

POTRZEBA MILCZENIA

O dobrej mowie

Milczenie jest podstawową wartością w życiu monastycznym, stąd potrzeba milczenia jest dla mnichów czymś oczywistym. Dlatego św. Benedykt, poświęcając „cnocie milczenia” specjalny rozdział *Reguły*, nie tłumaczy powodów, dla których jest ona tak ważna, ale pisze właściwie o „dobrej mowie”:

Postępujmy tak, jak mówi Prorok: Rzekłem: Będę pilnował dróg moich, abym nie zgrzeszył językiem; wędzidło nałożyłem na usta, oniemiałem w pokorze i powstrzymałem się nawet od [słów] dobrych (Ps 38,2-3 Wlg). W ten sposób chce nam Prorok wskazać, że jeśli powinniśmy się niekiedy powstrzymywać od mówienia rzeczy dobrych ze względu na milczenie, tym bardziej musimy unikać mówienia złych rzeczy z obawy przed karą za grzechy.

Dlatego też ze względu na ważność milczenia, nawet na rozmowy dobre, święte i budujące należy rzadko pozwalać uczniom dojrzałym, bo jest napisane: *Nie unikniesz grzechu w gadulstwie* (Prz 10,19) i gdzie indziej: *Życie i śmierć jest w mocy języka* (Prz 18,21). Wypada bowiem, by nauczyciel mówił i uczył, uczeń zaś powinien milczeć i słuchać.

Toteż kiedy mamy prosić o coś przełożonego, należy prosić z szacunkiem pełnym pokory i uległości.

Nie dopuszczamy zaś nigdy do niestosownych żartów oraz do gadania pustego i pobudzającego do śmiechu; potępiamy je zawsze i wszędzie. Nie pozwalamy uczniowi otwierać ust do takich rozmów (RegBen 6).

Tekst szóstego rozdziału *Reguły* św. Benedykta, podobnie jak i wiele innych, jest wyciągiem z wcześniejszej, obszerniejszej *Reguły Mistrza*, która ma charakter o wiele bardziej rygorystyczny. Echa rygoryzmu dostrzegamy np. w zdaniu: „Wypada bowiem, by nauczyciel mówił i uczył, uczeń zaś powinien milczeć i słuchać”. W *Regule Mistrza*, skonstruowanej na schemacie pytań ucznia i odpowiedzi mistrza, rzeczywiście mistrz mówi, a uczeń słucha. Prawdziwego ducha *Reguły* św. Benedykta widać z jednej strony przez porównanie jej z *Regulą Mistrza*, z której Zakonodawca wybrał to, co uważał za ważne, a z drugiej strony w tekstach, które dopisał od siebie. Szczególnie istotne są w tym przypadku końcowe rozdziały *Reguły* (68 do 73), które czasami są nazywane jego testamentem.

Kiedy przyjrzeć się dokładnie rozdziałowi „O cnocie milczenia”, uderza nas, że właściwie dotyczy on cnoty dobrej mowy. Święty Benedykt w swojej *Regule* napisanej dla mnichów, którzy znali tradycję monastyczną, liczącą już wtedy ok. 200 lat, nie tłumaczył oczywistych rzeczy. Jedną z nich jest właśnie milczenie.

Podstawową lekturą mnichów były teksty napisane przez Ojców Kościoła i mnichów, w tekstach tych wartość milczenia była dostatecznie dobrze podkreślana. W całym rozdziale o milczeniu autor odnosi się do niego właśnie jako do wartości dobrze znanej.

Z treści rozdziału widać, że potrzeba milczenia bardzo mocno jest związana z mową. Niewątpliwie faktem jest, że najczęściej grzeszymy językiem. Jest to najczęstszy grzech, jaki popełniamy i u nas w Polsce. Niestety, bardzo często tych grzechów sobie nawet nie uświadamiamy i nie wyznajemy ich na spowiedzi. Jakże rozpowszechnione jest u nas odbieranie ludziom dobrego imienia przez bezmyślne gadulstwo (obmowa). Warto w tym kontekście przeczytać fragmenty Pisma Świętego mówiące o gadulstwie i złej mowie.

Jednak w mowie nie tylko grzechy językiem są czymś złym. Samo nieopanowane mówienie rozprasza i już z tej racji nie jest dobre. Stąd Syracycles ostrzega: *Nie unikniesz grzechu w gadulstwie* (Prz 10,19). Święty Benedykt właściwie nie mówił o klasycznych grzechach języka, czyli o złej mowie, o obmowie czy oczernianiu, bo to było w sposób oczywisty niedopuszczalne, a w życiu klasztornym nie do pomyślenia. W Prologu do *Reguły* wzywa do odrzucenia wszelkich grzechów języka jako warunku wstępnego prawdziwego pójścia za Bożym wezwaniem:

Skoro chcesz mieć prawdziwe i wieczne życie, powściągnij swój język od złego, od słów podstępnych twe wargi (RegBen Prol 17).

Innymi słowy, jeżeli chcesz przyjść do klasztoru i iść tą drogą, to odrzucenie złej mowy (kłamstwo, obmowa, oczernianie, podstępny, zwodzenie innych, wulgaryzmy, przekleństwa itd.) jest warunkiem *sine qua non*. O takich grzechach św. Benedykt nic nie mówił. Widać zakładał, że w klasztorze nie ma na nie miejsca.

