

MACIEJ
BISKUP OP

SZTUKA
UWAŻNOŚCI

CZĘŚĆ I

UWAŻNOŚĆ STWARZANIA

A gdy Adam i Ewa usłyszeli głos Pana Boga, przechadzającego się po ogrodzie w dziennym powiewie, wtedy Adam i jego żona ukryli się przed obliczem Pana Boga pośród drzew ogrodu. Ale Pan Bóg zawołał do Adama i zapytał go: Gdzie jesteś? Odpowiedział: Usłyszałem twój głos w ogrodzie, przestraszyłem się, bo jestem nagi, i się schowałem. Wtedy On zapytał: Kto ci powiedział, że jesteś nagi? Czy jadłeś owoc z drzewa, z którego zakazałem ci jeść? Adam odpowiedział: Kobieta, którą mi dałeś, była ze mną, dała mi owoc z tego drzewa, a ja zjadłem. Wówczas Pan Bóg zwrócił się do kobiety: Dlaczego to zrobiłaś? Kobieta odpowiedziała: wąż mnie zwiódł i zjadłam.

(Rdz 3,8–13)

SZTUKA UWAGAŃNOŚCI

Przywołany fragment z Księgi Rodzaju opisuje moment po grzechu pierworodnym. Zwyczajowo nazywa się go „proto-Ewangelią”. I tak, jak Ewangelia, zaczyna się ona od swego rodzaju „proto-Zwiastowania”, w którym Bóg pragnie za pomocą dobrego słowa skomunikować się z Adamem: „Gdzie jesteś?”. Bóg, pomimo sytuacji kryzysowej, jaką wywołuje grzech, nie uznaje „cichych dni”, nie stosuje w stosunku do człowieka milczącego szantażu jako formy karania.

W sytuacji grzechu, jakiegoś rozbicia, wewnętrznego konfliktu tak naprawdę nie jesteśmy przy sobie. Dokładnie w takim położeniu znaleźli się po grzechu Adam z Ewą. Oni nie są przy sobie. Nie są przy sobie samych, nie są we wzajemności, nie ma ich również przy Bogu. Można powiedzieć, że nie są do końca przy swoim życiu. Wskutek odejścia od Boga pozbawili się sztuki uważności. A jej utrata wiąże się z zanikiem zdolności dotarcia do sensu swojej egzystencji. W historii pierwszych rodziców cofnąłbym się do momentu stworzenia. Akt stwarzania świata związany jest z takim rodzajem uważności Boga,

UWAŻNOŚĆ STWARZANIA

który daje życie. Uważność Boga jest tym rodzajem aktywności, która wydobywa stworzenie z nicości. Bóg, który stworzył świat przez swoje Słowo, nie jest technokratą, który chłodno realizuje jakiś własny pomysł, a po akcie stworzenia traci uważne zainteresowanie swoim stworzeniem. Boża uważność nieustannie skierowana z miłością na swoje stworzenie jest formą nie tylko jego kreacji, ale i podtrzymywania.

Gdy sięgamy do opisu dzieła stworzenia z Księgi Rodzaju, czytamy, że gdy „Bóg stworzył niebo i ziemię”, to „ziemia była bezładna i pusta”. I wówczas Bóg stworzył światło: „Niech się stanie światłość”. Pan Bóg chce, żeby dzieło stworzenia dokonało się w pełni światła, w doskonałej uważności. Można to porównać do pierwszego aktu sztuki teatralnej, przed którym kurtyna idzie do góry i scena zostaje rozświetlona, aby ten najpiękniejszy akt stworzenia świata nie uszedł niczyjej uwadze.

Pan Bóg pragnie, aby Jego dzieła były widoczne. Stąd, w swym twórczym akcie, najważniejszego

