

bp Alfred C. Hughes

# ŚWIĘTY RYTM ŻYCIA

Śladami mistrzów modlitwy



w|drodze  
✚

BP ALFRED C. HUGHES

# Święty rytm życia Śladami mistrzów modlitwy

Przełożyła Anna Wawrzyniak-Kędziorek

Tytuł oryginału

*Spiritual Masters: Living and Praying in the Catholic Tradition*

© 2024 by Ignatius Press. All rights reserved

© Copyright for this edition by Wydawnictwo W drodze, 2026

Redaktor inicjujący – PAWEŁ DĄBROWSKI OP

Redaktorka prowadząca – EWA KUBIAK

Redakcja – PAULINA JESKE-CHOIŃSKA

Korekta – EWA ROZMIAREK, PAULINA JESKE-CHOIŃSKA

Skład – BARTŁOMIJ BĄCZKOWSKI | PILCROW STUDIO

Redakcja techniczna – JÓZEFA KURPISZ

Projekt okładki i layoutu – KRZYSZTOF LORCZYK OP

Źródła reprodukcji na okładce – PETRUS CHRISTUS, *Portret kartuza* (1446 r.) oraz HIERONIM BOSCH, *Kuszenie św. Antoniego* (1495–1515)

Wikimedia Commons

Fotografia (s. 2) – CHRIS-BARBALIS | unsplash.com

ISBN 978-83-7906-888-3 (wersja drukowana)

ISBN 978-83-7906-889-0 (wersja elektroniczna)

Wydawnictwo Polskiej Prowincji Dominikanów W drodze sp. z o.o.

Wydanie I

ul. Kościuski 99, 61-716 Poznań

tel. 61 850 47 52

sprzedaz@wdrodze.pl

wdrodze.pl

# Spis treści

PODZIĘKOWANIA —	5
WPROWADZENIE —	7
<b>ROZDZIAŁ PIERWSZY:</b> Chrześcijańskie życie na poważnie —	17
<b>ROZDZIAŁ DRUGI:</b> Kim jesteśmy? —	29
<b>ROZDZIAŁ TRZECI:</b> Coś jest nie tak —	41
<b>ROZDZIAŁ CZWARTY:</b> Dojrzewanie w miłości —	53
<b>ROZDZIAŁ PIĄTY:</b> Święty rytm życia —	65
<b>ROZDZIAŁ SZÓSTY:</b> Duchowa walka —	77
<b>ROZDZIAŁ SIÓDMY:</b> Cel modlitwy —	93
<b>ROZDZIAŁ ÓSMY:</b> Modlitwa i prawdziwe życie —	107
<b>ROZDZIAŁ DZIEWIĄTY:</b> Tajemnica sakramentalna —	123
<b>ROZDZIAŁ DZIESIĄTY:</b> Życie w cnocie —	133
<b>ROZDZIAŁ JEDENASTY:</b> Rozeznawanie naszego miejsca w świecie —	145
<b>ROZDZIAŁ DWUNASTY:</b> Cierpienie —	157
<b>ROZDZIAŁ TRZYNASTY:</b> Cel życia —	171
WNIOSKI —	187
INDEKS OSÓB —	193

# Wprowadzenie

Przesłanie tej książki opiera się na założeniu, że Bóg daje siebie nam wszystkim – a najgłębszym pragnieniem ludzkiego serca jest właśnie On. Możliwe, że nie zdajemy sobie z tego sprawy bardziej niż Augustyn we wczesnych latach swojej podróży przez życie. Wreszcie jednak święty ten doszedł do punktu, w którym mógł napisać następujące słowa wprowadzenia do swoich *Wyznań*: „Stworzyłeś nas bowiem jako skierowanych ku Tobie. I niespokojne jest serce nasze, dopóki w Tobie nie spocznie”<sup>1</sup>.

W dzisiejszych czasach trzeba sobie przypomnieć o prawdzie płynącej z tego podstawowego założenia. Religia, która ma nam pomóc skierować swój niepokój ku komunii z Bogiem, bywa ośmieszana, często spychana w głąb życia prywatnego, a niekiedy niewłaściwie wykorzystywana jako broń w walce zbrojnej lub do realizacji celów politycznych.

---

<sup>1</sup> Św. Augustyn, *Wyznania*, przeł. Z. Kubiak, Znak, Kraków 2008, t. 1, s. 27.

Coraz bardziej zsekularyzowana kultura rozwiniętego świata często przedstawia naukę jako jedyne źródło prawdy, podważające słowa Biblii, a nawet samą wiarę. Jednak fakty są takie, że kultura ta chce ograniczyć prawdę do dowodów naukowych i skłania do sceptycyzmu na temat możliwości stwierdzenia jakiegokolwiek obiektywnej prawdy o rzeczywistości duchowej, a co dopiero o Bogu.

Narcystyczny aspekt owej kultury może utrudniać osiągnięcie prawdziwej dojrzałości. Nasze ego niekiedy przejmując nad nami kontrolę do tego stopnia, że próbujemy zająć miejsce Boga w ustalaniu porządku życia. Może nas to skłaniać do stwarzania siebie na nowo, nie na obraz Boży, ale na swój własny. Niepohamowane żądze mogą prowadzić do tego, że seksualna gratyfikacja będzie dla nas ważniejsza niż ukierunkowanie tego typu pragnień na cel, do którego zostały stworzone. Możliwe, że teoria gender zacznie zastępować prawdziwą antropologię chrześcijańską.

