





Pavel Vojtěch Kohut OCD

Lektura w modlitwie myślniej  
według św. Teresy z Ávila



FLOS CARMELI  
Poznań 2024

Tytuł oryginału  
*Čítanka vnitřní modlitby,  
Jak meditovat Pismo podle sv. Terezie z Ávily*

© Pavel Vojtěch Kohut, 2017  
© Copyright for the Polish edition by Flos Carmeli 2024

Tłumaczenie  
*Ewa Czepcowa*

Redakcja  
*Aleksander Szczukiecki OCD  
Pavel Vojtěch Kohut OCD*

Imprimi potest  
*o. Łukasz Kansy OCD, Prowincjał  
Warszawa, dnia 02.07.2024, L. dz. 99/P/2024*

Nihil obstat  
*o. Piotr Neumann OCD, Cenzor*

Imprimatur  
*bp Grzegorz Balcerek, Wikariusz Generalny  
Poznań, dnia 02.07.2024, N. 3127/2024*

Wydawca  
FLOS CARMELI Sp. z o.o.  
Wydawnictwo Warszawskiej Prowincji Karmelitów Bosych  
ul. Działowa 25 | 61-747 Poznań | tel.: 61 856 08 34  
e-mail: [wydawnictwo@floscarmeli.pl](mailto:wydawnictwo@floscarmeli.pl)  
**[www.floscarmeli.pl](http://www.floscarmeli.pl)**

ISBN 978-83-66504-86-8

## WSTĘP

---

**K**iedy jakiś czas temu podzieliłem się na Facebooku radością z wydania *Elementarza modlitwy myślniej*, pewna znajoma napisała wówczas: „*Elementarz modlitwy myślniej?* Świetnie! Mam nadzieję, że następna w kolejności będzie *Lektura*”. Odebrałem to bardziej jako żartobliwą prowokację, niż poważną radę. Szybko jednak zacząłem dochodzić do wniosku, że jest to w rzeczywistości bardzo dobry pomysł. Z jednej strony zachęciło mnie pozytywne przyjęcie *Elementarza* przez czytelników i recenzentów, z drugiej zaś Wydawnictwo Portal zwróciło się do mnie z zapytaniem, czy nie rozważyłbym wydania nowej książki.

Poza tym, drogi czytelniku, z pewnością znasz to uczucie niezadowolenia, kiedy ktoś zaczyna o czymś mówić, ale z różnych względów nie kończy. Rozpoczętą myśl trzeba po prostu dokończyć.

Choć w *Elementarzu* napisałem, że w modlitwie myślniej według Teresy z Ávila, można przynieść przed siebie życie Jezusa (i rozważać Ewangelie), lub swoje życie złożyć przed obliczem Jezusa (i rozmawiać z Nim swobodnie). Nie nakreśliłem jednak, jak jedno i drugie ma się odbywać. ... Jak medytować Pismo Święte według św. Teresy? Czy istnieje jakaś konkretna metoda? A może są przynajmniej jakieś reguły czy wskazówki, mające nam pomóc?

Doszedłem do wniosku, że przydałoby się jeszcze słowo wyjaśnienia. W pierwszej kolejności o tym, jak medytować Pismo Święte według św. Teresy, a z czasem może również, jak zrozumieć swoje życie w kontekście jej nauczania. Innymi słowy: Zrozumiałem, że dobrze by było poszerzyć *Elementarz* o dwie siostry. Na razie przynajmniej o *Lekturę*, a w następnej kolejności może znajdzie się książka o rozeznawaniu woli Bożej w modlitwie myślnej.

Czy wynika to z mojej nieumiejętności powiedzenia wszystkiego na raz, czy może raczej z faktu, że modlitwa myślna jest zbyt bogata, aby można ją było uchwycić w całości za pierwszym razem? Nie wiem, wydaje mi się, że chodzi o jedno i drugie.

W każdym razie *Lektura w modlitwie myślnej* pokazuje jak można medytować fragmenty biblijne według św. Teresy. Nie znajdziemy tutaj wyboru tekstów Świętej, w których poruszałyby temat bezpośrednio, ani analiz komentarzy terecjańskich do tekstów biblijnych (poza kilkoma wyjątkami byłoby to trudne do znalezienia w indeksach biblijnych jej dzieł). Ja także nie udzielię instrukcji do medytacji fragmentów Pisma św., zawierających komentarz św. Teresy. To ostatnie praktykuję na kursach i szkołach *Inicjacji mistagogicznej do modlitwy terecjańskiej* (IMMoT), które są temu poświęcone.

Chcę tutaj po prostu zaoferować pewien zestaw wskazówek dotyczących medytacji Pisma Świętego, podobnie jak to uczyniłem w *Elementarzu* w odniesieniu do wprowadzenia do modlitwy myślnej św. Teresy.

Nie chciałem pisać *Elementarza II*. Znamy to z wielkich przebojów kinowych. Nieplanowe sequele są zazwyczaj

nieudanymi klapami. W pierwszym filmie temat został wyczerpany w zamkniętej historii, a kolejne odsłony zazwyczaj szukają na siłę czegoś do zaoferowania bazując na wcześniejszych pomysłach, które się rozcięcza i mnoży... Tak więc, choć nie było to moim zamiarem, *Lektura* rzeczywiście przypomina formą *Elementarz*. Mam nadzieję, że nie będzie to działać na jej niekorzyść i nie podzieli losu nieudanych kontynuacji znanych przebojów filmowych.

Życzę wszystkim czytelnikom, aby *Lektura* stała się rodzajem hasła dostępu, otwierającego wirtualny program medytacji Pisma Świętego sposobem św. Teresy.

