

# Cisza – sposób na skupienie (1)



**Edward Leen CSSp**

*W ciszy i spokoju rozkwita dusza oddana Bogu i uczy się tajemnic Pisma.\**

## **Niemoc w życiu duchowym**

Najbardziej bolesnym doświadczeniem w życiu duchowym są zmienne koleje losu, którym ono podlega. Czasami wszystko układa się dobrze. Wszystkie przeszkody natury i temperamentu, ujarzmione silnym prądem łaski, ustępują naszemu wpływowi. Bez trudu, a nawet radośnie, podejmujemy akty cnoty; modlitwa przychodzi nam z zadziwiającą łatwością; poświęcenie się i ofiara dają nam satysfakcję, a służba Bogu staje się służbą głębokiego szczęścia. Dusza jest pełna energii i radosnego, niecierpliwego oczekiwania, bowiem świętość i wynikająca z niej nieprzerwana jedność z Bogiem wydają się jej łatwe do osiągnięcia. I wówczas nagle, bez wyraźnego powodu, coś jakby pęka. Pobożność i subtelne doświadczenie sfery nadprzyrodzonej znikają, a my pozostajemy w ciężkiej, przejmującej i chłodnej atmosferze wciąż nieodnowionej natury. Mnożą się błędy i niedoskonałości, praktykowanie cnoty staje się niezwykle uciążliwe, a poddanie się własnemu temperamentowi, w pełnej swobodzie i przy braku wysiłku duchowego, jakie ten stan za sobą pociąga, wydaje się nieuniknione. Piękna forma świętości, która pobudziła nas do wysiłku i którą, jak myśleliśmy, niemal całkiem przyswoiliśmy, wymyka się nam i znika jak pustylny miraż. Wydawało się nam,

że jesteśmy całkiem blisko Boga, a teraz stwierdzamy, że jest On od nas oddalony jak nigdy. Opisywanemu doświadczeniu towarzyszy ból głębokiego rozczarowania. Dusza, nieświadoma samej siebie, przypisując tę porażkę albo naturalnej ludzkiej niemożności, by urzeczywistnić postawiony przed sobą ideał, albo niezgodności między tym ideałem a samą sobą, będzie kuszona, by wyrzec się przedsięwzięcia, którego się podjęła, uznając jego przedmiot za nieosiągalny.

Dla dusz heroiczych, zaawansowanych na drogach Bożych, to pomniejszenie gorliwości i oschłość, odczuwane w odniesieniu do spraw duchowych w tym stanie, stanowią próbę, która służy powiększaniu ich zasług i wzrastaniu w doskonałości. Dla zwykłych jednak dusz przyczyna tego stanu w większości przypadków leży w aktach niewierności, na których popełnienie sobie pozwoliły. Życie Boże w nas jest niezwykle delikatne, ponieważ jest udziałem w życiu samego Boga. Nawet najdrobniejsza rzecz może wpłynąć na jego siłę i osłabić jego blask: „Mamy zaś ten skarb w naczyniach glinianych”. Może on zostać łatwo rozgromiony przez wrogie mu siły, a jeśli nawet nie zostanie faktycznie zniszczony, może zmniejszyć się jego witalność.

Może go osłabić najmniejszy oddech natury, czyli egoizm. Nie może zachować swojej siły i doskonałości, o ile każda celowa i świadoma czynność duszy nie jest inspirowana łaską. Kiedy z powodu niedbałości lub braku rozeznania duchowego, lub z powodu obu tych czynników, dusza pozwala sobie na podążanie za natchnieniami natury lub temperamentu, jej życie miłosierdzia natychmiast traci swój żar i następuje obniżenie jego nadprzyrodzonej żywotności. Niesie ono ze sobą niezdolność do ochoczego i szybkiego wywoływania aktów życia nadprzyrodzonego lub przynajmniej wielką trudność w tym zakresie. To ograniczenie czysto nadprzyrodzonej działalności jest spotęgowane zmniejszeniem ilości udzielanych duszy rzeczywistych łask, spowodowanym jej niewiernością. Czyni ją to niegodną ich otrzymywania.

