

O MODLITWIE MYŚLNEJ
CZYLI
MEDYTACYI

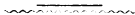
przez

Świętego Alfonsa Liguorego

Biskupa i Doktora Kościoła.

Pamiętaj na ostateczne rzeczy twoje
a na wieki nie zgrzeszysz.
(Ekkł. VII. 40.)

(Tłómaczenie **O. Prokopa** Kapucyna
wraz z listem jego o tymże przedmiocie.)



KRAKÓW

Nakładem G. Gebethnera i Sp.

oraz

Wydawnictwa dzieł katolickich.

1876.

118873-A

APROBATA.

Modlitwa myślna tak wielce zalecana przez Papięży i Pisarzów kościelnych, nie dosyć jest upowszechnioną pomiędzy wierzniymi, a jednak ona jest treścią życia wewnętrznego. Bardzo więc pożytecznym i druku godnym uważam wydanie pi-semka Świętego Alfonsa o „Modlitwie myślniej“, które Ojciec Prokop Kapucyn przetłómaczył i przez to pomnożył liczbę tyłu pożytecznych ksiązek przez siebie wydanych.

W Włocławku dnia 1 Grudnia 1875 r.

Wincenty

Biskup Kujawsko-Kaliski.

X. Pawłowski

Sekretarz.

W drukarni Wł. L. Anczyca i Sp.,
pod zarządem Stanisława Grallchowskiego.

LIST TŁÓMACZA

do.... zakonnicy Zgromadzenia....

Chwała Jezusowi i Maryi Przenajświętszej!

Znowu ja moja matko droga pisząc do Ciebie położyłem przed sobą wielką ćwiartkę papieru, a znowu nie wiem czy co z tego będzie, bo do moich zwykłych zajęć, przybyło jeszcze, czego dotąd nigdy nie bywało, jakieś niedomaganie oczów, a za co niech Bóg dobry jak za wszystko pochwalony będzie. Zabrałem się zaś do nieco dłuższego

listu dlatego że chciałem, ponieważ tego w przedostatnim Twoim domagasz się, pomówić trochę z Tobą o medytacyi czyli modlitwie myślnój.

Owóż, ważna to, moja matko kochana kwestya, ważna, a może i najważniejsza, jaka duszę wierną obchodzić powinna. Można bowiem bez przesady powiedzieć, że w końcu od niej to przed wszystkimi innymi ćwiczeniami pobożnymi i środkami zbawienia, i zbawienie, i uświętobliwienie, i najwyższy stan świętości zawisł. Święta Teresa mawiała, że grzech śmiertelny znaleźć się może w duszy osoby, która nie tylko wiele ćwiczeń pobożnych dopełnia, ale nawet do Sakramentów Świętych uczęszcza; lecz nie

znajdzie się, a przynajmniej nie może gościć w duszy tych, którzy są wytrwali w modlitwie wewnętrznej, to jest medytacyi. Jeżeli więc tak jest — a przecież za tą wielką mistrzynią życia wewnętrznego toż samo powtarzają najpierwsi Teologowie i między nimi Święty Alfons Liguory Doktor Kościoła — cóż dopiero powiedzieć uważając medytacyą jako środek nie tylko ustrzeżenia się grzechu ciężkiego, ale jako warunek nabycia wyższej doskonałości. Jeśli bez medytacyi trudno aby dusza wytrwała w stanie łaski w ogólności mówiąc, jakże przypuścić żeby ona mogła zdążać ku uświętobliwieniu się bez téjże? Pierwsza przeto rzecz moja matko dobra jest, abyśmy będąc silnie

przekonani o potrzebie takowej, nietylko medytacyi nigdy nie opuszczali, ale nadto starali się pomimo wszelkich i wewnętrznych i zewnętrznych przeszkód, odprawiać ją jak najporządniej.

O ile mogłem nabyć doświadczenia i z bliższego stósunku z osobami pobożnemi, i z chwilowego tylko zetknięcia się z niektórymi tego rodzaju duszami, przekonałem się, że te które mnie uderzały jakąś świątobliwością, która w nich promieniała, były to *des personnes d'oraison*, to jest osoby bardzo wyćwiczone w medytacyi. A przeciwnie: jeśli w innych dziwiły mnie grube niedoskonałości, pomimo stanu w jakim się znajdowały wiodącego wyłącznie do takowej, albo

gdy żyjąc na świecie wiele jednak ćwiczeń i nielada jakich umartwień ciała nie szczędziły, zawszem się przekonał iż to znowu pochodziło od tego, że, jak się im zdawało, nie umieją i nie mogą medytować, rozmyślać, odbywać modlitwy wewnętrznej. Mój też drogi ksiądz Ożarowski dzisiejszy Ojciec Damian Kameduła, którego Bóg w swoim miłosierdziu nieprzebraném dał mi znać zbliska i od dawna, jak jest w moich oczach najświętszą duszą z tych, które spotkałem na téj ziemi, tak też i z téj liczby jego to szczególnie widziałem wiernym i wytrwałym w ćwiczeniu o którym mówimy: to jest nieopuszczającym nigdy modlitwy myślnej. A powiedziałem że innym *zdawało się*, że

iej odprawiać nie mogą, bo poczawszy od prostej babki kościelnej, aż do człowieka najbystrzejszymi zdolnościami obdarzonego, każdy może i powinien to ćwiczenie, nie tym to tym sposobem odbywać.

Ale ja wiem, że matce chodzi nie tyle o to żebym Cię przekonał o potrzebie medytacyi, o czém wcale nie wątpisz, jak żebym Ci wskazał sposób dobrego jej odprawiania. Lecz wyznaję że to rzecz nie łatwa, lubo mnóstwo i mnóstwo w każdym dziele ascetycznym, to jest traktującym o życiu wewnętrznym, znaleźć można na to przepisów. Tak to bowiem zawisło i od usposobienia każdej osoby w szczególności, i w téjże samej osobie od

różnych stanów jakie jój dusza przebywa, że na to trudno ogólnego, stałego, jednostajnego, znaleźć prawidła. Jabym powiedział, że kto silnie przekonany będąc o niezbędności medytacyi, szczerze i usilnie stara się aby ją regularnie i porządnie odprawiał, i prosi o to gorąco Boga i Matce Bożej w téj ważnej sprawie się poleca, ten najlepiej sam natrafi na najwłaściwszy dla niego sposób odbywania pobożnego rozmyślenia. Trzeba tylko koniecznie, i to *koniecznie* ten sposób sobie wyszukać: *Proście a będzie wam dano, szukajcie a znajdziecie, kolaczcie a będzie wam otworzono* ¹⁾. Więc moja droga matko wynajdź go sobie, wynajdź

¹⁾ Mat. 7. 7.

koniecznie; prosz, szukaj, kołacz, póki nie otrzymasz, póki nie znajdziesz, i póki tę bramę do wszystkich skarbów dla duszy, nie otworzy Ci na oścież Matka Boża; ta *Brama niebieska* i szafarka łask wszystkich, a więc i téj która jest kluczem do wszystkich łask innych. Żeby jednak zadość uczynić Twojemu żądaniu, chociaż nie wiem czy potrafię, i czy Ci się to na wiele przyda, powiem jednak parę słów o sposobie medytowania, streszczając to co inni wyłącznie o tém piszący autorowie, obszerniej mówią.

Kiedy mnie kto pyta o sposób dobrego odprawiania medytacyi, przychodzi mi niekiedy na myśl, że to coś podobnego jak gdyby

kto pytał o sposób dobrego jedzenia obiadu. Bo w takim razie cóżby mu na to odpowiedzieć wypadało? Nie co innego tylko, że dobry sposób jedzenia obiadu zawisł na tém, żebyś zasiadł do stołu, i wedle właściwej potrzeby pokrzepienia sił twojego ciała, spożył pokarmy jakie ci podadzą. „Ale kiedy ja prawie nigdy nie mam apetytu, powiedziałyby mi na to ów proszący o podanie mu sposobu dobrego jedzenia obiadu, i dla tego proszę o przepisanie mi środka żebym mógł jadać z apetytem.“ — „A czy jadasz co po za stołem?“ spytałbym go znowu. — „Zwykle, odrzekłby, i to co chwila; niewiele wprawdzie, ale to tu to owdzie coś przekąszę.“ — „Więc zaprze-

stań tylko tego, a potem spróbuj brać posiłek we właściwej porze, a obaczysz, że apetyt się znajdzie.“ Zaprzestał, spróbował i jadł z najlepszym apetytem.

Otóż coś podobnego z medytacją się dzieje. „Zabieram się regularnie do medytacji, powie mi kto, ale cóż! kiedy jej odprawić nie mogę: tak mi roztargnienia przeszkadzają; tak mi oschło na sercu, tak próżno na umyśle.“ A wiesz dla czego? bo przez cały dzień nie pilnujesz skupienia. Wylewasz się na zewnątrz na tysiące przedmiotów chociaż godziwych, pocziwych, potrzebnych niby, ale które cię zbyt zaprzatają; które obudzają w tobie, znowu powiem godziwe, pocziwe, potrzebne niby,

ale czysto naturalne, ludzkie upodobanie, zajęcie, zainteresowanie się, i skutkiem tego duch twój rozwiany na to wszystko, w chwili medytacji zebrać się nie daje, albo ciągle wraca do przedmiotów które go przez dzień cały pochłaniały. Ztąd trudno ci zjednoczyć się ściślej z Bogiem, a to właśnie dla tego, że umysł twój zajęciami zewnętrznymi znużony zbyt, już nie ma siły i rzeźwości do ćwiczeń medytacyjnych. Gdy na modlitwie wewnętrznej zasiadasz do uczty niebieskiej, dusza twoja nie ma apetytu do pokarmów niebieskich, boś ją przesyciła *preokupacją* o rzeczy ziemskie, zbyt niemię wylaniem się na rzeczy zewnętrzne. Pierwszy więc warunek, moja droga

matko, dobrej, łatwej medytacji, jest pilnowanie skupienia. Skupienie i *skupienie* ile możliwości ciągle, pomimo nawału zajęć najróżnorodniejszych, oto główny, to cały sekret dobrej medytacji.

Lecz wiem co mi biedna moja matka na to powiesz: „Łatwo to, pomyślisz sobie, rozprawiać o skupieniu i doradzać je drugim, gdy się samemu wielkiej ciszy zewnętrznej zażywa; ale mnie Ochroniarce zawiadującej całym domem i ochroną, przewodniczącej szkole, dozorującej chorych itd., mnie w ciągu dnia całego myśleć o skupieniu, to toż samo co zamierzać rzecz niepodobną.“ Moja kochana matko! święta Franciszka Szantal coś podobnego jak matka, a na większa

skale robiła, bo zakładała nowy Zakon, poświęcony w początkach nawiedzaniu biednych chorych i wychowaniu panienek, a oprócz tego córki które pozostawiła na świecie wydawała za mąż, processa o majątek dzieci prowadziła, nakoniec długie i to prawie bezustanne podróże odbywała, a skupienie zachowywała. Święty Wincenty à Paulo opiekował się mnóstwem zakładów dobroczynnych pod jego kierunkiem całą Francję i Europę pokrywających, a skupienia nie tracił. Święty Bernard negocyował wojnę krzyżową po dworach królów i książąt panujących; w tym celu jeździł w odległe kraje, w obozach długo koczował, tylko co namięlnym wodzem wojsk krzyżowych

nie został ogłoszony: a w skupieniu trwał stale, i podobnie czyniło bardzo i bardzo wielu świętych i mężczyzn i niewiast, a czemużbyś matka tego za łaską Bożą i pod opieką Panny przenajświętszej nie starała się dokazać? Wierzaj mi, wierzaj, ma i życie samotne swoje trudności i swoje właściwe pokusy, które także głównie uderzają na to aby medytacją utrudnić; bo szatan wie dobrze, że czy w życiu czynném, czy najbardziej osamotnioném, najwięcej wygra, najłatwiej pocznie z duszą, gdy ją od medytacji odstręczy. Rób tylko wszystko jedynie dla Pana Boga; rób spokojnie z ciągłą o ile to być może pamięcią na obecność Boga; rób tylko w duchu posłuszeństwa,

rób dla tego, że w danej jakiej chwili Bóg chce ażebyś to robiła; rób nie na to ażeby Ci się to *udało, powiodło*, ani nawet na to aby ztąd pożytek spłynął na bliżnich, tylko na to, że Bóg tego po Tobie wymaga. Słowem, ponawiaj, ożywiaj w sobie świętą intencję, odrzucaj wszelkie ludzkie chociaż niewinne samo w sobie, upodobanie w sprawie którą wykonywasz; przyjmuj wszelkie w niej niepowodzenia, upokorzenia, sprzeciwiania się, przymówki, przyśmieszki półgębkowe, niby delikatne a złośliwe *aluzye* i t. d., przyjmij mowę to wszystko chętnie i ofiaruj to Panu Jezusowi, a wtedy nic Ci skupieniu nie przeszkodzi. Owszem, chociażbyś przez cały dzień tak za-

jętą była, że Ci odetchnąć nie dadzą, gdy pójdziesz na medytację, od razu znajdziesz się u nóg tego Pana, dla któregoś wszystko robiła coś robiła, wszystkoś znosiła, i dla którego, gdyby taka Jego wola była, chciałabyś od trudu, pracy i kłopotów chociaż i życie poświęcić. Krótko więc mówiąc, pierwszy warunek dobrej medytacji jest pilnowanie skupienia, a dla Ciebie i osób w twojem położeniu będących, to jest do czynnego życia powołanych, skupienie nie zawisło na tém aby nic nie mówić, niczém zewnętrzném się nie zaprzątać, z jak najmniejszą liczbą osób przestawać; tylko na tém żeby to wszystko robić jakby machinalnie, jakby z musu, bardzo

spokojnie; a Tobie nawet (z powodu Twego zbyt żywego z natury usposobienia) powiem jakby *ślamażarnie*, jakby z roztargnieniem, jak osoba która coś ważniejszego ma na głowie jak to czém jest w danej chwili zajęta; a w ciągu tego trzymać się w zjednoczeniu z Bogiem, pamiętać na Jego obecność, i serce ciągle do Niego podnosić, wszystko do Niego ciągle zwracać, i ciągle, ciągle w kąciku serca z Nim rozmawiać, a przynajmniej do Niego się tulić i u nóg Jego się trzymać.

