

o. Anastasij Danilevskij **«Medytacja i mądrość Kościoła Wschodniego»**

Chciałbym rozpocząć swoją rozmowę z tego fragmentu książki o. Johna Maina, który, moim zdaniem, obszernie i jasno opisuje to ogólne pytanie, do którego są powołane wszystkie tradycje kontemplacyjnej modlitwy - i nowoczesne, i starożytne. To pytanie - "Jak modlić się nieustannie, aby modlić się na głębi?"

o. John Main OSB «Słowo w milczeniu»

Pomyśl, że chrześcijanie powinni modlić się, oczywiście, nie jest czymś nowym. Ale prawdziwym wyzwaniem naszych czasów jest to, że musimy na nowo odkryć drogę dla głębokiej modlitwy, która doprowadzi nas do doświadczenia jedności, z dala od rozrywek i powierzchownej pobożności związanych z użalaniem się nad sobą. Dzisiejsze pytanie brzmiało, w rzeczywistości, zawsze: "Jak się modlić na takim poziomie?" [...] Odpowiedź nie można uzyskać w postaci idei, a jedynie w postaci naszego życia.

Najprostszy sposób odpowiedzieć na pytanie: "Jak powinniśmy się modlić?" można znaleźć w słowach św. Pawła: "..."(Pim 8,26). Chrześcijanie są wolni od jakichkolwiek skomplikowanych pytań związanych z modlitwą, ponieważ mają objawienie, że to, co nazywamy "swoją modlitwą", nie jest niczym innym niż wejściem w modlitewne doświadczenie samego Jezusa. Oto właśnie to osobiste doświadczenie Jezusa, które my odnajdujemy w sercu każdej ludzkiej świadomości jako wieczną rzeczywistość obecności. Wszystkie poszukiwania jakiejś tajemnej wiedzy, ukrytych ścieżek nauczania stają się zbędne, ponieważ główna tajemnica jest już otwarta, "tajemnica - to jest Chrystus w tobie." Więc w modlitwie nie dążymy do tego, aby coś się wydarzyło. Przecież, wszystko potrzebne już się wydarzyło. My po prostu możemy uświadomić sobie to, co już jest, podróżując w głębi jedynej świadomości Jezusa, w cud naszego własnego stworzenia. I wtedy więzienie tej koncentracji na sobie, które nie daje nam wybrać się na tę drogę już nie jest w stanie utrzymać tych, którzy wiedzą, że "mamy umysł Chrystusa."

Ponieważ dzisiaj będę mówić o tym wspólnym, co jest między współczesną tradycją o. Johna Maina i klasyczną mądrością chrześcijańskiego Wschodu, chciałbym dodać jeszcze jeden krótki cytat z dziedzictwa mojej tradycji prawosławnej.

Czcigodny Izaak Syrin (Filokalii, część piąta)

Spróbuj wejść w wewnętrzną skarbnicę, i zobaczysz skarb niebiański. Bo to i to są jedno; i jednym wejściem widzisz obu z nich. Drabina do królestwa tego ukryta wewnątrz ciebie, to znaczy, w twojej duszy. Umyj się od grzechu, a znajdziesz stopni wchodzenia, po którym możesz wspiąć się do niego.

Więc, jest mi bardzo miło dzisiaj, z Bożą pomocą, mówić o medytacji chrześcijańskiej w tradycji benedyktynskiego mnicha i kapłana o. Johna Maina - jak to wygląda z punktu widzenia służenia Kościoła prawosławnego. Mówimy o rzeczach związanych z tradycją prawosławną, o rzeczach, które pomogą Kościołowi Prawosławnemu wyjść z izolacji w świecie chrześcijańskim. Mówimy o rzeczach, które są mostem do budowania prawdziwej jedności międzychrześcijańskiej. Co więcej, praktyka medytacji chrześcijańskiej bezpośrednio ilustruje pogląd Waltera Kaspera, że my nie tworzymy jedność, ale kontemplujemy tę jedność – odkrywając ją dla siebie. Odkrywamy to, co już jest rzeczywistością w Bożej woli wobec nas. a ogół mogę powiedzieć, że zainteresowanie ludzi do siebie wzrasta tam, gdzie jest modlitwa. Gdzie ona jest – wzrasta miłość i komunikacja, - komunikacja bardzo wysokiego poziomu. A kiedy Duch Święty, oraz

