

Mirosław Kiwka

Medytacja u św. Jana od Krzyża : poszukiwanie metody

Collectanea Theologica 84/2, 79-92

2014

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

MIROSLAW KIWKA, WROCLAW

MEDYTACJA U ŚW. JANA OD KRZYŻA. POSZUKIWANIE METODY

Wśród różnych praktyk duchowych medytacja jest obecna niemal we wszystkich znanych religiach. Dość często także uprawia się ją także poza kontekstem religijnym. Za jej istotę uważa się zwykle rozważanie jakiejś treści, dociekanie zawartego w niej sensu, intensywne o niej myślenie, pełne oddania jej powtarzanie, a niekiedy trwanie w milczeniu i wypełnioną skupieniem adorację. Takie bogactwo odcieni znaczeniowych zawiera w sobie czasownik „medytować”. Niekiedy to jego szerokie pole semantyczne sprowadza się do prostego: *in medium ire*, co znaczy: „wchodzić w środek”, „zgłębiać istotę”.¹ Medytacja jest dziś praktyką coraz bardziej popularną. Zajmuje się nią nie tylko teologia i religioznawstwo, antropologia i etnologia, stała się ona także przedmiotem badań współczesnej psychologii eksperymentalnej. Na naszych oczach powstaje zaskakująca mnogość ośrodków oferujących różnorodne metody uprawiania medytacji. Adeptci medytacyjnej przygody poszukują wśród nich takiej, która oferuje najlepszą technikę gwarantującą kontemplacyjną głębię skupienia i bezpośrednie doświadczenie Transcendencji.

W pogoni za najbardziej skutecznymi sposobami medytowania bardzo często sięga się do dawnych szkół duchowości, pobierając swego rodzaju „korepetycje” u mistrzów życia duchowego, szczególnie u tych, których nauczanie i świadectwo życia oparty się próbie czasu. Jednym z takich mistrzów jest bez wątpienia św. Jan od Krzyża. Mimo że od jego śmierci minęło już 400 lat z okładem, to pisma, które pozostawił, wciąż cieszą się niesłabnącą popularnością, a zawarte w nich przemyślenia, podobnie jak ongiś w XVI-wiecznej Hiszpanii, także i dziś stanowią przedmiot gorących dyskusji i spo-

¹ Por. J. S u d b r a c k, *Medytacja*, w: P. D i n z e l b a c h e r, *Leksykon mistyki*, tłum. B. W i d ł a, Verbinum, Warszawa 2002, s. 183.

rów. Celem niniejszego artykułu jest ukazanie, co św. Jan od Krzyża mówi w swoich dziełach na temat medytacji oraz podjęcie, na tej podstawie, próby odkrycia preferowanego przezeń sposobu jej praktykowania.

Ćwiczenie dla początkujących

Może zdziwić fakt, że w twórczości św. Jana od Krzyża nie znajdziemy ani jednego dzieła poświęconego medytacji. Co więcej, w zachowanych dziełach nie znajdziemy nawet jednego rozdziału poświęconego w całości sztuce medytowania. Nie znaczy to jednak, że temat ten nie miał dla niego większego znaczenia. Wprost przeciwnie, zarówno św. Teresa z Avila, jak i św. Jan od Krzyża uważali temat modlitwy medytacyjnej za niezmiernie ważny szczególnie dla tych, którzy stawiają pierwsze kroki na drodze duchowego wzrastania. We fragmencie dzieła *Żywy płomień miłości*² znajdujemy następujące wyjaśnienie: „By lepiej zrozumieć cechy właściwe początkującym, trzeba zaznaczyć, że i zadaniem ich i ćwiczeniem jest rozmyślanie za pomocą rozumowania i wyobraźni [*meditar y hacer actos y ejercicios discursivos con la imaginación*]”³.

Znamienne, że św. Jan od Krzyża wiąże medytację z wyobraźnią. Idąc tym tropem, z fragmentu *Drogi na Górę Karmel*, opisującego sposób funkcjonowania wyobraźni i fantazji, dowiadujemy się także czegoś więcej o naturze samej medytacji: „...dwa organiczne zmysły wewnętrzne: wyobraźnia i fantazja (...) służą sobie wzajemnie w sposób uporządkowany: jeden działa posługując się wyobrażeniami, drugi przez fantazję tworzy obrazy. (...) Zadaniem tych dwu władz jest pomagać w rozmyślaniu [*meditación*], które jest działaniem dyskursywnym z pomocą form, kształtów i figur utworzonych przez wspomniane zmysły”⁴.

² Przy cytowaniu dzieł św. Jana od Krzyża, stosować będziemy następujące skróty: D – *Droga na Górę Karmel*; N – *Noc ciemna*; P – *Pieśń duchowa*; Ż – *Żywy płomień miłości*. Opieramy się na: Św. Jan od Krzyża, *Dzieła*, tłum. B. Smyrak, Kraków 1986; czerpiemy także z wersji oryginalnej: San Juan de la Cruz, *Obras completas*, Monte Carmelo, Burgos 1990.

³ Ż 3, 32 por. także D II, 12, 5.

⁴ D II, 12, 3.

