



Strach jest jedną z najbardziej uniwersalnych i potężnych emocji, których doświadczamy jako ludzie. Paraliżuje nas, sprawia, że wątpimy, a czasem oddala nas od tego, co kochamy najbardziej. W kontekście wiary chrześcijańskiej strach był tematem powracającym w historii, od obaw pierwszych uczniów po lęki, z którymi mierzymy się w dzisiejszym świecie. Jednak chrześcijańska duchowość oferuje wyjątkowe spojrzenie na strach: nie jako na nieprzejednanego wroga, ale jako na okazję do pogłębienia naszego zaufania do Boga.

W tym artykule przyjrzymy się pochodzeniu strachu w tradycji chrześcijańskiej, jego roli w historii zbawienia oraz temu, jak możemy przekształcić go w siłę, która przybliża nas do Boga. Dzięki Biblii, nauczaniu świętych i mądrości Kościoła odkrywamy, że strach, właściwie rozumiany, może być drogą do autentycznej wiary.

Pochodzenie Strachu w Tradycji Chrześcijańskiej

Strach nie jest obcy ludzkiemu doświadczeniu, nawet w Biblii. W rzeczywistości pierwszy zapisany strach w Piśmie Świętym pojawia się w Księdze Rodzaju, po tym, jak Adam i Ewa nieposłusznie zgrzeszyli: *„Gdy zaś mężczyzna i jego żona usłyszeli kroki Pana Boga przechadzającego się po ogrodzie, w porze powiewu wiatru, skryli się przed Panem Bogiem wśród drzew ogrodu”* (Rdz 3,8). Ten strach to nie tylko obawa przed nieznanym, ale konsekwencja grzechu, który zrywa więź zaufania między człowiekiem a jego Stwórcą.

Jednak strach nie jest jedynie wynikiem grzechu; może być również naturalną reakcją na sytuacje, które nas przerastają. W Starym Testamencie widzimy, jak postaci takie jak Mojżesz, Dawid i prorocy doświadczali strachu wobec ogromu swojej misji. Mojżesz na przykład bał się, że nie będzie w stanie mówić przed faraonem, ale Bóg odpowiedział mu: *„Ja będę z tobą”* (Wj 3,12). Ta boska obietnica jest przewodnim motywem w Biblii: strach nie ma ostatniego słowa, ponieważ Bóg jest z nami.

Strach w Życiu Jezusa i Pierwszych Chrześcijan

Jezus, Syn Boży, który stał się człowiekiem, nie był wolny od strachu. W Ogrójcu, przed swoją Męką, doświadczył głębokiego lęku: *„Ojcze, jeśli chcesz, zabierz ode Mnie ten kielich. Jednak nie moja wola, lecz Twoja niech się stanie”* (Łk 22,42). Ten moment pokazuje nam, że strach sam w sobie nie jest grzechem. Liczy się to, jak go przeżywamy. Jezus nie pozwolił, by strach nim zawładnął, ale przekształcił go w akt oddania i zaufania Ojcu.



Pierwsi chrześcijanie również zmagali się ze strachem, zwłaszcza podczas prześladowań. Jednak ich wiara pozwoliła im go przezwyciężyć. Święty Paweł, który doświadczył niezliczonych niebezpieczeństw i trudności, napisał: *„Albowiem nie dał nam Bóg ducha bojaźni, ale mocy i miłości, i trzeźwego myślenia”* (2 Tm 1,7). Te słowa są potężnym przypomnieniem, że jako chrześcijanie jesteśmy powołani do życia nie w strachu, ale w zaufaniu do Boga.

Strach w Historii Kościoła

Na przestrzeni wieków Kościół stawał wobec momentów wielkiej niepewności i strachu: prześladowań, wojen, epidemii i wewnętrznych kryzysów. Jednak w każdym z tych momentów święci i wierni znajdowali w wierze źródło siły.