Każde istotne poruszenie nadprzyrodzone, które dusza pielęgnująca w sobie życie Boże stara się wywołać, wymaga – i to z samej natury rzeczy – łaski uczynkowej, koniecznej, aby czyn mógł być godny i współmierny do zasady życia, z której pochodzi. Oznacza to, że dusza dążąca do działania nadprzyrodzonego potrzebuje i otrzymuje łaskę uczynkową potrzebną do urzeczywistnienia tego dążenia. Z drugiej strony, jeśli dusza porusza się pod wpływem impulsu natury, jej akt nie wymaga żadnej nadprzyrodzonej pomocy i zwykle łaska uczynkowa nie jest udzielana. Kiedy taki stan rzeczy staje się nawykiem, duża część działalności duszy pochodzi z natchnienia natury i nie podlega wpływom łaski. Nie dziwi zatem fakt, że czyny inspirowane i motywowane miłością stają się rzadkie i trudne.

Nic tak szybko nie powoduje osłabienia gorliwości, jak brak zachowania odpowiedniej powściągliwości w używaniu języka. Jest rzeczą zaskakującą, choć prawdziwą, że łatwiej upadamy w mowie niż w jakiegokolwiek innej formie działania. Stosunkowo niewielką trudność sprawia nam skupienie uwagi na działaniu wykonywanym w posłuszeństwie władzy lub w ramach obowiązków stanu. Jednakże prowadzenie rozmowy i używanie języka w duchu wiary przez dłuższy czas jest w mocy stosunkowo niewielu osób. Udaje się to tylko tym, którzy osiągnęli pewien stopień świętości. Jeśli jest w nas jakaś namiętność, nad którą nie zapanowaliśmy w sposób doskonały, wówczas często się zdarza, że w nieco przedłużonej rozmowie zaczyna ona wywierać swój wpływ na myśli, sądy oraz na mowę, zdradzając nasze wady, do których skłania nas dana namiętność.

Panowanie nad językiem może wydawać się tylko jednym z elementów ascetycznej dyscypliny, koniecznej dla osiągnięcia doskonałości. Może się nam zdawać, że po poddaniu mowy kontroli rozumu i wiary, pozostaje wiele do zrobienia. Otóż wcale tak nie jest, ponieważ doskonałe opanowanie mowy może przyjść dopiero wówczas, gdy wszystkie zmysły zostaną opanowane. Taka jest prawda zawarta w

słowach św. Jakuba: „Jeśli kto w słowie nie upada, ten jest mężem doskonałym”. Wcześniej twierdził: „W wielu bowiem rzeczach upadamy wszyscy”. Kolejność myśli apostoła zakłada zatem, że jeśli człowiek nie obraża słowami, osiągnął punkt doskonałości, w którym w niczym nie upada. Oznacza to, że stale praktykuje on wszystkie cnoty. Jest w tym zawarte głębokie zrozumienie kwestii psychologicznych, co zostanie później wykazane.

### **Milczenie – tradycyjny sposób Kościoła na niemoc duchową**

Praktyka milczenia była od wieków uznawana za jedyny sposób osiągnięcia takiej władzy nad językiem, bez której świętość nie jest możliwa. Apostoł podkreśla, że „kto uważa się za pobożnego, nie powściągając języka swego, ale zwodząc serce swoje, tego pobożność jest próżna”. Pustelnicy wczesnych wieków unikali towarzystwa ludzi, a nawet towarzystwa innych pustelników, umartwiając przez długie lata swą władzę mówienia. Byli świadomi spustoszenia, jakie w życiu wewnętrznym powoduje nieumiarkowanie, często będące konsekwencją nieuporządkowanego używania języka. Nawet gdy zaczęli gromadzić się w klasztorach, nie wprowadzili prawie żadnych zmian do swej zasady samotnego życia. Ograniczyli wzajemne towarzystwo do tego, co było jedynie konieczne. Dzięki temu czuli, że podążają śladami samego Boskiego Mistrza. Aby pozostawić nam przykład i naukę, pokazał On swoje upodobanie w milczeniu i odosobnieniu oraz w nawyku powściągliwego używania słów. W świętym domu w Nazarecie wypowiedzianych słów musiało być niewiele. Czas objawienia się naszego Pana jeszcze nie nadszedł. Jego Rodzice musieli wykorzystać swoje nadprzyrodzone rozeznanie, aby zrozumieć znaczenie Jego życia ukrytego. Niczego im nie ujawniał. Maryja i Józef niewiele rozmawiali, ale często rozważali w głębi duszy tajemnicę, która codziennie rozgrywała się na ich oczach. Słowa wprowadzałyby tylko niepokój i zakłócałyby ich rozmyślanie, dzięki któremu, oświeceni wpływem Ducha Świętego, odkrywali nowe i głębsze znaczenia proroctwa, znanego im tak dobrze i urzeczywistnionego pod ich własnym

