

Thomas Keating OCSO

KONTEMPLACJA CHRZEŚCIJAŃSKA

DROGA WEWNĘTRZNEGO POKOJU

przełożył
Andrzej Wałęcki

Wydawnictwo WAM

tytuł oryginału: *Heart of the World*

Copyright © 1981, 1999 by St. Benedict's Monastery
Foreword Copyright © 1999 by St. Benedict's Monastery
Published by arrangement with The Crossroad Publishing Company
Copyright © Thomas Keating

© Wydawnictwo WAM, 2020

Książka ukazała się wcześniej pod tytułem *Wprowadzenie do modlitwy i medytacji chrześcijańskiej* (Wydawnictwo WAM, 2004)

Opieka redakcyjna: Klaudia Bień
Redakcja: Magdalena Komorowska
Korekta: Bartosz Szpojda
Projekt okładki: Dawid Polkowski / Studio Inigo
fot. © wrangel/Depositphotos
Skład: Edycja

ISBN 978-83-277-2529-5

NIHIL OBSTAT

Przełożony Prowincji Polski Południowej Towarzystwa Jezusowego
ks. Krzysztof Dyrek SJ, prowincjał
Kraków, 17 września 2003 r., l.dz. 193/03

WYDAWNICTWO WAM
ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków
tel. 12 62 93 200
e-mail: wam@wydawnictwowam.pl

DZIAŁ HANDLOWY
tel. 12 62 93 254-255 • faks 12 62 93 496
e-mail: handel@wydawnictwowam.pl

KSIĘGARNIA WYSYŁKOWA
tel. 12 62 93 260
www.wydawnictwowam.pl

Druk i oprawa: EKODRUK • Kraków

Publikację wydrukowano na papierze Ecco book 70 g vol. 2.0
dostarczonym przez Antalis Poland Sp. z o.o.

Świadectwo życia zakonnego (monastycznego)

Życie zakonne przez całe stulecia było stróżem zasadniczej części duchowości chrześcijańskiej. Początek chrześcijańskiego monastycyzmu jest datowany na pierwszą połowę IV wieku. Pojawił się on równocześnie w Egipcie, Syrii oraz Azji Mniejszej. Chociaż jego ideał wyraził się w różnych formach, to wszystkie łączy to samo całkowite oddanie się poszukiwaniu Boga w ciszy, samotności, prostocie życia i dyscyplinie modlitewnej. Te wartości duchowe były zwykle przeżywane we wspólnocie, która zapewniała środowisko właściwe dla poszukiwania Boga.

Rozwój duchowy jest czymś wrodzonym dla każdego mężczyzny i każdej kobiety, nie tylko dla zakonnika i zakonnicy. Życie monastyczne jest po prostu bardziej profesjonalnym sposobem zajmowania się nim. Podczas gdy świat jako

całość zaniedbywał i tracił wiedzę o tym, w jaki sposób osiągnąć duchowość i nią żyć, świat monastyczny podejmował przez wieki wysiłki, aby tę wiedzę zachować. Tymczasem obecnie wielu ludzi szczerze szuka prawdy. Wielu z nich nigdy nie identyfikowało się z żadnym z wyznań chrześcijańskich, a nawet nie należą do żadnej z religii. Inni, którzy wyrosli jako chrześcijanie lub żydzi, w swoich lokalnych wspólnotach lub szkołach wyznaniowych nigdy nie odkryli wyzwania do prowadzenia życia wewnętrznego obejmującego modlitwę i zjednoczenie z Bogiem.

Na przełomie ostatnich trzech, czterech stuleci duchowość chrześcijańska zesłała na dalszy plan i jedynie w klasztorach kontynuowany był przekaz tradycji kontemplatywnej. Z tego powodu wielu ludzi poszukujących kieruje swoje kroki do klasztorów, licząc na swego rodzaju przewodnictwo. Jest to szczególnie wyraźne od Soboru Watykańskiego II (1961–1965), który zainicjował szeroki program duchowej odnowy Kościoła rzymskokatolickiego. Ten ruch wzbudził również zainteresowanie ludzi należących do innych kościołów chrześcijańskich i do innych religii, którzy poszukują duchowej odnowy we własnych tradycjach.

