

KS. KRZYSZTOF GRZYWOCZ

BĄDŹ POCHWALONY, PANIE MÓJ

O wracaniu do istoty rzeczy

© Wydawnictwo WAM, 2026

Opieka redakcyjna: dr Joanna Pakuza
Redakcja: Anna Kopeć-Śledzikowska, dr Ryszard Paluch
Korekta: Marta Wielek, Katarzyna Onderka
Konsultacja merytoryczna: dr Ryszard Paluch
Projekt okładki: Marcin Jakubionek
Skład: Edycja

ISBN 978-83-277-4963-5

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
e-mail: handel@wydawnictwowam.pl

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

Druk i oprawa: OPOLGRAF • Opole

Spis treści

Wykaz skrótów 5

1. Wstęp do rekolekcji 7
2. Medytacja pierwsza (Ps 95) 27
3. Konferencja pierwsza 33
4. Homilia pierwsza 57
5. Konferencja druga 71
6. Konferencja trzecia 93
7. Medytacja druga (Dn 3,51–90) 109
8. Konferencja czwarta 117
9. Homilia druga 145
10. Konferencja piąta 161
11. Konferencja szósta 187
12. Konferencja siódma 211
13. Homilia trzecia 237
14. Konferencja ósma 249
15. Konferencja dziewiąta 275
16. Medytacja trzecia (J 21) 291
17. Konferencja dziesiąta 297
18. Homilia czwarta 315
- Od Redakcji 325

Wykaz skrótów

- CD – św. Ignacy Loyola, *Ćwiczenia duchowe*,
tłum. S. Bednarz, Wydawnictwo WAM,
Kraków 2025
- KKK – Katechizm Kościoła Katolickiego, Wy-
dawnictwo Pallottinum, Poznań 1994
- LS – Franciszek, encyklika *Laudato si'*. *W tro-
sce o wspólny dom*, Wydawnictwo M,
Kraków 2015

*

Cytaty z Pisma Świętego za *Biblią Tysiącle-
cia* (Wydawnictwo Pallottinum, Poznań 2004,
wyd. IV)

1.

Wstęp do rekolekcji

W czasie tych rekolekcji¹ chcę się podzielić tym, co odkrywam, czym sam żyję, co jest źródłem mojej radości i moim życiem. Zawsze, gdy rozpoczynam osobiste rekolekcje bądź kapłańskie dni skupienia, przypominam sobie pragnienie, które związane jest z tego rodzaju okresami wyciszenia i refleksji. Jakie to pragnienie? By nie oczekiwać nowych informacji, które by mnie zaskoczyły, były świeże i odkrywcze. Okazją do pogłębiania wiedzy są wykłady albo konferencje naukowe. Celem rekolekcji jest natomiast odkrycie na nowo rzeczy zwyczajnych i prostych oraz ucieszenie się nimi. Uradowanie się aspektami związanymi z kapłańską posługą, z tożsamością mężczyzny, chrześcijanina i księdza.

¹ Książka jest zredagowanym zapisem rekolekcji, które ks. Krzysztof Grzywocz prowadził dla księży w dniach 8–12 listopada 2015 roku w Centrum Animacji Misyjnej w Konstancinie-Jeziornie. Wszystkie przypisy pochodzą od redakcji.

BĄDŹ POCHWALONY, PANIE MÓJ

Mam wrażenie, że obecnie podważa się to, co najbardziej oczywiste – że panuje moda na nieoczywistość. To, co jeszcze kilka lat temu dla naszych dziadków i rodziców było jednoznaczne, teraz już takie nie jest. Co więcej, jednoznaczność poniekąd nas drażni. Nasza kultura woli karmić się sprawami nieoczywistymi, często też nieistotnymi. Właśnie dlatego podkreślam, że czas rekolacji jest momentem powrotu do spraw najważniejszych. Jako chrześcijanie jesteśmy w świecie odpowiedzialni za przypominanie o nich. Dużo uwagi poświęca się dziś – zwłaszcza w krajach dobrobytu – sprawom drugo- i trzeciorzędnym, a kwestie zasadnicze schodzą na drugi plan. A to właśnie one są źródłem życia w nas. Kto chce żyć, musi dotrzeć do istoty rzeczy.