SZTUKA UWAGAŃNOŚCI

widza, jakim jest człowiek stworzony na Jego obraz, wyposażył w szczególną uważność, która pozwala widzieć świat jako sensowny i stworzony z miłości. W tej Bożej uważności dostrzegamy trzy rodzaje percepcji świata, które są odwrotnością postawy po grzechu pierworodnym – postawy negatywnej: „nie słyszę, nie widzę i nie mówię”. Brak uważności jest niczym jakiś „przedsionek piekła”, w którym nie ma nikogo naprzeciwko i nasze spojrzenia nie krzyżują się z innymi. Tymczasem Bóg nieustannie ogarnia miłującym i afirmującym spojrzeniem swoje stworzenie. Jest w kontakcie ze swoim stworzeniem. Jest doskonale z nim skomunikowany: „I Bóg wiedział, że wszystko, co stworzył, było bardzo dobre”. Pamiętamy z opisu biblijnego, że po każdym etapie stworzenia – co podkreśla autor Księgi Rodzaju – Bóg widział, że to, co stworzył, było dobre. „Widział”, wyrażone w języku hebrajskim za pomocą słowa wajar, oznacza dogłębne poznanie. Nikt tak, jak Bóg nie widzi w całej pełni. Tylko On nigdy nie traci poczucia sensu swojego stworzenia, pomimo jego zranionej po grzechu kondycji. Bóg nigdy nie traci wiary w swoje

UWAŻNOŚĆ STWARZANIA

stworzenie, nie gubi nadziei w stosunku do niego. Przytoczę w tym miejscu tekst śp. księdza Krzysztofa Grzywocza, który w swoich książkach, konferencjach i kazaniach bardzo dużo miejsca poświęcał sztuce uważności. Mówił o niej zawsze w taki sposób, aby postrzegać ją w sposób zharmonizowany i kompatybilny, jako uważność uzyskaną drogą na ludzkiej mądrości egzystencjalnej, wiedzy psychologicznej i terapeutycznej oraz przez poznanie biblijne i duchowe. Tylko tak postrzegana i zdobyta sztuka uważności daje wgląd w sens, jako coś najbardziej pierwotnego. Stąd, ksiądz Grzywocz, pisząc o sensie, nawiązuje do Prologu św. Jana:

Sens jest czymś najbardziej pierwotnym – był na początku. A wszystko, co wypływa z tego początku, jest sensowne, ponieważ przynależy do Boga. Najpełniej i najpiękniej opisuje to Jan Ewangelista: *Na początku było Słowo*. Greckie *logos* – „słowo” – można tłumaczyć także jako „sens”. Można więc powiedzieć, że na początku był Sens – Sens był u Boga i Bogiem był Sens... Był i nie przestał być, pomimo całego zła człowieka i świata. Sens „rozbił namiot” i zamieszkał wśród nas. SENS JEST SPOZA CZŁOWIEKA, ALE PRZYCHODZI DO NIEGO. Jest takie

SZTUKA UWAŻNOŚCI

niezwykłe zdanie Edyty Stein: *Jestem pusta, ale otwarta*. Myślę, że można interpretować je w taki oto sposób: chociaż odczuwam pustkę, dojmujący brak sensu, to jednak nie zamykam się w tym doświadczeniu. A moje otwarcie może wreszcie sprawić, że również w tym braku sensu zobaczę w końcu sens. (...) Bezsens zamyka. Sens otwiera – dzięki temu mam szansę go spotkać, znaleźć albo zostać przezeń znalezionym. Sens przychodzi czasem w sposób niezauważalny, bardzo dyskretny i delikatny. Bywa, że przychodzi, zanim postawimy pytanie, gdzie jest. Inna rzecz, czy potrafimy go dostrzec. (...) Trzeba być zakorzenionym w doświadczeniu sensu. Trzeba mieć samemu swoje mosty do sensu, żeby móc o nim zaświadczyć. Nie jestem producentem sensu i nie posiadam go na własność, jeśli jednak zakorzeniony jestem w sensie, czy choćby otwarty na sens, to on sam promieniuje, inni poczują jego obecność⁵.

Dotarcie do własnego sensu jest dla człowieka najintensywniejszym rodzajem uważności. Potrzebujemy sensu, aby być przy sobie w sposób szczęśliwy i spełniony. On jest na początku, bo musimy odkryć sens, który był na początku. Bóg jest przy nas od początku. Był, jest i będzie zawsze z największą uważnością, która nie traci z oczu sensu. Bóg nasze istnienie zawsze widzi jako sensowne. Nie tylko poznał nas w znaczeniu intelektualnym,

