

SŁUCHAJ,
SYNU, NAUK
MISTRZA...

Małgorzata Borkowska OSB
Hieronima Jemielewska OSB
Augustyn Jankowski OSB
Leon Knabit OSB
Jan Paweł Konobrodzki OSB
Karol Filip van Oost OSB
Piotr Rostworowski OSB/EC
Szymon Hiżycki OSB
Włodzimierz Zatorski OSB
Brunon Koniecko OSB



SŁUCHAJ, SYNU, NAUK MISTRZA...

Duchowość
benedyktyńska
krótko i przystępnie



TYNIEC
WYDAWNICTWO BENEDYKTYNÓW

Wybór tekstów i projekt okładki:
Jacek Zelek

Fotografia na okładce:
Ewa Natkaniec

Redakcja:
Aldona Ibek

Imprimi potest:
Opactwo Benedyktynów
L.dz. 208/2019, Kraków, dnia 11.09.2019 r.
† Szymon Hiżycki OSB, opat tyniecki

Wydanie pierwsze, Kraków 2019

ISBN 978-83-7354-393-5

© 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

Słuchaj...	.7
Augustyn Jankowski OSB	.9
Brunon Koniecko OSB	15
Jan Paweł Konobrodzki OSB	23
Karol Filip van Oost OSB	27
Leon Knabit OSB	37
Małgorzata Borkowska OSB	61
Piotr Rostworowski OSB/EC	93
Szymon Hiżycki OSB	.115
Włodzimierz Zatorski OSB	.129
Pozostali autorzy	.145

Dodatek

Trzeba wierzyć, a nie doznawać.

Rozmowa z Hieronimą Jemielewską OSB159

Mądry człowiek idzie wąską, złotą ścieżką rozsądku.

Św. Hezychiusz z Synaju i jego pomysł na życie.

Rozmowa z Szymonem Hiżyckim OSB187

*Medytacja może dać mi wgląd w to, kim jestem,
ale również w ten świat, w którym istnieję.*

Rozmowa z Brunonem Koniecko OSB205

SŁUCHAJ...

W mediach panuje prosta zasada: *krótko i przystępnie...* Treść, która przekracza określone normy, w jakiś sposób przytłacza i staje się mało atrakcyjna. W pośpiechu przelatujemy przez słowa-klucze, czasami zatrzymując się na dłużej. *Nie mam na to czasu.* Pęd życia wymaga wyrobienia określonej normy. Zazdrościmy tym, którzy mogą sobie pozwolić na luksus powiedzenia: *nigdzie mi się nie śpieszy.*

Z literaturą religijną jest odwrotnie. Ona nie akceptuje pośpiechu, tym bardziej wyrabiania sobie opinii w danym temacie na podstawie jednej książki. Świat nie jest czarno-biały. Skala szarości pozwala na obiektywizm.

W naszych wydawniczych działaniach w świecie Internetu, często dzielimy się z czytelnikami krótkimi fragmentami, aby zachęcić do sięgnięcia po więcej... powiedzmy, coś w rodzaju *benedyktyńskich motywatorów*, które spełniają zasadę *krótko i przystępnie*. Zdajemy sobie sprawę, że niektóre osoby poprzestaną na wczytaniu się w tekst na zdjęciu opublikowanym na Face-

booku. Trudno. Naszym założeniem są adresaci, którzy szukają. Początkowo przez zapoznanie się, aż do sięgnięcia po cały tekst. I tak od kilku zdań, które zaintrygowały czytelnika, rozwija się cała sieć zależności, a wszystko po to, aby wyrobić sobie rzetelne zdanie na dany temat.

Udostępniamy poniższe motywatory, aby jeszcze bardziej usprawnić proces zapoznawania się z duchowością benedyktyńską i z tym, co 1500-letnia tradycja, w słowach współczesnych pisarzy, ma do zaoferowania. Znajdziecie tutaj autorów, których treści publikowaliśmy na stronach internetowych i w mediach społecznościowych. Podobnie jak publikacje *Jak żyć według Ojców Pustyni* oraz *Osiem rodzajów złego życia*, i ta książka jest tylko urywkiem większej całości. Zebrane tutaj refleksje mają nadać kierunek i zachęcić do poszukiwania dalej...