Gdy Bóg nie jest w centrum naszego życia, możemy nie tylko wdać się w podziały kulturowe i polityczne, ale nawet posunąć się do wyrażania sprzeciwu w sposób agresywny. Wzrost przemocy i skrajna polaryzacja społeczeństwa to oznaki zagubienia. Nic dziwnego, że wiele osób traci cel i sens życia i coraz więcej umiera wskutek marskości wątroby, przedawkowania kokainy z domieszką fentanylu czy samobójstw.

Liczba odejść z Kościołów chrześcijańskich jest alarmująca. Jedna trzecia ochrzczonych odłącza się od wiary i jej praktykowania. Wśród osób poniżej trzydziestego roku życia odsetek ten zbliża się do pięćdziesięciu procent.

W czasach, gdy chrześcijański punkt widzenia jest najbardziej potrzebny, Kościół katolicki wydaje się osłabiony

skandalami nadużyć seksualnych, błędnych decyzji episkopatu czy nieustanną krytyką w mediach. Kościół zawisł na krzyżu. W przeciwieństwie do Pana Jezusa, który został do niego przybity mimo swojej bezgrzeszności, Kościół znalazł się tam z powodu grzechu. Ofiary odczuwają złość, a wielu wiernych – konsternację. Kapłani popadają w niełaskę. Zaufanie do biskupów jest nadwyrężone.

W tych okolicznościach Kościół musi patrzeć zarówno wstecz, jak i w przód. Trzeba na nowo odnaleźć drogocenną perłę i poświęcić wszystko, by ją odzyskać. Musimy spojrzeć w przyszłość z ufnością zrodzoną z życia Ewangelią. Za każdym razem, gdy skandal wstrząsa Kościołem, Bóg powołuje niezwykle osoby, które są dla nas wzorem poważnego traktowania Ewangelii i stawania się prawdziwie oddanymi naśladowcami Pana.

W obliczu wszystkich tych wyzwania ludzie łakną wewnętrznego prowadzenia i duchowego sensu. Wygląda na to, że wygodny styl życia traci na atrakcyjności. Za to poszukiwanie duchowego sensu i głębi nabiera rozpędu.

Duchowe poszukiwania mogą prowadzić w zupełnie różnych kierunkach. Wydawcy sprzedają rocznie ponad sto milionów książek o duchowości. Jedni spoglądają na Wschód, ku hinduistycznej jodze czy buddyjskim praktykom zen. Inni wracają do mistycznych koncepcji wszechświata, rodem ze starożytnej Babilonii w połączeniu z współczesną wersją astrologii. Niektórzy nawet wstępują na niebezpieczną ścieżkę okultyzmu czy satanizmu.

Chrześcijanie również mogą zejść na manowce. Wielu próbuje oddzielić Chrystusa od Kościoła. Nie potrafiąc zaakceptować grzesznego i zranionego Kościoła, szukają duchowego Chrystusa w oderwaniu od instytucji.

Jednym z najbardziej obiecujących sygnałów jest rozwój świeckich nurtów eklezyjalnych. Najogólniej rzecz ujmując, ich członkowie cieszą się obecnością w Kościele i poszukują dróg do Jego odnowy, czerpiąc z łaski chrztu, życia sakramentalnego, modlitwy, wzajemnego wsparcia oraz codziennego praktykowania cnót w rodzinie, miejscu pracy i we wspólnocie. Nurty te zaczynają już zataczać coraz szersze kręgi. Dotykają życia młodzieży i młodych dorosłych, czego dowodem jest ich uczestnictwo w Świątowych Dniach Młodzieży.

Oprócz tego w Kościele podejmowanych jest mnóstwo innych budzących nadzieję inicjatyw. Ostatni papież podkreślali, że należy dokonać przejścia ze zwykłego zachowywania stanu rzeczy do misyjności. Poszukujemy dróg zaangażowania w nową ewangelizację – nową zarówno pod względem celów, jak i środków. Kościół nie tylko nie przestaje wychodzić do tych, którzy jeszcze o Chrystusie nie słyszeli, ale także odkrywa owocne sposoby przywracania tych, którzy odeszli. Rewolucja cyfrowa zapewnia nam nowe narzędzia, dzięki którym możemy dotrzeć do osób znajdujących się na obrzeżach wiary i praktyki. Ruchy odnowy biorą udział w życiu parafii, zachęcając do uczestnictwa w apostołstwie misyjnym, katechezach – w których jest więcej ewangelizacji – oraz w bardziej odnawiającym przyjmowaniu sakramentów. Powstające stowarzyszenia świeckich skłaniają pracowników i liderów biznesu do bardziej świadomego życia wiarą. W swojej służbie społecznej Kościół coraz wyraźniej podkreśla jej łączność z uczynkami miłosierdzia względem duszy i ciała. Kulturowane od 2021 roku Narodowe Odrodzenie Eucharystyczne umacnia amery-

kańskich wiernych w dążeniu do spotkania ze zmartwychwstałym Panem. Obecność w Kościele ma dziś wymiar bardziej globalny – nawet na poziomie lokalnym – a przez to bardziej uniwersalny.

