

REKOLEKCJE KONTEMPLATYWNE

Jalics Franz SJ

tłumacz: Jacek Bolewski SJ



recenzja tytułu

Jacek Poznański SJ

Być dla Boga i ludzi. Rekolekcje Kontemplacyjne Franza Jalicsa

Węgierski jezuita, misjonarz w Argentynie, profesor dogmatyki i teologii fundamentalnej, Franz Jalics jest się dla wielu ludzi przede wszystkim mistrzem życia duchowego. Posiada on wspaniałą umiejętność wprowadzania w tajniki modlitwy, przede wszystkim kontemplacyjnej, w modlitwę Jezusa, a ostatecznie, po prostu uczy żyć kontemplacyjnie pośród naszego zabieganego świata. Już prawie 45 lat udziela rekolekcji ignacjańskich i tzw. rekolekcji kontemplacyjnych w Argentynie, USA, Niemczech i na Węgrzech. Od paru dziesięcioleci mieszka na poddaszu domu rekolekcyjnego Haus Gries, w lasach Górnej Frankonii, niedaleko Kronach, miasta związanego z słynnym malarzem renesansowym Lukaszem Cranachem.

Franz Jalics zyskał sobie międzynarodowe uznanie głównie za sprawą specyficznie przez niego opracowanych tzw. rekolekcji kontemplacyjnych w dużej mierze związanych z medytacją imienia Jezus. Ich propagatorem w Polsce był uczeń Jalicsa, ojciec Jacek Bolewski SJ, profesor dogmatyki i antropologii teologicznej z Warszawy. W swoich artykułach na łamach *Życia Duchowego*, a także w książkach (zwłaszcza: *Prosta praktyka medytacji oraz Zając się Ogniem*) dzielił się on swoim doświadczeniem rekolekcji kontemplacyjnych, jak i własną praktyką ich dawania. Z jego inspiracji powstało przed paroma laty tłumaczenie książki Jalicsa *Uczmy się modlić* (Wyd. WAM, Kraków 2000), która jest ogólnym wprowadzeniem do modlitwy, jej rodzajów, oraz sposobów radzenia sobie z trudnościami na modlitwie. Wydawnictwo WAM z Krakowa zdecydowało się teraz wydać tłumaczenie podstawowego dzieła Jalicsa, *Kontemplative Exerzitien. Eine Einführung in die kontemplative Lebenshaltung und in das Jesusgebet*. Tłumaczem tej pozycji jest osoba w tej dziedzinie w Polsce najbardziej kompetentna: o. Bolewski. On też napisał polskie wprowadzenie do tej książki.

Dlaczego warto kontemplować

Jalics jest świadom, że do kontemplacji wiedzie wiele dróg. Bóg prowadzi ludzi do kontemplacji, nawet wtedy, gdy nie mają oni żadnej zewnętrznej pomocy i nie są świadomi tego, co się z nimi dzieje. Przy tym posługuje się On zwykłymi, naturalnymi środkami, np.: proste życie w miłości, lata spędzone na łożu choroby, spotkanie ze śmiercią, opuszczenie ojczyzny, dzielenie życia z biednymi - wszystko to może prowadzić do kontemplacji. Świadom wielkiego bogactwa dróg do kontemplacji zarówno w innych religiach, jak i w Kościele Katolickim, Jalics proponuje drogę, którą przeszedł sam, drogę, która była

wykuwana przez szczególne doświadczenia jego osobistego życia duchowego, ale przede wszystkim przez dziesiątki tysięcy godzin rozmów z tysiącami ludzi, którzy mu zaufali.

Dlaczego istnieje potrzeba modlitwy kontemplacyjnej? - Aby zaspokoić najgłębsze pragnienia współczesnego człowieka. Po pierwsze, chodzi przede wszystkim o słuchanie, o to, aby umieć wsłuchiwać się w Boga i w innych ludzi, aby mogło dojść do prawdziwej głębokiej komunikacji z Bogiem i człowiekiem. Kontemplacyjna modlitwa uczy słuchać. Po drugie, taka modlitwa uczy dystansu do presji ciągłego wykazywania się wynikami, ciągłego szukania korzyści, presji tak charakterystycznych dla naszych czasów. To właśnie one nie pozwalają nam zobaczyć drugiego człowieka wewnętrznymi oczyma, nie pozwalają nam wsłuchać się w niego. Kontemplacja pomaga być wolnymi, po prostu być dla Boga i dla ludzi, tutaj i teraz.

Jest też szereg innych wartościowych stron kontemplowania i stawania się kontemplatywnym człowiekiem, na które wskazuje Jalics: bycie w terażniejszości, umiejętność znoszenia tego, co życie przynosi, umiejętność przyjmowania i akceptacji rzeczywistości i siebie samego, umiejętność obchodzenia się z myślami i uczuciami, silne odniesienie do rzeczywistości, postawa ofiarowania się i adoracji. Te wszystkie elementy nie są teoretycznymi postulatami w stosunku do modlitwy kontemplacyjnej, ale wynikiem wieloletniego doświadczenia kontemplowania ludzi różnych stanów, zawodów i konfesji. Najlepiej pokazuje to samo życie Jalicsa, życie, którego wydarzenia pojawiają się tu i ówdzie na kartach książki.

