

KS. STANISŁAW MOJEK

WYCHOWANIE DO MODLITWY
W PISMACH ŚWIĘTEJ TERESY OD JEZUSA
ZAGADNIENIA WYBRANE

Kościół powszechny wspomina obecnie 400-lecie śmierci Teresy od Jezusa, świętej z Avila, zmarłej 15 października 1582 roku. Od ponad 400 lat święta ta, nazywana *Mater spiritualium*, jest mistrzynią życia duchowego chrześcijan, zwłaszcza życia modlitwy. Z polecenia przełożonych spisała swoje doświadczenia z niezwykłą znajomością rzeczy.

W *Księdze zmiłowań Pańskich*, która jest jej autobiografią, za pomocą obrazów przedstawia naturę modlitwy, jej rozwój i owoce. *Droga doskonałości* jest jej komentarzem do modlitwy „Ojcze nasz”, zaś w *Twierdzy wewnętrznej* ukazuje modlitwę myślną jako drogę prowadzącą do najwyższego mistycznego zjednoczenia z Bogiem. W obecnym artykule ograniczono się do wybranych aspektów terecjańskiego wychowania do modlitwy w jej początkowej fazie rozwoju. Uwzględniono uwarunkowania psychofizyczne i środowiskowe modlitwy oraz rady św. Teresy dotyczące sposobu koncentracji na modlitwie.

1. UWARUNKOWANIA PSYCHOFIZYCZNE MODLITWY

Wydaje się, że autorzy piszący na temat modlitwy terecjańskiej nie przywiązują zbyt dużej wagi do psychofizycznych uwarunkowań życia modlitwy, opisanych przez św. Teresę z Avila. Odpowiednie teksty św. Teresy wskazują na jej wielki realizm i doświadczenie w tym względzie. Teresa zdaje sobie jasno sprawę tak z naturalnych możliwości, jak i ograniczeń człowieka modlącego się. Człowiek zmęczony fizycznie czy też

psychicznie nie może modlić się tak, jak ktoś, kto czuje się dobrze. Z tekstów św. Teresy wynikałoby, że nie należy w takiej sytuacji zmuszać się do modlitwy. Oto co pisze na ten temat:

Bo taka jest nędza nasza, że ten więzień, ta biedna dusza nasza, podziela z ciałem niedomagania jego; częstokroć zmienność pogody albo zaburzenia w organizmie tak na nią wpływają, że bez żadnej winy swojej nie może uczynić tego, co chce, ale cierpieć musi na wszelki sposób; a gdy w takich chwilach przymuszają ją do modlitwy, złe tym bardziej się wzmacnia i tym dłużej trwa¹.

Święta Teresa poleca w takich sytuacjach roztropnie rozpoznać te trudności i nie dręczyć źle się czujących, a jeśli zachodzi potrzeba — doradzić takim osobom obranie sobie innego, lepszego czasu na modlitwę. Teresa podkreśla tutaj mocno rolę roztropności, gdyż nieraz i szatan może być sprawcą tych niesposobności. Radzi więc, aby nie opuszczać zaraz modlitwy, gdy tylko nachodzą natarczywe roztargnienia czy zamęt wewnętrzny, ani też uporczywie dręczyć duszę i zmuszać ją do tego, czego nie może wykonać. Dobrze jest wtedy zająć się innymi sprawami, „zewnątrznymi”², jak je nazywa św. Teresa. Do tych zajęć zewnętrznych Święta zalicza uczynki miłosierne i czytanie duchowne zaznaczając od razu, że nieraz i na to trudno się zdobyć:

Niechże wówczas, dla miłości Boga, ulży nieco i posłuży ciału, aby ono za to w wielu innych razach służyło duszy; niech użyje świętej jakiej rozrywki w pobożnej rozmowie, w przechadzce na wolnym powietrzu albo cokolwiek spowiednik poradzi innego³.

Ważne tu jest nasze dotychczasowe doświadczenie w życiu modlitwy, które nas pouczy, co w danym razie będzie dla nas pożyteczne, by lepiej Bogu służyć:

Jarzmo Jego jest wdzięczne; nie trzeba więc ciągnąć duszy — jak to mówią — za włosy, ale raczej prowadzić ją trzeba z cichością i pobłażaniem, aby ochętniej szła naprzód⁴.