UWAŻNOŚĆ STWARZANIA

ale zna nas dogłębnie w każdym wymiarze. Od początku towarzyszy swojemu stworzeniu jako najbardziej rozumiejący i odczuwający narrator. Bóg naprawdę jest obecny – „JESTEM, KTÓRY JESTEM” – przy swoim stworzeniu i z nim. Nie okazuje wobec niego jakiegokolwiek formy obojętności czy zdystansowania. Nie jest technokratą. Imię Boga mówi o Jego doskonałej obecności, która daje gwarancję uważności. Bóg nie może przeoczyć swojego stworzenia. Nie może się z nim rozminąć, nie zauważyć go. To właśnie słowo *wajar* (widzieć) wskazuje na pierwszy element tej Bożej uważności, jest ono znakiem, że Bóg patrzy na swoje stworzenie, a nie stwarza je i zostawia. To widzenie i kontemplowanie stworzenia są ciągiem dalszym aktu stwarzania. Gdyby Bóg przestał patrzeć na swoje stworzenie, to ten akt momentalnie wszedłby w jakąś fazę destrukcji. Rabin Menachem Mendel Morgenstern z Kocka, komentując fragment z Księgi Wyjścia: „PAN rzekł do Mojżesza: «Wyjdź na górę i pozostań tam»” (Wj 24,12a), zauważył: „Skoro Bóg kazał Mojżeszowi wyjść na górę, to dlaczego powiedział też «pozostań tam»?

SZTUKA UWAGAŃNOŚCI

Gdzie indziej miałby być?”⁶. Rabin odpowiada, że Bóg nie tylko chciał, aby Mojżesz był na górze, lecz aby natężył uwagę, by był w pełni obecny. Przebywanie w obecności Boga, który nazywa siebie JA JESTEM, jest gwarantem naszego trwania. Arthur Greek, współczesny mistyk żydowski, pisze, że tetragram JHWH jest „zatrzymanym w ruchu czasownikiem” i oznacza Tego, który był, który jest i który będzie⁷.

I właśnie na tym polega grzech pierworodny, że pierwsi rodzice utracili tę zdolność boskiej uważności widzenia (*wajar*). Czymś na wskroś piekielnym w doświadczeniu grzechu jest właśnie „niebycie” człowieka przy sobie, a więc i przy innych. Utrata pierwotnej uważności, której lekcja przecież się nie zakończyła. I gdy Adam z powodu grzechu (nicości) zaczyna się ukrywać, Bóg pyta z troską: „gdzie jesteś?” (Rdz 3,9). Jedną z konsekwencji naszej zranionej ludzkiej kondycji jest to, że mamy poważny problem z byciem „tu i teraz”. Wskutek grzechu pierworodnego częściej tylko bywamy. Trwanie w Bogu jest drogą do odzyskania

UWAŻNOŚĆ STWARZANIA

uważności jako zdolności do pełnej i trwałej obecności przy swoim życiu: „Przez wzgląd na Twoje imię nie opuszczaj nas na zawsze i nie zrywaj swego przymierza; Wybaw nas przez swoje cuda, Panie, i przywróć chwałę swojemu imieniu (...). Błogosławiony jesteś Panie, Boże naszych ojców, uwielbiony i wywyższony na wieki” (Dn 3,34.43.52).

Źródłem tego grzechu „nieobecności”, na który wskazuje Biblia, jest Szatan. On w Adamie i Ewie zasiał fałszywe myślenie, że Bóg nie jest na nich uważny, że nie są dla Niego ani ważni, ani wartościowi w Jego oczach. Zasiał w nich podejrzliwość, a taka postawa w swej istocie jest czymś skrytym, w przeciwieństwie do uważności – jasnej i transparentnej. Greckie słowo *diábolos* (διάβολος) pochodzi od słowa *dia-ballo* – „oskarżać (z wrogimi zamiarami), oczerniać i rozdzielać”. Szatan to właśnie „oskarżyciel, oszczerca”. Oczernia on Boga i ukazuje człowiekowi takie Jego wyobrażenie, według którego ma On jakiś tajemniczy i ukryty plan, a stworzenie jest dla niego tylko tłem. W oskarżycielskim obrazie szatana Bóg jest przedstawiony niczym jakiś