I nie obawiaj się wcale aby Ci to miało być przeszkodą do właściwego, porządnego a nawet, jak to lubią świeckie osoby nazywać, *energicznego* załatwiania spraw,

które Cię obarczają; nie obawiaj się tego. W takich bowiem razach Pan Bóg dopełnia Swoją potęgą, władzą i *energią*, to co my niby ze swojej ujmujemy, byle skarbu wewnętrznego skupienia nie tracić. Święty Wincenty à Paulo był z natury bardzo wielka gorączka, a gdy co zamierzał, naturalny popęd pchał go do tego niezmiernie gwałtownie, tém bardziej że były to wielkie i święte dzieła miłosierdzia chrześcijańskiego, którym się on całą duszą oddawał. Lecz tak znał do siebie tę *niedoskonałość* naturalną, i tak ją zwalczał, że zwykle póty się nie brał do wykonania najświętszych swoich zamiarów, aż z wpływem czasu ostygły już ku temu czuł w sobie popęd czysto

ludzki, i tego prawidła tak dalece się trzymał, że jak piszą w jego żywocie, wielu współczesnych mu wielkich jego wielbicieli mawiało: „Ksiądz Wincenty jest święty człowiek, ale nadzwyczaj opieszają.“ A że ta pozorna opieszalność była w nim właśnie wyrobem łaski, więc Bóg tak jego sprawami kierował i tak im błogosławił, że, jak to wiesz zapewne, od kiedy świat istnieje nie było człowieka, chociażby największemi skarbami szafującego, któryby tyle uczynków miłosiernych dopełnił, tyle jałmużn milionowych rozdał, tyle zakładów dobroczynnych założył, ile on to uczynił jeszcze przez czas swojego życia. Bo tak to Bóg pomaga tym, którzy dla Niego robią Mu ofiarę

ze swojej zbytnej żywości, niby *energicznego* charakteru, a robią tę ofiarę na to aby wśród życia najczynniejszego i pełnego korzyści dla bliźnich, niepozbawić siebie największej korzyści: to jest ścisłego i ciągłego zjednoczenia się z Bogiem.

Nie wiem czy to jest co mnie tylko właściwego, czy też mam to wspólne z innymi, ale na mnie nic nie robi w drugich tak wielkiego wrażenia jak gdy kogo widzę skupionym (choć co prawda że zjechałszy nawet kiedyś pół Europy bardzo niewiele takich spotkałem). Gdyby wolno robić następujące porównanie, tobym powiedział, że osoba zkadinał pobożna a niebardzo skupiona, przedstawia się mi

jak bogata, brylantami wysadzona monstrancya, ale z której wyjęto przenajświętszą Hostyę; a skupiona, to mi się wydaje jak złota puszka z komunikantami osłonięta wprawdzie, zamknięta, lecz w której wiem że Pan Jezus jest żywy i prawdziwie obecny. Na mnie nieraz popatrzenie się na mojego kochanego księdza Ożarowskiego robiło takie wrażenie jak przeczytanie jakiego silniej przemawiającego ustępu z książki duchownej, albo cośkolwiek innego zbawiennie na duszę działającego; a to nie z innego powodu, tylko że go widział zawsze i wszędzie i wśród natłoku zajęć najbardziej rozrywających, i w chwili wypad-

ków najsilniej wstrząsających, niezachwiale skupionym.

Ale dość już o tém; a jeszcze spróbuję powiedzieć Ci słów parę o saméj medytacyi. Nie żałuję jednak żem się tak rozgadał o skupieniu, bo ono moja matko kochana, nietylko jest warunkiem do łatwego odprawiania medytacyi już formalnéj gdy się na nią zabieramy, ale i samo już jest jakby ciągłą i najkorzystniejszą medytacją.

Powiedziałem że trudno jest stałe wskazywać prawidła medytacyi, bo to zależy i od ogólnego usposobienia każdéj duszy, i od chwilowego stanu w jakim się znajdować może. Jednak są pewne przepisy, których trzymać się można. Nie

powiem Ci może nic nowego, bo przecież muszą u was i czytać i uczyć i mówić o tém jak się powinno medytację odprawiać; lecz że tego szczególnie żądałaś odemnie, więc oto jest co Ci pod tym względem doradzam. Spróbuj i jeśli Ci to posłuży, to używaj tego sposobu, jeśli inny Ci już szedł lepiej, trzymaj się tamtego.

Najprzód tedy trzeba na medytację obierać miejsce spokojne, jeśli kto może to według woli swojej uczynić, a kto nie, to w tém gdzie ją odbywać musi, trzeba aby ile możności nie zwracał uwagi ani na obecnych, ani na przybywających lub odchodzących, ani na przybywających lub odchodzących, ani na hałas jaki tam dolatywać

może. Powtóre: co do postawy ciała, zachować trzeba taką aby ona była nieprzeciwną uszanowaniu jakie się należy Bogu z którym się zabieramy rozmawiać, ani zbyt trudzącą ciało, aby przez to nie przeszkadzała pracy umysłowej do medytacyi potrzebnej. Kto więc z jakich powodów nie może klęczyć, może ją odbywać siedząc albo stojąc, a kto chory i leżąc na łóżku. Powszechnie mówiąc najwłaściwszą postawą do medytacyi jest klęczenie jakby powiedzieć dogodnie; przez co nie ma się rozumieć, żeby szukać wtedy jakowej wygodki do której gnuśne osoby nawykły, ale żeby klęczenie było takie aby osoba medytująca, stosownie do swoich sił, zdrowia i na-

wyknień, nie była tak męczoną, żeby to jój do rozmyślenia przeszkadzało. Z tego co mi matka o sobie nadmieniasz, możesz ją odbywać siedząc.

Do medytacyi używać potrzeba (z wyjątkiem rzadkim osób, które bez tego lepiej medytują, a to nie według swego zdania, lecz zdania światłego spowiednika) książki. Jeżeli możesz mieć dla siebie odrębną, toby bardzo dobrze było, bo te czytane na głos punkta dla wszystkich, to tylko dla tych, którzy są w stanie bardzo łatwo medytować, mogą być dogodne. Z dzieł zaś tego rodzaju w pierwszym rzędzie położyłbym wszystkie dzieła ascetyczne Świętego Alfonsa Liguorego, a mianowicie różne jego medyta-

eye, które on zostawił na wszystkie pory roku. Także rozmyślenia *du Pont'a* i Ojca *Nepveu* Jezuity doskonałe, których jest nowe wydanie francuzkie w jednym zdaje się tomie: *Meditations pour tous les jours de l'Année*. Podobnież *Rok Chrystusowy Awancyny*, tłumaczenie księdza Jełowickiego i wiele innych tym podobnych. Piękne są także medytacye o Życiu Jezusa Chrystusa przez świętego Bonawenturę tłumaczone na francuzkie przez Rancé.

Co do materyi medytacyi jakąbym Ci doradzał najczęściej obierać do rozmyślenia, to w tym względzie jest prawidło aby za przedmiot do modlitwy wewnętrznej wybierać ten, do którego wtedy

kiedy się zabieramy do medytacji, czujemy większy pociąg, lub który wydaje się nam ze względu obecnej jakiej potrzeby naszej duszy najpotrzebniejszym. Naprzykład: jeśli się czuję rozdrażnionym z doznanego upokorzenia, tobym wziął do medytacji szczegół jaki z życia lub męki Pana Jezusa objawiający Jego pokorę. Jeślibym albo doznawał choroby dolegliwej, albo był nią zagrożony, tobym rozmyślał o ciężkich cierpieniach Pana Jezusa, czy to w biczowaniu czy to na krzyżu doznawanych. Jeśli znowu widzę się bardzo skłonnym do roztrzępywania się ducha mojego na rzeczy i sprawy doczesne, wziąłbym za przedmiot do modlitwy myślniej niezbędność i bliskość śmierci. Gdy-

bym się czuł pod uciskiem pokus przeciw miłosierdziu Boskiemu i skłonnym do rozpaczania o moją duszę, rozpamiętywałbym nieskończone miłosierdzie Boże. Jeśli w chwili w której się zabieram do medytacyi, w skutek jakowych wypadków lub wrażeń, które zkażkolwiek we mnie powstały, obudziło się w sercu mojem jakieś żywsze poczucie czy to nieograniczonej dobroci Boga, czy Jego opatrności, czy Jego sprawiedliwości, obrałbym materją do tego odpowiednią, to jest rozmyślałbym o dobroci Boga, albo o Jego opatrności, albo sprawiedliwości i t. p.; aby to co we mnie zdaje się być działaniem Ducha Świętego rozmyślaniem rozżywić i na korzyść prak-

tyczną duszy mojej za łaską Bożą i opieką Matki Bożej obrócić. Lecz *przedewszystki*em, *przedewszystki*em, bo to jest końcem i początkiem wszystkiego dobra duszy, i streszczeniem wszystkich prawd wiary, i najsilniejszym objawem wszystkich własności Bóstwa, i najwymowniejszém ogłoszeniem zasad moralności ewangelicznój, i zbiorem prawideł najwyższój doskonałości, — *przedewszystki*em obiebrałbym rozmyślanie Męki Pańskiéj. W niéj wszystko moja droga matko się zawiera; bez niéj, bez jéj rozmyślenia, trudno mi pojąć jak człowiek może przyjść do doskonałego poznania i Boga i samego siebie: to jest dwóch rzeczy, bez których nie można być ani zbawio-

nym ani świętym. Rozmedytowanie się to dopiero w męce Chrystusa Pana, daje klucz do wszystkich innych najwznioślejszych medytacyi i kontemplacyi, jeśli (co wątpię) mogą i Serafiny w niebie znaleźć coś wznioślejszego do rozpamiętywania. Dla matki, o ile Cię znam, nie widzę korzystniejszej i stosowniejszej materyi do modlitwy myślnej, i dla tego dobrze byłoby, jeżeli Cię to nie będzie zbyt trudziło, abyś przez czas pewien żadnej innj (chyba niekiedy) nieobierała jak tylko Mękę Pańską i Boleści Matki Bożej.

Co do samego zaś już rozmyślenia, oto jest sposób najpowszechniej zalecany, którego jeśli zwykle używasz więc Ci nic nowego nie

powiem, a w takim razie niech przynajmniej posłuży Ci to na to, ażebyś ten sposób jak najpilniej i dokładniej zachowywała; ale ma się rozumieć, jeśli nie natrafiłaś już sobie na jaki inny dla Ciebie łatwiejszy a więc właściwszy. Najprzód tedy uspokoiwszy się jak tylko można i wewnątrz i zewnątrz, podniesiesz myśl i serce do Matki Bożej, i prosząc Ją o pomoc i błogosławieństwo do medytacyi, odmówisz zwolna i serdecznie a pokornie: *Pod Twoją obronę*. Następnie postawisz się w obecności Boskiej: to jest krótko lecz żywo przypomnisz sobie że Bóg wszędzie, a więc i na miejscu na którym się znajdujesz obecnym jest, a przeto nad tobą, przy tobie, pod tobą,

około ciebie, w tobie: jak światło które ogarnia wszystkie i całe przedmioty na nie wystawione; jak woda która otacza i wsiąka we wrzucone w nią miękkie przenikliwe przedmioty; jak promień słońca przenikający najgrubsze kryształy i w nich świecący. Co wszystko jeszcze słabo wyobraża wszechobecność Boga, a więc obecność Jego i w nas i przy nas. Bo jak się wyrażają niektórzy Teologowie, Bóg jest na tém miejscu gdzie my się znajdujemy tak dalece obecny, że jest tam *więcej* jak my sami. Przeczytaj w Rodrygiewie krótki lecz przesłiczny *Traktat o obecności Bożej*, a to Ci powinno na długo ułatwić one akty stawienia się w obecności Bożej, o których mowa.

Akt tedy taki uczynisz o ile można żywo, ale króciutko, i téż krótkim aktem upokorzysz się przed Bogiem, i oddasz Mu cześć najgłębszą; a czując jakieś niegodna o Nim rozmyślać, w Niego się wpatrywać, z Nim rozmawiać — co właśnie zabierasz się robić — uczynisz akt skruchy podobnież krótki a serdeczny. W końcu zmówisz *Zdrowaś Marya* na cześć Twojego Anioła Stróża, Świętego Józefa opiekuna dusz bogomyślnych, i Twojej Patronki, prosząc ich aby Ci dopomogli do medytacyi, i to będzie pierwszą częścią czyli wstępem do modlitwy myślnej, co wszystko nie powinno zabrać jak kilka minut czasu mniej więcej.

Potém przystąpisz już do samego rozmyślenia. Przeczytasz punkt, albo ustęp, albo wierszy kilka lub kilkanaście z książki, którą masz przed sobą w tym celu, lub zwrócisz uwagę na to co czyta ta która czyta dla wszystkich zebranych, i nad tém zastanawiać się będziesz. A chciałbym żebyś nie szczędziła ćwiczenia wyobraźni: to jest abyś zawsze na początku, a szczególnie gdy rozmyślasz co z tajemnic życia Pana Jezusa i Jego męki, lub z życia i boleści Matki Bożej, — chciałbym mówię żebyś czas powinien wyobraźnią patrzyła na Nich w téj lub owéj okoliczności, i spokojnie ale żywo przedstawiła sobie wszystko co sobie przedstawić można w takim razie o miejscu

gdzie się okoliczność nad którą rozmyślasz odbywa, o porze roku i godzinie dnia w której zaszła; o osobach przenajświętszych z którymi duchownie wtedy obcujesz, pilnie, pokornie a serdecznie wpatrując się w Ich rysy, w Ich postawę; słuchając niby Ich głosu, słów które wymawiają; przenikając niejako samą sobą uczucia jakich na ten czas doznawali, Ich boleści, cierpienia, zniewagi, upokorzenia, jakie ponoszą. Gdy zaś rozmyślać będziesz nad którym ze szczegółów Męki Pańskiej, zastanów się wtedy: 1^o Kto jest Ten co to lub owo cierpi, znosi, doznaje. 2^o Co On przebywa w téj okoliczności, to jest co za bóle, co za upokorzenia, co za trud itp. 3^o Jak to

znosi: to jest z jaką cierpliwością, z jaką rezygnacją, z jaką łagodnością, z jaką cichością. 4^o Dla czego to ponosi: to jest dla mojego zbawienia, z miłości ku mnie, dla mojej nauki, abym ja Go w tém naśladowała i t. p. A co przy takim ćwiczeniu obudzać się będzie w sercu twojem to uwielbień dobroci Zbawiciela, to podziwu nad Jego pokorą, cierpliwością, to żalu żeśmy Go grzechami naszymi do tego przywiedli, to aktów miłości i wdzięczności temu Bogu i Panu naszemu za to wszystko co dla nas zrobił i wycierpiał; to postanowień że Go naśladować będziemy się starali, — we wszystkich takich aktach, a nawet chociażby w jednym z nich tylko, trwaj póty, póki

będziesz czuła że on się żywo w Tobie rozbudza, chociażbyś cały czas na medytacją przeznaczony na nim jednym strawiła. Najwięcej zaś ceń sobie akty miłości Bożej, skruchy serdecznej, chęci uświęcenia się i akty (a obyś do nich, *do nich* przyjść mogła!) pokochania wszelkich cierpień i fizycznych i moralnych i sercowych i dusznych, wszelkich chorób, zniewag, upokorzeń i pomiatań, zawodów, oschłości, wewnętrznych ucisków i opuszczeń, a to dla miłości Tego, który to wszystko z miłości ku nam do najwyższego stopnia na Siebie dopuścił i najcierpliwiej przeniósł. I dla tego matce kochanej polecałem i polecam szczególnie Rozmyślanie o męce Pańskiej Świętego

Alfonsa Liguorego, bo w nich on duszę jakby za rękę prowadzi do czynienia tego rodzaju aktów; i sądzę że ktoby porządnie te jego medytacye przez pewien czas odprawiał, nauczyłby się raz na zawsze najlepszego sposobu odbywania modlitwy myślnej.

