

# Życie duchowe i modlitwa\*

## Rozdział jedenasty: O medytacji

M. Cécile Bruyère OSB



**P**od ogólnym określeniem medytacji rozumiemy wszelką formę modlitwy myślniej, w której dusza wznosi się do Boga w drodze refleksji i rozmyślania. Pomimo że medytacja zawiera w sobie zaledwie wstępne elementy modlitwy, jest jednak jednym z najlepszych sposobów wprowadzenia w życie duchowe.

We wspaniałej regule dobrego życia, jaką czytamy w Psalmie 118, znajduje się ciągle powracająca myśl: *Nisi quod lex tua meditatio mea est, tunc forte periissem in humilitate mea* [...]. *Mirabilia testimonia tua; ideo scrutata est ea anima mea* [...]. *Praevenierunt oculi mei ad te diluculo, ut meditarer eloquia tua*<sup>1</sup>. Pismo Święte obfituje w świadectwa na ten temat: pierwszy z psalmów mówi, że szczęście człowieka polega na rozważaniu prawa Bożego: *Beatus vir [...] in lege Domini voluntas ejus, et in lege ejus meditabitur die ac nocte [...] fructum suum dabit in tempore suo*<sup>2</sup>. Święty Paweł, gdy mówi swemu drogiemu Tymoteuszowi o otrzymanym sakramencie święceń, zaleca mu: *Haec meditare, in bis esto, ut profectus tuus manifestus sit omnibus*<sup>3</sup>. W końcu, aby podać jeszcze starsze źródło, o Izraelu, synu wolnej kobiety, jest napisane, że w przeddzień ślubu szedł przez pole, rozmyślając, nieopodal tajemniczej studni Żyjącego i Widzącego. Symbolizowało to wielki, a jednocześnie mało skuteczny wysiłek uzyskiwania łaski w czasach Starego Prawa. I rzeczywiście, tej studni daleko jest do kipiącej rzeki, która nawadnia Święte Miasto: *Deambulabat Isaac per viam quae ducit ad puteum, cuius nomen est Viventis et Videntis* [...] *et egressus fuerat ad meditandum in agro, inclinata jam die*<sup>4</sup>.

## ducho- wość

\* Kolejne rozdziały książki drukujemy w „Christianitas” od nr 45/46.

<sup>1</sup> Vlg: Ps 118, 92; 129; 148 [B. Tysiącl.: Ps 119: *Gdyby Twoje Prawo nie było moją rozkoszą, byłbym już zginął w mej nędzy* [...]. *Twoje napomnienia są przedziwne, dlatego przestrzega ich moja dusza* [...]. *Moje oczy się budzą przed nocnymi strażami, aby rozważać Twą mowę* – przyp. tłum.].

<sup>2</sup> Ps 1, 2-3 [Szczęśliwy mąż [...] ma upodobanie w Prawie Pana, nad Jego Prawem rozmyśla dniem i nocą [...], wydaje owoc w swoim czasie].

<sup>3</sup> 1 Tm, 4, 15 [W tych rzeczach się ćwicz, cały im się oddaj, aby twój postęp widoczny był dla wszystkich].

<sup>4</sup> Rdz 24, 62-63 [A Izaak [...] wracał od studni Lachaj-Roj; wyszedł bowiem pogrążony w smutku na pole przed wieczorem].

<sup>5</sup> Vlg: Ps 38, 4 [B. Tysiącl.: Ps 39, 4: *Serce w mym wnętrzu rozgorzało; gdy rozważałem, zapłonął w nim ogień*].

Refleksja jest czymś, co wynika z naszej natury. Namysł, który jest naturalną medytacją, jest niezbędny, aby móc podjąć jakiegokolwiek działanie, zebrać swe myśli, zgłębić je lub uporządkować. Medytacja jest także środkiem do pobudzenia uczuć i Dawid słusznie tu zauważa: *Concaluit cor meum intra me, et in meditatione mea exardescet ignis*<sup>5</sup>. Jeśli więc nasze myśli w ten sposób zyskują wyraz i spójność w samym tylko porządku naturalnym, dlaczego człowiek nie miałby użyć refleksji do poznania prawdy objawionej mu przez Boga i wyrzycia jej sobie głęboko w sercu? Jakiż mógłby być godniejszy przedmiot dla naszego myślenia niż święte Tajemnice? Jakiż mógłby być szlachetniejszy użytek z naszej inteligencji i naszej woli niż oglądanie i poznawanie Piękna i Dobra?