Bouar, dnia 15 sierpnia 2017 r,  
podczas Uroczystości Wniebowzięcia Najświętszej  
Maryi Panny





# WYKAZ UŻYTYCH SKRÓTÓW

---

## **Dzieła świętej Teresy z Ávila<sup>1</sup>**

Dd = *Droga doskonałości* (Dd 1,2 = 1. rozdział, 2. punkt)

Dd<sup>E</sup> = *Droga doskonałości* (rękopis z El Escorial, pierwsza redakcja książki)

Dd<sup>V</sup> = *Droga doskonałości* (rękopis z Valladolid, druga redakcja książki)

Dd = *Droga doskonałości* (rękopis z Toledo, trzecia redakcja książki)

M = *Zamek wewnętrzny, czyli Mieszkania* (1M 2,4: 1. mieszkanie, 2. rozdział, 4. punkt)

F = *Księga fundacji* (numeracja jak w Dd)

Ż = *Księga mojego życia* (numeracja jak w Dd)

## **Pisma mniejsze**

K = *Konstytucje*

Sd = *Sprawozdania duchowe*

Mm = *Moje medytacje, Rozważania na kanwie Pieśni nad Pieśniami*

W = *Wołania duszy do Boga*

Vj = *Vejamen, czyli konkurs interpretatorski*

---

<sup>1</sup> Cytowane za: św. Teresa od Jezusa, Doktor Kościoła, *Dzieła wszystkie*, 4 tomy, Flos Carmeli, Poznań 2009-2016, *Pisma mniejsze*, t. 5 (w przygotowaniu) oraz św. Teresa od Jezusa, *Listy*, WKB, Kraków 2008.

P<sup>T</sup> = *Poezje*

L<sup>T</sup> = *Listy*

## **Dzieła św. Jana od Krzyża<sup>2</sup>**

Pd = *Pieśń duchowa* (Pd 1,6 = 1. rozdział, 6. punkt)

L<sup>J</sup> = *Listy*

Nc = *Noc ciemna* (2Nc 1,3 = 2. księga, 1. rozdział, 3. punkt)

Dgk = *Droga na Górę Karmel* (numeracja jak w Nc)

S = *Sentencje, Słowa światła i miłości*

Żpm = *Żywy płomień miłości* (numeracja jak w Pd)

## **Inne źródła**

Skróty nazw ksiąg biblijnych podawane są według przekładu liturgicznego, z którego pochodzą też konkretne cytaty.

---

<sup>2</sup> Cytowane za: św. Jan od Krzyża, Doktor Kościoła, *Dzieła*, WKB, Kraków 2004.

*Tej, która przyjęła Słowo w takim stopniu,  
że umożliwiła Mu, stanie się ciałem.*



## ROZDZIAŁ I

---

### **Odkryj sens rozważania Pisma Świętego, czyli miej książkę pod ręką**

**C**hętnie sprzątam w kaplicy, gdzie nasza wspólnota gromadzi się na modlitwę myślną. Nie dlatego, że jest to przyjemniejsze niż sprzątanie klatki schodowej czy toalet; dzięki temu mogę dowiedzieć się, czym bracia wspomagają się przy modlitwie.

Zdziwiłbyś się, jak różne książki można tam znaleźć! Pomijając zupełnie skrajny przypadek młodzieżowej książki przygodowej, na którą natrafiłem przed laty w seminarium, większość publikacji uznać można za literaturę duchową lub teologiczną. Nie brakuje dzieł karmelitańskich świętych, łącznie ze świętą Teresą. Wydaje się więc, że nie ma się do czego przyczepić... A jednak... bardzo rzadko zdarza się, bym natrafił na Biblię. Jak to możliwe?

Być może niektórzy bracia noszą ją, jak ja, ciągle przy sobie i dlatego nie ma jej na swoim miejscu? Nie łudzę się jednak by dotyczyło to wszystkich. Zwyczaj regularnego noszenia Pisma na modlitwę myślną nie jest w Karmelu wcale taki oczywisty! Muszę to przyznać z niemałym zawstydzeniem.

Ty także spróbuj – jeśli żyjesz we wspólnocie – sprawdzić, jaka literatura znajduje się w kaplicy, a potem zrób inwentaryzację własnych pomocy stosowanych w modlitwie myślnej. Brakuje wśród nich Biblii? Dlaczego? Jest, ale cała zakurzona? Jak to wytłumaczyć?

## 1. PRAKTYKUJ MODLITWĘ Z KSIĘGĄ KSIĄG

Od lat zastanawiam się, dlaczego w modlitwie myślnej inne księgi (czyli słowo człowieka) przedkłada się nad Księgę Ksiąg (czyli Słowo Boże!). Jednak dopiero okazja do napisania *Lektury* doprowadziła mnie do sklasyfikowania moich obserwacji. Doszedłem do wniosku, że istnieją zasadniczo trzy podstawowe przyczyny takiego stanu rzeczy. Nazwy, które im nadałem, są nieco skomplikowane, lecz wierzę, że gdy wyjaśnię je po kolei, nie będą już tak niezrozumiałe i trudne do zapamiętania. Przyczyny są następujące: *historyczno-interpretacyjna*, *mistagogiczna* i *pedagogiczna*.

Pierwszy powód, *historyczno-interpretacyjny* polega na tym, że nie umiemy czytać dzieł Teresy w kontekście jej czasów, a następnie nie wkładamy wysiłku, by zastosować jej *rzeczywiste* słowa w kontekście naszych czasów. Innymi słowy: nie patrzymy na dzieła Teresy jej oczami, lecz swoimi i dlatego często wyciągamy wnioski, których tam nie ma.

