

## **KSIĄDZ BOSKO UCZY NAS ROZMYŚLANIA**

Opracował: Ks. Dariusz Szyszka sdb

### **Konstytucje:**

Art. 86 „Modlitwa salezjańska”

art. 87 „Wspólnota w słuchaniu Słowa Bożego”

art. 93 „Modlitwa osobista”

### **Modlitwa salezjańska**

**86.** Uległy Duchowi Świętemu, Ksiądz Bosko łączył spontanicznie praktykę modlitwy pokornej, ufnej i apostołskiej z życiem.

Od niego uczymy się rozpoznawać działanie łaski w życiu młodych ludzi. Modlimy się za nich, aby w każdym spełnił się zamysł Boży i modlimy się z nimi, by dawać świadectwo naszej wiary i dzielić z nimi tę samą nadzieję zbawienia.

Modlitwa salezjańska jest radosna i twórcza, prosta i głęboka, jest otwarta na uczestnictwo wspólnotowe i zespolona z życiem, w którym znajduje swoje przedłużenie.

R 77

### **Wspólnota w słuchaniu Słowa Bożego**

**87.** Lud Boży jednoczy się przede wszystkim przez Słowo Boga żywego.<sup>1</sup>

Słowo Boże, słuchane z wiarą, jest dla nas źródłem życia duchowego, pokarmem dla modlitwy, światłem w rozpoznawaniu woli Bożej w wydarzeniach i mocą w dochowywaniu wierności naszemu powołaniu.

Biorąc do rąk codziennie Pismo św.,<sup>2</sup> jak Maryja przyjmujemy Słowo i rozważamy je w swoim sercu,<sup>3</sup> by sprawić, aby zaowocowało i aby przepowiadać je z gorliwością.

<sup>1</sup> por. DK 4

<sup>2</sup> por DZ 6

<sup>3</sup> por. Łk 2,19.51

### **Modlitwa osobista**

**93.** Tylko wtedy możemy tworzyć wspólnoty modlące się, jeśli sami osobiście staniemy się ludźmi modlitwy.

Każdy z nas odczuwa potrzebę, aby w głębi duszy i na swój własny sposób wyrazić to, że jest dzieckiem Boga, okazać Mu swą wdzięczność, zawierzyć pragnienia i apostołskie troski.

Jedną z niezbędnych form modlitwy jest dla nas **rozmyślanie**, które umacnia naszą zażyłość z Bogiem, chroni od rutyny, zachowuje wolność serca i podtrzymuje nasze oddanie się bliźnim. Według Księdza Bosko jest ono gwarancją radosnego trwania w powołaniu.

R 71

**R 71.** Każdego dnia współbracia poświęcą wspólnie przynajmniej pół godziny na **rozmyślanie** i jakiś czas na czytanie duchowne. Wspólnota lokalna niech się troszczy o urozmaicanie form tych praktyk i zachęca współbraci do czynnego uczestnictwa.

K [93](#)

Dziś, w czasie tej konferencji, chcemy odkryć bardzo ważny element duchowości salezjańskiej, tj. modlitwę Księdza Bosko. Patrzymy na niego i szukamy źródła jego głębi, tajemnicę jego relacji z Bogiem i miłości duszpasterskiej. Z pewnością, na jego prosty, bardzo naturalny i głęboki sposób modlenia się, miała jego Matka. To właśnie ona z prawdziwie chrześcijańską mądrością umiała odczytywać obecność Bożą i ukazywać ją dzieciom w stworzeniach i wydarzeniach. "W rozgwieżdżoną noc wyprowadzała ich z domu, wskazywała na niebo i mówiła: *"To Bóg stworzył świat i umieścił gwiazdy na niebie ... Na wiosnę, widząc rozkwiecione tąki, lub wschodzącą zorzę wykrzykiwała w zachwycie: ile wspaniałych rzeczy Bóg stworzył dla nas! ... Kiedy żniwa były obfite, modliła się: Dziękujemy Bogu, że tak jest dla nas dobry, dając nam chleb powszedni"*<sup>1</sup> Tego rodzaju modlitwy ksiądz Bosko nie zapomni nigdy i będzie jej nauczał swoją młodzież.

Art. 93 Konstytucji mówi, że: *"tylko wtedy możemy tworzyć wspólnoty modlące się, jeżeli sami staniemy się ludźmi modlitwy"*, a Komentarz do Konstytucji dodaje, że *"dla salezjanina porzucenie osobistej modlitwy oznaczałoby zagubienie największej tajemnicy swego życia"*<sup>2</sup>. Jednym ze sposobów modlitwy osobistej salezjanina jest modlitwa myślna. Tradycyjnie tę modlitwę nazywa się «rozmyślaniem» (tak ją nazywa 93 art. Konstytucji i 71 art. Regulaminów Ogólnych), lub inaczej medytacją chrześcijańską<sup>3</sup>.