Przytém pamiętaj, że nie idzie wcale o to abyś wiele przeczytała z książki, której używasz do medytacyi, bo do niej będziesz wracać tylko wtedy gdy spostrzeżesz, że Ci rozmyślenia i akty wyżej wymienione nie idą, albo bardzo trudno idą. Jeżeli zaś po pierwszém przeczytaniu chociażby najkrótszego ustępu trwać w nich możesz długo, to choćbyś już nic więcej nie przeczytała przez całą porę

medytacyi, to tém lepiej. Na następnej zaczniesz od tego miejsca na którym się zatrzymałaś, jeżeli zechcesz tenże wziąć przedmiot, albo pójdziesz do następnego. I to stanowi *le corps de la méditation*, czyli jéj część drugą a najdłuższą.

Jak już zbliżać się będzie koniec pory na medytacyą przeznaczonéj, zrobisz sobie jakby takie zapytanie: *Co więc powinnam ja czynić, lub czego powinnam się wystrzegać, dla mojego uświętobliwienia, udoskonalenia, ściślejszego, stalszego połączenia się, zjednoczenia się z Bogiem moim?* A w tém zawiera się cały praktyczny pożytek rozmyślenia. Tu więc czynić masz postanowienia na dzień cały, a głównie odnoszące się do sposobu

zachowania się w téj lub owéj okoliczności, co do którój podczas medytacyi zauważałaś że Ci trzeba być pilnie baczną nad sobą, żeby naprzykład albo przykrość jaką przewidujesz znieść cierpliwie, albo upokorzenie bez oburzania się, albo-li téż żeby to lub owo ćwiczenie pobożne lepiej spełniać, lub wreszcie żeby podczas tego lub owego zajęcia, nie tracić wewnętrznego skupienia itp., a co wszystko byłeś starannie odprawiała rozmyślanie, Sam Duch Święty w ciągu jego nastęczać Ci nieomieszka. I w tém masz i odpowiedź na to co mi piszesz, żeby Ci wskazać jak robić postanowienia praktyczne. Patrz serdecznie i pilnie na Pana Jezusa podczas medytacyi, a szcze-

gólnie wpatruj się w Niego w szczególności Jego męki, a obaczysz co to za *massa* znajdzie się sposobności dnia każdego, które przewidzieć można mniej więcej, a w których powinnaś za Jego łaską naśladować Go, ćwicząc się to w pokorze, to w cichości, to w cierpliwości, to w miłości nieprzyjaciół i osób nam przykrych, to w poświęceniu się dla drugich, to w różnych innych cnotach zasadniczych.

Postanowieniami więc podobnymi zakończysz medytacją, a oddając je znowu najszczególniejszej opiece Matki Bożej, kończąc odmówisz: *Pomnij o najłaskawsza Panno Maryo*, a to rzewnie i z całego serca, z wielką ufnością w opiekę Tej naszej Matki niebieskiej

rzucając się do Jój nóg macierzyńskich i litościwych.

Dajże Boże dobry, daj Matko przenajświętsza, żeby Ci ta moja zbyt długa i nieporządna gadanina o medytacyi, jeśli nie na co innego, to w każdym razie na to posłużyła, abyś droga moja matko, coraz większą do tego ćwiczenia przywiązywała wagę i coraz więcej nabierała wniém upodobania i wprawy i łatwości. W chwilach zaś, wktórych dla jakichbądź powodów wyżej wskazany sposób medytowania byłby Ci niemożliwym (co jednak nie łatwo w siebie wmawiać powinnaś) wtedy bez żadnych długich jak to mówią *ceremonii*, rzucaj się do nóg Jezusa i Maryi i wołaj a wołaj

z głębi serca: „O Boże mój wspieraj mnie! O! mój Jezu miłosierdzia! O Maryo matko moja zlituj się nademną! Patrz jakem nędzna, jak nieudolna, jak pełna złości; ratuj mnie jak możesz, jak chcesz, jak wiesz że mi potrzeba itp. „Ale powtarzam nieograniczaj się na takiej medytacyi (choć i taka żeby ciągle była z podniesieniem ducha czyniona byłaby bardzo dobrą), chyba w razach wyjątkowych, w razach nadzwyczajnej trudności, nadzwyczajnych ucisków wewnętrznych albo choroby przycięszszej.

Nakoniec pamiętaj i o tém, iż powszechnie jest to przyjętém zdaniem, że czém są drzewka podrzućcane na kominek aby na nim ogień utrzymać, tém jest czytanie du-

chowne dla nabycia większej ła-
twości medytowania, a zwłaszcza
do czynienia praktycznych posta-
nowień. Kto zaś wiele czytać nie
może, niechże za to jak najlepszy
wybór czyni. *Walka duchowna* jest,
jak to już matce wspomniałem
w jednym z listów ostatnich, pier-
wszorzędném dziełem tego rodzaju.
Święty Franciszek Salezy wyżej ją
cenił i więcej zalecał jak *naślado-
wanie à Kempis*. Podobném jest
dziełko Świętego Alfonsa Liguore-
go: *Jak kochać Jezusa* i jego także
dla zakonnic *La religieuse sancti-
ficé*, a w nowém tłumaczeniu fran-
cuzkiém inny tytuł mająca. A ma
się rozumieć że przed temi wszyst-
kiemi, albo raczej obok tych i nie-
oszacowany *Rodrygez*. Ale co naj-

bardziej, proś tylko często i serdecznie Matkę Bożą, żeby Ci do medytacyi pomagać raczyła, żeby Ci w niej błogosławiła; polecaj tę wielką potrzebę duszy twojej Jój szczególniejszemu pośrednictwu, a sama wyszukasz sobie sposób najwłaściwszy dla Ciebie do odprawiania rozmyślenia, i za opieką Tójże Panny przenajświętszej znajdziesz w niém i pociechę we wszelkiém utrapieniu, i wsparcie Boskie w każdej potrzebie, i oświecenie w wątpliwościach, i wskazówkę na każdy dany raz woli Bożej względem Ciebie, i siłę do Jój spełnienia; słowem wszystko co potrzeba żebyś Świętą została, co daj Ci Jezu dobry, daj Maryo miłociwa jak najprędzej i najobficij.

Podskryptum. Po napisaniu już listu tego, przyszła mi myśl wybrać dla matki kochanej z pism Świętego Alfonsa Liguorego, to co on o medytacyi czyli o modlitwie myślnéj powiedział. W zbiorze dzieł jego nie masz wprawdzie wyłącznego traktatu o tym przedmiocie jak jest ich wiele o innych tegoż rodzaju; lecz w wielu miejscach ten nieporównany mistrz życia wewnętrznego, ważnéj téj kwestyi dotyka z tą dokładnością, głębokością, jasnością, świętą prostotą i namaszczeniem, jakimi wszystkie pisma tego wielkiego Doktora Kościoła się odznaczają. Załączam Ci więc ten wypis z różnych dzieł jego w wiernym przekładzie, ułożony tak, aby on jedną całość stano-

wiać, był właśnie *Traktatem Świętego Alfonsa o modlitwie myślniej* ¹⁾.

Lepiej zapewne byłoby żebym był od tego zaczął i na tém skończył, a nie zarzucał Cię powyższym listem, który obok rozprawy naszego Świętego wcale niepotrzebny. Ale kiedym go już wprzód napisał, zdaje mi się że życzyłabyś sobie żebym Ci go i posłał, więc to czynię, dołączając do niego wyżej wymienione wyjątki z dzieł Świętego Liguorego.

1) Wyjątki te wzięte są z następujących dzieł Świętego Alfonsa: *Teologia Moralna. Trak. 3. n. 23.* — *Homo Apostolicus* czyli przepisy dla przewodników dusz. § 4. n. 3. *Przygotowanie na śmierć.* Rozmysł. 36. *O miłości Boga.* Rozdz. 23. *Prawidła życia* n. 3. *Myśli pobożne.* §§. 15. 32. 34.

Przytém żegnam Cię, a tą razą
na długo. . . . i jak zawsze opiece
Matki Bożej oddaję.

Pisałem w klasztorze Zakroczymskim
roku Pańskiego 1875,
w wigilią święta Przeniesienia Domku
Loretańskiego.



O MODLITWIE MYŚLNEJ

przez

Świętego Alfonsa Liguorego.

Co jest modlitwa myślna?

Modlitwa myślna (*meditatio, l'oraison mentale*) albo modlitwa wewnętrzna, którą także nazywają *Rozmyślaniem*, nic innego nie jest jak modlenie się samą myślą, samym sercem, samym duchem. Albo właściwiej jeszcze określając ją, jest-to rozmowa duszy z Bogiem, nie używającój do tego słów ustami wyrzeczonych. W niej dusza pilnie rozważając różne prawdy i tajemnice wiary, już to przedsta-

wia Bogu swoje potrzeby, już prosi o niezbędne łaski, już dziękuje za odebrane; to znowu chwali, wielbi Stwórcę i Zbawcę swojego. Albo-li też tylko oczami duszy jakby wpatruje się w Boga, czy to rozważając przymioty Jego Bóstwa, czy też wyobrażając sobie Jego osobę i Jego sprawy, gdy stawszy się człowiekiem, żył i obcował między ludźmi.

Lecz że, jak to powiedzieliśmy, modlitwa wewnętrzna jest *rozmową duszy z Bogiem*, więc podczas niej dusza, nie tylko przemawia do Boga lub zapatruje się na Niego jako na istotę z którą obcuje duchownie, ale oraz i słucha co Bóg do niej przemawiać raczy. To zaś ma miejsce przez oświecenia na umyśle,

przez głos sumienia, przez święte natchnienia, przez pobożne uczucia, przez zbawienne pociągi, co wszystko podczas takiej rozmowy duszy z Bogiem, nierównie żywiej jak kiedykolwiek się odzywa. I to główną cechę tego rodzaju modlitwy stanowi, i główną jej od zwykłej modlitwy ustnej różnicę. Ztąd, jak w modlitwach ustnych aby były miłe Bogu i pożyteczne dla duszy, trzeba, co się mówi, mówić z uwagą, tak w tej trzeba prócz tego, i z pokorną uwagą słuchać, co Bóg do nas, wyżej wymienionym sposobem, przemawia ¹⁾).

¹⁾ Powyższy ustęp jest jeszcze samego tłumacza; co następuje już wszystko Świętego Alfonsa.



ROZDZIAŁ I.

Modlitwa myślna jest pod pewnym względem
niezbędną do zbawienia.

§ 1.

Oświeca umysł.

Mając zastanawiać się nad potrzebą modlitwy myślnej, zwróćmy najprzód uwagę na to, że bez niej umysł nasz pozbawionym jest tego światła, jakie zaczerpywać powinien z żywej wiary i z niej wypływających zasad. „Kto ma oczy duszy zamknięte, powiada Święty Augustyn, ten nie dopatrzy właściwej drogi wiodącej nas do oj-

czynny niebieskiej.“ Owoż, prawdy wieczne są to rzeczy niepodpadające pod zmysły, które oczami ciała widzieć nie możemy, ale tylko oczami duszy: to jest zwracając na nie myśl naszą i zastanawiając się nad niemi. Kto więc nie ćwiczy się w modlitwie wewnętrznej, prawd tych nie widzi, a ztąd nie ma dokładnego pojęcia o ważności sprawy zbawienia, ani o środkach niezbędnych do osiągnięcia takiego. I dla tego, niestety! tak wiele dusz się gubi, że niezmiernie wielu nie rozmyśla nad sprawą, od której zawisł dla nas los na całą wieczność, i nie zastanawia się pilnie nad tém co czynić należy aby zbawienia dostąpić. *Spustoszeniem spustoszona jest*

wszystka ziemia, mówi Prorok Pański, bo niemasz ktoby rozważał sercem ¹⁾. A na odwrót, sam Pan Bóg upewnia nas, że kto ma wyteżoną uwagę na prawdy wiary, jakimi są: niezbędnosc śmierci, sąd Boży po niej nas spotykający, wieczność szczęśliwa lub nieszczęśliwa jaka nas czeka, — ten nigdy nie zgrzeszy. *Pamiętaj na ostateczne rzeczy twoje, mówi Duch Święty przez usta mędrca Swojego, a na wieki nie zgrzeszysz* ²⁾. I na inném miejscu powiada pismo Boże: *Przystąpcie do Niego, to jest do Pana Boga przez podniesienie do Niego myśli, a oświecajcie się* ³⁾. Pan Jezus zaś upomina nas abyś-

¹⁾ Jer. 12. 11. — ²⁾ Ekkł. 7. 40.

³⁾ Bal. 36. 6.

my ciągle mieli w rękach *pochodnie zapalone: Niech przepasane będą biodra wasze, a pochodnie gorejące w rękach waszych* ¹⁾). Owóż, temi pochodniami, według Świętego Bonawentury są pobożne rozmyślenia, gdyż w czasie to rozmyślenia czyli modlitwy myślniej, Pan Bóg do nas przemawia i oświeca nas, aby utwierdzić kroki nasze na drodze zbawienia: *Pochodnia nogom moim słowo Twoje, i światło ścieżkom moim* ²⁾).

Tenże święty Bonawentura powiada, że modlitwa myślna jest jak zwierciadło, w którym dojrzeć możemy wszystkie plamy będące na duszy naszej. A święta Teressa w liście do Biskupa Ozmy w Hiszpanii tak się o tém wyraża: „Cho-

¹⁾ Łuk. 12. 35. — ²⁾ Psal. 118. 105.

cięż się nam zdaje, że żadnej niedoskonałości nie mamy sobie do wyrzucenia, to jednak mnóstwo ich odkrywamy, skoro nam Pan Bóg roztworzy oczy duszy, jak zwykle czyni to podczas modlitwy myślniej¹⁾. Według świętego Bernarda kto nie ćwiczy się w modlitwie myślniej, ten nie dostrzega wad swoich, a następnie nie ma do nich wstrętu i nie stara się otrząść się z takowych. „Nie nienawidzi siebie, powiada ten święty Doktor, bo się nie zna²⁾. Podobnież nie widzi się niebezpieczeństw grożących zbawieniu, a ztąd nie przedsięwzięje się środków aby im nie podpaść. Lecz gdy się ćwiczymy w modlitwie myślniej, wkrótce po-

¹⁾ List 8. — ²⁾ De consid. l. 1. c. 2.

znajemy nasze wady, równie jak i niebezpieczeństwa na które jesteśmy wystawieni, i widząc je staramy się im zapobiedz. Rozmyślając to nad wiecznością, król Dawid pobudzał się do cnoty i do poprawy życia: *Rozmyślałem dni starodawne, i lata wieczne miałem na pamięci. . . . i ćwiczyłem się i oczyszczałem ducha mojego* ¹⁾. Oto jak w Pieśniach nad pieśniami wyraża się Boski Oblubieniec: *Kwiaty okazały się na ziemi naszej; przyszedł czas. . . ścinania; głos synogarlicy słyszeć się dał na ziemi naszej* ²⁾. Gdy dusza, podobna do samotnej synogarlicy, odsuwa się od zewnętrznych wrażeń i skupia się w modlitwie myślniej

¹⁾ Psal. 76. 6. — ²⁾ Pieśń. 2. 12.

aby z Bogiem rozmawiać, wtedy okazują się kwiaty, to jest zbawienne pragnienia, i czas jest *ścinać je*, to jest pozbyć się wad którym się podpada a które wykrywa nam modlitwa myślna. Tak się dzieje w istocie, powiada święty Bernard: „Nadchodzi, pisze on w wykładzie wyżej przytoczonego ustępu Pieśni nad pieśniami, *czas obcinania* wad własnych, jeśli poprzedzi rozmyślanie prawd wiary świętej; gdyż pobożne rozmyślanie wprowadza w ład nasze uczucia, kieruje właściwie naszymi czynami i prostuje nasze zboczenia“ ¹⁾).