## Zająć się czytaniem

W szóstym rozdziale *Elementarza* zaznaczyłem już, dlaczego Teresa nie mogła podczas modlitwy myślniej trzymać w rękach Biblii *jako takiej*, ani polecić tego samego swoim współsiostrom. Jest to rzecz ogólnie znana – przynajmniej w ramach naszego zakonu. Mimo to, nieliczni zadają sobie pytanie, jak dzisiaj zachowałyby się Święta i co napisałyby w związku z tym zagadnieniem lub na co zwróciłyby uwagę, gdyby mogła z perspektywy swoich czasów doradzać dziś współczesnym chrześcijanom.

Nie żyjemy już w czasach, kiedy z obawy przed niezrozumieniem treści, zabrania się czytania Pisma Świętego w języku ojczystym. Wręcz przeciwnie. Za nami Sobór Watykański II, który nawiązując do wcześniejszych ruchów biblijnych, ponownie zachęcał katolickich chrześcijan do traktowania Pisma Świętego nie tylko jako „duszy” teologii, ale także życia duchowego wierzących. (por. *Dei verbum* n. 24) Nawet gdyby Teresa nie miała nic do powiedzenia na ten temat, i tak musimy dojść do wniosku, że dzisiaj nie można praktykować modlitwy myślniej bez Pisma Świętego.

Jestem głęboko przekonany, że także w tej kwestii możemy się od niej czegoś nauczyć. Konieczna jest jednak umiejętność czytania pism Świętej w kontekście jej epoki i właściwa interpretacja w odniesieniu do siebie. Klasycznym przykładem jest fragment z czwartego rozdziału *Księgi mojego życia*, w którym Święta opowiada najpierw o swoich pierwszych sukcesach w modlitwie myślniej (por. *Ż* 4,7), a następnie przedstawia sposób, w jaki rozwiązywała trudności, które pojawiły się później

(por. Ż 4,8 nn.). Główne narzędzie „(..) dla obronienia się przed myślami, okazjami i niebezpieczeństwami” (..) postrzega w korzystaniu podczas modlitwy z ksiąg, zalecając: „Aby zaangażował się bardziej w czytanie, gdyż sam z siebie nie może wydobyć żadnej nauki” (Ż 4,8).

## Ale jaką lekturę wybrać?

Choć Teresa podkreśla, jak wielką pomocą była dla niej książka w modlitwie myślniej, a w innych fragmentach swoich dzieł podobnie doradza czytelnikom, my wynieśliśmy z jej przesłania jedynie to, że trzeba mieć pod ręką *jakaś* książkę i nie bać się *czytać* w trakcie modlitwy. Do dziś wielu jej synów i córek duchowych próbuje zastąpić modlitwę myślną lekturą duchową lub wręcz nauką, spędzając większość czasu na czytaniu. Teresa w swojej praktyce zupełnie temu zaprzecza: „I często wystarczyło, że otworzyłam książkę; nie było potrzeba nic więcej. Czasami czytałam niewiele, innymi razy więcej, zgodnie z darem, którego Pan mi udzielał” (Ż 4,9) Z wyżej cytowanego fragmentu jasno wynika, że książka ma być odpowiedzią na *aktualną potrzebę*, a nie stać się regularną i niemal jedyną treścią modlitwy myślniej.

Jeszcze większy problem stanowi *dobór konkretnej książki*. Jak już wspominałem, w kaplicy znajdziemy obok duchowych klasyków opasłe tomy teologiczne, biografie świętych oraz publikacje opisujące objawienia prywatne (często o niskiej wartości). A trzeba pamiętać, że Teresa nie zaleca czytania *czegokolwiek*. Znaczący św. Teresy wymieniają książki, z których Święta sama korzystała podczas modlitwy, a z jej *Konstytucji* wiemy także, które teksty



polecała swoim współsiostrom. Te najbardziej znane to nic innego jak parafrazy opowieści biblijnych, zwłaszcza Ewangelii i opisów Męki Pańskiej. Jako przykład tego rodzaju publikacji należy wspomnieć chociażby *Życie Chrystusa* autorstwa Ludolfa Kartusza z Saksonii. Doborem takich lektur Teresa chciała niezaprzeczalnie skompensować zakaz medytacji tekstów biblijnych: nie mając do nich dostępu, rozważała ich parafrazy, co również zalecała innym.

### **Czerpać wodę ze studni**

Wydaje mi się, że różnica między wspomaganie modlitwy myślnej tematem biblijnym a innymi książkami, choćby duchowymi, jest mniej więcej taka, jak czerpanie wody ze studni lub z cysterny. Wodę często znajdziesz także w *cysternie*, czyli wydrążonym zbiorniku, który zbiera deszczówkę, ale mieć do dyspozycji *studnię*, napełnianą nieustannie czystą gruntową wodą, to coś zupełnie innego. Tym bardziej, że wystarczy by cysterna była pęknięta i cała woda zacznie wyciekać... Teksty biblijne są jak studnie, zawsze pełne pitnej wody. Pozostała literatura może czasami się do niej zbliżyć, ale zazwyczaj nadal będzie chodziło o cysternę.

Nie zrozum mnie źle. Nie jestem zupełnie przeciwny korzystaniu *od czasu do czasu* podczas modlitwy z innej lektury duchowej niż Biblia. Uważam jednak, że jest bardzo złe jeśli stanie się to regułą, która zepchnie Słowo Boże na margines praktyk modlitewnych, zastępując modlitwę literaturą duchową czy wręcz nauką!

Pismo Święte jest – w odróżnieniu od innych ksiązek – po prostu studnią, z której wypływa świeża woda, na co wskazuje też Teresa w jednym ze swoich porównań: na początku modlitwa myślna przypomina czerpanie wody ze studni. (por. Ż 11,7) Stąd też wyróżniający się motyw studni na okładce tejże książki – by nigdy nie zapomnieć, że wodę Łask Bożych należy szukać przede wszystkim w Piśmie Świętym.