Przywołam pewien film, który został nagrodzony Złotym Lwem na festiwalu w Wenecji (2014 r.) – *Gołąb przysiadł na gałęzi i rozmyśla o istnieniu*². Należy on do tzw. kina absurdu, podobnie jak teatr Samuela Becketta – za pomocą obrazów filmowych czy teatralnych twórcy ukazują nonsensy ukryte w naszej kulturze. Pierwsza scena wspomnianego dzieła Roya Anderssona przedstawia mężczyznę,

² Reż. R. Andersson, prod. Szwecja, Niemcy, Norwegia, Francja, Dania 2014.

WSTĘP DO REKOLEKCJI

który w muzeum przyrodniczym przygląda się wypchanym zwierzętom i ptakom. Zarazem sam wygląda tak, jakby nie żył – jakby był tylko jednym z wielu eksponatów. Przygląda mu się równie smutna, apatyczna kobieta, z którą przyszedł do tej instytucji kultury. To ujęcie – jak zresztą cały film – wspaniale pokazuje, co się dzieje, kiedy wysychają w nas źródła i oddalamy się od istoty istnienia. Rekolekcje są właśnie po to, by do niej powracać.

Jako księża jesteśmy pasterzami, których zadaniem jest zwracać uwagę na rzeczy najbardziej oczywiste, a jednocześnie proste – jak przejrzyste górskie źródło, jak wartki leśny potok. Im bardziej człowiek odwraca się od prostoty, tym bardziej komplikuje sobie życie. Konstruuje długie zdania, używa skomplikowanych pojęć i nikt jego wypowiedzi już nie rozumie... Pewnie sam nie do końca pojmuję, co ma na myśli... Natomiast to, co istotne i oczywiste, jest proste jak powietrze, jak góry, jak ptaki, jak szum wiatru, jak biała Hostia. Dlatego w rekolekcjach powracamy do piękna prostoty – smakujemy ją i nią się karmimy. „Szkosztujcie i zobaczcie, jak dobry jest Pan” (Ps 34,9). Słuchając tego wezwania psalmisty, warto uświadomić sobie, jak wyjątkowe są rzeczy i sprawy najważniejsze. Za nie właśnie

BĄDŹ POCHWALONY, PANIE MÓJ

jesteśmy w świecie odpowiedzialni. To jeden z wymiarów naszej kapłańskiej posługi – jesteśmy pasterzami oczywistości istnienia.

Rekolekcje są też okazją do zatrzymania się i „wyrównania oddechu”. Obecnie dużo pracujemy, naszą codziennością rządzą nieraz pośpiech i stres. Często mówimy: „Zaczekaj, muszę złapać oddech”. I rzeczywiście, zarówno to zatrzymanie, jak i przysłowiowe „złapanie oddechu” przywracają wewnętrzną harmonię. Oddech doskonale ukazuje zależność pomiędzy przyjmowaniem a dawaniem. Tak, jak wdychamy i wydychamy, tak od Boga i od drugiego człowieka coś bierzemy, a potem dajemy. Sam oddech jest przyjęciem i oddaniem – wdech i wydech. Oddech jest u początku życia, a gdy on ustaje, życie się kończy, następuje śmierć. Rekolekcje służą temu, żeby oddech wyrównać, uspokoić. Dobrze wiemy, że wiele, także niechrześcijańskich religii mocno bazuje na wspaniałej symbolice oddechu. Święty Ignacy Loyola w swoich *Ćwiczeniach duchowych* też nawiązuje do symboliki naszego ciała, do rytmu przyjęcia i oddania, wzajemnej miłości³. Przyjmuję i daję. Spokojnie, powoli, tak

³ Zob. *Trzeci sposób modlitwy w rytmie oddechu* (CD 258–260).

