



BYĆ SOBA

Niekiedy mówi się, że powinniśmy czytać *Pismo Święte* tak, jakby to były listy miłosne. Wiele przemawia za taką lekturą, ale myślę, że nie jest to całkowicie słuszne, ponieważ Ten, który do nas przemawia, nie przebywa gdzieś daleko, jak ktoś piszący list, a wręcz przeciwnie. Parafrazując św. Augustyna, można powiedzieć, że On jest bardziej w nas obecny niż my jesteśmy obecni dla samych siebie. Po drugie, nie powinniśmy czytać *Pisma Świętego*, ale słuchać go, bo nasz Umiłowany jest w *Piśmie Świętym* obecny i mówi bezpośrednio do nas. Dlatego *Pismo Święte* jest zawsze tak bardzo aktualne – On zwraca się do nas w danej, konkretnej chwili naszego życia, w miejscu, w którym jesteśmy, tu i teraz. Zdarza się, że jakiś dobrze znany fragment czasami niesie dobrze nam znane przesłanie, bo takiego przesłania właśnie potrzebujemy; a bywa, że czasami jakiś wielokrotnie słyszany lub czytany fragment przynosi nam nowe słowa życia.

Dzisiejszego ranka słuchałem po raz kolejny tej najpiękniejszej z miłosnych pieśni, Pieśni nad Pieśniami. Skoro tak wiele rozmawiam z Nim o tej mojej książce, było całkiem naturalne, że gdy dzisiaj słuchałem Jego Głosu, mówił ze mną o modlitwie prowadzącej do środka.

Pieśń czwarta:

Ja śpię, lecz serce me czuwa:
cicho! Oto miły mój puka!



Modlitwa prowadząca do środka

„Otwórz mi siostrze moja, przyjaciółko moja,
gołąbko moja, moja ty nieskalana,
bo pełna rosy ma głowa
i kędziory me – kropli nocy”.
„Suknię z siebie zdjęłam,
mam więc znów ją wkładać?
Stopy umyłam,
mam więc znów je brudzić?”
Ukochany mój przez otwór włożył rękę swą,
a serce me zadrżało z jego powodu.
Wstałam, aby otworzyć miłemu memu,
a z rąk mych kapłała mirra,
z palców mych mirra drogocenna
na uchwyt zasuw.
Otworzyłam ukochanemu memu,
lecz ukochany mój już odszedł i znikł;
życie mię odeszło, iż się oddalił.
Szukałam go, lecz nie znalazłam,
wołałam go, lecz mi nie odpowiedział.
Spotkali mnie strażnicy, którzy obchodzą miasto,
zbili i poranili mnie,
płaszcz mój zdarli ze mnie
strażnicy murów (PnP 5, 2-7).

„Ja śpię, lecz serce me czuwa”. Jak dobrze te słowa opisują doświadczenie modlitwy prowadzącej do środka! Wszystko wewnątrz się ucisza, jakbyśmy zasypiali, ale serce jest bardzo czujne, bardzo uważne – przytomne w obecności Tego, który zamieszkuje w samym środku, w głębi naszego bytu. Jest On tam nieustannie, a zarazem Go nie ma. Dopóki się nie otworzymy dla Niego, nie jest On obecny w taki sposób, jak uobecnieni przez miłość są dla nas inni ludzie, kobiety i mężczyźni. Ta obserwacja przywodzi mi na myśl fragment z Apokalipsy, który tak mocno do mnie przemawia i który już komentowałem w pierwszym rozdziale: „Oto stoję u drzwi i kołaczę: jeśli kto posłyszysz mój głos i drzwi otworzy, wejdę do niego i będę z nim wieczerzał, a on ze mną”. Modlitwa prowadząca do środka jest otwarciem się, odpowiedzią, odrzuceniem wszystkich śmieci, wszystkiego, co stoi na przeszkodzie naszej pełnej czuj-





Być sobą

ności wobec mieszkającego w naszych duszach Pana. Po to, by On mógł stać się Obecny dla nas, byśmy mogli doświadczyć Jego Obecności. Dlatego powinniśmy odsunąć wszystkie myśli, uczucia i obrazy, by nasze serca mogły zwrócić się wprost do Niego.

Wszelka modlitwa jest odpowiedzią. Bóg najpierw kołacze, daje nam znak, woła nas. Powołuje nas do istnienia, stwarzając, po raz pierwszy, a potem po raz drugi, przez chrzest. Zwraca się do nas we wszystkim: w naszej własnej jaźni, poprzez wszystkie nasze poruszenia, energię i czynności, w naszym oddechu, myślach i uczuciach. To On jest ich Źródłem, Jemu zawdzięczamy całą naszą energię, życie i działanie. A skoro tak, jako ich Źródło – musi być Obecny. Dzięki żywej wierze, słyszymy Go i odpowiadamy.

Modlitwa prowadząca do środka jest dobrą szkołą, w której możemy zacząć się uczyć takiego słuchania, jakie pozwoli nam usłyszeć Głos Pana wszędzie, we wszystkim, i być wrażliwym na Jego miłującą, stwórczą Obecność i w ten sposób stać się zdolnym do nieustannej modlitwy, do jakiej jesteśmy powołani. Czasami niektórzy są przeciwni posługiwaniu w modlitwie jakimikolwiek technikami czy metodami, obawiając się, że jest to to samo, co próba manipulowania Bogiem. Lecz nie dostrzegają, że zarówno sama metoda, jak myśl o posługiwaniu się nią, pochodzą od Boga. Jest to sposób, w jaki On „kołacze” i nas przyzywa. Posługujemy się metodą w modlitwie, dlatego że jest ona Jego darem, podobnie jak jest nim łaska dająca nam zdolność do tego. Posługiwanie się metodą jest odpowiedzią na Jego dar, w pełni uwzględniającą rzeczywistość Wcielenia.

Gdy On nas powołuje, darzy nas łaską, której potrzebujemy, by Mu odpowiedzieć. Jego łaska spływa na nas: „...pełna rosy ma głowa i kędziory me – kropli nocy”. Lecz jak często, mimo Jego wołania, mimo spływającej na nas łaski, zwlekamy z odpowiedzią! Jest nam wygodnie.





Modlitwa prowadząca do środka

Wszystko jest w porządku. Być może mamy ustaloną rutynę odmawiania modlitw i odprawiania pobożnych praktyk. Wymościłiśmy sobie wygodne łóżeczka. Nie chce się nam z nich wstawać i otwierać na tajemnice nocy, na nowy i bliższy, bardziej intymny kontakt z Umiłowanym. Przecież nie wiadomo, jakie żądania może nam postawić. Miłość potrafi być taka wymagająca! Przez samą swą naturę jest wymagająca! „Suknię z siebie zdjęłam, mam więc znów ją wkładać? Stopy umyłam, mam więc znów je brudzić?” Na szczęście Ukochany nalega: „...Ukochany mój przez otwór włożył rękę swą...” Nasz Pan jest wytrwały w miłości, ale pełen szacunku dla nas. Nie wchodzi w nasze życie na siłę. Drzwi są uchylone, więc tylko wkłada dłoń. Nawet jeśli nie całkiem otwieramy Mu drzwi, przynajmniej słuchamy Jego Głosu. A gdy Go słuchamy, Jego Słowo nas dotyka. Pod tym dotknięciem: „...serce me zadrżało z jego powodu”. Jego Słowo jest ostre jak miecz obosieczny.

Potrzeba, byśmy regularnie słuchali Pisma Świętego. Właśnie przez Pismo Święte On nas dotyka, przywołuje, sprawia, że porzucamy nasze utarte, wygodne ścieżki i prawdziwie szukamy Go w modlitwie prowadzącej do środka. To właśnie słuchanie Pisma Świętego, a szczególnie Ewangelii, wzbudza w nas czujność miłującego, pragnącego serca.

Tradycyjnie mirra była symbolem cierpienia; w naszej Pieśni symbolizuje słodcy cierpienia, którego przyczyną jest wielkie pragnienie: „Wstałam, aby otworzyć miłemu memu, a z rąk mych kapłała mirra, z palców mych mirra drogocenna na uchwyt zasuw”. Modlitwa prowadząca do środka, praktyczny uchwyt zasuw, dzięki któremu otwieramy drzwi Bogu, przyoblecze się w cierpienie, pełne słodczy cierpienie pragnienia. Otworzymy Ukochanemu; pozostawimy wszystkie myśli i obrazy dające nam wygodne poczucie pewności i ciepło, i będziemy szukać tylko Jego. A wtedy, Ten, Który kołatał do naszych drzwi i tak wytrwale nas zapraszał – odchodzi, znika, nie pozostawiając śladu.





Być sobą

Wydaje się, że całkowicie i na zawsze: „Otworzyłam ukochanemu memu, lecz ukochany mój już odszedł i znikł”.

Następujące po tym słowa chyba opisują to, co jest najbardziej powszechnym doświadczeniem w modlitwie prowadzącej do środka: „życie mię odeszło, iż się oddalił. Szukałam go, lecz nie znalazłam, wołałam go [czasami, posługiwanie się modlitewnym słowem może wydać się nam bardziej wołaniem w ciemnościach niż łagodnym powrotem do środka czy ponownym uświadomieniem sobie Obecności], lecz mi nie odpowiedział”.

A nasz praktyczny rozum, ten strażnik zdrowego rozsądku i racjonalności, któremu całkiem obce są tak miłość, jak i transcendentna rzeczywistość wiary, szybko nas zaatakuj: „spotkali mnie strażnicy, którzy obchodzą miasto, zbili i poranili mnie”. [Co za nonsens! Po co? Po co tak tracić czas? Nic tutaj się nie dzieje. Nikogo nie ma. Ścigasz własne złudzenia.] „Płaszcz mój zdarli ze mnie strażnicy murów”. Tak, rozum obejdzie się z nami bezlitośnie i „zdrze z nas płaszcz”, aż staniemy przed Bogiem w nagiej wierze; lecz tylko tak dusza jest gotowa na przyjęcie w pełni Objęć Ukochanego.

Greccy Ojcowie Kościoła bardzo pięknie opisali relację między Bogiem i nami: „Bóg stał się człowiekiem, aby człowiek mógł stać się Bogiem”. Pełna teologiczna treść tego opisu jest praktycznie nie do wyczerpania. Po pierwsze, rozwój naszych relacji z Bogiem pod pewnymi względami przypomina rozwój pełniejszych i głębszych związków z ludźmi. Istotnie, Bóg, zwracając się do nas w Piśmie Świętym, często porównuje to, co zachodzi między Nim a nami do związku między parą kochanków lub między mężem i żoną. Gdy młody człowiek spotka kobietę, z którą ma nadzieję tworzyć najpełniejszy i najpiękniejszy z ludzkich związków, którym jest małżeństwo, jeśli ma być ono udane, musi wraz z ukochaną podejść do tego z powagą. Będą spędzać wiele czasu razem. Na początku będzie wiele tematów do rozmowy. Oboje będą próbowali wyjawic





Modlitwa prowadząca do środka

sobie nawzajem coś z otaczającej ich tajemnicy, która odślaniała się im stopniowo, w miarę jak przeżywali swoje życie i jak kształtowały się ich osobowości. Będą wiele rzeczy robić wspólnie i dla siebie nawzajem. Lecz stopniowo, gdy ich związek będzie się rozwijał, nauczą się przebywać razem w ciszy, porozumiewać się na głębszym poziomie, pozwalając mówić samej obecności, ufać w szczerość wzajemnej miłości bez potrzeby ciągłego zapewniania się o niej przy pomocy słów. Być może jednym z powodów, dla których tak wiele małżeństw rozpada się dzisiaj, jest niezdolność dojścia do tego poziomu porozumiewania się bez słów. Małżeństwa polegają tak całkowicie na komunikacji werbalnej, że gdy wyczerpią się tematy do rozmów, małżonkowie nie widzą możliwości dalszego rozwoju swojego związku i zaczynają poszukiwać kogoś innego, z kim mieliby o czym rozmawiać. Oczywiście, zdecydowanie upraszczam problem, lecz wydaje mi się, że jest w tym trochę prawdy.