Święta Teresa chce dodać odwagi początkującym w modlitwie i dlatego mówi, by nie smucili się, gdy doznają na niej oschłości, niepokoju i roztargnienia. Jeśli pragną nabyć swobody ducha i nie żyć w ciągłym udręczeniu, muszą przede wszystkim nie lękać się krzyża, by przekonać

¹ Św. Teresa od Jezusa. *Życie*. W: *Dzieła*. Z hiszp. przeł. bp H. P. Kossowski. Przejrzał i uzupełnił według krytycznego hiszpańskiego wydania o. Bernard od Matki Bożej OCD. T. 1-2. Wyd. 2. Kraków 1962 — t. 1 s. 156.

² Tamże.

³ Tamże; T. Alvares. *Una classica esperienza di preghiera: l'orazione teresiana*. W: *La preghiera cristiana*. Roma 1975 s. 298-325.

⁴ *Życie* — t. 1 s. 156 n.

się, jak skutecznie w jego noszeniu Bóg pomaga. Doświadczą wtedy wielkiego zadowolenia, gdy wszystko będzie obracało się w duchowy pożytek. Te i tym podobne rady wracają często w pismach św. Teresy, ilekroć chce mówić o początkach życia modlitwy. I tak w *Drodze doskonałości* mówi znowu o negatywnym wpływie zmęczenia fizycznego na modlitwę:

[...] zdarza się niektórym, że w pewnych okresach czasu skutkiem jakiego fizycznego niedomagania, zwłaszcza jeśli są to osoby skłonne do melancholii albo cierpiące na osłabienie głowy, żadną miarą, mimo wszelkiej usilności, nie zdołają skupić uwagi; albo też Bóg sam niekiedy dla większego dobra sług swoich dopuszcza na nich wielkie burze wewnętrzne, skutkiem których, jakkolwiek tym stanem swoim się smućą, jakkolwiek wyteżają wszystkie siły swoje, uspokoić się żadną miarą nie mogą i sami nie rozumieją, co mówią⁵.

Strapienie, jakiego doznają te osoby z tego powodu, dowodzi według św. Teresy, że stan ten nie pochodzi z ich winy. Zbytnie przejmowanie się i miotanie pogorszyłyby tylko zamęt wewnętrzny. Święta zaznacza jednak, że to, co mówi, odnosi się tylko do dusz, które pilnie dbają o swój wewnętrzny rozwój i doskonale wiedzą, że nie można rozmawiać jednocześnie z Bogiem i ze światem⁶.

Dla zagadnienia nas tu interesującego ważne są też wskazówki św. Teresy zapisane w *Twierdzy wewnętrznej*. Święta mówi tu o osobach, które zniszczyły zdrowie „skutkiem zbytnich umartwień, czuwań i modlitw”⁷. Osoby takie doznają jakiegoś wewnętrznego zadowolenia, ale opadają z sił fizycznych. Wyobrażają sobie, że to osłabienie ma swe duchowe źródło. Poddając się temu uczuciu, wpadają w rodzaj upojenia, które potęguje się w miarę słabnięcia ciała. Gdy to osłabienie przekroczy miarę, zdaje się im, że mają zachwycenie. W ocenie tego faktu św. Teresa jest bardzo surowa:

Ja zowię to nie zachwyceniem, ale ogłupieniem; nic tu nie ma innego, jeno marne tracenie czasu i niszczenie zdrowia⁸.

W takim wypadku zdecydowanie zaleca normalne przyjmowanie posiłków, odpoczynek i sen, by organizm mógł powrócić do równowagi psychofizycznej, umożliwiającej rozwój modlitwy⁹.

Sprawą ważną jest też pozycja ciała osoby modlącej się. Wiemy, że św. Teresa zwykle modliła się siedząc na piętach. Pozycja taka ułatwiała

⁵ *Droga doskonałości*. W: *Dzieła* — t. 1 s. 707.