WSTĘP DO REKOLEKCJI

jak rytm życia tego wymaga. Być w rytmie istnienia, w rytmie stworzenia, w rytmie Ducha Świętego – nie za wolno i nie za szybko. Rekolekcje to powrót do rytmu Ducha Świętego, do oddechu w Duchu Świętym. Często mówimy, że modlitwa jest naszym oddechem. To piękne określenie. Dzięki niej możemy go wyrównać i zharmonizować z oddechem Boga samego, z Jego tchnieniem, z Jego Świętym Duchem.

Rekolekcje to również czas modlitwy. Z żalem zauważamy, że w codzienności, w zaangażowaniu duszpasterskim i apostołskim, jest jej za mało. Ten żal pobrzmiewa w naszych spowiedziach: „Ach, tak niewiele się modliłem, tak dużo pracowałem. Tu coś, tam jeszcze coś. Tu ktoś czeka, tam ktoś czeka”. Na co dzień brakuje chwil skupienia, a rekolekcje są czasem, kiedy takich okazji do modlitewnego zatrzymania się jest sporo. Można się naprawdę spotkać z Tym, który mnie powołał, który jest moim Przyjacielem, Panem, Mistrzem. Mamy czas na głęboką, spokojną, czułą modlitwę, na bliskość z odwiecznym Bogiem. Wszystko, co dzieje się w czasie mojej modlitwy – rozważania, myśli, przeżycia w spotkaniu z Bogiem – pozostaje w Nim na zawsze, zdeponowane jak w najlepszym banku. Każda medytacja, zachwyty czy kontemplacja są odtąd

BĄDŹ POCHWALONY, PANIE MÓJ

w Nim. Sprawy włączone w modlitwę nie giną. To, co w osobistym spotkaniu zostało oddane Chrystusowi, nie przeminie, bo należy już do wieczności. A pojawi się w naszym życiu wtedy, kiedy Bóg zechce i tak, jak On sam zechce.

Czasami wydaje nam się, że niewiele już pamiętamy z danych rekolekcji, sporo zapomnieliśmy i większość myśli uleciała nam z głowy. Ale tak naprawdę nic nie ginie. W odpowiednim momencie powróci konkretna refleksja, owoc, natchnienie... Bóg odda nam to, co włączyliśmy w modlitwę wtedy, kiedy On uzna to za stosowne. Mamy takie doświadczenia, że po latach nagle wraca jakaś intuicja czy myśl. Niekiedy nie kojarzymy jej nawet z danymi rekolekcjami – ale Bóg kojarzy. To, co zostało włączone w modlitwę, pozostanie na wieki w sercu samego Boga. Każda medytacja, każda liturgia, każde wypowiedziane, rozważone słowo zostaje – to nie przemija. Jest naszym skarbem, staje się zasobem, z którego będziemy korzystali w dalszych dniach, godzinach i latach naszego życia.

Za temat rekolekcji obrałem pierwsze słowa z encykliki papieża Franciszka *Laudato si'*. Nasza duchowość chrześcijańska, a tym samym kapłańska, opiera się na dwóch źródłach: na Piśmie Świętym i na Tradycji. Jednym

WSTĘP DO REKOLEKCJI

z kryteriów dobrej duchowości (a przecież często musimy ją rozeznawać u siostr zakonnych, księży lub świeckich i określić, czy jest zdrowa, czy zaburzona) jest to, czy jej źródłem są Pismo Święte i Tradycja. Nie ma albo-albo. A zatem na początku warto zapytać, czy dany człowiek żyje i Pismem, i Tradycją.

Dane mi było spędzić okres licealny i seminaryjny u boku sł. B. ks. Franciszka Blachnickiego, na którego beatyfikację z niecierpliwością czekamy. Nauczyłem się od niego, że gdy pojawia się jakiś dokument Kościoła, to trzeba się z nim zapoznać. Tak postępował założyciel Oazy – czytał encykliki, zgłębiając w ten sposób papieskie wypowiedzi, a z ich lektury rodziła się zwykle jakaś inicjatywa, na przykład Krucjata Wyzwolenia Człowieka. Ksiądz Franciszek na każdy dokument odpowiadał działaniem. Słuchał tego, co Duch Święty przekazuje przez pasterzy, a potem dostrajał swoją apostolską działalność do papieskich intuicji. On naprawdę tak żył – w jego biografii znajdujemy konkretne odpowiedzi na każdy z dokumentów Kościoła. Dobrze to zapamiętałem. Do dziś, gdy ukazuje się jakaś encyklika, adhortacja albo inny ważny dokument Urzędu Nauczycielskiego, włączam je do swoich lektur duchowych. Często w kaplicy, po prostu na

BĄDŹ POCHWALONY, PANIE MÓJ

kolanach, czytam tekst, słuchając, co Bóg chce mi przez niego powiedzieć.