Lecz błędem byłoby sądzić, że wszystkie dusze, bez żadnego wysiłku i pracy, odwrócą swe myśli od rzeczy błahych lub zdalają się oderwać od natłoku spraw zewnętrznych. Jednym z najgłębszych śladów grzechu pierworodnego jest owa niezdolność naszego umysłu, który zbuntował się przeciw światłu i zamiast niego wybrał ciemności. Jeśli wola stanowczo nie zatrzyma rozproszonych umysłu i nie skieruje go trwale na sprawy Boże, istnieje poważna obawa, czy życie duchowe w ogóle zapuści w nas swoje korzenie.

Medytacja – jak mówił nam Dom Guéranger – ma dwa cele: przypomnieć naszemu umysłowi dobrze znane, lecz zapomniane prawdy; wydobyć je z ciszy i ciemności, w których drzemią, i w ten sposób pobudzić ich działanie, które jest możliwe tylko dzięki refleksji i przypominaniu. Medytacja polega więc na rozważaniu, na rozpamiętywaniu nadnaturalnej prawdy, której kształt się w nas zatarł i która nie kieruje już naszym życiem tak, że jest jej posłuszne. Dopóki dusza nie przyswoi sobie nadprzyrodzonych prawd, a nawet dopóki czuje, że ich siła zaciera się i zanika, medytacja będzie wymagała zastosowania. Jeśli coś dostrzegamy, to tylko dlatego, że na to patrzymy. Zatem tylko przez medytację dusza może poznać prawdę lub odkryć ją na nowo.

Doświadczenie pokazuje, że w zwykłym działaniu umysłu uporządkowana i konsekwentna refleksja przywraca nam zapomniane rzeczy. Także i w przypadku rozważania prawd nadprzyrodzonych medytacja może nam te prawdy przywrócić, nawet po długim czasie ich porzucenia i zapomnienia.

W taki właśnie sposób medytację pojmowali nasi Ojcowie: *Modlitwa – powiada św. Ambroży – jest zwykłym pokarmem, jaki powinniśmy dawać naszej duszy. Pokarm ten, przeżywany w ciągłej medytacji, odżywia bowiem duszę i podtrzymuje ją przy życiu, tak jak niegdyś manna z nieba odżywiała ciało*<sup>6</sup>. Również i św. Augustyn, rozwijając nauczanie psalmów, kładzie nacisk na medytację: *Napominam was, bracia, aby prawdy, podane do żołądka waszej pamięci, odżywiały wasz umysł przez częste i regularne rozmyślanie*<sup>7</sup>. Po czym święty Doktor przytacza przykład Dawida: *Prorok rozważa w swym sercu. Lecz co robi? Rozmawia ze swym umysłem, rozmawia z duszą, to znaczy zapytuje siebie, ocenia [...], drąży, odczuwa radość, rozważając miłosierdzie Boga i wspominając Jego dzieła*<sup>8</sup>.