Jacek Zelek

Wydawnictwo Benedyktynów Tyniec

tyniec.com.pl

AUGUSTYN JANKOWSKI OSB

(Ur. 14 września 1916 w m. Złotoust na Uralu, zm. 6 listopada 2005 w Krakowie), właściwie Bogdan Jankowski – benedyktyn, opat tyniecki, biblista, redaktor naukowy Biblii Tysiąclecia, członek Papieskiej Komisji Biblijnej Kongregacji Nauki Wiary, doktor honoris causa PAT. Autor wielu publikacji z dziedziny biblistyki, m.in. *Aniołowie wobec Chrystusa*, *Biblijna teologia czasu*, *Biblijna teologia przymierza*, *Dwadzieścia dialogów Jezusa*, *Rozmowa o Apokalipsie*.

Człowiek przez Boga wybrany, jeśli zaczyna myśleć naturalistycznie i „poprawiać Pana Boga”, przechodzi tym samym do obozu Bożych przeciwników jako zawada dla rozwoju planu Bożego.

Dwadzieścia dialogów Jezusa

Motywacja arcykapłanów była dla nich katastrofą, uznanie bowiem Cezara za jedy-

nego króla było czymś więcej niż odrzuceniem Mesjasza w Jezusie, było wręcz bluźnierstwem wobec Boga jedyne, Króla narodu wybranego.

Dwadzieścia dialogów Jezusa

Czasem zakonnice są niezwykle łase na to, żeby przeczytać jakieś nowe objawienie prywatne. I na tym objawieniu prywatnym budują całą swoją niemal duchowość. A gdzież jest publiczne Objawienie? Czy już wyczerpany jego skarbiec? Pan Bóg w swojej dobroci pobudza ludzi objawieniami prywatnymi, w niektórych epokach, ale po to, by sobie przypomnieli prawdy zasadnicze.

Ciasna brama i wąska droga

Mówi się nam, pisze się nam, i laikat nam zarzuca, że nasze kaznodziejstwo przeżywa kryzys. Jest w tym coś prawdy. I znowu oczywiście co? Metoda? Nie metoda. Metoda przyjdzie, jeżeli człowiek będzie miał o czym mówić. Już starożytni mówili: *rem tene, verba sequentur*. Trzymajmy się więc tematu, a słowa przyjdą. W istocie utkwij swój wzrok, a słowa się znajdą.

Ciasna brama i wąska droga

Dzisiaj w Kościele najważniejszą rzeczą jest świadectwo. Owszem, mam być człowiekiem współczesnym. Mam być i mam rozumieć współczesność, ale ja w tej współczesności muszę pokazać sobą przede wszystkim żywą interpretację Ewangelii, co to znaczy dzisiaj być uczniem Jezusa Chrystusa. Stąd nasze główne źródło, gdy chodzi o to, co najpierw przeczytamy – to musi być Boże Objawienie, Boże Słowo. Inaczej grozi nam pokusa głoszenia samych siebie.

Ciasna brama i wąska droga

Pismo Święte nie jest zielnikiem flory biblijnej, jak to dowcipnie powiedział Biskup Keppler, to nie jest tylko receptariusz, w którym są zawarte praktyczne, a krótkie recepty na taki, lub inny grzech, lub na taką czy inną cnotę. Pismo Święte to nie jest li tylko kodeks orzekający: Jeśli ktoś zrobi tak a tak, to się mu należy taka a taka kara. A często w praktyce Pismo Święte w kazaniach ogranicza się do zdań stosowanych jako teksty naczelne. I tutaj nasze największe, najgłębsze odrodzenie homiletyki musi pójść po linii: więcej i głębiej stosować Pismo św. odpowiednio do posoborowego

czytania co dzień innych fragmentów we Mszy Świętej.

Ciasna brama i wąska droga

Przypomnijmy sobie, że to wszystko, co dzieje się w konfesjonale, to spotkanie dwóch osobowości, musi odbywać się w atmosferze Bożej.

Ciasna brama i wąska droga

Wsakramencie pokuty chcemy być bardzo życiowi. Słusznie. Ale niechaj nasza życiowość nie będzie nigdy kompromisem. *Ja jestem życiem* (J 11,25) – powiedział Chrystus. Naszym zadaniem jest penitentowi ułatwić życie Chrystusa w nim. I wszelka pobłażliwość wobec tego, co zabija w nim życie, nie może być nazwana życiowością. To jest zwykła pomyłka. A więc surowość? Nie! Nie surowość, tylko konsekwencja. Musimy wymagać od naszych penitentów Bożej konsekwencji.

Ciasna brama i wąska droga

P*ax benedictina*. Nie jest to błogostan wypoczynku, lecz wynik opanowania, i nie rzecz trwale osiągnięta, ale coś, do czego się stale dąży.