łaska Boża ułatwia komunikację, milczenie może być bardziej wymowne niż słowa. Ludzie mogą znaleźć wspólny język ze sobą nie dlatego, że mają wspólne tradycje i zwyczaje, czy wspólne hierarchię biskupów, ale dlatego, że jest dialog i jedność serca. Ludzie zjednoczeni domyślnie, gdy w centrum swego życia umieszczają Chrystusa, Boga i mądrość, którą Bóg daje, korzystając z tej mądrości, aby żyć w miłości.

Dlaczego mówimy – izolacja? Ponieważ izolacja agresji do innego lub samoizolacja są wynikiem podziału chrześcijan, a tym samym konsekwencją nie wykonania woli Boga. Wszystkie praktyki kontemplatywne istnieją, żeby oddać pierwsze miejsce Bogu, Jego słowu, oraz Jego wolę, a naszą wolę, nasz strach, naszą interpretację oddać do woli Bożej, umieścić na kolejnym miejscu, zależnym od Założyciela naszego życia duchowego.

Tak więc tradycja o. Johna polega na udostępnianiu elementów dawnej monastycznej kontemplacji do codzienności współczesnego chrześcijanina, człowieka nowego wieku, żyjącego w tym przyspieszeniu tempu życia w tym “świeckim” świecie. Kościół prawosławny, zachowując i posiadając bogate tradycje kontemplacyjnej duchowości, w sposób nieunikniony zderza się z problemem, przepaść między starożytnością a nowoczesnością staje się coraz większą i większą. Na przykład, liturgia prawosławna, według wielu członków duchowieństwa, w potrzebie reformy, ponieważ starożytny monastyczny statut dzisiaj nie jest jasny dla ludzi, bolesny dla nich. W mojej opinii, medytacyjna praktyka naszej społeczności jest odpowiedzią dla wielu wiernych, którzy z ją pomocą mogą wroczyć się do do uzdrawiającego źródła kontemplacji.

Przed Kościołem prawosławnym stoi zarówno proste jak i skomplikowane zadanie. On jest posiadaczem ogromnego doświadczenia, za pomocą którego można doprowadzić do Boga zdecydowanie każdą duszę. Ale dziś on postawił siebie w warunki, w których to doświadczenie nie jest używane w życiu codziennym większości prawosławnych chrześcijan. Jest to konieczne aby ożywić kontemplacyjny wymiar życia duchowego, pokornie zaprosić Ducha Boga żywego, żeby On oświecił ludzi, pokazał im skarb pierwszych wieków chrześcijaństwa, jak sposób nowoczesnego służenia. Jeśli chrześcijanin nie otworzy się dla życiodajnego Ducha, nie zmoże ani duchowo, ani fizycznie, ani psychologicznie, lub społecznie, zrozumieć to wszystko, co od wieków zbiera Kościół prawosławny.

