

MARTIN LAIRD OSA

GŁĘBIA SERCA

cisza, świadomość
i kontemplacja
w praktyce
chrześcijańskiej

Przełożyła Barbara Żak

Wydawnictwo WAM

Rozdział pierwszy

Stojąc u drzwi serca

O praktyce kontemplacji

Odważnie i stanowczo
czuwać u drzwi serca.
św. Filoteusz

Jak wspaniale i zaszczytne
jest ćwiczenie wyciszenia!
Ewagriusz z Pontu

Drzwi serca

Kontemplacja to kopernikańska rewolucja duszy. Kopernik nie wymyślił heliocentrycznego wszechświata. On tylko odkrył to, co zawsze takie było. Słońce nigdy nie krążyło wokół Ziemi. Rewolucją było integrujące dostrzeżenie natury rzeczy, które oznaczało zmianę naszego postrzegania świata. Uświadomienie sobie, że nie szukamy Boga tak, jak poszukujemy sławy, fortuny czy spełnienia lub czegokolwiek innego,

czego w naszym przekonaniu nam brakuje – jest „drogocenną perłą” (Mt 13,45-46), zrozumieniem, że „królestwo Boże pośród was jest” (Łk 17,21). Zwiastuje początek tej duchowej rewolucji.

Święty Jan od Krzyża wyraził to najprościej, jak potrafił: „Środkiem duszy jest Bóg”¹. Zauważ, że Bóg nie krąży wokół nas, tak jak nie krąży wokół nas słońce, chociaż nasze „ja” twierdzi zupełnie coś innego. Jednak ów Środek nie jest przedmiotem, tak jak środki w centrum czegoś innego, na przykład dżem czy krem w środku pączka. Jak przypomina św. Bonawentura, Bóg „jest intelektualnie poznawalną sferą, której centrum jest wszędzie, a obwód nigdzie”². Dostrzec to, choćby przelotnie, to zdać sobie sprawę, że jesteśmy i zawsze byliśmy zanurzeni w niezgłęzionym Bezmiarze, który jest jednocześnie tak znajomy i niczym się niewyróżniający jak kostka mydła. To nasz dom.

Środek ten okazuje się być wszędzie. „Znajduje się we wszystkim – mówi dalej św. Bonawentura – lecz tam nie zawarty, poza wszystkim, lecz nie wykluczony”³. To Środek, który ogarnia wszystko, jednocześnie wszystko napełniając, tak jak morze napełnia gąbki, dla których morze jest domem. Gąbka jest zanurzona w Bezmiarze, który ją napełnia. Jednak

nas Boże napełnienie przesycą jeszcze bardziej wszechogarniająco. Jak mówi Angelus Silesius w *Cherubinowym wędrowcu*:

Więcej Boga we mnie, niż gdyby w małą gąbkę
Wpływało i wnikało morze przeogromne⁴.

Gąbka do tego nie dąży. To jest jej życie. My też do tego nie dążymy. To jest nasze życie. „Jest [Bóg] morzem mym głębokim, co w sobie mnie zamyka”⁵.

Praktyka kontemplacji to wielka sztuka duchowa. Nie jest techniką, a umiejętnością i jako taka ujarzmia wichry łaski wiodące nas ku wyzwalającemu morzu Ciszy. Żeglować tą prawdziwą drogą modlitwy to wypłynąć na głębię i zarzucić sieci na połów (Łk 5,4). Paradoksalnie odkrywamy, że to my sami zostajemy złowieni i trzymanii w tej sieci, morskiej głębinie chwili. Z wielkim zachwytem uświadamiamy sobie, że splątana sieć naszego udręczonego poczucia odłączenia od Boga jest już zanurzona w tych wodach, w których jesteśmy obmywani i oczyszczani solą (Ez 16,4; 2 Krl 2,19-21), naprawdę „kosztujemy Jego soli”, jak ujmuje to św. Augustyn⁶.