Wymownym przykładem jest św. Franciszek z Asyżu, który w młodości bał się choroby i śmierci. Jednak po swoim nawróceniu przyjął ubóstwo i zaufanie do Boga, mówiąc: *„To w chorobie najlepiej poznajemy Boga, bo wtedy zdajemy sobie sprawę, że nie możemy polegać na sobie.”* Ta przemiana strachu w zaufanie jest potężnym świadectwem tego, jak wiara może zmienić naszą perspektywę.

W XX wieku postaci takie jak św. Matka Teresa z Kalkuty również uczyły nas, jak stawiać czoła strachowi. Pomimo swoich wewnętrznych zmagania i wątpliwości, ufała, że Bóg poprowadzi ją w jej misji służenia najbiedniejszym. Jej słynne słowa: *„Nie bój się, bo Bóg kocha cię bezwarunkowo,”* przypominają słowa Jezusa skierowane do Jego uczniów: *„Nie bój się, mała trzódka, gdyż spodobało się Ojcu waszemu dać wam królestwo”* (Łk 12,32).

Strach we Współczesnym Świecie

Dziś strach pozostaje wszechobecną rzeczywistością. Żyjemy w świecie naznaczonym niepewnością ekonomiczną, kryzysem klimatycznym, przemocą i samotnością. Media społecznościowe i wiadomości często wzmacniają te lęki, tworząc poczucie beznadziei.

Jednak wiara chrześcijańska oferuje radykalną odpowiedź na strach: zaufanie do Bożej Opatrzności. Jak powiedział papież Franciszek: *„Strach jest wrogiem wiary. Ale wiara uwalnia nas od strachu, ponieważ przypomina nam, że nie jesteśmy sami, że Bóg jest z nami.”* To zaufanie nie oznacza ignorowania problemów, ale stawianie im czoła z pewnością, że Bóg



idzie obok nas.

Jak Przekształcić Strach w Zaufanie do Boga

1. **Rozpoznać strach:** Pierwszym krokiem do przezwyciężenia strachu jest jego uznanie. Nie ma wstydu w odczuwaniu strachu, ale w akceptowaniu go jako części naszej ludzkiej natury.
2. **Zanieść strach do modlitwy:** Zamiast pozwolić, by strach nami zawładnął, możemy zanieść go do Boga w modlitwie. Jak mówi Psalm 56,4: *„Gdy ogarnia mnie strach, Tobie ufam.”*
3. **Zaufać Bożym obietnicom:** Biblia jest pełna obietnic, które przypominają nam, że Bóg nigdy nas nie opuszcza. Jedną z najbardziej pocieszających jest Izajasz 41,10: *„Nie lękaj się, bo jestem z tobą; nie trwóż się, bo Ja jestem twoim Bogiem. Umaciam cię, wspomagam cię, podtrzymuję cię moją prawicą sprawiedliwą.”*
4. **Szukać wsparcia we wspólnotcie:** Wiara nie jest przeżywana w samotności. Wspólnota chrześcijańska, rodzina i przyjaciele mogą być wielkim wsparciem w chwilach strachu.
5. **Działać z odwagą:** Zaufanie do Boga nie jest bierne; wzywa nas do działania z odwagą, wiedząc, że On nas prowadzi. Jak powiedział św. Jan Paweł II: *„Nie lękajcie się otworzyć drzwi Chrystusowi.”*

Zakończenie: Strach jako Droga do Wiary

Strach nie musi być przeszkodą w naszym życiu duchowym. Przeciwnie, może być okazją do pogłębienia naszego zaufania do Boga. Jak przypomina nam Ewangelia, Jezus nie obiecuje nam życia wolnego od trudności, ale zapewnia nas o swojej stałej obecności: *„Na świecie doznacie ucisku, ale miejcie odwagę: Jam zwyciężył świat”* (J 16,33).

Niech Maryja, Matka Jezusa, towarzyszy nam na tej drodze wiary. Ona, która stawiała czoła strachowi z ufym „tak”, uczy nas mówić z odwagą: *„Niech mi się stanie według słowa Twego”* (Łk 1,38).

W świecie pełnym niepewności, niech nasza wiara będzie światłem nadziei, przypominającym nam, że z Bogiem nie ma strachu, którego nie moglibyśmy pokonać. Amen.