Dzisiaj w Kościele, opieramy się przede wszystkim na służbę liturgiczną, ale bez kontemplacyjnego doświadczenia, bez tradycji kontemplacyjnych, Wschodnią liturgię jest absolutnie niemożliwe zrozumieć. Bez zrozumienia jest niełatwo czynić ją we wspólnocie ludu Bożego. Liturgia bizantyjska jest bardzo uroczysta, powiedziałbym nawet, teatralna. A jeśli wspólnota nie podejmie naprawdę świadomego spotkania z Chrystusem, tej teatralności, tej jaskrawości napewno nie wystarczy. Ludzie często unikają nabożeństw, nudzą się nimi, a najczęściej jest to konsekwencją utraconych zasad i tradycji kontemplacyjnego doświadczenia. Dlatego jeden ze słynnych współczesnych duchownych prawosławnych igumen Grzegorz, opat dawnego klasztoru Docheiar na górze Athos raz powiedział takie słynne zdanie: *“Wszystko najważniejsze i wartościowe u prawosławnych zbiera kurz na półce.”*

Jedną z form pokuty, metanoi dla współczesnych chrześcijan, może być zmiana nastawienia do kontemplacyjnego doświadczenia starożytnych pustelników. Cel ten wyraźnie postawił sobie o. John Main. Przed rozpoczęciem Liturgii Bożej w parafii bardzo słusznym i świadomym krokiem byłoby dołączyć się do mnichów góry Athos, którzy przed Nabożeństwem zapalają świece i pozostają w milczeniu. Ja, jako kapłan, od dawna zauważyłem, że z każdym człowiekiem, na każdym poziomie edukacji, rozmawiać o obecność Boga jest ważniejsze i łatwiejsze niż mówić o akademickich i często abstrakcyjnych dla niego tematach. Morze książek, rozmów i filmów poświęcone są historycznym i kulturowym cechom, różnicom i

zaletam reguł kanonicznych i dogmatycznych. Dla ludzi bez żywych podstaw modlitewnego życia - wszystko to jest "ciemnym lasem", który zabiera nas od drogi prawdy. Gdybyście tylko wiedzieli, ile jest nieustannych rozmów wśród duchowieństwa na te tematy. Jeden raz patriarch Konstantynopola Atenagoras I nawet mówił, że nie przeciw był bym wysłać tych wszystkich teologów i pisarzy na bezludną wyspę, dać im ze sobą dużo szampana i kawioru, żeby przestali torturować siebie i ludzi. Dlatego kapłan prawosławny dziś może wyznaczyć dla siebie cel: odkryć dla wspólnoty prawdziwe znaczenie liturgii, podkreślając to skoncentrowanym milczeniem, głosem serca i milczeniem ust, główne punkty wspólnej sprawy, a mianowicie:

1. Początek, oczekiwanie i przygotowanie do spotkania z Chrystusem. Właśnie wtedy, przed początkiem liturgii, kapłan mówi słynne słowa: "czas dla Pana", które rozumiemy jako - Właśnie wtedy, przed liturgii kapłan mówi słynne słowa: "czas do Pana", które rozumiemy jako - czas działać dla Pana i dla nas - przyczynić się Jemu.
2. Czytanie Pisma Świętego, jako wyraźny sposób, aby usłyszeć Bożą wolę.
3. Anaphora - ofiarowanie darów, ustalone dla nas przez Chrystusa podczas Ostatniej Wieczerzy, a kończące się na kulminacji wezwaniem Ducha Świętego o dary: chleb i wino. Chcę podkreślić, że w starożytnej syryjskiej tradycji liturgicznej jest pojęcie "pełnego czci milczenia, świętego strachu".
4. Sam moment komunii - zakończenie służby.

Dla mnie to było wielką radością dowiedzieć się, że właśnie tak widział eucharystyczną posługę o. John Main. I byłem bardzo uradowany dowiedzieć się, że o. Lorens Freeman wykorzystuje kontemplacyjne chwile ciszy w czasie Mszy świętej. W stanie, które nazywamy "cichą obecnością" lub którą syryjscy ojcowie nazywali "pełnym szacunku przerażeniem", chrześcijanin jako osoba i jako modlitewnik jest otwarty na łaskę obecności Chrystusa. I wtedy wszystko, czym w sensie rytuału wypełniona jest prawosławna liturgia, ożywa, otrzymuje sens. Wszystko co robili Ojcowie, którzy stworzyli liturgię Wschodu, wszystkie gesty, symbole i obrazy - jest doświadczane w nowy sposób. Czas, przestrzeń, odległość geograficzna - to wszystko rozpuszcza się, wszystko staje się "tu i teraz". Do czego by my się nie dotknęli w naszej tradycji – wszystko wypływa z kontemplacyjnego doświadczenia.