¹⁾ De consid. 1. 2. c. 6.

§ 2.

Modlitwa myślna usposabia serce
do cnoty.

Bez modlitwy myślnej, nie posiada się siły niezbędnej do oparcia się napadom wrogów zbawienia, i do spełniania cnót chrześcijańskich.

Modlitwa myślna działa na serce nasze, jak ogień na żelazo: dopokąd żelazo jest zimnem, twardem jest i niesposobnem, aby z niego cośkolwiek wyrobić; lecz skoro wystawionem zostanie na działanie ognia, mięknieje i łatwo się poddaje woli kowala; dla tego rozgrzewa się go zaczęm się kuje. Owóż, aby zachować przykazania i rady Pana Jezusa, trzeba mieć

serce przez rozgrzanie go uczuciem miłości Boga miękkie, to jest zdolne do przejęcia się wrażeniami natchnień niebieskich i skore do ich spełniania, o co właśnie prosił Boga Salomon wołając: *Dasz tedy Panie, stądze Twemu serce powolne* ¹⁾.

W skutek grzechu, obecnie serce nasze jest z natury swojej twar-dém i niepowolném; skłaniając się łatwo do uciech zmysłowych, opiera się prawom rozumu, jak się na to uskarżał Apostoł: *Widzę inny zakon w członkach moich, sprzeciwiający się zakonowi umysłu mojego* ²⁾. Lecz człowiek staje się powolnym i uległym pod wpływem łaski, jaką otrzymuje na modlitwie myślnój.

¹⁾ 3. Król. 3. 9. — ²⁾ Rzym. 7. 23.

Zastanawiając się wtedy nad dobrocią Boga, nad niezmierną miłością Jego ku niemu i nad nieocenionemi dobrodziejstwami jakie od Niego otrzymał, zapala się, rozczula, i przez to staje się powolniejszym na głos wołania Pańskiego. Bez modlitwy myślniej, przeciwnie, serce pozostaje twardecem, upartem, nieposłusznem, i koniec końcem człowiek duszę gubi: *Sercu twardemu źle dziać się będzie w chwili ostatecznej, a kto miłuje niebezpieczeństwo, w niem zginie* ¹⁾). Dla uniknienia tego niebezpieczeństwa, święty Bernard doradzał Papieżowi Eugeniuszowi III., aby nigdy dla zajęć któremi był obarczony, nie opu-

¹⁾ Eklez. 3. 27.

szczał modlitwy myślnój. „Obawiam się o Eugeniuszu! pisze on w jednym z listów swoich do niego, aby mnogość zajęć które cię obarczają, jeśli wśród nich zaniedbasz modlitwy i rozmyślenia, nie przywiodła Cię do zatwardziałości serca, które skoro nie ćwiczymy się w modlitwie myślnój, nie obawia się swoich złudzeń, bo się nie zna“ ¹⁾.

Niektórzy poczytują za stracony czas, który w znacznej mierze dusze pobożne poświęcają na modlitwę myślną; gdyż według nich tenże mógłby być spożytkowanym na spełnianie różnych dobrych czynów. Lecz ci nie wiedzą, że na modlitwie dusza nabywa siły do zwalczania swoich wrogów i cwi-

¹⁾ De Consid. l. I. c. 2.

czenia się w enocie, jak o tém pisał święty Bernard: „Z tego to napozór próżnowania, dusza sił nabywa“. Dla tego Pan Bóg niepozwała przerywać snu Swojej oblubienicy ażby sama pozwoliła się zbudzić: *Nie budźcie i nie ocucajcie miłej, dokąd sama nie zechce*¹⁾. I powiedziano tu: *dokąd sama zechce*, gdyż to uśnięcie i uspokojenie jakiego zażywa dusza na modlitwie myślnej, jest całkiem dobrowolne; ale pomimo tego jest niezbędnie potrzebném do życia duchownego. Kto nie sypia, nie ma siły do pracy ani nawet do chodzenia i w drodze upaść musi; podobnież i dusza, która nie wypoczywa i nie stara się pokrzepić sił swoich na modli-

¹⁾ Pieś. 3. 5.

twie myślnej, staje się niezdolną do spełnienia czegokolwiek dobrego i oparcia się pokusom: co krok upada. Czytamy w żywocie błogosławionej Maryanny od Krzyża, że razu pewnego gdy trwała na modlitwie myślnej, usłyszała jak szatan przechwalał się, że przywiódłszy jedną z zakonnice do opuszczenia wspólnej medytacji, widział już ją bliską popełnienia grzechu ciężkiego. Błogosławiona Maryanna pośpieszyła co tchu do owej zakonnicy, i za pomocą Boską uchroniła ją od tego niebezpieczeństwa. Niech to nas uczy na co się narażamy, gdy się zaniedbujemy w modlitwie myślnej! Święta Teressa utrzymuje, że kto nie ćwiczy się w modlitwie myślnej, tego nie po-

trzebują szatani nieść do piekła, gdyż się on sam weń wrzuca. A świątobliwy opat Djokleziusz mawiał: „Kto nie oddaje się modlitwie myślnej, ten w krótkim czasie staje się zwierzęciem albo szatanem“ ¹⁾).

§ 3.

Modlitwa myślna uczy nas prosić Pana Boga o to co nam najpotrzebniejsze.

Bez proszenia o to Pana Boga, Pan Bóg nie udziela nam Swojej pomocy; a bez pomocy Bożej nie jesteśmy w możności zachować Jego przykazań, jak to obszernie wyłożyliśmy w dziełku naszym: *O modlitwie*. Z tej bezwzględnej konieczności modlenia się w jakiej zo-

¹⁾ Pall. hist. laur. 1. 98.

stajemy, wypływa moralna niezbędność modlitwy myślniej. Jakoż, jeśli kto nie odprawia rozmyślenia pobożnego, a z powodu różnych zajęć światowych znajduje się w ciągłym rozerwaniu, ten wcale nie zna swoich potrzeb duchownych, ani niebezpieczeństw grożących jego zbawieniu, ani środków których potrzeba użyć do przewyciężenia pokus, ani nawet téj konieczności modlenia się, w jakiej każdy z ludzi zostaje: i w takim stanie zaślepienia nie prosi się Pana Boga o potrzebne łaski, a kto się o nie nie modli ten niechybnie idzie na zatracenie. Wielce znakomity Biskup Palafox w swoich uwagach nad jednym z listów świętej Teresy tak się o tém wyraża: „Ja-

kim sposobem możemy wytrwać w miłości Boga, jeśli Bóg nie udzieli nam wytrwałości? Jakimże sposobem obdarzy nas Pan Bóg tą łaską, jeśli o nią nie prosimy? Jakimże sposobem o nią prosić będziemy bez modlitwy myślnej? Bez modlitwy myślnej nie ma się żadnego stosunku z Bogiem dla wytrwania w cnocie¹⁾. Tegoż zdania jest i Kardynał Belarmin, który powiada, że bez odprawiania rozmyślenia jest moralném niepodobieństwem żyć wolnym od grzechu.

Lecz powie mi kto: „Co do mnie nie odbywam modlitwy myślnej, lecz odmawiam wiele pacierzy ustnych“. Dobrze; ale trzeba wiedzieć, że według słusznej uwagi świętego

¹⁾ List 8.

Augustyna, do otrzymania łask które potrzebujemy, nie dość jest modlić się ustami, trzeba prócz tego modlić się i sercem. Wyżej przytoczony Doktor święty rozbie-
 rając te słowa psalmu Dawidowego: *Głosem moim wołałem do Pana* ¹⁾,
 robi uwagę, że wiele osób *woła* mo-
 dłać się, ale *woła* nie *swoim* głosem,
 nie wewnętrznym głosem duszy,
 a tylko głosem cielesnym: „Wielu
 powiada on, *woła* do Boga ale nie
 woła duszą, tylko ciałem. Gdy do
 tego dołączysz i myśl, wtedy do-
 piero będzie to wołanie *twoje* do
 Boga. Wołaj wewnątrz, wołaj ser-
 cem bo ztamtąd dopiero posłyszysz
 cię Pan Bóg“ ²⁾. To właśnie poleca
 święty Paweł w tych słowach: *Mo-*

¹⁾ Psal. 141. 2. — ²⁾ In psal. 141. 30.

dlący się na każdy czas w duchu ¹⁾). Modlitwy ustne po większej części odmawiają się z roztargnieniem, głosem ciała a nie głosem serca. a zwłaszcza gdy się ich wiele odmawia i gdy odmawiający takowe nie ćwiczy się w modlitwie myślnej: ztąd też takie modlitwy mało-co słyshy Pan Bóg i rzadko kiedy je wysłuchuje. Można napotkać osoby, które odmawiają Różaniec, *Officium* o Przenajświętszej Pannie, oddają się i innym jeszcze zewnętrznym ćwiczeniom pobożnym, a które pomimo tego trwają w grzechu. Lecz gdy kto stale oddaje się modlitwie myślnej, niepodobieństwem jest aby pozostawał w stanie grzechu: albo zaniecha modlitwy myśl-

¹⁾ Efez. 6. 18.

nej, albo wyrzeczcie się grzechu. Pewien wielki sługa Boży mawiał: „Modlitwa myślna i grzech w parze iść nie mogą“. Uczy też w istocie doświadczenie, że ci wszyscy którzy ćwiczą się w modlitwie myślnej, z trudnością podpadają niełasce Bożej; a jeśli na nieszczęście zdarzy się im zgrzeszyć, byle nie zaniedbywali się w modlitwie myślnej, prędko się upamiętywają i nawracają do Boga. „Jakkolwiek gnuśnąby była jaka dusza, powiada święta Teressa, jeśli wytrwałą będzie w odbywaniu modlitwy myślnej, Pan Bóg ostatecznie doprowadzi ją do portu zbawienia“ ¹⁾.

¹⁾ Życie, Roz. 8.

ROZDZIAŁ II.

Modlitwa myślna niezbędną jest dla dążenia
do doskonałości.

Wszyscy Święci dostąpili świętości przez modlitwę myślną. W tém to błogosławioném ognisku, dusze rozpalają się miłością Boga. *W rozmyślaniu mojem rozpalit się ogień* ¹⁾. Według świętego Wincentego z Pauli byłoby to rzeczą nadzwyczajną, aby grzesznik słuchający kazań na missyi jakiej, albo nauk rekolekcyjnych, nie nawrócił się. A przecież ten co miewa kazania na missyach i nauki na rekolekcyach,

¹⁾ Psal. 38. 4.

jest tylko człowiekiem, gdy tymczasem Ten który przemawia do duszy naszej podczas modlitwy myślnój, jest nie kim innym jak Bogiem samym: *Zawiodę ją na puszcze i mówić będę do serca jej* ¹⁾). Dusza niećwicząca się w modlitwie myślnój, mawiała święta Katarzyna Bonońska, pozbawiona jest związku łączącej ją z Bogiem: gdy ją szatan znajduje tak osamotnioną, wtedy łatwo mu zapanować nad nią. Bo, przydawała też Święta, czyż można przypuścić miłość Boga w duszy nie skłonnój do rozmawiania z Bogiem na modlitwie myślnój?

Gdzież jeśli nie w modlitwie myślnój Święci tak się zapalali mi-

¹⁾ Ozia. 2. 14.

łością Boga? Ćwicząc się w modlitwie myślnej święty Piotr z Alkantary tak nadzwyczajnym ogniem miłości Bożej pałał, że razu pewnego aby się ochłodzić wskoczył w staw zamarznięty, a woda zawrzała jak w kotle na palących się węglach postawionym. Podczas modlitwy myślnej, święty Filip Neriusz doznawał tak silnego wzruszenia, że niekiedy cęła jego drżała od tego. Podobnie święty Alojzy Gonzaga przejmował się wtedy tak żywym uczuciem, że oblicze jego promieniło, a serce tak mu silnie biło, że zdawało się że mu z piersi wyskoczy.

Święty Wawrzyniec Justiniani pisze: „Modlitwa myślna odgania pokusy, oddala smutek, pokrzepia

cnotę, rozbudza pobożność i roznieca płomień miłości Boga“ ¹⁾). Słusznie więc mawiał święty Alojzy Gonzaga, że nikt nie dostąpi wyższego stopnia doskonałości, kto nie odprawia długich modlitw myślnych.

Dusza oddająca się modlitwie myślnej, powiada Psalmista Pański, jest jak drzewo bujne rosnące nad brzegiem rzeki, której wody ją użyźniają, a które obfite wydaje owoce, to jest, że jej czyny są wszystkie zasłużalne przed Bogiem: *Błogosławiony mąż... który nad zakonem Jego (Boga) rozmyślać będzie w dzień i w nocy. I będzie jako drzewo zasadzone przy stoku wód, które owoc swój wyda w czasie*

¹⁾ De casto conn. C. 22.

swoim; i liść jego nie opadnie, i cokolwiek czynić będzie powiedzie się ¹⁾). A proszę uważać na te słowa: *w czasie swoim*: to jest kiedy wypadnie znieść to cierpienie, tę obelgę i t. d.