W poprzedniej książce, *W krainę ciszy*, ta podróż przedstawiona jest za pomocą biblijnej

metafory przechodzenia przez drzwi. „Kończcie, a otworzą wam” (Mt 7,7; Łk 11,9); „Oto stoję u drzwi i kołaczę” (Ap 3,20); „Ja jestem bramą” (J 10,9). Kluczem do otwarcia drzwi modlitwy jest nasza własna cisza. Owa wewnętrzna cisza w końcu ukazuje, że nie musimy przekraczać żadnych drzwi, gdyż Chrystus jest również samymi drzwiami. Dlatego na każdym etapie tej drogi nasze ustalone poglądy na temat postępu w życiu duchowym rozsypują się w nabożny proch nieistotności przed wyzwalającym objawieniem się Chrystusa: „Ja jestem bramą”.

Niniejszy rozdział jest pomostem pomiędzy książką *W krainę ciszy* a obecnym tomem, łącząc najważniejsze intuicje i dynamikę praktyki kontemplacji z tematami, którymi zajmiemy się w następnych rozdziałach. Kluczowe spostrzeżenie jest następujące: gdy nasza praktyka kontemplacji staje się bardziej dojrzała i pogłębia się, podobnie nasze doświadczenie trudów, smutków i radości życia również przeradza się w wielkoduszną, otwartą dojrzałość.

Im więcej praktykujemy, tym bardziej nasza praktyka kontemplacji się rozwija. Przypomina to pieczenie chleba. Zanim ciasto trafi do pieca, piekarz musi je wyrobić. Z początku ciasto jest sztywne i oporne, ale po wyrobieniu staje się elastyczne i lżejsze. Wyrobione odpoczywa

i rośnie, a zanim zostanie wstawione do pieca, nabiera nowej konsystencji. To, co ostatecznie się pojawi, jest całkiem inne od tego, co zostało wstawione do pieca. Tak też jest z praktyką kontemplacji. Z początku nasze praktykowanie wydaje się sztywne i odporne, lecz po wystarczającej ilości czasu i zaangażowania nabiera innego charakteru.

Chrześcijańskie korzenie praktyki kontemplacji

Dla chrześcijan najważniejszym przykładem praktyki kontemplacji jest ten, który dał sam Jezus. Według wczesnochrześcijańskich kontemplatyków owym przykładem nie było uzdrowienie opętanego, uciszenie wichru czy Przeistoczenie, lecz kuszenie Jezusa na pustyni (Mt 4,1-11). Trudności na modlitwie są zasadniczo walką z myślami. Pierwsi kontemplatycy zauważyli coś niezmiernie istotnego, jeśli chodzi o sposób, w jaki Jezus poradził sobie z myślami, poprzez które szatan starał się Go usidlić. Ewagriusz z Pontu, mnich z IV wieku, mówił w imieniu pokoleń wczesnochrześcijańskich kontemplatyków, że Jezus „przez to, co sam zrobił, gdy był kuszony przez szatana, dał

nam przykład, abyśmy w czasie walki, kiedy demony nas atakują i rzucają na nas pociski, odpowiadali im słowami z Pisma Świętego”⁷. Słuchając uważnie opowieści o kuszeniu Jezusa na pustyni, Ewagriusz i inni podobni mu zauważyli, że Jezus nie dał się wciągnąć szatanowi w jakąkolwiek rozmowę. Cytował za to wersety z Księgi Powtórzonego Prawa, by przerwać błędne koło wewnętrznego gwaru, który – im bardziej by go słuchał i ulegał mu – trzymałby tylko na uwięzi Jego uwagę.

Zatem Jezusowa walka z myślami staje się chrześcijańskim fundamentem praktyki kontemplacji, którym jest spokojne powtarzanie fragmentu Pisma Świętego w celu utrzymania koncentracji uwagi. Stało się to powszechną praktyką wśród ojców i matek pustyni, którzy uczyli się na pamięć fragmentów Pisma (czasami dość długich), aby uwolnić się od sideł myśli⁸. Święty Augustyn określał je jako „modlitwy strzały”⁹. Jednak Pismo Święte mówi także, że samo imię Jezusa wyrzuca złe duchy (Łk 10,17) i implikuje obecność Ducha Świętego (1 Kor 12,3). Tym samym ciche powtarzanie imienia „Jezus” i trzymanie się go niczym kotwicy pośrodku burzy, czyli tego, co dzisiaj moglibyśmy nazwać słowem modlitwy, z czasem stało się znane jako Modlitwa Jezusowa.