⁶ Tamże t. 1 s. 707 n.

⁷ Tamże t. 2 s. 77.

⁸ Tamże s. 78.

⁹ Tamże s. 78 n.

jej uspokojenie się i koncentrację. Opisując tego typu doświadczenie mówi:

Ciało chciałoby uniknąć wszelkiego poruszenia, aby mu ciszy jego nie przerywało¹⁰.

Nie ma tu, jak widać, żadnej dychotomii między ciałem a duszą osoby modlącej się, ale harmonijna integracja ułatwiająca życie modlitwy¹¹.

2. ŚRODOWISKO A MODLITWA

Środowiskiem najbardziej sprzyjającym modlitwie są miejsca, gdzie panuje cisza, a więc cela klasztorna i przyroda. Teresa pisze jednak, że nie tylko tam można się modlić. W *Księdze fundacji* mówi:

Za większą łaskę od Pana poczytuję jeden dzień upokorzenia i poznania samego siebie, nabytego kosztem wielu gorzkości i cierpień, niż długie dni spokojnej na samotności modlitwy. Tym śmieiej to twierdzę, że kto prawdziwie miłuje, ten wszędzie i na każdym miejscu miłuje i pamięta na umiłowanego. Byłaby to rzecz smutna, gdybyśmy nie mogli się modlić inaczej jeno schowani w kącie¹².

Święta podkreśla jednak potrzebę samotności i oderwania się od codziennych spraw, by oddać się tylko modlitwie. Potrzebę modlitwy na samotności motywuje tym, że i Chrystus tak się modlił, a czynił to nie dlatego, żeby ta samotność była Mu potrzebna, ale żeby nas swym przykładem tego nauczyć¹³. Teresa często powtarza, że nie można rozmawiać jednocześnie z Bogiem i ze światem, choć wielu ludzi tak właśnie czyni, modląc się i zarazem przysłuchując się wszystkiemu, co wkoło nich się mówi, nie starając się nawet powściągnąć tych świadomych i dobrowolnych roztargnień¹⁴. Teresa widziała też dobroczynne działanie kontaktu z przyrodą w życiu modlitwy. Budowała na terenie swych klasztorów pustelnie, aby łatwiej było wśród piękna otaczającej natury osiągnąć równowagę psychofizyczną.

¹⁰ *Droga doskonałości* — t. 1 s. 737.

¹¹ Tamże t. 1 s. 711, 723, 763.

¹² *Księga fundacji* t. 2 s. 378.

¹³ *Droga doskonałości* t. 1 s. 707.

¹⁴ Tamże.

3. SPOSOBY KONCENTRACJI MODLITEWNEJ

Wśród różnych środków pomagających w skupieniu się w czasie modlitwy na pierwszym miejscu stawia św. Teresa dobrą książkę. W swej autobiografii wyraża wdzięczność Bogu, że nie trafiła na kierownika duszy, który by zabronił jej czytania, a zmuszał tylko do modlitwy myślniej. Święta Teresa pisze tu, że nie wytrzymałaby tych udręczeń wewnętrznych i wielkich oschłości, które cierpiała przez osiemnaście lat wskutek „niemożności rozmyślania rozumem”¹⁵. Przez cały ten czas Teresa nigdy, z wyjątkiem dziękczynienia po Komunii świętej, nie przystępowała do modlitwy bez książki:

Mając pod ręką tę pomoc, która mi była jakby towarzystwem i puklerzem do odbijania pocisków nastających na mnie myśli obcych, uspokojałam się. Oschłości wtedy były rzadkim wyjątkiem, ale zawsze je miewałam, ile razy brakło mi książki, bo zaraz wtedy trwożyła się dusza moja i myśli moje się gubiły; dopiero za pomocą książki powoli je znowu skupiałam i duszę jakby ponętą do modlitwy pociągałam¹⁶.

Również w *Drodze doskonałości* poucza Teresa swe siostry o roli książki w skupieniu modlitewnym:

„Inny, także bardzo dobry sposób, to czytanie jakiej książki o dobrej treści. Pomaga ono do skupienia się przy modlitwie ustnej, aby była taka, jaką być powinna”¹⁷.