Wydaje nam się zbędne przytaczanie dalszych przykładów. Należy jednak przypomnieć nauczanie Kasjana, gdyż streszcza ono całą tradycję największych kontemplatyków – ludzi, którzy niegdyś prowadzili szkoły świętości i doskonałości. Oto co mówili nasi Mistrzowie: *Otóż naszym zdaniem, chcąc w jakiejś sztuce lub nauce dojść do doskonałości, trzeba rozpocząć od łatwych podstaw i nauczyć się najprzód przystępniejszych i najprostszych początków [...]. Jakże bowiem chłopiec odczyta proste połączenia zgłosek, póki się nie nauczył dokładnie znaków, z których się składają? Jakże może myśleć o biegłości w czytaniu, póki jeszcze nie jest w stanie połączyć kilku króciutkich zgłosek w jedno słowo? Jakim sposobem nareszcie dojdzie do krasomówstwa w retoryce lub do wiedzy filozoficznej, kto jeszcze nie uporał się dostatecznie z gramatyką? Dlatego nie wątpię, że także ta najwznioślejsza umiejętność, ucząca nas trwałego zjednoczenia się z Bogiem, posiada pewne podstawy, które trzeba najprzód jak najsilniej utrwalić, aby dopiero na nich wznieść niebotyczną budowlę doskonałości [...]. Dlatego racz nam wskazać jakiś przedmiot pamięciowy, który by nam umożliwił zwracać myśli do Boga i przy Nim trwać nieustannie. Potrzeba nam jakiejś rzeczy, którą byśmy zawsze mieli przed oczyma, trzymając ją na pogotowiu, abyśmy natychmiast, gdy się opamiętamy, spostrzegłszy jakieś rozproszenie, mogli do niej powracać i nawiązywać do niej rozmyślanie bez długiego błąkania się po manowcach i bez trudnego szukania*<sup>9</sup>.

Jeden ze świętych samotników, do którego zwracał się Kasjan, abba Izaak, dał mu wówczas doskonałą lekcję medytacji nad

<sup>6</sup> *De Cain et Abel*, ks. II, rozdz. VI.

<sup>7</sup> *In Psalm CXXI*.

<sup>8</sup> *In Psalm LXXVI*.

<sup>9</sup> Jan Kasjan, *Rozmowy*, 10, 8 [w: *Pisma Ojców Kościoła*, t. VI, *Rozmów dwadzieścia i cztery*, przekł. L. Wrzoł, Poznań 1928; pisownia uwspółcześniona – przyp. tłum.].

wersetem *Deus, in adiutorium meum intende*, pokazując, że za pomocą jednego wersetu psalmu dusza może skoncentrować się na Bogu i w ten sposób uniknąć ruchliwości i niestałości, którą owi czcigodni mężowie uważali za bardzo niebezpieczną dla życia duchowego. Zacytujmy jeszcze jednego z nich, który celnie kreśli obraz rozproszeń wyobraźni podczas modlitwy: *Zaledwie bowiem umysł nasz pochwycił początek jakiegoś Psalmu, już niepostrzeżenie pierwsza myśl zanika i staczamy się bezwiednie ku własnemu zdumieniu do tekstu innej jakiejś części Pisma, o którym zaczynamy nowe rozmyślanie. Lecz zanim zdołaliśmy je ukończyć, nasuwa się nam pod pamięć inne miejsce i przerywa rozmyślanie o poprzednim. A i z tego przedmiotu przenosi się myśl na coraz nowy, i tak toczy się duch z Psalmu do Psalmu, z Ewangelii do Dziejów Apostolskich, stąd przeskakuje do słów Prorockich i ucieka dalej do jakichś historycznych opowiadań duchownych: niestały i zmienny, błąka się po wszystkich księgach Pisma, niczego nie umiędąc własnemu ani odrzucić, ani zatrzymać, ani zupełnie przemyśleć, ani zbadać do końca; dotknąć mu się tylko udaje myśli duchownych i lekko skosztować, nigdy zaś nie rodzi ich i naprawdę nie posiada. I tak umysł, zmienny i zawsze obłądny, nawet w czasie wspólnego nabożeństwa, chwieje się na wszystkie strony niby pijany, nie wykonując żadnego obowiązku należycie. Podczas modlitwy np. tuła się gdzieś po Psalmach lub jakichś czytaniach; podczas śpiewu rozmyśla nad czymś innym zamiast o treści Psalmu; podczas czytania myśli o jutrzejszych czynnościach lub przypomina sobie jakieś wczorajsze zdarzenie. I w ten sposób niczego nie przyjmuje ani nie opuszcza w należytym czasie i porządku, lecz zdaje się być igraszką przypadkowych poruszeń, nie mając władzy, by zatrzymać i wytrwać w tym, co mu sprawia przyjemność<sup>10</sup>.*

<sup>10</sup> Tamże, 10, 13.

