

pustynne
szlaki
serce
pustyni

Jan Paweł
Konobrodzki OSB

pustynne
szlaki

serce
pustyni
medytacje



TYNIEC
WYDAWNICTWO BENEDYKTYNÓW

Projekt okładki:

Jacek Zelek

Zdjęcie na okładce:

Damian Muszkiet – www.introkreatik.eu

Redakcja:

Elżbieta Wiater

Superiorum permissu: Opactwo Benedyktynów

L.dz. 85/2017, Tyniec, dnia 10.05.2017

† o. Szymon Hiżycki OSB, opat tyniecki

Wydanie pierwsze: Kraków 2017

ISBN 978-83-7354-699-8

© Copyright by Tyniec Wydawnictwo Benedyktynów

ul. Benedyktyńska 37, 30-398 Kraków

tel. +48 (12) 688-52-90, tel./fax: +48 (12) 688-52-95

e-mail: wydawnictwo@tyniec.com.pl

zamowienia@tyniec.com.pl

www.tyniec.com.pl

Druk i oprawa:

Tyniec Wydawnictwo Benedyktynów

druk@tyniec.com.pl

SPIS TREŚCI

Wstęp. Serce pustyni, czyli spójrz na samego siebie . . .	7
Charakterystyka medytacji chrześcijańskiej	11
Szukajcie Prawdy – Jezus.	11
Być tu i teraz	14
<i>Jeden jest i nie ma innego</i> (Mk 12,32)	15
Wieczne Wakacje	16
Szukam Cię	19
Pustynne szlaki: Serce pustyni (tematy)	24
Moja kondycja duchowa	27
Pustynne szlaki.	35
Poznawanie Go na pustynnych szlakach	40
Co jest sercem pustyni?	49
Jak trwać w ciemności?	53
Drogą pokory	55
O autorze.	63

WSTĘP

SERCE PUSTYNI, CZYLI SPÓJRZ NA SAMEGO SIEBIE

To już druga odsłona medytacji o. Jana Pawła Konobrodzkiego OSB. Po jego nagłej śmierci w zeszłym roku zostały tylko słowa, które teraz nabierają innego wydźwięku. To pewne podsumowanie, a raczej – propozycja, z której można skorzystać. Pierwszy tom był wyjściem, momentem, kiedy stajemy przed oczywistością pustyni. Poznaliśmy go na przykładzie Mojżesza, który nadal nam będzie towarzyszył. Oglądanie procesu wychodzenia na pustynię z perspektywy obserwatora jest wygodne, o wiele trudniejsza jest sytuacja, kiedy dotyka to nas bezpośrednio i w oczywisty sposób sami jesteśmy wezwani, by skierować się ku temu doświadczeniu.

Wielu ucieka, podobnie jak Mojżesz, jednak inaczej niż on uczynili z ucieczki sens swojego życia, dopiero śmierć uświadamia im, jak wiele stracili i jak bardzo żyli w tym, co „przeszłe” i „przyszłe”, nigdy w tu i teraz. Każdy ma

wolny wybór, nikt nikogo nie zmusza do tego, żeby szedł drogą Mojżesza – to pewna opcja do wyboru – i taką wizję rysuje przed nami o. Jan Paweł Konobrodzki. Miał on tę szczególną zaletę, że mówił bardzo spokojnie, nigdy nie podnosił głosu, chyba że śmiejąc się. Nigdy nikomu nic nie nakazywał, dawał za to cenne rady jak dobry przyjaciel, który pokazuje nam pewne opcje do wyboru.

Mistrz, dzięki swej wypracowanej łagodności, porywa samym słowem. Ono, kiedy jest wypowiedziane z miłością, zostaje w człowieku, nie mija... W tej odświeżonej *Pustynnych szlaków* o. Jan Paweł chce nam wskazać, jak ważne na drodze medytacji jest zwrócenie uwagi na samego siebie, własne ciało – jego reakcje. Jest to zwrócenie uwagi na ważny aspekt, który jest tak bardzo deprecjonowany (co jest głównie dziedzictwem nauczania św. Augustyna), a więc na ciało często uważane za siedlisko grzechu i wszelkiego zła. Pojawia się tu dramat rozdziału ducha i ciała, podczas gdy te dwie rzeczywistości, właśnie na modlitwie, w medytacji powinny stanowić jedność. Zapominamy w tym wszystkim o ich fundamentalnej zależności, z czego potem w prostej linii rodzą się problemy duchowe...

Medytacje zawarte w tomie *Serce pustyni* są niezwykle ważne właśnie z tego prostego powodu, że zwracają uwagę na rolę ciała w modlitwie. Nasza kondycja duchowa zależy zarówno od ciała, jak i ducha, nie zapominajmy o tym – dzięki temu, jak to określił o. Jan Paweł, będziemy mieć kontakt z sobą samym.