Życie mnisze (1)

Pokora, wbrew temu, co nieraz można usłyszeć od tak zwanych mocnych ludzi, nie jest słabością ani ślamazarnością: jest raczej mocą. Pokora, wbrew temu, co niektórzy psychologowie chcieliby powiedzieć, nie jest kompleksem niższości: jest natomiast opanowaniem. Pokora decyduje o naszej użyteczności jako narzędzia Bożego. Dzięki temu, że człowiek jest w pokorze czysty i autentyczny, może być narzędziem Bożym „dopasowanym” do rąk Boga.

Życie mnisze (1)

Sumienie więc – to nie tylko sąd, ale i wrażliwość, lęk przed utratą podobieństwa do Boga. Mam w tej chwili na myśli nie tyle wyrzuty sumienia po fakcie, ile właśnie ten głos ostrzegający przed niebezpieczeństwem. Możemy uważać więc sumienie za objaw duchowego instynktu samozachowawczego, pochodzący z ludzkiej głębokiej potrzeby zachowania całkowitej jedności, dążenia do integracji osobowości, ale z Bogiem.

Życie mnisze (1)

Często nasze życie wewnętrzne bardzo się wyjawia, a modlitwa staje się pokarmem,

który przestał smakować. Niejednokrotnie dzieje się tak dlatego, że w dialogu między Bogiem żywym a nami brak Jego słów, bośmy je zaniedbali. Mamy mnóstwo osobistych problemów, które najczęściej są pseudoproblemami, bo po większej części są to sprawy urażonej miłości własnej i niezadowolenia, że nie dzieje się nasza wola.

Życie mnisze (2)

Pamiętajmy też, że naszą *pax benedictina*, to dobro, o które mamy zabiegać, zaczynamy od uspokojenia samych siebie. *Sectare pacem* – to odsuwać wszelkie niepokoje, pokładając ufność w Bożej opiece. Ale od niepokojów osobistych może są ważniejsze pretensje do innych ludzi. Życie wspólne nie jest nigdy wolne od wzajemnych uraz, nawet zadrażnień. Chodzi jednak o to, żeby przebaczenie przychodziło od razu i automatycznie. Pretensje wszystkie mamy wygaszać, sądy negatywne powstrzymywać.

Życie mnisze (2)

BRUNON KONIECKO OSB

Do opactwa wstąpił w 2010 roku. W latach 2011–2016 pracował w Wydawnictwie Benedyktynów Tyniec. Profes opactwa od 2012 r. Święcenia kapłańskie przyjął w 2018 r. Jest absolwentem administracji Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie oraz teologii Kolegium Filozoficzno-Teologicznego Polskiej Prowincji Dominikanów w Krakowie. Obecnie w klasztorze jest podprzeorem, sekretarzem kapituły, wychowawcą. Autor książek: *Medytować to...*, *Nie żartujcie sobie z Bóstwa!*, *Modlitwa Jezusowa. Przewodnik po rekolekcjach „Oddychać Imieniem”*.

Mocno trzymamy się formuły modlitwy Jezusowej, dzięki której wracamy na prostą drogę praktyki. I oczywiście wytrwałość. Nie możemy się zniechęcać, ten natłok myśli ma prowadzić do tego, żeby zaprzestać praktyki, a nie o to tutaj chodzi. To, co pokonuje demony, to wierność i wytrwałość.

Mistrz czy – jak to woli – nauczyciel pomaga nam nie tylko zrozumieć, ale i zweryfikować nasze doświadczenia podczas medytacji. On wskazuje na które rzeczy należy zwracać uwagę. Dzięki swojemu doświadczeniu może ukazywać nam pułapki, które na nas czyhają. Mistrz uwrażliwia na pewne sprawy, na które, przy własnym błędzeniu po omacku, nie zwrócilibyśmy uwagi. To nam pomoże w dojrzewaniu na drodze medytacji i w podążaniu dalej...

Medytacja chrześcijańska zawsze i wszędzie ma prowadzić do spotkania z Obecnym. Jest to trwanie w Jego obecności, trwanie przy Tym, który zawsze jest przy mnie, choć ja nie zawsze jestem przy Nim. Medytacja chrześcijańska ma mi uświadomić moją obecność wobec Boga, a przede wszystkim Jego obecność wobec mnie.

Modlitwa Jezusowa nie może zakończyć się tylko i wyłącznie na mechanicznym powtarzaniu formuły. Ona ma prowadzić modlącą się osobę w głąb, do spotkania z Bogiem. To trwanie w Obecności, w ciszy, gdzie słowa już zanikają, nazywamy modlitwą serca.