Chodzę przed Bogiem, przebywam przed Nim, a tylko On może mnie napęlić, pokazać mi siebie jako Drogę w moją i naszą wspólną przyszłość. To pomaga mi poznać siebie, a im więcej ja się zanurzam w ciepło i światło Jego obecności, tym bardziej serce się uspokaja, ucieka strach razem z demonem wojny i konfrontacji – demon strachu i ścisłej kontroli. Potrzebną staje się jedność w miłości, głębokie i znaczące komunikacji z ludźmi, i oczywiście Liturgia w kościele.

Dzisiaj w społeczeństwie jest bardzo często omawiany temat wojen i konfliktów. Giną ludzie w Ziemi Świętej i Syrii, w Afryce i na wschodzie Ukrainy. Do Kościoła zwracają się z pytaniami na ten temat – a Kościół pyta, czy można zjednoczyć modlitewne i liturgiczne doświadczenie z agresją i nienawiścią? Odpowiedź jest oczywista: nie. Nie da się w ciszy i medytacji pozwolić samoizolację i egoizm, pychę i próżność, którymi zawsze nakarmią się jakiegokolwiek agresorzy. "Co może być wspólnego u ciemności ze światłem?" - wypowiadając tym pytaniem gotową odpowiedź. Dlatego przyszłością wspólnoty kościelnej jest w tym, żeby oddać siebie Bogu w nadziei, że Bóg będzie pełnić Jego wolę (biorąc pod uwagę jednak i naszą wolę) w nas przez Swego Syna. Możemy dzięki praktyce modlitewnego milczenia odkryć dla siebie głębię daru jedności myśli i dusz - prawdziwą istotę Boga w Trójcy Jedynej.

Tak więc, starożytna tradycja modlitwy serca (którą dziś nazywamy medytacją) przyszła do nas z pustyni Egiptu i Palestyny, z Syrii - z których chrześcijaństwo było głoszone na długo zanim dotarło do Europy. Oraz pomiędzy katolickim i prawosławnym rozumieniem modlitwy serca, medytacji, odosobnienia, dążenia do osamotnienia nie ma różnicy. Na co warto byłoby zwrócić

uwagę, jest to, w jaki sposób nasze serce płonie. Kiedy patrzymy nie na wyznaniową geografę, a na geografę ludzkich serc, - gdzie, w jakich krajach teraz najwięcej tych, którzy dążą do kontemplacyjnego sposobu duchowości, - rozumiemy, że lokalizacja tych ludzi nie zależy na mapie religijnej.

Jeżeli mówimy o prawosławiu, możemy powiedzieć, że tutaj tradycja modlitwy "rozumnej", hesichasmu, również nie jest równomiernie rozpowszechniona. Na przykład duże podniesienie hesychastycznych tradycji obserwowane było w Rumunii i Syrii. I oczywiście ośrodkiem praktyk hesychastycznych jest Góra Athos. Tam te tradycje mają podobne wsparcie, jak w klasztorach Benedyktynów, poprzez system mentorski - od nauczyciela do ucznia. Jeśli ktoś przychodzi na Athos, i chce nauczyć się modlitwy serca, on po prostu musi powiedzieć to głośno. Jemu polecą - istnieją nauczycieli. Gdzieś z własnej woli, ale gdzieś nie bardzo chętnie uczą tego. Jak i w katolicyzmie, w prawosławiu jest czasami brak zrozumienia znaczenia ciszy i medytacji. Są kapłani, sztywność pragnienie w ludzi do takich praktyk. Ale tęskniącą duszę, to nie powinno zakłopotać. Duchowość - jest to dar, ale dar człowieka otrzymuje się w modlitwie. Istnieje wiele form modlitwy, wszystkie z nich znane nam. Ale pierwszą z tych form modlitwy jest uzyskanie od Boga samego daru modlitwy, a już potem go używać. I jeżeli człowiek powinien modlić się do Boga o dolegliwości duszy, przede wszystkim musimy być świadomi tych chorób. A to wymaga praktyki milczenia. Jeśli weźmiemy zwykły prawosławny modlitewnik, tam na początku jest takie zalecenie - kiedy po przebudzeniu chcesz się modlić, najpierw trzeba uspokoić swoje uczucia i myśli. I dopiero wtedy zwrócić się do Boga. My powinniśmy prosić Boga w modlitwie, przede wszystkim za sam dar modlitwy. Wiemy, że Duch Święty modli się w nas. A Duch przychodzi w ciszy.