Nasza Reguła wymaga od nas odbywania modlitwy myślnej codziennie, co w jakimś sensie odpowiada tak zwanemu «lectio divina» z życia monastycznego.

Posłuchajmy teraz Ks. Bosko, jego zatroskania o ducha modlitwy z Zgromadzeniu Salezjańskim. Pewnego dnia w sposób bardzo radykalny zwrócił się on do dyrektorów w swych poufnych radach mówiąc: *"Nigdy nie opuszczaj porannego rozmyślenia"*<sup>4</sup>. 28 września 1868 na zakończenie jednej z serii rekolekcji, w następujący sposób mówił o praktykach pobożności: *"Codziennymi praktykami są: rozmyślanie, czytanie duchowne, nawiedzenie Najświętszego Sakramentu i rachunek sumienia"*. Później dodaje z naleganiem: *"Zachęcam do modlitwy myślnej ... Jest niemożliwe, aby zgrzeszył ktoś, kto z wiarą odbywa nawiedzenia Najświętszego Sakramentu i odprawia codziennie rozmyślanie, chyba że czyniłby to z pobudek świeckich"*<sup>5</sup>.

Wniknijmy teraz w głąb tego tematu i odkryjmy prawdę o modlitwie myślnej, aby nasza wiara i przyjaźń z Bogiem były na miarę naszego świętego Założyciela, kochanego Ks. Bosko.

Kiedy dowiedziałem się, że mam przygotować konferencję na temat rozmyślenia w życiu ks. Bosko napisałem maila do jednego współbrata z Włoch (ks. Giuseppe Coro). Poprosiłem go, aby podzielił się ze mną tym co wie na temat tego, jak ks. Bosko i pierwsi salezjanie praktykowali modlitwę myślną, jaką stosowali metodę rozmyślenia?. Odpowiedział mi w ten oto sposób:

*"To pytanie w jakiś sposób mnie uderzyło i zmusiło do zastanowienia. To co mogę powiedzieć od razu to czego nauczyłem się i co jest napisane w naszej tradycji. [Wtrącenie: Jak wyjaśnia ks. Aldo Girauda sdb, tradycja jest następująca: w dużej mierze stosowano czytanie na głos, po 3 punkty z książki do medytacji, po czym po każdym punkcie pozostawiano kilka minut na refleksję.] To również zawsze czyniłem, ponieważ od nowicjatu tak mnie uczono i tak czyniłem również z młodzieżą.*

Ksiądz Bosko trzymał w rękach Słowo Boże i medytował Je ciągle. Nie mówiło się w tamtych czasach o lectio divina, lecz to było to co robiło się na Valdocco.

<sup>1</sup> Pamiętniki Biograficzne (PB) I, 45.

<sup>2</sup> Program życia Salezjanów Księdza Bosko – Komentarz do Konstytucji (KdK), art. 93, s. 485.

<sup>3</sup> Te trzy nazwy: modlitwa myślna, rozmyślanie i medytacja chrześcijańska w tej konferencji będziemy używać zamiennie.

<sup>4</sup> Por. PB X, 1041.

<sup>5</sup> PB IX, 355n.

Nawet w jednym ze snów ks. Bosko zaleca każdego dnia medytację Słowa Bożego; również Konstytucje<sup>6</sup> polecają ten sposób medytacji.

Wiemy, że Ks. Bosko domagał się ciszy już od nocy dnia poprzedniego do momentu zakończenia modlitw rannych i Mszy porannej – ten czas był przeznaczony na słuchanie Słowa Bożego.

Słyszałem osobiście od jednego salezjanina koadiutora (Carlo Garino), który za moich czasów, kiedy przeżywałem nowicjat w latach 1958-59, był w Pinerolo. Na Valdocco przybył on w roku 1884, cztery lata przed śmiercią Ks. Bosko. Opowiadał mi, że widział on Ks. Bosko każdego dnia szedł do kaplicy, aby rozmyślać... i że zawsze miał w rękach Pismo święte. Taki był właśnie sposób przeżywania rozmyślania przez Ks. Bosko!”

Chcąc dobrze zrozumieć tę formę modlitwy, trzeba zajrzeć w głąb tradycji i w ten sposób odkryć bogactwo i wielką wartość rozmyślania. Co uczynimy właśnie teraz.

Medytacja chrześcijańska, jak zwraca uwagę kard. Ratzinger w swoim słowie dołączonym do „Listu o niektórych aspektach medytacji chrześcijańskiej”, nie jest pogrążeniem się w bezosobowej atmosferze boskości, bezkształtnej otchłani bez oblicza, ale wychowywaniem do przyjaźni z Bogiem o ludzkiej Twarzy. Medytujący chrześcijanin pragnie dzięki pracy wyobraźni upodobnić się do Chrystusa, nosić Go w sobie, a jednocześnie wychować w sobie religijną wyobraźnię.