Rozumienie medytacji przez Jalicsa

Z uwagi na dużą wieloznaczność terminu "medytacja" (średniowieczne i ignacjańskie rozumienie medytacji tekstu biblijnego; medytacja obrazu czy muzyki; także dalekowschodnie sposoby "modlitwy" czy skupienia zostały nazwane medytacją), Jalics zdecydował się nazwać sposób modlitwy, który proponuje w książce, modlitwą kontemplacyjną. Słowo "medytacja" używa on tylko w sensie czasu poświęconego na modlitwę kontemplacyjną, natomiast nie w sensie rozważania czegoś. Celem kontemplacji ma być to, co można by nazwać: "modlitwą prostoty", "aktywną kontemplacją", "miłującym patrzaniem na Boga". Kontemplacja jest dla Jalicsa przede wszystkim modlitwą prostoty, która charakteryzuje się bezpośredniością w relacji do Boga. I to jest najkrótsze ujęcie tego, co Jalics chce zaproponować w swojej książce. W prostocie i bezpośredniości widzi on podstawowe potrzeby współczesnego człowieka, który musi się na co dzień zmagać z technicznym, skomplikowanym i pełnym pośpiechu światem. Dla Jalicsa jednak jego propozycja jest tylko wprowadzeniem, jest tylko przygotowaniem na właściwą kontemplację, która jest czystą łaską.

Tak więc sens terminów "medytacja" i "kontemplacja" jest inny od tego, co przez medytację lub kontemplację rozumie Ignacy w swoich Ćwiczeniach Duchownych. Jalicsowi chodzi o głębszy poziom, poziom gdzie nie mamy już do czynienia z myślami czy uczuciami. Ale Jalics nie mówi tu także o mistyce, czy kontemplacji w sensie św. Teresy z Avila czy Jana od Krzyża, nie to jest jego celem. Celem jest pomoc, poprzez różne ćwiczenia, w stopniowym przechodzeniu od przedkontemplacyjnej (rozumianej jak najbardziej pozytywnie i jako konieczny etap duchowej drogi), dyskursywnej, czy też uczuciowej formy modlitwy do prostego bycia i oddania się Bogu. Dlatego w tego rodzaju modlitwie nie mają zastosowania reguły o rozeznawaniu duchów z ĆD (choć Jalics w swojej praktyce wprowadza w pewnych sytuacjach trzeci czas wyboru z ĆD). Dla Jalicsa proponowany sposób kontemplacji porusza się w obszarze (mówiąc w ignacjańskiej terminologii) tzw. pocieszenia bez przyczyny uprzedniej oraz pierwszego czasu wyboru, kiedy to sam Bóg, w sposób prosty i bezpośredni wchodzi do ludzkiej duszy, pociągają ją jasno i wyraźnie w pewnych kierunkach i zaprasza do konkretnych wyborów.

Biblijne ugruntowanie

Metoda modlitwy zaproponowana w książce *Kontemplative Exerzitien* w latach dziewięćdziesiątych ubiegłego wieku była gorąco dyskutowana przez czołowe postacie ruchu rekolekcyjnego w krajach niemieckojęzycznych. Chodziło głównie o miejsce

biblijnego tekstu w modlitwie tego rodzaju. Zarzut brzmiał (i czasem jeszcze pobrzmiwa): "kto modli się kontemplatywnie zaniedbuje Biblię". Dlatego książkę Jalicsa warto przedstawić na tle biblijnego uzasadnienia dla kontemplacji, jako modlitwy, która nie odwołuje się bezpośrednio do Biblii. Tutaj przychodzi z pomocą wydana w 2005 ostatnia książka o Alberta Vanhoye SJ, profesora Papieskiego Instytutu Biblijnego, który niedawno otrzymał kapelusze kardynalski (*Le don du Christ. Lecture spirituelle*, Bayard, collection *Christus*, Paris 2005). Vanhoye próbuje odpowiedzieć na pytanie, jak powinna wyglądać chrześcijańska modlitwa (por. ss. 41-42). Odpowiedź znajduje w liście do Hebrajczyków. Autor tego listu zaprasza chrześcijan właśnie do modlitwy kontemplacyjnej. Według Vanhoye jest to oryginalny i niestety niedoceniony dotychczas wkład autora listu do Hebrajczyków w teologię modlitwy. Autor tego listu proponuje na początku rozdziału trzeciego kontemplowanie żywej i obecnej osoby Jezusa: "Dlatego, bracia święci, uczestnicy powołania niebieskiego, zwróćcie uwagę na (katanoh,sate; considerate (Vul), zważcie (BWar), obaczcie (BGda)) Apostoła i Arcykapłana naszego wyznania, Jezusa, bo On jest wierny Temu, który Go uczynił" (BTys) (Hbr 3:1-2). Dla Vanhoye chodzi tu niezaprzeczalnie o kontemplację chrześcijańską: o zaproszenie, aby po prostu patrzeć na Jezusa. Nie chodzi tu o życie ziemskie Jezusa, o powracanie do przeszłości, ale chodzi o aktualną sytuację Jezusa. Chrześcijanie, są zaproszeni, aby kontemplować Chrystusa uwielbionego, który cieszy się teraz chwałą u Boga. Sytuacja religijna chrześcijanina jest definiowana przede wszystkim przez jego relację z Chrystusem takim, jakim on jest teraz, tzn. z Chrystusem żywym, zmartwychwstałym, uwielbionym i siedzącym po prawicy Ojca. Modlitwa chrześcijańska winna uczynić ten fakt jasnym: "umieście dobrze (mocno) wasze spojrzenie na Chrystusie" (katanoh,sate). To jest właśnie podstawowe dążenie Jalicsa.