Istnieje jednak jeden szczególny grzech języka, z którym św. Benedykt bardzo radykalnie walczy. Jest nim szemranie, czyli wewnętrzne niezadowolenie i pretensje noszone w sercu i wypowiedane do innych, wyrażone słowem lub gestem. Święty Benedykt uważa ten grzech za jeden z najgorszych i zdecydowanie go potępia. W *Regule* znajdujemy wiele fragmentów mówiących o szemraniu. W rozdziale 34. pod tytułem „Czy wszyscy w równej mierze powinni otrzymywać to, co niezbędne” czytamy:

Przede wszystkim niech nigdzie i z żadnego powodu nie dochodzi do głosu to zło, którym jest szemranie, w jakiegokolwiek formie, czy to w słowie, czy to w jakimś znaku. Gdyby ktoś został na tym schwytany, powinien ponieść szczególnie surową karę (RegBen 34,6n).

Może nas dziwić tak zdecydowana walka z szemraniem. W naszym otoczeniu bardzo często spotykamy się z postawami, które św. Benedykt określiłby mianem szemrania. Ze względu na powszechność zjawiska łatwo przychodzi nam tłumaczyć racje skłaniające do takiej postawy. Święty Benedykt nie usprawiedliwia szemrania nigdy! Żadne racje nie usprawiedliwiają szemrania. Jest ono po prostu złem, którego należy unikać za wszelką cenę: „To zalecamy przede wszystkim, by nigdy nie było szemrania” (RegBen 40,9).

Dlaczego tak jednoznacznie potępienie szemrania? Aby to zrozumieć, trzeba sobie uświadomić, na czym polega zło szemrania, niezależnie od jego „słusznych racji”. Zawsze zatruwa ono samo serce człowieka, zaszczepia w nim gnuśność, prowadzi do noszenia w sobie pretensji, a przez to otwiera Złemu, który jest oskarżycielem braci, przystęp do naszego serca. Szemranie wypowiedane do innych zatruwa ich tym samym jadem. Natomiast według Jana Kasjana cały wysiłek duchowy mnicha powinien koncentrować się na czystości serca, dzięki której może osiągnąć on cel ostateczny, kontemplację Boga:

Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą (Mt 5,8).

Szemranie niszczy tę czystość. Mówił o tym bardzo jasno Pan Jezus, odpowiadając na zarzut, że Jego uczniowie jedzą nieumytymi rękami. Wskazał wówczas, na czym polega prawdziwa nieczystość:

Nic z tego, co z zewnątrz wchodzi w człowieka, nie może uczynić go nieczystym; bo nie wchodzi do jego serca, lecz do żołądka i zostaje wydalone na zewnątrz. Tak uznał wszystkie potrawy za czyste. I mówił dalej: Co wychodzi z człowieka, to czyni go nieczystym. Z wnętrza bowiem, z serca ludzkiego pochodzą złe myśli, nierząd, kradzieże, zabójstwa, cudzołóstwa, chciwość, przewrotność, podstęp, wyuzdanie, zazdrość, obelgi, pycha, głupota. Całe to zło z wnętrza pochodzi i czyni człowieka nieczystym (Mk 7,18–23).

Szemranie należy do zła, które wychodząc z serca, czyni nas, w szczególności samo serce, nieczystym. Niszczy ono w ten sposób cały owoc duchowego wysiłku. Jeżeli staramy się o czystość serca, musimy odrzucić wszelkie szemranie. Dlatego św. Benedykt nie akceptuje go i potępia na każdym miejscu.

Jednak nie tylko potępia, lecz znając siłę pokusy szemrania, św. Benedykt zaleca opatowi i innym przełożonym, aby zapewnili mnichom takie warunki życia i pracy, aby nie mieli słusznych powodów do niego (zob. RegBen 41,5; 53,18).

Mądrość życia polega na tym, że znając nasze słabości, potrafimy odpowiednio się z nimi obchodzić. Duchowość św. Benedykta nie jest represyjna, to znaczy nie ogranicza się do zwalczania zła, czy narzucania ograniczeń. Wysiłek duchowy ma o tyle sens, o ile prowadzi do życia. Potrzeba zatem pozytywnego działania polegającego na właściwym uporządkowaniu życia, aby wszystkie naturalne potrzeby znalazły właściwe zaspokojenie i w ten sposób nie stawały się powodem „słusznego niezadowolenia”.

W człowieku istnieje niewątpliwie ogromna potrzeba mówienia. Dietrich Bonhoeffer, siedząc w celi śmierci w hitlerowskim więzieniu, pisał: „Ludziom wydaje się tutaj, że mogą bez przerwy gadać o wszystkim. Zachowują się tak, jak gdyby chcieli zagadać siebie w niepohamowanej namiętności mówienia”. Istnieje w nas prawdziwie „niepohamowana namiętność mówienia”. Najłatwiej ją dostrzec w sytuacjach, gdy nie działają zwykle hamulce samokontroli. Pod wpływem alkoholu w knajpach wszyscy starają się mówić do innych, wykrzyczeć swoje pretensje i żale. Najczęściej jednak nikt ich nie słucha, bo sam stara się powiedzieć swoje. W tej namiętności mówienia wyraźnie jest obecna potrzeba uzyskania potwierdzenia

siebie i swoich racji. Zawiera się w niej ogromne wołanie: „przecież jestem, usłysz mnie!” W ogólnym amoku może się wydawać, że jest się słuchanym. Jednak w takiej atmosferze nie można spotkać się ze zrozumieniem i prawdziwą akceptacją. Aby zrozumieć drugiego, musimy prawdziwie słuchać. A tego nie da się zrobić w rozgardiaszu i w atmosferze wzajemnego przekrzykiwania.