Czy w tych słowach, napisanych językiem wielkiego teologa, jesteś w stanie dostrzec głos mamy Małgorzaty, która będąc pierwszą nauczycielką medytacji w życiu Jana Bosko już w dzieciństwie uczyła go mądrego kontaktu z naturą i światem, rozmyślania nad jego pięknem i kontemplowania Boga w dziełach stworzenia i wydarzeniach dnia codziennego?

Medytacja jest prostą modlitwą wewnętrzną, refleksją nad prawdami wiary, przenikaniem w głąbię ich wewnętrznego znaczenia; jest ona karmieniem duszy. Hans Urs von Balthasar daje wystarczająco jasne określenie: *„Medytacja chrześcijańska, w samym swoim rdzeniu, może być tylko miłującym, posłusznym przypatrywaniem się temu Człowiekowi, który jest samowrażaniem się Boga”*. Medytacja doprowadza do dostrzeżenia, rozpoznania Boga w stworzeniu oraz wypływającego z tego hymnu uwielbienia.

Chcąc lepiej zrozumieć praktykę rozmyślania w życiu ks. Bosko, trzeba najpierw posłuchać tych, którzy byli dla niego nauczycielami modlitwy myślanej, od których zaczerpnął on metodę i sposób jej przeżywania.

Jak mówi ks. Giraud, ks. Bosko nie uczył własnej metody rozmyślania. Odnosił się do metody używanej w Konwikcie, a była to metoda św. Alfonsa Liguori, bardzo podobna do tej, której uczył św. Franciszek Salezy we Wprowadzeniu do życia pobożnego *“Filotea”*. (Kilka metod rozmyślania: św. Teresy, św. Ignacego Loyoli, św. Franciszka Salezego, św. Sulpicjusza, św. Alfonsa Liguori zamieszczam w załączniku – w języku włoskim).

Odnosząc się do myśli ks. Bosko trzeba przyjrzeć się bliżej metodzie alfonsjańskiej, dlatego teraz każdy otrzyma ogólny schemat tej metody, który może stać się pomocny w tej refleksji, a jednocześnie praktyczną pomocą w przeżywaniu codziennego rozmyślania.

Przyglądając się metodzie alfonsjańskiej, trzeba jasno stwierdzić, że św. Alfons Liguori korzystał z bogactwa wcześniejszych szkół duchowych. Czynił on wszelkie wysiłki, aby ogromne i piękne dziedzictwo tradycji Kościoła dotarło do jak największej liczby osób. Metoda zaproponowana przez św. Alfonsa ma swe źródło

---

<sup>6</sup> Por. art. 87 Konstytucji, który mówi, że salezjanin „bierze do ręki codziennie Pismo św.”.

w duchowości oratoriańskiej (św. Filip Nereusz), karmelitańskiej (św. Teresa z Avilli), salezjańskiej (św. Franciszek Salezy) oraz ignacjańskiej (św. Ignacy Loyola).

Św. Alfons uczył się modlitwy przy boku swej matki. W tym względzie ona była pierwszą jego mistrzynią. Ucząc go różnych rodzajów modlitw, rozpałała w nim gorącą miłość do Jezusa i Maryi. Do zaszczipionej w domu pobożności doszła jeszcze ukształtowana w oratorium księży filipinów duchowość nacechowana prostym, radosnym i pełnym miłości obcowaniem z Bogiem. Św. Alfons uczęszczał do oratorium od dnia pierwszej komunii św., aż do dwudziestego siódmego roku życia. Zgodnie z myślą św. Filipa Nereusza (+ 1595) głosił, że świętość jest drogą dostępną dla każdego.

Na kształt duchowości św. Alfonsa wpływ miała szkoła karmelitańska. Spośród świętych Kościoła najchętniej czytał on dzieła św. Teresy z Avilli (+ 1582). Była ona dla niego wielkim autorytetem. Pisząc o modlitwie myślniej czynił on bardzo wiele aluzji do doktryny wielkiej reformatorki Karmelu. Dotyczy to przede wszystkim istoty tego rodzaju modlitwy, która polega na wyłącznym i miłosnym obcowaniu z Oblubieńcem (Droga doskonałości 22,7n). Posłuchajmy teraz kilka jej wypowiedzi na temat modlitwy myślniej:

Medytacja dla św. Teresy z Avilli to *"nic innego, jak poufne i przyjacielskie z Bogiem obcowanie i wylana, po wielokroć powtarzana rozmowa z Tym, o którym wiemy, że nas miłuje"* (Życie 8,5). W Twierdzy wewnętrznej pada dokładniejsze określenie: *"Rozmyślaniem nazywam dłuższe nad daną prawdą zastanawianie się rozumem, co odbywa się w sposób następujący. Zaczynamy rozmyślać nad nieograniczoną wielkością łaski, jaką Bóg nam uczynił, dając nam jednorodzonego Syna swego; po czym, postępując dalej, przechodzimy w myśli wszystkie tajemnice boskiego życia Jego"*. (Twierdza 6, 7).