Tak czy inaczej, w trakcie rozwoju naszej relacji z Bogiem, na początku przeważa zwykle komunikacja werbalna. Wiara przychodzi dzięki słuchaniu. Bóg objawia się nam najpierw przez Swoje Słowo. Słuchamy Słowa, przyjmujemy Je, pozwalamy, aby spoczywało, kiełkowało i dojrzewało w nas, gdyż objawia obecność, miłość, dobroć i piękno naszego Boga. Słyszac, jak Bóg zwraca się do nas, reagujemy odpowiednimi myślami, słowami i uczynkami. Zaczynamy być coraz bardziej świadomi nieustannej Obecności Boga w nas, chociaż jednocześnie zajmują nas rutynowe czynności i codzienne obowiązki. Mamy coraz bardziej stałą świadomość Jego Obecności. Zaczynamy czuć większą potrzebę przebywania z Nim po prostu w ciszy, w milczeniu.

Małżonkowie spędzają wiele czasu razem. Jeśli naprawdę się kochają, pozostają wobec siebie obecni nawet w myślach, gdy są rozłączeni. Wiele rzeczy robią razem, wiele wspólnie z innymi, wiele dla siebie nawzajem. Lecz jeśli





Być sobą

mają być szczęśliwi w małżeństwie, muszą znaleźć czas, by po prostu być dla siebie – jedno w objęciach drugiego, porzucając wszystkie sprawy i odkładając wszelkie czynności i obowiązki. Wtedy ani słowa, ani myśli nie mają znaczenia. A jeśli się pojawiają, są bez znaczenia. Czasami ktoś wymówi jakieś miłosne słowo, by wzocnić, dopełnić ich wzajemną obecność.

Podobnie w naszej relacji z Bogiem, oprócz wszelkiego działania, słów i myśli, musi być czas, kiedy po prostu czuwamy w Jego Obecności, w całej bezpośredniości doświadczając Jego kochającej i życiodajnej Obecności. Wtedy mogą pojawić się słowa i myśli, ale nie mają one znaczenia. Możemy się posługiwać modlitewnym słowem, miłosnym słowem, aby wzocnić Jego Obecność, lecz to bezpośrednia Obecność Boga – lub mówiąc inaczej – Bóg w Swojej Obecności skupia całą uwagę, spełnia pragnienie serca.

To właśnie jest rozkoszą naszego Umiłowanego. Możliwe, że tym co najbardziej szkodzi rozwojowi naszej bliskiej relacji z Bogiem, jest nasza niezdolność do uświadomienia sobie i przyjęcia faktu, że Bóg naprawdę pragnie naszej bliskości, że naprawdę jesteśmy dla Niego ważni. Stworzył nas jedynie po to, by się nami cieszyć i byśmy my cieszyli się Nim. Miał pełnię całkowitego szczęścia i chciał się nią dzielić, więc stworzył nas. Trudno nam pojąć taką nieskończoną bezinteresowność. Całe nasze wychowanie i podejście przeważające w dzisiejszym świecie wzmacniają w nas przekonanie, że na miłość trzeba zasłużyć, że za wszystko, co dostajemy, trzeba płacić. Inaczej ma się rzecz w relacjach z Bogiem. Nic nie może na nic zasłużyć, jeśli nie zostanie wcześniej bezinteresownie obdarowana czymś, co mogłoby posłużyć jako podstawa działania i przyszłych zasług czy dokonań.

Bóg w Swej nieskończonej miłości udziela nam zarówno zdolności do osiągnięcia zasługi, jak chwały z zasługi już osiągniętej. Lecz ostatecznie wszystko jest darem. A zatem mówi: „Kto nie przyjmie królestwa Bożego jak





Modlitwa prowadząca do środka

dziecko, ten nie wejdzie do niego” (Łk 18, 17; Mk 10, 13). Skoro nie jesteśmy jak małe dzieci, całkowicie pozbawieni myśli o jakichkolwiek zasługach z naszej strony, gotowi do przyjęcia wszystkiego od naszego Ojca, nie możemy mieć nadziei na to, że posiadziemy cokolwiek. Bóg jest naszym Ojcem i jak najbardziej kochający Ojciec znajduje w nas radość. A także chce, byśmy i my cieszyli się Nim, byli z Niego dumni, zwracali się do Niego, szukając bezpieczeństwa, miłości, opieki.

Nie ma ojca, który nie cieszyłby się, gdy dziecko, pozostawiając zabawki i towarzyszy zabawy, biegnie do niego i wspina się na kolana. Trzymając je w objęciach, szczęśliwy ojciec nie przejmuje się zbytnio, czy ono rozgląda się wokół, a jego uwagę zajmuje to jeden, to drugi przedmiot, czy jest uważnie wpatrzone w niego, czy może układa się do snu. Najważniejsze, że postanowiło być z ojcem, ufne w jego miłość, opiekę i bezpieczeństwo, jakie zapewniają mu jego ramiona.

Podobnie wygląda modlitwa prowadząca do środka. Układamy się w miłujących Ramionach Ojca, spoczywamy w Jego Objęciach. Nasz umysł, myśli i wyobrażenia mogą przenieść się z obiektu na obiekt, to tu, to tam; może się nawet zdarzyć, że zaśniemy; lecz najważniejsze – wybieramy przebywanie w tym czasie w Jego bliskości, oddajemy się Mu, przyjmujemy Jego miłość i opiekę, pozwalamy, aby cieszył się nami zgodnie ze Swoją wolą. To bardzo prosta forma modlitwy. Bardzo dziecięca. To modlitwa, która otwiera przed nami wszystkie rozkosze królestwa Bożego. Jeśli posługujemy się modlitewnym słowem, nie jest to właściwie żadne pojęcie, ani w ogóle wytwór naszego umysłu, lecz dzieło serca i woli, wyraz miłości – nasza modlitwa jest modlitwą serca.

Lecz co właściwie tutaj się dzieje? Afirmacja dokonuje się nie poprzez słowo czy myśl, czy nawet pojmowanie w pełnym znaczeniu tego słowa, ale poprzez bycie. Afirmacja rzeczywistości: tego Kim jest Bóg, kim jesteśmy my





Być sobą

i jaki jest związek między Bogiem a nami. Jest to całkowite zaangażowanie w prawdziwy związek, istniejący między Bogiem a nami. Staje się to możliwe dzięki temu, że zostaliśmy stworzeni przez Niego, a potem obdarzeni przez chrzest nowym życiem. To całkowita zgoda na bycie tym, kim jesteśmy. Na bycie sobą.

W *Nowym posiewie kontemplacji*, w książce którą Thomas Merton uważał za jedną z najlepszych, jakie napisał, znajduje się pewien wyjątkowo, w mojej opinii, piękny fragment:

Drzewo oddaje chwałę Bogu przez bycie drzewem. Bowiem będąc tym, czym Bóg chce, by było, jest Mu posłuszne. „Zgadza się”, można by rzec, na Jego twórczą miłość. Wyraża ideę, która jest w Bogu i która nie jest różna od istoty Boga, i dlatego drzewo imituje Boga przez bycie drzewem (s. 43).

Stworzeni przez Niego, my również wyrażamy ideę, która jest w Bogu, zawsze była i będzie, i która nie jest różna od Jego istoty. W rzeczy samej, naśladujemy Boga, i to w sposób pełniejszy niż cokolwiek innego w całym stworzeniu. A skoro jesteśmy takimi stworzeniami, jakimi jesteśmy, osobami mającymi rozum zdolny do poznania i serce, zdolne do dokonywania wyborów oraz wolną wolę – możemy wyrazić zgodę na twórczą miłość Boga nie tylko „na sposób drzewa”, lecz na sposób Bogu podobny.

Jest jednak jeszcze coś istotniejszego, bowiem my wszyscy, ochrzczeni, nie tylko zostaliśmy stworzeni, ale również – przez chrzest – staliśmy się nowym stworzeniem. Nasz udział nie jest – tak jak udział reszty stworzenia – pewnego rodzaju zewnętrznym udziałem w życiu, bycie i pięknie Boga. Zostaliśmy ochrzczeni, by mieć udział w życiu i miłości Syna Bożego. „Teraz zaś już nie ja żyję, lecz żyje we mnie Chrystus” (Gal 2, 20). W jakiś bardzo rzeczywisty sposób stanowimy jedno z Synem Bożym. A Duch Syna, Duch Święty, został nam dany, by być na-



Modlitwa prowadząca do środka

szym duchem. Zostaliśmy wprowadzeni w wewnętrzne życie Trójcy Przenajświętszej.

Cała istota Syna jest od Ojca i ku Ojcu, w Duchu Świętym. Podobnie jest i z całą naszą istotą, skoro jesteśmy przybranymi córkami i synami Bożymi, w jedności z Synem Bożym. Nie wiemy, jak powinniśmy się modlić, nie wiemy, jak być ku Ojcu we właściwy sposób, który byłby Go godny. Tym niemniej Duch Święty został wlany w nasze serca i On w nas woła: „Abba, Ojcze”. Jest to istotą naszego bytu, tak kobiet, jak i mężczyzn ochrzczonych w Chrystusie, mających udział w Jego Synostwie. Skoro tylko porzucimy całą naszą powierzchowną działalność, pozostawimy nasze myśli, uczucia, przepływające obrazy i z prostotą usiądziemy, zezwalając na to, byśmy się stali tym, kim jesteśmy – nami samymi – stajemy się wówczas w istocie modlitwą, odpowiedzią daną Bogu, odpowiedzią prawdziwie godną Boga, bowiem tą odpowiedzią jest sama osoba Ducha Świętego, Najświętszego Ducha Miłości – Miłości Syna do Ojca i Ojca do Syna.

Święty Jan od Krzyża mówi o tym kilkakrotnie w swoich pismach:

„On bowiem swoim boskim tchnieniem na sposób wiatru podnosi duszę na najwyższe wyżyny, kształtuje ją i daje jej zdolność, by mogła tchnąć w Boga to samo tchnienie miłości, jakie Ojciec tchnie w Syna, Syn w Ojca, a którym jest sam Duch Święty. I On w nią tchnie w Ojcu i Synu, by ją złączyć ze sobą we wspomnianym przeobrażeniu... Dusza bowiem zjednoczona i przeobrażona w Boga tchnie w Boga do Boga to samo tchnienie boskie, jak i sam Bóg tchnie w samym sobie w nią będącą w Nim przeobrażoną” [*Pieśń Duchowa*, 3, 78 i nast.].