W naszych czasach istnieje szczególna potrzeba poszukiwania duchowej przystani i unikania wszystkiego, co oferuje szybkie rozwiązania. Wszystkie nurty duchowości muszą zostać włączone w życie Kościoła.

Głos przeszłości może nam służyć zbawienną radą. W swoich *Rozmowach z Ojcami św.* Jan Kasjan, zebrawszy sentencje dawnych ascetów, przytacza pouczającą historię abby Antoniego Wielkiego. Do opata zwrócili się przyszli apostołowie, którym trudno było rozstrzygnąć, jaki jest najskuteczniejszy sposób bycia apostołem Pana. Jeden opowiadał się za postem, inny za długim czuwaniem na modlitwie, a kolejny za uczynkami miłosierdzia.

Antoni przyznał, że każda z tych praktyk ma swoje zalety, po czym spytał, dlaczego ich zdaniem tak wielu ludzi, którzy z entuzjazmem wkroczyli na obraną ścieżkę, tak często po drodze traci równowagę i popada w duchową dezorientację i załamanie. Przyszli apostołowie tego nie wiedzieli. Antoni zasugerował, że ich trudność najpewniej wynika z braku formacji przekazywanej im przez starszych. Z tego powodu nigdy nie zdobyli autentycznej roztropności, koniecznej do włączenia rozmaitych elementów życia chrześcijanina w umiarkowaną, pełną wierności i uporządkowaną formę działania.

Potrzebujemy doświadczenia i nauk naszych przodków. Owa zbiorowa mądrość zawarta jest w klasycznych dziełach wspólnej tradycji duchowości chrześcijańskiej. Klasyczna literatura duchowa odnosi się do prawdziwego

życia, dotyka go na płaszczyźnie uniwersalnej i stanowi świadectwo uznane przez Kościół. Jak swego czasu pisał Aelred Squire:

Ze spokojną i wytrwałą uprzejmością stare księgi utrzymują, że istnieje oddzielna ścieżka w tej dziedzinie, »królewska droga«, która prowadzi od czasów apostołskich aż po nasze dni<sup>2</sup>.

Sam Augustyn w swoich *Wyznaniach* przyznaje, że za młodu nie potrafił czytać literatury klasycznej. Znał *Eneidę*, ale nie utożsamiał się z wędrującym Eneaszem ani z rozpaczającą Dydoną. Dopiero jego nawrócenie i nowo odkryte poważanie dla literatury mądrościowej pozwoliło mu czytać dzieła klasyków i czerpać z nich osobiste korzyści. My także potrzebujemy pomocy w nauce czytania klasyki.

Przydatnych wskazówek na ten temat udzielił nam żyjący w dwunastym wieku opat Wilhelm z Saint-Thierry:

Powinieneś raczej przestawać z pewnymi umysłami i przyzwyczaić się do nich. Albowiem Pismo Święte trzeba czytać w takim samym duchu, w jakim było napisane, i tylko w tym duchu jest ono zrozumiałe. Nigdy nie zrozumiesz Pawła, dopóki przez czytanie go w skupieniu i ciągłą refleksję nie przesiąkniesz jego duchem. Nigdy nie zrozumiesz Dawida, dopóki dzięki rzeczywistemu doświadczeniu nie uświadomisz sobie, o czym mówią jego psalmy. I tak ze wszystkim. W przypadku każdego fragmentu Pisma Świętego prawdziwa uwaga tak różni się od zwykłego czytania, jak przyjaźń

---

<sup>2</sup> Aelred Squire, *Pytając ojców*, przeł. J. Sulowski, Instytut Wydawniczy PAX, Warszawa 1981, s. 10–11.

od rozrywki, albo miłość przyjaciela od przypadkowego pozdrowienia<sup>3</sup>.

Ostatnie zdanie zasługuje na powtórzenie: „(...) prawdziwa [czy też duchowa] uwaga tak różni się od zwykłego czytania [a na pewno od szybkiego czytania], jak przyjaźń od rozrywki, albo miłość przyjaciela od przypadkowego pozdrowienia”.

Współczesna edukacja zdaje się wzbudzać głównie nudę. Czy nie wynika ona przypadkiem z braku osobistego doświadczenia? Gdy nie jesteśmy zaangażowani w działanie, odczuwamy nudę. Tam, gdzie nauce nie towarzyszy wewnętrzne pragnienie prawdy i zrozumienia, czujemy się jedynie bombardowani faktami i liczbami. Jeśli mamy naprawdę zaangażować się w dane doświadczenie, musimy wzbudzić w sobie poczucie zdumienia i zachwytu nad nauką i życiem. To szczególnie istotne w kontekście czytania literatury duchowej i modlitwy. Bo mądrość jest znacznie ważniejsza od wiedzy!

A zatem nabożna lektura to praktyka rozważania klasycznych dzieł, które mówią nam o Bogu i o tym, jak odpowiadać na Jego wezwanie. Pismo Święte przywołuje przykłady kobiet i mężczyzn, którzy starali się powiedzieć Bogu „tak”. Autorzy literatury duchowej przytaczają historie świętych, ukazując autentyczne postaci i realistyczne spojrzenie na życie, inspirują i pomagają poważnie potraktować stojące przed nami wyzwania.