W ostatnich miesiącach Kościół żyje słowami encykliki *Laudato si'* papieża Franciszka⁴. Chcę, żeby była ona duchową mapą również naszych rekolekcji. Zachęcam do medytacyjnej, powolnej lektury tego tekstu, ocenionego pozytywnie nie tylko w świecie katolickim, ale także w protestanckim. Słyszałem wypowiedź jednego z pastorów, który mówił, że pod wieloma względami jest to dobry dokument, poruszający szczególnie głęboko teologię stworzenia. Podobne słowa uznania wyrażają osoby niewierzące. Zetknąłem się z wieloma przychylnymi opiniami ludzi, którzy wyznają światopogląd ateistyczny.

Chcę, żeby inspiracją dla naszych rozmyślań były pierwsze słowa papieskiego dokumentu, czyli „*Laudato si', o mi Signore*” – „Bądź pochwalony, Panie mój”. Zachęcam, aby myślą przewijającą się przez wszystkie te dni były słowa o chwaleniu. Chrześcijaństwo jest religią, w której chwalimy Boga. Słowami św. Franciszka z Asyżu – czyli *Laudato si'* – papież przypominał kwestie ekologiczne. Właściwie po raz

⁴ Ksiądz Grzywocz prowadził rekolekcje w listopadzie 2015 roku, omawiana encyklika ukazała się w maju tegoż roku, stąd określenie „w ostatnich miesiącach”.

WSTĘP DO REKOLEKCJI

pierwszy ukazał się dokument całkowicie poświęcony kwestii ekologii, ochronie natury, rozumieniu teologii stworzenia. Nie bez powodu akurat teraz, w tym momencie naszych dziejów, przypomina się nam, że wszystko jest po to, by człowiek chwalił Boga. By jego najbardziej podstawowym aktem wobec Stwórcy, wobec drugiego człowieka, wobec przyrody, ale też wobec siebie samego, była postawa zadziwienia i uwielbienia. Żyjemy bowiem w kulturze, która często jest w kontrapunkcie, a nawet wręcz w sprzeczności z taką postawą. Skupia się na tym, co gorszące, na skandalach... Wystarczy przejrzeć gazety i inne media. Mało jest owego *laudato*, dużo natomiast narzekania. Tu jakaś afera, tam coś się nie powiodło, ówdzie wypadek, katastrofa, wojna... Oczywiście, to są zdarzenia obecne w naszym świecie, ale mam wrażenie, że bywają przeakcentowane. Film, o którym wcześniej wspomniałem, pokazuje właśnie taką postawę – ciągłego smutku, wyschnięcia, braku zachwyty. Osoby, które żyją w ten sposób, są jak ptaki w gablotach: wypchane, bez życia.

Jakiś czas temu ukazało się polskie tłumaczenie książki Louisa Bouyera o Eucharystii⁵.

⁵ L. Bouyer, *Eucharystia. Teologia i duchowość modlitwy eucharystycznej*, tłum. L. Rutowska, Wydawnictwo Kerygma, Lublin 2015.