Opis ten dobrze odpowiada trudnościom, jakie znamy, niezależnie od upływu wieków. A oto co, po części, odpowiada abba Izaak: *Trzy są rzeczy, które się przyczyniają do ustalenia duszy obłądnej: czuwanie, rozmyślanie i modlitwa. Do nich użycie pilności i wytrwałości, a one dadzą duszy siłę i stałość. Ale próżne będą wszystkie te wysiłki, póki nie pozbedziemy się wszystkich bez wyjątku trosk i kłopotów życia doczesnego za pomocą ciągłej i niezmordowanej pracy<sup>11</sup>.* Z fragmentów tych dowiadujemy się, że dla Ojców modlitwa była czymś różnym od medytacji i że medytacja miała według nich

<sup>11</sup> Tamże, 10, 14.

dotyczyć nie wielorakich myśli, ale przeciwnie, tylko jednej, na której miała być skupiona cała nasza uwaga. Każdy bowiem wie, że poznanie jest o wiele lepsze, gdy rozum upraszcza i jednoczy myśli w jedno, niż gdy trwoni swe siły, zajmując się natłokiem myśli, które traktuje tylko powierzchownie.

Ojcowie proponowali tę metodę szczególnie początkującym, co widzimy na przykładzie rady, jaką święty abba Pafnucy dał gorliwie pokutującej Taidzie: *Tantummodo sedens contra Orientem respice, hunc sermonem solum frequenter iterans: Qui plasmasti me, miserere mei.* – *Usiadłszy, patrz ku Wschodowi i powtarzaj często tylko te słowa: Ty, który mnie ukształtowałeś, miej litość nade mną*<sup>12</sup>. Po trzech latach odmawiania tej jedynej, krótkiej i bardzo czystej modlitwy Bóg uczynił cud całkowitego oczyszczenia świątobliwej penitentki, której wizerunek zdobił później nawet strój dziewicy.

<sup>12</sup> Vita S. Thaidis, rozdz. II.

Przykłady te pokazują zatem, że medytacja – mimo iż jest mową naszego umysłu, zbiorem rozważań, mających na celu wyrzycie w naszym sercu prawdy, by wypełnić je miłością – nie jest jedynie pracą samego umysłu, jaką jest pisanie kazania lub teologicznej rozprawy. Tak pojmowana medytacja mijałaby się z celem i służyła raczej karmieniu własnej próżności niż rodzeniu miłości. Człowiek przeglądałby się swym wzniosłym myśłom, zatrzymywał na własnej inteligencji, co, ze wszystkich iluzji, jest czymś najbardziej niebezpiecznym. Duch modlitwy może bowiem rodzić się tylko z pokory, która jest czystością duszy, podobnie jak niewinność jest czystością ciała. Takiej czystej medytacji rzeczy Bożych nie zna demon, a często i wielkie umysły, lecz samo jej istnienie uderza w jego pychę: *In multitudine negotiations tuae repleta sunt interiora tua iniquitate et peccasti; et eieci te de mente Dei*<sup>13</sup>.

Rozważanie prawd Bożych jest więc skutecznym sposobem usunięcia rozproszeń naszego umysłu. Toteż celem każdej prawdziwej medytacji jest uchwycenie przez rozum światła, poddanie się jego promieniowaniu. A ponieważ nie ma światła bez ciepła, całkowite poddanie się światłu prawdy rozpali także i nasze serce.