Klasztory kontemplacyjne są widzialnym znakiem naszego ludzkiego dążenia do tego, co wewnętrzne, doskonałe i najgłębsze spośród wartości ludzkich. Jest to zarazem znak dążenia Kościoła do osiągnięcia pełni chrześcijańskiego misterium – jedności z Bogiem i całym stworzeniem. Monastyczny styl życia jest tak pomyślany, aby prowadził podejmujących go do przyjęcia nowej postawy wobec całej rzeczywistości. Pewne wymagania związane z samotnością i ciszą oraz praktykowanie tradycyjnych ślubów ubóstwa, czystości i posłuszeństwa ograniczają rozpraszające bodźce, które wpływają na sposób postrzegania samego siebie i świata. Stopniowe wyciszenie zwykłego sposobu myślenia i reagowania otwiera świadomość na inne rzeczywistości oraz wartości, a w szczególności na wartość każdej osoby ludzkiej tkwiącą na najgłębszym poziomie istnienia. Ostatecznym celem życia zakonnego jest doświadczenie bycia jednym ze wszystkimi innymi oraz zdolność do przyjmowania konsekwencji takiego doświadczenia.

Doświadczenie Boga jest wspólne wszystkim ludziom. Nie mówią jednak o tym, ponieważ są przekonani, że jeśli podzielą się swoim doświadczeniem z przyjaciółmi, zostaną wzięci

za pomyłonych. Nawet ludzie niemający nastawienia religijnego mają doświadczenia transcendencji, ale nie są w stanie ich zwerbalizować. Jeśli usłyszą kilka słów wskazujących na istnienie doświadczenia, które nie jest intelektualne, przynosi wewnętrzny pokój, a ponadto pojawia się niespodziewanie, to przypominają sobie przeżycia bardzo dla nich realne, których kiedyś doznali. Powinniśmy zacząć sobie powoli uświadamiać, że bycie kontemplatywnym jest czymś całkowicie normalnym. Ale taka postawa wymaga pielęgnacji.

Czy kiedyś doświadczyłeś choć kilku chwil wewnętrznej ciszy? Jak byś ją opisał? Czy nie jest to przeżycie jakiegoś bardzo głębokiego, wszystko obejmującego pokoju, odczuwanie przyjemności oraz subtelnej radości, a wszystko to dzieje się równocześnie? Dlaczego ten stan duchowy jest tak trudny do utrzymania albo przywrócenia? Wydaje się, że łatwiej jest wymazać z pamięci całe przeżycie niż znosić uczucie przykrości towarzyszącej wystawianiu przed drzwiami zamkniętymi od wewnątrz. Jednakże, pomimo tych dokuczliwych przykrości, powtarzające się doświadczenie wewnętrznej ciszy jest potrzebne każdemu, aby mógł być w pełni człowiekiem.

Nasza zdolność doświadczania transcendencji jest tym, co odróżnia nas od reszty widzialnych stworzeń. To właśnie ona sprawia, że jesteśmy bardziej ludzcy.

Jakiś czas temu, podczas wycieczki w ramach kursu na temat mistyki, jaki mieli na uniwersytecie, kilkoro studentów odwiedziło opactwo. Po krótkim wprowadzeniu chcieli dowiedzieć się czegoś o moim przeszłym życiu, o motywach wstąpienia do klasztoru i o tym, co skłoniło mnie do podjęcia tego typu decyzji. Odpowiedziałem najlepiej, jak potrafiłem, nie naruszając całkowicie mojej reputacji, i dodałem przy tym: „Czy mógłbym zadać wam jedno pytanie? Czy doświadczyliście kiedyś kilku chwil wewnętrznej ciszy?”

Zastanawiali się przez chwilę, a następnie powoli zaczęli odpowiadać. Wątpię, aby któreś z nich chodziło do kościoła. Ich profesor stwierdził później, że zainteresowanie mistyką chrześcijańską, przynajmniej dla większości studentów, nie jest związane z uczęszczaniem do kościoła. Bardzo intrygujące było usłyszeć czworo lub pięcioro z tych młodych ludzi dyskutujących o swoich różnych przeżyciach związanych z wewnętrzną ciszą.