BĄDŹ POCHWALONY, PANIE MÓJ

Jest w niej piękny fragment na temat postawy chwaleńczej⁶. Bouyer wraca do kultury judaistycznej, pisząc o tej postawie w duchowości żydowskiej. Przypomina, że gdy prawdziwy Żyd się budził, gdy stawiał nogę na ziemi, już wówczas chwalił Boga za to, że jest ziemia, na której może się oprzeć. Pomyślmy: mogło przecież nie być tej ziemi – na czym bym wtedy stanął? Chwalę Cię zatem, Boże, za to, że jest ziemia, po której chodzę. Zapiał kogut, a Żyd mówił: „Dziękuję Ci, chwalę Cię, Boże, za koguta, bo dzięki niemu wiem, że zaczyna się dzień”. To metafizyczne, bardzo głębokie rozumienie rzeczywistości. Żyd chwalił Jahwe za to, że miał pożywienie, że słońce opromieniało jego twarz. Przywołana część dzieła francuskiego teologa poświęcona aktowi pochwały, jako głównemu wyrazowi duchowości judaistycznej i chrześcijańskiej, jest niezwykle poruszająca.

Święty Ignacy Loyola w *Fundamencie Ćwiczeń duchowych* napisał: „Człowiek po to jest stworzony, aby Boga, Pana naszego, chwalił, czcił i Jemu służył, a przez to zbawił duszę swoją” (CD, *Fundament*). Człowiek narodził się, by chwalić. W modlitwie często Boga o coś błagamy, czasem dziękujemy Mu i Go przepraszamy, ale przyznajmy: w naszej rozmowie z Bogiem

⁶ Tamże, s. 53–88 (rozdział IV: Żydowskie «berachot»).

WSTĘP DO REKOLEKCJI

najwięcej jest prośb. Rzadziej pojawia się modlitwa uwielbienia, która jest spontaniczną reakcją serca, słowami dziecka mówiącego: „Uwielbiam cię, tatusiu”. Ta modlitwa jest zachwytem, wynikającym z doświadczenia, a nie z intelektualnego przymusu. Zwróćmy uwagę, jak wiele w liturgii, Eucharystii czy brewiarzu, jest słów o uwielbieniu. Właściwie większość tych tekstów to są modlitwy uwielbienia. *Laudato si'*. Już pierwsze słowa, które rozpoczynają całodzienny cykl liturgii godzin, zachęcają do uwielbienia. Mówimy: „Panie, otwórz wargi moje, a usta moje będą głosić Twoją chwałę” – werset z Psalmu 51 – kreśląc znak krzyża na naszych ustach. Potem recytujemy bądź śpiewamy psalm wezwania – *invitatorium*, psalm wielbienia Boga. „Usta moje głosić będą Twoją chwałę” – to jest motto i program na cały dzień. Pragnienie i prośba, byśmy widzieli i głosili chwałę Pana. I uwielbiali Go.

Od tego pierwszego psalmu, *invitatorium*, przez hymny, psalmy (także w sensie liturgii Eucharystii) jesteśmy zapraszani do chwalenia naszego Pana. Jeżeli prawdą jest to, co pisał Romano Guardini w swoim dziele o duchu liturgii⁷, to początkiem najgłębszej warstwy naszego bytu,

⁷ R. Guardini, *O duchu liturgii*, tłum. M. Wolicki, Polskie Towarzystwo Teologiczne, Kraków 1996.

BĄDŹ POCHWALONY, PANIE MÓJ

naszej egzystencji jest duchowość liturgiczna; ona jest duchowością pochwały, uwielbienia Boga: i śpiew *Gloria* – „Chwała na wysokości Bogu”, i *Sanctus* – „Święty, Święty, Święty Pan Bóg zastępów”, i *Te Deum* – „Ciebie, Boże, wielbimy”. Rozpoczynamy dzień od jutrzni, pojawia się *Benedictus* (Łk 1,68–79), przepiękna pieśń uwielbienia Boga przez człowieka. Kończymy w nieszpórach pieśnią Maryi, *Magnificat*, w którym Matka Najświętsza mówi: „Wielbi dusza moja Pana i raduje się duch mój w Bogu, moim Zbawcy” (Łk 1,46–47). Obie pieśni jak dłonie oplatają każdy nasz dzień.

