



Metoda medytacji według Ojca Pio

kwiecień 2019

KATECHEZA

Ojciec Pio zalecał, by medytację przeprowadzać w określony sposób. Przede wszystkim należy przygotować treści do medytowania. Przedmiotem rozmyślenia może być każda prawda wiary, ale w pierwszej kolejności warto skupić się na życiu, męce i śmierci Chrystusa.

Przygotowawszy materiał, należy stanąć przed Bogiem, z pokorą rozważając swoją relację do Niego. Po akcie pokory, adoracji i miłości trzeba prosić o światło i pomoc, by Pan zechciał wejść w bezpośredni kontakt i czuwał nad dobrym przebiegiem modlitwy, a także pomógł rozważaniu zaowocować. Wreszcie trzeba się polecić wstawiennictwu Anioła Stróża, Najświętszej Dziewicy i całego niebieskiego dworu, po czym wejść w medytację, która ma krążyć wokół wcześniej przygotowanych treści.

Po zakończeniu rozważania należy przejść do postanowień, które powinny dotyczyć opanowania wady najbardziej przeszkadzającej w zjednoczeniu z Bogiem.

Wreszcie należy prosić Boga o pomoc i łaski, których potrzebę odczuwamy, a następnie modlić się za wszystkich ludzi ogólnie i szczegółowo. Modlitwa ma dotyczyć przywrócenia Królestwa Bożego, rozprzestrzenienia się wiary, wyniesienia i tryumfu Kościoła. Trzeba się modlić za żywych, umarłych, niewiernych, heretyków i o nawrócenie grzeszników. Nie można zapomnieć o duszach w czyśćcu, które oczekują wsparcia. Uczyniwszy to, należy za pośrednictwem Maryi, Anioła Stróża i św. Józefa ofiarować Bogu samą medytację, siebie oraz bliskie osoby wraz z zasługami Chrystusa i Jego Matki.

Ojciec Pio pozwala powtarzać tę samą medytację lub pobożną refleksję kilka razy dziennie, nawet po przerwie. Na koniec trzeba przeprowadzić krótki egzamin z przebiegu medytacji, a rozpoznawszy wady, upokorzyć się, prosząc o wybaczenie i obiecując poprawę.

Tak przeprowadzana modlitwa myślna nie różni się wiele od medytacji proponowanych przez wielkich mistrzów. Łatwo można w niej rozpoznać wiele elementów metody ignacjańskiej, które mistyk zintegrował z radami św. Teresy. Ojciec Riccardo Fabiano zwraca uwagę na dwie ważne cechy nadające tej modlitwie piętno metody oryginalnej. Chodzi o preferencję w medytowaniu Męki Pańskiej i pewien szczególny zmysł kościelny wyrażający się modlitwą w jedności z Kościołem chwalebny za wszystkie sprawy Kościoła pielgrzymującego i oczyszczającego się.

Ćwiczeniem duchowym o wybitnie medytacyjnym charakterze jest rachunek sumienia. Ojciec Pio wspomina o nim w związku ze sprawdzaniem swego wnętrza pod kątem przyzwolenia na pokusy. Ciągłe robi rachunek sumienia w tej sprawie, lecz – jak twierdzi – ślepotą sprawia, że mimo wysiłków w badaniu nie rozpoznaje nawet niewielkiej winy.

Również innym zaleca, by po każdej czynności robili rachunek sumienia. W żadnym wypadku nie pozwala na sen bez wcześniejszego praktykowania tego ćwiczenia. Rachunek sumienia następujący po dziękczynieniu ma polegać na sprawdzeniu, czy czynność została wykonana zgodnie z intencją początkową. Ma być przeprowadzony bez łaskawości dla siebie, bo jak mówi Apostoł (1 Kor 11,31), jeśli osądzamy siebie samych, nie będziemy więcej sądzeni przez Boga.

Ojciec Pio zabrania jednak nadmiernej pilności w badaniu stopnia doskonałości podjętych zobowiązań czy działań, bo zawsze winniśmy być przekonani o naszej niedoskonałości. Taki egzamin czyniony z niepokojem i zakłopotaniem jest tylko stratą czasu i energii, jak w wypadku żołnierzy, którzy czynią tyle prób, że w walce są zmęczeni, lub śpiewaków ćwiczących tak bardzo, że podczas występu mają chrypę. Dobrze jest dążyć do skrajnej doskonałości, ale filozofowanie nad szczegółami wykraczającymi poza poprawę i postęp w codziennych potrzebach nie wydaje się konieczne.