Oczywiście, istnieje również zagrożenie, że modlitwa myślna zostanie sprowadzona do formy lektury duchowej czy nauki także wówczas, gdy zdecydujesz się oprzeć ją o medytację fragmentów biblijnych. Ważne jest bowiem nie tylko co medytujesz, ale także w jaki sposób. I właśnie tym pytaniem zajmę się w prezentacji kolejnych dwóch powodów, dla których tak często brakuje Pisma Świętego w modlitwie myślnej.

## 2. UCZ SIĘ TEGO, NA CZYM POLEGA MEDYTACJA

Drugą przyczynę określiłem jako *mistagogiczną*. Co przez to rozumiem?

*Mistagogia* oznacza wtajemniczenie. Formą takiego uczestnictwa w tajemnicy jest właśnie spotkanie z Panem w modlitwie myślnej. Spotykamy się tutaj przecież z żywym Bogiem, mistycznie obecnym w naszym wnętrzu! Dlatego każdy z nas potrzebuje *pośrednictwa w doświadczeniu Bożego działania w modlitwie*.

Niestety nie tylko w naszym zakonie, ale też w innych środowiskach chrześcijańskich panuje błędne przekonanie, że praktyka modlitwy myślniej jest zupełnie prosta i wszystko jest w niej zrozumiałe i dostępne. Jak inaczej wytłumaczyć kompletny brak stopniowego wprowadzenia w tajemnice modlitwy myślniej w miejscach, gdzie powinno być obowiązkowe?

Pamiętam, że gdy wstępowałem do postulatu, w pierwszym okresie życia we wspólnocie zakonnej, otrzymałem, jak każdy z nas, niewielką książeczkę w wydaniu kieszonkowym, z ośmioma, może dwunastoma stronicami, zawierającą kilka cytatów Teresy dotyczących modlitwy myślniej z krótkim komentarzem. Na tym zakończyło się wprowadzenie do modlitwy, którą powinienem od tego czasu praktykować w kaplicy codziennie przez godzinę rano i wieczorem, w towarzystwie około pięćdziesięciu osób.

Mniejsza o mnie! Ja miałem wtedy za sobą, co prawda niezbyt udaną, lecz już sześćioletnią praktykę modlitwy myślniej. Co mieli począć pozostali, nierzadko zaledwie osiemnastoletni młodzieńcy, którzy nigdy wcześniej nie medytowali i nagle zostali „wrzuceni na głęboką wodę” i zmuszeni „do pływania”?

Nie raz zdarzało się, co mogłem niechcący zaobserwować, że ktoś otwierał modlitewnik i zaczynał w myślach recytować wszystkie modlitwy ustne po kolei, dopóki nie przewertował całej książki lub medytacja nie dobiegła końca.

## Rozważanie w obecności Pana

Jeśli chcesz uniknąć podobnej sytuacji, zapoznaj się proszę najpierw z odpowiednią lekturą wprowadzającą w terezańską modlitwę myślną, na przykład z moim *Elementarzem modlitwy myślnej*. Następnie spróbuj zacząć praktykę modlitwy, a dopiero potem wróc do tejże *Lektury*. A jeśli masz taką możliwość, najlepiej znajdź doświadczoną osobę, która praktykuje modlitwę myślną od dłuższego czasu i może ci doradzić i towarzyszyć.

Tym z was, którzy podjęli już pierwsze kroki w modlitwie i pytają mnie, jak ma wyglądać medytacja biblijna wg św. Teresy, proponuję jej najważniejszy opis: „Medytacją nazywam dłuższe wędrowanie myślą za pomocą rozumu w następujący sposób: zaczynamy od rozmyślania o tym darze, jaki Bóg nam uczynił, dając nam swojego jedyne Syna, i nie zatrzymujemy się nad tym, ale przechodzimy dalej do tajemnic całego Jego chwalebego życia; lub zaczynamy od modlitwy w Ogrodzie Oliwnym i rozum nie zatrzymuje się aż do momentu, gdy Pan zostanie umieszczony na krzyżu; lub bierzemy jakiś fragment z Męki, na przykład pojmanie, i zagłębiamy się w tę tajemnicę, rozważając szczegółowo te sprawy, które Jezus musiał myśleć i odczuwać, zarówno w związku ze zdradą Judasza, jak i ucieczką apostołów, i całą resztą. A jest to zadziwiająca i wielce zasługująca modlitwa” (6M 7,10).

Jak wiadomo, medytacja jest dla Teresy przede wszystkim kwestią *umysłu*, choć *wyobraźnia*, *uczucia* i *wola* też odgrywają swoją rolę. Zauważ, że Święta od razu podkreśla wagę osobistego zaangażowania („rozmyślania o tym darze, jaki Bóg nam uczynił”), które sprawia, że refleksja

teoretyczna nie może się obyć bez osobistej relacji z Panem. Dodatkowo zapewnia, że ze względu na rozwijanie przyjacielskiej rozmowy, twój rozum i inne władze powinny zamilknąć, byś mógł zwyczajnie pozostać w obecności Pana: „Dobrze jest analitycznie rozważyć przez chwilę (...), ale nie należy zamęczać się nieustannie tym usiłowaniem (...), a jedynie pozostać tam z Nim, gdy rozum zamilknie. Niechaj dusza zajmie go, jeśli zdoła, tym wpatrywaniem się w to, że Pan na nią patrzy, i niech Mu towarzyszy, i rozmawia” (Ż 13,22).