SZTUKA UWAGAŃ

technokrata, który pozbawiony jest mądrości i czulej uważności. Tymczasem to Szatan ogałaca pierwszych rodziców z uważności. Adam i Ewa widzą, że są nadzy. To znaczy, że stracili naturalną uwagę na ofiarowany im w momencie stworzenia sens, kontakt z tym, co konstytuowało ich powołanie. Na skutek kłamstwa zostali, odarci z sensu. Utraciwszy więc z Tym, który widzi dogłębnie, znaleźli się w sytuacji bezsensownej. Nie są przy sensie, więc nie mogą być przy sobie samych i przy sobie nawzajem. Uciekają przed sobą wzrokiem, ich spojrzenia się nie spotykają. To zaprzeczenie boskiego *wajar* – piekielna odwrotność nieba, gdzie zawsze ktoś jest naprzeciw. Nie patrzą na siebie, bo się siebie nawzajem wstydzą. Pozbawieni są uważnego spojrzenia, a ich „widzenie” stało się diabelskie, oskarżające i rozdzielające. Uważność buduje komunę. Jej brak niszczy więź. Pierwsi ludzie chowają się i tkwią w swoich kryjówkach, a rzeczywistość w dużej mierze zostaje przed nimi zakryta.

Często chowamy się do różnych wcześniej wypróbowanych kryjówek, gdyż odczuwamy lęk przed

UWAŻNOŚĆ STWARZANIA

uważnością. Obawiamy się, że uważność ujawni jakiś wewnętrzny konflikt, odsłoni ranę i ból. Konfrontacja z samymi sobą bardzo często nas przeraża. Wydaje się nam – to wmawia nam Zły – że to, co dostrzeżemy w sobie, będzie nie do zniesienia. Pojawia się pokusa ucieczki i niezdolność skomunikowania się ze sobą. Niezależnie od formy ucieczki – jest ona „dezercją” przed uważnością, czyli przed prawdą i wrażliwością.

Ten mechanizm ucieczki dostrzegamy w ewangelicznej opowieści o uczniach zmierzających po śmierci Chrystusa do Emaus. Idą w przeciwną stronę w stosunku do tej, do której prowadzi uważność. W pewnym sensie idą donikąd. Emaus to synonim ucieczki. Śmierć Chrystusa i jej konsekwencje są tak dramatyczne i tak bolesne, że zmierzają do „krainy nieodczuwania”. Nieodczuwanie jest jedną z form rezygnacji z uważności. Uczniowie nie odnajdują w sobie siły, by z uważnością skonfrontować się i przeżyć do końca to, co się stało w Jerozolimie, gdyż wydaje się to im zbyt bolesne. Nieraz może tak się zdarzyć w naszym

SZTUKA UWAGAŃ

życiu, że jakieś bolesne doświadczenie do tego stopnia jest trudne do zniesienia, że porzucamy własną wrażliwość na rzecz „krainy nieodczuwania”, byle tylko nie musieć się komunikować z własnym bólem, historią, jakimś wewnętrznym konfliktem. Węrówkę uczniów do Emaus nazwałem drogą donikąd, bo to podróż bezsensowna. Emaus to synonim iluzji. Przypomina mi się pewna fraza, powtarzana jak refren z greckiej tragedii, z kultowego dla mnie filmu – dramatu obyczajowego *Magnolia* (1999) z genialnymi rolami m.in. Julianne Moore, Philipa Seymoura Hoffmana, Toma Cruise’a: „jeśli my zapomnimy o historii, ona nie zapomni o nas”.

SPIS TREŚCI

Wstęp 5

Część I. Uważność stwarzania 13

Część II. Uważność w domu Zacheusza 45

Część III. Uważność przy studni Jakuba 79

Część IV. Uważność w Betanii 109

Przypisy 133

© Wydawnictwo WAM, 2023
© Maciej Biskup OP, 2023

Opieka redakcyjna: Joanna Pakuza
Redakcja: Klaudia Bień
Korekta: Katarzyna Onderka
Projekt okładki: Marcin Jakubionek
Skład: Dawid Adrjanczyk

ISBN 978-83-277-3658-1

Fragmenty Pisma Świętego w tłumaczeniu Biblii Ekumenicznej

Za zgodą Przełożonego Polskiej Prowincji Dominikanów,
Łukasza Wiśniewskiego OP, prowincjała,
Warszawa, 3 października 2023 r., Reg. Prow. 742/23

Wydawnictwo i autor dołożyli starań, by dotrzeć do posiadaczy praw cytowanych utworów lirycznych. Pozostałe osoby prosimy o kontakt.

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 • fax 12 629 34 96
www.wydawnictwowam.pl

Druk: WYDAWNICZA • Kraków

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