dachem.

To życie w milczeniu, przerywane jedynie słowami wypowiedzianymi przez dusze zajęte na co dzień rozmyślaniami o Bogu, było ideałem, który mieli przed sobą założyciele wielkich zakonów kontemplacyjnych, formując reguły swoich zgromadzeń. Zdawali sobie sprawę, że doskonałość w ich klasztorach można będzie osiągnąć tylko wówczas, gdy relacje zakonników między sobą lub z obcymi zostaną zredukowane do rzeczy koniecznych lub wynikających z miłości. Rozmowa była surowo zabroniona w godzinach pracy i modlitw, czyli przez cały czas poza rekreacją. A nawet w czasie jej trwania poruszane tematy miały być ograniczone do spraw stanowiących przedmiot ogólnego zainteresowania, miały wznosić umysł, zapewniając mu jednocześnie rozrywkę oraz zbudowanie moralne.

Aby ten niezmacony pokój zgromadzeń pozostawał zawsze niezakłócony, zakazano rozmów nie tylko w kaplicach, ale prawie we wszystkich wewnętrznych pomieszczeniach domów zakonnych. Rozumiano, że rozmowa na korytarzach, w celach czy w refektarzu, nawet podczas rekreacji, zmąci atmosferę pokoju, który zdaniem założycieli należało utrzymywać we wszystkich miejscach, w których dusze zachęcano do obcowania z Bogiem. Cisza uświęcała nie tylko godziny pracy i modlitwy, ale nawet same pomieszczenia, w których zwykli przebywać zakonnicy. A kiedy obowiązki dnia dobiegały końca, cisza ta pogłębiała się i stawała coraz bardziej nieprzenikniona. Od chwili zakończenia nieszporów aż po koniec Mszy św. i oficjum kolejnego dnia rano w klasztorze zapadała cisza i opasywała go niczym gruby płaszcz. Pod tym względem wszystkie współczesne wspólnoty religijne podążają śladem dawnych zgromadzeń. Czas od modlitwy nocnej po zakończenie oficjum porannego we wszystkich instytutach nazywany jest czasem „wielkiej ciszy”. Kiedy reguła milczenia jest ściśle przestrzegana, w zgromadzeniu kwitnie zapał i panuje pokój Boży. Można prawdziwie powiedzieć, że wszystko, czego potrzeba, aby zreformować dom, który popadł w oziębłość, to powrót do

doskonałego przestrzegania zasady milczenia. To samo dotyczy poszczególnych dusz pragnących postępu w życiu duchowym. Jeśli będą starać się powściągać mowę, słabnąca pobożność z pewnością się odrodzi.