Tutaj jednak pojawia się inne niebezpieczeństwo: Słuchacz, który, wydaje się, spokojnie słucha i nas rozumie, sprawia wrażenie, że jest z nami, potwierdza nam nasze racje, popiera nas. Wykorzystuje w ten sposób ogromną potrzebę potwierdzenia. Aby je uzyskać, jesteśmy w stanie zrobić wszystko i dlatego bardzo łatwo dajemy się wykorzystać przez sprytnych ludzi, którzy nami manipulują, dając pozorne potwierdzenie. Zazwyczaj jednak okazuje się, że dają je za coś: za podobne potwierdzenie, za poparcie, za usługi, za podporządkowanie się im itd. Taki mechanizm jest wykorzystywany na przykład w sektach.

Bardzo ważne dla każdego z nas jest uświadomienie sobie owej potrzeby mówienia, aby uzyskać wysłuchanie i potwierdzenie samego siebie. Sama ta potrzeba wyrasta z natury osobowego istnienia. Osoba bowiem jest kimś, kto się spełnia we wzajemności z inną osobą. Podstawowym wymiarem tej wzajemności jest słowo, czyli rozmowa. Człowiek jest stworzony do dialogu.

Pewien ksiądz, który trafił do szpitala, wykorzystał pozytywnie potrzebę mówienia o sobie. W pokoju, gdzie go umieszczono, panowie nieustannie oglądali telewizję. Chcąc to przerwać, zaczął pytać swoich sąsiadów o ich historie. Okazało się, że każdy z nich miał dużo do opowiedzenia o sobie, o tym, co go w życiu spotkało. Telewizor wkrótce wyłączono, bo zaczął przeszkadzać.

W sercu każdego z nas istnieje ogromna potrzeba dzielenia się sobą. Najczęściej jednak brak kogoś, kto chciałby posłuchać. Mówienie ma sens jedynie wówczas, gdy ktoś milczy i słucha. Inaczej pozostaje ono rozpaczliwym krzykiem, wołaniem o akceptację. Z kolei zakaz mówienia oznacza wyeliminowanie kogoś z życia wspólnego. Prawo głosu jest prawem podstawowym, wynika ono z miłości bliźniego. Dlatego trzeba umieć milczeć, żeby słuchać drugiego i w ten sposób okazać mu szacunek, który jest fundamentem miłości.

Milczenie otwiera nas na słuchanie, a przez to prowadzi do prawdziwego spotkania się z drugim człowiekiem. Słuchanie w milczeniu jest warunkiem spotkania z drugim człowiekiem, szkołą spotkania się z nim.

Szkoła milczenia

Dlatego też ze względu na ważność milczenia, nawet na rozmowy dobre, święte i budujące należy rzadko pozwalać uczniom dojrzałym, bo jest napisane: *Nie unikniesz grzechu w gadulstwie* (Prz 10,19) i gdzie indziej: *Życie i śmierć jest w mocy języka* (Prz 18,21). Wypada bowiem, by nauczyciel mówił i uczył, uczeń zaś powinien milczeć i słuchać (RegBen 6,3-6).

Z pewnością dziwi nas wskazanie św. Benedykta, że „ze względu na ważność milczenia, nawet na rozmowy dobre, święte i budujące należy rzadko pozwalać uczniom dojrzałym” (RegBen 6,3). Trzeba jednak pamiętać, że św. Benedykt mówi w tym miejscu o „dojrzałych uczniach”, czyli takich, którzy już osiągnęli pewien poziom życia wewnętrznego. Początkującym trzeba dużo przekazać z tradycji

monastycznej, trzeba ich uczyć. Na początku zatem musi być sporo mowy dobrej i budującej. Później jednak następuje etap osobistego doświadczenia wartości milczenia i wszystkiego, czego się człowiek uczy. Musi on tego sam w sobie doświadczyć.

Święty Benedykt w następnym rozdziale o pokorze jeszcze raz powtarza zasadę milczenia skierowaną także do mnichów, którzy już doszli do pewnej doskonałości:

Dziewiąty stopień pokory: jeżeli mnich powstrzymuje język od mówienia, a zachowując milczenie, nie odzywa się nie pytany, gdyż Pismo poucza, że *nie uniknie się grzechu w gadulstwie* (Prz 10,19) i że *mąż gadatliwy nie znajdzie kierunku na ziemi* (Ps 139,12 Wlg) (RegBen 7,56–58).

Mnich na tym etapie nie odzywa się niepytany, milczy, kiedy mówienie nie jest konieczne. W rozdziale 6. czytamy dalej:

Wypada bowiem, by nauczyciel mówił i uczył, uczeń zaś powinien milczeć i słuchać (RegBen 6,6).

Ta zasada jest niewątpliwie ogólnie słuszna. Szczególnie ważna jest wówczas, gdy ją odnieść do modlitwy jako rozmowy z Bogiem. Powinniśmy Bogu, jako naszemu Mistrzowi, pozwolić mówić, a my winniśmy Go słuchać. Zazwyczaj jednak modlitwę kojarzymy z czymś wręcz odwrotnym, wydaje się nam, że na modlitwie możemy Boga zasypywać swoimi życzeniami. Brak nam w tym przypadku podstawowego wyczucia.

Sytuacja jednak nieco się zmienia, kiedy stajemy wobec drugiego człowieka, jakim jest opat i przełożony. *Reguła* widzi w nim zastępcę Chrystusa, niemniej jest on ułomnym człowiekiem i nie można być mu tak posłusznym, jak winniśmy być posłuszni Bogu. Cytowany fragment *Reguły* pochodzi z *Reguły Mistrza*, w której zasadniczo obowiązuje tylko jeden kierunek relacji: z góry w dół. Święty Benedykt to nieco zmienia. Kiedy podwładny widzi, że polecenie przekracza jego możliwości, powinien o tym porozmawiać z opatem (zob. RegBen 68). Niemniej św. Benedykt pozostawia nienaruszony szacunek, z jakim mnich powinien się zwracać do swoich przełożonych:

Toteż kiedy mamy prosić o coś przełożonego, należy prosić z szacunkiem pełnym pokory i uległości (RegBen 6,7).