Podsumowując, trzeba zgodzić się z Ojcem Pio, że medytacja jest środkiem wznoszenia się do Boga, a nie celem, który wyznacza miłość Boga i bliźniego. Gdy dusza czuje się wezwana do kontemplowania Boga w Nim samym czy w Jego atrybutach, trzeba się dać zwyciężyć i nie chcieć wspinać do Niego drogą dyskursywną, która jest pierwszą częścią medytacji. Troska o to, by łagodnie kierować serce ku postanowieniom i uczuciom do Boga, znamionuje drugą część medytacji. Trzeba stosować pierwszą, gdy się musi dojść do drugiej. Ale gdy dobry Bóg wprowadza w tę ostatnią, nie należy się cofać, bo to oznaczałoby zniszczenie wszystkiego. Ta myśl kieruje nas ku dalszym etapom modlitwy, określanym jako mistyczne.

Roman Rusek OFMCap

Pytania do dzielenia w grupach:

- Czy umiem w ciszy przygotować się do rozmowy z Bogiem?
- Czy staram się bardziej słuchać niż mówić w czasie modlitwy?
- Czy mam świadomość, że Bóg towarzyszy mi również po skończonej medytacji?

MEDYTACJA BIBLIJNA

Gdy Go ukrzyżowali, rozdzielili między siebie Jego szaty, rzucając o nie losy. I siedząc, tam Go pilnowali. A nad głową Jego umieścili napis z podaniem Jego winy: To jest Jezus, Król żydowski. Wtedy też ukrzyżowano z Nim dwóch złoczyńców, jednego po prawej, drugiego po lewej stronie. Ci zaś, którzy przechodzili obok, przeklinali Go i potrząsali głowami, mówiąc: Ty, który burzysz przybytek i w trzech dniach go odbudowujesz, wybaw sam siebie; jeśli jesteś Synem Bożym, zejźdź z krzyża. Podobnie arcykapłani z uczonymi w Piśmie i starszymi, szydząc, powtarzali: Innych wybawiał, siebie nie może wybawić. Jest królem Izraela: niechże teraz zejdzie z krzyża, a uwierzymy w Niego. Zaufał Bogu: niechże Go teraz wybawi, jeśli Go miłuje. Przecież powiedział: Jestem Synem Bożym. Tak samo lżyli Go i złoczyńcy, którzy byli z Nim ukrzyżowani. Od godziny szóstej mrok ogarnął całą ziemię, aż do godziny dziewiątej. Około godziny dziewiątej Jezus zawołał donośnym głosem: Eli, Eli, lema sabachthani? to znaczy Boże mój, Boże mój, czemuś Mnie opuścił? Słyszając to, niektórzy ze stojących tam mówili: On Eliasza woła. Zaraz też jeden z nich pobiegł i wziąwszy gąbkę, nappełnił ją octem, włożył na trzcinę i dawał Mu pić. Lecz inni mówili: Poczekaj! Zobaczymy, czy przyjdzie Eliaz, aby Go wybawić. A Jezus raz jeszcze zawołał donośnym głosem i wyzionął ducha. A oto zasłona przybytku rozdarła się na dwoje z góry na dół; ziemia zadrżała i skały zaczęły pękać. Groby się otworzyły i wiele ciał Świętych, którzy umarli, powstało. I wyszedłszy z grobów po Jego zmartwychwstaniu, weszli oni do Miasta Świętego i ukazali się wielu. Setnik zaś i jego ludzie, którzy odbywali straż przy Jezusie, widząc trzęsienie ziemi i to, co się działo, zlekli się bardzo i mówili: Prawdziwie, Ten był Synem Bożym. Było tam również wiele niewiast, które przypatrzywały się z daleka. Szły one za Jezusem z Galilei i usługiwały Mu. Między nimi były: Maria Magdalena, Maria, matka Jakuba i Józefa, oraz matka synów Zebedeusza. Pod wieczór przyszedł zamożny człowiek z Arymatei, imieniem Józef, który też był uczniem Jezusa. On udał się do Piłata i poprosił o ciało Jezusa. Wówczas Piłat kazał je wydać. Józef zabrał ciało, owinął je w czyste płótno i złożył w swoim nowym grobie, który kazał wykuć w skale. Przed wejściem do grobu zatoczył duży kamień i odszedł. Lecz Maria Magdalena i druga Maria pozostały tam, siedząc naprzeciw grobu. (Mt 27,35-61)