## **Na tropie intymności w związku**

Rozważanie Ewangelii, o której Teresa mówi w szóstym mieszkaniu *Zamku wewnętrznego* ma służyć głównie budowaniu twojej osobistej rozmowy z Jezusem i przebywaniu w Jego obecności. Celem jest pogłębienie intymności i zażyłości w łączącej was relacji. Wynikają z tego dwa wnioski. Zarówno *fragmenty*, które będziesz medytował, jak i obrany sposób powinny realizować właśnie to kryterium!

Kiedy w *Elementarzu* pisałem o przydatności stworzenia własnej „listy przebojów” z ulubionymi fragmentami Ewangelii, którymi możemy się karmić, nie miałem na myśli, nieregularnej medytacji Pisma. Sam to robię od wielu lat. Ważne, byś w każdym fragmencie zatrzymał się przy tym, co przemawia do ciebie najgłębiej i pomaga pogłębić relację z Jezusem. Po „ulubione przeboje” sięgamy dopiero wówczas, gdy modlitwa z różnych powodów nam nie wychodzi.

Istotniejszą kwestią jest nacisk na *wolność sposobu postępowania*. Czytając książki lub słuchając wykładów na temat modlitwy terezańskiej spotkałem się wielokrotnie (ostatnio w tym tygodniu!) z próbami „wymuszenia” na mnie określonej metody medytacji fragmentów biblijnych, pochodzącej podobno od św. Teresy. Zapewniam was, że tak, jak nie znajdziecie w jej dziełach metody praktyki modlitwy myślniej (w sensie podania sekwencji następujących po sobie kroków), tak nie ma w nich reguł mówiących jak należy medytować fragmenty Pisma Świętego.

Wróć jeszcze do tej kwestii później, a tymczasem polecam: Bądź jak pies myśliwski, który złapał trop! Wypatrzyj w każdym tekście tego, co pachnie intymną relacją z Chrystusem i naucz się wykorzystywać te władze, które w danym fragmencie doprowadzą cię najskuteczniej do wzrastania w zażyłości z Panem.

## **Księga błogosławienie blisko**

Wcześniej zaznaczyłem, że Pismo Św. trzeba rozważać systematycznie, czyli łącznie ze Starym Testamentem i fragmentami Nowego Testamentu, które nie dotyczą bezpośrednio ziemskiego życia Jezusa. Stary Testament jest dla Chrześcijanina bowiem prorocstwem o Chrystusie, które się w sensie doskonałym wypełnia dopiero w nowotestamentowej perspektywie. Ogromne znaczenie dla intymnego przebywania z Panem mają zatem wszystkie fragmenty biblijne, nie tylko Ewangelie. Oczywiście medytacja nad fragmentami Księgi Kapłańskiej, dotyczącymi kultu w świątyni, nie będzie tak samo łatwa, jak prosta narracja Ewangelisty Marka, lecz obie mogą nas przy-

bliżyć do Chrystusa. Pomijając fakt, że im większy trud wkładamy, tym bardziej zaskakująco owocne są rezultaty.

Gdziekolwiek jesteś, ważne, by Biblia, Księga Ksiąg, stała się niezbędnym przewodnikiem po modlitwie myślnej. W westernach, które pochłaniałem będąc nastolatkiem, często powtarzane jest ostrzeżenie: „Moje pistolety zawieszono są przekłęcie nisko”. Obyś i ty mógł pochwalić się, że masz Księgę Ksiąg  *błogostawienie blisko*.

Gdy po raz pierwszy natrafiłem na kieszonkowe wydanie całego Pisma Świętego, nie wahałem się wydać sporej sumy pieniędzy. W domu opравиłem je w twardą okładkę i od tej pory noszę *cały czas* przy sobie mimo, że nie zawsze jest to wygodne i muszę od czasu do czasu łatać prawą kieszeń habitu. Pewność posiadania Księgi zawsze pod ręką (por. Ż 4,9) jest tego zdecydowanie warta!

### 3. W KTÓRĄ STRONĘ IŚĆ?

Trzeci powód, dla którego Pismo Święte nie znajduje się w centrum naszej modlitwy wewnętrznej, ma charakter *pedagogiczny*. Chodzi o to, by poznać m.in. sposoby medytacji, podejścia do modlitwy, panujące zasady, najczęściej popełniane błędy oraz sposoby ich unikania, a także aby zapoznać się z perspektywami rozwoju w przyszłości, itp.

Innymi słowy, zachowanie człowieka na modlitwie myślnej podlega także pewnym regułom i konieczna jest przynajmniej podstawowa *wiedza merytoryczna, mądrze stosowana* w nauczaniu modlitwy. Osoby początkujące, które nie mają nauczycieli modlitwy, często nawet nie

wiedzą, że ich potrzebują czy że powinny szukać. Nic więc dziwnego, że w takim przypadku – prędzej czy później – nieuchronnie porzucają wszelkie wysiłki nad kontemplacją Pisma Św. (tonący brzytwy się chwyta), czytając cokolwiek.

Zważywszy na to, co zostało wyżej powiedziane, następujące twierdzenie może brzmieć nieco paradoksalnie. Teresa nie daje konkretnych instrukcji, jak należy rozważać fragmenty Pisma Św. Przeciwnie, zapewnia, że „Gdyż tak jak wiele jest mieszkań w niebie, tak wiele jest również dróg” (Ż 13,13). A gdzie indziej stwierdza, że: „wieloma drogami Bóg prowadzi dusze” (6M 7,12). Stwierdzenie można oczywiście odnieść nie tylko do wyboru fragmentu Pisma, ale także do sposobu jego medytacji.