Z przekazu samej Świętej dowiadujemy się, że Ewangelia była jej książką ulubioną:

Co do mnie, słowa Ewangelii zawsze najmocniej mnie do siebie pociągały i zawsze mi łatwiej było czytać i rozważać te słowa z ust najświętszych pochodzące niż wszelkie książki najznakomitszych autorów, zwłaszcza jeśli to byli autorowie nie z wszelką pewnością aprobowani, do takich bowiem nigdy nie miałam najmniejszej chęci¹⁸.

W tym samym rozdziale *Drogi doskonałości* św. Teresa mówi siostronom, że gdyby zabrano im wszystkie książki, to wtedy Modlitwę Pańską mają traktować jako jedyną i najlepszą książkę¹⁹. Wiemy, że św. Teresa dużo korzystała z książki *Vita Christi*, napisanej przez kartuza Ludolfa z Saksonii, przetłumaczonej na język hiszpański przez brata Ambrosio de Montesinos. Książka ta była jej ogromnie pomocna w formacji biblijno-litur-

¹⁵ *Życie* t. 1 s. 89.

¹⁶ Tamże s. 89 n.

¹⁷ *Droga doskonałości* t. 1 s. 716.

¹⁸ Tamże s. 693.

¹⁹ Tamże s. 693.

gicznej, a także patrystycznej, gdyż zawiera bardzo dużo wypisów z dzieł Ojców Kościoła.

Inną pomoc w skupieniu się na modlitwie widzi św. Teresa w kontakcie z przyrodą, o czym przed chwilą już wspomnieliśmy. Można nawet powiedzieć, że jej modlitwa zaczyna się od kontemplacji natury:

Mnie również do tego dopomógł widok pól, wody, kwiatów; w tych rzeczach znajdowałam pamięć na Stworzyciela, one mnie pobudzały i do skupienia ducha mi pomagały, i za księgę mi służyły, w której wyczytałam niewdzięczność swoją i grzechy ²⁰.

Teresa uczy nas modlitewnego kontaktu z przyrodą. Świadomość obecności Boga w stworzeniu prowadzi Świętą do miłości dzieła stworzenia:

Choć i w każdej innej rzeczy, tym samym, że ją stworzył Bóg tak wielki i tak nieskończenie mądry, muszą się zawierać niezliczone tajemnice, z których rozważania możemy odnieść dla siebie pożytek ²¹.

Teresa widzi świat jako dzieło Boga, jako dzieło wciąż całkowicie od Niego uzależnione. Świat jest także mieszkaniem Chrystusa wcielonego i dlatego mieszkanie to musi być piękne, czyste i uporządkowane ze względu na jego właściciela. Idąc wciąż po linii oddziaływania na zmysły, by pobudzić duszę do modlitwy, św. Teresa wskazuje na wykorzystanie w tym celu obrazu:

Jako środek wielce ku temu pomocny, radzę każdej, by postarała się dla siebie o jaki, według własnego upodobania, obrazek czy figurę Pana naszego — nie po to, aby je nosić ukryte w zanadrzu i nigdy na nie nie spojrzeć, ale aby przed tym wyobrażeniem jak najczęściej z Nim rozmawiać. On sam poda wam do serca, co Mu macie powiedzieć ²².

Byłoby jednak rzeczą nierozsądną, według św. Teresy, gdyby siostry po Komunii świętej, mając w sobie żyjącą osobę Chrystusa, odwróciły się od Niego i poszły modlić się przed obrazem. Byłoby to tak, jak gdyby ktoś mając u siebie wizerunek osoby mu drogiej, w chwili gdy ta osoba go odwiedza, nie chciał z nią mówić, a wolałby mówić do obrazu.

Wpatrywanie się w obraz w innym czasie daje św. Teresie niewypowiedzianą pociechę, zwłaszcza w chwilach oschłości i opuszczenia wewnętrznego. Święta wymienia tutaj obrazy przedstawiające Matkę Bożą i świętych, najbliższy jej jest jednak obraz samego Chrystusa:

²⁰ *Życie* t. 1 s. 135; E. Hebda OCD. *Świat i rzeczywistości ziemskie w nauce św. Teresy od Jezusa, Doktora Kościoła*, W: *Mater Spiritualium*. Kraków 1974 s. 135-179, zwłaszcza s. 156-164.