„Albowiem dusza, będąc złączona w jedno z Nim, w pewnym znaczeniu jest Bogiem, przez uczestnictwo... Wtedy widzi dusza, że Bóg rzeczywiście jest jej i że posiada Go jako dziedzictwo, prawnie na własność, jako przybrane dziecko Boga, przez łaskę, jaką jej Bóg wyświadczył, oddając jej samego siebie. A posiadając Go





Być sobą

jako własność może Go dawać i udzielać komu zechce; daje Go więc swemu Umiłowanemu, którym jest ten sam Bóg, co się jej oddał. Przez to spłaca Mu wszystkie swe długi, gdyż dobrowolnie składa Bogu dar równy temu, jaki sama od Niego otrzymała.

Ponieważ przez ten dar, jaki dusza składa Bogu, daje Mu dobrowolnie Ducha Świętego jako własność swoją, by się w Nim rozmiłował, tak jak na to zasługuje – odczuwa niewymowną rozkosz i szczęście, gdy widzi, że składa Bogu, jako swą własność, dar, który w swym bycie nieskończonym jest całkowicie równy Bogu” [*Żywy Płomień Miłości*, 3, 78 i nast.].

To jest najdoskonalsza z modlitw, doskonalszej nie można już sobie wyobrazić. Właśnie w taką modlitwę staramy się zanurzyć i na takiej modlitwie chcemy się całkowicie skupić, zagłębiając się w modlitwę prowadzącą do środka. Jeden z moich przyjaciół, ksiądz, wyraził to w bardziej konkretnie i praktycznie:

Odkryłem, że jedynym sposobem, dzięki któremu mogę działać, jest zakorzenienie, ześrodkowanie... Nie przemawia do mnie idea „Boga hen w niebiosach”. Przypuszczam, że chrześcijańska doktryna Wcielenia jest najlepszym wyjaśnieniem, jakiego mogę udzielić – doktryna Boga w ciele, przynoszącego Swój potencjał nie tylko jednemu z ludzi, Jezusowi, ale wszystkim. Według mnie, Jezus pokazuje, jak można żyć w bezwarunkowej miłości, jedności i służbie. Patrząc na przykład Jezusa i uświadamiam sobie, że ta możliwość jest dla mnie dostępna... Jesteśmy stworzeni na obraz i podobieństwo Boże, ale żyjąc według naszych własnych wzorców, grając we własne gry i stawiając na swoim, pozbawiamy się życia w pełni naszej istoty, możliwości bycia w pełni sobą.

Kardynał Suhard, któremu winien jestem dozągoną wdzięcznością za rozbudzenie we mnie po raz pierwszy świadomości tych szerokich i ekscytujących implikacji, jakie niesie ze sobą bycie chrześcijaninem, zwięźle streszcza teo-





Modlitwa prowadząca do środka

logiczne źródła tej rzeczywistości, z którą kontaktu poszukujemy w modlitwie prowadzącej do środka:

Bóg, przez fakt stworzenia, jest obecny we wszystkich Swoich stworzeniach. „Bo w Nim żyjemy, poruszamy się i jesteśmy” mówi św. Paweł (Dz 17, 28). Na niektórych znakomitych stronicach *Summy* św. Tomasz podejmuje temat „Boga istniejącego we wszystkim i we wszystkich”: „Jeśli tylko coś istnieje, wynika z tego – jako warunek konieczny istnienia – iż Bóg jest we wszystkim, co istnieje i to w sposób całkowicie bezpośredni, najbardziej intymny” (I, 8, 1)” Co, w takim razie, musimy rzec o Bogu obecnym dzięki łasce w duszy, o Jego obecności, która nie jest tylko immanentną obecnością Boga-Stwórcy w Swoim stworzeniu, ale bliskością Trzech Osób Boskich, którą dzielą z nami? „Jeśli Mnie kto miłuje, będzie zachowywał moją naukę, a Ojciec mój umiłuje go i przyjdziemy do niego i będziemy u niego przebywać” (J 14, 23). [Cyt.: *List pasterski: Znaczenie Boga w Kościele dzisiaj*].

Św. Augustyn, z charakterystyczną gwałtownością i śmiałością, przedstawia sprawę w sposób zdradzający coś z własnego podekscytowania:

Radujmy się i dziękujmy, że jesteśmy nie tylko chrześcijanami, ale samym Chrystusem. Czy pojmujecie, bracia, łaskę, którą obdarzył nas Bóg wszechmogący? Niech przepelni was zdumienie i radość – prawdziwie staliśmy się członkami Chrystusa.

Jeśli rzeczywiście stanowimy jedno z Chrystusem przez chrzest, a Chrystus siedzi po prawicy Ojca, to i my jesteśmy naprawdę w niebie i po prawicy Ojca. Zatem cała reszta jest złudzeniem? Nie. Bowiem Chrystus jest w rzeczywistości również i tutaj, na ziemi – On jest wszędzie. Wszędzie, a nigdzie – lecz tylko po prawicy Swego Ojca. Kiedy schodzimy do Środka i docieramy do naszego najbardziej autentycznego ja, wtedy jesteśmy tam, gdzie On jest obecny w sposób najprawdziwszy. „Ja i Ojciec jedno jesteśmy”. „Ja jestem w Ojcu, a Ojciec we Mnie”. Nie jesteśmy po prostu w niebie, po pra-





Być sobą

wicy Ojca, ale w Ojcu, w Bogu wszechmogącym, we wnętrzu Trójcy Świętej, w poruszeniu Miłości, w rwącym strumieniu Miłości, którą jest Duch Święty i która płynie od Ojca ku Synowi i od Syna ku Ojcu; całkowicie obejmującej i pochłaniającej obie Osoby Boskie i nas w jednej Miłości.

Kierując się do środka, pozostawiamy za sobą czas i miejsce, i naszą odrębność. Dochodzimy do Źródła i znajdujemy się w Byciu, z którego nasze istnienie wypływa nieprzerwanie i w którym zawsze jesteśmy, a poza którym nie istniejemy. Wszystko, absolutnie wszystko, zawiera się w tajemnicy Rzeczywistości. Nie jest nią po prostu byt, ale Trójca Święta, a my jesteśmy kochani i kochamy. Dochodzi do komunii miłujących się nawzajem Osób. Uczestniczymy w tej Tajemnicy dzięki sakramentowi chrztu. Czy jesteśmy w stanie tak naprawdę w pełni pojąć, czym jest chrzest? Nie, to po prostu niemożliwe. „Teraz zaś już nie ja żyję, lecz żyje we mnie Chrystus” (Gal 2, 20). Nie tak, jak zamieszkuje się konkretne miejsce, pewną przestrzeń, nie: nasz byt staje się Bytem Chrystusa – jakoś – och, w niepojęty sposób! Lepiej po prostu zstąpić do środka i pozwolić, by to wszystko działo się samo i było doświadczone, nie próbując wyrazić tego słowami!

Rzeczywistość tego, co jest i kim my jesteśmy jest tak niezwykle cudowna, niepojęta w swej cudowności. Smutne jest to, że większość z nas ucieka od naszej własnej rzeczywistości. Doświadczamy własnej przypadkowości i rozpaczliwie próbujemy znaleźć lub stworzyć coś, na czym moglibyśmy się oprzeć. Na nieszczęście, szukamy w złym kierunku. Szukamy poza sobą lub próbujemy skonstruować jakieś fałszywe ja, kruchą skorupkę, której zbyt oczywista kruchość powoduje nasz nieustanny lęk i stan gotowości obronnej. Trzeba odwrócić kierunek poszukiwań, dojrzeć i zaakceptować swoje prawdziwe ja, a odkryjemy, że jego przypadkowość ma oparcie w nieskończenie miłującym Bogu, z którym obcujemy w intymnej bliskości. Jakiego poczucia bezpieczeństwa, jakiej afirmacji rzeczywistości doświadczymy! By dowieść Swojej Miłości do nas, Bóg





Modlitwa prowadząca do środka

dał największy z możliwych dowodów, zsyłając Swojego Syna, by został za nas ukrzyżowany. „Bóg tak umiłował świat, że Syna Swojego Jednorodzonego dał...” A co może prowadzić do większej afirmacji niż fakt stałej obecności nieskończonego Boga, stwarzającego nas w Swej twórczej miłości? Jeśli tak jesteśmy kochani przez Boga, jakże musimy być godni miłości!

Thomas Merton w swojej ostatniej książce, którą oświadczył przygotował do publikacji, *Klimat modlitwy monastycznej* [*The Climate of Monastic Prayer*], dobitnie wypowiada tę myśl:

Przede wszystkim nasza medytacja powinna się rozpocząć od uświadomienia sobie naszej nicości i bezradności w obecności Boga. To nie musi być doświadczenie pełne żalu czy zniechęcenia. Przeciwnie, może być pełne głębokiego spokoju i radości, bowiem prowadzi do bezpośredniego kontaktu ze źródłem wszelkiej radości i życia. Lecz jednym z powodów, dla których nasza medytacja nigdy nie może się rozpocząć jest to, że nie czynimy poważnego, autentycznego powrotu do centrum naszej nicości w Obliczu Boga. A stąd bierze się to, że nigdy nie wchodzimy w najgłębszą rzeczywistość naszego związku z Nim.

Inaczej mówiąc, medytujemy tylko „w umyśle”, w wyobraźni, a w najlepszym wypadku w sferze pragnień, rozważając religijne prawdy z obojętnego, obiektywnego punktu widzenia. Nie zaczynamy od próby „odnalezienia naszego serca” – to znaczy od zejścia w głęboką świadomość samej podstawy naszej tożsamości w obliczu Boga i w Bogu. „Odnalezienie serca” i odzyskanie tej świadomości – najbardziej wewnętrznej tożsamości – prowadzi do rozpoznania, że nasze zewnętrzne, codzienne ja jest w znacznej mierze maską i sztucznym tworem. To nie jest autentyczne ja. W rzeczy samej, nasze autentyczne ja niełatwo znaleźć. Jest ukryte w ciemności i „nicości”, w centrum, tam gdzie bezpośrednio zależy od Boga. Lecz skoro autentyczność wszelkiej chrześcijańskiej medytacji zależy od rozpoznania naszej znikomości, próba medytowania z jej pominięciem jest sprzeczna sama w sobie. Jest jak próba chodzenia bez stóp.





Być sobą

To pierwszy krok, jakiego wymaga praktykowanie „modlitwy prowadzącej do środka. Trzeba wyjść poza fałszywe ja i poza wszystko, co je tworzy, powrócić do środka, uzyskać styczność z rzeczywistością, być sobą. Gdy już się tam znajdziemy, my sami jesteśmy modlitwą. Akceptując to, kim jesteśmy, modlimy się. To wszystko. Niczego więcej być nie może, skoro zagłębiliśmy się w pełnię Boga.

A więc, po co metoda? Jest jak drewniana podpórka dla kwiatów. Sama natura pnącej róży powoduje, że pnie się ona w górę, do słońca, i rozkwita. Lecz bez podpórki pędy, wspierając się na sobie, opadają w dół, leżą jedne na drugich i wkrótce tworzą kłębowisko, z którego nie wzniosą się wysoko i nie wydadzą wielu kwiatów. Jeśli jednak pędy róży mogą wesprzeć się na podpórce, wtedy wyrosną w górę, do słońca – Słońca Sprawiedliwości i Życia – i zakwitną o wiele obficie.