Właśnie ze względu na znaczną swobodę w modlitwie terezańskiej trzeba przyswoić sobie cały szereg zasad i wskazówek oraz nauczyć się z nimi pracować. Teresa nie uczy bowiem modlić się *Słowem*, jak to czyni monastyczna metoda *lectio divina* (sama nie mogła jej znać w takiej formie!) ani nie prowadzi do rozmyślenia według św. Ignacego (choć mogła je znać dzięki częstym kontaktom z jezuitami). Po prostu zachęca każdego, by zgodnie ze swoimi uzdolnieniami wykorzystał swoje mocne strony do przyjacielskiej rozmowy z Jezusem, odbywającej się na podstawie fragmentu biblijnego.



## Od rozumowego rozważania do wyobrażenia ewokującego<sup>1</sup>

Jeśli jesteś uzdolniony intelektualnie, twoje rozmyślanie scen z Ewangelii może być *rozumowym rozważaniem*, opisanym powyżej w cytowanym fragmencie św. Teresy (por. 6M 7,10). Święta zachwala taką formę modlitwy, uważając ją za korzystną (por. Ż 12,4; 13,12; 6M 7,10). Sposób ten znalazła w znacznym stopniu u dominikanów, którzy przekazują innym to, co dostrzegli na modlitwie i studiach, zwłaszcza dzięki rozumowi (*contemplata aliis tradere*). Święta dodaje jednak, że nawet rozumowe rozmyślanie nie może zająć całego czasu poświęconego na modlitwę, ponieważ powinna prowadzić do intymnej rozmowy z Przyjacielem: „Do tych, którzy rozumowo rozważają, mówię, aby cały czas modlitwy nie upływał im tylko na tym. Albowiem – choć jest to bardzo zasługujące – ponieważ tak smakowitą jest ta modlitwa (...) niechaj uobecniają się przed Chrystusem i bez zamęczenia rozumu niechaj rozmawiają sobie z Nim i cieszą się Jego obecnością” (Ż 13,11).

Jeśli natomiast dysponujesz bogatą wyobraźnią, wykorzystaj ją do przybliżenia sobie sceny ewangelicznej poprzez wspomagające wyobrażenie, niby prosty szkic żywego obrazu w umyśle, tak jak czynią to jezuici za radą św. Ignacego w przygotowaniu do kontemplacji. Św. Ignacy nazywa to „kontemplacją widzialnego” (*Ćwiczenia du-*

---

<sup>1</sup> *ewokującego* = od łac. *ēvocāre* (wzywać, przywoływać, wywoływać); wywoływać określone wizje, przeżycia, nastroje lub skojarzenia; ewokować obraz, scenę, symbol; atmosferę, marzenie, nastrój, przeżycie, wspomnienie.

chowe 47), ale ponieważ w szkole terecjańskiej terminy kontemplacja i medytacja (rozmyślanie) nie są rozumiane synonimicznie, wolę termin *wyobrażenie ewokujące*. Choć Teresa miała także znaczne problemy z użyciem wyobraźni (podobnie jak z wykorzystaniem rozumu, por. Ż 4,7 i 9,4), znajdziemy u niej dwa przykłady takiej modlitwy, stosowanej już we wczesnym dzieciństwie i przed wstąpieniem do klasztoru. Są to medytacje na temat sceny spotkania Jezusa z Samarytanką (por. Ż 30,19) oraz Jezusa w ogrodzie Getsemani (por. Ż 9,4). Do obu tych medytacji jeszcze powrócę, ale już teraz chcę zaznaczyć, że Teresa wykorzystuje w nich przede wszystkim wyobraźnię i emocje.

Również w tym wypadku obowiązuje zasada, że wyobraźnia podprowadzająca ma być odskocznią do osobistej rozmowy z Panem i prostego przebywania z nim. W przeciwnym razie modlitwa myślna stanie się intelektualną zonglerką lub wirtualnym kinem, a gdzieś po drodze umknie to, co najważniejsze.

## **Bądźcie jak owce**

W modlitwie terecjańskiej można także wykorzystać elementy praktyki mnichów – *lectio divina*. U świętej Teresy szukalibyśmy tego na próżno, bo przecież nie miała możliwości pracować bezpośrednio z tekstem biblijnym. Jakkolwiek w jednym ze świadectw z życia św. Jana od Krzyża znajdujemy radę, która byłaby zrozumiała także dla niej. Kiedy pewnego dnia Święty opuszczał klasztor karmelitanek bosych w Beas, powiedział siostrom, które skarżyły się, że długo pozostaną bez jego porad: „Bądź-

cie jak owce. Przeżuwaszcie to, co wam powiedziałem, zanim przyjadę następnym razem”<sup>2</sup>.

W rzeczywistości Doktor Mistyczny przytoczył najpierw żydowską i później monastyczną medytację: powtarzanie wersetu biblijnego półgłosem lub szeptem. Jest to zresztą pierwotne znaczenie hebrajskiego *hagah* i greckiego *meletao*, które tłumaczone jest łacińskim słowem *meditari*. Późniejsza tradycja zaczęła określać ten sposób medytacji jako *ruminatio verbi* (*przeżuwanie słowa*).

Powtarzanie wersetu biblijnego może z czasem przerodzić się w swoiste pogrążenie w jednym słowie – powtarzaniem bez przerwy lub od czasu do czasu – przez osobę modlącą się bez uczestnictwa rozumu lub wyobraźni. Sam przez jakiś czas praktykowałem taki sposób medytacji i do dzisiaj żyję z niektórych jej owoców.

O takiej modlitwie świadczy na przykład średniowieczne pismo *Obłok niewiedzy*. Również popularna praktyka wschodniej Modlitwy Jezusowej wyrosła z tego typu podejścia do Pisma Świętego. Mimo wszystko w modlitwie terezańskiej rytmiczne powtarzanie formuły czy zakotwiczenie się w słowie nie powinny wypełniać całego czasu przeznaczonego na modlitwę, lecz prowadzić do przebywania w obecności Pana.