Przez wieki Modlitwa Jezusowa przybierała różne formy, od pojedynczego słowa „Jezu” do dłuższej formy „Jezu Chryste, Synu Boga [żywego], zmiłuj się nade mną [grzesznym]”¹⁰. Święty Jan Klimak podaje jedną z najbardziej zwięzłych nauk: „Niech pamięć o Jezusie będzie obecna w każdym twoim oddechu. Wówczas docenisz wartość hezychii” (stanu wewnętrznego wyciszenia)¹¹.

Praktyka kontemplacji w tradycji chrześcijańskiej zwykle kładzie nacisk na doskonalenie koncentracji poprzez używanie krótkiego zwrotu lub słowa modlitwy (*versiculum*), często zaczerpniętego z Pisma Świętego. Jednak nie jest to jedyny sposób, by usposobić się na przyjęcie daru kontemplacji. Mnich kartuski Guigo II w dziele zatytułowanym *Drabina do rajy* wyjaśnia sposób czytania i spoczywania w Słowie Bożym, dzięki któremu ostatecznie w ciszy Biblii osiągamy pokój¹². Sposób ten znany jest jako *lectio divina*. To styl modlitwy głęboko zakorzeniony w chrześcijańskiej tradycji. Święty Jan od Krzyża nie tyle skupia się na użyciu słowa modlitwy do skoncentrowania umysłu, ile na rozwijaniu świadomości: „Przylgnij z miłosną uwagą do Boga, nie pragnąc poznawać w Nim rzeczy szczegółowych”¹³. Te dwa ogólne podejścia do praktyki kontemplacji nie są

jednak sobie przeciwstawne, gdyż wewnętrzna cisza, którą pielęgnują wszystkie praktyki kontemplatywne, ostatecznie rozkwita jako jasna, płynąca świadomość, nie świadomość przedmiotów, które pojawiają się i znikają w umyśle jak zmieniająca się pogoda, ale proste otwarcie się od wewnątrz fundamentu świadomości, zanim stanie się świadomością tego czy innego przedmiotu. Dla wielu osób modlitwa stanie się (czy użyje się słowa modlitwy, czy nie) po prostu byciem; zwykłym trwaniem w świadomości. To jasne i stabilne miejsce. Jednak dla większości ludzi, przynajmniej na początku, użycie jakiegoś rodzaju kotwicy jak słowa modlitwy stanowi wielkie wsparcie w okiełznaniu rozproszonego, błąkającego się umysłu.

„Kończcie, a otworzą wam”
(Mt 7,7; Łk 11,9)

„Zasiądźmy w ciszy i skupmy uwagę na swoim wnętrzu” – mówi Ewagriusz¹⁴. Niemal w tym samym duchu opisuje modlitwę Simone Weil, mówiąc: „modlitwa wymaga uwagi” i „jakość uwagi znaczy wiele, jeżeli chodzi o jakość modlitwy”¹⁵. Praktyka kontemplacji zaczyna się od naszej uwagi i naszych ciał.

Podstawy są proste. Siadamy i przyjmujemy stałą, wyprostowaną postawę. Grzegorz z Synaju zaleca siedzenie na „niskim stołku”¹⁶. Obecnie nazywamy go ławeczką modlitewną, którą – klęcząc – ustawiamy z tyłu nas, nad łydkami, a następnie siadamy na niej z prostymi, ale nie sztywnymi, plecami. Ławeczka jest nachylona pod kątem korzystnym dla naturalnej krzywizny kręgosłupa i sprzyja zachowaniu stabilnej, czujnej postawy. Te ławeczki są dość popularne, łatwo je znaleźć w Internecie, ale nie są tanie. Inni preferują poduszkę do medytacji. Większość woli jednak siedzieć na zwykłym krześle. W każdym razie pewna, stabilna postawa ciała pomaga modlitwie poprzez solidne, czujne, trzypunktowe podparcie. Fizyczny bezruch ciała sprzyja wewnętrznemu spokojowi, czujności i wyciszeniu.