Kolejnym i jeszcze ważniejszym zadaniem jest zrozumienie, jak należy podejść do czytania klasycznej literatury

---

<sup>3</sup> Cyt. za *Pytając ojców*, s. 132–133.

duchowej. Życiodajna lektura to prawdziwa sztuka. Musimy wyjść z pozycji ucznia i przyjąć rolę apostoła. A to oznacza więcej rozmyślenia, a mniej drażenia. Mniej analizowania, a więcej pragnienia inspiracji czy natchnienia do zmiany swojego życia. Musimy zaangażować w ten proces swoje wewnętrzne i głębsze ja.

Oczywiście podczas lektury warto podejść realistycznie do uwarunkowań historycznych, w których dany tekst powstawał. Przykładowo metafora zamku u św. Teresy z Ávili czy podejrzliwość wobec rozważań intelektualnych obecna w *O naśladowaniu Chrystusa* mogą nas początkowo zniechęcić. Jeśli zrozumiemy epokę, w której dzieła te zostały napisane, i skupimy się na życiodajnej prawdzie z nich płynącej, Bóg zrobi użytek z naszych starań, otwierając nas na głębsze zrozumienie i bogatsze życie duchowe.

Rozważanie klasycznej literatury duchowej nie powinno prowadzić do fałszywego perfekcjonizmu. Autentyczni autorzy wskazują przede wszystkim na rzeczywiste doświadczanie swojego życia na bardziej osobistym i owocnym poziomie. Ważne, by pozwolić Duchowi Świętemu dotknąć głębi ludzkiego serca.

W kolejnych rozdziałach postaram się przedstawić ważne tematy dotyczące chrześcijańskiego życia duchowego, opierając się na bogatym nauczaniu kilku zachodnich klasyków duchowości. Tematy te będą się wzajemnie uzupełniać<sup>4</sup>. Mam nadzieję, że umieszczenie klasycznych dzieł w ich historycznym kontekście ułatwi ci czytanie ze zrozumieniem i zastosowanie ich treści w praktyce. Zapoznanie

---

<sup>4</sup> Więcej o zagadnieniach życia duchowego przeczytasz w książce Aelreda Squire'a *Pytając ojców*. Opracowanie to wywarło głęboki wpływ na twórczość autora niniejszej publikacji.

się z klasykami pozwoli docenić bogactwo owej tradycji i głębię sensu życia duchowego, do którego Bóg wzywa nas w Jezusie Chrystusie w trzecim tysiącleciu chrześcijaństwa.

Jeśli chcemy traktować swoją duchowość poważnie, warto zacząć z miejsca, w którym jesteśmy, i wprowadzić do własnego życia więcej samotności. Najpierw zwrócimy się więc do św. Antoniego – ojca pustyni. Jednak nie wytrwamy zbyt długo w osamotnieniu, dopóki nie zdamy sobie sprawy z potrzeby określenia, kim jesteśmy i dokąd zmierzamy. Tutaj z pomocą przychodzi Walter Hilton i jego *The Scale of Perfection (Drabina doskonałości)*. Pytanie o tożsamość i misję uzmysławia nam, że zarówno w świecie, jak i w naszym życiu coś poszło nie tak. Z tym problemem możemy się zwrócić do Augustyna i jego *Wyznań*. W kwestii głównej siły napędowej życia duchowego warto sięgnąć do Elreda z Rievaulx, który pomaga nam odkryć sens chrześcijańskiej miłości.

Pogłębiająca się świadomość Boga, naszej tożsamości, celu i roli w świecie prowadzi do wykształcenia schematu postępowania sprzyjającego apostołstwu. A ponieważ właśnie taki schemat św. Benedykt opracował dla swoich uczniów, i my zwrócimy się do niego po wskazówki dotyczące nadania naszemu życiu właściwego rytmu.

Autentyczne zaangażowanie w chrześcijańskie życie duchowe nieuchronnie wiąże się z poważnymi przeszkodami. Podróż ta nie jest łatwa. Wymaga prawdziwego wysiłku. Dzieło *O naśladowaniu Chrystusa*, zwykle przypisywane Tomaszowi à Kempis, pomoże nam spojrzeć na ten trud realistycznie.

Omówiwszy podstawowe kwestie związane z tożsamością, przeznaczeniem, powołaniem i trudnościami,

przejdziemy stricte do modlitwy. Guigo Kartuz pokaże nam, jaki jest cel modlitwy i jak słuchać słowa Bożego w sposób uświęcony. *Droga do doskonałości* Teresy z Ávili pomoże nam docenić rolę modlitwy w naszym codziennym życiu. Katarzyna ze Sieny ukaże nam głębsze znaczenie modlitw publicznych i życia sakramentalnego.

Modlitwa przynosi owoc w życiu pełnym cnót. Święty Franciszek Salezy w swoim dziele *Filotea, czyli droga do pobożnego życia* będzie naszym przewodnikiem po cnotach osobistych. Święty Ignacy Loyola pomoże nam lepiej zrozumieć istotę cnoty społecznej. Cierpienie nas nie ominie. A prawda jest taka, że często postrzegamy je jako przeszkodę w życiu duchowym. Święty Jan od Krzyża odsłoni przed nami drogę, na której cierpienie może prowadzić do Boga. Na koniec skupimy się na ostatecznym celu naszego życia, a pomoże nam w tym Jean-Pierre de Caussade.