## Sposobem wody w umywalce

W modlitwie myślniej pomagają zarówno ludzkie władze, czyli rozum, wola, wyobraźnia, pamięć, jak i słowa

<sup>2</sup> Alonso de la Madre de Dios, *Vida, virtudes y milagros del santo padre Fray Juan de la Cruz*, EdE, Madrid 1989, s. 283.

tekstu biblijnego, które medytujemy. Każdy z tych elementów może i powinien służyć jako wsparcie pojedyncze lub oddziałując wspólnie. Ważne, by poszczególne formy medytacji prowadziły cię do tego co najważniejsze, czyli przyjacielskiej rozmowy z Panem lub prostego przebywania z Nim. Jeśli będziesz zbyt zajęty rozważaniem rozumu, wyobrażeniem wspomagającym, a nawet tym, by spocząć w słowie, zbyt duża siła odśrodkowa będzie cię odciągać od obecności Jezusa w twoim wnętrzu.

Jako przykład przytoczę banalne porównanie: Podczas medytacji zachowuj się jak woda w umywalce, z której został wyciągnięty korek. Będziesz krążył wokół, stopniowo być może przepływając przez całą umywalkę, lecz niewątpliwie kierując się w stronę odpływu.

Wiele z koncepcji medytacji, którą ośmielam się nazywać terezańską, odkryjesz nie tylko podczas modlitwy własnej, lecz także czytając kolejne rozdziały. Przedstawię w nich kilka postaci biblijnych i konkretnych fragmentów, które były dla Teresy szczególnie cenne. Komentując jej konkretne głosy biblijne w poszczególnych dziełach postaram się podać kilka wskazówek i zasad odnośnie medytacji Pisma Świętego, zgodnych z podejściem Świętej do tego tematu.

Tych kilka prostych uwag z pewnością nie jest w stanie zupełnie usunąć potrójnej przeszkody, pojawiającej się na drodze ludzi oddanych modlitwie, którzy mają skłonność do kurczowego trzymania się ksiązek innych niż Biblia, spędzając większość czasu modlitwy myślnej na czytaniu. Może jednak skłoni cię to do zrozumienia sposobu, w jaki Teresa rozważała tematy biblijne, znając je jedynie z kazań i lektury duchowej. To z kolei pomo-

## ROZDZIAŁ I

że ci w pokonaniu trudności ze zrozumieniem tekstów terezańskich oraz brakiem mistagogii i prowadzenia pedagogicznego.



# SPIS TREŚCI

Wstęp.....	5
Wykaz użytych skrótów .....	9
Rozdział I	
<b>Odkryj sens rozważania Pisma Świętego, czyli miej książkę pod ręką.....</b>	<b>13</b>
1. PRAKTYKUJ MODLITWĘ Z KSIĘGĄ KSIĄG .....	14
Zająć się czytaniem .....	15
Ale jaką lekturę wybrać? .....	16
Czerpać wodę ze studni.....	17
2. UCZ SIĘ TEGO, NA CZYM POLEGA MEDYTACJA.....	18
Rozważanie w obecności Pana .....	20
Na tropie intymności w związku.....	21
Księga błogosławienie blisko .....	22
3. W KTÓRĄ STRONĘ IŚĆ?.....	23
Od rozumowego rozważania do wyobrażenia ewokującego .....	25
Bądźcie jak owce .....	26
Sposobem wody w umywalce.....	27

## Rozdział II

<b>Powracaj do Męki Pańskiej, czyli dotrzyjmy towarzystwa cierpiącemu Chrystusowi</b> .....	31
1. SMAKUJ ODKUPIENIE CHRYSTUSA... ..	32
Ćwiczenie ascetyczne? .....	32
Nie rutyna, tylko ponowne odkrycie znanego .....	34
Czas na konkretne postanowienia .....	35
2. ... ZWŁASZCZA W GETSEMANI .....	36
Towarzyszyć Jezusowi w jego samotności i udręce .....	37
Wzrastać w oddawaniu się Jezusowi .....	38
Getsemani i twoja słabość .....	39
3. JAK DALEKO MOŻE CIĘ TO ZAPROWADZIĆ? .....	41
Umiejętność podążania w prawdzie .....	41
Dać się karmić jabłkami .....	43
Zjednoczyć się z Nim przez Jego Mękę .....	44

## Rozdział III

<b>Rozważaj o Maryi Pannie, czyli w prostocie polegaj na Bogu</b> .....	47
1. KLUCZEM JEST WCIELENIE .....	48
Przyjąć Słowo do swojego serca .....	48
Przebywać w cieniu Najwyższego .....	50
Na czym polega prawdziwa mądrość .....	51
2. ZBLIŻ SIĘ DO MARYI POPRAZ MODLITWĘ MYŚLNA	53
Wspólnota w modlitwie .....	53
Dobra Matka i Patronka .....	55
Znak jakości na podrobionym towarze? .....	56



3. CZEGO SIĘ OD NIEJ NAUCZYSZ? .....	57
Mocna w wierze i miłości .....	58
Czy grałeś już w szachy bez królowej? .....	59
Mater Dolorosa .....	60

## Rozdział IV

<b>Myśl często o Samarytance, czyli proś o łaskę modlitwy myślniej</b> .....	63
--	----

1. PODZIWIJ OBRAZY .....	64
Czego się za młodu nauczysz... ..	65
Moc widzianego na nowo .....	66
Widzieć z zawiązanymi oczami .....	67
2. WĘDRUJ DO ŹRÓDŁA .....	68
Błogosławione pragnienie! .....	69
Pułapki nierozpoznanego daru .....	70
Pragnienie Ukochanego .....	71
3. KIEDY MODLITWA STAJE SIĘ SKUTECZNA? .....	73
Gotowość do dawania świadectwa... ..	73
... w prawdzie o sobie .....	74
... z wielką skutecznością! .....	75