Wyobrażenia i fantazja

Nie od rzeczy będzie poświęcenie kilku słów celem ukazania miejsca i znaczenia wyobraźni i fantazji w antropologii sanjuanistycznej, co w pewnym zakresie także pozwoli nam lepiej uchwycić istotę problemu samej medytacji.

Zarówno wyobrażenia, jak i fantazja należą do sfery zmysłowej człowieka, tworząc w niej tzw. zmysły wewnętrzne, które ze swej strony stanowią swego rodzaju most rozpięty między pięcioma zmysłami zewnętrznymi a intelektem. W *Drodze na Górę Karmel* czytamy: „Pięć zmysłów zewnętrznych przekłada i przedstawia obrazy i pojęcia swoich przedmiotów zmysłom wewnętrznym”.⁵ W tradycyjnej antropologii scholastycznej do zmysłów wewnętrznych zaliczano zwykle: zmysł wspólny, wyobraźnię (osądową – *aestimativa* i myślową – *cogitativa*) oraz pamięć.⁶ Z tej listy interesują nas tylko trzy: zmysł wspólny, wyobrażenia (niejednokrotnie utożsamiana z fantazją) i pamięć, gdyż są one obecne w pismach św. Jana od Krzyża i wzajemnie powiązane odgrywają ważną rolę w praktyce medytacji.

Zmysł wspólny, którego zadanie polega na gromadzeniu, rozróżnianiu i syntezie wrażeń zmysłowych, bywa nazywany „korzeniem i zasadą pięciu zmysłów [*radix et principium sensuum externorum*]” lub też niekiedy ze względu na jego rolę określa się go mianem „świadomości zmysłowej”.⁷ Jedynym tekstem, w którym św. Jan od Krzyża wymienia tę władzę, jest fragment *Żywego płomienia*, w którym pisze o „zmyśle wspólnym fantazji [*el sentido común de la fantasía*]”,⁸ gdzie „zbiegają się z formami swoich przedmiotów zmysły cielesne i on jest ich składem i archiwum”.⁹ Mamy tu do czynienia z utożsamieniem zmysłu wspólnego i fantazji, którego nie znajdujemy w ujęciu tradycyjnym.¹⁰ Ponadto z kontekstu, w którym znajduje się ten fragment, wynika, że autor aplikuje klasyczne rozumienie zmysłu wspólnego do wyjaśniania fenomenów mistycznych, dając mu przez analogię znaczenie przenośne „zmysłu wspólnego duszy”.

⁵ D II, 12, 3. Przy okazji warto zauważyć, że słowo „pojęcia” stanowi niezbyt adekwatne tłumaczenie występującego w tekście oryginalnym słowa *especies*, które oznacza „formy zmysłowe”.

⁶ Por. C. V a l v e r d e, *Antropología filozoficzna*, Poznań 1998, s. 191.

⁷ Por. R. V e r n e a x, *Filosofía del hombre*, Barcelona 1988, s. 65-67.

⁸ W tłumaczeniu polskim o. B. Smyraka OCD zwrot ten został przetłumaczony jako: „zmysł ogólny wyobraźni”; zob. Ż 3, 69.

⁹ *Tamże*.

¹⁰ Zob. E. P a c h o, *La antropología sanjuanística*, Monte Carmelo 69/1961, s. 74.

Kluczowy fragment tekstu ukazujący wzajemne odniesienia wyobraźni i fantazji został już częściowo wspomniany wyżej, wypada tu jednak przytoczyć go w całości: „... dwa organiczne zmysły wewnętrzne: wyobraźnia i fantazja. Zmysły te służą sobie wzajemnie w sposób uporządkowany: jeden działa posługując się wyobrażeniami [*discurre imaginando*], drugi przez fantazję tworzy obrazy [*forma la imaginación a lo imaginado fantaseando*]”.¹¹ Ponadto „wyobraźnia nie może tworzyć ni wyobrażać sobie innych rzeczy poza tymi, których za pomocą zewnętrznych zmysłów doświadczyła”.¹² Stwierdzenie to jednoznacznie osadza wyobraźnię w sferze zmysłowości człowieka. Jak zauważa H. Sanson, każda z wymienionych tu władz ma podwójne zadanie: wyobraźnia zachowuje obrazy utworzone na podstawie wrażeń dostarczonych przez zmysły zewnętrzne i przekazuje je fantazji, która z kolei je modyfikuje, uczestnicząc aktywnie w dyskursie intelektualnym.¹³ Trudno oprzeć się wrażeniu, że mamy tu do czynienia z jedną i tą samą władzą, jednakże w jej dwóch aspektach: biernym (przechowywanie doświadczenia) i czynnym (tworzenie różnorodnych form zmysłowych).¹⁴

Ostatni z wymienionych zmysłów wewnętrznych – pamięć – ma u św. Jana od Krzyża podwójne znaczenie. Z jednej strony jest władzą zmysłową, a z drugiej – potencją duchową i podmiotem łask mistycznych.¹⁵ Pamięć zmysłowa jest ściśle związana, a niekiedy nawet tożsama, z fantazją.¹⁶ „Fantazja bowiem i pamięć są dla umysłu jakby archiwum i schowkiem, w którym gromadzą się wszelkie kształty i obrazy inteligibilne. Po otrzymaniu ich drogą pięciu zmysłów lub sposobem nadprzyrodzonym, przechowują się tam i odbijają jakby w zwierciadle. Pamięć bowiem przedstawia je rozumowi, który rozpatruje je i osądza”.¹⁷

Oczywiście trzeba być świadomym, że św. Jan od Krzyża nie pisze traktatu z zakresu antropologii filozoficznej lub teorii poznania,

¹¹ D II 12, 3.