Dlatego też nieco bardziej nacisnąłem, zadając pytanie: „Co ona przypomina?”

Jedna z dziewczyn powiedziała: „Przypominam sobie to, co zdarzyło się kilka razy, gdy leżałam w łóżku i odczuwałam, że ogarnęło mnie pewne poczucie zadowolenia połączone z głęboką ciszą, pokojem i radością. Jedyłą trudnością okazała się niemożliwość przedłużenia trwania tej ciszy. Nie można było również do niej powrócić, gdy to przeżycie minęło”.

Ktoś inny zauważył: „To jest tak, jakby były w nas swego rodzaju drzwi, zwykle zamknięte. Chcesz przez nie przejść, ale nie możesz. Jednak co jakiś czas one się otwierają. Otacza cię wtedy cudowne uczucie. To tak, jakby powrócić do domu”.

Podchwyciłem: „Właśnie, i nie jesteś w stanie powiedzieć, jak to się stało?”. Kilka osób odpowiedziało równocześnie: „Nie”. Ja zaś dodałem: „Jeśli nie ty, to kto w takim razie otworzył te drzwi?”

Nie byli w stanie odpowiedzieć na to pytanie, stwierdzali jedynie, że to nie oni. Rezultatem tych chwil wewnętrznej ciszy był fakt, że nigdy o nich nie zapomnieli, nawet jeśli zdarzyło się to tylko raz. Oczywiście te przeżycia wywarły

wielkie wrażenie i wpłynęły na następujące po nich zachowania poszczególnych osób. Ale powoli zaczęły wygasać, równocześnie z tym, jak wpadali w codzienną rutynę. Studenci zwrócili uwagę na jeszcze jedną sprawę. Przeżycie ciszy wewnętrznej przyniosło ze sobą na krótką chwilę doświadczenie prawdziwej istoty rzeczywistego istnienia zakorzenionego w nich samych. Była to afirmacja własnego istnienia.

Wewnętrzna cisza jest dość częstym i nawet zwykłym ludzkim przeżyciem. Nie jest czymś, co zostaje dane jedynie ludziom uduchowionym i świętym. Wydaje się, że to odpowiedź na rzeczywistą potrzebę, podobnie rzeczywistą i życiową jak jedzenie i spanie. Oczywiście można żyć bez chwil ciszy wewnętrznej, podczas gdy nie można żyć bez jedzenia i snu. Ale rodzi się wtedy pytanie o jakość naszego życia. Jeśli ta duchowa potrzeba nie zostanie zaspokojona, to może dać o sobie znać w przeróżny sposób, jak chociażby poprzez nieustanne pragnienie jedzenia. Możemy próbować przesłaniać świadomość tego głodu, aby nie odczuwać jego dolegliwości. Wiele zachowań nałogowych – narkotyki, swoboda seksualna, chorobliwa aktywność, praca dla samej pracy – jest wyrazem ucieczki

od takiego właśnie głodu. Wydaje się, że nasza ludzka natura obdarzyła nas potrzebą wewnętrznej ciszy. Staramy się o nią, podobnie jak staramy się powrócić do miejsca bezpiecznego, przytulnego, pełnego miłości. Objawienie chrześcijańskie jest kierowane do naszych naturalnych skłonności i wyjaśnia, kto otwiera nam drzwi i przeprowadza nas przez nie.

Klasztor kontemplacyjny jest widzialnym znakiem tego, że stan lub miejsce ciszy wewnętrznej jest dostępny dla wszystkich i każdy jest do niego zaproszony. Takie miejsce w tajemniczy sposób fascynuje. Ludzie nie przychodzą tutaj jedynie po to, aby zobaczyć liturgię. Nie przychodzą po to, aby poczuć zapach kadzidła lub uchwycić wrażenia religijne w kościele. Czują intuicyjnie, że klasztor kontemplacyjny ma w sobie coś, czego oni poszukują. Sugerują to zabudowania, sugeruje to samotność, sugeruje to cisza. Grupa ludzi mająca za cel życia poszukiwanie wewnętrznej ciszy jest dla innych wezwaniem do zrobienia czegoś podobnego w ich życiu. To wezwanie ma swoiste znaczenie w naszych czasach. Nie można go jednak porównywać z jakimkolwiek innym rodzajem powołania.