Serce pustyni to tak naprawdę my sami, nasze problemy, słabości, które stawiamy tu i teraz przed Bogiem. W tym wszystkim jesteśmy zupełnie nadzy, stajemy w prawdzie przed sobą i Obecnym. Jak Mojżesz, który jako morderca, bez przynależności do jakiegokolwiek narodu, ufnie i uczciwie przyjął powierzone mu zadanie, by być wodzem i zapisać się po wsze czasy jako wyzwoliciel Narodu Wybranego. W tej skomplikowanej układance ważnych jest kilka szczegółów:

- ogołocenie
- szczerść
- kontakt z samym sobą
- akceptacja
- wierność.

Tak w skrócie można ująć rozważania, które snuje nam autor w *Pustynnych szlakach*. Jest to kolejny etap, jaki musimy przejść na drodze do stanięcia twarzą w twarzą, najpierw z samym

sobą, a potem z Bogiem. Ktoś powie, że nie potrzebuje etapów w jego, jakże osobistej, modlitwie... Cóż, jak to wyżej zostało napisane, każdy jest wolny i nikt nikogo nie zmusza do medytacji. Jest to jedna z dróg, jednak wchodząc na nią, musimy liczyć się z tym, że praktyka i doświadczenie Wschodu mówi o jej pewnej strukturze i ciągłości. Ujmując to wprost: zaniedbania na jednym etapie nie pozwolą nam przejść dalej. Wszystko łączy się w jeden, spójny proces, zwany medytacją.

Gdy w tamtym roku rozmawiałem z o. Janem Pawłem o tym cyklu, w zamyśle mieliśmy znacznie więcej części tych medytacji; były już terminy kolejnych spotkań medytacyjnych, które miały posłużyć jako fundament całej serii. Jednak wydarzenia pokazały, że musimy poprzestać na tych dwóch tomach. Uparcie powtarzam, że słowa są wieczne, i tak też je traktuję – jako pewien pomnik, pamiątkę po o. Janie Pawle, którego zawsze będę pamiętał nie tylko jako wiernego jednej ścieżce, ale również pragnącego wspierać innych w dostrzeżeniu, że jest też coś poza schematami i ogólnie przyjętymi prawdami.

*Miłość Boża rozlana jest w sercach waszych
przez Ducha Świętego, który został nam dany*

CHARAKTERYSTYKA MEDYTACJI CHRZEŚCIJAŃSKIEJ

SZUKAJCIE PRAWDY – JEZUS

Medytacja chrześcijańska jest jedną z form modlitwy. Bardzo prostą. Do jej przeprowadzenia nie potrzeba tekstów do rozważania ani religijnych „gadżetów”. Polega na uważnym, świadomym i przytomnym obserwowaniu Bożej miłości działającej we mnie. Medytacja otwiera na prawdę i misterium Innego działającego we mnie (*Szukajcie prawdy, a prawda was wyzwoli*; J 8,32). Szukamy prawdy nie jakiegokolwiek, ale takiej, która wyzwala. Jej poznanie angażuje nie tylko umysł, ale całego człowieka. Kiedy milknie umysł, możesz dojść do delikatnej bramy serca. Ona otwiera się, by cię wpuścić. To przyjaciel, który kontaktuje

się z twoją najgłębszą istotą. Serce, to przestrzeń, o której Chrystus mówił: *Jeśli chcesz się modlić, wejdź do swojej izdebki [...]. A Ojciec mój, który jest w ukryciu...* (Mt 6,6). Ciało i serce są twoimi przyjaciółmi. Pomiedzy nimi jak potężny mur wznosi się ściana twego umysłu. Można ją przekroczyć za pomocą prostej metody. Jest nią medytacja.

Umysł to bank pamięci oraz narzędzie do analizy i syntezy tego, co poznajemy czy przewidujemy. Jest bardzo twórczy. Bywa zapobiegliwy, przewidujący, roztropny, trzeźwy. To niektóre jego przymioty. Jest jednym z „narzędzi” poznawania.

Nie jest jednak jedynym. Oprócz niego mamy poznanie intuicyjne. Powszechnie określa się je jako poznanie sercem. Serce ma zmysł, dzięki któremu możemy pojmować i kochać Boga, który, będąc poznawanym w ten sposób, staje się rzeczywiście odczuwany. Do tej „izdebki” zaprasza nas Chrystus. Przy drzwiach do niej należy wystawić straż broniącą wejścia myślom, które by mogły skalać serce (zob. A. Guillaumont, *U źródeł monastycyzmu chrześcijańskiego*, t. 2, s. 87, Kraków 2006 [Źródła Monastyczne, 38]).