Wspominaliśmy wcześniej, jak bardzo nasi Ojcowie zalecali ograniczanie liczby myśli podczas medytacji. Pokazuje to, że prawdziwa medytacja nie jest owocem ciekawości, lecz pokornym przyłgnięciem do najprostszycch prawd. Prawdy te bowiem nie są czymś, co karmi wykwintne i próżne dociekania, lecz tym, co

<sup>13</sup> Ez 28, 16 [Pod wpływem rozkwitu twego handlu wewnątrz twoje napelniło się uciskiem i zgrzeszyłeś, wobec czego zrzuciłem cię z góry Bożej].

podnosi duszę bliżej Boga. Przypomina się tu lekcja doskonałości, której Pan udzielił św. Katarzynie ze Sieny: *Wiedz, córko, że Ja jestem tym, który jest, a ty jesteś tą, która nie jest.*

Lecz z tego, co powiedzieliśmy wyżej, wynika, że medytację jako taką używa się tylko do chwili, gdy dusza dojdzie do stabilnego i niezachwianego przekonania co do prawd nadprzyrodzonych. Nie należy zapominać, że celem medytacji jest wypełnienie luki w naszej duszy, przewyciężenie naturalnej nieuwagi i że jest bardzo ważne, aby medytacja miała zastosowanie tam, gdzie to niezbędne. Dziecinnym byłoby przy niej obstawać, gdyby rozproszenie duszy ustąpiło.

Medytacja jest konieczna, dopóki dusza nie nasyciła się jeszcze prawdami wiary, nie jest już natomiast potrzebna – przynajmniej nie w sposób ciągły – gdy dar pobożności działa już w duszy na tyle, że może ona z łatwością kosztować świętych spraw, i gdy ma je stale na uwadze. Gdyby dusza, która osiągnęła ten poziom, chciała nadal oddawać się medytacji, może utracić rzeczywistego ducha modlitwy myślniej, który nie polega na rozważaniu, ale na miłowaniu. Nierozumnie postępowałby ten, kto, chcąc uzyskać światło, nie przerywał pocierania krzesiwa, gdy zapaliła się już iskra, przez co mógłby ją nawet zgasić. Należy pocierać kamień, dopóki nie ma iskry, ale zbędne jest dalsze krzesanie, gdy ta już się pojawiła.

Dlatego powtarzamy: celem medytacji jest zawsze rozpalenie serca, a gdy serce zaczęło już płonąć – nawet gdy umysł nie rozważył jeszcze do końca prawdy Bożej – należy pozostawać w tym uniesieniu, które jest prawdziwą modlitwą myślną i celem medytacji. Niemądre jest szukanie tego, co się znalazło, i podążanie za tym, co się osiągnęło.

Lecz jest jeszcze coś, co znamy z doświadczenia. Są tacy, którzy bez swej zasługi otrzymują łaskę modlitwy myślniej z pominięciem medytacji, ale są i tacy, którzy z natury są niezdolni do tego ćwiczenia. Mają niemal całkowitą niemożność skupienia umysłu na jakimkolwiek przedmiocie: przeszkadza im żywa wyobraźnia, ruchliwość lub płoche myśli. Na próżno przymuszają się do rozmyślenia, a jeśli im się to udaje, to w drodze czysto ludzkiej pracy, wysiłku o charakterze filozoficznym. Jak więc mają postępować? Święta Teresa, która nie posiadała zdolności medytacji,

daje znakomite rady, które przytaczamy dalej. Lecz najważniejsze jest to, aby się nie zniechęcać, nie sądzić, że skoro nie umie się medytować, to jest się także niezdolnym do modlitwy myślniej. Istnieje bowiem wiele innych sposobów kierowania duszy na święte sprawy i rozpalania w niej miłości. I tak można się ćwiczyć w cnotach, których najbardziej potrzebujemy, modlić się do Boga za Kościół, za bliźnich, za siebie, recytować modlitwę ustną, skupiając się na jej treści, itp.

Wiele osób zastanawia się, jakie tematy wybierać do medytacji. Kwestia ta rzeczywiście nie jest bez znaczenia, szczególnie dla tych, którzy dopiero wchodzą w życie duchowe. Zdarza się bowiem, że gdy się nie ustali tematu, umysł przechodzi od jednej myśli do drugiej, medytujący traci czas i opanowuje go duch fantazji, który odbiera mu wszelkie panowanie nad sobą. Mistrzowie życia duchowego często radzili, żeby wieczorem wyznaczyć sobie temat na jutro. To znakomita praktyka, szczególnie dla tych, którzy nie mają wprawy w osiągnięciu skupienia i stawaniu w obecności Boga.