Spokojnie powtarzaj słowo modlitwy, łącząc je z oddechem. Jeśli słowo modlitwy składa się z więcej niż jednej sylaby czy słowa (jak „Jezus”, „Abba” lub „Jezu Chryste, Synu Boga żywego, zmiłuj się nade mną”), na pierwszej sylabie (lub grupie słów) robimy wdech, a na drugiej sylabie (lub grupie słów) wydech. Podczas modlitwy (zazwyczaj przynajmniej przez dwadzieścia – dwadzieścia pięć minut dwa razy dziennie) całkowicie poświęcamy swoją uwagę temu spokoj-

nemu powtarzaniu. Kiedy tylko zauważymy, że ulegliśmy rozproszeniu, skupiamy uwagę z powrotem na słowie modlitwy złączonym z oddechem, „nieustająco oddychając imieniem Jezusa Chrystusa”¹⁷.

Podstawowe zalecenie w praktyce kontemplacji pozostaje zasadniczo takie samo przez cały okres jej stosowania: kiedy zorientujemy się, że nasza uwaga została rozproszona, zwracamy ją z powrotem ku słowu modlitwy połączonemu z oddechem. Nie należy siedzieć, starając się nie myśleć o niczym lub myśleć tylko o pewnych sprawach. Jak to ujęła św. Teresa z Ávili wieki temu, „wyobraźnia, skutkiem takiego przymuszania jej, by nie myślała o niczym, tym bardziej jeszcze staje się niespokojna (...), usilne przymuszanie siebie, aby nie myśleć o niczym, tym bardziej może podrażnić umysł i wyobraźnię i spotęgować natłok myśli”¹⁸. Nie odpychamy też myśli, próbując wytworzyć tępą pustkę. Natomiast kiedy tylko stwierdzimy, że nasza uwaga została odciągnięta od naszej praktyki, staramy się po prostu zwrócić ją z powrotem ku niej. Wyzwaniem jest prostota tej metody. Praktyka wielokrotnego ponownego zwracania na coś uwagi stwarza to, co nazywamy *habitus* albo nawyk, wewnętrzny impet, który stopniowo rozkopuje chwilę obecną,

odkrywając z czasem wyciszenie znajdujące się w nas niczym zakopany skarb.

Na wcześniejszych etapach tej praktyki zazwyczaj mamy niewielkie poczucie nieprzemijającego zanurzenia w Ciszy. Kiedy staramy się milczeć, doświadczamy raczej wszystkiego, tylko nie ciszy. Ten wewnętrzny hałas powstaje za sprawą głęboko zakorzenionej tendencji wzmacnianej przez całe życie, by w myślach i uczuciach znajdować poczucie naszej tożsamości i sensu życia. Spoglądamy w głąb siebie i autentycznie myślimy, że jesteśmy naszymi myślami i uczuciami. Gdyby nasze myśli i uczucia były plątaniną winnych gałęzi i latorośli, powiedzielibyśmy, że jesteśmy w samym ich środku. W gruncie rzeczy moglibyśmy nawet powiedzieć, że jesteśmy tą plątaniną. Czasami wydaje się, że to nie nasza uwaga tak łatwo się rozprasza, ale że wieje silny przeciwny wiatr, który nie pozwala naszej uwadze skupić się na słowie modlitwy. Bez względu na nasze doświadczenia praktyka pozostaje taka sama – łagodnie nakierować uwagę z powrotem na słowo modlitwy złączone z oddechem. Podstawowa umiejętność, jakiej się uczymy u progu praktykowania kontemplacji, to powracanie do słowa modlitwy zamiast wdawanie się w reaktywne wewnętrzne komentowanie rozproszeń.

Z powodu naszej niemal całkowitej identyfikacji z myślami mamy silną tendencję do przeżywania życia w sposób reaktywny. To wywołuje wewnętrzny hałas i alienuje nas od prostego doświadczenia myśli i uczuć. Doświadczamy natomiast reaktywnych komentarzy na ich temat. Zdolność do przyjmowania z wyuczeniem wszystkiego, co pojawia się i znika w świadomości, stopniowo (bardzo stopniowo) będzie zajmować miejsce tego głęboko zakorzonego schematu reagowania na doświadczenia wewnętrznym komentarzem.