Święty Jan Złotousty porównywa modlitwę myślną do źródła wytryskującego wśród ogrodu. Gdy ogród ciągle jest zwilgacany ożywczą wodą, o! jak w nim świeże są i pełne życia kwiaty i krzewy! Toż samo dzieje się z duszą ćwiczącą się w modlitwie myślniej: widoczny jest w niej ciągły wzrost zbawionych pragnień i obfity owoc dobrych czynów. A czemu zawdzięcza takie błogosławione korzyści? Modlitwie myślniej, która skrapiając ją ciągle

¹⁾ Psal. 1. 3.

zbawienną wodą swoją, zamienia ją w rozkoszny ogród kwitnący cnotami wszystkimi. *Szczepy twoje sad malagranatów z owocami jabłek. Zdrój ogrodów, studnie wód żywych, które płyną pędem z Libanu* ¹⁾. Lecz skoro odejmiesz to błogosławione źródło, wnet kwiaty opadną, i krzewy uschną, wszystko zniknie. Dla czego? bo wyschło źródło ożywcze. Patrz na tę lub ową osobę: dopokąd ćwiczy się ona w modlitwie myślnej jest wzorem skromności, pokory, pobożności i umartwienia: lecz niech tylko w téj mierze zaniedba się, a wnet brak w niej skromności, objawi się w jej spojrzeniach; pycha jej ukaże się za lada słowem które ją

¹⁾ Pieśń 4. 13.

uraziło ; przestanie uczęszczać do Sakramentów i chodzić tak często jak przedtém do kościoła ; już wcale o umartwianiu się myśleć nie będzie , owszem , ujrzysz ją uganiającą się za próżnościami , za towarzystwem światowców , za rozrywkami i uciechami ziemskimi . A dla czego ? bo już na nią nie spływają owe wody ożywcze , brakuje jój życia : *Dusza moja jak ziemia bez wody przed tobą... ustaje duch mój* ¹⁾ . Zaniechała modlitwy myślnej , ogród usechł , i codzień gorzej się z nią dzieje . Skoro dusza zaniecha modlitwy myślnej , święty Jan Złotousty poczytuje ją nietylko za chorą , lecz jakby za umarłą : „Ktokolwiek nie modli się do Bo-

¹⁾ Psal. 142. 6.

ga, powiada on, i nie stara się wytrwale pokrzepiać się rozmową z Nim, ten umarłym jest. Śmiercią duszy jest nie korzyć się często przed Bogiem“ ¹⁾).

Tenże święty Doktor powiada także, że modlitwa myślna jest korzeniem użyzniającym winną latorośl. Święty Jan Klimak nazywa ją ochroną od wszelkiego strapienia, źródłem cnót, kanałem łask ¹⁾. Rufin utrzymuje bezwzględnie, że wszelki postęp w doskonałości zależy od wiernego ćwiczenia się w modlitwie myślnej. A Gerson powiada nawet, „że bez ćwiczenia się w modlitwie myślnej cudu by potrzeba, aby żyć po chrześcijańsku“ ²⁾).

¹⁾ De orat. l. 1. — ²⁾ De med. con. 7.

Prorok Jeremiasz mówiąc o tym który odprawia modlitwę myślną, tak się wyraża: *Siedzieć będzie samotny i umilknie, gdyż się uniósł nad siebie* ¹⁾). Przez co chce powiedzieć, że dusza nasza nie może zakosztować rzeczy Boskich, jeśli nie oderwie się od stworzeń, jeśli się nie uspokoi, to jest jeśli nie będzie wpatrywać się w dobroć, miłość i inne przymioty swojego Stwórcy. I gdy wśród samotności skupia się w modlitwie myślniej i *umilknie*, to jest gdy odsunie od siebie wszelkie myśli światowe, wtedy *uniesie się nad siebie*, i z odbytej rozmowy z Bogiem wyjdzie zupełnie inną jaką była gdy się do niej zabierała.

¹⁾ Treny, 3. 28.

Według świętego Ignacego Lojoli modlitwa myślna jest najkrótszą drogą do dostąpienia doskonałości. Można jedném słowem powiedzieć, że im więcej czyni się w modlitwie myślnój postępu, tém więcej się w doskonałości postąpiło. Na modlitwie myślnój dusza nasycy się świętymi myślami, świętymi uczuciami, świętymi postanowieniami, świętymi popędami miłości Boga; składa Mu w ofierze swoje namiętności, skłonności, upodobania ziemskie i wszelkie wymagania własnej miłości. Prócz tego na modlitwie myślnój możemy ratować wielu grzeszników modląc się za nimi, jak to czyniły święta Teressa i święta Magdalena de Pazzis, i jak to czynią wszystkie

dusze przejęte miłością Boga: trwając na modlitwie myślniej za każdą razą polecają Panu Bogu niewiernych, kacerzy i wszystkich nieszczęśnych grzeszników, i błagają Go o zesłanie im gorliwych Apostołów, którzyby ich ponawracali. Nakoniec na modlitwie myślniej, możemy także nabyć zasług, przez samo pragnienie ich spełnienia, mnóstwa dobrych czynów, których nie wykonywamy; gdyż jak Pan Bóg karze przewrotne zamysły, tak nawzajem nagradza dobre a szczerze pragnienia jakie czynimy.

MODLITWA.

Jezu Panie najdroższy! dopuszczając na Siebie cierpienia, dowiodłeś mi najlepiej jak mnie mi-

łujesz ; i ja więc cierpiąc chcę Ciebie miłować. Niczegoś nieszczęślił: wydałeś wszystką krew Twoją i życie Twoje, aby moją miłość pozyskać, a czyż ja i nadal będę Cię tak mało miłował, jak dotąd? O! nie, Boski mój Zbawco, niech tak nie będzie, dość już téj niewdzięczności, jakiej dotąd dowodziłem. Poświęcam Ci całe serce moje. Tyś jeden godzien całej mojej miłości, Ciebie więc tylko pragnę miłować Boże mój! Ponieważ chcesz, abym był całkiem Twoim, dajże mi siłę służenia Ci wiernie, przez cały czas jaki mi do życia pozostaje. Przebacz mi moją oziębłość i niewierność, któremim Cię dotąd zasmucał, a najbardziej daj mi już odtąd nie zaniedbywać się

w modlitwie myślnój, którój opuszczanie, jak to widzę dobrze, było główném źródłem wszelkiego złego we mnie. O! ileż to razy opuściłem modlitwę myślą dla zadośćuczynienia jakiemu lekko-myślnemu zachceni! Ileż razy gdy mogłem na niej rozmawiać z Tobą i wypraszać sobie u Ciebie potrzebne pomoce do tego abym Ci coraz doskonalej służył, wolałem przestawać z ludźmi, przy czém nie obeszło się bez obrazy Twojej. Ileż to, ile tym sposobem drogiego czasu zmarnowałem! Lecz gdy ten co przeszedł już wrócić nie może, chcę odtąd tego jaki mi jeszcze na tym świecie pozostawiasz używać właściwie. A gdy wiem, że abym z każdej chwili czasu prawdziwy

dla duszy mojej wyrobił sobie pożytek, trzeba mi codzień dobrą jego cząstkę poświęcić na modlitwę myślną i rozmowę z Tobą, więc stanowią sobie już odtąd codziennie ją odprawiać. O! Jezu miłosiwy, dajże mi na to pamiętać i wedle tego zachować się zawsze.

O! Maryo, *matko nadobnej miłości* ¹⁾, wyjednaj mi łaskę wiernego ćwiczenia się w modlitwie myślniej, abym oddając się jej wytrwale, wszelkie potrzebne dla duszy mojej wypraszał sobie łaski, a w końcu i łaskę ostateczną.

¹⁾ Ekli. 24. 24.

ROZDZIAŁ III.

O głównym celu modlitwy myślnéj.

Aby dobrze odbywać modlitwę myślną i uczynić ją jaknajpożyteczniejszą dla duszy, należy określić jéj cel główny.

§. 1.

Pierwszym celem modlitwy myślnéj jest, abyśmy przez nią ściślej jednoczyli się z Bogiem.

Powinniśmy odbywać modlitwę myślną w celu ściślejszego zjednoczenia się z Bogiem; a łączą i jednoczą nas z Bogiem nie tyle dobre myśli powstające w umyśle,

jak święte uczucia czyli zbawienne poruszenia woli. Owóż, uczucia które rozbudzają się w czasie modlitwy myślnej są to akty pokory, ufności, wyrzeczenia się, poddawania się woli Bożej, a nadewszystko akty miłości i skruchy. Akty to miłości Bożej, powiada święta Teressa, rozniecają w sercu naszym ogień miłości Bożej.

Lecz doskonałość téj miłości zawisła na zjednoczeniu woli naszej z wolą Bożą, gdyż według świętego Dyonizego Areopagity, główny skutek miłości jest połączenie się miłujących tak ściśle, że w nich jest jakby jedno tylko serce i jedna wola. Ztąd święta Teressa powiada: „Główna rzecz o którą starać się powinniśmy w ćwiczeniu się

w modlitwie myślnéj jest, abyśmy wolę naszą stosowali do woli Bożéj. I proszę nie wątpić, że na tém najwyższa zawisła doskonałość. Im kto w tém ćwiczeniu wyżej pójdzie tém większe od Boga otrzyma dary, i tém większy uczyni w życiu wewnętrzném postęp“ ¹⁾).

Wprawdzie wiele osób uskarża się, że oddając się na modlitwę myślną nie znajdują na niéj Boga; bo téż zabierają się do niéj z sercem zaprzątniętém przedmiotami ziemskimi. „Oderwij od wszystkiego serce twoje, powiada także święta Teressa, i szukaj Boga, a znajdziesz Go“. Pan Bóg jest pełen łaskowości dla tych, którzy Go szukają: *Dobrym jest Pan...*

¹⁾ Zam. wew. r. 1.

duszy szukającego Go ¹⁾. Aby więc dusza znalazła Boga na modlitwie myślniej, trzeba aby się wyzuła z uczuć ziemskich, a wtedy Pan Bóg do niej przemawiać będzie: *Zawiodę ją na puszczy, i mówić będę do serca jej* ²⁾. Ostrzega też święty Grzegorz, że aby Boga znaleźć, nie dość jest na to samotności zewnętrznej, trzeba jeszcze usamotnić i serce. Pan Bóg powiedział raz pewnego świętej Teresie: „Wiele jest dusz do których chętniebym przemawiał, lecz świat tak w sercu ich hałas, że głosu mojego usłyszeć tam nie mogą“. Skoro dusza oderwana od rzeczy tego świata udaje się na modlitwę myślną, o! jak wtenczas Pan Bóg

¹⁾ Os. 2. 14. — ²⁾ Treny. 3. 25.

się jój udziela i objawia jój Swoją ku niój miłość! Wtedy dusza ta rozpala się miłością Bożą; nie wymawia żadnych słów ustami, lecz takowém milczeniem jakże wiele wyraża! To milczenie jój miłośnego uczucia, więcój przemawia do Boga jak wszelka wymowa ludzka; każde jój westchnienie woła do Niego i odkrywa Mu cały głąb jój serca. W tak błogosławionój chwili nie może się doś napowtarzać: *Miły mój mnie a ja jemu* ¹⁾).

§. 2.

Drugim celem modlitwy myślnej jest otrzymanie łask Boskich.

Powinniśmy przy tém odbywać modlitwę myślną i w tym celu aby

¹⁾ Pieśń. 2. 16.

otrzywać od Boga łaski, bez których nie uczynilibyśmy postępu na drodze zbawienia, a zwłaszcza bez których nie ustrzeżelibyśmy się grzechu i nie potrafili ująć się środków do doskonałości wiodących.

Główny pożytek modlitwy myślniej zawisł na żywości i właściwości zanoszonych wtedy próśb do Boga. W zwykłym biegu rzeczy, Pan Bóg udziela łask swoich tym tylko, którzy o nie proszą. Niekiedy dla otrzymania pewnych łask wyższej wagi, proste, jednorazowe proszenie nie wystarcza: trzeba niejako nalegać, jakby zmuszać Pana Boga natręctwem próśb naszych, do udzielenia nam tego o co Go prosimy, jak słusznie powiada błogosławiony Grzegorz: „Pan Bóg chce być błą-

ganym, zmuszanym niejako, pisze ten Święty, chce pokorném natręctwem naszym zostać zwyciężonym“. Prawda, że w każdej chwili Pan Bóg gotów nas wysłuchać; lecz że na modlitwie myślnej widzi nas bardziej jak kiedy skupionych w Jego Boskiej obecności, więc najskłonniejszym się wtedy okazuje dla udzielania nam Swoich dobrodziejstw.

Podczas modlitwy myślnej należy przedewszystkiém prosić Pana Boga o wytrwałość w dobrém i o łaskę miłowania Go całym sercem. Łaska wytrwałości czyli łaska ostateczna, nie jest jedną tylko łaską: jestto jakby łańcuch łask, któremu odpowiadać powinien z naszej strony łańcuch prósb: jeśli przestanie-

my prosić, Pan Bóg przestanie nas wspierać, a wtedy zgubieniśmy. Kto zaś nie ćwiczy się w modlitwie myślniej, ten z trudnością wytrwa w stanie łaski aż do śmierci, bo zaniedba się w proszeniu Pana Boga o to, co mu do zbawienia najpotrzebniejsze. Powtórzę i tu jeszcze uwagę Biskupa Palafoxa już wyżej przytoczoną: „Jakim sposobem udzieli nam Pan Bóg wytrwałości, jeśli o nią prosić nie będziemy? A jakimże sposobem prosić o nią będziemy bez modlitwy myślniej? Bowiem bez modlitwy myślniej nie mamy stosunku z Bogiem“.

Podobnież usilne prośby zanosić powinniśmy do Boga o łaskę miłowania Go z całej duszy. Święty

Salezcy mawiał, że w cnocie miłości Boga wszystkie inne cnoty są zawarte, według tych słów pisma świętego; *Przyszły mi pospołu z nią, wszystkie dobra.*¹⁾

Módlmy się więc bezustannie, aby wypraszać u Boga łaskę wytrwałości i łaskę Jego miłości; żeby zaś czynić to z tém większą ufnością, nie traćmy z pamięci obietnicy jaką nam uczynił Pan Jezus: że o cokolwiek prosić będziemy Pana Boga przez zasługi Jego Boskiego Syna, wszystko to otrzymamy: *Zaprawdę, zaprawdę powiadam wam, jeśli o co prosić będziecie Ojca w imię moje, da wam.*¹⁾ Módlmy się, mówię, módlmy się zawsze, jeśli pragniemy być obficie

¹⁾ Mądr. 7. 11. ²⁾ Jan 16. 23.

obdarzonymi łaskami Boskiemi. — Módlmy się za siebie samych, a jeśliśmy dbali o chwałę Bożą, módlmy się i za innych. Pan Bóg mile przyjmuje modlitwy za kacerzy, za niewiernych i za wszystkich grzeszników. Powtarzajmy do Pana Boga te słowa świętej Magdaleny de Pacis: „Panie, daj się poznać wszystkim, daj się przez wszystkich umiłować.“ *Niech Cię wyznają ludy Boże, niech Cię wyznają ludy wszystkie.* ¹⁾ — Widzimy z żywota świętej Teresy i wielu innych Świętych, jak dalece sam Pan Bóg polecał im modlić się za grzeszników. A modląc się za nich, módlmy się i za dusze w czyscu zatrzymane.

¹⁾ Ps. 66. 6.

§ 3.

W modlitwie myślnej nie należy ubiegać się o pociechy duchowne.

