони привабливі тому, що є частиною значно сильнішої спокуси – самозаперечення. Коли ми віримо голосам, які називають нас нікчемними й не вартими любові, то успіх, популярність і влада виглядають привабливими рішеннями.

Як швидко піддаємося ми спокусі самозаперечення! До прикладу, я пам'ятаю, як виступав перед тисячами людей, і багато хто казав: «Прекрасний виступ!» Та варто було комусь одному підвестися й обуритися: «По-моєму, ви нагородили цілу купу нісенітниць!» – і у моїй пам'яті

*Найбільша пастка  
в житті – не успіх,  
популярність чи влада,  
а самозаперечення,  
сумніви в тому, ким ми  
є насправді*

залишалися тільки ці слова. Коли мене критикують чи покидають на самоті, а мої слова заперечують, я думаю: «Ну от, це ще раз доводить, що я – ніхто». Замість того, щоб кри-

тично проаналізувати обставини або спробувати усвідомити обмеження, – свої та інших, я звинувачую себе не лише за те, що я зробив, а й за те, ким я є. Моє самозаперечення каже: «Я поганий; я заслуговую на те, щоб мене відтіснили на узбіччя, забули, відкинули й покинули».

Чи можете ви розпізнати в собі спокусу самозаперечення, яка виявляється, зокрема, в самовпевненості чи низькій самооцінці? Самозаперечення знаходить вияв у невпевненості в собі або, навпаки, у надмірній гордині. Ні те, ні інше не відображає нашої істинної сутності. Самозаперечення часто вважають невротичним проявом невпевненої в собі людини. Але невроз – це переважно психічний прояв значно глибшої темряви в людській душі: темряви, яку творить почуття своєї небажаності в людському бутті. Самозаперечення – найзапекліший ворог духовного життя, бо воно суперечить священному голосу, який заявляє, що ми – улюблені. Бути улюбленим – ось найголовніша істина нашого буття. Нас – істот, яким властиві і обмеження, і слава, – люблять.

*Самозаперечення -  
найзапекліший ворог  
духовного життя, бо воно  
суперечить священному  
голосу, який заявляє, що  
ми - улюблені*

Я кажу це так відверто й просто, бо хоч відчуття любові ніколи не було повністю відсутнім у моєму житті, минуло чимало часу, поки я усвідомив, що це – найголовніша істина. Я метушився довкола цієї істини, шукаючи когось чи чогось, що переконало б мене: я – улюблений. Так, наче вперто відмовлявся почути голос, який звертається до мене з самої глибини мого буття й каже: «Ти – мій син любий, тебе Я вподобав».

Той тихий, лагідний голос, який називає мене улю-

бленим, звертався до мене незліченними способами. Мої батьки, друзі, вчителі, учні й сила-силенна незнайомих, які траплялися на моєму шляху, виражали цей голос у найрізноманітніших тонах. Про мене ніжно й лагідно піклувалися багато людей. Мене терпляче й наполегливо навчали. Мене підбадьорювали, коли я був готовий здатися, й умовляли спробувати ще раз, коли я зазнавав невдачі.

### СПОКУСА НАВ'ЯЗЛИВОГО ПОШУКУ

---

Спокусу, яка змушує вас сумніватися в тому, ким ви є насправді, доповнює спокуса нав'язливого пошуку. Хіба ви – як і я – не сподіваєтеся, що на вашому життєвому шляху трапиться якась людина, річ чи подія, яка нарешті дасть вам відчуття внутрішнього благополуччя, що його ви так прагнете? Хіба ви не мрієте: «Оця книжка, ідея, курс, подорож, робота, країна чи стосунки сповнять моє найпотаємніше бажання»? Та чекаючи тієї таємничої миті, ви метатиметеся туди-сюди, схвильовані й неспокійні, похитливі й сердиті, ніколи не задоволені до кінця. Саме такі нав'язливі пошуки змушують нас повсякчас чимось займатися і водночас задумуватися, чи ми врешті-решт таки кудись дістанемося. Це шлях до духовного виснаження й вигорання. Це шлях до духовної смерті.

Що ж, ми з вами не мусимо руйнувати самих себе. Ми – улюблені сини й дочки. Любов даровано нам задовго до того, як нас любили й ранили наші батьки, вчителі, чоловік чи дружина, діти й друзі. Це – істина нашого життя. Це істина, і я хочу, щоб ви заявили про свої права на неї. Це істина, яку проголошує голос, що каже: «Ти – мій улюбленець».