Życie reaktywne jest wzmacniane przez nagłe napady gadania, gadania, gadania do siebie o życiu i miłości, i o tym, jak wszyscy powinni się zachowywać i na kogo głosować. Ten jazgotliwy gwar sprawia, że nasza uwaga koncentruje się i identyfikuje z obiektami, które pojawiają się w naszym umyśle. Regularnie ćwicząc, z upływem czasu, na który nie mamy wpływu, nasza praktyka kontemplacji zacznie się zmieniać. Gdy nasza praktyka się pogłębia, myśli i uczucia nadal przychodzą i odchodzą, ale zmienia się nasz stosunek do nich.

„Oto stoję u drzwi i kołaczę”
(Ap 3,20)

„Zanurz się głęboko w Modlitwę Jezusową” – mówi rosyjski mnich Teofan Rekluz¹⁹. Niewątpliwie chce, aby słowem modlitwy była Modlitwa Jezusowa. Na wcześniejszym etapie praktyki kontemplacji takie stwierdzenie nie miałoby sensu. Może byśmy tę modlitwę odmawiali, byli jej oddani, konsekwentni w odzyskiwaniu skupienia, ale zwrot „zanurz się głęboko” sugeruje, że to słowo modlitwy ma swego rodzaju wymiar lub głębokość. To właśnie ta zmiana, która zaczyna się pojawiać, kiedy nasza praktyka kontemplacji staje się bardziej dojrzała. Wcześniej słowo modlitwy mogło się wydawać czymś mechanicznym, ograniczającym lub sztywnym – jak zderzanie się ze ścianą – teraz słowo modlitwy zaczyna się otwierać. U początków praktyki kontemplacji powrót do słowa modlitwy jest jak odepchnięcie się od brzegu basenu i wypłynięcie na głębię (Łk 5,4). Ten wymiar głębi, „rozległość bez rozległości i szerokość bez szerokości” – jak nazywa go Mistrz Eckhart²⁰ – jest niczym innym jak samą świadomością, nie przedmiotem, którego jesteśmy świadomi, ale podstawą samej świadomości. Zdajemy sobie

sprawę, że owa wewnętrzna przestrzeń jest w pewien sposób głębsza właśnie wtedy, gdy obejmuje i przenika wewnętrzny i zewnętrzny hałas (hałas, który równie dobrze może trwać nadal). Podczas gdy wcześniej grzęźliśmy w reaktywnym komentarzu, który skłaniał nas do odpychania lub trzymania się kurczowo przychodzących i odchodzących myśli czy uczuć, teraz możemy zostawić je w spokoju, pozwolić, żeby przychodziły, odchodziły lub zostawały, nie zajmując się nimi. Skoro są, niech sobie będą. W tej początkowej fazie praktyki odkrywamy, może po raz pierwszy, że praktykę kontemplacji charakteryzują dwie dynamiki: pogłębianie koncentracji i rozszerzanie świadomości. Są one jednym. Rodzą się z nich bliźnięta: wewnętrzna samotność i pełna miłości solidarność ze wszystkimi, solidarność, która sięga głębiej niż osobiste preferencje.

Święty Izaak Syryjczyk w traktacie *O ciszy* mówi: „Po pewnym czasie z tej praktyki rodzi się w sercu jakaś słodycz. Oddajmy się praktykowaniu ciszy, a wtedy z tej ciszy zrodzi się coś, co poprowadzi nas ku samej Ciszy”²¹. Jakkolwiek bardzo poplątana może się wydawać, nasza praktyka zacznie się rozplątywać. Jednym ze znaków, że nasza praktyka zaczyna się rozwijać, jest poczucie tego, co św. Izaak Syryjczyk

nazywa „słodyczą”. Zaczyna nas przyciągać coś głębszego, coś, co jest bardziej rozległe, kuszące i ciche niż nużąco dramatyczna operowa partytura wewnętrznego gwaru. Ten wewnętrzny gwar będzie nadal obecny, ale jego panowanie nad naszą uwagą osłabnie. Jest tak, jakby owa płatanina myśli i uczuć była ścianą z cegły, która kiedyś zasłaniała nam widok. Jednak stopniowo zauważamy, że wrażenie trwałości tej ściany jest wytworem naszego utożsamiania się z tymi myślami i uczuciami. Ostatecznie okazuje się, że to nie ściana, ale okno. W rzeczywistości poprzez tę płataninę myśli możemy wejrzeć w coś innego, w czym one są zanurzone i czym są nasycone. To „coś innego” jest nietknięte i wolne od wszystkich myśli, chociaż przepelnia, nasyca i nie potrafi nie być ze wszystkim jednością. Z praktykowania ciszy rodzi się coś, co prowadzi nas do samej Ciszy. Gdy nasza praktyka się pogłębia, dostrzegamy, że myśli są przepuszczalne jak siatka, przepuszczalne dla tej fundamentalnej Ciszy. Zdając sobie z tego sprawę, nie czujemy się tak bardzo przymuszeni, by reagować, odpychać czy chwycić. Jednak aspekty zewnętrzne naszej praktyki pozostają w zasadzie takie same; za każdym razem, kiedy uświadomimy sobie, że nasza uwaga została rozproszona, skupiamy ją z powrotem,