Metoda po prostu pomaga nam utrzymać się w nurcie naszej prawdziwej tożsamości, w nurcie bycia tym, kim autentycznie jesteśmy; a zawsze wtedy, gdy wspierając się na sobie, zaczynamy opadać w dół jak pędy róży, umożliwia powrót do rzeczywistości naszego niezafałszowanego ja. Cicha, łagodna, stała, choć często niepostrzegalna obecność naszego modlitewnego słowa miłości jest taką drewnianą podpórką. A kiedy zaczynamy się wspierać na sobie i opadać, kiedy uświadamiamy sobie, że nasze myśli skupiają się na czymś innym niż Bóg – innymi słowy, kiedy powróciliśmy do samoświadomości i zaczynamy znowu obserwować to, co w danej chwili robimy zamiast skupić się po prostu na byciu tym, kim jesteśmy i na byciu czujnym na poruszenie niezafałszowanej rzeczywistości, na byciu Synem ku Ojcu w Miłości, która jest Duchem Świętym – wtedy nasza podpórka, modlitewne słowo, delikatnie pomaga nam powrócić do tej wolności bycia całkowicie skupionym w jednym jedynym kierunku, jakim jest nasze poruszenie miłości.





Modlitwa prowadząca do środka

Wspominamy tu o naszej trzeciej regule – i pojawia się coś, co czasami trudno uchwycić komuś, kto przechodzi od aktywnej formy modlitwy do jej bardziej pasywnej, kontemplacyjnej formy. W czasie aktywnej modlitwy, nasze myśli, a często wyobrażenia, są w pełni zaangażowane w samą modlitwę, albo powinny takimi być. Myśl czy obraz, jeśli się pojawia, a nie są częścią modlitwy, są traktowane jako coś, co rozprasza, co przeszkadza nam w modlitwie. Lecz w modlitwie prowadzącej do środka, czyli w modlitwie serca, odpowiadamy Bogu na innym poziomie. Nie chcę przez to powiedzieć, że serce czy wola nie są obecne w aktywnej modlitwie. Są, i to w dużym stopniu, ale modlimy się przede wszystkim przez myśli i obrazy. W modlitwie kontemplacyjnej serce bezpośrednio sięga Boga, będąc bezpośrednio obecne w Środku, u podstawy naszego bytu. Myśli i obrazy, po odegraniu swojej początkowej roli, nie mają więcej nic wspólnego z modlitwą serca.

Czy pamiętacie przypowieść o pannach oczekujących na pana młodego, którą opowiedział swoim uczniom Jezus? Pan młody zwlekał, a one zasnęły. Kiedy nadszedł, pięć z zapalonymi lampami było gotowych, by wejść wraz z nim; pozostałe pięć, których lampy pogasły – nie było gotowych. Te, których lampy się paliły, nawet gdy spały, nadal oczekiwały pana młodego, były czujne – płomień ich miłości nie wygasł. Pozostałe, których miłość zgasła, już nie czekały – po prostu spały.

Czy kiedykolwiek oczekiwaliście kogoś z niecierpliwością? Czekając, mogliście zająć się rozmową z innymi ludźmi, czytaniem lub jakimś innym zajęciem, zdrzemnąć się, lecz – z uchem przy drzwiach. Najmniejszy dźwięk z tamtej strony natychmiast podrywał was na nogi. Wasza czujność, uwaga nie była skupiona ani na przypadkowym partnerze rozmowy, ani na chwilowym zajęciu – cały czas była poświęcona temu, kto miał nadejść.

Pamiętam, jak pewnego ranka siedziałem na molo na północnym brzegu wyspy Athos, czekając na łódź, która





Być sobą

miała mnie zabrać na ląd. Kiedy tak czekałem, nie wiedząc zupełnie jak długo to potrwa, zająłem się pisaniem w dzienniku, ale moja uwaga była cały czas skierowana na mającą nadpłynąć łódź, na tę część nabrzeża, gdzie powinna się była wreszcie pojawić. Najmniejsze poruszenie, jakikolwiek dźwięk dobiegający stamtąd, nawet nie bardzo przypominający pracę silnika niewielkiej łodzi, powodowały, że podnosiłem wzrok znad kartki papieru i spoglądałem na nabrzeże. Moje palce mogły być zajęte pisaniem, moje myśli mogły być skupione na tym, o czym pisałem, lecz moje serce było gdzie indziej.

Tak samo jest w przypadku modlitwy kontemplacyjnej, modlitwy serca bądź modlitwy prowadzącej do środka. Niewątpliwie, gdy jesteśmy całkowicie pogrążeni w modlitwie, nasz umysł jest wyciszony, wyobraźnia – spokojna, a cała istota w harmonii z sercem, spoczywającym w Bogu, przeżywamy wielką, głęboką radość. Niestety, zdarza się to nieczęsto. Jest to szczególnym darem od Boga i skoro go otrzymujemy, trzeba, by był dla nas wyjątkowym źródłem radości, czymś z czego naprawdę się cieszymy. A nie zawsze takie radosne, ciche zatopienie się w modlitwie jest dla nas najlepsze i dlatego nie zawsze Bóg pozwala nam cieszyć się Swoim darem. Przez większość czasu, kiedy skupiamy nasze serca na Bogu, nasze umysły i wyobraźnia zabawiają się i wypełniają czas swoimi własnymi, błahymi tworamami. Nie szkodzi. Nie musimy się tym przejmować. Nasze serca są skupione na Bogu. Pozostajemy w głębokiej modlitwie, w komunii serc z naszym Bogiem. Możemy nie czuć takiej satysfakcji, jaka towarzyszy odczuciu pokoju i wewnętrznego skupienia na modlitwie, a właściwie całkowitego w niej zanurzenia. Lecz nie modlimy się dla satysfakcji. Modlimy się w odpowiedzi na wielką miłość Boga, by Jemu oddać nasze serca. Nic więcej się nie liczy. Jeśli myśli czy obrazy, lub cokolwiek innego od czasu do czasu, a nawet, jak się nam wydaje, przez większość czasu próbują nas rozpraszać, albo rzeczywiście rozpraszają, nie





Modlitwa prowadząca do środka

szkodzi. Posługując się naszym modlitewnym słowem, łagodnie powracamy do naszego Umiłowanego, mając dodatkową zasługę ponownego wyboru Boga, jeszcze jednego, otwarcie wyrażonego aktu miłości.

Widać jak bardzo istotny jest zamiar podejmowania modlitwy wyłącznie po to, by być ku Bogu, bez żadnych oczekiwań. Jeśli zaczynamy się modlić, poszukując lub spodziewając się jakiegoś doświadczenia, znalezienia spokoju bądź ciszy, jeśli przejmujemy się tym, czy modlimy się we właściwy sposób, próbujemy uzyskać właściwy skutek czy rezultat – wówczas nie szukamy już po prostu Boga. W pewien sposób poszukujemy samych siebie, szukamy czegoś dla siebie, i nie możemy po prostu być ku Bogu. Nie możemy wtedy podporządkować się całkowicie podstawowemu dążeniu naszej istoty. Miniemy się z celem modlitwy prowadzącej do środka, skoro szukamy czegoś, co wiąże się z naszym powierzchownym *ja*, dzieląc uwagę i śledząc jednym okiem własny zysk, satysfakcję i osiągnięcia. Modlitwa prowadząca do środka jest bardzo prosta, bardzo czysta i dlatego bardzo wymagająca, w istocie – wymagająca bez reszty. Nie powinniśmy w nią wchodzić, starając się coś osiągnąć, starając się, by sama modlitwa nam się powiodła, byśmy modlili się właściwie. Z całą prostotą staramy się być ku Bogu i niech się dzieje, co chce. Do tego odnoszą się następujące wspomniane słowa ojca Chapmana: „Módl się tak, jak potrafisz, a nie tak, jak nie potrafisz”.

W miarę jak coraz więcej osób zaczynało interesować się modlitwą prowadzącą do środka, powoli rozwinęliśmy coś w rodzaju rekolekcji czy warsztatów poświęconych tej formie modlitwy. W czasie ich trwania uczestnicy spędzają wiele czasu na medytacji. Tylko w ciągu jednego popołudnia odbywają cztery kolejne sesje medytacyjne przerywane krótkimi medytacyjnymi spacerami. Wieczorami otwarcie dzielą się przeżyтыми w ciągu dnia doświadczeniami. Ma to swoje ryzykowne strony, bowiem, jak powie-





Być sobą

dzieliśmy, wszystko, co dzieje się w trakcie medytacji – z wyjątkiem naszego czuwania zwróconego ku Bogu – jest zupełnie nieistotne. Nic lub bardzo niewiele można powiedzieć o naszym pełnym prostoty czuwaniu ku Bogu, tak więc uczestnicy rekolekcji dzielą się przeważnie tym, co nieistotne. Lecz owo dzielenie się przeżyciami i doświadczeniami ma swoje dobroczynne skutki. W ciągu trwającej cały tydzień i zajmującej sporo czasu w programie rekolekcji wymiany doświadczeń, staje się dla uczestników jasne, jak wiele rozmaitych rzeczy dzieje się podczas medytacji oraz jak w gruncie rzeczy są one nieistotne. Pozwólcie mi zacytować słowa jednej z uczestniczących osób, odnoszące się do jednej z popołudniowych sesji:

Popołudnie było ciekawe. Pierwsza medytacja była dobra, udana. Prawie nie miałem żadnych myśli. W czasie spaceru przewidywałem, że będzie to dobry dzień. Lecz jakże się myliłem! Po powrocie, kiedy znowu usiedliśmy do drugiej medytacji, początek był w porządku. Potem zacząłem w myślach słyszeć muzykę, *Uwerturę 1812*. W końcu powoli ucichła i przez resztę czasu było raczej cicho. Potem wyszliśmy i ponownie spacerowaliśmy. Później, kiedy powróciliśmy, by zasiąść do trzeciej medytacji – powaliło mnie! Rozmawialiśmy o tornadach. Wszystko się znowu uciszyło i w pewnym momencie zacząłem się czuć bardzo winnym. To uczucie się nasiliło, poczułem się smutny. A potem, zupełnie nagle, smutek mnie opuścił i stałem się bardzo radosny. W połowie trzeciej medytacji – a może była to czwarta? – byłem po prostu jak w niebie...

Po wysłuchaniu kilkunastu takich relacji od pozostałych współuczestników rekolekcji, wieczór w wieczór, zaczynamy mieć świadomość tego, że właściwie wszystko może się zdarzyć, że na podstawie jednej medytacji nie można przewidywać, jaka będzie następna, że najlepiej nic nie przewidywać, lecz po prostu czuć ku Bogu, pozostawiając sprawy ich własnemu biegowi.

Wśród syryjskich Żydów krążą opowieści o zabawnym, starszym Żydzie, Mullernestredonie. Pewnego dnia ów do-





Modlitwa prowadząca do środka

bry człek poszukiwał zawzięcie czegoś na rynku – wokół rosnących na obrzeżu drzew, pod wozami, za pojemnikami na śmieci. Zobaczył go jeden z przyjaciół. Podszedł, by zapytać, czy Mullernestredon przypadkiem czegoś nie zgubił. „Ależ tak”, odparł nasz bohater. „A co takiego?” „Mój klucz”. Przyjaciel przyłączył się do poszukiwań. Po dobrych kilku godzinach spędzonych na bezowocnych i frustrujących poszukiwaniach, przyjaciel zaczął się dopytywać: „Czy jesteś pewny, że zgubiłeś swój klucz właśnie tutaj, na rynku? Gdzie go ostatni raz widziałeś?” „Och, na stole w domu” – padła odpowiedź. „Więc dlaczego, do licha, szukasz tutaj?” „Tu jest jaśniej”.