Według Vanhoye autor listu zdaje sobie sprawę, że taka modlitwa kontemplacyjna ma fundamentalne znaczenie dla życia chrześcijańskiego, jest nieodzowna dla jego płodności. Jest tak z dwóch powodów. Po pierwsze, Zmartwychwstały jest godny wiary (Hebr 3, 2), i dlatego kontemplowanie Go prowadzi do umocnienia wiary (Heb 4, 14). Po drugie, Vanhoye zwraca uwagę na to, że kontemplacja Chrystusa uwielbionego prowadzi do formy modlitwy, którą by można nazwać modlitwą słuchania (Hebr 3, 7-8). W taki sposób kontemplacja nie jest czymś pasywnym, nie jest postawą widza. Kontemplacja chwały Chrystusa ma czynić nas uważnymi na wezwanie, które wprowadza nas w ruch i rodzi aktywną uległość, czyni nas bardziej świadomymi naszego "niebieskiego powołania" (Hebr 3, 1), zaprasza nas do wejścia do królestwa Bożego bez ociągania się. O to samo chodzi w ewangelicznej scenie przemienienia na górze Tabor. Kontemplowanie Jezusa uwielbionego, Jezusa w chwale, prowadzi do słuchania, do usłyszenia głosu Boga, jak tego doświadczają wpatrzeni w Jezusa uczniowie Piotr, Jan i Jakub (Mk 9, 7). W tej perspektywie widzimy głęboki fundament chrześcijański i biblijny modlitwy kontemplacyjnej, która nie odwołuje się bezpośrednio do medytowania tekstu biblijnego, choć na pewno zakłada wcześniejsze jego głębokie przyswojenie przez kontemplującego. Wszystkie te motywy będą powracały w książce Jalicsa i są niejako konstytutywne dla jego rozumienia kontemplacji.

Jalicsa obrona medytacji

Jak sam Jalics podchodzi do stawianych mu zarzutów? Najpierw sam przyznaje, że w swoim życiu poświęcił bardzo wiele czasu na studium Biblii i modlitwę jej tekstami. Dla Jalicsa proponowany sposób modlitwy jest całkowicie wyprowadzony z Objawienia i w nim zanurzony. Istotą chrześcijaństwa jest przecież ciągłe, pełne uwagi przebywanie przy Jezusie - nie tylko przy Jego słowach, ale przy Nim samym. Pismo św. prowadzi dokładnie do tego celu - przebywać przy Jezusie. Ono jest fundamentem i stwarza atmosferę do kontemplacji. Według Jalicsa nie ma nic lepszego, co pomagałoby kontemplacji, jak czytanie Pisma św. (oraz praktykowanie miłości bliźniego). Pismo św. jest przestaniem, które wskazuje ponad siebie i poza siebie. I rzeczywiście, w decydujących momentach modlitwy dochodzimy przecież do takiej bezpośredniości w relacji do Jezusa Chrystusa, która tak naprawdę wyklucza jednoczesne używanie Pisma św. W medytacji ignacjańskiej szczytowym momentem jest rozmowa z Jezusem jak przyjaciel z przyjacielem. Do tego mają prowadzić medytowane teksty, ale gdy dochodzi do tej rozmowy, gdy jest ona już sprowokowana, wtedy człowiek odrywa się od tekstu, wtedy jest on bezpośrednio sam na sam z Panem. To właśnie ten moment z ignacjańskiej modlitwy chce podkreślić, wyakcentować i przedłużyć - moim zdaniem - metoda Jalicsa. Oczywiście nie chodzi

Jalicsowi o rozmowę, jako wymianę słów, ale o egzystencjalny dialog serc.

Innym uprzedzeniem w stosunku do kontemplatywnej modlitwy jest zarzut, że prowadzi ona do pasywności i braku odpowiedzialności za innych ludzi. To jest zarzut, który można postawić każdej modlitwie. Jalics rozróżnia modlitwę kontemplacyjną i stan kontemplacji. Kontemplacja jako stan to intensywne i odczuwalne doświadczanie działania Boga. Metoda Jalicsa ma za zadanie doprowadzenie do tego, aby ten stan kontemplacji z czasem napłynął do całego życia. Gdy to stanie się faktem, taki człowiek doświadcza, że jest aktywniejszy i efektywniejszy niż wcześniej i zauważy, że te same zaangażowania i prace znosi z mniejszym napięciem i wysiłkiem, a przy tym uważniej niż inni.