¹² D II 12, 4.

¹³ Por. H. Sanson, *El espíritu humano según San Juan de la Cruz*, Madrid 1962, s. 93-94, przyp. 30; V. Capanaga, *San Juan de la Cruz. Valor psicológico de su doctrina*, Madrid 1950, s. 155.

¹⁴ Por. E. Pacho, *La antropología sanjuanística*, s. 73-74.

¹⁵ Por. F. Urbina, *La persona humana en San Juan de la Cruz*, Madrid 1956, s. 220.

¹⁶ Por. Crisogono de Jesús Sacramento, *San Juan de la Cruz; su obra científica y su obra literaria*, Madrid 1929, s. 79, 147.

¹⁷ D II 16, 2. por. także D III 2 i 7.

w związku z tym nie stawia sobie za cel znalezienia odpowiedzi na pytania, jak i czym człowiek poznaje, lecz raczej stara się opisać i wyjaśnić rozwój życia duchowego. Z tej też przyczyny trudno oczekiwać bezwzględного rygoryzmu w aplikacji pojęć, którymi się posługuje, tym bardziej że przedmiot jego rozważań często wykracza poza sferę wyrażalności językowej. W kwestii zmysłów wewnętrznych i ich roli w praktyce medytacji można z całym przekonaniem stwierdzić, że naszemu autorowi chodziło nie tyle o przedstawienie ich wewnętrznej struktury i uchwycenie wzajemnych relacji, ile raczej o podkreślenie ich funkcji obrazowania otaczającego świata, a szczególnie tworzenia obrazów znajdujących zastosowanie w życiu wiary, i tym samym stanowiących przesłanki w dyskursie medytacyjnym. Właśnie ta funkcja ma istotne znaczenie w omawianym tu zagadnieniu medytacji.

Istota i przedmiot medytacji

Na podstawie przytoczonych dotychczas fragmentów można podać prostą definicję medytacji w rozumieniu św. Jana od Krzyża:

– *actos y ejercicios discursivos con la imaginación*, co znaczy: „akty i ćwiczenia dyskursywne za pomocą wyobraźni”;

– *acto discursivo por medio de imágenes, formas y figuras*, czyli „działanie dyskursywne za pomocą obrazów, form i symboli”.

Warto przy tym dodać, że w wielu miejscach autor określa medytację mianem: „wyobrażeniowa [*imaginaria*]”¹⁸ „dyskursywna [*discursivo meditar*]”¹⁹ oraz „naturalna [*natural*]”²⁰.

„Działanie dyskursywne”

Aby nie ulec fałszywemu wrażeniu, że chodzi tu o jakies niezobowiązujące fantazjowanie, warto zwrócić uwagę, iż medytacja jest nade wszystko „działaniem dyskursywnym [*acto discursivo*]”. Jak należy rozumieć to określenie? „Działanie dyskursywne” to myślenie ujęte w formę dyskursu, czyli rozumowania polegającego na wnioskowaniu. Medytując zatem dyskursywnie, wychodzimy z uzasadnionych przesłanek i na ich podstawie dochodzimy do logicznych wniosków.

¹⁸ Por. np. D 13, 1; P 17, 5.

¹⁹ Por. np. D 13, 1.

²⁰ Por. np. C 17, 7.

Działanie dyskursywne to innymi słowy myślenie uporządkowane, wręcz zdyscyplinowane, ujęte w rygor logiki. Dyskurs to także rodzaj rozmowy, która dzieje się w wyobraźni, sercu i umyśle człowieka. Interlokutorem jest najpierw tenże sam człowiek rozważający określone treści, wydarzenia i prawdy. On to właśnie stara się w tym wewnętrznym dialogowaniu przekroczyć granice swojej subiektywności i wejść w dyskurs z Bogiem. Wówczas medytacja staje się modlitwą.

Rozmyślanie obrazami

Za materię tego rodzaju medytacji służą wyobrażenia, których przedmiotem są tajemnice wiary chrześcijańskiej skupione zasadniczo wokół osoby Jezusa Chrystusa. We wspomnianym już wyżej fragmencie *Drogi na Górę Karmel św. Jan od Krzyża* podaje kilka przykładów takich wyobrażeń, mogących służyć za przedmiot medytacji: „Są to rozmyślania takie, jak np.: przedstawienie sobie Chrystusa na krzyżu, przy słupie kaźni lub w innej tajemnicy Jego Męki; wyobrażenie sobie Boga w wielkim majestacie, siedzącego na tronie; rozważanie i przedstawienie sobie chwały niebieskiej jako najjaśniejszego światła itd.”²¹