Św. Teresa dodaje: *"Gdy rozmawiacie z Bogiem, nie myślcie o rzeczach obcych; kto tak czyni, ten nie wie, co to modlitwa myślna"* (Droga doskonałości 22, 8). Święta zauważa, że samo myślenie nie jest jeszcze modlitwą, musi poruszać serce ku Bogu, dotyczyć boskich tajemnic. Medytacja, modlitwa wewnętrzna nie jest również koncentracją na sobie, na swoich sprawach ani na swoich stanach świadomości, ale na żywym Chrystusie. Jest ona dogłębnym przyswojeniem sobie Słowa Bożego, by przeżyć jakiś szczegół z życia Chrystusa, tak *"jakoby się spełniał w duszy"* (Życie 4, 7).

Św. Teresa zaznacza, że celem medytacji jest zawsze poznanie Chrystusa oraz podaje praktyczne wskazówki jak je przeżywać, wśród nich czytamy, że *"wygodne życie nie może iść w parze z modlitwą"* (Droga doskonałości 4, 2). Należy więc uważać, aby nie akcentować zbyt mocno potrzeb ciała czy cielesności. Należy temu przeciwstawić poprzez zdrową ascezę. Zbytne skupianie się na potrzebach ciała, niewłaściwie ukształtowana troska o wygodne życie niszczy duchową tkankę, na której opiera się medytacja.

Św. Alfons w swoim dziele zatytułowanym *Doskonałość chrześcijańska według nauki i pism św. Teresy* wskazuje, iż medytacja stanowi jeden z podstawowych i najbardziej dostępnych środków w dążeniu do doskonałości a jej wytrwałe praktykowanie jest doskonałą obroną przeciw wpływom szatańskim, ponieważ – jak stwierdza św. Teresa – on *"stanowczych i mężnych dusz bardzo się boi"* (Droga doskonałości 23, 4).

Kolejnym świętym, który wycisnął piętno na duchowości alfonsjańskiej był św. Franciszek Salezy (+ 1622), z którym św. Alfons Liguorii zetknął się dzięki Misjom Apostolskim, do których należał jako kleryk. Członkowie misji obrali bowiem św. Franciszka za swojego patrona. Był dla nich wzorem całkowitego poświęcenia się pracy duszpasterskiej.

Wpływ św. Franciszka Salezego na kształtowanie się doktryny św. Alfonsa odnośnie do modlitwy myślniej jest bardzo wyraźny. Szczególną inspiracją salezjańską jest tutaj akcentowanie prawdy o obfitości i darmości zbawienia oraz powszechnym powołaniu do świętości. Modlitwa myślna, której zasadniczym

celem jest miłosne zjednoczenie z Bogiem, stanowi w nauczaniu obydwu świętych najlepszą ku temu drogę. Jest ona przy tym dostępna dla każdego. Najwięcej jednak zaczerpnął z doktryny św. Franciszka odnośnie do proponowanego przez niego przebiegu rozmyślenia (porównaj metodę rozmyślenia wg św. Franciszka i św. Alfonsa).

Św. Franciszek Salezy był zatem mistrzem również dla św. Alfonsa, toteż o św. Teresie mówił: „moja Święta”, tak o św. Franciszku: „mój Święty”. *„Od początku życia seminaryjnego – jak podaje jeden z biografów – ta para stanowiła dla niego matkę i ojca chrzestnego jego świętości i nauki”*<sup>7</sup>.

Znaczącą rolę w życiu i duchowości św. Alfonsa odegrał również św. Ignacy Loyola (+ 1556). Św. Alfons znał i bardzo sobie cenił Ćwiczenia duchowe św. Ignacego. Czerpiąc z nich obficie w czasie studiów seminaryjnych, potem zalecał ich lekturę swoim współbraciom. Zrozumiałym wydaje się zatem także wielki nacisk, jaki odnośnie do przedmiotu modlitwy św. Alfons kładł na wydarzenia ziemskiego życia Jezusa. Również w myśli św. Ignacego, podobnie jak u św. Teresy z Avili i później św. Franciszka Salezego, rozważanie tych prawd jest niezwykle ważne dla życia prawdziwie chrześcijańskiego, które w swej istocie winno być naśladowaniem Chrystusa<sup>8</sup>. Kolejnymi elementami, które wykorzystał św. Alfons tworząc własną metodę rozmyślenia, z duchowości ignacjańskiej są: całkowite ukierunkowanie na wierne wypełnienie woli Bożej i akcentowanie powszechnego powołania do kontemplacji nabytej<sup>9</sup>. Wszystko to łączy się z postawą ukierunkowaną na działanie w duchu służby i posłuszeństwa. Akcent pada tutaj nie na pragnienie nadzwyczajnych doświadczeń mistycznych, ale na to, by przez zwykłe formy pobożności, w tym także modlitwę myślną, kształtować stan ciągłej kontemplacji Boga obecnego w życiu chrześcijanina „tu i teraz”<sup>10</sup>.