Dla Jalicsa kontemplacja, a więc relacja do Boga, jest żywo związane z relacją do ludzi, podkreśla to wyraźnie już w drugim wprowadzeniu do modlitwy (doświadczył tego mocno mieszkając wśród biedoty w slumsach Buenos Aires). Relacja do Boga i relacja do ludzi są w zasadzie dla niego jedną relacją. Według Jalicsa nasze ludzkie relacje, miłość bliźniego, cierpią dlatego, że nie potrafimy siebie nawzajem słuchać, że wskutek ciągłej presji zdobywania czegoś, osiągnięcia czegoś, za mało uwagi dajemy sobie wzajemnie. Chodzi o słuchanie, które całymi zmysłami jest przy drugiej osobie, tak że mój bliźni czuje się całkowicie zrozumiany i taki, jaki jest, w całości zaakceptowany. Dla Jalicsa nic nie jest tak skuteczne dla budowania relacji z ludźmi, jak uczenie się słuchania, które dokonuje się właśnie przez postawę akceptacji i przyjęcia rzeczywistości taką, jaką ona jest. A to dokonuje się w kontemplacji.

Do tych argumentów można dodać też świadectwa, tych którzy wzięli udział w rekolekcjach przeprowadzonych w Haus Gries. Paradoksalnie, dziesięć dni rekolekcji w milczeniu jest nasasyconych ogromnym poczuciem ludzkiej bliskości i wspólnoty. Rekolektanci wyjeżdżają z głębokim poczuciem, że odkryli na nowo bycie w relacji do drugiego człowieka oraz wspólnotę Kościoła, i bardzo często wracają do swoich miejsc zamieszkania i pracy z pragnieniem kontynuowania tego doświadczenia przez uczestnictwo w istniejącej grupie medytacyjnej albo założenie nowej.

Tutaj można wskazać jeszcze jeden istotny element budowania Kościoła. Całkowicie fundamentalnym i niezbywalnym punktem rekolekcji jest medytacyjnie celebrowana eucharystia (Jalics podkreśla, że winna ona się znaleźć w programie każdego sposobu odprawiania tych rekolekcji, i to nawet, gdy odprawiają je niekatolicy). W ujęciu Jalicsa kontemplacja, czy medytacja imienia Jezus, jest nierozłącznie związana z eucharystią. Jest tak przynajmniej z dwóch powodów. Po pierwsze, i medytacja i Eucharystia są celebrowaniem obecności Pana, są byciem w obecności Boga. Po drugie, i kontemplacja w rozumieniu Jalicsa (por. jej Fundament i Zasadę, mianowicie modlitwę *Suscipe* z *CD 234* - o czym poniżej) i Eucharystia w swej istocie, są szkołami wydawania siebie, składania z siebie całkowitej ofiary Bogu, ofiary z myśli, uczuć, woli, zamierzeń, planów, oczekiwań itd. W ten sposób kontemplacja wspólnotowa (jak to jest w zwyczaju w Haus Gries i ruchu, który się stąd wywodzi) prowadząca naturalnie do Eucharystii jest zakładaniem i pogłębianiem Kościoła, wspólnoty osób ukierunkowanych na Chrystusa i wsłuchanych w Niego, a zarazem osób z wyczulonym uchem wewnętrznym na drugiego człowieka.

Powstanie i wyróżniki metody

Czym wyróżnia się propozycja modlitwy według Jalicsa? Modlitwa bardzo zbliżona (choć nie identyczna) z tym, co proponuje Jalics (modlitwa Jezusa), znana jest przede wszystkim dzięki ruchowi zwanemu Światowa Wspólnota Medytacji Chrześcijańskiej. Jest to ruch założony przez Johna Maina OSB i prowadzony aktualnie przez Laurence'a Freemanna OSB. Na gruncie polskim ów ruch został zaszczerpiony przez benedyktynów z Lubinia (o. Jan Bereza OSB), a później przeniesiony na inne klasztory benedyktyńskie w Polsce oraz parę ośrodków jezuickich (np. Wspólnota Krakowska przy Kolegium Jezuitów).