Na dzisiejszą medytację wybieramy – z konieczności – jedynie jeden fragment obszernego opisu męki Jezusa: opis śmierci na krzyżu i pogrzebu. Patrząc na szerszy kontekst, warto zwrócić uwagę na dwie klamry tematyczne, otwierające i zamykające cały opis Pasji.

Na początku rozdziału 26 mamy scenę namaszczenia Jezusa w Betanii (6-13) zestawioną na zasadzie kontrastu ze wzmianką o wyroku śmierci wydanym na Niego przez starszyznę żydowską (3-5). Niewiara w Jezusa i nienawiść arcykapłanów zderza się z najwyższą miłością do Jezusa ze strony bezimiennej kobiety, która reprezentuje Kościół jako oblubienicę Jezusa. Symbolem tej miłości są drogocenne perfumy rozlane hojnie na głowie Pana jako pamiątka, to znaczy jej uobecnienie mające trwać aż do końca czasów. Tego właśnie oczekuje Jezus od swego Kościoła, choć nawet Jego najbliżsi uczniowie jeszcze tego nie potrafią zrozumieć. Motyw miłości do Jezusa, wiernej i wytrwałej, sięgającej poza śmierć, powraca w opisie śmierci i pogrzebu Jezusa. Niewiasty na Golgocie i przy grobie to Kościół, który dochowuje wiary Jezusowi w tajemnicy jego Męki i śmierci.

Druga klamra dotyczy tematu wydania Jezusa, który pojawia się w zapowiedzi Męki. Ostatecznie tym, który Go wydaje w ręce ludzi jest Jego Ojciec. To On zgadza się, by los Jezusa zależał od ludzi: tych, którzy Go kochają i tych, co Go nienawidzą. W zakończeniu Pasji ciało Jezusa zostaje wydane Józefowi z Arymatei jako cenny Dar, a nowy grób Józefa stanie się miejscem objawienia niesłychanej nowości zmartwychwstania.

Interpretacja tekstu

35 Gdy Go ukrzyżowali, rozdzielili między siebie Jego szaty, rzucając o nie losy. 36 I siedząc, tam pilnowali Go. 37 A nad głową Jego umieścili napis z podaniem Jego winy: «To jest Jezus, Król żydowski». 38 Wtedy też ukrzyżowano z Nim dwóch złoczyńców, jednego po prawej, drugiego po lewej stronie.

Szaty Jezusa są symbolem sprawiedliwości Syna Bożego, która niejako przechodzi na tych pogańskich żołnierzy. Mogą oni nią się podzielić i okryć, jak Adam wygnany z raju. Wcześniej pewna kobieta doznała oczyszczenia i powrotu do życia poprzez dotknięcie się Jego szat (Mt 9,20). Sprawiedliwość Jezusa ogarnia wszystkich: mężczyzn i kobiety, Żydów i pogan. Jedni i drudzy są bezsilni, niezdolni wyrwać się o własnych siłach z mocy grzechu, podobnie, jak ukrzyżowani złoczyńcy. Dlatego Jezus zajął miejsce między nimi, dać im możliwość zbawienia.

39 Ci zaś, którzy przechodzili obok, przeklinali Go i potrząsali głowami, 40 mówiąc: «Ty, który burzysz przybytek i w trzy dni go odbudowujesz, wybaw sam siebie; jeśli jesteś Synem Bożym, zejdź z krzyża!» 41 Podobnie arcykapłani z uczonymi w Piśmie i starszymi, szydząc, powtarzali: 42 «Innych wybawiał, siebie nie może wybawić. Jest królem Izraela: niechże teraz zejdzie z krzyża, a uwierzemy w Niego. 43 Zaufał Bogu: niechże Go teraz wybawi, jeśli Go miłuje. Przecież powiedział: „Jestem Synem Bożym”». 44 Tak samo lżyli Go i złoczyńcy, którzy byli z Nim ukrzyżowani.