Metoda, którą opracował św. Alfons Liguori stanowi więc pewien całokształt elementów tradycyjnych duchowości chrześcijańskiej, przemyślanych i dobranych w sposób oryginalny, odpowiadający potrzebom doskonałego życia chrześcijańskiego. Twórczy eklektyzm<sup>11</sup> św. Alfonsa polegał na tym, iż brał on z różnych źródeł to, co było najlepsze, a następnie formułował własną syntezę zgodnie ze swoim charakterem, temperamentem i osobistymi potrzebami ducha<sup>12</sup>. Wyróżniający element liguriańskiej metody modlitwy myślanej był jej prosty styl rozważań, gdyż była ona skierowana głównie do ubogich i często niewykształconych ludzi.

Czy podobnie nie można powiedzieć o św. Janie Bosko? On wybierając metody rozmyślenia św. Alfonsa Liguori dla swych duchowych synów oraz rzeszy wychowanków, chciał powiedzieć im, a dzisiaj każdemu z nas, jak mamy korzystać z bogatego skarbcza Kościoła. Dlatego, mając w pamięci to co zostało już powiedziane na temat metody liguriańskiej, przyjrzyjmy się temu co pozostawił nam nasz święty Założyciel.

Wróćmy do początków. Dobrze wiemy, jak wielki wpływ na życie duchowe Janka Bosko miała jego matka, która nauczyła go praktycznej formy rozmyślenia, dostrzegania i kontemplowania Boga w przyrodzie i w codziennych zdarzeniach. Miał on również innych nauczycieli życia duchowego. Już jako młodzieniec otrzymuje od księdza Calosso pierwszą radę, aby odprawiać rozmyślenie, kiedy mu wyjawiał zamiar wstąpienia do stanu duchownego. Później Ks. Bosko tak to wspomina: *„Zachęcił mię do uczęszczania do spowiedzi,*

<sup>7</sup> T. Rey-Mermet, *Święty wieku oświecenia...*, s. 142.

<sup>8</sup> Medytacje poświęcone tajemnicom życia Jezusa Chrystusa zawarte są w drugim i trzecim tygodniu ćwiczeń ignacjańskich.

<sup>9</sup> Kontemplacja nabyta, zwana inaczej czynną, stanowi owoc wiernego ćwiczenia się w rozmyślanii. Polega na wypracowaniu w sobie przy pomocy łaski Bożej umiejętności prostego i miłego wpatrywania się w Boga

<sup>10</sup> Szersze omówienie zagadnienia relacji istniejącej między modlitwą myślną a kontemplacją w doktrynie św. Alfonsa można znaleźć w: S. Kielbasa, *Kontemplacyjny wymiar modlitwy myślanej*.

<sup>11</sup> Eklektyzm - łączenie w jedną całość niejednorodnych elementów mających swe źródło w różnych doktrynach.

<sup>12</sup> J. Oppitz, *Historia...*, s.37.

*komunii i nauczył mię sposobu odprawiania codziennie krótkiego rozmyślenia i czytania duchowego*<sup>13</sup>. Z okazji swych obłóczyn kleryckich, w krótkim programie swego życia, napisał następujące postanowienie: *"Oprócz zwyczajnych praktyk pobożności, codziennie będę odprawiał krótkie rozmyślenie i czytanie duchowe"*<sup>14</sup>. To samo postanowienie spotykamy u niego z okazji święceń kapłańskich: *"Każdego dnia poświęcę trochę czasu na rozmyślenie i czytanie duchowe"*<sup>15</sup>.

Ks. Bosko kładł duży nacisk na ważność codziennego rozmyślenia dla życia duchowego salezjanów, jak również młodzieży. Jak już wspominaliśmy wcześniej, nie uczył on własnej metody rozmyślenia, lecz wykorzystywał te już istniejące, z którymi się zetknął w Konwikcie. Najbardziej przypadła mu do gustu metoda św. Alfonsa Liguori. Myślę, że po tym co już zostało powiedziane nikt już nie wątpi w wielką mądrość ks. Bosko, który szanował dziedzictwo Kościoła i korzystał z niego w obfitości. To wszystko dla dobra założonego przez siebie Zgromadzenia Salezjańskiego i całej Rodziny Salezjańskiej oraz młodzieży, której również proponował tę formę modlitwy myślniej.

Chcąc pogłębić temat rozmyślenia w życiu Ks. Bosko zwróciłem się również z prośbą o pomoc do profesora z duchowości salezjańskiej na Salezjańskim Uniwersytecie Papieskim w Rzymie, ks. Aldo Girauda sdb. Oto treść jego wypowiedzi:

„Rozmyślenie dla Ks. Bosko jest dyskursywne<sup>16</sup> (łac. *discursivus*: oparty na wnioskowaniu, rozumowaniu logicznym) i hipotetyczne (założenie oparte na prawdopodobieństwie, wymagające sprawdzenia), gdzie lektura stanowi część największą; jest jak gdyby wprowadzeniem w misterium lub w prawdę moralną, która musi prowadzić do bardzo ważnego momentu rozmyślenia, tj. kształtowania uczuć i podejmowania dobrych rozwiązań.