W konfrontacji z ciszą medytacji naturalne jest, że odzywa się nasze wnętrze, to co jest głęboko w nas. Nasze demony zaczynają wychodzić na zewnątrz.

O jcowie Pustyni mieli bardzo dobrą intuicję i wyczucie harmonii. Mówiąc o oddechu i praktyce modlitwy Jezusowej pokazali nam i wszystkim przeciwnikom, jak bardzo jest tutaj ważne połączenie tego aspektu cielesnego (oddech) i duchowego (modlitwa Jezusowa).

E wagriusz z Pontu powie, że modlitwa jest owocem radości i wdzięczności. Jeżeli mam w sobie wiarę, że to, co mnie spotyka nie dzieje się bez wiedzy Boga, to mogę patrzeć z ufnością na wydarzenia w moim życiu. Modlitwa to owoc radości, ponieważ widzę Boże działanie w moim życiu, widzę Jego łaskę i prowadzenie, widzę Jego obecność. To spojrzenie pełne wiary nie może zresztą rodzić czego innego, jak tylko radości i dziękczynienia.

O szukujemy samych siebie, jeśli sądzimy, że wystarczy pomodlić się w wolnych

chwilach w ciągu dnia – gdy wracamy z pracy czy idziemy po zakupy. To za mało. Niemożliwe jest, aby zaistniał naprawdę głęboki związek między nami a Bogiem, jeśli podejmiemy do tego w sposób przypadkowy, gdy będziemy się modlić od czasu do czasu.

Serce człowieka jest Rajem, dopóki nie wejdzie do niego wąż. Rzeczywiście, doświadczamy tej zmienności serca, które może być jak gojący balsam, ale może też być jadem. Bóg stworzył nasze serce jako dobre. Do tego serca wpadają różne strzały, my musimy nauczyć się je wyłapywać. Jest też otwarta rana na sercu, która nie pochodzi od Boga. Jest to rana grzechu pierworodnego. Jest to miejsce odsłonięte, poprzez które strzały nieprzyjaciela mogą docierać do naszego serca. Nie jest czymś złym każda myśl, a tym bardziej sam proces myślenia, ale raczej obraz wyobraźni, do którego dołącza się od razu pomysł wykonania czegoś niewłaściwego.

Medytować to słuchać. To słuchać swojego serca. To słuchać i patrzeć czy jest się obecnym. Medytować to być obecnym. Tu i te-

raz. To trwać w tej obecności. To być czujnym. To być uważnym.

W medytacji nie chodzi o to, by w sposób lękowy skupiać się na słowach formuły. Powtarzany zwrot powinien raczej naturalnie wypływać z wnętrza człowieka. Ma on swobodnie towarzyszyć w przeżywaniu chwili obecnej.

Modlitwa Jezusowa jest poszukiwaniem tego szczęścia, utraconego raju, tęsknoty za wieczną radością. W wezwaniu tej modlitwy nazywamy Jezusa Panem. To nie tylko wyznanie Jego Bóstwa, wiary w to, że On jest Bogiem, ale jednocześnie wyznanie, że On jest moim Panem, że On dla mnie jest Panem, że ja nie jestem panem swojego życia. To uznanie, że życie, które mam, pochodzi od niego, że to On jest jego źródłem. Nie tylko źródłem, lecz również celem i pełnią tego życia. To wyznanie wymaga zarazem podjęcia radykalnej decyzji opowiedzenia się za Chrystusem. Tych słów nie można tak po prostu sobie wypowiadać. To nie jest slogan, to wyznanie wiary.

Modlitwa Jezusowa będzie nas prowadzić do prawdziwej rewolucji naszego życia. Dokona się to tylko poprzez wybór Jezusa, którego wzywamy w modlitwie. Ten wybór będzie generował zmianę patrzenia i przeżywania rzeczywistości, doświadczenia inności życia, dostrzegania jego sensu oraz celu. Modlitwa Jezusowa będzie odrywać człowieka od niego samego, a prowadzić ku Chrystusowi.

Modlitwa Jezusowa nie jest tylko jednorazowym aktem, ale stałą gotowością serca, ciągłym wyborem – życia z Jezusem, dla Jezusa i ku Jezusowi. Ten wybór będzie przejawiał się w różnych okolicznościach. Modlitwa Jezusowa nie jest bowiem specjalną czynnością, wejściem w inny stan, ale to codzienność trwania przy tym, którego wybieram.