bez względu na to, czy potrzebujemy powtórzyć słowo modlitwy, czy nie. Chociaż zewnętrzne aspekty naszej praktyki są takie same, praktyka stała się, pozornie sama z siebie, czymś przestronnym, miejscem schronienia, przestrzenią, do której się wchodzi i z której się wychodzi, miejscem, w którym się przebywa pośród tego, co w danym momencie przynosi życie. Tak jest nawet wtedy, gdy stwierdzimy, że nie musimy już powtarzać słowa modlitwy. U progu praktyki kontemplacji zmienia się nasz stosunek do rozproszeń.

Czy rozproszenia są burzliwe, czy łagodne, wewnętrzna przestrzeń może przyjąć je wszystkie. Wcześniej mieliśmy może poczucie, że jesteśmy spięci, płytki i reagujący na hałas, teraz czujemy, że nasza świadomość (świadomość jako taka, a nie to, czego jesteśmy świadomi) jest ogromna, chłonna, otwarta i hojna. Przyjmowanie i oddawanie są jednym i tym samym. Jeśli pojawia się jakiś wewnętrzny komentarz, który mówi „No proszę, teraz przyjmuję” albo „O, teraz oddaję”, po prostu doświadczamy go w tym przepływie i ten komentarz nie stanowi dla nas przeszkody (choć jest też częścią tego stanu).

Co dzieje się na progu praktyki? Przeważnie nic. Po prostu słuchamy tak intensywnie jak

Maryja Archanioła Gabriela (Łk 1,26-38). Nasze poszukiwanie Boga, który nas szukał i znalazł, okazuje się tylko intensywnym słuchaniem tego urzekającego pukania: „Oto stoję u drzwi i kołaczę” (Ap 3,20). „Ja jestem bramą” (J 10,9).

Gdy nasza praktyka cichej modlitwy przechodzi proces dojrzewania od miejsca schronienia do miejsca spotkania, jaka jest nasza praktyka i stosunek do myśli? Zewnętrzne okoliczności naszego życia nadal są takie, jakie w danym momencie są, ale teraz doświadczamy ich inaczej. Jednocześnie zaczęliśmy już brać pod uwagę to, że wielokrotnie sami wystawiamy się na nieszczęścia, czerpiąc poczucie tożsamości z naszego wewnętrznego gwaru, działając na jego podstawie, a potem starając się naprawiać powstałe z tego tytułu szkody. Jednak prawdziwą wartością początków praktyki kontemplacji jest fakt, że bez względu na to, co wydarzy się podczas modlitwy – coś przygnębiającego czy coś cudownego – doświadczamy wolności, nawet pośrodku reaktywnego trajektu na temat życia.

U progu modlitwy często jest tak, że nie musimy powtarzać słowa modlitwy podczas modlenia się; orzeł nie zawsze musi machać skrzydłami. Nawet przy najmniejszej chęci do modlitwy (już kiedy ciało przyjmie postawę modlitwy,

siedząc, chodząc czy stojąc) jesteśmy zanurzeni w świetlistej przestrzeni świadomości. Co więcej, to „my”, które jest zanurzone w świadomości, samo jest ogromnym polem świadomości, które nie ma granic. Ten bezkształtny ogrom jest ucieleśniany jako modlitwa.