Nakoniec powinniśmy odbywać modlitwę myślą nie dla zakosztowania na niej pociech duchownych, lecz głównie aby się wywiał, czego Pan Bóg po nas wymaga. Powtarzajmy za młodym Samuelem: *Mów Panie, bo słucha sługa Twój.*¹⁾ Panie, naucz mnie czego po mnie wymagasz, chcę Ci być posłusznym. Niektórzy nie zaniedbują się w modlitwie myślnej, dopóki w ciągu niej doznają wewnętrznych pociech; lecz skoro takowych zabraknie opuszczają modlitwę myślą. Wprawdzie Pan Bóg pociesza zwykle na

¹⁾ Król 3. 9.

modlitwie myślnej dusze wybrane, i tym którzy Go miłują, udziela niekiedy jakby przedsmaku uciech jakie im zgotował w niebie. Świątocy wcale tego nie rozumieją; oddając się uciechom ziemskim, gardzą pociechami duchownemi. Lecz gdyby raz takowych zakosztowali, wyrzekliby się wszystkich swoich zmysłowych rozkoszy, i zamknąwszy się w samotności z Bogiemby obcowali. Modlitwa myślna nie jest czém innym jak rozmową duszy z Bogiem: dusza wynurza Mu swoje uczucia, swoje pragnienia, swoje obawy, swoje proźby, a Pan Bóg przemawia do jęj serca, objawiając jęj Swoją dobroć, Swoją miłość, i wskazując co ma czynić aby Mu miłą była; i to

wprawia duszę w stan niewypowiedzianej błogości, pokoju i zadowolenia.

Lecz nie zawsze tego rodzaju pociechy napotykają się w modlitwie myślniej; najczęściej dusza święta doznaje na niej oschłości. „Przez oschłości bowiem wewnętrzne i pokusy,“ powiada święta Teresa „Pan Bóg doświadcza swoich przyjaciół.“ I przydaje też Święta: „Chociażby dusza przez całe swoje życie doznawała oschłości, nie powinna zarzucać modlitwy myślniej; przyjdzie czas gdy wierność jej sowiec nagrodzoną zostanie.“¹⁾ Podczasto oschłości największych zasług nabyć można. Upokarzajmy się wtedy, poddawaj-

¹⁾ Życ. Roz. 11.

my się woli lub dopuszczeniu Bożemu, widząc żeśmy bez gorącości ducha, bez dobrych pragnień i jakby niezdolni żadnego aktu cnoty. Upokarzajmy się, mówię, i zgadzajmy się z dopuszczeniem Bożem, a taka modlitwa myślna będzie dla nas korzystniejszą jak inne. W takim razie, jeśli na nic innego zdobyć się nie możemy, dosyć będzie powtarzać: „Wspieraj mnie Panie, zmiłuj się nade mną, nie opuszczaj mnie. O! mój Jezu miłosierdzia!“ A także uciekajmy się do Maryi, Matki i pocieszycielki naszej, wzywając i Jój opieki i mówiąc: „O! Maryo miłosierdzia! itd.“ Szczęśliwy, kto wśród utrapień wewnętrznych wierne się trzyma modlitwy myślnéj!

Pan Bóg hojnie obdarzy go swojemi łaskami.



ROZDZIAŁ IV.

Główne przedmioty do rozmyślania podczas
modlitwy myślniej.

Duch święty powiedział: *Pamiętaj na ostateczne rzeczy twoje, a na wieki nie zgrzeszysz.* ¹⁾ Kto często rozmyśla rzeczy ostateczne, jakimi są śmierć, sąd, wieczność piekła i wieczność raju niebieskiego, ten w grzech nie zapadnie. Lecz prawd tych oczyma ciała dopatrzeć i poznać niepodobna; dusza tylko może je pojmować; jeśli więc nad niemi nie będziemy często zastanawiać

¹⁾ Ekli. 7. 40.

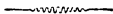
się, zają się one w umyśle, a wtedy byle przedstawiły się nam uciechy zmysłowe, łatwo damy się im uwieść, bośmy stracili z oczu prawdy wieczne; i tymto sposobem tak wielu nieszczęsnych brnie w grzechach i potępia się na wieki. — Wszyscy chrześciance wierzą i wiedzą, że muszą umrzeć i że staną na sąd Boży; lecz że się nad tém nie zastanawiają, żyją tak od Boga dalecy, jakby o tych prawdach nic wcale nie wiedzieli.

Jeśli przytém nie będziemy rozmyślać w szczególności nad obowiązkiem, jaki mamy miłowania Boga dla Jego nieskończonych doskonałości i dobrodziejstw, które Mu zawdzięczamy, jakotóż i miłości jaką ma ku nam, trudno nam

przyjdzie oderwać się od stworzeń i całe serce oddać Panu Bogu. Owóż, właśnie na modlitwieto myślnej Pan Bóg daje nam dokładniejsze rozpoznanie znikomości rzeczy ziemskich a nieskończonej wartości dóbr niebieskich; na niéjto rozpala On miłością ku Sobie serca nieopierające się już wtedy Jego słodkim pociągom. Wkońcu najwłaściwszém prawidłem co do wyboru przedmiotu czyli materyi do rozpamiętywania w czasie modlitwy myślnej jest, abyśmy dawali pierwszeństwo tym prawdom i tajemnicom, które silniéj do nas przemawiają i nad któremi zastanawianie się obfitszym posiłkiem pokrzepia naszą duszę. Wszelako przedmiotem najodpowiedniejszym dla osoby

dążącej do doskonałości są szczegóły męki Pana naszego Jezusa Chrystusa. Ludwik Blozysus pisze, że Zbawiciel objawił kilku pobożnym niewiastom, jako to świętej Gertrudzie, świętej Brygidzie, świętej Matyldzie i świętej Katarzynie Seneńskiej, że wielce Mu miłym jest widzieć dusze rozmyślające Jego mękę. Według świętego Salezego męka Boskiego Zbawcy naszego powinna być zwykłym przedmiotem rozmyślenia wszystkich chrześcian. O! co to za precudna księga męka Pana naszego Jezusa Chrystusa! Z niej lepiej jak z każdego innego dzieła nabywamy pojęcia o złości grzechu, a oraz i miłosierdziu i miłości Boga do ludzi. Sądzę, że Pan Jezus prócz różnych

innych celów jakie miał w dopuszczeniu na Siebie tylu rozmaitych cierpień, jakoto biczowania, cieniem ukoronowania, ukrzyżowania itd., uczynił to i dlatego, abyśmy mając przed oczyma wszystkie te rozmaite tajemnice bolesne, mieli tyleż rozmaitych przedmiotów do rozpamiętywania, a przedmiotów, z których pobudzać się powinniśmy do uczucia wdzięczności i miłości.



ROZDZIAŁ V.

O miejscu i czasie właściwym do modlitwy myślniej.

§ 1.

O miejscu.

Można odbywać modlitwę myślną wszędzie i na każdym miejscu: w domu i gdzieindziej, nawet chodząc albo pracując. Jakże wielu nie mogąc czynić tego inaczej, podnoszą myśl i serce swoje do Boga i modlą się myślą, nie odrywając się pomimo tego od swoich zajęć, od jakowej roboty, a nawet podróżując. Kto szuka Boga, wszędzie i w każdej chwili Go znajdzie,

Warunkiem zasadniczym, niezbędnym, do tego aby z Bogiem rozmawiać, jest usamotnienie serca, bez czego nie przydałoby się na nic albo na mało udać się na miejsce najsamotniejsze. „Na cóż się przyda samotność zewnętrzna“, powiada święty Grzegorz, „jeżeli nie będzie wewnętrznej?“ ¹⁾ Lecz aby zażywać samotności serca, zawisłej na tém, aby się otrząsnąć z myśli i uczuć ziemskich, nie koniecznymi są puszcze i jaskinie. Ci, którzy zmuszeni są mieć do czynienia ze światem, byle mieli serce wolne od upodobań światowych, mogą dochować wszędzie, nawet wśród wrzawy ludnego miasta i w ciągu najrozmaitszych za-

¹⁾ Mor. I. 30, c. 23.

jęć, samotność serca i zjednoczenie z Bogiem. Żadne zajęcie mające na celu spełnienie woli Bożej, nie narusza samotności serca. Święta Katarzyna Seneńska była sercem ciągle zjednoczona z Bogiem, wśród zajęć gospodarskich, któremi ją rodzice umyślnie ciągle obarczali, aby ją oderwać od ćwiczeń pobożnych. Krzątając się około gospodarstwa domowego, ciągle była zamknięta w samotni swego serca, które nazywała swoją celką, i w niém ani na chwilę nie przerywała rozmowy ze swoim Boskim Oblubieńcem.

Wszakże, jeśli to jest możliwém, należy dla odbycia modlitwy myślniej wybrać sobie miejsce spokojne. Zbawiciel powiedział: *Ty zaś, gdy modlić się będziesz, wejdź do*

komnaty twojej i zamknąwszy drzwi, módl się Ojcu swojemu w skrytości ¹⁾. — „Cisza i uspokojenie się zdala od wszelkiego zgiełku“ pisze święty Bernard, „podnosi duszę do Boga i niejako zmusza ją rozmyślać nad tém, co niebieskie.“ ²⁾

Lecz najwłaściwszém miejscem na odbywanie modlitwy myślnej jest kościół. Zdaje się, że Pan Jezus w szczególny sposób łaskawie wysłuchiwać raczy prośby, które do Niego zanosimy przed przenaświętym Sakramentem; gdyż zwykle tam On najobficiej udziela światła i łask Swoich, odwiedzającym Go w téj tajemnicy utajonego. Przebywa On na ołtarzach nietylko na to, aby być po-

¹⁾ Mat. 6, 6. ²⁾ List 78.

karmem dusz przyjmujących Go w Komunii świętej, lecz oraz aby w każdej chwili być dostępnym dla każdego spragnionego Jego obecności. Pobożni pielgrzymi udają się do świętego domku Loretańskiego, w którym za życia Swego przebywał Pan Jezus; a także i do Jerozolimy, gdzie umarł na krzyżu. Lecz do jakże tém gorętszego uczucia pobożności powinniśmy się pobudzać, gdy się znajdujemy przed ołtarzem, na którym osobiście przebywa tenże Pan nasz, który żył niegdyś na ziemi i umarł na Kalwaryi! Nie każdemu wolno rozmawiać z mocarzami ziemskimi; lecz wszyscy i najznakomitsi i najprostsi ludzie, bogaci i ubodzy, rozmawiać możemy ile razy nam

się to spodoba, z Królem niebieskim w przenaświętym Sakramencie obecnym, a możemy tam obcować z Nim tak długo jak się nam to spodoba, przedstawiać Mu nasze potrzeby, i prosić Go o łaski. Tam Pan Jezus udziela posłuchania wszystkim, wysłuchuje i pociesza każdego który Go wzywa.

§ 2.

O czasie.

Mamy tu dwie rzeczy do zauważania, a mianowicie: jaka pora w dniu najwłaściwszą jest na modlitwę myślną, i jak długo trwać ona powinna.

1^o. Według świętego Izydora, ranek i wieczór są porami dnia, w ogólności mówiąc, najwłaściwsze-

mi do odprawiania modlitwy myślnej. Lecz święty Grzegorz powiada, że najodpowiedniejszą na to chwilą jest poranek; gdyż według niego, jeśli modlitwa myślna poprzedzi zajęcia całodzienne, zatamuje to wstęp grzechu do duszy. A świątobliwy ojciec Karol Karaffa, założyciel kongregacji pobożnych rzemieślników, mawiał, że gorący akt miłości Boga uczyniony podczas modlitwy myślnej z rana, dostatecznym jest do utrzymania duszy w pobożności przez ciąg dnia całego. Wszelako potrzebną jest modlitwa myślna i ku wieczorowi, według tego upomnienia świętego Hieronima: „Niech cię noc nie zaskoczy wprzód, aż modlitwą

wewnętrzną uspokoisz duszę.“¹⁾
 W istocie bowiem, jak spracowani ludzie nie udają się na spoczynek bez wieczornego posiłku, tak téż i dusza całodziennymi zajęciami strudzona, modlitwą myślą przed zapadnięciem nocy posiloną być powinna. Wreszcie powtórzę raz jeszcze, że modlitwę myślą można odprawiać w każdej porze i na każdym miejscu: dość jest podnieść myśl swoją do Boga, i czynić różne pobożne akty; na tém bowiem zawisła modlitwa myślą.

2^o Co do czasu trwania na modlitwie myślnej, powszechnie przez Świętych przyjętém prawidłem było i jest, że wszystek czas, jaki kto mieć może wolny od obowiąz-

¹⁾ List do Eust. o dziew.

kowych zajęć, powinien być użyty na to. Święty Franciszek Borgiasz poświęcał modlitwie myślnój ośm godzin dziennie, gdyż mu przełożeni więcej casu na to nie dawali; a gdy te ośm godzin upłynęło, prosił i błagał, aby mu jeszcze na to trochę czasu zostawiono: „Proszę i błagam,“ mawiał, „dajcie mi jeszcze chwilkę!“ Święty Filip Nereusz całe noce trawił na modlitwie. Święty Antoni pustelnik podobnież czynił, a gdy słońce wschodziło, co było znakiem chwili do której sobie zakreślił czas modlenia się, utyskiwał że dzień tak prędko świtał. Ojciec Baltazar Alvarez utrzymywał, że dusza miłująca Boga skoro przestaje modlić się myślą, powinna doznawać ta-

kiego uczucia, jak gdyby ją coś gwałtownego wyrwało z miejsca na którym błogo spoczywała; powinniśmy bowiem naśladować na ziemi, o ile to nam możliwe, życie błogosławionych w niebie, którzy bezustannie zatapiają się w Bogu.

Lecz po tych ogólnych uwagach przejdźmy do bardziej szczegółowych. Wiele czasu poświęcać powinna namodlitwę myślną osoba dążąca do doskonałości? Ojciec Torrez, znakomity przewodnik duchowny, wymagał aby tacy jedną godzinę poświęcali na to z rana, drugą w dnia ciągu, a pół godziny wieczór, chyba żeby temu stawał na przeszkodzie zły stan zdrowia albo posłuszeństwo. Jeśli zaś zdawać ci się będzie, że to jest za wiele,

tedy radzę ci przynajmniej dwa razy w dzień odbywać modlitwę myślną. Nie masz wątpliwości, że półgodzinna modlitwa myślna codzienna, nie wystarczałaby do osiągnięcia wyższego stopnia doskonałości; dla początkujących jednak byłoby i to dostatecznym. ¹⁾

Niekiedy woła jest Boga, abyśmy zaniechali modlitwę myślną dla spełnienia jakowego uczynku miłosierdzia względem bliźniego; lecz wtedy trzeba pamiętać na te słowa

¹⁾ Benedykt XIV nadał odpust zupełny raz na miesiąc w dniu dowolnie wybranym, po wyspowiadaniu się, przyjęciu Komunii świętej i pomodleniu się według intencyi Kościoła, każdemu ktoby codziennie pół godziny, a przynajmniej kwadrans, modlitwy myślniej odprawiał. Odpust takowy można ofiarować i za dusze czyscowe.