### **Wykorzystanie władzy języka dla dobra i dla zła**

Jest coś paradoksalnego w tej postawie doskonałości praktykowanej przez mistrzów w odniesieniu do władzy mowy. Wydaje się, że sądzą oni, iż najlepszym wykorzystaniem języka jest używanie go w jak najmniejszym stopniu. Mowa jest jednak naszym najszlachetniejszym przywilejem. Wynosi nas ponad zwierzęta. Język służy do ujawniania myśli naszych umysłów i dążeń naszej woli. Zdolność elokwentnego wypowiedania się została nam dana przez samego Boga, abyśmy Go wysławiali, głosili Jego chwałę i nawiązywali pożyteczne i przyjazne stosunki między sobą. Mowa może przynieść ogromne dobro, zarówno w porządku naturalnym, jak i nadprzyrodzonym. Któż nie docenia pożytecznych konsekwencji miłego słowa, jego mocy, by pocieszyć utrudzonego ducha lub zranione serce? To słowa mądrości, które wyszły z ust naszego Boskiego Mistrza, odmieniły świat. Jak wyglądałaby ludzkość, gdyby On nie przemówił? A gdyby te słowa nie były z miłością doceniane przez Jego naśladowców i gdyby nie znalazły nowego wyrazu w ich ustach, Jego przesłanie nie dotarłoby do uszu ludzkich i nie wyszłoby poza wąskie granice Jego własnej ziemi. To ich odważnej mowie zawdzięczamy bezcenny dar wiary. „Wiara więc ze słuchania, słuchanie zaś przez słowo Chrystusowe. Lecz mówię: Czyż nie słyszeli? I owszem, «po wszystkiej ziemi rozszedł się ich głos, a na krańce okręgu ziemskiego ich słowa»”. Za sprawą słów wypowiedanych ludzkimi ustami substancja chleba przemienia się w Ciało Pana Jezusa, a On staje się wśród nas obecny. W sakramencie pokuty kapłan przemawia, a gdy jego głos zamiera, na duszę grzesznika spływa fala rozgrzeszenia, zmywając najciemniejsze plamy. A gdy sługa Boży wypowiada formułę chrztu, niewolnik szatana zostaje wyniesiony ze swego niewolniczego stanu do wywyższonego stanu dziecka Bożego. I tak, dzień po dniu, cała ziemia rozbrzmiewa uwielbieniem

swego Stwórcy, w miarę jak z niezliczonych chórów wznosi się do nieba okraszony ludzką wymową natchniony głos Ducha Świętego. Wielkim dziełem Kościoła jest Boskie Oficjum, które do swego wypełnienia potrzebuje ludzkich ust i głosów. Skoro mowa jest źródłem tak wielkiego dobra w porządku naturalnym i nadprzyrodzonym, może wydawać się dziwne, że doskonała dyscyplina wymaga jej stłumienia.

Nie ma w tym jednak żadnej sprzeczności, bowiem milczenie nie jest kultem głupoty czy ponurej mrukliwości. Jest to dyscyplina podjęta dla doskonalenia władzy mowy, by przynosiła ona pożytek, a nie szkodziła duszy. Tylko milczenie pozwala uporządkować język, tak aby służył on celowi, dla którego został nam dany przez Boga. Cel ten był dwojaki. Otrzymujemy dar elokwencji, aby sławić Boga i głosić Jego chwałę, zgodnie ze słowami św. Pawła: „Napełniajcie się Duchem Świętym, mówiąc wzajem do siebie w psalmach i w hymnach, i w pieśniach duchownych, śpiewając i grając w sercach waszych Panu, dziękując zawsze za wszystko w imię Pana naszego Jezusa Chrystusa Bogu i Ojcu”. Innym celem, do którego Bóg dążył, ofiarując nam ten dar mowy, było promowanie harmonijnych, ciekawych, przyjaznych, dobroczynnych i pouczających relacji między ludźmi w ich kontaktach społecznych.

Język, podobnie jak inne władze zmysłowe, musi przejść przez surowe umartwienie, zanim jego używanie zostanie poddane rozumowi. A jako że język trudniej kontrolować, jego dyscyplina musi być twardsza i bardziej surowa niż ta, która jest potrzebna innym władzom. „Język jest jak ogień”, powiada św. Jakub, „świat nieprawości”. A tam, gdzie dużo się mówi, grzechu nie brakuje, jak mówi Księga Przysłów. Któż kiedyś nie doświadczył, w jaki sposób jedna rozmowa może przyczynić się do utraty dobrych owoców zrodzonych w duszy dzięki żarliwemu rozważaniu! Aby zrozumieć, dlaczego tak się dzieje, konieczne jest zbadanie motywów skłaniających nas do mówienia. Jeśli wykluczmy okoliczności, w których uprzejmości życia społecznego zmuszają nas do odwołania się

do naszego umysłu lub do wspomnień w celu uprzyjemnienia czasu ciekawą rozmową, jeśli pominiemy sytuacje, w których potrzeba lub obowiązek zobowiązują nas do rozmowy z naszymi towarzyszami, przekonamy się, że prawie zawsze motywacja do mówienia wypływa z egoizmu naszej nieodnowionej natury.