W duże mierze stosowano czytanie na głos (publiczne) po 3 punkty z książki do medytacji, po czym po każdym punkcie pozostawiano kilka minut na refleksję.

Książki zalecane przez Ks. Bosko były następujące: *„Umiłowanie Jezusa Chrystusa w życiu codziennym”* i *„Przygotowanie do śmierci”* św. Alfonsa Mari Liguori, lecz przede wszystkim 6 tomów książki *„Medytacje”* jezuita Ludwika z Ponte (Luis de la Puente), o sprawach ostatecznych, o Ewangelii, o świętach w roku liturgicznym, o cnotach i td.

Ks. Bosko, jak Sulpicjanie (Stowarzyszenie Prezbiterów św. Sulpicjusza, które zajmuje się formacją duchownych), uważa rozmyślenie jako ćwiczenie fundamentalne dla życia zakonnego, które może opuścić jedynie z powodu posługi duszpasterskiej i muszą być zrekompensowane przez ćwiczenia równoważne: akty strzeliste *„Akty strzeliste odnoszą się do krótkich form modlitwy myślniej”* (MB IX, 997). W tym widoczne jest podobieństwo do św. Franciszka Salezego.

Ponadto dla Ks. Bosko rozmyślenie było uważane nie jako pomoc w przeżyciach mistycznych, lecz pełniło ważną funkcję w formacji duchowej. Dobrze przeżyte rozmyślenie kształtuje wrażliwość, podsuwa dobre rozwiązania oraz pobudza do praktycznego działania. To wszystko służy nawróceniu, czyli wzrostowi w cnocie i poprawianiu wad”.

Posłuchajmy teraz wskazówek pierwszego mistrza nowicjuszków, ks. Giulio Barberisa, który w sposób praktyczny tłumaczy czym jest rozmyślenie dla salezjanina i jak należy je przeżywać oraz jakie przynosi owoce jeśli jest właściwie przeprowadzone:

---

<sup>13</sup> WO, 36.

<sup>14</sup> WO, 88.

<sup>15</sup> WO 115, uwaga: por. PB I, 518.

<sup>16</sup> Wyjaśnienie słów: dyskursywne i hipotetyczne zamieściłem osobiście dla większej jasności wypowiedzi.

*„My jesteśmy nauczeni rozmyślać używając książki i czynimy to wspólnotowo; jednak może zdarzyć się, że nie będziemy mogli uczynić tego wraz ze wspólnotą. Tak więc bądź uważny, aby nie zapomnieć tej tak ważnej czynności: jeśli masz książkę możesz uczynić to indywidualnie, czyniąc to w ten sam sposób jak czynisz to innymi razy wspólnie; jeśli jednak znajdziesz się w podróży lub w jakimś innym miejscu poza domem czy też gdzieś, gdzie trudno jest posłużyć się tą książką, albo z powodu innej niemożności, jak np. ból oczu lub przebywanie w ciemnym miejscu i dlatego nie możesz się nią posłużyć, również wtedy nie rezygnuj z rozmyślenia. Są bowiem inne sposoby, bardzo proste, dzięki którym możesz z powodzeniem temu sprostać. Wskażę teraz na niektóre z nich. Ostatecznie można wziąć jako przedmiot rozmyślenia tekst jednej z modlitw, które zna się na pamięć, np.: Ojcze nasz, Zdrowaś Maryjo, Wyznanie wiary. W takim przypadku, odmawia się tę modlitwę zatrzymując się chwilę po każdym słowie w celu refleksji, aby poszukiwać sensu i karmić swoją duszę. Czyniąc w ten sposób, minie pół godziny rozmyślenia, nawet jeśli by się zatrzymało tylko na modlitwie Ojcze nasz. Przykazania Boże oraz kościelne mogą stanowić również bardzo praktyczny przedmiot rozmyślenia. (...). Tak więc jest to metoda bardzo prosta, odpowiednia także do zastanowienia się nad tajemnicami różańca, wtedy trzeba zatrzymać się nad rozmyśleniem nad każdą z nich. W końcu można równie dobrze rozmyślać patrząc na kolegę, współbrata, kwiaty, owoce, podnosząc wzrok w kierunku gwiazdzonego nieba, itd.; zastanawiając się dłużej nad potęgą, mądrością i dobrocią Boga, łącząc to z wdzięcznością jaką winniśmy Jemu okazywać.*