Podobnie jak Mullernestredon, często szukamy Boga w naszych myślach, wyobrażeniach, uczuciach i skłonnościach, bo wydają się nam „jaśniejsze”. Lecz nie tam Go ostatecznie znajdziemy. Można Go znaleźć w głębi naszej istoty, w Środku, u samej podstawy naszego bytu. Można Go dostrzec w poszukującym świetle wiary lub wziąć w objęcia miłości, bo jedynie tak możemy Go poznać. Wszystkie uczucia, myśli i obrazy, jakie przepływają w umyśle, gdy jesteśmy pogrążeni w modlitwie, nie prowadzą do bliskiego kontaktu z Nim. One są tam na powierzchni, „na rynku, poza domem”, On jest w głębi – wewnątrz, „w domu”. A my z Nim „jedno jesteśmy”; my i On jesteśmy komunią, jednością, modlitwą.

Przytoczę jeszcze jedną starą, żydowską opowieść. Na łożu śmierci zapytano pewnego rabina, jak myśli – jak to będzie w królestwie Bożym? Stary rabin długo się zastanawiał. Wreszcie odparł: „Naprawdę, nie wiem. Ale jedno wiem. Gdy się tam znajdę, Bóg nie spyta: »Dlaczego nie byłeś Mojżeszem?« – ani: »Dlaczego nie byłeś królem Dawidem?« On mnie zapyta: »Dlaczego nie byłeś rabbim Zuszą?«”

Modlitwa ma prowadzić nas do środka, czyli do naszego autentycznego ja, do osoby, jaką naprawdę jesteśmy dzięki temu, co stało się w nas na chrzcie świętym. Od tamtej chwili jesteśmy synami Ojca w Duchu Świętym. Będąc synami Bożymi, jesteśmy doskonałą miłością, doskonałą modlitwą.





MYŚLI, MYŚLI I JESZCZE RAZ MYŚLI

Gdy zaczynamy praktykować modlitwę prowadzącą do środka i dzięki temu lepiej ją rozumiemy, chyba najwięcej problemów napotykamy w sferze myśli. Nie ma w tym nic dziwnego. W naszej tradycji człowieka określa się zwykle jako posługujące się rozumem zwierzę. Myśl jest wysoko ceniona i hojnie nagradzana, zarówno praktyczne myślenie naukowca, ekonomisty czy socjologa, jak twórcze myślenie pisarza. Wiele rozpowszechnionych w tradycji zachodniej ostatnich wieków metod modlitwy kładło ogromny nacisk na myśli i wyobrażenia. Ilekroć pojawiała się większa otwartość na uczucia i emocje, dopuszczano je jako odpowiedź na słowo wiary.

Co więcej, z pewnością łatwiej byłoby nam poradzić sobie z problemem myśli, jeśli modlitwa prowadząca do środka, podobnie jak kwietyzm, wymagałaby tylko stłumienia myśli. Lecz tak nie jest. Wymaga ona raczej wyłączenia się z myśli, pewnej obojętności, dystansu do tego, co uważaliśmy za fakt nierozłącznie związany z nami: „myślę, więc jestem”. Musimy pozwolić Komuś innemu na posługiwanie się naszymi myślami, czyli mamy je mieć i jednocześnie ich nie mieć.

Skoro tak, dobrze byłoby poświęcić trochę czasu na rozważenie roli, jaką mają myśli w opisywanej przeze mnie formie modlitwy.



Modlitwa prowadząca do środka

By ułatwić naszą dyskusję, chciałbym podzielić myśli na pięć rodzajów. Faktycznie, nie różnią się one wyraźnie, a już z pewnością w praktyce nie powinniśmy zajmować się ich klasyfikowaniem podczas modlitwy. Mój podział ma służyć wyłącznie jaśniejszemu przedstawieniu zagadnienia.

Po pierwsze, możemy mówić o prostej myśli, jednej z miliona, stale przepływających przez nasz umysł, z mniej lub bardziej wyraźnymi wyobrażeniami, zabarwieniami emocjonalnymi czy fizycznym pobudzeniem, jakie im towarzyszą. W rzeczy samej, takie myśli płyną nieprzerwanym strumieniem, gdy czuwamy. Kiedy wchodzimy w modlitwę, ów strumień nie przestaje płynąć, ale my spokojnie, po cichu schodzimy, zapadamy się głębiej, pozwalając im płynąć, podczas gdy spoczywamy poniżej, w samym Środku – z Bogiem.

A oto, gdy uwalniamy się i przebywamy w głębokim, modlitewnym nurcie, od czasu do czasu – a wydaje się, że przez cały czas – wczepiają się w nas myśli, wyobrażenia, uczucia, dźwięki czy hałasy, i ciągną nas w górę, wyciągają z głębin na powierzchnię, władczo domagając się naszej uwagi.

Nazwijmy ten drugi rodzaj myśłami-haczykami. Wyławiają nas z głębi, łapią na haczyk i wyciągają na powierzchnię. Tutaj możemy posłużyć się naszą trzecią regułą: „Ile-kroć podczas modlitwy zaczynamy sobie uświadamiać cokolwiek innego, po prostu delikatnie powracamy do Obecności, posługując się naszym słowem”.

Powracanie z pomocą modlitewnego słowa powinno być bardzo delikatne, bardzo łagodne. Jeśli zaczniemy robić z tego nie wiadomo jaką sprawę, jeśli zezłościemy się na siebie dlatego, że pomyśleliśmy „myśl-haczyk”, to tylko uda się nam wyciągnąć samych siebie dalej od Środka, bardziej na powierzchnię.

Przypuśćmy, że stoimy i rozmawiamy na dziewiątym piętrze. Nagle na ulicy w dole wybucha jakieś potworne zamieszanie, zakłócając naszą rozmowę. Jeślibym przerwał,





Myśli, myśli i jeszcze raz myśli

zjechał windą na dół i zaczął namawiać wszystkich, by byli cicho, to tylko jeszcze bardziej rozmowę zakłóce. Lepiej ponownie skierować na nią uwagę i po prostu kontynuować.

Gdy chcę pływać pod wodą, potrzebuję mnóstwo powietrza. Nabieram kilka bardzo głębokich oddechów zanim wskoczę. Potem, kiedy potrzebuję więcej powietrza, po prostu wypływam na powierzchnię, biorę szybki wdech i kontynuuję moją podwodną podróż. Nie wychodzę na brzeg, ilekroć potrzebuję powietrza, i nie powtarzam całego cyklu głębokich oddechów. Podobnie ma się sprawa z modlitwą prowadzącą do środka. Na początku, by zejść do środka, dokonuję jasnych, sprecyzowanych aktów wiary i miłości. Lecz gdy jestem pogrążony w modlitwie i jakaś „myśl-haczyk” ciągnie mnie na powierzchnię, nie powracam do całego, początkowego aktu wiary i miłości. Zamiast tego, z pomocą modlitewnego słowa, które zawiera jak w kapsułce całą moją relację wiary i miłości do Boga, spokojnie i łagodnie ponownie podejmuję moją modlitwę, powracając do środka, do Boskiej Obecności.

Trzeci rodzaj myśli nazywam myślą-obszernikiem, a jest to zdecydowanie najbardziej kłopotliwy rodzaj. W aktywnej, dyskursywnej medytacji wybieramy jakąś scenę, na przykład z Ewangelii. Dajmy na to, kobiety spotykające Zmartwychwstałego Chrystusa. Rozważamy tę scenę, zastanawiamy się nad słowami naszego Pana, nad reakcjami kobiet. Staramy się głębiej pojąć jej sens, wzbudzić w sobie uczucia, rozwinąć motywację, podjąć postanowienia. Po skończeniu modlitwy możemy spojrzeć wstecz i pomyśleć: „tak, dzisiejsza medytacja była dobra. Dobre myśli, dobre akty woli, podjąłem dobre postanowienia”. Bądź: „dzisiaj medytacja była okropna. Mnóstwo rozpraszających myśli, kompletna jałowość uczuć”.

I co mi to mówi? To, że medytując czy modląc się cały czas, tylko jednym okiem wpatrywałem się w Boga, drugim zaś w siebie, śledząc dokładnie to, co robię. To jest „myśl-obszernik”, oko wpatrzone w *ja*, obserwujące nas samych.





Modlitwa prowadząca do środka

Czystość modlitwy prowadzącej do środka polega na tym, że – nareszcie – dwoje oczu kieruje się na Boga i wpatruje się w Niego. Oto zaczynamy wypełniać pierwsze z wielkich przykazań: „Będziesz miłować Pana Boga swego z całego serca swego, z całej duszy swojej...” Lecz *ja* nie chce tego czynić: ono chce jednym okiem wpatrywać się w siebie – być obserwatorem. Wspiera je cały system wartości obowiązujących w naszym społeczeństwie. Jesteśmy bardzo zorientowani na „rezultat działania”, na „proces produkcji”. Robić coś i nie widzieć rezultatów własnej działalności jest zupełnie obce sposobowi, w jakim zazwyczaj funkcjonujemy, nawet w wypadku modlitwy. Odnajdujemy naszą wartość i potwierdzamy ją wartością naszych działań oraz samej naszej egzystencji, zależnie od „produktywności”. Uwolnić się i zapomnieć o „produkowaniu”, po prostu być i cieszyć się istnieniem, to dar, który praktycznie zatraciliśmy. Nawet nasze wakacje i czas przeznaczony na rekreację traktujemy z tą charakterystyczną, martwą powagą. Nawet jeśli czasem potrafimy rzeczywiście zrelaksować się i po prostu cieszyć się z pójścia na piwo czy na kawę z przyjacielem, albo zapomnieć się, dając głęboki wyraz uczuciu miłości, nie pytając od razu o skutki praktyczne takich przeżyć, o ich „produktywność” – dzieje się tak, bo jesteśmy przekonani, iż takie przeżycia i przerwy są niezbędne dla naprawdę „produktywnego” życia.

Jeszcze jeden czynnik odgrywa rolę. Nie ma skuteczniejszego sposobu, by kogoś zniszczyć niż całkowite, kompletne zignorowanie go. Jeśli z kimś walczymy lub się na niego złościimy, to potwierdzamy jego istnienie i – do pewnego stopnia – ważność, znaczenie, lecz jeśli go zignorujemy – po prostu przestaje dla nas istnieć.

Ja fałszywe, powierzchowne, obserwujące i zdające relację wcale nie chce przestać istnieć, nie chce obumrzeć. Więc „myśl-obserwator” trwa, próbując mieć oko na to, co się dzieje, uzasadnić obecność *ja* i swoją „produktywność”. Wchodzimy w modlitwę, zagłębiając się w ciszę i pokój,





Myśli, myśli i jeszcze raz myśli

w Boga. Jeśli wszystko idzie dobrze, nie minie wiele czasu, a „myśl-obszawator” zaczyna dociekać: „Jak się tutaj dostałeś? Jakże dokładnie było twoje postępowanie, byś wiedział, jak osiągnąć to samo jutro?” Bądź: „Zastanawiam się, czy rzeczywiście dobrze to robię? Czy równie dobrze sobie radzę, jak ta dziewczyna obok mnie? Co będę mógł powiedzieć o tym, dzieląc się z innymi? Co zyskuję na tym przeżyciu?” I tak dalej.