### РОЗДІЛ III: ХТО Я?

Дослухаючись до того голосу з якнайпильнішою внутрішньою увагою, я чую у собі всередині такі слова: «Я кликав тебе на ім'я, з самого початку. Ти – мій, а Я – твій. Ти – мій улюбленець, і на тобі – моя ласка. Я зліпив тебе в глибинах землі й сполучив воєдино в лоні твоєї матері. Я вирізьбив тебе в своїх долонях і сховав тебе в затінку своїх обіймів. Я дивлюсь на тебе з безмежною ніжністю й піклуюся про тебе ласкавіше, ніж матір – про дитя. Я полічив кожну волосинку на твоїй голові й пильнував кожен твій крок. Хоч куди ти йдеш, Я йду з тобою, а коли ти відпочиваєш, Я стою на варті коло тебе. Я дам тобі їжу, що погамує твій голод, і пиття, яке втамує твою спрагу. Я не ховатиму від тебе свого обличчя. Ти знаєш мене, а Я – тебе, як самого себе. Ти належиш мені. Я – твій батько, твоя мати, твій брат, твоя сестра, твій коханий чи кохана, твій чоловік чи дружина. І навіть твоє дитя. Де б ти не був, там буду Я. Нас ніщо ніколи не розлучить. Ми – одне ціле».

*Стати улюбленим – це  
довга духовна мандрівка,  
яка лежить перед нами*

### ЗАКЛИК ПОВЕРНУТИСЯ

Дорогий друже, бути улюбленим – це початок і сповнення життя Духа. Я кажу так, бо щойно ми вловили найменший відблиск цієї істини, то вирушимо у мандрівку, аби відшукати її в усій властивій їй повноті й не спочинемо, аж доки не знайдемо в ній спокою. Від тієї миті, коли ми почнемо претендувати на істину, яка говорить, що ми – улюблені, до нас долинатиме й заклик ста-

ти тими, ким ми є. Стати улюбленим – це довга духовна мандрівка, яка лежить перед нами. Суть цієї мандрівки чудово передають слова св. Августина: «Неспокійне мое

*Шукати можна  
тільки те,  
що до певної міри  
вже знайдено*

серце, аж поки не спочине в Тобі, Боже».

Те, що я завжди шукаю Бога, завжди силкуюся віднайти всю повноту Любові,

завжди прагну абсолютної істини, означає, що я вже відчув смак Бога, Любові й Істини. Шукати можна тільки те, що до певної міри вже знайдено.

Кожен із нас має сокровенні спогади про втрачений рай. Може, слово «невинність» пасує тут краще, ніж «рай». Перш ніж у нас з'явилося відчуття провини, ми були невинні; перш ніж ми ступили в темряву, ми були серед світла; перш ніж ми почали шукати свого дому, ми були вдома. Глибоко в нашому розумі й серці захований скарб, яким ми колись володіли, а тепер шукаємо. Ми знаємо його цінність і знаємо, що він містить дар, якого ми найдужче прагнемо: духовне життя, сильніше за фізичну смерть.

Якщо те, що ми не лише улюблені, а й мусимо стати улюбленими, – правда, то як нам розпочати цей процес становлення? *Стати улюбленим значить зробити так, щоб істина про те, що ми – улюблені, втілилась у всьому, що думаємо, кажемо й робимо.* Процес присвоєння, чи, радше, втілення цієї істини – тривалий і важкий. І потребує регулярної практики молитви.

## ПРАКТИКА МОЛИТВИ

---

Уважно дослухаючись до голосу, що називає вас улюбленим, ви щоразу розпізнаватимете в собі бажання слухати цей голос довше й поринати у нього дедалі глибше. Це так, наче знайти в пустелі джерело. Як тільки ви потрапили на родючий ґрунт, вам відразу кортить копати глибше й глибше. Практика молитви і є таким копанням і пошуком підземного потоку.

Я дійшов висновку, що молитва – це слухання голосу: голосу того, хто називає вас улюбленим. Практикуючи молитву, ми постійно повертаємося до істини про те, ким ми є, та заявляємо про свої права на неї. Моє життя закорінене в моєму духовному єстві. Ми мусимо повернутися до нашої найпершої любові і регулярно повертатися до місця нашої первинної ідентичності.