W praktyce życia codziennego tematy poruszone w poszczególnych rozdziałach niewątpliwie będą się zająbiać. Niemniej porządek obrany w niniejszej książce pokrywa się z tym, w jakim czasie zwykle pojawia się gotowość, której nabieramy, poświęcając więcej uwagi omawianym kwestiom. W trakcie lektury możesz przejść do rozdziału bezpośrednio odnoszącego się do zagadnień, które nurtują cię na twojej drodze do Boga.

Zachęcam do tego, byś czytał powoli i robił sobie przerwy w momentach, w których Bóg skłoni cię do refleksji nad danym fragmentem. Książka powstała z myślą o czytaniu modlitewnym. Niech wysiłek, który włożysz w tę lekturę, stanie się narzędziem Bożej łaski.

## Święty rytm życia

### BENEDYKT I JEGO REGUŁA

Regularne doświadczanie pewnych okresów samotności w naszym życiu prowadzi do prawdziwszego spotkania z samym sobą, Bogiem, innymi, światem i szatanem. Kiedy zaczynamy zmagać się z tymi podstawowymi rzeczywistościami, możemy poczuć się przytłoczeni pytaniem: „Dokąd zmierzam?”. To ważna kwestia, ponieważ podkreśla ona znaczenie zrozumienia samego siebie i podróży, do której Bóg nas zaprasza. Dlatego musimy lepiej pojmować siebie, jako osoby stworzone na obraz Boga i przeznaczone do życia z Nim po wieczne czasy.

Jednak obraz chwały, w którym zostaliśmy stworzeni i do którego jesteśmy przeznaczeni, uległ zniszczeniu przez grzech. Musimy spojrzeć na tę kwestię realistycznie i zrozumieć głębsze źródła nieuporządkowania, które odziedziczyliśmy po pierwszych rodzicach. Mając tę świadomość, możemy prawdziwie odpowiedzieć na wezwanie do

rozwijania szczególnego rodzaju miłości, która pomaga nam naśladować ofiarną miłość Pana.

Postęp w dawaniu siebie innym zależy od wykształcenia podstawowych nawyków, które będą go wspierać. A zatem ważne jest, by ze szczególną uwagą rozwijać sposób życia, który sprzyja zachowaniu równowagi, osiąganiu głębi i wyznaczaniu jasnego kierunku naszych dążeń. W tym celu zwrócimy się po inspirację do Benedykta i jego reguły.

#### PODSTAWOWE INFORMACJE O BENEDYKCIE

W szóstym wieku, w którym żył Benedykt, ludy plemienne nadal masowo najeżdżały prowincje rzymskie. Nowe królestwa zaczęły powstawać w Anglii, Francji, Szkocji, Hiszpanii, południowych Niemczech, północnych Włoszech i na północy Afryki. Społeczeństwo było podzielone na dość ustrukturyzowane warstwy społeczne. Kilku bogaczy tworzyło w każdym mieście klasę wyższą. Sporą część ludności stanowili plebejusze: kupcy, rzemieślnicy i ludzie wolni. Jednak zdecydowana większość była w połowie niewolnikami, a w połowie wolnymi. Przysługiwały im pewne prawa, ale byli przywiązani do ziemi przez fikcje prawne i nie mieli możliwości poprawy swojego losu, przechodząc do handlu, wojska czy posługi w Kościele. Nie brakowało też niewolników. Moralność ówczesnych pozostawiała wiele do życzenia. Bardziej zdyscyplinowany sposób życia nie miał zbyt wielu zwolenników.

W tym okresie Kościół zaczął czynić znaczące postępy w ewangelizacji. Wielu Gotów przeszło na chrześcijaństwo. Wizygoci i Longobardowie osiedlali się na nowych terenach bez wszczynania konfliktów.

Jednak chrześcijaństwo na Zachodzie doświadczało takiego samego zastoju, jaki nastąpił na Wschodzie po za-

kończeniu wczesnych prześladowań. Ludzie nie przeżywali już zewnętrznych ataków na ich wiarę, ale w większości spoczęli na laurach. Stąd też rozwinął się tam ruch podobny do tego na Wschodzie, który polegał na poszukiwaniu bardziej radykalnego sposobu prowadzenia chrześcijańskiego życia.

Atanazy, wygnany z Aleksandrii do Trewiru, dzielił się w Rzymie monastycznym doświadczeniem Wschodu. Hieronim również przez jakiś czas przebywał na Wschodzie, by zgłębiać żywoty tamtejszych mnichów. Jan Kasjan spisał pierwsze podsumowanie duchowego nauczania przeznaczone dla zachodnich ascetów. Ambroży, Augustyn i Marcin z Tours eksperymentowali z różnymi formami życia monastycznego.

Święty Benedykt urodził się w Nursji, około roku 480. Jedyne informacje na temat jego życia zachowały się za sprawą św. Grzegorza, który spisał je w drugiej księdze *Dialogów*, prawie pięćdziesiąt lat po śmierci Benedykta. Znajdziemy tam głównie peany na temat jego życia i cudów.