Także sposób medytacji zaproponowany przez Jalicsa i sposób życia, który za tym idzie rozwinęły się w ruch, który kwitnie przede wszystkim w krajach niemieckojęzycznych (Niemczech, Austrii i Szwajcarii). Istnieje już ok. czterdziestu wspólnot, które praktykują regularnie modlitwę kontemplacyjną. Jalics przyznaje, że nigdy nie zetknął się z Światową

Wspólną Medytacji Chrześcijańskiej i jej propozycjami. Do przedstawionej w książce metody modlitwy dochodził na podstawie własnego doświadczenia w odprawianiu i dawaniu rekolekcji ignacjańskich, lektury, głównie *Rosyjskiego Pielgrzyma*, oraz refleksji pastoralnej i teologicznej (nigdy też nie powołuje się na Ojców Pustyni, czy tradycje monastyczną Klimaka, Kasjana, choć o tym ostatnim napisał przed laty swoją teologiczną pracę doktorską). Punktem wyjścia było doświadczenie skomplikowanej i zawitej pobożności przedsoborowej, przede wszystkim całego złożonego systemu modlitwy, którego musiał się uczyć w nowicjacie. Nabył wtedy głębokiego przekonania, że kontakt z Bogiem, tak naprawdę i w rzeczywistości musi być czymś prostym i bezpośrednim, że te wszystkie formy modlitwy, które poznał w przedpoborowym Kościele już nie wprowadzają w to, co najważniejsze - w obecność Boga. Czuł, że człowiekowi dwudziestego wieku potrzeba modlitwy prostej, bezpośredniej. To przekonanie i to uczucie zostały potwierdzone w granicznym doświadczeniu jakim było bombardowanie Norymbergii, podczas którego cudem uniknął śmierci. To było fundamentalne doświadczenie bezpośredniości i obecności Boga, rozstrzygająca wskazówka, która będzie już prowadziła Jalicsa przez całe życie. Konkretną ideę modlitwy i pewne wskazówki wyniósł Jalics z doświadczenia Ćwiczeń Ignacego. Tutaj podstawowe znaczenie miała dla Jalicsa analiza trzech sposobów modlitwy oraz modlitwy *Suscipe* z Kontemplacji Pomocnej do Uzyskania Miłości, która stała się fundamentem kontemplacji według Jalicsa (szerzej na ten temat, por. artykuł Jalicsa z najnowszego *Życia Duchowego*).

Ale jest jeszcze jedno źródło zaprezentowanej w książce metody modlitwy. Jalics jest przede wszystkim mistrzem wsłuchiwania się i rozmowy duchowej (o teorii i praktyce rozmowy: zob. F. Jalics, *Miteinander im Glauben wachsen*, Pfeiffer Verlag, München 1982). Do czasu opublikowania swojej książki Jalics przeprowadził ponad czterysta kursów swojej metody, i przeprowadził ogrom rozmów. Jego książka wyrosła z tego, czym dzielili się jego rekolektanci - bo jak sam wyznaje - to od nich bardzo wiele się nauczył, od tych, którzy powierzali mu swoje radości i cierpienia, lęki i nadzieje, i relacje z Bogiem. Dlatego w swojej książce Jalics jest cały czas w kontakcie z rekolektantami, jest z nimi w dialogu, doradza im, koryguje i zachęca. Znajdziemy tutaj opisy konkretnych doświadczeń, całej palety możliwych doświadczeń i stanów, przez jakie zazwyczaj przechodzą rekolektanci (Jalics przeanalizował ponad dwa tysiące spisanych realnych rozmów rekolekcyjnych i klasyfikując problemy wybrał sto czterdzieści z nich). Te rozmowy stanowią wielkie ułatwienie we wprowadzaniu do modlitwy. Nie powinny być czytane jako materiał do zdobycia wiedzy. Jalics zachęca raczej, by czytać po jednej, lub dwie rozmowy, i pozwolić by one na czytelnika działały, pozwolić temu opisanemu wydarzeniu wiary, przeniknąć do swojego wnętrza, niejako nasycić się tym wydarzeniem.

Pierwsze wrażenie odniesione przez zaczynającego ćwiczyć według książki Jalicsa może go prowadzić do podejrzeń o uleganie New Age'owi, czy innym pseudo-duchowościom. Jest to złudzenie, które trzeba jak najszybciej zostawić na boku. Praktyka dawania rekolekcji i doświadczenia związane z medytacjami wschodnimi oraz jogą, technikami oddechu i odczuwania własnego ciała (które także są pewnego rodzaju ćwiczeniami duchowymi), zasugerowały Jalicsowi kilka elementów, które są pomocne na drodze uczenia się kontemplacji. Jest to zarazem ogromnie ważny element inkulturacji w erze globalizacji kultury i przenikania kultur i religii, a w ten sposób istotna alternatywa dla wszelakich ruchów medytacyjnych wywodzących się z religii wschodnich. U ludzi zwłaszcza w Europie zachodniej, wychodzi ona naprzeciw głębszej potrzebie uspokojenia, wyciszenia, wejścia w kontakt ze swoim ciałem i odczuwania. Pomimo wszystkich skojarzeń i zapożyczeń Jalics otwarcie już na samym początku książki stwierdza jasno, że jego punktem widzenia jest wiara katolicka i Kościół Katolicki, i pragnie, aby wszystkie jego stwierdzenia w sensie tej wiary były interpretowane.

Główne idee

Jakie są podstawowe idee, którymi kieruje się Jalics, proponując taki, a nie inny sposób modlitwy.

Aby w ogóle zacząć kontemlować człowiek musi wyczuć i uchwycić, często głęboko w nim zakopaną lub przygniecioną, tęsknotę za Bogiem. To jest grunt, na którym kontemplacja

może zapuścić swoje pierwsze korzenie. W miarę ćwiczenia się, tęsknota, coś co kojarzone jest raczej negatywnie, przemienia się w pragnienie bycia przy Bogu.