²¹ *Twierdza wewnętrzna* t. 2 s. 63.

²² *Droga doskonałości* t. 1 s. 715.

Jest to widok, mocno pobudzający mnie do pobożności i chciałabym na każdym kroku mieć go przed oczyma [...]. Nieszczęśni zaprawdę ci herecytycy, którzy prócz tylu innych łask i dobrodziejstw Bożych i tej tak wielkiej pociechy samo chcący siebie pozbawili!²³

W swej autobiografii Święta polemizuje i współczuje jednocześnie protestantom, którzy nie uznają potrzeby religijnego obrazu:

Jasny to dowód, że nie kochają Pana, bo gdyby Go kochali, cieszyliby się na widok wyobrażenia Jego²⁴.

Teresa była bardzo rozmiłowana w obrazach. Można powiedzieć, że jej kontakt modlitewny z Chrystusem rozpoczął się przed obrazem, który znajdował się w jej rodzinnym domu i który potem zabrała ze sobą do klasztoru. Obraz ten przedstawia Chrystusa w rozmowie z Samarytanką przy studni. Teresa wpatrzona w obraz zaczęła identyfikować się z tą kobietą, i tak rozpoczął się jej dialog z Chrystusem²⁵. Obraz o treści religijnej pomagał Teresie pobudzić wyobraźnię i wzmocnić kontakt z Bogiem.

W artykule ograniczono się do niektórych tylko wybranych aspektów pedagogiki Świętej w początkach życia modlitwy. Jej uwagi, rady, obserwacje zachowują po czterystu latach swą aktualność i zachwycają prostotą, realizmem i wielką znajomością psychiki człowieka, a zachęta do oddziaływania na zmysły po to, by pobudzić duszę do modlitwy, jest aktualna i w naszej epoce, która tak wielką wagę przywiązuje do obrazu i oddziaływania na zmysł wzroku za pomocą technik właściwych naszym czasom. Tak więc i dzisiaj, w czterysta lat po jej śmierci, każdy, kto pisze na temat modlitwy i wychowania do modlitwy, musi odwołać się do pism i doświadczenia w życiu wewnętrznym wielkiej Mistyczki. Doceniając wartość jej nauki o modlitwie, Kościół nadał św. Teresie z Avila w 1970 roku tytuł Doktora Kościoła.

LA FORMAZIONE ALLA PREGHIERA SECONDO SANTA TERESA DI GESÙ

S o m m a r i o

In questo articolo trattiamo sui problemi dell'educazione alla preghiera secondo Santa Teresa di Gesù.

Specialmente vi sono sottolineati i condizionamenti fisico-psichici della preghiera, l'ambiente e risorse per la concentrazione durante le orazioni. Non ci risulta che gli studiosi della dottrina teresiana si siano preoccupati molto del giudizio di Teresa circa i condizionamenti fisici e psichici della preghiera.

²³ Tamże s. 763.

²⁴ *Życie* t. 1 s. 136.

²⁵ Tamże s. 353; *Alvares*, jw. s. 312.

L'esercizio regolare della preghiera e il suo sviluppo esige un equilibrio fisico e psichico. Santa Teresa ci dà tanti consigli pratici a proposito che aiutano coloro che non capiscono le difficoltà che si trovano durante lo sviluppo della preghiera. Articolo tratta anche sul ruolo della natura, dell'immagine religiosa e dei libri nell'educazione alla preghiera.

L'insegnamento di Teresa rimane attuale dopo i 400 anni dalla sua morte. I suoi libri ci sorprendono per le sue intuizioni, per le sue osservazioni di tipo umano e la conoscenza della psicologia. Ci sorprendono anche per la sua semplicità e realismo. E per questo che il Paolo VI l'ha dichiarata Dottore della Chiesa.

Trad. Stanisław Mojek