W modlitewnych praktykach, których używamy w naszej wspólnocie, mówimy o tym, że człowiekowi jest wygodniej powtarzać krótkie modlitewne słowo, gdy jest ono zgodne z oddechem. Ale skąd takie praktyczne porady? Bo człowiek nie myśli, jak on oddycha, ale docenia, że oddycha. Żyjemy dzięki oddychaniu, ze względu na fakt, że Duch Święty pozwala nam oddychać. Oddech wchodzi w nas, nie możemy go zatrzymać, dajemy go z powrotem... Tutaj jest cykl w działaniu dla człowieka. Teksty prawosławni, jak Filokalii, mówią o tym jak pasja, emocje, słowa i zgiełk rzeszkadzają modlitwie, i co należy praktycznie podjąć w celu wyeliminowania tych przeszkód. To, co czyni medytacja chrześcijańska, przedstawiona przez Johna Maina, - to właśnie i jest taką prostą i jednocześnie trudną pracą. Prostą - bo nie ma tu nic zawilego. A trudną - bo wymaga wysiłku. Aby być w jedności z Chrystusem, pragnąć prawdy, człowiek musi czuć siebie ubogim w duchu. I niczego nie sprzyja temu tak dobrze, jak chrześcijańska medytacja. Czytasz Pismo Święte i Psalmi domu? Zrób to po medytacji. Masz zamiar podjąć ważną decyzję w swoim życiu? Zatrzymaj się, nie spiesz, najpierw pomódl się w ciszy. Zaczynij dzień z medytacji, podziękowania Bogu, a następnie już wykonaj pracę. Tak w sercu będzie dar, Bóg wskaże, co robić i gdzie się udać.

W prawosławnym monastycyzmie w każdym czasie były kontemplacyjne tradycje, takie jak u katolickich kontemplacyjnych mnichów - benedyktyńców, trapistów, cystersów. Na przykład, chcę powiedzieć, że w wielu klasztorach w Ziemi Świętej, Syrii, Grecji, a mniej na przestrzeni poradzieckiej, znajduje się nie tylko literatura dla praktyki, ale również niektóre przydatne rzeczy. Na przykład - w każdej świątyni greckiej istnieją stasidii, takie fotele, które pomagają utrzymać ciało prawidłowo. Tak jak nauczał o. John Main, w tym samym celu. W stasidii istnieje ogromne płaskie oparcie. Rozumiemy, że prosty grzbiet - to elementarne krążenie krwi. Kiedy człowiek siedzi na takim siedzeniu, pojawia się możliwość oprzeć się, rozluźnić ramiona, usunąć obciążenie. Tak aby ciało służyło nam podczas modlitwy, a nie przeszkadzało. Tak więc, jeśli ciało jest prawidłowo ustawione w czasie modlitwy, jak to pisze o. John, staje się ono naszym sprzymierzeńcem. Przecież jest i tak wystarczająco dużo pracy modlitewnej, bez konieczności przekonywać swoje ciało - błędzenia myśli, potrzeby powrotu siebie.