## Rozdział V

<b>Módl się psalmami Dawida, czyli ofiaruj Panu stany swego ducha</b> .....	77
---	----

1. MIEJ SWOJE ULUBIONE POSTACIE BIBLIJNE ORAZ ŚWIĘTYCH .....	78
Lista ulubieńców Teresy .....	79
Cicha wielbicielka słynnego króla .....	80
Psalmy w modlitwie i życiu .....	81

2. KORZYSTAJ Z UTARTYCH SZLAKÓW.....	82
Psalmy w modlitwie myślniej.....	83
Psalmy jako przewodnicy po życiu duchowym.....	84
Nasz własny Psalterz.....	85
3. A KIEDY PRZYJDZIE CZAS NA CIEBIE?.....	87
Co czyni człowieka „bardzo świętym”?.....	88
Przyjmowanie trudów i wywyższenie.....	89
Tańcz przed Panem w przeciwnościach!.....	90

## Rozdział VI

### **Pozwól, aby syn marnotrawny przemówił do ciebie, czyli powracaj do przypowieści**.....93

1. NIE WRACAJ DO ŚWIŃ... ..	94
Przełóżmy się w lustrze.....	94
Miłość przeciwko wojnie.....	95
Nie szukaj gdzie indziej tego, co już masz w domu.....	96
2. POWRACAJ DO OJCA.....	98
Bezcenne wskazówki na podróż i w jej trakcie.....	99
We wspólnocie z najlepszym Ojcem.....	100
Kto powinien wrócić do domu?.....	102
3. CZY TO RACZEJ OJCIEC NIE WYDAJE CI SIĘ NADMIERNIE ROZRZUTNY?.....	103
Profil Wszchemogącego.....	103
Radość w Bogu.....	105
Przypowieść o radości Boga.....	106

## Rozdział VII

**Pogłębiaj swoje życie wraz ze św. Pawłem,  
czyli umacniaj się w oddaniu Bogu** ..... 109

1. POZNAJ DUCHOWEGO OLBRZYMA ..... 110
  - Naśladować i kochać Chrystusa ..... 110
  - Człowiek praktyczny i droga pracy ..... 111
  - Kontemplacja w służbie innym ..... 113
2. UCZ SIĘ Z JEGO NAWRÓCENIA ..... 114
  - Powołanie czy nawrócenie? ..... 115
  - Uzdolnienie do zjednoczenia ..... 116
  - Patron widzących ..... 117
3. KTÓRE CYTATY ŚW. PAWŁA  
SĄ DLA CIEBIE PODSTAWOWE? ..... 119
  - Zjednoczenie z Ukrzyżowanym ..... 119
  - Siła w Tym, który jest wierny ..... 121
  - W przedsmaku przyszłej chwały ..... 122

## Rozdział VIII

**Zostań Marią i Martą,  
czyli służ Bogu działaniem i kontemplacją** ..... 125

1. NIE BÓJ SIĘ UCZYĆ MODLITWY  
TAKŻE OD MARTY ..... 126
  - Symbolizacja prawdziwych postaci ..... 126
  - Zale wywołane miłością ..... 127
  - Samarytanie oddani modlitwie! ..... 129
2. ... LECZ NIE ZAPOMINAJ,  
ABY ZROBIĆ SWOJE JAK MARIA! ..... 130
  - Najpierw Marta, potem Maria ..... 131
  - Nierozłączne siostry ..... 133
  - Coraz bardziej stawać się jednocześnie  
Marią i Martą ..... 134

3. CZY JESTEŚ „ATRAKCYJNY Z OBU STRON”?	135
Gdzie ukrywa się lepsza częśćka?	136
Chcieć tego, czego chce Pan	137
Działanie modlitwy myślniej również w dziełach zewnętrznych	139

## Rozdział IX

### **Znoś trudy z Hiobem, czyli jak masz odnosić się do cierpienia i pokus** ..... 141

1. NAUCZ SIĘ CIERPLIWIE ZNOSIĆ CIERPIENIE...	142
Skąd pochodzi cierpliwość	142
Drzwi otwarte przez medytację	144
NIE – dla duchowego masochizmu; TAK – dla oddania się	145
2. ... I NIE ULEC POKUSOM	146
Dopust Boży	147
Jak złoto w tyglu	148
Czyściec na ziemi	150
3. KTÓRĘDY PROWADZI DROGA DO MĄDREJ MIŁOŚCI BLIŻNIEGO?	152
Poszukiwanie mądrości	152
Umiejętność bycia blisko chorych	153
Przyjaciel Hiob	155

## Rozdział X

### **Od bogatego młodzieńca do św. Józefa, czyli daj się wspaniałomyślnie prowadzić** ..... 157

1. PAMIĘTAJ O BOGATYM MŁODZIEŃCU	158
----------------------------------	-----

Nie odchodzić smutnym .....	159
Błogosławiona przewodniczka .....	160
Bogactwo ubogich .....	161
2. ZAWIERZAJ SIĘ ŚW. JÓZEFOWI .....	163
Ogłoszenia w <i>Dzienniku Niebiańskim</i> .....	164
Niebiańskie obietnice .....	165
Odźwierny klasztorów terezańskich .....	166
3. JAK PISMO ŚWIĘTE MOŻE CI POMÓC W ROZWAŻANIU TWOJEGO ŻYCIA? .....	168
Talerz dla Mistrza .....	169
Dobre towarzystwo Bożego Słowa .....	170
Posłuszni aż do śmierci .....	171
Zakończenie	
<b>Przemieniająca moc Słowa Bożego .....</b>	<b>173</b>