

Z TRADYCJI MNISZEJ

1

ANSELM GRÜN OSB

POST
- MODLITWĄ CIAŁA
I DUSZY

ANSELM GRÜN OSB

**POST
– MODLITWĄ CIAŁA
I DUSZY**

Przekład

Benedyktyni tynieccy



TYNEC

WYDAWNICTWO BENEDYKTYNÓW

Tytuł oryginału: Fasten – Beten mit Leib und Seele

Opracowanie graficzne:

JAN NIEĆ

Imprimi potest: Opactwo Benedyktynów

Ldz. 50/2015, Tyniec, dnia 23.02.2015 r.

† Szymon Hiziński OSB, opat tyniecki

Imprimatur: Kuria Metropolitalna

Nr 790/91, Kraków, dnia 14.03.1991 r.

† Stanisław Smoleński, wikariusz generalny

Ks. Jan Dyduch, kanlerz

O. Franciszek Małaczyński OSB, cenzor

Wydanie piąte, Kraków 2015

ISSN 0867-7050

ISBN 978-83-7354-562-5

© Copyright 2010 by Vier-Türme- GmbH, Verlag,
D-97359 Münsterschwarzach Abtei

© Copyright for the Polish edition by TYNIEC

Wydawnictwo Benedyktynów

ul. Benedyktyńska 37, 30-398 Kraków

tel. + 48 (12) 688-52-90, tel./fax + 48 (12) 688-52-91

e-mail: zamowienia@tyniec.com.pl; www.tyniec.com.pl

Druk i oprawa: TYNIEC Wydawnictwo Benedyktynów

SPIS TREŚCI

SŁOWO WSTĘPNE	7
WPROWADZENIE	9
1. PRAKTYKA POSTNA KOŚCIOŁA PIERWOTNEGO	13
2. POST JAKO LEKARSTWO DLA CIAŁA I DUSZY	19
3. POST JAKO WALKA Z NAMIĘTNOŚCIAMI I WADAMI.....	31
4. POST A MODLITWA.....	49
6. POST DZIŚ	77
ZAKOŃCZENIE	95
DODATEK	
ROZDZIAŁ 49 <i>REGUŁY</i> ŚW. BENEDYKTA:	
O ZACHOWANIU WIELKIEGO POSTU.....	97

SŁOWO WSTĘPNE

Ascetyka mnisza, jaka ukazuje się w pismach najstarszych jej przedstawicieli, jest już nieco znana polskim czytelnikom. Przyczynili się do tego patrologowie, a także rozpowszechnienie tekstu *Reguły* św. Benedykta. Natomiast prawie zupełnie nie są u nas znane następne etapy ascetyki monastycznej.

Ten tomik rozpoczął serię publikacji, która czerpiąc – jak głosi nazwa – Z TRADYCJI MNISZEJ, ma za zadanie ukazać jej nieprzemijające wartości, żywe na przestrzeni przeszło tysiąca pięciuset lat. Kolejne dziełka tej serii – bez pretensji do wykładu uporządkowanego chronologicznie – będą poruszały aktualne tematy z tego zakresu lub prezentowały przekłady niewielkich dzieł dawnych mnichów.

Jako pierwszy w tej serii ukazuje się przekład małego studium o poście jako modlitwie ciała i duszy. Autorem jego jest współczesny mnich niemiecki z opactwa benedyktynów w Münsterschwarzach – o. Anselm Grün (ur. w 1945 r.).

Trzeba niemałej odwagi, by poruszyć temat postu, temat z pozoru dziś tak niemodny na tle złagodzonej

praktyki postnej Kościoła. Autorowi naszemu jednak powiodło się to ryzykowne przedsięwzięcie. Daje bowiem czytelnikowi uzasadnienie wielorakiej praktyki postu przez to, że zgodnie z tradycją mniszą zaczyna od argumentów biblijnych, potem cytuje wypowiedzi Ojców Kościoła i pisma dawnych mnichów. Jako człowiek współczesny korzysta nadto z danych medycyny i z doświadczeń ludzkich. We wszystkim, co proponuje czytelnikowi, zachowuje umiar znamieny dla *Reguły* benedyktyńskiej.

Benedyktyni tynieccy

WPROWADZENIE

3 marca 1983 r. przedstawiciele różnych religii dyskutowali, w ramach telewizyjnego serialu *Omnibus*, na temat postu. Ja usiłowałem przedstawić tam chrześcijańskie ujęcie tego tematu: post jako czynnik gruntujący modlitwę, jako modlitwa ciała i duszy, jako pomoc we wzmacnieniu czujności i otwarciu się na Boga. Dr Bauer – kierownik audycji – zapytał mnie, czy Kościół przypadkiem nie przepisał sprawy przez to, że mniej lub bardziej ograniczył posty. Pytanie to nurtowało mnie nadal po dyskusji. Przynaglało, by i we własnym życiu na nowo znaleźć więcej miejsca dla postu, a także by sięgnąć do postnej tradycji chrześcijańskiej i jej osiągnięć. W ten sposób powstał ten tomik.

Post został ostatnimi czasy na nowo odkryty przez medycynę i ruch medytacyjny. Terapia postna bywa stosowana – i to z ogromnym powodzeniem – w przypadku wielu schorzeń cywilizacyjnych, przede wszystkim przy leczeniu reumatyzmu i artretyzmu. Kursy medytacyjne zaś często są łączone z postem, aby głębiej, w ciszy, wejść w siebie. Ruch

pokoju stосуje post jako środek protestu przeciwko bezsensownemu wyścigowi zbrojeń. A Kościół w sprawie ponownego odkrycia postu i jego działania stoi jakby na uboczu. Zapomniano, że post jest wyrazem wiary i modlitwy Kościoła. Mogły na tym zaważyć dwie sprawy:

1. Dualizm między ciałem a duszą¹. Ciało zostało *oddzielone* od duszy. Post stał się postawą czysto duchową. Przeakcentowano ducha postu, rozumiejąc przez to wewnętrzną wolność w stosunku do spraw tego świata, duchowy powrót do Boga i odnowę. Post czysto cielesny bywał traktowany niemal nieufnie, a przy tym nie zauważono, że wraz z postem cielesnym zaginął również i duch postu, przeduchowanie zaś doprowadziło do nowego jakby zmaterializowania. Post zaczął być traktowany po gospodarsku. Koncentrował się on na corocznie rosnących datkach dla biskupich dzieł charytatywnych.

2. Legalizm. Kościół przed soborem zadowalał się szeregiem przepisów postnych, bez należytego ukazania sensu postu i jego celu. Mnóstwo przepisów pociągało za sobą równie wielką liczbę dyspens. W rezultacie zostało zagubione zrozumienie wartości samego postu.

¹ Por. *Wiederentdeckung des Fastens*, red. P.R. RÉGAMEY, Wien 1963, s. 119nn.

Doświadczenia Kościoła pierwotnego w dziedzinie postu powinny nam pomóc na nowo zrozumieć post jako wyraz naszej wiary i jako formę modlitwy, jako modlitwę ciała i duszy. Teksty Ojców Kościoła i autorów monastycznych mogą mobilizować do praktyki postu po prostu w Kościele, co w ostatnich latach poszło zupełnie w niepamięć. Myśli Ojców i dawnych mnichów ukazują nam, że to Kościół właśnie przyczynił się decydująco do głębokiego zrozumienia postu i do zdrowej jego praktyki.

Autor