Czasami, patrząc na nasze życie, możemy zobaczyć, ile w nim jest ducha pochwały. Zapytajmy siebie samych od czasu do czasu: na ile przenika mnie duch współczesnej kultury – podejście, w którym jest dużo narzekania, złorzeczenia, smutku, pretensji wobec tego świata? Przyjrzyjmy się temu, ale nie po to, by siebie poniżyć, by robić sobie niepotrzebne wyrzuty czy wzbudzać przygnębiające poczucie winy. Również nie po to, by krytykować świat w sposób niekonstruktywny, który nie wynika z postawy uwielbienia. Zróbmy to raczej w tym celu, by sobie uświadomić, że rekolekcje są także okazją do powrotu do owego ducha chwały, nasiąkania nim na nowo. W historii duchowości

WSTĘP DO REKOLEKCJI

odkrywamy, że duch pochwały jest czymś najbardziej pierwotnym w człowieku. Jeśli go brakuje, zaczynamy usychać – jak postaci z filmu *Gołąb przysiadł na gałęzi i rozmyśla o istnieniu*; wysuszone, smutne, apatyczne, bez życia. W tych ludziach nie ma już zapału, wigoru, wewnętrznego ognia, ponieważ zgasł w ich sercach duch uwielbienia.

Pierwszym aktem człowieka nie jest prośba ani przeproszenie, ale uwielbienie Boga. Człowiek narodził się po to, by chwalić. Warto wrócić do tej myśli wieczorem bądź o poranku. Zastanówmy się: gdybyśmy przeprowadzili badania i zrobili taką „statystykę”, to ile w naszym życiu, w życiu księży byłoby ducha pochwały, uwielbienia Boga, a ile innej postawy? Jak często mówię: „Jest pięknie, uwielbiam Cię, Boże! Dziękuję!”? Mam na myśli ducha swobodnego uwielbienia serca, a nie tylko intelektualnego, gdy śpiewam ponuro: „Chwała na wysokości Bogu, a na ziemi pokój ludziom dobrej woli”, ale tak naprawdę wewnątrz pozostaję oschły. Nie chodzi o uwielbienie, w którym nie ma pasji, a jest tylko przymus, ale o chwalenie Boga, które jest postawą płynącą z serca. Zadajmy sobie te pytania. Powiedzmy do siebie: „sprawdzam”.

Tematem rekolekcji będzie zatem uwielbienie, wysławianie Boga. Codziennie proponuję

BĄDŹ POCHWALONY, PANIE MÓJ

tekst z nim związany. W pierwszej kolejności będzie to Psalm 95, psalm wezwania, którym często modlimy się u początku dnia, psalm zapraszający do uwielbienia. Przy tej okazji chcę zachęcić, by podczas rekolekcji wracać do tekstów i myśli, którymi wielokrotnie się posługujemy. One chronią nas z jednej strony przed rutyną, a z drugiej – pokazują głębię słów w nich zawartych. Zwróćmy uwagę na to, jak wspaniałymi słowami się modlimy. Jak mądra jest liturgia, jak mądry jest brewiarz, jak mądra jest Eucharystia. Joseph Ratzinger w swojej „małej” dogmatyce pisał, że to, co najbardziej teologiczne, dotyka najgłębszych warstw naszej egzystencji⁸, najbardziej pierwotnych warstw naszej osobowości. W przeciwnym razie nie jest teologią chrześcijańską, nie jest dogmatyką chrześcijańską. Podobnie jest z postawą uwielbienia. Prośmy Boga, abyśmy w tych rekolekcjach odkryli w sobie na nowo płomień uwielbienia, tę najgłębszą i teologicznie, i antropologicznie postawę człowieka, który został stworzony po to, by chwalić. I żyje pełnią życia wtedy, kiedy chwali. To jest jedno z kryteriów dobrej egzystencji i pięknej duchowości.

⁸ J. Ratzinger, *Wprowadzenie w chrześcijaństwo*, tłum. Z. Włodkowa, Wydawnictwo Znak, Kraków 1996, s. 32.