Spotkanie z Bogiem składa się zawsze z dwóch elementów: poznania Boga i z doświadczenia siebie. Rozpoznać Boga w sobie i siebie w Bogu, to dwie strony tej samej monety. Nie można ich oddzielić. Nie ma spotkania z Bogiem, które nie byłoby w tym samym momencie spotkaniem z sobą samym. Nie ma doświadczenia siebie samego, które nie dałoby jednocześnie wzrastającego poznania Boga. To założenie, bardzo podkreślane przez Jalicsa, zasugerowało mu docenienie wagi postrzegania.

Droga do Boga otwiera się przez postrzeganie, a nie poprzez myślenie dyskursywne. Bóg jest tutaj obecny, ale my nie dostrzegamy Go, nie przyjmujemy Go. Chcąc przejść do kontemplacji trzeba przejść od dyskursywnego myślenia do postrzegania. To właśnie niespokojny umysł i gorączkowy aktywizm odciągają nas od kontemplacji. Postrzeganie oznacza stać się świadomym. Tę drogę wprowadzają ćwiczenia, które dotyczą postrzegania zmysłowego. Na początku dotyczą one rzeczy konkretnych i łatwo dostępnych. W kolejnych krokach, Jalics proponuje ćwiczenia, które uczą postrzegania coraz to bardziej subtelnego, coraz bardziej duchowego.

Postrzegać oznacza przebywać w obecności. Ciągłe kierowanie uwagi na teraźniejszość ma rekolektanta prowadzić do obecności, do doświadczenia teraźniejszości i obecności Boga. Cały proces nauki kontemplacji polega na ćwiczeniu się w coraz dłuższym przebywaniu w teraźniejszości, bez przechodzenia w myślenie albo działanie. Chodzi więc o uświadomienie sobie, że w kontemplacji nie muszę nic osiągać, że jestem uwolniony od osiągania wyników, od presji osiągania korzyści. W ujęciu Jalicsa kontemplacja jest trudnym wysiłkiem, aby się już nie wysilać, aby w zaufaniu do Boga odstawić żmudną pracę na charakterologicznymi albo psychicznymi zmianami. Jedynym wysiłkiem jest dążenie do wyłącznego ukierunkowania na Boga. Droga, którą proponuje Jalics, polega przede wszystkim na skromnym, pokornym i nieprzerwanym ukierunkowaniu na Boga. Tak naprawdę wszystkie wskazówki do modlitwy, jakie napotkamy czytając książkę można streścić w tym jednym zadaniu: ćwiczyć naszą uwagę w ciągłym ukierunkowaniu na Boga.

Jako taka, kontemplacja niejako sama z siebie wydobywa z człowieka to, co już w nim jest, otwiera najgłębsze pokłady jego duszy, a więc te przestrzenie, które są poza myślami i uczuciami, sięga do właściwego życia, które drzemie gdzieś w fundamentach duszy, a w końcu otwiera na permanentną obecność Boga w codziennej rzeczywistości. Cała praktyka medytacji polega na wsłuchiwaniu się w to, co wyłania się czy wypytywa z naszej właściwej natury. W kontemplacji nie chodzi o techniki grzebania w podświadomości czy w głębiach bytu. Najgłębszej naszej istocie trzeba po prostu pozwolić się ukazać, a dokładniej - pozwolić objawić się zamieszkującej w nas Trójcy Świętej, pozwolić na samoobjawienie się zamieszkującego w nas Ducha Świętego. Kontemplacja jest procesem stawania się świadomym tego zamieszkiwania.

Jalics jest przekonany, że Boże Królestwo jest w nas. Kiedy ukierunkujemy się na nasz środek, na nasz byt, na zamieszkującą w nas Trójcę Świętą, stopniowo przychodzi z tej głębi niewiarygodna siła, która nam daje moc i wprowadza nas w kontemplacyjny stan. (Na marginesie można dodać, że takie ujęcie modlitwy pozwala na rozwinięcie bardziej sakramentalnego podejścia do modlitwy i duchowości w ogóle, gdyż skłania do wzięcia serio przede wszystkim tego, co tak naprawdę wydarzyło się podczas chrztu chrześcijanina, a później zostało potwierdzone w bierzmowaniu i jest odnawiane w każdej celebracji Eucharystycznej: zamieszkiwania Boga w nas, tajemnicy ukrytej wraz z Chrystusem w centrum naszego bytu. To jest chrześcijański realizm, który każe wierzyć, za świętym Pawłem i tradycją Kościoła, że my rzeczywiście jesteśmy świątynią, w której mieszka Trójjedyny Bóg. Tą tradycję znajdujemy u św. Augustyna. To właśnie przez wejście w siebie, poznanie siebie, przez przeniknięcie do swojej głębi, człowiek odkrywa, że jest Obrazem Boga, tzn. że Bóg w nim mieszka w swoim obrazie - por. *De Trinitate*).