To prawda, że człowiek z natury jest rozmowny i stroni od samotności. Nic nie jest dla nas bardziej naturalne, mówi Maksym, niż dzielenie się naszymi myślami z innymi, a z używaniem władzy przekazywania naszych myśli Bóg związał poczucie zaspokojenia, które powinniśmy uważać za dar Jego życzliwości. Podobnie jak w przypadku innych ludzkich zdolności, istnieje tu pokusa nieuporządkowanego używania przyjemności. Upadły człowiek ma tendencję do szukania satysfakcji dla niej samej. Tendencja ta jest bardzo wyraźna przy korzystaniu z języka. Człowiek, który wypowiada się w sposób nawykowy i który nie został zdyscyplinowany milczeniem, ma tendencję do mówienia dla zwykłej satysfakcji, jaką przynosi mu ta czynność, bez względu na jakikolwiek dobry lub uzasadniony jej cel. Może dochodzić do nieuporządkowanego samozadowolenia, gdy przekazywanie informacji nie służy użyteczności czy miłości, ale własnemu egoizmowi. Osoby nieumartwione łapczywie poszukują takiego zaspokojenia. Dusza żyjąca na zewnątrz, ekstrawertyczna – by użyć terminu wczesnych angielskich pisarzy mistycznych – zawsze chętnie przekazuje wiadomości. Pragnie doświadczyć poczucia wyższości wynikającej ze świadomości posiadania wiedzy, której nie mają jej rozmówcy. Osoba nieopanowana łatwo ulega pokusie złamania reguły lub odrzucenia ograniczeń, aby zasmakować opisywanej, czysto egoistycznej przyjemności. Jeśli natomiast rozmowność jest inspirowana chęcią osiągnięcia innej korzyści, jak czasem się zdarza, nawet w tym przypadku może być ona, przynajmniej częściowo, skażona zadowoleniem udzielonym naszemu niepohamowanemu pragnieniu wyższości.

Nie chodzi tylko o dążenie do satysfakcji zmysłowej wynikającej z praktykowania władzy mowy. Bardzo



często u podstaw nadmiernego używania języka leży pycha. Zdolność powoływania do istnienia idei w umyśle drugiej osoby daje wielką władzę. Słuchacz staje się w pewnym sensie podmiotem względem przemawiającego, za sprawą którego jego umysł zostaje opanowany i usprawniony do działania w nowym kierunku. Wpływ, jaki wywiera umiejętność przekonywania innych, jest rzeczywisty i trwały. W każdym z nas występuje zapal propagandzisty, nawet w odniesieniu do spraw obojętnych. Częściej to pycha niż gorliwe poszukiwanie prawdy sprawia, że próbujemy skłonić rozmówcę do naszego punktu widzenia. Zniecierpliwieni sprzeciwem i skorzy, aby przekonywać innych, staramy się zmonopolizować rozmowę i napotykamy trudności w ograniczaniu naszych uwag do czasu przeznaczanego na naszą wypowiedź. Pcha nas do przodu niezmordowane pragnienie, aby porzucić powściągliwość i wyrzucić z siebie argumenty, gdy tylko uformują się one w naszej wyobraźni. Do pochopnego i bezcelowego mówienia niemal niezmiennie skłania nas brak umiaru w naturalnej porywczosci, brak kontroli nad wyobraźnią i pragnienie zaspokojenia w taki czy inny sposób własnych egoistycznych skłonności. Widząc zatem, że mowa pojawia się w tym samym momencie, w którym zaspokojenia szukają czysto naturalne, a w najlepszym razie niedoskonałe skłonności, i jako że ich pobudzenie staje się okazją do mówienia, naturalną konsekwencją jest to, że ludzie w swoich słowach narażają się na niezliczone uchybienia.