WSTĘP DO REKOLEKCJI

To jest owe *Magnificat*, które śpiewamy wieczorem z Maryją. Ona codziennie, gdy słońce chyli się ku zachodowi, śpiewa pieśń uwielbienia. Bez względu na to, co się dzieje w świecie, niezależnie od tragedii, które przecież widzi. Jest nimi poruszona i nam współczuje, ale mimo wszystko duch uwielbienia jest większy, najbardziej pierwotny. Możemy naśladować Maryję w jej postawie uwielbienia Boga.

To, co będę mówił w tych konferencjach, przypomina poniekąd szwedzki stół. Nie należy jeść wszystkiego, co się na nim znajduje. Każdy bowiem może podejść do stołu i wybrać „potrawę”, która mu smakuje – to, na co ma ochotę, czego w tej chwili potrzebuje. Można wybrać jedno zdanie, jedną myśl z całej konferencji. Nie ulegajmy, proszę, „bulimii intelektualnej”. Jest takie niebezpieczeństwo bulimii („anoreksji intelektualnej” niestety też), że przyjmujemy za dużo treści naraz. Tu jakaś książka, tam publikacja – i pojawia się przesyty. Podobnie jak z pożywieniem: gdy za dużo zjemy, nasz układ pokarmowy nie jest w stanie wszystkiego od razu strawić i czujemy się wówczas ciężko oraz źle. Lepiej zatem podejść, wziąć sobie niewielki kawałek chleba, owoc czy warzywo. To wystarczy na jakiś czas. To pozwala ów pokarm powoli trawić, kosztować, smakować. Tak samo

BĄDŹ POCHWALONY, PANIE MÓJ

jest z rekolekcjami. Każdy z nas jest inny, ma inne potrzeby, inne doświadczenia. Są młodszy kapłani, są starsi, dlatego ten „stół” jest duży, aby każdy mógł znaleźć coś dla siebie. Korzystajcie z niego koniecznie w myśl zasady: im mniej, tym lepiej. Tę regułę przypomina papież Franciszek w swej encyklice (zob. LS 222). Tak jak w Eucharystii – dobrze, kontemplacyjnie przyjęta mała Hostia, przenika i przemienia całe nasze życie. Mało, powoli, z uważnością – tak smakuje się dobry pokarm. Nawet jeśli to jest jedna myśl na całe rekolekcje. Można pozostać przy jednym zdaniu, przy jednym słowie psalmu, przy jednym passusie z Ewangelii.

Podsumowując – w czasie poszczególnych medytacji będziemy rozważali Psalm 95, potem kantyk trzech młodzieńców, który często odmawiamy w jutrzni niedzieli, u początku nowego tygodnia – dlatego wybrałem ten tekst. Pieśń uwielbienia trzech mężczyzn w piecu ognistym. Ich sytuacja nie jest zbyt korzystna, są w piecu ognistym, a mimo to śpiewają pieśń uwielbienia razem z całym stworzeniem. To bardzo głęboko wiąże się z encykliką *Laudato si'* – tak ekologiczną. Nawiążemy także do słów Ewangelii, w których Chrystus mówi: „Wysławiam Cię, wielbię Cię, Panie nieba i ziemi, że te rzeczy zakryłeś przed mądrymi,

WSTĘP DO REKOLEKCJI

roztroprnymi, a objawiłeś je ludziom prostym” (zob. Mt 11,25). Tylko ludzie o prostym, nie prostackim, ale właśnie prostym, jasnym, przejrzystym jak kryształ sercu potrafią usłyszeć, zobaczyć i chwalić Boga. Te trzy teksty, oprócz czytań z Eucharystii, wybrałem, by nam towarzyszyły. Życzę wszystkim głębokiego czasu rekolekcji, aby na nowo wzmocniła się w nas i rozпалиła postawa uwielbienia, której uczy encyklika *Laudato si'*. Abyśmy tym uwielbieniem przenikali i przemieniali wspólnoty ludzi, którym służymy. Tam, gdzie nie ma uwielbienia, tam życie zanika.

2.

Medytacja pierwsza

(Ps 95)

Przyjdźcie, radośnie śpiewajmy Panu,
wznośmy okrzyki ku chwale Opoki naszego
zbawienia.

Stańmy przed obliczem Jego z uwielbieniem,
z weselem śpiewajmy Mu pieśni.