*Owoce jakie możemy otrzymać z rozmyślenia są następujące: zmiana przyzwyczajeń, oddalenie się od grzechów chociażby tych najłżejszych, ucieczka od okazji i wszelkich niedoskonałości, ujarzmienie pragnień i zmysłów, uśmiercenie niewłaściwych skłonności, przewyciężenie obrzydzenia i trudności, które spotyka się w kształtowaniu cnoty, mężna walka z pokusami, przywyknienie do dźwigania wielu utrapień z radością, większy zapał w wypełnianiu woli Bożej objawionej w Jego Świątym Prawie, w radach ewangelicznych, w regułach zgromadzenia, prawie państwowym, a także w pracy, którą w danym momencie ktoś wykonuje oraz poleceniach przełożonych. (...) Każdy musi przede wszystkim przyjrzeć się tym cnotom, których jakość jest w nim najczęściej zagrożona, może to być np. skromność, czystość, odwaga lub inne cnoty teologiczne czy moralne. W czasie rozmyślenia, kiedy dobrze się nad tym wszystkim zastanowisz zrozumiesz, że jeśli pominiesz któryś z tych owoców i twoje poszukiwanie wydało o tobie wynik negatywny, to musisz wtedy dokonać oceny i podjąć działania praktyczne, w celu wewnętrznej przemiany”<sup>17</sup>.*

Taka jest nasza tradycja salezjańska, mająca swój początek w życiu Ks. Bosko i pierwszych salezjańskich wspólnot, takiego sposobu rozmyślenia uczył ks. Barberis w pierwszym nowicjacie salezjańskim. Zatrzymajmy się teraz przez chwilę przy naszych aktualnych Konstytucjach, a dokładniej przy art. 93, który czytaliśmy przed konferencją i przypomnijmy to, co mówi on na temat rozmyślenia:

*„Jedną z niezbędnych form modlitwy jest dla nas rozmyślenie, które umacnia naszą zażyłość z Bogiem, chroni od rutyny, zachowuje wolność serca i podtrzymuje nasze oddanie się bliźnim. Według Księdza Bosko jest ono gwarancją radosnego trwania w powołaniu”.*

Nie będziemy teraz analizować dogłębnie tego artykułu, może to być dobry temat na osobną konferencję. Wyliczmy jedynie zawarte w nim motywy, dlaczego warto – trzeba - musimy jako salezianie znaleźć czas na rozmyślenie! Oto one:

---

<sup>17</sup> “Vade mecum dei giovani salesiani. Ammaestramenti consigli ed esempi esposti agli ascritti ed agli studenti della Pia Società di san Francesco di Sales. Parte III” (S. Benigno Camavese, Scuola Tipografica Salesiana 1902), scritto dal primo maestro dei novizi don Giulio Barberis, in cui si insegna il metodo (che è quello usato a Valdocco ai tempi di don Bosco). „Vademecum młodych salezjanów. Pouczenia, wskazówki i przykłady przedstawione zapisanym i studentom Pobożnego Zgromadzenia św. Franciszka Salezego. Część III”. Napisane przez pierwszego mistrza nowicjatu ks. Giulio Barberisa, w którym uczy się metody (która jest tą używaną na Valdocco w czasach ks. Bosko).

- jest to niezbędna forma modlitwy
- umacnia naszą zażyłość z Bogiem
- chroni od rutyny
- zachowuje wolność serca i podtrzymuje nasze oddanie się bliźnim
- jest gwarancją radosnego trwania w powołaniu

W tych wyrażeniach wskazują na wielkie dobrodziejstwo jakie zawiera w sobie rozmyślanie dla naszego osobistego i wspólnotowego wzrostu. W Regulaminach Ogólnych (RO 71) daje się polecenie, aby odbywać je "wspólnie". W rzeczy samej rozmyślanie pozostaje jednak modlitwą osobistą, którą umieszcza się w kontekście wspólnotowym. Jest to zgodne z naszą tradycją uzależnioną od sposobu naszego życia. Komentarz do Konstytucji zauważa, że „w większości naszych wspólnot jest taki rytm dnia, że okazuje się koniecznością zagwarantowanie współbraciom każdego dnia niezbędnego czasu na ten typ modlitwy, przewidując na ten cel odpowiedni czas i miejsce”. Trzeba jednak pamiętać, że to jest tylko takie minimum, na co wskazuje dalej Komentarza mówiąc, że „rozmyślanie nie wyczerpuje wszystkich form osobistej modlitwy myślanej”.

Spojrzenie raz jeszcze na nasze salezjańskie rozmyślanie przez pryzmat naszych modlitw wstępnych, przygotowujących nas do jego odprawienia. Zawiera je nasz salezjański modlitewnik. Warto jest, abyśmy teraz uchwycili ich wielką wartość. Zachęcam, aby w czasie tego dnia skupienia, przeprowadzić rozmyślanie właśnie nad tymi tekstami. A oto mała pomoc:

Zacznijmy od wezwania do Ducha Świętego: **O Stworzycielu Duchu, przyjdź,...** Jest to zaproszenie skierowane do Ducha Świętego – z głębi serca wołamy o Jego asystencję.