Benedykt pochodził ze szlacheckiej rodziny i miał siostrę bliźniaczkę Scholastykę, która później również została świętą. Wczesną edukację odebrał w Rzymie. W wieku około dwudziestu lat opuścił dom rodzinny. Najwyraźniej kierowała nim miłość do kobiety, ale nie odpowiadała mu też rozwiązłość wielu jego rówieśników. Chciał wypracować taki styl życia, który pozwoliłby mu pełniej poświęcić się Bogu. W tym celu zaczął szukać systemu wsparcia.

Najpierw przez trzy lata był pustelnikiem. Pragnął wykształcić sposób życia, dzięki któremu mógłby utrzymać siebie i swoich towarzyszy. Początkująca wspólnota monastyczna w Subiaco błagała, by został jej opatem. Zgodził

się i dzięki temu doświadczeniu założył wiele klasztorów i szkół, w tym Monte Cassino.

Benedykt stopniowo spisywał *Regulę*. Do jej najstarszych części należy prawdopodobnie osiem rozdziałów o wykroczeniach i jedenaście o oficjum. Niektóre ustępy – takie jak fragment poświęcony opatowi i cechom, które powinny go charakteryzować w relacji z mnichami – wydają się dopiskami do tekstów oryginalnych. Ostateczny dokument powstał po okresie znaczącego rozwoju życia monastycznego.

#### NAUKA PŁYNĄCA Z REGUŁY

Prolog *Reguły* św. Benedykta oddaje jej ducha. Rozpoczyna się od zachęty do posłuszeństwa:

Słuchaj, synu, nauk mistrza i nakłoń [ku nim] ucho swego serca. Napomnienia łaskawego ojca przyjmuj chętnie i wypełniaj skutecznie, abyś przez trud posłuszeństwa powrócił do Tego, od którego odszedłeś przez gnuśność nieposłuszeństwa. Do ciebie więc kieruję teraz moje słowa, kimkolwiek jesteś ty, co wyrzekasz się własnych chęci, a chcąc służyć pod rozkazami Chrystusa Pana, prawdziwego Króla, przywdziewasz potężną i świętą zbroję posłuszeństwa<sup>1</sup>.

Posłuszeństwo serca i woli leży u podstaw nauczania Benedykta. Zachęcał on przyszłych uczniów do milczenia i słuchania sercem, do odwagi w opieraniu się pokusom, do wytrwałości i ufności, że Bóg da im siłę. Dla przyszłego świętego posłuszeństwo było warunkiem przejścia od skoncentrowanego na sobie sposobu życia do takiego, któ-

<sup>1</sup> Św. Benedykt, *Reguła*, Prolog, <https://www.benedyktyni.net/wspolnota-15016/regula-15019> (dostęp: 14.04.2025).

ry jest prawdziwie otwarty na Bożą wolę. Uważa się, że to Benedykt jako pierwszy nazwał modlitwę *opus Dei* – dziełem Bożym. Według niego modlitwa wiąże się z działaniem. Benedykt określił w *Regule*, jakie podejście do modlitwy powinien prezentować mnich. Namawiał do czci, pokory, prostoty i zwięzłości.

Zachęcał również swoich uczniów, aby wykonywali swoją pracę na chwałę Boga. Chciał, aby modlitwa przenikała wszystkie ich wysiłki. Poleciał mnichom, by zamiast wyznaczać czas na osobistą modlitwę, oddawali się lekturze, uczestniczyli w kontemplacyjnym rozważaniu liturgii godzin, a następnie wykonywali obowiązki w duchu modlitwy. Model ten był o wiele łatwiejszy do realizacji w kulturze agrarnej, którą cechowała głównie praca fizyczna, regulowana przez warunki klimatyczne. Chciał im pomóc uczynić z codziennych czynności akt uwielbienia. Dlatego o roli członka wspólnoty, który był odpowiedzialny za nadzorowanie pracy i narzędzi, Benedykt pisze tak: „Wszelkie przedmioty i w ogóle wszystko, co stanowi własność klasztoru, powinien szafarz traktować tak, jak gdyby to były naczynia święte z ołtarza”<sup>2</sup>.

Święty miał głęboki szacunek do milczenia. Był przekonany, że cisza pozwala zdławić złe myśli, zanim wydostaną się one na zewnątrz w mowie i wpłyną na relacje międzyludzkie. Pragnął, by słowa pochodziły z serca i stawały się skarbnicą ducha Bożego. Ostrzegał, że zbędna mowa osłabia ducha kontemplacji. Benedykt uważał gościnność okazywaną wędrowcom za bardzo ważny przejaw miłości ze strony wspólnoty monastycznej. Dlatego pisał: „Wszystkich

---

<sup>2</sup> Tamże, 31.

przychodzących do klasztoru gości należy przyjmować jak Chrystusa, gdyż On sam powie: Gościem byłem i przyjęliście Mnie”<sup>3</sup>.

Za największą przeszkodę Benedykt uznawał pychę, dlatego w swojej *Regule* poświęcił wiele uwagi potrzebie pokory. W rozdziale jej dotyczącym skupił się na tym, co uważał za główne wyzwanie w życiu duchowym. Nauczanie na ten temat przedstawił w formie dwunastu kroków czy też stopni prawdziwej pokory. Później Bernard z Clairvaux rozwinął to zagadnienie, tworząc klasyczny traktat o pokorze<sup>4</sup>.