Bo Pan jest Bogiem wielkim,
wielkim Królem nad wszystkimi bogami.
W Jego rękę głębiny ziemi,
szczyty gór do Niego należą.

Jego własnością jest morze, które sam stworzył,
i ziemia, którą ulepiły Jego ręce.
Przyjdźcie, uwielbiajmy Go, padając na twarze,
klękniemy przed Panem, który nas stworzył,

Albowiem On jest naszym Bogiem,
a my ludem Jego pastwiska
i owcami w Jego rękę.
Obyście dzisiaj usłyszeli głos Jego:
„Niech nie twardnieją wasze serca jak w Meriba,
jak na pustyni w dniu Massa,

Gdzie Mnie kusili wasi ojcowie,
doświadczali Mnie, choć widzieli moje dzieła.

BĄDŹ POCHWALONY, PANIE MÓJ

Przez lat czterdzieści to pokolenie wstręt
we Mnie budziło
i powiedziałem: «Są ludem o sercu zbłąkanym
i moich dróg nie znają».

Przeto przysiągłem w gniewie,
że nie wejdą do mojej krainy spoczynku”.
Chwała Ojcu i Synowi,
i Duchowi Świętemu.
Jak była na początku, teraz i zawsze,
i na wieki wieków. Amen⁹.

Przywołana modlitwa dzieli się na dwie części. Pierwsza ma charakter podwójnego hymnu zachęcającego do włączenia się w najbardziej pierwotną postawę całego stworzenia („Stańmy przed obliczem Jego z uwielbieniem”). W drugiej psalmista pokazuje, co się dzieje, gdy brakuje uwielbienia i przestajemy słuchać głosu Boga („Niech nie twardnieją wasze serca jak w Meriba, jak na pustyni w dniu Massa, gdzie Mnie kusili wasi ojcowie, doświadczali Mnie, choć widzieli moje dzieła”). Zdanie, które łączy obie części – hymniczną i proroczą – tego psalmu, przypomina nam, że jesteśmy ludem

⁹ Cyt. za: *Liturgia godzin*, t. I, Wydawnictwo Pallotinum, Poznań 2006, s. 568. Fragmenty tego psalmu cytowane są w książce właśnie w tłumaczeniu z brewiarza.

MEDYTACJA PIERWSZA (PS 95)

Boga, „Jego pastwiska”; że „On jest naszym pasterzem, a my jesteśmy owcami w Jego ręku”.

Przeczytajmy ten tekst jeszcze raz, powoli. Zobaczmy, które słowa są nam najbliższe, które najbardziej przyciągają naszą uwagę oraz uczucia, przy których chcielibyśmy pozostać dłużej... Spróbujmy zaobserwować, co nas bardziej porusza, co mniej, a może odpycha. W konferencji pierwszej poprowadzę medytację tego psalmu.

3.

Konferencja pierwsza

Źródłem zdrowej duchowości są, jak wspominałem, Tradycja i Pismo Święte. Potwierdzają to życiorysy świętych, którzy reagowali na słowa żywej Tradycji konkretnym działaniem, twórczymi inicjatywami. Niedługo po tym, gdy encyklika *Laudato si'* się ukazała, kupiłem ją i poszedłem spotkać się z pewnym starszym księdzem. Mieszkam w Opolu, blisko domu księży emerytów, i czasami odwiedzam prezbiterów, u których posługiwałem jako diakon czy wikary; zaglądam między innymi do mojego dawnego proboszcza. Tamtego dnia trzymałem w ręku tekst Franciszka. Wspomniany ksiądz wziął książkę w dłonie, otworzył ją, przejrzał i powiedział: „To prawda. Kiedy w kapłanie gaśnie duch uwielbienia – owe *laudato si'* – gdy ustaje duch zachwyty, oddania chwały, wtedy wszystko w nim gaśnie”. Słowa starszego, doświadczonego księdza bardzo mnie wówczas poruszyły: gdy w kapłanie stygnie duch uwielbienia, wtedy wszystko w nim umiera, a jego życie nie ma blasku.