W innym fragmencie tego samego dzieła adeptom drogi duchowej doskonałości Mistyk z Fontiveros daje następujące zalecenie: „Po pierwsze: trzeba mieć ciągle pragnienie naśladowania we wszystkim Jezusa Chrystusa, starając się upodobnić życie swoje do Jego życia, nad którym często trzeba rozmyślać [*considerar*],²² by je umieć naśladować i zachowywać się we wszystkich okolicznościach tak, jak On by się zachowywał”²³. Z tego wynika, że medytacja nie jest li tylko jakąś pobożną teorią, ale ma cele bardzo praktyczne i egzystencjalne: przez myślenie upodabniać się we wszystkim i naśladować Chrystusa. Podkreślenia godny jest tu nierozzerwalny związek między myśleniem a działaniem: dobre czyny rodzą się zawsze z dobrych myśli.

Innym przedmiotem medytacji, proponowanym szczególnie w *Pieśni duchowej*, jest otaczający człowieka świat na czele z nim samym: „Rozmyślanie o rzeczach stworzonych jest po poznaniu samego siebie najważniejsze na tej duchowej drodze, jaką kroczy się do

²¹ D II 12, 3.

²² W terminologii św. Jana od Krzyża czasownik *meditar* jest używany zamiennie z czasownikami: *considerar*, *discurir*, *orar*, dlatego też rzeczownikami synonimicznymi do *meditación* są analogicznie: *consideración*, *discurso*, *oración*.

²³ D I 13, 3.

poznania Boga, a to przez rozważanie Jego wielkości i wzniosłości w stworzeniach”²⁴. W tych słowach pobrzmiewa starożytna tradycja postrzegania świata jako swego rodzaju księgi, która opowiada o istnieniu i naturze Boga. Ślady tej tradycji znajdujemy już na kartach Biblii (Mdr 13, 1-9; Ps 19; Hi 12, 7-9; Rz 1, 18-22), a także w chrześcijańskiej myśli filozoficznej (np. ojcowie kapadoccy, św. Augustyn, św. Tomasz z Akwinu). W tej perspektywie dla św. Jana od Krzyża „medytować” to znaczy patrzeć na otaczającą nas rzeczywistość w sposób metaforyczny. Dochodzi tu do głosu ogromna wrażliwość poety, który, jak okiem sięgnąć, w całym stworzeniu dostrzega okrucy nieskończonego Piękna i miłującej Obecności. Ta bardzo poetycka wizja natury sprawia, że samo medytowanie staje się zajęciem na wskroś lirycznym. By podać przykład tego rodzaju medytacji, wystarczy wczytać się w niektóre strofy *Pieśni duchowej*:

„Zagaje i puszcze
 Rękami Oblubieńca mego zasadzone,
 O łąki pełne zieleni
 Kwiatami ozdobione,
 Powiedzcie, czy przeszedł wśród was, w którą stronę?
 Rzucając wdzięków tysiące,
 Przebiegł szybko wskroś boru cichego,
 A jedno tylko spojrzenie
 I blask Jego postaci,
 Okrył je szatą piękna czarownego.
 (...) Te dzieła, co się wokół przesuwały
 Niosą mi pieśń o Twojej czarownej piękności.
 I coraz głębiej duszę rozdzierają
 Tak, że niemal umieram,
 Gdy szepcą o Twoich tajemnic wielkości”²⁵

Cel i konsekwencje

Trzeba również podkreślić, że praktyka medytacji nie jest celem sama dla siebie, ale stanowi część długiego i żmudnego procesu wzrastania, którego kresem jest mistyczne zjednoczenie z Bogiem

²⁴ P 4, 1.

²⁵ P 4-5, 7.

w miłości.²⁶ W wielu miejscach św. Jan od Krzyża nazywa ten etap życia duchowego drogą medytacji i rozważania (*vía/camino de meditación y discurso*).²⁷ Wyobrazeniowy dyskurs medytacyjny ma ściśle określone zadanie: ogołocić zmysły „z wszelkich form i wyobrażeń niskich, doczesnych i przyrodzonych”²⁸ oraz przyzwyczaici „ducha za pomocą zmysłów do tego, co jest duchowe”.²⁹ Okazuje się, że medytacja jest u św. Jana od Krzyża częścią Bożej pedagogii: „Doskonali również Pan Bóg zmysły cielesne wewnętrzne: wyobraźnię i fantazję (...). Przyzwyczajają je do dobra przez rozważania, rozmyślenia i święte rozmowy. Tym wszystkim zaś kształtuje się duch”.³⁰ Ostatecznie zaś „celem (...) rozmyślenia [*la meditación y discurso*] o rzeczach Bożych jest nabycie pewnego stopnia poznania i miłości Boga”.³¹