W tym przypadku ponownie trzeba skorzystać z trzeciej reguły – i to z pewną bezwzględnością, a nawet z im większą bezwzględnością, tym lepiej. „Myśl-obszawator”, sługa fałszywej miłości własnej i pychy, nie zginie bez walki, i to długiej. Będzie najbardziej zajadłym przeciwnikiem modlitwy prowadzącej do środka, bo sama chce być w Środku. Modlitwa prowadząca do środka jest bardzo prosta, lecz nie łatwa – właśnie dlatego, iż trzeba, by obumarło *ja*, fałszywe, sztucznie stworzone *ja*, byśmy mogli być całkowicie ku Bogu. A kto chciałby przestać istnieć?

Czwarty rodzaj myśli nazywam błyskotliwym pomysłem. Najbardziej podatni na nie są ludzie twórczy. Również duchowni. Wchodzimy w modlitwę i – zupełnie nagle – pojawia się! Całe kazanie jest gotowe, projekt ukończony, rozdział się napisał, problem, z którym zmagaliśmy się chaotycznie i nieskutecznie znalazł swoje rozwiązanie, i tak dalej. Wiemy, że gdy śpimy, na jednym poziomie doznajemy głębokiego odpoczynku, a na innym poziomie nasz umysł potrafi cały czas pracować, nawet z większą swobodą, dokonując skutecznie rozmaitych skojarzeń. W przypadku głębokiej modlitwy jest podobnie. Lecz jeśli podczas modlitwy zajmujemy się błyskotliwym pomysłem, rozwiązaniem czy projektem i, pozostawiając na boku modlitwę, zaczniemy nad nim pracować, wówczas – jak myślę – odkryjemy, iż pomysł jest tylko na wpół gotowy, niedowarzony. Natomiast jeśli wiernie będziemy trzymać się trzeciej reguły, uwolnimy się od niego i powrócimy do modli-





Modlitwa prowadząca do środka

twy, wówczas pomysł „wynurzy się” później znowu, ukończony, gotowy, by nam posłużyć.

Tak czy inaczej, najistotniejsza jest wierność modlitwie, dzięki niej namacalnie, przez doświadczenie, potwierdzamy wartość modlitwy jako takiej, czyli doświadczamy, iż nie jest zorientowana ona na produktywność, lecz raczej jest początkiem nieba, czystą radością z Boskiej Obecności, Rzeczywistością, dla której jesteśmy stworzeni.

Podczas modlitwy prowadzącej do środka dostąpimy niejednokrotnie wglądu w nasze słabości, namiętności, pragnienia i fabrykowane przez nas samych iluzje. Czas poświęcony modlitwie nie jest przeznaczony na to, by się nimi zajmować. Jeśli będziemy wierni modlitwie i uwolnimy się od zwracania uwagi na to, ile czasu jej poświęcamy, zobaczymy, iż pojawią się w naszej świadomości ponownie, wyraźniejsze i bardziej kompletne, we właściwym czasie – podczas rachunku sumienia lub rozmowy z naszym kierownikiem duchowym. A wtedy będziemy w odpowiedniej sytuacji i obdarzeni łaską, by nad nimi pracować. Jeśli przerwiemy modlitwę, by się nimi zająć, możemy się znaleźć w nie lada kłopotcie. Oprócz konieczności radzenia sobie z samymi refleksjami, będziemy zmuszeni poradzić sobie z towarzyszącymi im napięciami, od których Bóg miał zamiar nas uwolnić podczas modlitwy.

Powyższe rozważania prowadzą nas do piątego rodzaju myśli, myśli stresującej. Jak powiedziałem na początku rozdziału, nie da się całkowicie rozróżnić poszczególnych rodzajów myśli. W rzeczy samej, często te, które opisywaliśmy do tej pory, będą „stresujące”, czyli będą myślami, które pojawiły się w sytuacjach i w relacjach wywołujących – w przeszłości bądź nadal – napięcia w naszym życiu.

Są pewne paralele pomiędzy głęboką modlitwą a snem. Dlatego św. Teresa pisała: „Tam bowiem [w stanie modlitwy odpocznienia – przyp. tłum.] dusza, dopóki nie nabyte wielkiego doświadczenia, zawsze pozostaje w wątpliwości i nie wie na pewno, co się z nią działo, czy jej się nie





Myśli, myśli i jeszcze raz myśli

przywidziało, czy było to na jawie czy we śnie...” Kiedy wchodzimy w modlitwę kontemplacyjną, przechodzimy, w pewnej mierze, w odmienny stan świadomości. Dla większości z nas jedynym analogicznym doświadczeniem takiego przejścia jest zapadanie w sen, przechodzenie ze stanu czuwania do snu. Jak wiemy, jeśli nie zażyjemy sztucznych środków, takich jak tabletki nasenne, nie możemy „zmusić się” do zaśnięcia. W rzeczywistości im bardziej się staramy, tym mniejsza szansa sukcesu. Najlepiej jest nastawić się właściwie, zaaranżować odpowiednie warunki i zrezygnować z wszelkich świadomych wysiłków, by zasnąć. Podobnie jest z kontemplacyjną, inaczej mówiąc, głęboką modlitwą. Na tym dokładnie polega metoda modlitwy prowadzącej do środka: bardzo prosta i skuteczna metoda „właściwego nastawienia się” i zaaranżowania właściwej sytuacji, byśmy mogli przejść lub byśmy zostali wyprowadzeni ze stanu naszej zwykłej, samorefleksyjnej świadomości do stanu czystej świadomości (by użyć sformułowania, którym często posługiwał się Thomas Merton) – stanu, w którym możemy mieć świadomość rzeczywistości – rzeczywistości Boga i wszystkiego, co jest w Nim i z Niego, w sposób całkowity. Jakikolwiek wysiłek podjęty z naszej strony, by przejść w taki stan, sprawi tylko, iż poszukując oparcia w sobie, osiągniemy skutek przeciwny do zamierzonego.

Między snem i głęboką modlitwą jest jeszcze jedno podobieństwo. Naukowcy badający zjawisko snu w laboratoriach odkryli, iż każda normalna osoba ma wiele marzeń sennych podczas snu, bez względu na to, czy je pamięta, czy nie. Obserwując fazę REM (Rapid Eye Movement – szybkich ruchów gałek ocznych), badacz jest w stanie określić, kiedy dana osoba wchodzi w fazę marzeń sennych. Można powstrzymać śpiącą osobę od przeżywania marzeń sennych, delikatnie pobudzając ją, ilekroć wchodzi w fazę REM. Ci sami naukowcy ustalili, iż – jeśli konsekwentnie zapobiega się wejściu w fazę marzeń sennych,





Modlitwa prowadząca do środka

nawet przez stosunkowo krótki okres czasu – kilku nocy – jest bardzo prawdopodobne, iż osoba podlegająca eksperymentowi przeżyje jakiś epizod o charakterze psychotycznym. Sny są ważnym środkiem uwalniania się od napięć gromadzących się, gdy czuwamy.

Istnieje analogia między rolą snów i rolą myśli przepływających przez nasz umysł podczas głębokiej modlitwy. Podobnie jak sny, myśli i wyobrażenia przepływające w stanie kontemplacyjnej modlitwy uwalniają nas od gromadzących się napięć.

Właśnie te myśli i uczucia, które są najbardziej stresujące, wywierają największy wpływ, mają największą łatwość „chwytania nas na haczyk” i „wyciągania z głębin”. Jeśli zareagujemy na myśl, emocję czy obraz i zaczniemy je analizować, to zwiększymy napięcie, które powoduje. Lecz jeśli w danej chwili staniemy się świadomi takiej myśli, możemy jej pozwolić przepłynąć i – z pomocą modlitewnego słowa – spokojnie powrócić do środka. A wówczas napięcie również nas opuści, niejako „wypłynie” z życia.

W ten sposób Bóg odnawia nas, nawet w sensie psychologicznym, w czasie głębokiej modlitwy. Bóg pozwala, by myśli, emocje, wspomnienia i obrazy przepływały na samej powierzchni naszego umysłu w czasie modlitwy, wykorzystując je, by nas uwolnić od nagromadzonego napięcia. Najważniejsze to je pozostawić i pozwolić działać Jemu. W kontemplacyjnej modlitwie myśli i obrazy są już nie naszą, tylko Jego sprawą. My cali jesteśmy Jego. Pozostawiamy Mu wszystko i po prostu pozwalamy Mu wejść, przejąć kontrolę i robić, co chce, w naszym życiu i w naszej modlitwie.

Tak więc, gdy podejmujemy modlitwę kontemplacyjną, konieczna jest całkowita przemiana sposobu myślenia – o myślach. W aktywnej modlitwie, takiej jak medytacja dyskursywna, myśl jest w dużej mierze jej częścią. A każda, która nie jest jej częścią, rozprasza, jest czymś, co odciąga nas od modlitwy, jest czymś złym. Mając takie doświadcze-





Myśli, myśli i jeszcze raz myśli

nie, jesteśmy skłonni do uprzedzeń względem myśli: wszelkie myśli, które nie służą modlitwie, są złe. A skoro w modlitwie kontemplacyjnej nie mamy posługiwać się w ogóle myślami, wszelkie myśli są złe – są czymś, co trzeba potępić, z czym trzeba walczyć. To błędne przekonanie. W modlitwie kontemplacyjnej nie ma „myśli złych”. Są po prostu myśli – i są one dobre, jeśli tylko pozostawimy je i pozwolimy Bogu, by się nimi posługiwał zgodnie ze Swoją wolą.

Do tego stopnia musimy „umrzeć dla siebie” w modlitwie prowadzącej do środka. Nawet naszych myśli nie wolno nam uważać za własność. Musimy je wszystkie dać Bogu, by ich używał, jak zechce. Nie są ani pomniejszane, ani tłumione, ani uważane za coś złego – wręcz przeciwnie, ich wartość jest tym większa, że są uznane za godne tego, by je ofiarować Bogu i by On się nimi posłużył. Modlitwa prowadząca do środka nie zaprzecza wartości myśli i obrazów, lecz przypisuje im inną funkcję – na inny sposób mają nam umożliwić wyjście poza nie same, w stronę rzeczywistości, którą starają się wyrazić, do pełniejszej wolności, czystszej i intymniejszego zjednoczenia z Bogiem. A więc – myśli, mnóstwo myśli i niech ich będzie jeszcze więcej... Niech płyną, a my wychodzimy poza nie – do Rzeczywistości!





POSTĘPY W MODLITWIE, KTÓRA PROWADZI DO ŚRODKA

Chciałbym się podzielić z czytelnikami trzema reakcjami na modlitwę, która prowadzi do środka.

Niedawno prowadziłem kurs, związany z opisywaną modlitwą, dla seminaryjnych kierowników duchowych. Po wstępnej prezentacji jeden z uczestników zapytał: „Czy jest to rodzaj modlitwy, o którym mamy mówić, iż jeśli ktoś nauczy się go praktykować, to już na takim poziomie pozostanie, nie będzie się dalej rozwijać?”

Przy innej okazji młody duchowny dzielił się ze mną swoimi modlitewnymi doświadczeniami. Powiedział, że po pierwszych kilku medytacjach zapytał sam siebie: „To już wszystko? Więc na tym to polega?”

Wreszcie pewien zakonnik, który praktykował regularnie modlitwę od kilku lat, napisał do mnie z Rzymu, wkrótce po tym, jak został wybrany przełożonym generalnym swojego zgromadzenia: „Co się tyczy naszej modlitwy, wszystko, co mogę powiedzieć to to, iż gdy zdarzy mi się ją zaniedbać, po prostu mi jej brakuje”.