Słowa „dusza” i „serce” są niekiedy używane zamiennie. W pierwszym z nich działa Duch

Święty. Modlimy się tam. Jeśli jest czyste, wier-
ny widzi w nim Boga. Jest ono miejscem ży-
cia duchowego. Skupić się, to pochylić się nad
swym sercem. Kto strzeże skupienia, trwa wła-
śnie tam. Trud serca to trzymanie się na bacz-
ności (uwaga), by wciskające się różnego ro-
dzaju demony, wlokące za sobą złe pragnienia,
nie opanowały go. Myśli (*logismoi*) przychodzą
w rzeczywistości z zewnątrz jako sugestie demo-
na (złe myśli pochodzą od złych duchów lub
wynikają ze skłonności naszej upadłej natu-
ry) i przenikają do serca, które zachowuje ich
wspomnienia. Są złymi myślami). *Z serca bo-
wiem pochodzą złe myśli* (Mt 15,19). Stąd straż
serca (czujność, uwaga) przed złymi myśla-
mi, czyli staranie o to, by nie pozwolić im wnik-
nąć do serca i oczyszczanie serca z myśli. Kiedy
jest z nich opróżnione, zaznaje milczenia i spo-
koju. Trwając w nich, człowiek daleki od zamię-
tu wzdycha już tylko do Pana Jezusa („wspo-
mnienie na Boga”). Wtedy serce opanowuje żar
obecności i miłości Bożej, błogi spokój, który
rozlewa się po całym ciele.

„Usiądź – mówi do swego ucznia mnich Ni-
cefor w swej księdze *O wstrzeźliwości, czy-
li straży serca* – skoncentruj twój umysł (*nous*),
wciągnij ten umysł w otwór nosa, przez który

tchnienie (*pneuma*) wchodzi do serca; pchnij go, zmuszając, by z oddechem natchnionym przeniknął do twego serca”.

Ewagriusz pisał o *logismoi* (myśli, pragnienia, pożądania, dynamizmy duszy), którego to określenia używał zamiennie ze słowem „demony”. Co prawda nie wszystkie *logismoi*, jakie do nas przychodzą, są złe, niektóre pochodzą od dobrych duchów lub wynikają z naszej naturalnej skłonności do dobra. Złe myśli pochodzą od złych duchów lub ze złych skłonności naszej upadłej natury. Jednak to te ostatnie najczęściej są określane za pomocą tego pojęcia, dlatego zwykle *logismoi* to tyle, co „namiętne myśli”. (W. Zatorski, *Osiem duchów zła – nauka Ewagriusza z Pontu o namiętnych myślach*, Kraków 2012, s. 7 [Z tradycji mniszej, 52])

BYĆ TU I TERAZ

Medytacja wprowadza nas w chwilę obecną. Obserwuję teraz, angażując całego siebie. Oglądam tu i teraz to, co zdołam zauważyć. Zaangażowane w to poznawanie zmysły (całe ciało) również biorą udział w tym doświadcze-

niu. Doświadczenie to świadomość chwili. Staję się coraz bardziej świadomy mojego życia, które tu i teraz się wydarza.

Stąd troska o uważność. Zaprzękanie sobie umysłu sprawami, które były, wywołuje niepotrzebne emocje i nie pozwala skupić się na chwili obecnej. Myślenie o przyszłości też nas od niej odrywa. Przeszłość i przyszłość na usługach naszego umysłu są jak pomalowane szyby, przez które nie dostrzegamy w pełni tego, co teraz. I to niekoniecznie pomalowane na różowo... A twoja podróż do Królestwa Światła trwa tu i teraz.

JEDEN JEST I NIE MA INNEGO
(Mk 12,32)

Jest jeden Bóg – to główna prawda wiary. Różne są tylko nasze o Nim wyobrażenia. Medytacja chrześcijańska prowadzi do poznania Jedyne. *Boga nikt nigdy nie widział. Jednorodzony Syn [...] o Nim pouczył* (J 1,18). Poznawanie Go zaczęło się już tu i teraz. Teraz trwa moja, Twoja, nasza podróż do Królestwa Światła. Mistycy zawsze mieli problem z opisaniem

doświadczenia spotkania z Bogiem, doświadczenia Go. Większość z nich próbuje opisać je, używając metafor. Wielu z nich woli raczej nic o Nim nie mówić. Język pojęć jest zbyt ubogi do wyrażenia doświadczenia mistycznej jedności. Każdy „obraz” opisujący ją jest jak szkiełko wielkiej mozaiki, a wszystkie razem wzięte okazują się krzywym zwierciadłem... On jednak jest jeden i nasze mnogie wyobrażenia o Nim lepiej zostawić, kierując się intuicyjnym poznaniem wybiegającym poza nie. *A Ojciec, który jest w ukryciu...*

WIECZNE WAKACJE

Na wakacjach na ogół robimy to, na co mamy ochotę. Mamy na to czas, nie spieszymy się, jakbyśmy mieli zrobić coś „na wczoraj”. Wykonujemy to, o czym marzyliśmy przez rok lub krócej. Teraz odpoczywam tak, jak chciałem, teraz smakuję chwilę, teraz poświęcam się czemuś, o czym od dawna marzyłem, a nigdy na to nie miałem czasu, bo stale praca, stale pośpiech. Teraz czuję, że żyję. Mam wreszcie czas dla siebie, mam go dla przyjaciół, mam go na zajęcia, które właśnie

teraz wykonuję. Jestem tu i teraz. Żyję całym sobą. Jestem jak na wakacjach. Trzeba, bym żył na co dzień tak, jak żyję na wakacjach. Medytacja pozwala osiągać taki stan na co dzień. Robić cokolwiek całym sobą tu i teraz i cieszyć się życiem.