świętego Wawrzyńca Justyniana :
 „Gdy miłość bliźniego tego wymaga, dusza miłująca Boga chętnie i bez zwłoki spełnia uczynek miłosierdzia, w ten jednak sposób, że w głębi serca ciągle wzdycha za chwilą w której będzie mogła wrócić do swojej samotności, aby na niej z Bogiem rozmawiać.“
 Ojciec Wincenty Karaffa, który przez długie lata był Generałem Zakonu ojców Jezuitów, poświęcał na modlitwę myślną wszystkim bez wyjątku czas, jaki tylko miał wolny od koniecznych zajęć.

Modlitwa myślna przyprawia o znudzenie osoby przywiązane do świata, ale nie te które jedynie Boga miłują. Nie sposób aby doznawał znudzenia i ciężkości w roz-

mowie z Bogiem ten kto go prawdziwie miłuje. *Nie ma bowiem przykrości towarzystwo z Nim, ani tęskności wspólne życie z Nim, ale radość i wesele.* ¹⁾ „Czémże jest modlitwa myślna,“ powiada święty Jan Klimak, „jeśli nie poufną rozmową i ścisłym jednoczeniem się człowieka z Bogiem.“ ²⁾ Bo oto co się dzieje na modlitwie myślnej według świętego Jana Złotoustego: „Dusza mówi do Boga, a Pan Bóg mówi do duszy.“ O! bez wątpienia, życie osób pobożnych, zamierzonych w modlitwie myślnej a stroniących od uciech światowych, nie ma w sobie nic przykrego. Jeśli temu nie wierzysz, pójdź za radą Ducha świętego: *Zakosztujcie*

¹⁾ Mądr. 8. 16. ²⁾ Scala gr. 28.

*i obaczcie, jak słodkim jest Pan.*¹⁾
 Doświadcz na sobie samym, a przekonasz się jak pełnym łaskowości jest Pan Bóg dla tych, którzy wszystkiego się wyrzekają, aby się Mu oddać całkowicie. Wreszcie, udając się na modlitwę myślą nie powinno nam chodzić o to, jakieśmy już wyżej nadmienili, abyśmy na nią doznali pociechy duchownej, lecz o to tylko abyśmy się wywieźli od Pana Boga, czego po nas wymaga, a sami pozbywali się wszelkich upodobań i zachceń miłości własnej. „Najlepszym i głównym przygotowaniem się do modlitwy myślnej,“ powiada święty Klimak, „jest akt wyrzeczenia się własnej woli mówiąc Panu Bogu:

¹⁾ Ps. 33. 9.

„Przemów Panie, gdyż słucha sługa twój ¹⁾); oznajmij mi, co chcesz abym czynił, a ja chcę przypodobać się Tobie we wszystkiém.“
I trzeba to powtórzyć z mocném i szczerém postanowieniem; gdyż jeśli na tém usposobieniu będzie nam zbywało, Pan Bóg do nas nie przemówi.

1) 1 Król. 3. 10.



ROZDZIAŁ VI.

O sposobie odbywania modlitwy myślnéj.

Modlitwa myślna zawiera trzy części a temi są: Przygotowanie, Rozmyślanie i Zakończenie.

§ 1.

O przygotowaniu.

Zacznij od usposobienia ducha i ciała twójgo do pobożnego skupienia. Pozostaw na progu miejsca na którém masz rozmawiać z Bogiem, wszelkie myśli obce, mówiąc do nich ze świętym Bernardem: „Poczekajcie tu wszelkie myśli próżne: po modlitwie, do której się zabieram, obaczymy co z wami wypadnie począć.“ Staraj się więc

naprzód ustalić, uwagę i nie dopuszczaj aby umysł twój błędził gdzie mu się podoba; a jeśli potem doznasz jakich roztargnień, zachowaj się tak jak o tém niżej w Rozdziale VII powiemy.

Co do postawy ciała, najwłaściwiej jest odbywać modlitwę myślną klęczący; lecz gdyby to kogo zbyt utrudzało, a ztąd stawało się powodem rozerwania umysłu, można według świętego Jana od krzyża, odprawiać rozmyślanie skromnie usiadłszy.

Przygotowanie zawisło na trzech aktach, a mianowicie: 1) Na akcie wiary w obecność Boga i akcie czci Mu należnej; 2) Na akcie pokory i skruchy, i 3) Na akcie prośby o potrzebne światło. Można akty

takowe czynić w następujący sposób :

Akt wiary w obecność Boga
i czci Mu należnej.

„Boże mój! wierzę żeś tu obecny i z całego serca oddaję Ci cześć najgłębszą“.

Akt takowy trzeba starać się czynić z wiarą żywą; gdyż pamięć na obecność Boga przyczynia się do odpędzenia roztargnień. Kardynał Karaciolo świętobliwy Biskup Awersański, utrzymywał, że gdy się jest roztargnionym na modlitwie myślnej, znak to że się nie dbale czyniło akt wiary w obecność Boga.

Akt pokory i skruchy.

„Panie! już teraz powinienym być w piekle za obrazy jakich się

przeciw Tobie dopuściłem; żałuję za nie z całego serca; zlituj się nademną“.

Akt prośby o potrzebne światło.

„Ojcie przedwieczny! dla miłości Jezusa i Maryi, oświecaj mnie podczas téj modlitwy myślnéj, i spraw aby mi wyszła na pożytek“.

Następnie należy polecić się przenajświętszój Pannie odmawiając *Zdrowaś Marya*, świętemu Józefowi, swojemu Aniołowi-stróżowi i swojemu Patronowi.

„Trzeba“ powiada święty Salezy „akty takowe czynić z gorącością ducha; lecz krótko, aby niezwłocznie przejść do Rozmyślenia.“

§ 2.

O rozmyślaniu.

Kto sam osobno odprawia modlitwę myślną, dobrze jest aby zawsze do tego używał jakiej książki z rozmyślaniem, a przynajmniej w początkach, to jest gdy jeszcze nie ma wprawy w tém świętym ćwiczeniu. Wtedy dość będzie zatrzymywać uwagę nad ustępami bardziej poruszającymi, a nie koniecznie odczytywać całe rozmyślanie. Święty Franciszek Salezy powiada, że trzeba w tém naśladować pszczoły, które póty na jednym kwiecie się zatrzymują, dopokąd znajdują w nim miód do wyssania; a potem przelatują na inny. Święta Teresa trzymała się tego sposobu przez lat siedmnaście: najprzód

trochę odczytała z książki do rozmyślań przeznaczonéj, a potem przez czas pewien to co przeczytała, rozpamiętywała. Trzeba nam do tego brać znowu jakby za wzór gołębice pijące: one połknąwszy trochę wody, podnoszą główki i patrzą w niebo.

Gdy modlitwę myślną odbywa się wspólnie z drugimi, jeden czyta głośno dla wszystkich obecnych przedmiot przeznaczony do rozmyślenia, dzieląc takowy na dwie części: pierwszą odczytuje się na początku, po aktach przygotowawczych; drugą po upłynionéj połowie czasu przeznaczonégo na modlitwę myślną. Wtedy czytać potrzeba głośno i powoli, aby obecni

dobrze wszystko slyszeli i rozumieli. ¹⁾

Należy uważać także i na to, że pożytek modlitwy myślnej zawisł nie tyle na samém rozmyślaniu jak na uczuciach (*afektach*), na prósbach i na postanowieniach, które są potrójnym głównym owocem rozmyślania. „Pożytek duszy naszej“ powiada święta Teresa „zawisł nie na tém, aby wiele myśleć o Bogu, lecz aby Go wielce miłować; nabywa się zaś téj miłości stanowiąc sobie wiele dla Niego robić.“ Ztąd mistrzowie życia duchownego, mówiąc o modlitwie myślnej, rozmyślanie porównywają do igły, przez którą zaciągając się powinna nieć złota, składająca się

¹⁾ Miss. Rozd 7. 37.

z pobożnych uczuć, z proźb i dobrych postanowień; co nieco obszerniej wyłożymy.

1. O uczuciach pobożnych (*afektach*.)

Tak tedy, skoro po rozmyślaniu jednego punktu rozbudzą się w tobie jakie święte uczucia, podnieś serce do Boga i zaofiaruj Mu gorące akty pokory, albo ufności, albo dziękczynienia; lecz przede wszystkim podczas modlitwy myślniej ponawiaj akty skruchy i miłości Boga. Akt miłości Boga, jako też i akt skruchy, są to jakby złote łańcuchy przykuwające duszę do Boga. Jeden doskonały akt miłości wystarcza do zmazania wszystkich grzechów naszych. *Miłość pokrywa wielość grzechów.* ¹⁾ Błogosławiona

¹⁾ 1 Piotr 4. 8.

Maryanna od Krzyża Franciszkanka, ujrzała raz u pewnego wielką kulę ognistą pochłaniającą w mgnieniu oka rzucone na nią ździebła słomy, i dano jej do zrozumienia przez to, że gdy dusza czyni szczerą akt miłości Boga, otrzymuje odpuszczenie wszystkich popełnionych grzechów. Przymiennie święty Tomasz Doktor anielski naucza, że za każdym aktem miłości nabywa się nowy stopień chwały w życiu wiekiście.

Akty miłości Boga czynić możesz mówiąc naprzykład :

„Boże mój, cenię Cię nad wszystko.

Miuję Cię z całego mego serca.

Raduję się że zażywasz szczęścia nieskończonego.

Pragnąłbym, aby Cię wszyscy miłowali.

*

Tego tylko chcę, co Tobie przypodobać się może.

Daj mi poznać, czego po mnie wymagasz; gotów jestem to spełnić.

Rozporządzaj mną samym i wszystkim co do mnie należy, według upodobania Twego.“

Ten ostatni akt ofiarowania się wielce jest Bogu miłym. Święta Teresa powtarzała go przynajmniej pięćdziesiąt razy dziennie.

Najdoskonalszy akt miłości Boga na jaki się zdobyć można podczas modlitwy myślnej, jest radowanie się z nieskończonego szczęścia jakiego Bóg zażywa. Ponieważ jest to bezwątpienia bezustanném ćwiczeniem się dusz błogosławionych w niebie, gdzie więcej one szczęściem w które Bóg opływa aniżeli

swojém własném się cieszą, gdyż nieporównanie więcej miłują Boga niż siebie samych; więc kto częstymi aktami raduje się z odwiecznych radości Boskich, zaczyna już tu na ziemi czynić to, co spodziewa się czynić w niebie.

Zwróćmy przytém uwagę na to co mówi święty Augustyn, że zasługę męczeństwa stanowi nie męka poniesiona, lecz powód dla którego się kto na takową wydał.¹⁾ *Martyres veros non poena facit, sed causa.* Ztąd święty Tomasz naucza że staje się prawdziwym Męczennikiem, kto ponosi śmierć w spełnieniu jakowego czynu cnotliwego. Z czego zawnioskować trzeba, że się ma zasługę męczeństwa, nie-

¹⁾ Epist. 79.

tylko wydając życie za wiarę i padając od miecza katowskiego, lecz także gdy śmierć przyjmuje się dla zgadzania się z wolą Bożą i dla przypodobania się Bogu; co jest najwyższym aktem cnoty możliwój; gdyż jestto poświęceniem się całkowicie miłości Boga. Gdy więc każdy z nas musi wypłacić dług śmierci, starajmy się podczas modlitwy myślnój przyjmować ją chętnie, aby spełnić wolę Bożą, gdy Mu się spodoba powołać nas z tego świata. Ile razy akt takowy robi się ze szczerém wewnętrzném usposobieniem, nabywa się takiój zasługi, jaką nabywali Męczennicy oddając życie swoje za Jezusa Chrystusa. Święta Magdalena de Pazar za każdym nachyleniem się

podczas pacierzy kościelnych na te słowa: *Chwała Ojcu itd.*, wzbudzała w sobie akt przez który poddawała szyję pod miecz katowski, gotową będąc ponieść śmierć z miłości Boga. ¹⁾

A proszę uważać że mówię tu o modlitwie myślniej zwyczajnej; gdyż jeśliby kto czuł się zjednoczonym z Bogiem przez skupienie nadprzyrodzone przez Ducha Świętego wlane (*infusum*), nie rozmyślając w szczególności nad jaką prawdą wieczną albo nad jaką tajemnicą, wtedy nie należy wysilać się na inne akty, tylko czynić te do których wtedy sam Pan Bóg słodko pobudzać raczy: dość jest wtenczas starać się pozostawać

¹⁾ Vict. delle Mart. introd. § 2.

w tym stanie ścisłego zjednoczenia z Bogiem, nie stawiając przeszkód działaniu Boskiemu przez wysiłanie się na uwagi i na inne jakie akty. Lecz to odnosi się tylko do tych osób, które Pan Bóg raczy powoływać do takiej modlitwy nadprzyrodzonej: dopóki kto takowego daru nie otrzymuje, nie powinien zaniedbywać zwykłego sposobu odprawiania modlitwy myślnej, przechodząc jak to powiedzieliśmy od uwag do uczuć czyli afektów. Wszelako dla osób już wzwyczajonych do modlitwy myślnej, lepiej jest rozbudzać w sobie uczucie jak rozumowanie.

2. O proźbach.

Oprócz tego, podczas modlitwy myślnej niezmiernie jest pożytecz-

ném, a może i lepszém od wszystkiego zanosić częste proźby, błagając Pana Boga z pokorą i ufnością o łaski, to jest o potrzebne światło; o poddawanie się woli Jego, o wytrwałość itd., ale szczególnie o dar świętej miłości Boga. Błogosławiony Franciszek Salezy mawiał, że otrzymując łaskę miłości, otrzymuje się wszystkie łaski; gdyż w istocie dusza prawdziwie miłująca Boga z całego serca, już przez to samo, choćby ją o to nikt nie upominał, wystrzegać się będzie wszystkiego coby mogło być niemiłym Panu Bogu, i usiłuje przypodobać się Mu we wszystkiém.

Jeśli zdarzy ci się zapaść w oschłość i wewnętrzną ciemność, tak że prawie nie będziesz zdolny

uczynić żadnego dobrego aktu, dość wtedy, żebyś mówił:

„O! mój Jezu! miłosierdzia. Panie! zlituj się, ratuj mnie. Maryo! wejrzyj na mnie.“ Modlitwa myśląnym sposobem odbyta, będzie może dla ciebie najpożyteczniejszą i najobfitszą w dobre owoce.