Niestety, w naszym społeczeństwie kultura zwracania się z szacunkiem do przełożonych i starszych mocno podupadła. A trzeba wiedzieć, że taka kultura służy budowaniu ładu wewnętrznego.

Nie dopuszczamy zaś nigdy do niestosownych żartów oraz do gadania pustego i pobudzającego do śmiechu; potępiamy je zawsze i wszędzie. Nie pozwalamy uczniowi otwierać ust do takich rozmów (RegBen 6,8).

W filmie „Imię róży”, którego akcja toczy się w klasztorze benedyktyńskim, przedstawiono bibliotekarza bardzo surowego, który miał obsesję na temat żartów, a

nawet humoru. Były one według niego godne potępienia. Takie stanowisko przypisuje się czasem św. Benedyktowi. Wystarczy jednak przeczytać fragment *Reguły* dotyczący Wielkiego Postu, aby się zorientować, że ta wizja jest bardzo uproszczona:

Niechaj każdy ponad wyznaczoną sobie miarę z własnej woli ofiaruje coś Bogu *w radości Ducha Świętego* (1 Tes 1,6), to znaczy: niechaj odmówi swojemu ciału trochę z jedzenia, picia, snu, rozmów, czy żartów i niech wygląda świętej Paschy pełen duchowej radości i tęsknoty (RegBen 49,6n).

Żarty są tu wymienione jako jedna z rzeczy naturalnych i pozytywnych, takich jak jedzenie czy spanie, w stosunku do których należy jedynie zachować umiar. Święty Benedykt nie widzi w samych żartach niczego zdroźnego, zakazuje jedynie pewnego typu żartów, co jest niewątpliwą racją. Do takich należy sarkazm czy wulgarne kawały.

Nieustanne gadanie jest wyrazem naszego zagubienia w życiu, a jednocześnie w dużym stopniu powoduje to zagubienie. Przez nieustanne gadanie chcemy coś zagłuszyć, chcemy narzucić sobie i innym widzenie i odczuwanie siebie i świata zgodne z naszymi wyobrażeniami, które wyrastają z naszych pragnień, namiętności, pożądań i lęków. Nasze chęci zagłuszają autentyczne sygnały dochodzące do nas ze świata i z naszego serca. Zamykamy sobie w ten sposób możliwość odczytania tego, co prawdziwe, a przez to tracimy zdolność do odkrycia właściwej drogi. Milczenie w tym kontekście ukazuje się jako walka o otwarcie się na prawdę.

Zauważmy, że Pan Jezus po uzdrowieniu kogoś często poleca, by nie mówił o tym nikomu. Dlaczego? Przecież prawdziwa relacja o uzdrowieniu nie jest niczym złym, a nawet może innych pobudzić do wiary? W rozpowiadaniu innym o uzdrowieniu jednak nie uniknie się sensacyjności i ostatecznie zatrzymania się na widowiskowej warstwie całego doświadczenia, na zewnętrznej sferze doznania i wówczas traci się to, co jest najważniejsze. Natomiast cuda Pana Jezusa są zasadniczo znakami wskazującymi na głębszą prawdę. Przede wszystkim powinny one wzbudzić refleksję odnoszącą się do Niego, do tego Kim jest, jeżeli dokonuje takich cudów? A to z kolei powinno prowadzić do wiary:

Jeżeli nie dokonuję dzieł mojego Ojca, to Mi nie wierzcie! Jeżeli jednak dokonuję, to choćbyście Mnie nie wierzyli, wierzcie moim dziełom, abyście poznali i wiedzieli, że Ojciec jest we Mnie, a Ja w Ojcu (J 10,37n).

Cuda Pana Jezusa są zatem szczególnym dziełem. Powinniśmy w nich rozpoznać działanie Ojca. W cudach jest zawarty apel. Najlepiej widać to w historii niewidomego od urodzenia, którego Pan Jezus uzdrowił (zob. J 9). Uzdrowiony, kiedy rozpięła go radość, spotkał faryzeuszy, którzy zgorszyli się faktem, że Pan Jezus uzdrowił go w szabat. Jednak ich atak pobudził osobistą refleksję uzdrowionego. I wówczas sam dochodzi on do wniosku, że cud, jakiego doznał, mógł uczynić jedynie prorok, ktoś bliski Bogu. Kiedy spotkał Jezusa jeszcze raz, rozpoznał w Nim Syna Człowieczego (zob. J 9,35–38). Tutaj dokonało się dopiero właściwe uzdrowienie jego wzroku. Nakaz milczenia po doświadczeniu uzdrowienia powinien pomóc odnaleźć istotną prawdę: oto dotknął cię Bóg. Kim

zatem jest ten, przez którego się to dokonało? Milczenie przeciwstawia się gadaniu, która zamiast otwarcia na prawdę, stara się narzucić własną wizję. Powinno ono doprowadzić do otwarcia serca na głęboką refleksję pozwalającą odkryć prawdę leżącą u podstaw doświadczenia.