Wydaje mi się, iż ów kierownik duchowy, który nie zdążył się jeszcze wystarczająco zapoznać z rodzajem modlitwy opartej na doświadczeniu, traktował ją jako pewnego rodzaju przedsięwzięcie. Takie podejście jest bardzo rozpowszechnione. W naszym społeczeństwie zorientowanym na osiągnięcia mamy tendencję do uważania wszystkiego za jakieś przedsięwzięcie, coś co ma być wykonane czy osią-





Modlitwa prowadząca do środka

gnięte. Rysuje się przed nami jasno zdefiniowany, wymierzalny rezultat, „końcowy produkt”. W przypadku modlitwy program ten jest opisany zgodnie z tradycyjnym nauczaniem. Jeśli opieramy się na tradycji, sięgającej starożytności, wówczas myślimy w kategoriach *lectio, meditatio, oratio, contemplatio* – przyjmowanie Słowa w wierze w trakcie słuchania lub czytania, następnie uwewnętrznianie go przez wiarę podczas medytacji dyskursywnej, posługującej się wyobraźnią, potem odpowiadanie na nie w żywej, posługującej się uczuciami modlitwie, a wreszcie cieszenie się nim podczas cichej kontemplacji. Być może jesteśmy wystarczająco przenikliwi, by wiedzieć, iż żadna z tych czterech kategorii zazwyczaj nie występuje w czystej postaci. Zwykle pojawia się jakaś domieszka. I tak, przykładowo w modlitwie prowadzącej do środka zaczynamy od chwili przypominania sobie, przywoływania z pamięci Słowa wiary. Następnie przez krótką chwilę zastanawiamy się nad nim, a po tej refleksji – odpowiadamy na Rzeczywistość, o której mówi. Po czym schodzimy głębiej, do środka – do Boskiej Obecności – przepełnieni afektywną miłością, by tam, w Środku, pozostać w kontemplacji. Pojawiają się wszystkie cztery etapy, z których jeden – kontemplacja – przeważa. To właśnie kontemplację postrzegamy jako cel, jeśli traktujemy modlitwę jako pewnego rodzaju „przedsięwzięcie”. Chcemy, by właśnie kontemplacja przeważała. Posługując się nieco bardziej klasyczną terminologią, postrzegamy cel jako coś, do czego się dochodzi po przejściu przez oczyszczenie i oświecenie. Osiągniętszy cel, możemy w modlitwie – i stopniowo także poza nią – zachowywać poczucie jedności z Bogiem, przebywać w Jego Obecności i cieszyć się Nim we wszystkim i we wszystkich.

Bez wątpienia, tego chcemy doświadczać w naszym życiu. Całkiem realistycznie sądzimy, iż jest to coś, co będzie osiągać swoją pełnię stopniowo, coś, co możemy wspomóc w rozwoju i pielęgnować przez duchowe praktyki, a szczególnie dzięki modlitwie, o ile potraktujemy ją po-





Postępy w modlitwie, która prowadzi do środka

ważnie. Lecz błąd, jak mi się wydaje, polega na tendencji do identyfikowania poszczególnych doświadczeń czy przeżyć z konkretnymi etapami rozwoju, a w szczególności – na traktowaniu pewnego rodzaju modlitwy, modlitwy kontemplacyjnej, takiej jak modlitwa prowadząca do środka, jako pewnego zaawansowanego stopnia rozwoju praktyk modlitewnych. W konsekwencji traktujemy ją jako cel, który ma być osiągnięty, czy „przedsięwzięcie”, które ma zostać zrealizowane.

Konsekwencją wszelkiej chrześcijańskiej modlitwy jest, do pewnego stopnia, odwrócenie się od własnego ja i zwrócenie ku Bogu, w jakiejś mierze nie zawsze całkiem świadome przyjęcie Jego Objawienia i odpowiedź na nie. To musi zakładać pewien postęp. Lecz oprócz owego elementarnego nawrócenia się do Boga, w którym ma udział i umysł, i serce, nie sądzę, by można było wiązać jakąkolwiek formę modlitwy z danym etapem czy stopniem rozwoju w życiu chrześcijańskim czy duchowym.

Nie jest moją intencją podważanie zasadności kryteriów św. Jana od Krzyża, dotyczących rozpoznawania, kiedy chrześcijanin jest powoływany do modlitwy kontemplacyjnej. Lecz myślę, iż jego kryteria są spełniane częściej, niż jesteśmy skłonni podejrzewać. Ponadto, trzeba zdawać sobie sprawę, iż czasy św. Jana bardzo różniły się od naszych; a musimy być niejako „dostrojeni” do obecnych „znaków czasu”. Ogromne zmiany, które zaszły (i zachodzą) w naszych kulturach, powodują, iż często jesteśmy w większym stopniu otwarci i mamy większą potrzebę osobistego doświadczenia Obecności Boga, niż miało to miejsce dawniej, kiedy w niektórych chrześcijańskich wspólnotach dominowało bardziej rozumowe podejście do Boga i do modlitwy.

Wilhelm z Saint Thierry napisał piękny, zwięzły traktat *O naturze i dostojenstwie miłości*, gdzie obrazowo przedstawia duchowy wzrost chrześcijanina, posługując się analogią do naturalnego rozwoju człowieka, od wczesnego





Modlitwa prowadząca do środka

dzieciństwa, przez młodość, dojrzałość, po mądrość wieku starczego. W konkluzji bardzo bogatego i pięknego opisu, na który składają się również bardzo wnikliwe i pełne miłości refleksje poświęcone Osobie Jezusa Chrystusa, pisze:

Trzeba jednakowoż pamiętać, że poszczególne stopnie miłości [a za słowo „miłość” możemy podstawić słowo „modlitwa”; w każdym miejscu bowiem, modlitwa jest li tylko wyrazem miłości] nie są jak szczeble drabiny. Dusza nie pozostawia pomniejszej miłości za sobą, postępując dalej, ku doskonalszej. Wszystkie stopnie miłości współpracują, tworząc jedno, i z tego powodu inna dusza może mieć doświadczenie miłosnej skali o zupełnie innym porządku od opisanego tutaj przeze mnie.

Innymi słowy, jeśli chcemy wyobrazić sobie drabinę, powinniśmy ją położyć płasko na ziemi tak, byśmy mogli stać jednocześnie na wszystkich szczeblach.

Wzrastanie w chrześcijańskim życiu jest kwestią intensyfikacji, wzrastania do kochającego Boga w Chrystusie, całym umysłem, całym sercem, całą duszą i z całej mocy. W każdej chwili umysł, serce i wola powinny być zaangażowane, każde z właściwą im intensywnością. W danej chwili możemy się cieszyć doświadczeniem głębokiej jedności z Bogiem na jednym poziomie, dzięki dotknięciu Jego łaski, podczas gdy na innym poziomie będziemy nadal zmagać się z jawnymi namiętnościami. Jednym słowem, możemy cieszyć się modlitwą kontemplacyjną, a jednocześnie nadal przechodzić przez oczyszczanie ze złych skłonności, podobnie jak przez proces rosnącego zrozumienia niektórych całkiem podstawowych aspektów Bożego objawienia.

Błędem jest identyfikowanie modlitwy kontemplacyjnej z wyraźnym stanem chrześcijańskiej doskonałości lub uważanie osoby praktykującej kontemplację za kogoś, kto taki stan osiągnął. Modlitwa kontemplacyjna jest otwarta, dostępna dla każdego, kto szczerze szuka Boga. Jest to także ten rodzaj modlitewnego doświadczenia, który zwyczajnie pomoże czynić postępy w chrześcijańskim życiu,





Postępy w modlitwie, która prowadzi do środka

w oczyszczeniu, oświeceniu i pozostawaniu w większej integralności władz umysłu, serca i woli, w jedności z Bogiem we wszystkim i przez wszystko. Tak więc nie jest to coś, co ma być osiągnięte, wypracowywane, nie jest to cel, a po prostu ścieżka, na którą można wejść, doświadczenie, którym można się cieszyć – i z którym trzeba się zmagać – dostępne dla wszystkich szukających Boga.

To znaczy, iż doświadczenie modlitwy kontemplacyjnej jest otwarte, rozwija się. Początkowe doświadczenie jedności z Bogiem nie jest ostateczne. Młody duchowny miał rację, pytając po swych pierwszych przeżyciach: „Czy to wszystko? Czy tylko na tym to polega?” A wtedy, gdy dzielił się ze mną swoim doświadczeniem, świetnie znał odpowiedź, bowiem był wierny modlitwie kontemplacyjnej przez kilka lat i stąd wiedział, iż jest to doświadczenie ewoluujące.

Lecz jest to doświadczenie, i to pozostające poza sferą myśli, uczuć czy emocji. Dlatego nie jesteśmy w stanie w pełni wyrazić go słowami. To dobrze; w rzeczywistości, jest częścią samej esencji naszego życia. Kiedy zaczniemy rzeczywiście je przeżywać, niejako go „posmakujemy”, autentycznie poznamy, powiemy za wspomnianym przełożonym generalnym: „Co się tyczy naszej modlitwy, wszystko, co mogę powiedzieć to to, iż gdy zdarzy mi się ją zaniedbać, to mi jej po prostu brakuje”.

Analogia do miłości małżeńskiej, jak mi się wydaje, może pomóc zrozumieć i docenić doświadczenie kontemplacyjne. Sam Bóg, w Starym Testamencie, gdy chce ukazać narodowi wybranemu intensywność i pełnię miłości, którą go darzy, wielokrotnie powraca do analogii do ludzkiej miłości między kobietą i mężczyzną. Mamy skłonność, śladem niektórych, nie tak znowu nielicznych Ojców Kościoła, do podyktowanego nieśmiałością odżegnywania się od zbyt dosłownego traktowania owego obrazu Bożej miłości do nas, i pośpiesznie nadajemy mu wyłącznie duchowe treści, redukując do czysto literackiego porównania.





Modlitwa prowadząca do środka

Lecz to właśnie integralność na poziomie doświadczenia sprawia, iż ludzka miłość jest tak odpowiednim obrazem i, ostatecznie, staje się warta podniesienia do porządku sakramentalnego w Nowym Testamencie, jako znak miłości Chrystusa do nas, do Swojego Kościoła.

Wspomniana analogia sporo mówi o modlitwie kontemplacyjnej, czyli opierającej się na doświadczeniu.