Poza tym, ze względu na fakt, że medytacja w rozumieniu św. Jana od Krzyża jest „działaniem dyskursywnym”, jej praktykowanie wykracza poza obszar działania li tylko sfery zmysłowej i jej władz wyobraźni i fantazji. Chociaż autor pisze, że medytacja odbywa się za pomocą władz zmysłowych,³² to jednak ostatecznie dyskurs medytacyjny, oparty na „wyobrażeniach, formach i kształtach”, jest działaniem własnym intelektu, w którym Mistyk Karmelitański, idąc za tradycją arystotelesowsko-tomistyczną, widzi władzę poznawania, sądenia i rozumienia.³³ Intelekt działa, wykorzystując „materiał” dostarczony przez władze zmysłowe,³⁴ i w ten sposób dociera do istoty rzeczy, poznając ich znaczenie i prawdziwą wartość.³⁵

²⁶ Wystarczy chociażby przeczytać podtytuły największych dzieł św. Jana od Krzyża, by się przekonać, co jest celem procesu, który opisuje. *Droga na Górę Karmel*: „Mówi o tym, jak dusza winna się przygotować, by w krótkim czasie dojść do zjednoczenia z Bogiem”; *Noc ciemna*: „Zaczyna się objaśnienie strof, mówiących o sposobie, jakiego dusza winna się trzymać na drodze zjednoczenia miłości z Bogiem”; *Pieśń duchowa*: „Objaśnienie strof, które mówią o wzajemnej miłości pomiędzy duszą a jej Oblubieńcem Chrystusem”; *Żywy płomień miłości*: „Objaśnienie strof, które mówią o najbardziej zażyłym i najdoskonalszym zjednoczeniu i przeobrażeniu duszy w Boga”.

²⁷ Por. np. D II 14, 7; 15, 1; N 10, 2.

²⁸ D II, 13, 1.

²⁹ *Tamże*.

³⁰ D II 17, 4.

³¹ D II 14, 2.

³² „... la meditación, mediante la cual obra el alma discurriendo con las potencias sensitivas” – „medytacja, przez którą dusza działa, rozważając za pomocą władz zmysłowych” (tłum. wł.), D II 14, 6.

³³ Por. D II 5, 5; 6, 2; 8, 4; 29, 1; P 28, 3; Ż 3, 66.

³⁴ Por. D II 8, 4.5; 16, 2.

³⁵ Por. D III 20, 2.

Praktyka medytacji angażuje więc wszystkie istotne poziomy osobowości, bierze w niej udział cały człowiek. Jest ona działaniem osobowo integrującym wokół tego, co najgłębsze i egzystencjalnie najistotniejsze. Ta przepastna głębia bytu ludzkiego w terminologii Mistrza Jana ma wiele określeń: „najgłębsza istota duszy [*el intimo ser del alma*]”,³⁶ „substancja duszy [*la sustancia del alma*]”,³⁷ „głębia [dno] duszy [*el fondo del alma*]”,³⁸ „najgłębszy środek duszy, najgłębsze istności [*el centro mas profundo*]”.³⁹ Medytując, człowiek poszukuje i w jakimś stopniu poznaje Boga, a przez to poszukiwanie i poznawanie Boga poznaje również samego siebie, odsłania w sobie samym rzeczywistości, których istnienia wcześniej nie był świadomy. *Homo meditans* w sposób wyjątkowy „spotyka” Boga, a w tym spotkaniu zupełnie nieoczekiwanie i niejako przy okazji „spotyka” również samego siebie w perspektywie najgłębszej i ostatecznej Prawdy.

Na tropie metody

Jak zaznaczyliśmy na wstępie, św. Jan od Krzyża nie zostawił nam systematycznego traktatu o sztuce medytacji.⁴⁰ Pisał o niej niejako przy okazji, omawiając poszczególne etapy drogi mistycznego wzrastania. Dlatego próżno szukać w jego dziełach precyzyjnej odpowiedzi na pytanie: Co dokładnie należy robić podczas rozmyślenia?

Instrucción de novicios descalzos

Aby jednak w jakiś sposób określić metodę medytacji Mistrza Jana, o. Gabriel do św. Marii Magdaleny,⁴¹ jeden z wielu badaczy zagadnienia, radzi mieć na względzie niezwykle ważne w tej materii dzieło. Chodzi o *Instrucción de novicios descalzos*, której redaktorem był o. Juan de Jesús María (Aravalles).⁴² Dzieło to, zawierające

³⁶ P 1, 6.

³⁷ D II 5, 2; 24, 4 itd.

³⁸ N II 23, 4; Ż 4, 14.

³⁹ Ż 1, 9-16.

⁴⁰ Por. E. Pach o, *S. Juan de la Cruz. Temas fundamentales*, t. 2, Burgos 1984, s. 21; T. Duba y, *Ogień wewnętrzny. Św. Teresa z Avila, św. Jan od Krzyża oraz Ewangelie o modlitwie*, tłum. A. Bielecka, WUJ, Kraków 2009, s. 61.

⁴¹ Gabrielle di Santa Maria Maddalena, *La mistica teresiana*, Florencia 1934.