Po wypowiedzeniu słów tego hymnu prosimy Boga: **Ześlij Duch Twego, a powstanie życie. / I odnowisz oblicze ziemi.**

Tę modlitwę błagalną kończymy prośbą o łaskę poznania prawdy i o ducha radości wyptywającego z czynnej obecności Boga: **Módlmy się. Boże, któryś pouczył serca wiernych światłem Ducha Świętego, daj nam w tymże Duchu poznać, co jest prawe i Jego pociechą zawsze się radować. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.**

Teraz otworzyliśmy już nasze serca na działanie Ducha Świętego i Jego mocą stajemy przed Bogiem, aby prosić o oczyszczenie naszych serc z brudu grzechu. Grzech bowiem zamyka nas na Prawdę i jest przeszkodą w głębokim przeżyciu rozmyślenia: **Stawmy się w obecności Boga, błagajmy Go o odpuszczenie grzechów naszych i łaskę nabożnego rozmyślenia.**(krótka pauza). Ta krótka pauza (dobrze jest, aby to nie był jedynie „przystanek na oddech”), która następuje po tym wezwaniu ma bardzo ważne znaczenie, służy uświadomieniu sobie wagi słów, które wypowiedzieliśmy prosząc o głębokie przeżycie czasu rozmyślenia.

Ponownie zwracamy się w pokornej modlitwie do Boga, uwielbiając Go i przepraszając, aby On uzdolnił nas do poznania prawd nad którymi mamy rozmyślać oraz wzywamy wstawiennictwa naszych świętych patronów: **Boże mój korzę się przed obliczem Twoim uwielbiam Cię i kocham jako Stwórcę, Zbawiciela i Najwyższe Dobro swoje; żałuję z całego serca, że Cię obraziłem. Oświeć mnie łaską, bym dobrze pojął prawdy, nad którymi mam rozmyślać, i zapal mnie miłością ku Tobie. Panno Maryjo, Matko Jezusowa, Aniele Stróżu mój, święty Janie Bosko, Święci i Święte w niebie błagajcie Boga za mną.**

Teraz jest czas na czytanie i rozważanie wybranego tekstu z Pisma Świętego, dzieł świętych lub literatury duchowej. Takie **rozmyślanie trwa pół godz.**



Po półgodzinnym rozmyślaniu, wypowiada się słowa zachęty do uczynienia postanowienia na podstawie rozważanych treści: **Zróbmy jakieś dobre postanowienie i zastanówmy się nad jego wykonaniem.** (*chwila ciszy na zastanowienie*). Ta chwila ciszy jest konieczna i dobrze byłoby, gdyby była dłuższym zatrzymaniem się, aby móc zebrać myśli i sformułować konkretne postanowienie, które posłuży do zrobienia na tej podstawie rachunku sumienia w czasie południowego nawiedzenia i w czasie wieczornych modlitw na zakończenie dnia.

Uwieńczeniem wspólnotowego rozmyślania jest wyrażenie wdzięczności Bogu za udzielone nam światło i wypowiedzany akt zawierzenia Maryi Wspomożycielce Wiernych: **Dziękujmy Bogu za udzielone nam światło i prosimy Go o łaskę potrzebną do wykonania naszych postanowień. O najświętsza i Niepokalana Dziewico Wspomożycielko...**

Dopełnieniem tego co zostało już powiedziane o rozmyślaniu niech będą słowa mówiące o konieczności tej formy modlitwy, wypowiedziane przez kard. Lercaro<sup>18</sup>:

- modlitwa myślna jest normalnie koniecznym środkiem do życia doskonałego, a do zbawienia wiecznego dla tych, którzy są powołani do stanu doskonałości;
- modlitwa myślna, aby stała się czymś trwałym i skutecznym, powinna być praktyką codzienną w ścisłym znaczeniu;
- dla tych, którzy prowadzą życie czynne, jedna godzina modlitwy myślnej jest normalnie konieczna; mniej niż pół godziny dziennie nie wystarczy do owocnej modlitwy myślnej;
- nawet kosztem znacznej ofiary należy modlitwę odprawiać rano, zanim się przystąpi do codziennych zajęć;
- trzeba unikać niebezpieczeństwa, aby modlitwa nie stała się zwyczajnym czytaniem mniej lub więcej rozważanym.

Jak z podanych wskazań widać, Kardynał nie ogranicza się jedynie do określania samej konieczności, lecz wnika w jej konkretne ustawienie<sup>19</sup>.

---

<sup>18</sup> w książce „Metodi di orazione mentale” (Genova 1957<sup>2</sup>, XI)

<sup>19</sup> Dominik Wider OCD, TOBIE, OJCZE, CZEŚĆ I CHWAŁA, Wybrane zagadnienia z teologii modlitwy, Kraków 1998, s. 60n.