Wnioski

Praktyka kontemplacji ucisza hałas, który trwa w naszej głowie, i pozwala rozwijać się wewnętrzną ciszę. Ta powiększająca się w nas wewnętrzna cisza jest szeroką i żyzną deltą, która obejmuje błoto, trzciny i sitowie wszelkiego dźwięku, czy to zachwycającego, czy destrukcyjnego. Jednak na początku praktyka kontemplacji może wydawać się nam irytująco niezdarna; na początku będziemy reagować na wszystko, co jest w środku i na zewnątrz. Chociaż cisza wewnętrzna nas pociąga, kiedy zwracamy się do wewnątrz, napotykaemy silny przeciwny wiatr rozproszeń. Charakterystyczną, dominującą tendencją jest utożsamianie się z tymi myślami – uważamy, że tymi myślami i uczuciami jesteśmy. Myśli najwyraźniej są na tyle poważną przeszkodą w osiągnięciu pokoju, że angażują nas i wciągają. Jednak stopniowo nasza prak-

tyka kontemplacji zaczyna się zakorzeniać. Uczymy się, że praktyka, jak to ujmuje autor *Obłoku niewiedzy*, będzie nam „tarczą i włócznią”²², skutecznie chroniąc nas przed pułapkami rozproszeń. Stopniowo dowiadujemy się, że nie jesteśmy owymi przychodzącymi i odchodzącymi myślami i uczuciami, jak nie jesteśmy przychodzącą i odchodzącą pogodą. Możemy preferować pewien typ pogody, ale tą pogodą nie jesteśmy.

Kiedy słowo modlitwy staje się naszą drugą naturą, staje się czymś więcej niż tarczą, włócznią czy miejscem schronienia – staje się nieustannie płynącą wewnętrzną przestrzenią, w której „żyjemy, poruszamy się i jesteśmy” (Dz 17,28). Dlatego nie musimy uciekać od okoliczności naszego życia czy od naszych myśli i uczuć (choć wolno nam tak uczynić, jeśli zdrowy rozsądek tak podpowiada). Myśli i uczucia dla tego rozległego przepływu są przepuszczalne; one także ukazują ciszę, której poszukujemy. Jednak na wczesnych etapach praktyki tego prostego faktu nie dostrzegamy.

Hałaśliwy komentarz na temat naszych myśli i uczuć, na temat życia w ogóle stwarza poczucie tamowania tego przepływu, jak również wewnętrzne uczucie mocnego, reaktywnego napięcia i niepokoju. Praktyka kontemplacji

stopniowo rozluźnia to napięcie, ukazując życie jako świetlisty przepływ. Nawet myśli i uczucia, które wcześniej były najbardziej rozprasającymi przeszkodami dla spokoju wewnętrznego, teraz jawią się jako jego narzędzia. Rozproszenie jest związane z tym teatralnym komentarzem, a nie ze zwykłą obecnością lub nieobecnością myśli i uczuć.

Bez względu na to, czy musimy jeszcze korzystać z jasno sprecyzowanego słowa modlitwy, czy nie, nasza praktyka kontemplacji jest po prostu świetlistym bezmiarem. Tym, co ogląda ten płynący bezmiar, jest również świetlisty bezmiar.

Próg naszej własnej głębi wiodącej ku głębi Chrystusa jest jednocześnie progiem głębi Chrystusa wiodącej ku naszej głębi. Jeden próg, jedne drzwi. Przechodzimy przez te drzwi, jednak są one właśnie tą pełnią, która czyni nasze poszukiwanie niepotrzebnym. Tajemnica Boga, którego szukamy, krąży przez nas i w nas stale poruszającym się spoczynku. Chrystus objawia Boga zarówno jako drzwi, jak i wejście, zarówno jako szukającego, jak i szukanego.

Pomimo tylu naszych prób i usiłowań poradzenia sobie z zagadkami i drzwiami ciszy praktyka kontemplacji nie udzieli daru kontemplacji, tak jak najbardziej wytrawny żeglarz

nie może zmusić wiatru, by powiał. Jednak bez umiejętności żeglowania podróż morską byłaby lekkomyślnością. Kontemplatyk, którego umiejętności są wyćwiczone podczas burz i trudności tej drogi, odkrywa radość z tego, że – chociaż nigdy nie jesteśmy w stanie pojąć Boga – On mimo to nie czyni nic innego, jak tylko łaskawie nas obdarza, ugruntowuje i obejmuje. Taka jest natura Bożej prostoty.