Istnieje ścisły i zażyły związek między mową a wyobraźnią. Jałowe i próżne słowa wywołują w wyobraźni jałowe i próżne obrazy. Te obrazy przywołują inne pokrewne wizerunki na mocy zasady nazywanej prawem kojarzenia wyobrażeń. W ten sposób rozpoczyna się ciąg przyjemnych, bezcelowych i egoistycznych obrazów. Myśl podąża za wyobraźnią i uczestniczy w jej samozadowoleniu. Mowa podąża za myślami i za potokiem słów, które nie dotyczą tematów wynoszących do stanu nadprzyrodzonego duszę mówiącego bądź słuchacza. W rozmowie wymienia się i mnoży słowa; te wywołują odpowiadające im

obrazy; a myśl cały czas podąża w kierunku wyznaczonym przez dźwiękowe i myślowe obrazy. Dlatego też w świeckiej rozmowie nasz umysł jest pochwycony i niesiony strumieniem naturalnej aktywności, który staje się coraz bardziej zanieczyszczony, im dalej znajduje się od źródła. W swoim biegu bowiem zawsze gromadzi materiał o coraz bardziej mętnej treści.

Kiedy rozmowy są bardzo zażyłe i odbywają się między osobami, które łączy naturalna sympatia, zło się nasila. Pojawia się egoizm o wiele gorszy niż zwykła próżność, poczucie zaspokojenia, pragnienie osiągnięcia doskonałości czy pożądanie władzy. Dzieje się tak wówczas, gdy to nie miłość czy sprawiedliwość, ale zwykłe samolubne upodobanie zbliża ludzi do siebie nawzajem. W takim przypadku rozmowa prawie zawsze będzie zmierzała w złym kierunku. To, co zostanie powiedziane, będzie wynikać z chęci swobodnego wyrażenia swoich sympatii lub antypatii – częściej tych drugich niż pierwszych. Wszystkie namiętności naszej natury zmysłowej są zakorzenione w naszej miłości lub nienawiści. Wynikają albo z nich, albo, być może, z naszych upodobań lub niechęci, jeśli nie potrafimy odczuwać tak silnych emocji, jak miłość czy nienawiść. Jeśli nie jesteśmy przyzwyczajeni do panowania nad naszymi upodobaniami i niechęciami; jeśli nasze działania nawykowo są chwiejne i targane emocjami; jeśli nie jesteśmy wystarczająco umartwieni, aby nieustannie przeciwstawiać się naszym nieuporządkowanym skłonnościom; jeśli nie będziemy starać się zachowywać przyjaznych relacji z osobami, których nie lubimy, lub unikać towarzystwa osób, do których czujemy sympatię, nasza rozmowa przez stosunkowo niedługi czas pozostanie przy neutralnym lub wzniosłym temacie. Wkrótce pojawią się nieuprzejmości i narzekanie.

Nasze słowa oraz słowa osób dzielających nasze poglądy będą podsycać namiętności, które być może na początku rozmów nie były zbyt wydatne. Wyostrzą się nasze upodobania i niechęci, a wraz z nimi obudzą się wszystkie pozostałe złe namiętności zakorzenione w naszych sympatiach i antypatiach, a mianowicie

zazdrość, złość, zawiść i inne. W ten sposób w jednej rozmowie możliwe będzie popełnienie wykroczeń przeciwko wielu cnotom. „I język”, powiada św. Jakub, „jest jak ogień [...] i zapala koło życia naszego, rozpalony przez piekło”. Jest to bardzo dokładny opis, ponieważ kiedy nasze słowa są aktywowane przez bodziec niegodziwej motywacji, każda namiętność, jedna po drugiej, zostaje w trakcie rozmowy rozpalona. Można sobie wyobrazić ciąg lamp, z których każda po kolei staje w płomieniach za sprawą użycia diabelskiej pochodni. Niekontrolowane użycie języka lub jego użycie podyktowane egoizmem wciąga nas w grzechy przeciwko miłości, sprawiedliwości, prawdomówności, wyrozumiałości, szacunkowi, dobroci etc. I każda poszczególna rozmowa, zrodzona z poruszeń natury, może prowadzić do różnego rodzaju nieprawości – jest to nie tylko możliwe, ale jeśli rozmowa jest wystarczająco długa, dzieje się tak prawie zawsze.

cdn.

Źródło: Edward Leen CSSp, *Wzrost duszy poprzez modlitwę myślną*. Cor Eorum 2021.

\* T. a Kempis, *O naśladowaniu Chrystusa*, I, XX, 6.