Życie i śmierć są w mocy języka (Prz 18,21). Jest to niezmiernie mocne stwierdzenie. Dlaczego się tak dzieje? Jest to dla nas trudne do zrozumienia, ponieważ słowo i mowa nie ma u nas właściwej wagi. Niestety jesteśmy często niepoważni w swoich wypowiedziach, mówimy byle co, powtarzamy zasłyszane wypowiedzi, „chlapiemy” słowem na lewo i prawo bez brania za nie odpowiedzialności. Odnosi się to zarówno do wymiaru społecznego, jak i indywidualnego naszego życia. Przy takim traktowaniu wypowiedzanego słowa trudno zobaczyć, że w nim „jest życie i śmierć”.

Plemię zmirowe! Jakże wy możecie mówić dobrze, skoro źli jesteście? Przecież z obfitości serca usta mówią. Dobry człowiek z dobrego skarbcza wydobywa dobre rzeczy, zły człowiek ze złego skarbcza wydobywa złe rzeczy. A powiadam wam: Z każdego bezużytecznego słowa, które wypowiedzą ludzie, zdadzą sprawę w dzień sądu. Bo na podstawie słów twoich będziesz uniewinniony i na podstawie słów twoich będziesz potępiony (Mt 12,34-37).

Niezależnie jednak od naszej świadomości lub jej braku, słowo odsłania prawdę o sercu, *przecież z obfitości serca usta mówią* (Mt 12,34), i słowo, czy tego chcemy, czy nie, posiada swoją wagę. *Z każdego bezużytecznego słowa, które wypowiedzą ludzie, zdadzą sprawę w dzień sądu* (Mt 12,36). Słowo jest świadectwem tego, czym żyjemy, co w sercu wybieramy.

Myśli, jakie nas nurtują najczęściej, nie są produktem naszej woli, ale same się pojawiają. Ksiądz Tischner starał się tę prawdę wypowiedzieć w formule: „ktoś mi myśli”. Pojawiające się myśli – dopóki ich nie przyjmujemy, nie są nasze. Stają się nasze dopiero wtedy, kiedy je przyjmujemy za swoje. Bardzo często jednak robimy błąd, uważając, że myśli są nasze już w momencie, gdy się pojawiają. Jednak niejako podpisujemy się pod nimi dopiero wtedy, kiedy je wypowiadamy, co czasem prowadzi do uzależnienia się od tych myśli. Głupio się nam później z nich wycofać. Gdy je ktoś kwestionuje, zaczynamy ich bronić, solidaryzując się z nimi całkowicie. Nawet jeżeli coś głupiego „chlapiemy” i ktoś nas skrytykuje, zaczynamy bronić swojej wypowiedzi. W ten sposób myśl może stać się naszą niewolą, a nawet może nas niszczyć. Nie dajmy się zwariować naszym myślom!

Myśli zatem najczęściej nie są po prostu naszym świadomym produktem, chociaż i takie istnieją. Zasadniczo prawdą jest, że myśli nas nachodzą. Nie wiemy, skąd pochodzą, gdzie jest ich źródło, dlaczego się pojawiają w naszych głowach. Dziedzina myśli jest podstawowym frontem walki mnicha. Niektóre przychodzące nam do głowy myśli są często pokusami i jako takie nie są jeszcze grzechem. Ojcowie Pustyni uważali nawet, że odgrywają one pozytywną rolę w życiu duchowym, bo pozwalają się ćwiczyć w doskonałości. Świętość wzrasta w nas przez walkę z pokusami. Mimo usilnych starań nie panujemy jednak nad swoimi myślami. Panować nad nimi potrafi jedynie święty po latach wytrwałej walki. Myśli pojawiają

się w najmniej spodziewanym momencie. Szczególnie mocne jest doświadczenie rozproszeń, czyli nachodzących nas myśli, kiedy staramy się skupić na modlitwie. Frontem walki jest serce człowieka. Mnisi bardzo dobrze zdawali sobie sprawę z tego, że podstawowa walka duchowa rozgrywa się w dziedzinie myśli. One są źródłem naszych działań, dobrych lub złych. Zatem trzeba już na poziomie myśli rozeznawać to, co jest dobre i co jest złe. Potrzeba czujności. W tradycji monastycznej nazywa się to „strażą serca”. Trzeba być dobrym „bramkarzem”, aby nie dać sobie strzelić tego, co nie jest nasze. Takie rozeznanie pozwala uniknąć niepotrzebnego zła, w które możemy wpaść.

Aby rozeznąć prawdziwą wartość myśli, nie można dać się im zawładnąć. Musimy dobrze sobie uświadomić, że myśli do nas przychodzą, a stają się naszymi wówczas, gdy je za swoje przyjmujemy. Zatem aby dana myśl, wyobrażenie, a nawet uczucie stało się naprawdę nasze, musimy się z nimi utożsamić. Niestety, najczęściej ten proces odbywa się spontanicznie bez świadomości. Spontanicznie wybieramy na własne wyczcucie, zgodnie z duchem, jakiego w sobie mamy. Wydaje się, że często jest to zasadniczo dobry wybór, bo złe myśli nas rażą. Ale niestety także dajemy się uwieść złej myśli. Najczęściej widać to wyraźnie, gdy narzekamy, wpadamy w szemranie, którego zło wcześniej omówiliśmy. Co prawda w końcu działamy poprawnie, nie traktując narzekania poważnie, niemniej nasienie zła zapada w serce i zachwaszcza je. Gorzej, jeżeli jesteśmy emocjonalnie zdenerwowani, czujemy się zaatakowani lub nosimy w sobie złość. Wtedy bardzo łatwo przyjmujemy każdą myśl lub wyobrażenie, które zgadza się z naszymi pragnieniami. Podobnie w podnieceniu, w przynagleniu, w uzależnieniu, w tłumie pobudzonych ludzi złe myśli bardzo łatwo przyjmujemy za swoje. Milczenie w tym kontekście jest ćwiczeniem, wysiłkiem dystansowania się od nachodzących nas myśli, uczuć i wyobrażeń. Dzięki milczeniu nie ulegamy czemuś, co się nam narzuca, zachowujemy wolność.