#### PRACA W ŻYCIU CHRZEŚCIJANINA

Jeśli chcemy w pełni zrozumieć nauczanie Benedykta, ważne, byśmy sprostali odpowiedzialności, którą powierza nam Bóg. Wiemy, że Pan polecił pierwszym rodzicom, by gospodarowali ziemią (zob. RDZ 2,15). Praca jest integralną częścią ludzkiego życia.

A jednak po upadku stała się uciążliwa (zob. RDZ 3,17). Pozbawia nas energii i sprawia, że oddalamy się od samych siebie. Często nie sprzyja zdrowemu podejściu do życia i odpoczynku. Jest to szczególnie widoczne w ostatnich stuleciach naznaczonych rewolucją przemysłową i technologiczną, a obecnie również cybernetyczną.

Naprawdę musimy wykonywać pracę świadomie, jeśli chcemy zachować człowieczeństwo. Ważne, byśmy potrafili włożyć w nią swój wyjątkowy umysł i serce. Może nam w tym pomóc udział w kształtowaniu swojego sposobu pracy. Nawiasem mówiąc, właśnie ta idea leży u podstaw

<sup>3</sup> Tamże, 53.

<sup>4</sup> Zob. Bernard z Clairvaux, *O stopniach pokory i pychy*, przeł. S. Kiettyka, WAM, Kraków 1991.

wsparcia Kościoła dla związków zawodowych i jego nacisku na procesy konsultacyjne. Gdy zatrudnieni mają możliwość uczestniczenia w kształtowaniu warunków swojej pracy, zwiększa się szansa, że będą w nią osobiście zaangażowani. A to z kolei może humanizować doświadczenie pracy.

Musimy postrzegać pracę jako uczestnictwo w Bożej mądrości. Rozwijanie nowych technik i podejść nie jest tak ważne jak to, by nauczyć się odnosić do swojej pracy w sposób, który pozwoli doświadczać siebie jako prawdziwego partnera Boga w kształtowaniu życia na tym świecie. Niezwykle istotna jest kontemplacja, dzięki której odkrywamy głębszy sens naszych działań. Przykładowo, jeśli mamy się angażować w badania w dziedzinie fizyki, biologii, cybernetyki czy genetyki, ważne, byśmy robili to w sposób, który naprawdę czyni z nas współpracowników Boga. Będziemy chcieli unikać rozwoju technologii, które nie szanują tego, jak Bóg stworzył człowieka i otaczający go świat. To właśnie leży u podstaw współczesnego nauczania Kościoła na temat poszanowania praw natury w świecie i w nas samych. Gdy opracowujemy nowe sposoby wykorzystania energii jądrowej, troski o środowisko, wspierania płodności czy prowadzenia terapii genetycznych, wezwani jesteśmy do poszanowania natury, zarówno w kontekście środowiska, jak i osoby ludzkiej.

Jeśli chcemy podchodzić do pracy w życiodajny sposób, ważne, by jasno określić, co zależy od nas. Najczęściej nie będziemy mieli wielkiego wpływu na charakter naszej pracy. O wiele bardziej panujemy nad tym, jak wykonujemy swoje obowiązki. Większość z nas kończy w pracy, która akurat jest dostępna. Ale prawdziwy wybór dotyczy sposobu, w jaki angażujemy się w dane zajęcie.

Powinniśmy zdawać sobie sprawę z tego, że różnimy się temperamentami. Introwertycy koncentrują się na własnych myślach, uczuciach i zachowaniach; ekstrawertycy są zorientowani na działanie i reagowanie na bodźce zewnętrzne. Oczywiście żaden człowiek nie charakteryzuje się tylko jedną z tych skłonności, choć zwykle któraś z nich jest wyraźniejsza.

W związku z tym, autorzy literatury duchowej zastanawiali się nad przypadkiem Marty i Marii opisanym w Ewangelii według św. Łukasza (zob. 10,38–42). Maria siedziała u stóp Jezusa, słuchając Go uważnie, podczas gdy Marta, jej siostra, martwiła się o przygotowanie posiłku. Jezus upomniał Martę nie dlatego, że pracowała zamiast słuchać, ale dlatego, że skupiała się nie na tym, co trzeba. Straciła perspektywę!

Na przestrzeni wieków pisarze zwracali uwagę na fakt, że jeśli będziemy pracować w niewłaściwy sposób, utracimy postawę kontemplacyjną i zaczniemy podchodzić do swoich zajęć z większym niepokojem. Wyjaśniają, że w każdym z nas jest coś z Marty i coś z Marii. Celem jest nie tylko robienie różnych rzeczy, ale dostrzeganie, że na głębszym poziomie nie są one aż tak istotne. Powinniśmy bardziej się skupiać na prawdziwym znaczeniu tego, co robimy.

Podejście Benedykta zakładało, że mnisi powinni mieć czas na dostrzeganie, żeby nie dać się przytłoczyć działaniem. W plan dnia włączył także chwile świętego odpoczynku, który miał odnowić ludzkiego ducha. Chciał się przy tym upewnić, że jego bracia rozumieją, jak ważne jest przyjmowanie ciężarów nakładanych na nich przez przełożonego lub wynikających z piastowanego urzędu czy zakresu obowiązków. Ta duchowa zachęta dotyczyła

znalezienia modlitewnego i pełnego miłości sposobu wypełniania swoich powinności.