Jakie są jednak konsekwencje odpowiedzi na takie wezwanie?

Jeśli ograniczymy zwykły potok myśli i nasze emocjonalne reakcje na nie, to wejdziemy w zupełnie nową rzeczywistość, w nowy świat. Nawet na poziomie zmysłów słyszymy tylko dźwięki mające określoną częstotliwość i widzimy rzeczy jedynie z pewnej odległości. Psy na przykład słyszą o wiele więcej od nas, jastrzębie widzą o wiele więcej, niż my widzimy. Skoro zakres naszych zmysłów jest w tych dziedzinach ograniczony, nie należy się dziwić, że istnieją również inne poziomy świadomości, których nasze codzienne doświadczenia rozumowe nie są w stanie uchwycić. Jest to szczególnie prawdziwe, jeśli chodzi o rzeczywistość duchową, która rozgrywa się na poziomie tajemnic wiary chrześcijańskiej. Zwykły sposób słuchania nie może go uchwycić, zwykły sposób patrzenia nie może go objąć. Dlatego też Jezus nieustannie przypominał swoim słuchaczom: „Kto ma uszy do słuchania, niechaj słucha” (Mk 4,9). Wskazywał w ten sposób, że musimy słuchać o wiele bardziej niż tylko uchem. Tradycja chrześcijańska uczy, że istnieją w człowieku zdolności szczególnego duchowego postrzegania

rzeczywistości, które rozwijają się w klimacie wewnętrznej ciszy.

Zasadnicze sposoby, jakimi posługują się zakonnicy w pielęgnowaniu wewnętrznej ciszy – cisza zewnętrzna, szczególnie rodzaj samotności oraz wyzbycie się chęci posiadania – mogą przybrać formę bardzo skondensowaną, niczym w pigułce, i być stosowane codziennie albo nawet kilka razy na dzień. Tradycyjnie określa się to terminem modlitwa kontemplacyjna.

Maria z Betanii daje nam przykład, w jaki sposób postępować. W Ewangelii według św. Łukasza czytamy: „Usiadłszy u nóg Pana, słuchała Jego słowa” (Łk 10,39). Ze słów Jezusa powiedzianych w jej obronie jasno wynika, że była zaangażowana w szczególnie rodzaj aktywności, która znaczyła o wiele więcej niż przygotowywanie przez Martę posiłku. Maria słuchała Bożego Słowa – Osoby Boskiej – rzeczywistości głębszej niżli ludzkie słowa dochodzące do jej słuchu i rozbrzmiewające w jej wyobraźni. Ona słuchała całą swoją osobą. Jej tożsamość stopiła się w niej w jedno z obecnością Słowa Bożego. Jan, spoczywający na piersi Jezusa podczas Ostatniej Wieczerzy, modlił się w ten sam sposób, w jaki

Maria z Betanii słuchała. On nie myślał, nie rozmawiał, jedynie spoczywał.

Modlitwa kontemplacyjna sprawia, że wzbie-
ra pragnienie Boga. „W ostatnim zaś, najbardziej
uroczystym dniu święta Jezus wstał i zawołał
donośnym głosem: «Jeśli ktoś jest spragniony,
a wierzy we Mnie – niech przyjdzie do Mnie
i pije! Jak rzekło Pismo: Rzeki wody żywej po-
płyną z jego wnętrza». A powiedział to o Du-
chu, którego mieli otrzymać wierzący w Niego”
(J 7,37–39). Tymi słowami jesteśmy wezwani,
aby odsunąć na bok nasze troski i przyjść do Je-
zusa z całą głębią naszego istnienia. Takie dzia-
łanie i wynikające z niego przeżycia są podstawą
zdrowej chrześcijańskiej duchowości.