⁴² Juan de Jesús María (Aravalles), *Instrucción de novicios descalzos de la Virgen María del Monte Carmelo conforme a las costumbres de la misma orden*, Toledo, b.r.w. (prawdopodobnie: 1925 lub 1926).

zbiór ćwiczeń duchowych dla nowicjuszy z Pastrany, napisane zostało w 1589 r., a następnie w styczniu 1590 r. przedstawione do zatwierdzenia Konsulcie zakonu. W owym czasie jednym z jej członków był św. Jan od Krzyża. Po zatwierdzeniu zostało opublikowane w 1591 r. na krótko przed śmiercią świętego, która nastąpiła 14 grudnia tegoż roku. Godny zauważenia jest również fakt, że św. Jan od Krzyża był pierwszym mistrzem nowicjatu w Pastranie i musiał mieć jakiś wpływ na formację o. Aravallesa (redaktora *Instrukcji*), który w tamtym czasie był karmelitańskim nowicjuszem. Poza tym na wyklejce egzemplarza *Instrukcji* zatwierdzonego w 1590 r. wśród autografów innych członków Kapituły widnieje także podpis św. Jana, co pozwala przypuszczać, że metoda medytacji tam opisana czerpie inspirację z jego nauczania i praktyki lub też wiedział on o jej istnieniu i ją aprobował. O ile pierwsza hipoteza ma poważnych adwersarzy,⁴³ to prawdziwości drugiej nie da się w zupełności wykluczyć.

Co zatem mówi redaktor owej *Instrukcji dla nowicjuszy zakonu karmelitów bosych* o metodzie medytacji, którą zaakceptował swoim podpisem m.in. również św. Jan od Krzyża? W rozdziale III wymienia on siedem części, z jakich powinna się składać modlitwa myślna, a mianowicie: „Przygotowanie, czytanie, rozmyślanie, kontemplacja, dziękczynienie, prośby i zakończenie”.⁴⁴ Pewną trudność interpretacyjną mogą tu sprawić terminy „medytacja” oraz „kontemplacja”, tym bardziej że „medytacja” to także nazwa całości opisanego tu ćwiczenia duchowego, a „kontemplacja” w pismach św. Jana od Krzyża ma charakter nadprzyrodzony i jest darem mistycznym. W powyższym zestawieniu słowo „medytacja” należy rozumieć jako jeden z elementów całości. Chodzi tu o rozmyślanie-rozważanie-zastanawianie się nad przeczytaną wcześniej treścią, dlatego „medytacja” następuje w kolejności po „czytaniu”. Natomiast słowo „kontemplacja” należy rozumieć w sensie naturalnym, jako pełne pokoju i skupienia zatrzymanie się nad wnioskiem-obrazem wynikającym z rozmyślenia. Innymi słowy – „kontemplacja” to dłuższe i spokojne przypatrywanie się rzeczywistości, której dotyczyło rozmyślanie. Dlatego jest ona w tym kontekście logicznym przedłużeniem „medytacji”.⁴⁵

⁴³ E.W. Trueman Dicken, E. Pacho, F. Ruiz Salvador.

⁴⁴ „...preparación, lección, meditación, contemplación, hacimiento de gracias, petición y epílogo”; J u a n d e J e s ú s M a r í a (Aravalles), *Instrucción*, III, 4. cyt. za: E.W. T r u e m a n D i c k e n, *La mística carmelitana. La doctrina de santa Teresa de Jesús y de san Juan de la Cruz*, Herder, Barcelona 1981, s. 135.

⁴⁵ Por. *tamże*.

Ze wspomnianego dokumentu dowiadujemy się także, czego ma dotyczyć modlitwa myślna, zwana potocznie medytacją. Jej przedmiotem powinny być „życie, męka i śmierć Chrystusa”.⁴⁶ Widzimy więc, że proponowana metoda nie tylko w niczym nie przeczy dotychczas przedstawionym poglądom Doktora Mistycznego, ale stanowi ich potwierdzenie i uszczegółowienie.

Don que tuvo San Juan de la Cruz para guiar las almas a Dios

Poszukując dokładniejszych informacji o preferowanym przez Mistra Jana sposobie medytowania, F. Ruiz Salvador trafia na bardzo interesujące świadectwo o. José de María y Jesús (Quiroga), które nosi znamienity tytuł: *Don que tuvo San Juan de la Cruz para guiar las almas a Dios*.⁴⁷ Ojciec Quiroga podaje tam, że św. Jan od Krzyża zwykł wyróżniać trzy zasadnicze etapy medytacji: materialne wyobrażenie sobie tajemnic, o których pragnie się rozmyślać; intelektualne rozważanie przedstawionych w wyobraźni tajemnic; uspokojenie uważne, pełne miłości i skierowane ku Bogu, w którym zbiera się owoce dwóch pierwszych części i otwiera się drzwi umysłu na Boże oświecenie, aby otrzymać nadprzyrodzone skutki, zamierzone przez tę modlitwę dla doskonałości duszy.⁴⁸

Autor powyższych słów zaznacza jeszcze, że Mistrz Jan uczył swoich nowicjuszy zatrzymania się przy trzeciej części medytacji znacznie dłużej niż przy dwóch pierwszych. Zresztą sam napisał w *Pieśni duchowej*, że „rozważać [*considerar*]” to znaczy „patrzeć ze szczególną uwagą i szacunkiem”.⁴⁹ Dlatego kładł wyraźny akcent na

⁴⁶ „El aviso ultimo y final que debe hacerse es que los hermanos se ocupen a menudo en la meditación de la vida, pasión y muerte de Cristo”; *tamże*, s. 134).