Nie da się praktykować medytacji chrześcijańskiej bez postawy czujności. Bez skupienia trudno trwać na modlitwie. Ono podtrzymuje naszą uwagę, umożliwia trwanie. Czujność pozwala nam być obecnym w spotkaniu. Dzięki niej jesteśmy obecni tu i teraz.

Medytować to...

Podczas medytacji mogą nam do głowy przychodzić rozmaite rzeczy. Pokusa zatrzymania się przy ciągle pojawiających się myślach jest naprawdę duża. Potrafią one skutecznie odwrócić nas od medytacji. Jednak tym, na czym powinniśmy być skupieni, jest wypowiedzana formuła. Na niej niech koncentruje się nasza uwaga, a nie na pojawiających się myślach.

Medytować to...

JAN PAWEŁ KONOBRODZKI OSB

Pochodzi z Wołomina. Świecenia kapłańskie przyjął z rąk Ojca Świętego Jana Pawła II w Lublinie w roku 1987. Pracował w parafii tynieckiej jako wikary, następnie w Wydawnictwie Benedyktynów Tyniec. Przez wiele lat opiekował się starszymi i chorymi współbraćmi w klasztorze. Ukończył Podyplomowe Studium Retoryki na UJ/PAT.

Chrystus pragnie być z nami w tym ziemskim życiu *jako współczujący*. Nie zamierza chronić nas od cierpienia i bólu. Ostrzega przez nie, byśmy nie tracili z oczu doświadczenia Jego pięknej miłości do nas. Ta miłość, na którą wskazuje, to najlepszy pomysł na życie na ziemi.

Słuchaj... Refleksje liturgiczne

Jeśli mam Go spotkać, to najlepiej teraz, już dziś. Teraz On jest mi potrzebny do rozwią-

zywiania moich spraw, problemów. On, Książę pokoju, uczy nas chodzić Jego drogami. On chce być przy Twoim stole, w kuchni – tam, gdzie omawiacie Wasze rodzinne sprawy, przy posiłkach, w kłótniach.

Słuchaj... Refleksje liturgiczne

Zaufaj własnej intuicji. Ona jest dobra. Twoje ciało jest mądre. Wsłuchuj się w nie. Bierzysz w coś udział, ty jako konkretna osobowość. Ze względu na nią On cię wybiera.

Pustynne szlaki. Wyjście w nieznanne

Zaakceptuj swoje słabości. Nie walcz z nimi. **Z** czym walczysz, z tym zwiążujesz się na stałe. Przyjmij do wiadomości, że istnieją w tobie, przejawiają się w różnych sytuacjach. Kiedy się pojawią, będziesz miał świadomość ich obecności, ale będziesz też znał procesy, jakie się z nimi wiążą.

Pustynne szlaki. Wyjście w nieznanne

Stań nagi na ziemi to znaczy w swoim własnym sercu przed sobą i Bogiem.

Pustynne szlaki. Wyjście w nieznanne

Medytacja to czas, kiedy możemy coś zobaczyć z innej strony. Kiedy nie zajmujemy się wszystkim, czyli niczym, pojawia się ON.

Pustynne szlaki. Wyjście w nieznanne

Medytacja to po prostu świadome bycie tu i teraz. By wejść w chwilę obecną, nie potrzebujemy koncentracji. Koncentrując się na czymś, zawężasz świadomość. Wszystko, na czym się w danej chwili nie skupiasz, staje się przeszkodą. Usiłujesz to zwalczyć, by nie stracić kontaktu z tym, co jest przedmiotem twojej uwagi. Izolujesz się w ten sposób od czegoś, co się pojawia podczas medytacji. Zamiast medytować, walczysz i odcinasz się.

Pustynne szlaki. Wyjście w nieznanne

Weź się w garść i spójrz prawdzie w oczy – to antidotum na lęk.

Pustynne szlaki. Wyjście w nieznanne

Jak zaufać Bogu? Obserwuj, co się wydarza wokół ciebie, w tobie i w związku z tobą. Wydarzenia da się kojarzyć w pewną logiczną całość. Ta logika może być nieco odmienna od

naszej. Bóg wie, co robi. Trzeba Mu uwierzyć lub przynajmniej przyjąć rozumowo, że On wie, co robi. On nie chodzi naszymi ścieżkami. Na tym polega Jego niezależność.

Pustynne szlaki. Wyjście w nieznane

Medytacja to sposób, który pomoże ci odnaleźć twoje prawdziwe „ja”. Odpowiedź nosisz w sobie. Trzeba ci udać się w głąb, żeby ją odnaleźć. Jest bardzo blisko.

Pustynne szlaki. Wyjście w nieznane