Ci, którzy kochają się, poszukując tylko przyjemnych doznań, zamiast traktować pożycie małżeńskie jako integralny sposób wyrażenia autentycznie ludzkiej miłości, odkrywają, iż wkrótce przestanie to przynosić satysfakcję. Wynajduje się nowe techniki, pozycje i gry wstępne, by zwiększyć i urozmaicić stymulację, ale na dłuższą metę prowadzi to wszystko do frustracji, a w najlepszym wypadku do czegoś całkiem niezadowolającego. Podobnie jest z kimś, kto posługuje się metodami w medytacji lub modlitwie, by przeżywać rozmaite doświadczenia. Wkrótce zapyta, podobnie jak młody duchowny: „Czy to już wszystko? Czy tylko na tym polega kontemplacja?” i nie minie wiele czasu, a będzie szukać nowych metod, badając rozmaite szkoły i tradycje, przyglądając się, co różni nauczyciele mają do zaoferowania. Lecz jeśli ktoś autentycznie szuka Boga, jeśli posługuje się metodą, na przykład modlitwą prowadzącą do środka, by znaleźć sposób wyrażenia swojej miłości do Boga w pełniejszy, bardziej integralny, charakteryzujący się większą wolnością sposób, wówczas metoda otwiera przed nim nie tylko przynoszące satysfakcję doświadczenie, ale pozwala na – czasem szybki – rozwój modlitewnego doświadczenia. Nowożeńcy pokpiliby sprawę, gdyby doszli do wniosku, że ich nieudolne próby miłosne są wszystkim, co może im dać uprawianie seksu w małżeństwie. Tymczasem im większej nabierają swobody w wyrażaniu swojej miłości poprzez ciało, cielesny aspekt miłości będzie mógł stać się nośnikiem w pełni ludzkiej, sakramentalnej i ożywionej łaską miłości małżeńskiej. A wtedy wolne od fałszywych





Postępy w modlitwie, która prowadzi do środka

i wygórowanych oczekiwań fizyczne doświadczenie odśłoni swoją zdolność do bycia jeszcze pełniejszą realizacją związku między miłością a życiem. Podobnie kontemplacyjne doświadczenie Boga współbrzmi z całym rozwojem chrześcijańskiego życia, w szczególny sposób pomagając mu dojrzewać, a w miarę upływu czasu staje się coraz pełniejszym i bogatszym doświadczeniem.

Lecz jakościowy rozwój niewyraźnego doświadczenia pozostaje niewyraźny. Kontemplatyk będzie tylko wiedział z samego doświadczenia kontemplacyjnego, a do pewnego stopnia z wpływu, jaki będzie ono miało na jego życie, że nabiera ono większego sensu, a on sam znajduje w nim pełniejsze i doskonalsze spełnienie swojej istoty.

Jako mały chłopiec siadywałem na szczycie schodów prowadzących na werandę, ciesząc się letnim wieczorem – wystarczyło po prostu tak sobie siedzieć. Było w tym coś nieopisanie przyjemnego, dobrego. Za moimi plecami, na huśtawce, siedzieli sobie dziadkowie, rzadko wymieniając między sobą jakieś słowo lub dwa. Dzisiaj zdaję sobie sprawę, dlaczego było to tak szczególnie przyjemne. Między moimi dziadkami, których bliskość i wzajemne zrozumienie dojrzywały przez kilkadziesiąt lat, płynął nieprzerwanie strumień miłości. Te prądy sprawiały, że owe letnie wieczory tak zapadły mi w pamięć. Mężczyzna lub kobieta, których miłość do Boga dojrzywała przez lata bliskości, są jak strumień miłości, opływającej wszystkich, którzy się znajdują w pobliżu. Nazywamy ich zazwyczaj świętymi. Sam święty jest zbyt zanurzony w strumieniu miłości, by zauważyć co dzieje się na zewnątrz, poza tym strumieniem. O wewnętrznej, jemu dostępnej rzeczywistości, powie za prorokiem Izajaszem: „Mam tajemnicę, mam tajemnicę” (Iz 24, 16)*.

* W łacińskim tekście *Wulgaty*: „Secretum meum mihi, secretum meum mihi”; w wersji angielskiej: „My secret is mine, my secret is mine” [przyp. red.].





Modlitwa prowadząca do środka

Mimo wszystko wiele osób będzie chciało wiedzieć, czy w miarę kontynuowania praktyk modlitewnych nie staną się świadomi jakiegoś rozwoju czy postępów? Większej łatwości zagłębiania się w modlitwę? Mniejszej ilości rozpraszających myśli? Głębszego pokoju? Chyba można odpowiedzieć na to pytanie twierdząco. Potwierdzam ich nadzieje, ale z obawą i pewnym lękiem, dlatego że skoro tylko zaczniemy podchodzić do modlitwy z nadziejami czy oczekiwaniami, poszukując czegoś dla siebie zamiast modlić się z całkowitą prostotą i czystością intencji, szukając wyłącznie Boga, nasza modlitwa nie będzie już tak czysta, a postępy wolniejsze.

Bez wątplenia, jest nam łatwiej zatopić się w modlitwie, gdy już jakiś czas ją praktykujemy. Podobnie rośnie chęć podejmowania modlitwy w miarę upływu czasu. Im większa jest nasza miłość do Boga, tym łatwiej udaje się nam pozostawić rozmaite troski i problemy – to wszystko, co nas na co dzień zajmuje – i zwrócić się ku Bożej Obecności w głębi naszych dusz. Wybrane słowo z większą swobodą przenosi nas do centrum, do środka naszej istoty. Faktycznie, w momentach większej ciszy czy spokoju, modlitewne słowo spontanicznie wypłynie na powierzchnię – nawet wtedy, gdy o nim nie myślimy – i zaprosi nas, byśmy spoczęli na chwilę w Obecności Boga, w głębi naszej jaźni.

Co się tyczy myśli, owszem, ogólnie mówiąc, możemy spodziewać się po jakimś czasie, że będą mniej nam przeszkadzać lub może to my nauczymy się z większą pewnością siebie radzić sobie z nimi. Przepływ myśli na samej powierzchni zależy od indywidualnej psychiki. Jedni zawsze będą bardziej podatni na przepływ myśli i emocji, inni mniej. Lecz ze wzrostem naszej miłości i oderwania od wszystkiego innego, dwóch spośród wielu owoców modlitwy kontemplacyjnej, pojedyncza myśl w o wiele mniejszym stopniu będzie nas absorbować i odrywać od Bożej Obecności w głębi. Doświadczenie nauczy nas coraz lepiej ignorować myśli inspirujące nas rzekomo lub faktycznie





Postępy w modlitwie, która prowadzi do środka

nowymi, błyskotliwymi pomysłami. Będziemy wiedzieć, iż tak naprawdę są niegotowe i zwykle pojawią się ponownie w sposobnej chwili, gdy będziemy mieć czas, by zająć się nimi i je właściwie ocenić. Co do naszego „małego towarzysza”, lusterka samoobserwacji – podda się sam, gdy nasza miłość Boga i oderwanie od własnego ja będzie się rozwijać, a on będzie przez nas zwyczajnie ignorowany. Jak zapewnia nas autor *Obłoku niewiedzy*:

...jeśli kiedykolwiek doznasz pokusy, by zastanawiać się, czego szukasz, słowo to wystarczy za całą odpowiedź. A jeśli zaczniesz rozmyślać uczenie o znaczeniu i o składzie tego słowa, powiedz sobie, że chcesz je mieć całym, a nie w częściach ani kawałkach. Jeśli wytrwasz, myśl owa z pewnością odejdzie. A dlaczego? Gdyż nie dozwoliłeś jej, by żywiła się twoją medytacją... (rozd. 7).

Rosnący w nas spokój sprawi, że będziemy szli przez życie w mniejszym napięciu, a powtarzające się zagłębianie w modlitwie uwolni nas od napięć nagromadzonych w przeszłości, więc myślenie o nich będzie nas mniej rozpraszać. Tak więc będziemy swobodniejsi i mniej podatni na rozprasające myśli, a czas, w którym będziemy nieprzerwanie cieszyć się obcowaniem z Bogiem, będzie się wydłużał.

Pisząc o tym wszystkim, nie wspomniałem o możliwości działania ze strony Boga, który będzie nas przyciągał ku Sobie dzięki udzielanym nam łaskom, jakie niektórzy pisarze nazywają bierną kontemplacją. Bóg, oczywiście, ma zawsze swobodę podjęcia inicjatywy, a jeśli chce, może przeprowadzić nas przez centrum naszej istoty ku Sobie. Nie poddaje się to już zupełnie opisowi i może być jedynie określone jako przeżycie ekstatyczne. Lecz zanim to nastąpi, zawsze nasz własny umysł musi zdobyć się na aktywność. Spodziewajmy się nawrotów trudnych przeżyć, w miarę jak On będzie nas prowadził głębiej i głębiej, poprzez coraz dokładniejsze i bardziej bezkompromisowe oczyszczenie.





Modlitwa prowadząca do środka

Zawsze obowiązuje ta sama reguła: skoro tylko zaczynamy sobie cokolwiek uświadamiać, po prostu uwalniamy się od myśli i łagodnie powracamy do centrum, powtarzając modlitewne słowo.

Skoro rozwój, o jakim mówimy, wynika z doświadczenia, może być – najprościej to ujmując – tylko przedmiotem doświadczenia. Gdy o tym mowa, Ojcowie zawsze powtarzają – a muszę przyznać, że usłyszane po raz pierwszy, brzmi to nieco snobistycznie: „Ci, którzy tego doświadczyli, wiedzą o czym mowa. Pozostali niech się modlą, by stało się to ich udziałem, a wtedy i oni będą wiedzieć”.

Często mówiłem ludziom, że jeślibym miał jakiegokolwiek pojęcie przed wstąpieniem do klasztoru, jaki smutek i ból czekają mnie za jego murami, uciekałbym ile sił w nogach, ponieważ nikt nie byłby w stanie przekazać mi doświadczenia miłości, jakie również tam na mnie oczekiwało. Takie przeżycie można mieć wyłącznie doświadczając go. A przeżywszy doświadczenie takiej miłości ani przez dzień, godzinę, ani przez ułamek chwili nie żałowałem mojej decyzji o przyjęciu najmiłosierniejszego i najpełniejszego łaski zaproszenia Naszego Pana.

Musimy zanurzyć się w modlitwie kontemplacyjnej i pozwolić Bogu, by objawiał się nam dzień po dniu. Wstąpiłem do klasztoru i pozostałem tam wystarczająco długo, by „skosztować i zobaczyć, jak dobry jest Pan” [por. Ps 34, 80 – przyp. tłum.], a to dlatego, iż usłyszałem i zobaczyłem świadectwo tych, którzy dzielili ze mną tę drogę życia. Podobnie i my musimy wysłuchać świadectwa innych i zobaczyć owoce modlitwy prowadzącej do środka w ich życiu, byśmy sami zaczęli ją praktykować i wytrwali wystarczająco długo, by doświadczyć jej sensu i owoców w naszym życiu. Potem trzeba, byśmy i my dzielili się otrzymanymi darami i pozwolili, by piękno Bożego dzieła jaśniało w naszym życiu i pociągało innych tak, by najpierw wytrwali w modlitwie, a potem sami mogli się dzielić jej owocami.





Postępy w modlitwie, która prowadzi do środka

„Darmo otrzymaliście, darmo dawajcie!” [Mt 10, 8 – przyp. tłum.].

Tak więc, możemy się spodziewać postępów w modlitwie prowadzącej do środka. Nie powinniśmy dopatrywać się ani oceniać postępów w sferze myśli czy uczuć w czasie modlitwy. Mniej myśli, głębszy pokój i podobne odczucia są w istocie przypadkowe. Nie są miarą tego, co się rzeczywiście dzieje. A przede wszystkim, nie oczekujmy niczego! Zaczynamy wtedy poszukiwać samych siebie, co niszczy to, co w naszej modlitwie najistotniejsze – całkowite, czyste poszukiwanie Boga, całkowite oddanie się Jemu. Tylko jeśli będziemy zagłębiać się w modlitwie kontemplacyjnej wytrwale i po wielokroć, nasze fałszywe *ja* zacznie po trochu obumierać. Będziemy wtedy żyć w większej wolności skierowanej ku Bogu, aby zacząć poznawać, czym jest przeżywanie pełnej jedności z Bogiem i doświadczenie całkowitego z Nim zjednoczenia w miłości.