Dojście do tego zrozumienia jest oczywiście darem Boga. Ale my możemy się na to przygotować poprzez ukierunkowanie na Boga, poprzez konsekwentne odstawienie myślenia dyskursywnego i zajmowania się własnym psychicznym postępem. Jalics widzi zadanie

swojej książki w tym, aby pomóc ludziom przejść z tego dążenia za doskonałością do stanu kontemplacji. Jest to droga na całe życie i wymaga wiele czasu.

Struktura książki

Jaka jest struktura książki? Dziesięć rozdziałów, czy, jak to Jalics nazywa, "okresów" (sześć pierwszych dotyczy stopniowego wprowadzania w modlitwę Jezusa), ma za każdym razem ten sam podział. Każdy "okres" zaczyna się wprowadzeniem o charakterze teologiczno-duchowym. W tych wprowadzeniach Jalics chce najpierw dać wgląd w sens proponowanych rekolekcji, a następnie coraz bardziej rozjaśnia cały proces (tematy to np. relacja do Boga i do człowieka; kontemplacja i bycie pustym; egocentryzm i teocentryzm; gotowość na przyjęcie cierpienia, zbawienie, przebaczenie itd.). Drugim elementem są wskazówki do medytacji. Dają one orientację, na przykład, co do tego, ile czasu - mniej więcej - trzeba poświęcić na każdy krok oraz jakie inne konkretne elementy są potrzebne do realizacji danego kroku. Trzecim punktem są rozmowy - dialogi pomiędzy prowadzącym, Mistrzem, a rekolektantem. Chodzi o rozmowy o typowych problemach pojawiających się podczas medytacji. Choć są to rzeczywiście przeprowadzone rozmowy, są one stylizowane i "utypowane", a wypowiedź prowadzącego jest bardziej rozbudowana niż w realnych rozmowach. Są one raczej przeznaczone do medytacji niż do szybkiego przeczytania. Rozdziały kończą się fragmentem, który ma za zadanie spojrzeć w tył na przebytą drogę oraz przeprowadzić do następnego okresu. Są tutaj pewne pytania, które mają ułatwić rekolektantowi upewnić się, czy powinien pójść dalej, czy raczej zostać w tym samym czasie.

Dający rekolekcje, którego Jalics nazywa mistrzem, ma pokazywać drogę, którą sam przeszedł, którą sam żyje. Osobiste świadectwo gra tutaj ogromną rolę. Dlatego też Jalics obficie korzysta z własnego doświadczenia życia wiarą, z konkretnych przeżyć własnych oraz jego rekolektantów, aby jasno pokazać, o co mu chodzi. Często omówienie kolejnego kroku na drodze kontemplacji wychodzi od konkretnego doświadczenia jego osobistego życia, czy też jest przez takie doświadczenia pogłębiane.

Uwagi podsumowujące

Niektórych czytelników może drażnić, że w książce modlitwa, jaką znali wcześniej, a więc ustna, afektywna czy dyskursywna pojawia się raczej w negatywnym świetle. To wrażenie pojawia się jasno, gdy Jalics mówi o tym, co robić z myślami, uczuciami, obrazami, czy psychicznymi procesami pojawiającymi się podczas modlitwy, czy też próbami zmiany swojego charakteru. Jalics jest świadom tego, ale zwraca on uwagę na to, że jest to tylko pewien zabieg, mający na celu jaśniejsze ukazanie tego, co tak naprawdę oznacza zwrot ku kontemplacji.

Inni, zwłaszcza ci, którzy do książki podejść jako do duchowej lektury, mogą się denerwować wielością powtórzeń. To jest niestety konieczne, ze względu na praktyczny charakter pozycji. Książka jest praktycznym "zeszytem ćwiczeń", i nie ma w niej teoretycznych rozpraw. Jalics uchyla się od pisania traktatu o modlitwie.

Jeszcze inni mogą odebrać sposób, w jaki Jalics prowadzi rekolektanta w książce jako autorytatywny. Jalics stwierdza jednak, że wszystkie wymagania jakie nakłada książka i on na rekolektanta są regulowane przez jeden warunek: ukazanie tego i wyłącznie to, co jest potrzebne, aby doprowadzić rekolektanta do kontemplacji.

Uwagi o zastosowaniu książki

Jalics przyznaje, że od prawie pół wieku jego najgłębszym przekonaniem było to, że odnowa Kościoła Katolickiego powinna przyjść przez duchową odnowę kapłanów, duszpasterzy, zarówno mężczyzn, jak i kobiet. Od prawie czterdziestu lat pracuje w formacji kapłanów (przez dwa lata jako prowadzący ostatnią fazę formacji jezuitów) i duszpasterzy oraz zaangażowanych chrześcijan. Dlatego, jak sam przyznaje, pisząc tę książkę miał przed oczyma nade wszystko tych, którzy głoszą niejako "profesjonalnie" Ewangelię. Jednak sam Jalics poleca tę książkę wszystkim, którzy noszą w sobie głęboką

tęsknotę za Bogiem i stąd są zdecydowani podjąć wszystkie wymagania tej drogi.