Poza tą ogólną wskazówką, wydaje nam się jednak prawie niemożliwe podanie reguły co do wyboru tematu do rozważania. Każda dusza ma bowiem swoje predyspozycje i potrzeby, a te nie zawsze są takie same w jej życiu. Inaczej się modlimy w radości i w smutku, w ożywieniu i w zmęczeniu, w pocieszeniu i w próbie. Ktoś bez trudu potrafi skupić umysł i rozważać Tajemnice, ktoś inny – tylko zatrzymać się na świętym obrazie, wyobrazić sobie miejsce, scenę, a więc, w pewnym sensie, pozostać na jedynie zewnętrznej, zmysłowej części Tajemnic. Jednemu do medytacji wystarczy kilka linijek, inny potrzebuje o wiele więcej. Niektóre dusze mają pociąg do określonej Tajemnicy – i nie należy tego uważać za złe – inne natomiast mają potrzebę postępowania zgodnie z cyklem liturgicznym i trzymania się, nawet w prywatnych modlitwach, ustalonego porządku tematów. Co do tematyki nie ma więc generalnego prawidła, które należałoby przyjąć. Dana osoba powinna się kierować zaleceniami tych, którzy są powołani do kierownictwa, i im przedstawiać swoje preferencje.

Nie ma potrzeby zmieniania tematów swojej modlitwy myślniej. Zauważyliśmy nawet, że Ojcowie byli zdania, iż jeden werset psalmu może karmić duszę przez kilka lat. Istnieje także bardzo prosty i skuteczny sposób, który zaleca św. Teresa: *Że modlitwę*

należy poprzedzić roztrząśnięciem sumienia, odmówieniem aktu skruchy i znakiem krzyża świętego, tego wam, jako rzeczy wiadomej, mówić nie potrzebuję. Zaraz po tym wstępie, ponieważ jesteś sama, postaraj się, córko, o towarzystwo. A jakież mogłabyś znaleźć lepsze, nad towarzystwo samego Mistrza? [...] Nie żądam od was wielkich o Nim rozmyślań ani natężonej pracy rozumu, ani zdobywania się na piękne, wysokie myśli i uczucia – żądam tylko, byście na Niego patrzyły. A któż wam może tego zabronić? Co wam może przeszkodzić, byście, gdy nie zdołacie uczynić nic więcej, nie miały zwrócić na Niego, choćby chwilowo, oczu duszy waszej?<sup>14</sup>

<sup>14</sup> *Chemin de la perfection*, XXVII [26, 1; 3, w: *Droga doskonałości*, Wydawnictwo Karmelitów Bosych, Kraków 1997].

<sup>15</sup> Tamże, XXII [tamże, 21, 4].

Jako sposób skupienia Matka Seraficka radzi nawet, by mieć przed oczami wizerunek Naszego Pana, dozwala czytanie fragmentu w języku narodowym, aby ułatwić duszy zebranie myśli. Ponadto też zauważa: *Co do mnie, słowa Ewangelii zawsze mocniej mnie do siebie pociągały niż wszelkie książki najznakomitszych autorów, zwłaszcza jeśli to byli autorowie nie z wszelką pewnością aprobowani, do takich bowiem nigdy nie miałam najmniejszej chęci*<sup>15</sup>. Pismo Święte bowiem zawsze niesie szczególną łaskę oczyszczania dusz, karmienia ich i wznoszenia ku Bogu.

Lecz – można by spytać – czyż nie zdarza się tak, że pomimo wszystkich zabiegów i wysiłków, jak już wejdziemy w modlitwę myślną, dusza pozostaje bez żadnych odczuć i myśli? Po co trwać na skupieniu, na którym traci się czas? Dusza chrześcijańska jest pułapką dla demona; wróg ludzi nade wszystko boi się naszej wierności w modlitwie i wszelkimi sposobami próbuje nas zniechęcić do pracy, w której najmniejszy sukces jest niezmiernym bogactwem. Nasza wytrwałość i pilność podczas medytacji, nawet w samym środku suszy, o której mówimy, zawsze będą dla nas lekcją pokory kobiety kananejskiej, którą pozornie odrzucił Jezus: *Etiam Domine, nam et catelli edunt de micis, quae cadunt de mensa dominorum suorum*. Kto jednak bez drżenia potrafi przeczytać odpowiedź Naszego Pana, który tak bardzo ją doświadczył: *O mulier, magna est fides tua; fiat tibi sicut vis*<sup>16</sup>?