⁴⁷ „Dar, który posiadał św. Jan od Krzyża do prowadzenia dusz do Boga”. Świadectwo to zostało opublikowane w wydaniu dzieł św. Jana od Krzyża przygotowanym przez o. Gerardo i wydanym w Toledo w latach 1912-1914, s. 515-517; zob. F. R u i z S a l v a d o r, *Introducción a San Juan de la Cruz. El escritos, los escritos, el sistema*, Madrid 1968, s. 512, przyp. 7.

⁴⁸ „La primera es representación de los misterios sobre que se ha de meditar, por semejanzas materiales en la imaginación. La segunda, ponderación intelectual sobre los misterios representados. La tercera, quietud atenta y amorosa a Dios, donde se coge el fruto de las otras dos primeras y se abre la puerta del entendimiento a la iluminación divina para los efectos sobrenaturales que en la oración se pretenden para la perfección del alma”; J o s e d e J e s u s M a r í a (Quiroga), *Don que tuvo San Juan de la Cruz para guiar las almas a Dios*, cyt. za: F. R u i z S a l v a d o r, *Introducción a San Juan de la Cruz. El escritos, los escritos, el sistema*, s. 511.

⁴⁹ „...considerar es mirar muy particularmente con atención y estimación de aquello que se mira”; P 31, 4.

element uspokojenia, prostej uwagi i uczucia [*quietud atenta y amorosa a Dios*], co też jest zbieżne z wyszczególnieniem kontemplacji jako odrębnej części rozmyślania w schemacie z *Instrucción*. W tym „uspokojeniu uważnie skierowanym ku Bogu” św. Jan od Krzyża widział szczególną okazję do otwarcia się na przyjęcie Bożego oświecenia i wejścia w nadprzyrodzoność.⁵⁰ Ruiz Salvador stoi na stanowisku, że u św. Jana od Krzyża mamy do czynienia z medytacją typu kontemplacyjnego.⁵¹ Jawi się ona jako swego rodzaju rzeczywistość graniczna, dotycząca owego niepojętego obszaru ducha, gdzie naturalne skupienie niepostrzeżenie przeistacza się w nadprzyrodzoną kontemplację Boga.

Libro de la oración y meditación

Celem określenia szerszego kontekstu, który mógł mieć wpływ na poglądy św. Jana od Krzyża na temat praktyki medytacji, należy zapewne zwrócić uwagę na postać bł. Ludwika z Grenady (1505-1588), autora m.in. niezwykle popularnego dzieła *Libro de la oración y meditación*,⁵² które wydane w 1554 r.⁵³ doczekało się do dziś ponad 200 wznowień hiszpańskojęzycznych. Swego czasu do lektury jego pism gorąco zachęcała swoje siostry św. Teresa z Avila,⁵⁴ inicjatorka reformy Karmelu. Z myślą bł. Ludwika musiał się także zetknąć św. Jan od Krzyża. W XVI-wiecznej Hiszpanii i Portugalii był on uznanym autorytetem w sprawach życia duchowego. W rozdziale III wspomnianego traktatu znajdujemy opis modlitwy medytacyjnej, która składa się z pięciu części: przygotowanie, lektura, medytacja, dziękczynienie i prośby.⁵⁵ Schemat ten różni się od zamieszczonego w *Instrucción de los novicios descalzos* w jednym tylko punkcie, nie ma w nim „kontemplacji”. Jednakże przy założeniu, że wymieniona tam „kontemplacja” jest logicznym przedłużeniem i konsekwencją

⁵⁰ „En esta tercera parte de quietud atenta a Dios, con que se perfecciona la meditación provechosa y se logran los frutos de ella, enseñaba a sus discípulos a detenerse más que en las dos primeras, donde se abre la puerta a la iluminación divina y se dispone el alma para ser movida de Dios a lo sobrenatural”; J o s e d e J e s u s M a r i a (Quiroga), *Don que tuvo San Juan de la Cruz para guiar las almas a Dios*, cyt. za: F. R u i z S a l v a d o r, *Introducción a San Juan de la Cruz. El escritos, los escritos, el sistema*, s. 511.

⁵¹ *Tamże*, s. 512.

⁵² Dostępne na: <http://pl.scribd.com/doc/7646246/Libro-de-La-Oracion-y-Meditacion-Granada>.

⁵³ Św. Jan od Krzyża miał wówczas 12 lat.

⁵⁴ T e r e s a z A v i l a, *Libro de las Fundaciones* 28, 41; t a ż, *Constituciones* 8.

⁵⁵ „Preparación, lección, meditación, hacimiento de gracias y petición”.

„medytacji”, oraz że skupione i pełne pokoju kontemplowanie czytanych i rozważanych treści jest sercem każdej modlitwy medytacyjnej, można uznać, że oba schematy są zbieżne. Należy także mieć na uwadze fakt, iż model medytacji bł. Ludwika z Granady jest czasowo wcześniejszy od karmelitańskiego o prawie 40 lat.