Przechodzący obok bluźnią Jezusowi, to znaczy nie uznają Go za Syna Bożego. Prawda o boskiej godności Jezusa, możliwa do przyjęcia jedynie dzięki łasce wiary otrzymanej od Ojca, nie przestaje być kamieniem obrazy i powodem zgorszenia dla Żydów i pogan wszystkich czasów.

Do Jezusa cierpiącego powraca diabeł, który podobnie jak na pustyni, kusi Go po trzykroć, by Jezus sprzeniewierzył się woli Ojca i uciekł krzyża. Jezus broni się ponownie przy pomocy słowa Bożego, modląc się psalmem 22, który na początku jest pełną bólu lamentacją, ale w dalszej części przechodzi w wyznanie ufności i uwielbienie Boga.

45 Od godziny szóstej mrok ogarnął całą ziemię, aż do godziny dziewiątej. 46 Około godziny dziewiątej Jezus zawołał donośnym głosem: «Eli, Eli, lema sabachthani?», to znaczy Boże mój, Boże mój, czemuś Mnie opuścił? 47 Słyszac to, niektórzy ze stojących tam mówili: «On Eliasza woła». 48 Zaraz też jeden z nich pobiegł i wziawszy gąbkę, nasączył ją octem, umocował na trzcinie i dawał Mu pić. 49 Lecz inni mówili: «Zostaw! Popatrzmy, czy przyjdzie Eliaz, aby Go wybawić». 50 A Jezus raz jeszcze zawołał donośnym głosem i oddał ducha.

W samo południe (godzina szósta wg żydowskiego sposobu liczenia czasu) zapadają ciemności, które przypominają pierwotny chaos przed stworzeniem świata oraz ciemności egipskie przed wyzwoleniem Izraela z niewoli. W ciemnościach tych rozbrzmiewa potężny krzyk Syna Bożego, który oddając ducha zarazem udziela Ducha; śmiercią swoją niweczy śmierć naszą i inicjuje nowe stworzenie i dokonuje definitywnego wyzwolenia swego ludu z niewoli grzechu. Blask objawienia chwały Bożej zajaśniał na krzyżu w stopniu najwyższym i zaćmił nawet słońce! Ocet czyli zepsute wino, symbolizuje śmierć, jaką człowiek napawa swego Boga. W zamian Syn Boży udziela mu swego życiodajnego Ducha. Przedziwna wymiana!

51 A oto zasłona przybytku rozdarła się na dwoje z góry na dół; ziemia zadrżała i skały zaczęły pękać. 52 Groby się otworzyły i wiele ciał Świętych, którzy umarli, powstało. 53 I wyszedłszy z grobów po Jego zmartwychwstaniu, weszli oni do Miasta Świętego i ukazali się wielu. 54 Setnik zaś i jego ludzie, którzy trzymali straż przy Jezusie, widząc trzęsienie ziemi i to, co się działo, zlekli się bardzo i mówili: «Prawdziwie, Ten był Synem Bożym».

Zasłona broniąca ludziom wstępu do Miejsca Najświętszego w Przybytku jerozolimskim, rozdarła się w momencie, gdy na krzyżu Bóg odsłonił przed ludźmi swoje oblicze i stał się w pełni widzialny. Świątynia jerozolimska straciła swoje znaczenie, gdy Jezus objawił się jako nowa i jedyna Świątynia – miejsce spotkania z Bogiem: zburzona w godzinie Męki i odbudowana w zmartwychwstaniu.

Pascha Jezusa stała się wypełnieniem proroctwa Ezechiela: i poznacie, że Ja jestem Pan, gdy wasze groby otworzę i z grobów was wydobędę, ludu mój. Udzielę wam mego ducha po to, byście ożyli, i powiodę was do kraju waszego (Ez 37,13-14). Otrzymawszy Ducha Jezusa ludzie stają się nowym stworzeniem i wchodzą do Nowego Jeruzalem.

55 Było tam również wiele niewiast, które przypatrywały się z daleka. Szły one za Jezusem z Galilei i usługiwały Mu. 56 Były wśród nich: Maria Magdalena, Maria, matka Jakuba i Józefa, oraz matka synów Zebedeusza.