*Мета практики -  
створити таку собі  
огорожу навколо вашої  
зустрічі з Богом*

Я вже не раз казав, що молитва – це смиренне, надзвичайно пильне слухання. Ісус смиренно слухає Отця, уважно слухає Його урочисте підтвердження. Молитва не означає, що, слухаючи голос Божий, ви сповнюєтеся любов'ю та ніжністю.

Деколи так і є, але часом – ні. Молитва – це практика. А мета практики – створити таку собі огорожу навколо вашої зустрічі з Богом. Наш час і місця, де ми перебуваємо, не можуть бути аж такі переповнені, щоб ми ніяк не могли з Ним зустрітися. Тож треба

докласти всіх зусиль і сказати: це час, коли я з Богом, подобається це мені чи ні, хочу я цього чи ні, задовольняє мене це чи ні. Ви повертаєтеся до місця, де перебуваєте наодинці з Богом, і заявляєте про своє право на те, ким ви є.

Якщо я – Божий улюбленець, то як мені заявити про своє на це право? Я починаю з того, що кожного дня повторюю ті ж слова, що їх почув Ісус під час хрещення, бо вони також стосуються і нас із вами: «Ти – мій син любий, тебе Я вполюбав!» Щодня присвячуйте кілька хвилин молитві, роздумуючи над великою Божою любов'ю.

## ЗАГЛИБЛЕННЯ: ВПРАВИ ДЛЯ ДУХОВНОГО КЕРІВНИЦТВА

Отримайте найголовніше підтвердження, промовляючи «Молитву любого сина» – розважання з трьох частин, яке уклав Артур ЛеКлер. Цю молитву можна промовляти наодинці, з духовним керівником або в молитовній групі.<sup>14</sup>

Зручно сядьте. Повірте в те, що Божа любов у певний спосіб проявиться. Перші десять хвилин без поспіху промовляйте ці слова, повільно й ревно:

*Ісусе, Ти – улюблений Син Божий.*

Повторюйте ці слова стільки разів, скільки відчуватимете потребу. Дозвольте своєму серцю сповнитися безсловесною похвалою і вдячністю.

### РОЗДІЛ III: ХТО Я?

Нехай думки, які здатні вас відволікти, пропливають мимо, навіть якщо ви маєте враження, ніби вони дуже нагальні. За якийсь час вони вже здаватимуться усе менш і менш пекучими, а потім ви відпустите їх зовсім. Просто тієї дорогоцінної миті будьте з Ісусом.

Відтак м'яко і спокійно перейдіть до наступних десяти хвилин. У своєму Посланні до Римлян св. Павло нагадує, що нам теж судилося стати улюбленими. Додаємо до краси цієї сцени ще один відтінок:

*Ісусе, я – улюблений син (улюблена донька).*

Дозвольте своєму еству ввібрати в себе Божу любов. Спочатку цей перехід здасться вам різким. Але пориньте у молитву, щоб до кінця усвідомити цю істину.

Далі перейдіть до наступних десяти хвилин. Раніше я думав, що ця частина здатна відволікти наші думки, але з часом збагнув, що це – важливе і благочестиве доповнення до попередніх двох частин.

*Ісусе, ми (всі) – улюблені сини й доньки.*

Нехай у ваше серце прийдуть інші люди: хтось із сусідів, друзів, родичів, хтось, про кого ви прочитали вранці в газеті. Важливо нікого не виключати. Ваше серце згадає тих, кому варто присвятити свою увагу.

Завершіть молитву простою подякою або молитвою «Отче наш».

Цю молитву можна промовляти на самоті чи в групі. Дорогою на роботу, серед ранкової тиші чи ввечері перед сном. Коли ви молитиметеся в групі, то побачите, що інші члени групи поволі виринатимуть із глибин, у які поринули під час молитви, і їм треба буде трохи помовчати перед тим, як знову говорити.

Ті, хто промовляв цю молитву, кажуть, що переживали глибоке душевне зцілення. Якщо ви регулярно молитиметеся так упродовж певного проміжку часу, то житимете, ясніше розуміючи своє місце у всесвіті.

### ОБМІРКУЙТЕ Й ЗАНОТУЙТЕ В ЩОДЕННИКУ:

*Дайте відповідь на запитання «Хто я?» – напишіть два речення. Який із цього можна зробити висновок про те, що ви цінуєте в житті?*

*У яких сферах свого життя ви найбільше схильні до самозаперечення?*