W dalszych rozdziałach swego dzieła bł. Ludwik z Granady omawia szczegółowo każdą z wymienionych części modlitwy myślniej.⁵⁶ W rozdziale VII przedstawia jej centralną część, czyli medytację, w której „winniśmy w skupieniu rozważać, przeżuwać i myśleć z całą uwagą, do jakiej jesteśmy zdolni, o tym, co czytaliśmy”. Wyróżnia tu jej dwa rodzaje: intelektualną (*intelectual*) i wyobrazeniową (*imaginaria*). Pierwsza ma za przedmiot rzeczywistości poniekąd abstrakcyjne i niewyobrażalne (wymykające się wszelkim przedstawieniom zmysłowym), jak np. doskonałości Boże. Druga natomiast dotyczy tego, co można w pewien sposób zobrazować przy pomocy wyobraźni (*figurar con la imaginación*), jak np. sceny z życia i męki Chrystusa. W medytacji kładzie szczególny nacisk na aspekt przeżyciowy; przedstawienia wyobrazeniowe mają przenieść medytującego w sam środek rozważanych treści i zapalić jego duszę „uczuciami i pragnieniami, których potrzebuje, aby oddalić się od wad i wejść na drogę cnoty”. Dwa wymienione rodzaje, czy też wymiary medytacji, mogą się wzajemnie przenikać, istota wszakże pozostaje ta sama: namysł na treść, zapalający wolę do wielkich rzeczy i podnoszący duszę ku Bogu. Wprawdzie św. Jan od Krzyża formalnie nie dokonuje rozróżnień zawartych w traktacie bł. Ludwika z Granady, ale – jak widzieliśmy – zupełnie podobnie określa medytację mianem „wyobrazeniowa [*imaginaria*]”⁵⁷ i wyraźnie akcentuje jej charakter obrazotwórczy i przeżyciowy. Wprawdzie nie mówi wprost o medytacji intelektualnej, ale proponuje rozważanie treści będących jej przedmiotem, jak np. majestat Boży czy chwała Boża w postaci światła.⁵⁸ Ponadto zgodnie ze świadectwem o. Quirogi możemy widzieć w sanjuanistycznym rozumieniu medytacji jej aspekt wyobrazeniowy (materialny) oraz aspekt intelektualny. Jednakże naturalna kontemplacyjność medytacji sanjuanistycznej nie odróżnia jej w sposób zasadniczy od modelu, jaki znajdujemy u bł. Ludwika z Granady, który nakazuje „myśleć z całą uwagą, do jakiej jesteśmy zdolni, o tym, co czytali-

⁵⁶ *Oracion mental* – takim terminem bł. Ludwik z Granady określa praktykę medytacji.

⁵⁷ Por. np. D 13, 1; P 17, 5.

⁵⁸ D II, 12, 3.

śmy”. Można zatem postawić hipotezę badawczą, że mamy tu do czynienia z wpływem nauczania dominikanina z Granady na uformowanie się karmelitańskiego modelu medytacji, który aprobował św. Jan od Krzyża.

Aczkolwiek praktyka medytacji nie doczekała się w dziełach św. Jana od Krzyża odrębnego i całościowego opracowania, to jednak na podstawie różnych fragmentów jego pism, świadectw oraz innych tekstów można pokusić się o ustalenie najważniejszych jej elementów. W tej perspektywie modlitwa myślana jawi się jako ćwiczenie duchowe właściwe dla początkowego etapu drogi mistycznej. Polega ono zasadniczo na uważnej lekturze tekstu (zasadniczo biblijnego) oraz rozwijaniu na jej podstawie refleksji, której istotę stanowi obrazowanie, dokonywane głównie za pomocą władz zmysłowych. Obrazy-wyobrażenia, mające za przedmiot prawdy wiary o człowieku, świecie oraz Bogu, który w Jezusie Chrystusie stał się człowiekiem, stanowią istotną część dyskursu medytacyjnego i wzmacniają jego wymiar przeżyciowy. Medytacja jest zatem czynnością, która, angażując wszystkie pokłady osobowości, zmierza do takiego przeobrażenia ludzkiego serca i umysłu, by te bez przeszkód, z pomocą łaski Bożej, umiały wejść w świat duchowy. Medytacyjny namysł nad treściami wiary znajduje naturalną kontynuację w kontemplacyjnym skupieniu. Wydaje się, że ten właśnie moment kontemplacyjnego zatrzymania, będąc logicznym przedłużeniem czytania i medytacji, stanowi także rys charakterystyczny modlitwy myślnej w ujęciu Doktora Mistycznego.

W celu dopełnienia obrazu medytacji u św. Jana od Krzyża można jedynie dodać, że znał on na pamięć niemal całe Pismo Święte, spędzał długie godziny na medytacyjnym zgłębianiu jego treści. W wielu zakątkach Hiszpanii znane są miejsca modlitwy Mistrza Jana, grotty, pustelnie, kaplice. Nie będzie więc cienia przesady w stwierdzeniu, że w jego osobie spotykamy „późnego wnuka” starożytnych Ojców Pustyni, dla których codzienna medytacja nad słowem Bożym stanowiła chleb powszedni.

ks. Mirosław KIWKA