To, co do nas przychodzi, trzeba rozważyć, patrząc na zgodność z tym, co w sercu odkrywamy jako dobro i prawdę. Jest to możliwe tylko wtedy, kiedy nie jesteśmy „przyklejeni” do swoich myśli. Ale aby osiągnąć zdystansowanie, potrzeba milczenia, które jest wsłuchaniem się we własne serce, albo mówiąc językiem św. Augustyna, wsłuchaniem się w wewnętrznego Nauczyciela, tego, który nam w sercu mówi, co jest prawdą, a co nią nie jest. W sercu bowiem, zgodnie z jego określeniem z *Katechizmu Kościoła Katolickiego* (nr 2563), rozstrzyga się prawda lub fałsz naszego życia.

Jakie milczenie

U św. Benedykta, jak już mówiliśmy wcześniej, nie znajdujemy bezpośrednio głębszej refleksji na temat samego milczenia i jego istoty. Jego wartość jest dla niego czymś oczywistym. Niemniej jest ono dla św. Benedykta zawsze wysiłkiem duchowym na drodze do spotkania się z Bogiem (zob. RegBen 7,35–39; 52,2n).

Istnieją jednak różne rodzaje milczenia. Nie wszystkie są dobre. Istnieje milczenie człowieka, który po prostu nie potrafi mówić – milczenie niemowy. Podobne milczenie dotyczy kogoś, kto znalazł się w środowisku mó-wiącym w obcym języku. Jest to milczenie bezradności. Przybiera ono szczególnie dramatyczną postać, gdy nie ma problemu obcego języka, a ktoś czuje się niezrozumiany w środowisku bliskich

sobie osób i widzi, że każde jego odezwanie jest odbierane niezgodnie z intencją, przekręcane i wykorzystane opacznie. Cierpi on rozmaite posądzenia i agresje ze strony innych. Dlatego postanawia milczeć. Takie milczenie jest dla niego smutną koniecznością, wymuszoną, wcale nie budującą. Raczej pogrąża go w głębokim smutku pełnym bezradności i kompleksów, a nawet prowadzi do zniechęcenia i rozpacz.

Istnieje także „głośne milczenie” pełne pretensji do drugiego. Ludzie wtedy obnoszą się ze swoim poczuciem krzywdy, zewnątrz milczą, ale tym milczeniem krzyczą więcej, niż gdyby się odzywali. Charakterystyczne są w tym wymiarze tak zwane „ciche dni” między małżonkami. To zjawisko jednak nie ogranicza się jedynie do małżeństw. Tak bywa w rozmaitych wspólnotach, a nawet np. w pracy. To milczenie bywa „głośne”, bo właściwie chodzi w nim o pokazanie swojej pretensji, swojego bólu, zranienia itd., które się nosi w sobie: „Zobaczcie, jak mnie zraniliście, jacy jesteście okrutni”. Taka postawa prowadzi do zamknięcia się w sobie i może ostatecznie doprowadzić do choroby psychicznej. Takie milczenie jest bardzo niszczące nie tylko dla wzajemnych relacji we wspólnocie, ale przede wszystkim dla samego milczącego, bo właściwie jest gromadzeniem w sobie agresji i złości. Trzeba siebie spytać: W imię czego obnoszę się ze swoją pretensją w wewnętrznym zamknięciu? Co chcę naprawdę uzyskać? Czy nie lepiej wypowiedzieć pretensje? Powstaje wówczas szansa na ich konfrontację z oceną innych. Może się wówczas okazać, że nasze pretensje były urojone.

W tradycji monastycznej istnieje zalecenie, aby wszystkie myśli, jakie nam przychodzą do głowy, szczególnie pokusy, wyjawiać ojcu duchowemu. Wyznawanie pokus jest leczące. Milczenie, w momencie gdy one nas trawia, jest błędem, bo pozwala Złemu niszczyć nas wewnątrz. Wartość milczenia zależy zatem od tego, czemu ono służy.

Człowiek przez Boga stworzony Jego słowem, jest w istocie odpowiedzią i dlatego może się prawdziwie realizować jedynie jako odpowiedź na Jego wezwanie. Tak widzi człowieka Biblia. Z tego wynika bardzo ważna zasada życia duchowego: jeżeli cokolwiek ma się w nas autentycznie dokonać, to tylko jako o d p o w i e d ź na B o ż e wezwanie. Sami z siebie, z własnego pomysłu niczego prawdziwie dobrego nie jesteśmy w stanie zrobić. Ta zasada jest innym sformułowaniem prawdy wiary mówiącą o konieczności łaski nie tylko do zbawienia, ale także do zrobienia czegokolwiek prawdziwie dobrego. W oparciu o tę prawdę św. Benedykt na początku *Reguły* wypowiada ogólną zasadę naszego postępowania:

Przede wszystkim, gdy coś dobrego zamierzasz uczynić, módl się najpierw gorąco, aby On sam to do końca doprowadził (RegBen Prol 4).