Autor odradza sięgnięcie po tę książkę tym, którzy są zadowoleni i czują się dobrze praktykując modlitwę ustną, dyskursywne medytowanie Pisma św., czy zwyczajną rozmowę z Bogiem. Oni powinni iść dalej swoją drogą, do czasu, gdy poczują potrzebę czegoś prostszego i bardziej bezpośredniego.

Jalics jest też świadom, że proponowana metoda modlitwy prowadzi do tego, że z podświadomości wychodzi wiele rzeczy, które mogą osobę całkowicie przygnieść podczas odprawiania rekolekcji. Podobnie problemy takie jak kryzysy, problemy w komunikacji, zablokowania, poczucie samotności, różne wewnętrzne napięcia, wskazują, że nie powinno się podejmować takich rekolekcji. Raczej zalecana jest konsultacja z jakąś doświadczoną duchowo osobą.

Jak stosować książkę? Jest cała gama możliwości, zależnie od możliwości duchowych i czasowych czytelnika. Książka ta może też być po prostu duchową lekturą, czy nawet może być czytana jak powieść. Jalics często zwraca się osobno do osoby podejmującej rekolekcje na bazie książki, a osobno do zwyczajnego czytelnika, wskazując im inne kierunki dalszego czytania.

Ale książka jest napisana przede wszystkim dla tych, którzy nie tyle kontemplację chcą rozumieć, ile nią żyć. Książka chce zastąpić prowadzącego rekolekcje, "mistrza". Jalics wie, że jest to prawie niemożliwe. Z drugiej jednak strony zauważa, że jest wielu ludzi, którzy nie mają żadnej możliwości podjęcia kontemplatywnych rekolekcji. Dla nich książka może być wielką pomocą. Jest także wielu, którzy swoje rekolekcje robią sami, wyjeżdżając na jakieś spokojne miejsce. Książka może im służyć jako podręcznik i motyw przewodni rekolekcji. Tym ludziom, których Boża łaska naturalnie prowadzi do kontemplacji, może ta książka dodatkową pomocą i służyć jako zewnętrzna kontrola. Także początkujący mistrzowie rekolekcji mogą z niej wiele skorzystać.

Książka jest zaplanowana na dziesięć tzw. okresów. Każdy z tych "okresów" może jednak, zależnie od osoby trwać dłużej niż jeden dzień. Cała książka dostarcza materiału na trzydziestodniowe rekolekcje. Oczywiście można całość zrobić w mniejszych częściach. Można też całość kilka razy powtórzyć. Książka może być używana jako przewodnik zarówno w zamkniętych rekolekcjach, jak i w rekolekcjach w życiu codziennym.

Proponowana w książce modlitwa kontemplacyjna ma ogromny potencjał ekumeniczny: w tych samych kursach biorą udział (jako rekolektanci oraz prowadzący rekolekcje) katolicy, członkowie różnych wspólnot protestanckich, jak i ludzie nie związani z żadnym Kościołem, czy chrześcijańską wspólnotą. Doświadczeniem wielu z nich jest nowe odkrycie fundamentalnego pozytywnego charakteru chrześcijańskiej wiary, wspólnotowości chrześcijaństwa, nowe odkrycie Jezusa, oraz Marii (wymawianie imienia Marii jest jednym z ćwiczeń), a także siebie samych, jako chrześcijan dzisiaj.

Moim zdaniem, książka będzie szczególnie wartościowa dla tych, którzy przeszli całe CD i zauważyli u siebie proces upraszczania się modlitwy. Pozycja ta pokazuje, jak pójść dalej drogą modlitwy w duchu ignacjańskim. Ale także rekolektanci nie posiadający ignacjańskiego doświadczenia, a odczuwający pragnienie prostego bycia tu i teraz dla Boga, znajdą wiele korzyści dla siebie.

W ostatnim wprowadzeniu do modlitwy, Jalics daje wskazówki, które z jednej strony mają pomóc utrzymać i rozwijać praktykę kontemplacji, ale które także prowadzą do czegoś więcej, do ostatecznego celu: do życia w kontemplatywnym stanie. Kontemplacja bowiem to stan życia. Te wskazówki mogą niejednego zaskoczyć. Priorytetem na tej drodze jest dla Jalicsa... sen. Następnie, ruch, i dopiero potem modlitwa, czas dla ludzi, i w końcu, praca. To są też tzw. filary życia we wspólnocie domowej wolontariuszy w Haus Gries. Od około dwudziestu lat w tym domu żyje, pracuje i modli się grupa ludzi, którzy przyjeżdżają tu i mieszkają parę miesięcy czy nawet lat, szukając swojej drogi życia, odnajdując duchowy świat i doświadczając podstawowych ludzkich prawd i wartości. Owoce wdrażania się w kontemplacyjne życie widać jak na dłoni: z wielką troską i uważnością, dbałością o szczegóły i konkrety codzienności opiekują się oni domem rekolekcyjnym i rekolektantami (np. przez wszystkich zachwalana wegetariańska kuchnia Haus Gries).