<sup>16</sup> Mt 15, 27-28 [Tak, Panie, lecz i szczenięta jedzą z okuszyn, które spadają ze stołów ich panów; O, niewiasto, wielka jest twoja wiara; niech ci się stanie, jak chcesz!].

Czyż Król Nieba nie ma prawa zostawić swego sługi za drzwiami pałacu? A my, czy mamy zaraz opuszczać posterunek, który nam Król wyznaczył, aby oddalić się do zajęć, które uznamy za bardziej przyteczne? Żołnierz stojący u drzwi króla nie może ani czytać, ani mówić; musi przestrzegać twardej dyscypliny, która skazuje



go na bezruch i niejako czyni beużytecznym. Gdy ludzie wokół prowadzą swoje interesy lub oddają się przyjemnościom, on musi pełnić swą niewdzięczną rolę. Lecz, w gruncie rzeczy, sama jego obecność jest hołdem dla króla. Co by powiedziano, gdyby odmówił mu służby pod pretekstem, że ten go nie zaprosił? Pokorny wartownik Króla Nieba ma nadzieję, że pewnego dnia, nawet za swego życia, jego cierpliwość i wytrwałość wzruszą Mistrza i pozwolą mu wejść do Jego radości.

Niekiedy słyszymy także: „A co z tymi, którzy bardzo regularnie praktykują modlitwę myślną, ale w oczywisty sposób pozostają przywiązani do rzeczy ziemskich, nawet przez wiele lat dochowywania wierności?”. Taki przykład chce dowieść zbyt wiele, lecz nie dowodzi niczego. Są bowiem tacy, którzy codziennie karmią się Ciałem Chrystusa, a ciągle są wielce niedoskonali. Co z tego wynika dla Eucharystii? Największe środki uświęcania, z naszej winy, mogą nie przynosić owocu.

Sama medytacja nie czyni nas doskonałymi, jest jednak środkiem, który odrywa nas od życia zmysłami. Jeśli więc chcemy czynić postępy, musimy połączyć medytację z twardą walką z naszymi wadami. Za mało bowiem pamiętamy, że postęp w modlitwie zależy od osiągnięcia cnót. Samą medytacją nie uzyska się wszystkiego i niektórzy nigdy nie rozwiną się w cnotach, jeśli nie będą czerpać swych sił w wyższej modlitwie. O tym wyraźnie mówi Psalm 83: *Beatus vir, cuius est auxilium abs te: ascensiones in corde suo disposuit in valle lacrymarum, in loco, quem posuit! Etenim benedictionem dabit legislator, ibunt de virtute in virtutem*<sup>17</sup>.

To, co mówimy o medytacji, wydaje się tu niemal zbyteczne. Każdy argument w tej materii jest bowiem zbędny, gdy mówimy do dusz, które żywo pragną kontemplacji i nie mogą już czynić inaczej, jak oddać jej całe życie, praktykować modlitwę myślną i trwać w skupieniu na sprawach nadprzyrodzonych. Niech od samego początku tej drogi zgodzą się na trudy i wierność, a specjalna łaska, szczególnie pomoc, zniesie wkrótce ich ograniczenia i uwolni od żmudnych i męczących ćwiczeń medytacji. ■

*Tłum. Monika Grądzka-Holvoote*

<sup>17</sup> Vlg: Ps 83, 6-8

[B. Tysiącl.: Ps 84, 6-8:

*Szczęśliwi, których moc jest w Tobie, którzy zachowują ufność w swym sercu.*

*Przechodząc dolinę Baka, przemieniają ją w źródło,*

*a wczesny deszcz*

*błogostawieństwem ją okryje.*

*Z mocy w moc wzrastać*

*będą].*