Ojciec Paweł Segneri wielki bogomódlca, pisze, że zanim odbył nauki teologiczne, podczas modlitwy myślnej głównie przykładał się do zastanawiania się nad tajemnicami które rozmyślał, i pobudzania się do uczuć pobożnych. „Lecz nakoniec“ powiada on, „Pan Bóg otworzył mi oczy, i od téj chwili głównie podczas modlitwy myślnej staram się o zanoszenie gorących proźb do Boga; i jeśli jest we

mnie co dobrego, przypisuję to zwyczajowi jaki powzięłem prosić o to Pana Boga.“ Idź za tym przykładem, proś w imię Jezusa Chrystusa o wszystkie łaski jakich pragniesz, a wysłuchanym zostaniesz, gdyż Boski nasz Zbawiciel pewnie dotrzyma danego nam przyrzeczenia, że otrzymamy wszystko o co prosić będziemy Boga Ojca w imię Jego: *Zaprawdę, zaprawdę powiadam wam, o cokolwiek prosić będziecie Ojca w imię moje, da wam.*¹⁾

Słowem, cała twoja modlitwa myślna zasadzać się powinna na aktach prośby. To właśnie Siostra Marya od Krzyża, o której wyżej wspomnieliśmy, poleca mówiąc że modlitwa myślna jest oddychaniem

¹⁾ Jan 16. 23.

duszy: jakoż, podobnie jak przez oddychanie wciągamy w siebie powietrze i znowu je wypuszczamy, tak przez proźby dusza otrzymuje dary od Boga, a przez akty ofiarowania się i miłości sama oddaje się Bogu.

3. O postanowieniach.

Kończąc modlitwę myślną, potrzeba uczynić szczegółowe postanowienie jużto poprawienia się z pewnych wad, którym się najczęściej podpad, już lepszego spełniania niektórych cnót, naprzykład: cierpliwego znoszenia przykrości doznawanych od téj lub owéj osoby, ścisłego posłuszeństwa tym od których zależy, umartwienia się w téj lub owéj rzeczy i t. p. I należy ponawiać takowe postanowie-

nia kilkakrotnie, dopóki nie poprawimy się z téj wady, lub nie nabędziemy téj cnoty o którą nam chodzi. Po modlitwie myślnej trzeba starać się spełnić postanowienia poczynione, skoro się do tego nastęrcza sposobność. A przydam jeszcze i to, że jeśli kto jakim szczególnym sposobem, naprzykład ślubem lub inaczéj, zobowiązał się przed Bogiem do czegoś, dobrze jest ponawiać to przed końcem modlitwy myślnej; przez to bowiem przymnaża sobie człowiek zasług i wyjednywa nowe pomoce do wytrwania i postępu w łasce.

§ 3.

O zakończeniu.

Zakończenie modlitwy myślniej zawiera w sobie trzy akty:

1^o Składa się Panu Bogu dzięki za odebrane światło.

2^o Ponawia się postanowienia, które się robiło w ciągu modlitwy myślniej.

3^o Prosi się Ojca przedwiecznego przez miłość Jezusa i Maryi o łaskę wytrwałości w wierniej Jemu służbie.

Przy końcu modlitwy myślniej nie omieszkuj nigdy polecać Panu Bogu dusze czyścowe i grzeszników. Według świętego Jana Złotoustego najlepszym jest dowodem naszej miłości Jezusa Chrystusa, jeśli gorliwie się staramy o zbawienie bliźnich.

Prócz tego święty Franciszek Salezy doradza aby przed końcem modlitwy myślnej zebrać sobie z niej jakby bukiet z kwiatów, aby przez ciąg dnia pokrzepiać się ich zapachem: to jest żeby jedną albo parę myśli które rozbudzały w nas w ciągu modlitwy myślnej żywsze uczucie pobożności, zachować w pamięci, aby przez to też uczucia utrwałać w sobie przez resztę dnia całego.

Co do modlitw strzelistych, najmiłszymi Bogu są akty miłości, poddania się i ofiarowania Mu siebie samego. Starajmy się szczególnie przed rozpoczęciem każdej sprawy zaofiarować ją Panu Bogu, a czémkolwiek będziemy zajęci, przynajmniej co kwadrans przez

akt pobożny wznosimy duszę do Boga. Nie omieszkujmy także korzystać o ile możliwości dla jednoczenia się z Bogiem, z każdej chwili wolnej, jako to: gdy na kogo czekamy, gdy z jednego miejsca idziemy na drugie, albo gdy choroba zmusza nas pozostawać na łóżku. Nakoniec trzeba przez zamiłowanie milczenia i samotności, jako też przez ciągłą pamięć na obecność Boga, pilnie dochowywać w sobie święte uczucia jakie się rozbudzały podczas modlitwy myślniej.



ROZDZIAŁ VII.

O roztargnieniach i oschłościach.

§. 1.

O roztargnieniach.

Jeśli po dobrém przygotowaniu się do modlitwy myślnej, jak o tém w poprzednim rozdziale mówiliśmy, doznasz jakich roztargnień, nie masz się tém kłopotać ani myśli niewłaściwe odpędzać gwałtownie i z niecierpliwością: dość odwrócić się od nich spokojnie, a skierować uwagę swoją do Boga.

Szatan dokłada wszelkiój usilności, aby nam nastęczać roztargnienia podczas modlitwy myślnej; zaniechać więc takowej, z powodu

że się na niej jest często roztargnionym, byłoby to ustąpić placu szatanowi. Niesposób jest, powiada Kassyan, aby umysł nasz gdy oddajemy się modlitwie myślnej, nie doznał żadnego roztargnienia.

Jakiemiby więc nie były roztargnienia nasze doznawane podczas tego świętego ćwiczenia, nie zaniedbujmy go nigdy. Święty Franciszek Salezy upewnia, że gdybyśmy w ciągu modlitwy myślnej nic innego nie czynili jak tylko walczyli z roztargnieniem i pokusami które na nas wtedy nacierają, nasza modlitwa myślna dobrzeby była odbyta. Toż samo zdanie już przed nim objawił święty Augustyn mówiac, że roztargnienia mimowolne pożytku modlitwie nie ujmują.

Nakoniec, jeśli zauważasz, że dobrowolnie jesteś roztargniony, zbierz się coprędzej na duchu i popraw się, odpędź roztargnienie, lecz nie zaprzestawaj modlitwy myślniej.

§. 2.

O oschłościach.

Największą boleścią dla duszy oddającą się modlitwie myślniej, jest gdy niekiedy nie czuje w sobie żadnej pobożności, żadnego pociągu duchownego, ani nawet żadnego uczuciowego pragnienia miłowania Boga; do czego przyłącza się jeszcze niekiedy i obawa że się jest w niełasce i opuszczeniu od Pana Boga, wskutek popełnionych grzechów. Pograżona w grubych cie-

mnościach dusza w ten sposób uciśniona, nie widzi sposobu wyjścia z nich; wszelkie bowiem dla niej drogi zdają się wtedy zamknięte.

Owoż, gdy kto oddaje się życiu wewnętrznemu, zwykł Pan Bóg obficie udzielać mu pociech wewnętrznych, aby go całkowicie oderwać od uciech światowych. Lecz skoro na drodze życia duchownego dostatecznie już kto jest utrwalonym, cofa niejako Pan Bóg rękę Swoją; aby wypróbować jego miłość, aby przekonać się czy służy Mu i miłuje Go wiernie dla Niego Samego a nie dla pociech duchownych, któremi pobożność na téj ziemi jeszcze wynagradzana niekiedy bywa. Niektóre dusze słabsze, skoro się czują w oschłości, wyobrażają

sobie zaraz, że Pan Bóg je opuścił, albo że życie wewnętrzne nie jest dla nich właściwem; następnie zaniedbują się w modlitwie myślnéj i tracą wszystko cokolwiek dotąd nabyły.

Aby stać się duszą bogomyślną, trzeba się uzbroić w mężstwo i stałość, żeby sobie w niczem nie zwalniać podczas oschłości. Prześliczne są zdania świętej Teresy o tém ważném zadaniu; oto co w różnych miejscach jéj pism znajdujemy: „Szatan wie dobrze że dusza z wytrwałością ćwicząca się w modlitwie myślnéj jest dla niego straconą.— Byle kto wytrwałym był w modlitwie myślnéj, jakimiby nie były grzechy do którychby go przywodził szatan, nie wątpię że Pan Bóg

koniec końcem doprowadzi go do portu zbawienia. — Kto na drodze modlitwy myślnej nie zatrzymuje się, dojdzie bądź co bądź do doskonałości. — Miłość Boga nie zawisła na doznawaniu uczuć tkliwej pobożności, lecz na służeniu Mu mężnie i pokornie. — Przez oschłość to i różne pokusy Pan Bóg doświadcza tych którzy Go miłują. Chociażby próba takowa trwała całe życie, dusza nie powinna opuszczać modlitwy myślnej, przyjdzie czas w którym wszystko będzie jej sowicie wynagrodzonym¹⁾.

Święty Tomasz Doktor anielski naucza, że prawdziwa pobożność zawisła nie na uczuciu, lecz na

¹⁾ Z różnych miejsc żywota świętej Teresy przez nią samą napisanego.

pragnieniu i postanowieniu chętnego poddawania się wszystkiemu czego Pan Bog po nas wymaga. Jakaż w istocie była modlitwa Pana Jezusa w ogrodzie Getsemańskim? Wszak na nięj dopuścił na Siebie Zbawiciel niezmierne oschłości, smutki i znudzenia: *Począł się boć, smucić się i tęsknić sobie*¹⁾; a jednak nie było nigdy modlitwy gorętszēj i zasłużalszēj pod słońcem: *Ojcze, mówił wtedy Zbawiciel, wszakże nie jako ja chcę lecz jako Ty, Twoja a nie moja niech się stanie wola*²⁾.

Tak tedy podczas oschłości nie opuszczaj nigdy modlitwy myślnēj. Gdyby się zdarzyło, żeś na nięj

¹⁾ Mar. 14. 33. Mat. 26. 27. ²⁾ Mat. 26. 39. Łuk. 22. 42.

nad wszelką miarę uciśniony, odbywaj ją przynajmniej od czasu do czasu, i staraj się głównie o zanoszenie próźb, chociażby ci się zdawało że czynisz to bez ufności i bez skutku. Dość będzie abyś wtedy, jak to już wspomnieliśmy, wołając do miłosierdzia Boskiego i zebrząc pomocy przenajświętszej Panny, często powtarzał: „O mój Jezu! miłosierdzia. Panie! zlituj się nademną. Maryo! módl się za mną!“ Słowem, bądź co bądź, proś, błagaj, aż Pan Bóg usłyszycie i wysłucha.

Ile razy udajesz się na modlitwę myślną, nie miej nigdy na celu własnego zadowolenia; stanów sobie tylko przypodobać się Panu Bogu i wywieść się czego po

tobie wymaga: błagaj go więc bezustannie, aby ci wskazywał świętą wolę Swoją i dał siłę do jęj spełnienia. Jedna rzecz o którą starać się powinniśmy w modlitwie myślnęj, jest otrzymanie światła potrzebnego dla rozpoznania woli Bożęj, i wyjednanie sobie pomocy Jego do spełnienia tego czego po nas żąda.

MODLITWA.

Jezu najdobrotliwszy! zdaje się iż wyczerpałeś wszystko co tylko potrzebném być mogło do tego, aby pobudzić ludzi do umiłowania Cię, a to tak dalece, że już Ci nic więcej uczynić nie pozostało. Raczyłeś stać się człowiekiem, to jest przyjąć na siebie postać tak

nędznój istoty jaką jesteśmy; raczyłeś wieść życie przepelnione boleściami i obelgami przez całe lat trzydzieści trzy, i zakończyć je śmiercią na haniebném rusztowaniu; raczyłeś nakoniec ukryć się pod postaciami chleba, aby w ten sposób stać się pokarmem dla dusz naszych. Jakimże sposobem po tylu i takich dobrodziejstwach, znajdusz tyle niewdzięczności nawet pomiędzy chrześcianami, którzy wierzą w te prawdy, a pomimo tego nie miłują Cię? Skutkiem to nie czego innego jak że znając te prawdy i wierząc w nie nawet, nie zastanawiają się nad niemi, nie rozmyślają ich, a przez to nie biorą je do serca. Biada mi, gdyż i ja z téj liczby byłem dotąd. Poznaje

dobrze, że głównym powodem wszelkiego złego jakiegom się dopuszczał, było zaniedbanie się moje w pilnym rozważaniu prawd naszej świętej wiary, i w niedostatecznym proszeniu Cię o łaski potrzebne do tego abym według tych prawd żył i postępował: czyli że cała zguba moja pochodziła od tego, że nie odbywałem modlitwy myślniej. Jezu mój! przebacz tę niedbałość moją; już odtąd chcę pod tym względem poprawić się, i ile to w mojej będzie możności wytrwałym być w świętym ćwiczeniu modlitwy myślniej. Dziękuję Ci za światło, jakieś mi w tym względzie udzielić raczył przez odczytywanie powyższych uwag. Spraw aby mi one wyszły na pożytek. Maryo!

której całe życie na tej ziemi było bezustanną modlitwą myślną, wyjednaj mi łaskę tak wiernego w niej ćwiczenia się, abym odbywając ją tu w czasie stale i pobożnie, u nóg Twoich w Niebie zatapiał się w nią na wieki. Święty Józefie Patronie życia wewnętrznego, i Twojej się opiece polecam. Amen.



SPIS PRZEDMIOTÓW.

	Str.
List tłumacza	5
O MODLITWIE MYŚLNEJ.	
Co jest modlitwa myślna?	53
Rozdział I.	
<i>Modlitwa myślna jest pod pewnym względem do zbawienia niezbędną</i>	
§ 1. Oświeca umysł	56
§ 2. Modlitwa myślna usposabia serce do cnoty	63
§ 3. Modlitwa myślna uczy nas pro- sić Pana Boga o to co nam najpotrzebniejsze	69
Rozdział II.	
<i>Modlitwa myślna niezbędną jest dla dążenia do doskonałości.</i>	
Modlitwa myślna niezbędną jest dla dążenia do doskonałości.	75

Modlitwa	Str. 85
--------------------	---------

Rozdział III.

O głównym celu modlitwy myślnej.

- | | |
|---|----|
| § 1. Pierwszym celem modlitwy
myślnej jest, abyśmy przez nią
ściślej jednoczyli się z Bogiem. | 89 |
| § 2. Drugim celem modlitwy myśl-
nej jest otrzymanie łask Boskich | 93 |

Rozdział IV.

*Główne przedmioty do rozmyślenia
podczas modlitwy myślnej.*

103

Rozdział V.

*O miejscu i czasie właściwym do
modlitwy myślnej.*

- | | |
|--------------------------|-----|
| § 1. O miejscu | 108 |
| § 2. O czasie | 113 |

Rozdział VI.

*O sposobie odbywania modlitwy
myślnej.*

- | | |
|--------------------------------|-----|
| § 1. O przygotowaniu | 123 |
| § 2. O rozmyślaniu | 127 |
| § 3. O zakończeniu | 142 |

Rozdział VII.

O roztargnieniach i oschłościach.

§ 1. O roztargnieniach	145
§ 2. O oschłościach	147
Modlitwa	153