Jako ludzie zaproszeni jesteśmy do wyboru nie tego, czy będziemy żyć lub pracować, ale tego, jak będziemy to robić. Zmagania z tym zagadnieniem sprawiły, że w owych czasach część młodych chrześcijan zdecydowała się podjąć próbę życia we wspólnocie. Pod kierunkiem Benedykta starali się ustalić schemat modlitwy, lektury duchowej, pracy i wspólnego wypoczynku. My także wezwani jesteśmy do rozwijania modelu życia, który sprzyja harmonii między ciałem a duszą, pomaga zrównoważyć obowiązki oraz zapewnia przestrzeń i czas na nadanie naszym działaniom celu i wewnętrznej głębi.

#### NIEKTÓRE IMPLIKACJE DLA NAS

Postęp w życiu chrześcijańskim i wytrwałość w dążeniu do świętości zależą od wypracowania prawdziwej, nawet jeśli elastycznej, reguły postępowania. Warto w tym celu przeanalizować, co robimy po przebudzeniu. O poranku skupiamy się na tym, jak spędzimy resztę dnia. Możemy ofiarować Bogu siebie i wszystko, co robimy, odwzajemniając Jego dar miłości do nas. Taka postawa pozwala nam przeżywać codzienne zajęcia jako akty uwielbienia. Nic nie musi być czysto świeckie. Najzwyklejsze czynności w kuchni czy podczas zakupów mogą zostać ofiarowane Bogu, jeśli stanowią wyraz modlitewnego daru z siebie.

Pewien dziennikarz spytał Matkę Teresę, co będzie robić, kiedy przekaże zwierzchnictwo nad zgromadzeniem Misjonarek Miłości siostrze Nirmali i przestanie odwiedzać królów i prezydentów. Przyszła święta odpowiedziała, że nie ma znaczenia, czy zajmujemy się wielkimi sprawami,

czy czyszczeniem latryn. Liczy się to, w jakim stopniu kierujemy się miłością.

Z czasem przekonamy się, jak ważne jest to, by w ciągu dnia znaleźć choć parę krótkich chwil ciszy na modlitewną komunię z Bogiem. Dzięki temu będziemy w stanie podejść do naszej pracy z większym zrozumieniem jej znaczenia. Nawet niewielkie przerwy mogą przywrócić wewnętrzny spokój i poczucie celu.

Szczególnym czasem, zwłaszcza dla rodzin, może być również posiłek. Zawsze warto zwracać uwagę na tych, z którymi go spożywamy. To czas opowiadania o ludzkich doświadczeniach i rozwijania wspólnej tradycji. Dzieci mają wtedy możliwość zapoznania się z historią swoich rodziców.

Do naszego planu tygodnia będziemy chcieli również włączyć odpowiednie ćwiczenia fizyczne, spotkania towarzyskie, chwile samotności i czas na hobby. Zapagniemy znaleźć sposób, by wyraźnie odpowiedzieć na potrzeby innych. Będziemy musieli zapewnić sobie odpowiednią ilość snu, aby następnego dnia wstać z nową energią.

Schemat, który rozwijamy, należy przetestować w realiach mających wpływ na nasze życie. Nie chcemy popadać w ścisłą rutynę. Ta reguła musi być życiodajna. Najważniejsza jest asceza serca, dzięki której wewnętrzne popędy ulegają prawdziwej przemianie, by wspierać ofiarną chrześcijańską miłość.

Panie Jezu, przynoszę Ci wszystkie moje wewnętrzne słabości, które często zakłócają mój sposób życia i pracy. Ofiarowuję Ci siebie i wszystko, co robię. Weź to i uczyni godnym oddania Twojemu i mojemu Ojcu.

Przyjmij dar mojego umysłu, mojej woli, a przede wszystkim mojego serca. Przyjmij też pracę moich rąk. Pomóż mi myśleć, osądzać i działać zgodnie z wolą Ojca. Spraw, by stało się we mnie to, czego sam nie mogę uczynić. Amen.

Wielcy mistrzowie chrześcijaństwa mogą być dobrymi przewodnikami do świętości. Biskup Alfred Hughes przybliży nauczanie kilkunastu świętych i mistyków żyjących od średniowiecza po XVIII stulecie. Omawia święty rytm życia św. Benedykta. Pokazuje, jak żyli w cnocie św. Franciszek Salezy, św. Augustyn czy św. Teresa z Ávili. Zachęca również do budowania silnej relacji z Bogiem, inspirując się postacią Jeana-Pierre'a de Caussade. Opowieści o mistrzach wiary przeplata osobistymi modlitwami.

Cena det. **44,90 zł**

ISBN 978-83-7906-888-3



9 788379 068883



wdrodze.pl

Patronat medialny:

wdrodze  
miesięcznik

MAGAZYN  
Dobry człowiek. Dobry świat.

PASTORES

GOŚĆ  
WIEDZIELNY

PRZEWODNIK  
KATOLICKI

idziemy

Tęcza  
Dobryczna

wiara.pl

misyjne

Aleteia.pl

dominikanie.pl

DDA

NADZIEJA

EMAUS  
dobre radio