Te niewiasty to idealne uczennice Pana, które od dawna wiernie szły za Nim, słuchały Go i służyły Mu, a teraz wnikają w jego śmierć i w niej się zanurzają, by znaleźć w niej swoją nową tożsamość, nowe życie i chwałę. Uczniowie Jezusa uciekli mimo uroczystych deklaracji wierności aż do końca, słabe niewiasty zaś wytrwały przy Jezusie i kontemplują Jego grób, w którym poprzez kamienną zasłonę widzą już nie śmierć, ale triumfującego Pana życia. One też staną się pierwszymi uczestniczkami zmartwychwstania i zwiastunkami wielkanocnej radości. Bóg wybrał to, co głupie w oczach świata, by zawstydzić mędrców (1Kor 1,27).

57 Pod wieczór przyszedł zamożny człowiek z Arymatei, imieniem Józef, który też był uczniem Jezusa. 58 Udał się on do Piłata i poprosił o ciało Jezusa. Wówczas Piłat kazał je wydać. 59 Józef zabrał ciało, owinął je w czyste płótno 60 i złożył w swoim nowym grobie, który kazał wykuć w skale. Przed wejściem do grobu zatoczył duży kamień i odszedł. 61 Lecz Maria Magdalena i druga Maria pozostały tam, siedząc naprzeciw grobu.

W sensie historycznym Józef z Arymatei musiał uzyskać zezwolenie na pogrzeb Jezusa, gdyż zgodnie z rzymskim prawem ciała ukrzyżowanych powinny wisieć aż do całkowitego rozkładu. Scena ta ma jednak głębszy sens symboliczny: Jezus w rękach Józefa – wiernego ucznia – staje się cennym darem Ojca dla wszystkich ludzi. Nowy grób Józefa stanie się miejscem, z którego wytryśnie nowe życie, niesłyszany dar dla wierzących. Dzięki temu wydarzeniu życie ludzkie otrzyma zupełnie nowy sens i kierunek.

Rozważanie

Jezus przemienił i odkupił ludzką śmierć przez swoje posłuszeństwo i zaufanie wobec Ojca. Modląc się razem z Chrystusem: bądź wola Twoja, chrześcijanin umiera grzechowi i egoizmowi, a rodzi się jako nowe stworzenie, całkowite ufające i uległe wobec Boga. Dzięki temu nawet sama śmierć przestaje być tragedią, a staje się przemienieniem i wniebowstąpieniem. Dlatego to Franciszek z Asyżu mógł się modlić tymi słowami: „Pochwalony bądź, Panie mój, przez naszą siostrę śmierć cielesną, której żaden człowiek żywy uniknąć nie może. Biada tym, którzy umie-

rają w grzechach śmiertelnych; Błogosławieni ci, których [śmierć] zostanie w Twej najświętszej woli, albowiem śmierć druga nie wyrządzi im krzywdy”.

Przez swoją mękę Jezus przemienił także ludzką samotność rozumianą jako oddalenie grzesznego człowieka od Boga i od wspólnoty z innymi ludźmi. On sam zaznał jej wielokrotnie jako prawdziwy człowiek podobny do nas, poczynając od swoich narodzin, gdy swoi Go nie rozpoznali i nie przyjęli, a szczególnie podczas męki, gdy uczniowie zostawili Go samego w najtrudniejszym momencie i gdy został całkowicie odrzucony i potępiony przez własny naród. Jezus na krzyżu, utożsamiając się z sytuacją grzesznika, zanurza się najgłębiej w owej straszliwej samotności, stając się dla nas grzechem (2 Kor 5,21). Pogrążony w opuszczeniu i cierpieniu umiera rzeczywiście śmiercią grzesznika, a jednak z głębi owej samotności nie przestaje zwracać się do Ojca i powierzać Jemu w całkowitym zaufaniu i miłości. Równocześnie nie przestaje obdarzać miłością i przyjaźnią otaczających Go ludzi, zarówno przyjaciół, jak i wrogów. Samotność grzesznika została pokonana przez miłość Jezusa do Boga Ojca i do ludzi.

Na podstawie rozważania ks. Józefa Maciąga opracował Tomasz Duszyc OFMCap