W rzeczywistości o pozycji ciała podczas modlitwy w prawosławiu napisano wiele książek, i istnieje wiele różnych tradycji, jak to zrobić. Każdy wybiera dla siebie jedną z metod pracy - jak w czasie modlitwy on może dać swojemu sercu obcować się z Bogiem. Serce - to jedyne miejsce, gdzie możemy spotkać Boga. Nie zwracamy się do czegoś, ale komunikujemy się wyłącznie w swoim sercu. Dlatego w modlitwie serca znajdujemy zwykle odpowiedzi, niespodziewanie dla nas osobiste. I słuchający swojego serca w ciszy, rozumie, czego Bóg chce od niego. Medytacja chrześcijańska, która jest niezwykle ważną, łatwo rezonuje we współczesnym Kościele prawosławnym, ale tylko wtedy, gdy uwaga jest poświęcana kontemplacji. Jest to największa szansa dla nas. Dziś medytuje cały świat, dążą do tego wszyscy, a każdy już rozumie, jak ważne jest dla Boga milczeć i słuchać Go. Chodzić przed Bogiem - jest to wyjątkowy sposób życia, w którym, jak to się dzieje w medytacji, Bóg jest na pierwszym miejscu. W medytacji problemy zaczynają się dokładnie wtedy, kiedy człowiek swoją uwagę przemieszcza na siebie, na to, co się dzieje z nim i wokół niego. Chrystus przychodzi tam, gdzie ludzie radują się Jemu, I tam tworzy Swoje wewnętrzne Królestwo, o którym powiedział: "Królestwo jest w was." Tak więc Chrystus buduje swoje królestwo tajemniczo, tak, jak uważa za stosowne. Człowiekowi należy tylko ufać i iść w tej niesamowitej podróży. Gdy w duchowych traktatach napisano o zagrożeniach w kontemplacji, musimy pamiętać, że jest tylko jedno ryzyko - pycha oglądania siebie zamiast Chrystusa. Jest to ryzyko, graniczące z szaleństwem. Wszyscy, którzy są na ścieżce duchowej, rozumieją - jakie tu może istnieć "ja"? Bóg - jest wszystkim, On jest naszym życiem. Upodobało Panu - wykonało się, Bóg powiedział - i stworzył. A my - uczestnicy tego wspaniałego projektu. My służymy Bogu, a Bóg służy nam w tym samym momencie. Bóg służy nam, a my potrzebujemy go. Bóg obejmuje nas w tajemniczy sposób w swoich planach, które często są niezrozumiałe dla nas. Ale czym bliżej my do Boga, tym jasniejsze są dla nas Jego plany. Święty Augustyn opisał to dobrze. Mówią, że ludzki umysł jest podobny do ciemnego pokoju, ale kiedy światła łaski wystarcza, człowiek mówi: "Jest to dla mnie jasno". Na początku światło - aby zobaczyć, dokąd iść. Na początku cisza - aby usłyszeć, co robić. A już potem działanie.

Ja, będąc w Kościele prawosławnym w Ukrainie, myślę, że to jest wielka radość i błogosławieństwo uczestniczyć we wspólnocie benedyktyńskiej chrześcijańskiej medytacji. Jest to wspólne nasze dziedzictwo. Dla mnie, jako kapłana parafialnego, pojawia się wyjątkowa okazja wykorzystać doświadczenie o. Johna Maina oraz doświadczenie starożytnego Kościoła, i być w tym korzystnym dla Boga - jako wykonawca Sakramentu, w którym my wszyscy jesteśmy jednym. W czymkolwiek możemy być osobno, ale de facto jesteśmy jednym. Ta jedność, która potwierdzona jest przez złote milczenie, obecność Chrystusa wśród uczniów. Jeżeli będziemy słuchać tych zaleceń, wtedy przestaniemy rozpraszać się na rzeczy drugorzędne.