Do prawdziwego milczenia dochodzi wówczas, gdy otwieramy się na słuchanie tego, co pochodzi od Boga. Zarówno gadanina, jak i milczenie pełne wewnętrznego wrzenia, wyobraźni, rozbudzonych uczuć, sporów... zagłuszają delikatny głos Boga, który nie ma zwyczaju narzucać się człowiekowi, przekrzykiwać inne głosy. Bóg przemawia do tego, kto chce słuchać. Stąd milczenie jako ćwiczenie w życiu duchowym w istocie polega na skupianiu się na słuchaniu, na budowaniu w sobie przestrzeni dla Boga, aby On mógł przemówić. Zewnętrzne milczenie, czyli

dyscyplina milczenia powinna temu służyć. Nie zawęża się ona do zakazu mówienia, ale powinna się skoncentrować na zabezpieczeniu warunków dla naszego otwarcia się na Boga. Milczenie wymaga właściwej kultury bycia zarówno indywidualnego, jak i we wspólnocie. Przykładem jest zalecenie św. Benedykta odnoszące się do oratorium domowego:

Po zakończeniu Służby Bożej niech wszyscy, okazując cześć Bogu, wyjdą w najgłębszym milczeniu tak, aby bratu, który właśnie chciałby prywatnie się pomodlić, nie przeszkodziła w tym czyjaś bezwzględność (RegBen 52,2-3).

Należy wyjść w najgłębszym milczeniu, żeby nie przeszkadzać komuś wejść w modlitwę. Tak rozumiane milczenie jest bardzo bliskie modlitwie, a nawet jest po prostu jednym z jej wymiarów.

O tym, że nie jest łatwo wejść w prawdziwe milczenie, można się przekonać, udając się na modlitwę z zamiarem skupienia się jedynie na Bogu. Wystarczy wejść do kościoła, uklęknąć przed Najświętszym Sakramentem i próbować skupić się na obecności Boga. Okazuje się, że wówczas pojawiają się w naszej głowie najgenialniejsze pomysły, wyobrażenia podsuwa nieustannie jakieś obrazy, przypominają się przeszłe sprawy, czasem słuszne pretensje, żale, pomysły na przyszłość itd. Wszystko to przeszkadza w słuchaniu Boga. Nie wystarcza zatem przestać mówić, odnaleźć miejsce pełne ciszy. Prawdziwy hałas istnieje w nas samych i milczenie jest wielką sztuką wyciszenia tego wewnętrznego hałasu. Nie da się tego osiągnąć jednorazowym wysiłkiem. Potrzebna jest kultura milczenia, wychowanie do milczenia. Podczas modlitwy toczy się najzacieklejsza walka wewnętrzna. Zły jest w stanie tolerować w człowieku bardzo wiele rzeczy, nawet jego pracę charytatywną, czy inne aktywne zaangażowania na rzecz Kościoła, pobożne akty ascetyczne, jałmużnę itd. Nie zaakceptuje natomiast tego, że człowiek chce wyciszyć się, aby stanąć przed Bogiem i trwać przed Nim. Stąd pojawiają się rozproszenia, byle tylko nie otworzyć się na Boga. Dlatego potrzeba czujności i nieustannego powrotu do słuchania.

Warto w tym miejscu przypomnieć ogólną zasadę wewnętrznego zmagania: z rozproszeniami nie warto „walczyć” starając się je stłumić czy odrzucić. Jeżeli to robimy, to tym samym już się na nim koncentrujemy, a odchodzimy od modlitwy, od wewnętrznego słuchania, ulegając rozproszeniom. Mówi o tym wyraźnie Katechizm Kościoła Katolickiego:

Próba odrzucenia roztargnienia równałaby się popadnięciu w jego sidła, podczas gdy wystarczy powrócić do swego serca: roztargnienie wyjawia nam, do czego jesteśmy przywiązani, i pokorne uświadomienie sobie tego przed Panem powinno obudzić naszą miłość przede wszystkim do Niego przez zdecydowane ofiarowanie Mu naszego serca, by je oczyścił. Tu właśnie ma miejsce walka: chodzi o wybór Pana, któremu mamy służyć (KKK 2729).

Nie należy zatem szarpać się z rozpraszać nas myślami, bo wtedy już przez sam fakt walki z nimi przegrywamy, ale po prostu ćwiczyć się w pozytywnym

podejmowaniu wysiłku stawania przed Bogiem. Praktycznie często podejmuje się wtedy wezwania modlitewne, takie jak np. modlitwa Jezusowa, a także różaniec lub medytacyjne czytanie Słowa Bożego. Zasadniczy wysiłek z naszej strony powinien polegać na wsłuchiwaniu się w to, co pochodzi od Boga. Rozpraszać myśli najlepiej się nie przejmować, podczas modlitwy nie poświęcać im uwagi. Są one jednak dla nas sygnałem tego, co się dzieje w naszym sercu, jakie są w nas miejsca bolące i paradoksalnie stają się one czasem okazją do prawdziwej modlitwy: oddania Bogu naszych słabości. Dokonuje się to właściwie w uniżeniu, w pokorze serca.

Wewnętrzny hałas wydaje się nas przerastać. Milczenie jest najtrudniejszą sztuką, której trzeba się uczyć. Dlatego św. Benedykt tak bardzo stara się, aby stworzyć dla niego odpowiednie warunki zarówno przez budowanie odpowiedniej postawy, jak i przez szczególne zakazy mówienia w poszczególnych miejscach i okresach:

Mnisi powinni przestrzegać pilnie milczenia o każdej porze, zwłaszcza jednak w godzinach nocnych (...) Po skończonej zaś Kompletce nikomu już nie będzie wolno powiedzieć ani słowa. Jeśli się znajdzie ktoś taki, kto tę regułę milczenia przekroczy, podlega surowej karze, chyba że chodziłoby o konieczną rozmowę z gośćmi albo o wypełnienie polecenia wydanego przez opata. Ale i wówczas niech się wszystko odbywa z wielką powagą i stosowną powściągliwością (RegBen 42,1.8-11).

Dyscyplina milczenia tworzy przestrzeń wolności. Gadanina zwykle sama się wciska. Wydaje się nam, że nieustannie musimy coś mówić, przekazywać innym jakieś wiadomości itd. Natomiast *silentium sacrum* pokazuje, że nie zawsze musimy coś załatwiać, że powinniśmy mieć czas dla Boga. Wcale nie musimy w tym momencie z drugim rozmawiać. Życie jest czymś głębszym niż to, co przeżywamy w głowie. Potrzeba nam zdystansowania się od przymusu mówienia i załatwiania spraw.

Oprócz czasu milczenia są tzw. regularne miejsca, gdzie się milczy: w kaplicy, w kościele, w refektarzu, kapitularku. W tradycji monastycznej spotykamy rozmaite techniki, które pomagają to milczenie uzyskać.

Do paradoksalnych metod należy nieustanna modlitwa serca, np. modlitwa Jezusowa, w której stale powtarza się wezwanie: „Panie Jezu Chryste, Synu Boga żywego, zmiłuj się nad nami, grzesznymi”. W tej modlitwie nie chodzi jednak o samo powtarzanie modlitewnej frazy, ale o otwarcie serca na słuchanie Boga. Paradoksalnie zatem do milczenia dochodzi się przez nieustanne mówienie! Metoda ta jest próbą zaradzenia niepohamowanemu naporowi myśli i wyobrażeń. Powtarzanie tej sentencji i wchodzenie w jej ducha jest metodą na to, aby izolować się od kalejdoskopu zalewających nas myśli, a skoncentrować się na czymś, co jest dobre. Wypowiadanie słów ma „zająć” naszą wyobraźnię, aby nie przeszkadzała w wewnętrznym otwarciu na Ducha Świętego.

Dla niektórych podobną rolę jak stałe powtarzanie wersetu odgrywa muzyka czy to w formie śpiewania sobie w sercu czegoś, czy przez jej słuchanie. Oczywiście nie może to być muzyka agresywna, pobudzająca zmysły i działająca na wyobraźnię. Taka muzyka działa rozpraszać i destrukcyjnie. Aby mogła

budować przestrzeń ciszy i milczenia, musi być ona wyciszona i harmonijna. Najczęściej będzie ona oparta na naturalnych rytmach samego organizmu. Charakterystyczne jest to, że w przytoczonym fragmencie rozdziału 42. „O milczeniu po Kompletie” św. Benedykt pisze o potrzebie czytania duchowych tekstów, dopóki się wszyscy nie zgromadzą na Kompletę.

Dlatego też we wszystkich okresach roku, czy to w czasie postu, czy w czasie dwóch posiłków dziennych, należy postępować w taki oto sposób: Jeśli jest to okres dwóch posiłków, gdy wstaną od kolacji, niechaj usiądą wszyscy razem, a jeden z nich czyta *Konferencje, Żywoty Ojców*, lub cokolwiek innego dla zbudowania słuchaczy (RegBen 42,2n).

Z kulturą milczenia wiąże się kultura czytania, czytania duchowego. Podobnie w rozdziale 38.: „przy posiłkach braci nie powinno brakować czytania” (RegBen 38,1). Posiłek w tradycji monastycznej jest zawsze spożywany w milczeniu. W ogóle św. Benedykt zaleca: „Słuchać chętnie czytania duchowego” i „Często znajdować czas na modlitwę” (RegBen 4,55n). Kultura milczenia wiąże się z kulturą słuchania właściwych tekstów i z modlitewnym skupieniem. Wysiłek osiągnięcia milczenia nie ogranicza się zatem do eliminowania mówienia i usuwania złych myśli, ale kieruje się on również ku napełnianiu się wartościowymi treściami. Niewątpliwie nie jest łatwo powiedzieć, kiedy nasze milczenie jest dobre. Możemy to poznać po owocach. Milczenie, które jest milczeniem w Duchu Świętym, niesie z sobą jako owoc: *miłość, radość, pokój, cierpliwość, uprzejmość, dobroć, wierność, łagodność, opanowanie* (Ga 5,22n) – jak pisze św. Paweł. Do tej listy należy dodać jeszcze pokorę, którą św. Paweł wymienia przy innej okazji.

U podstaw prawdziwego milczenia istnieje zasadnicze dla św. Benedykta zdecydowanie, aby „wyrzec się swoich chęci”, które pojawiają się w nas w postaci myśli i wyobrażeń. Milczenie w przeciwieństwie do pragnienia realizowania własnych chęci powinno być otwarte na wolę Bożą. Uwolnienie się od własnych chęci stanowi warunek prawdziwego słuchania słów pochodzących od Boga, który przemawia „inaczej”, najczęściej nie tak, jak byśmy tego chcieli. Abyśmy mogli usłyszeć Jego słowo, musi z naszej strony nastąpić wewnętrzne zdecydowanie, za którym idzie wewnętrzna walka o słuchanie sercem. W innym przypadku będziemy spotykać się nieustannie tylko z sobą samymi, na różne sposoby starając się za wszelką cenę przeforsować swoje. Tak niestety często się dzieje. Widać to wyraźnie w relacjach międzyludzkich. Szczególnie bolesne jest to w więzi małżeńskiej. Spotyka się małżeństwa, które mają za sobą dziesiątki lat wspólnego życia, a jednak małżonkowie cały czas pozostają sobie obcy. Nie mają niczego do powiedzenia sobie nawzajem, każdy lepiej wie wszystko o drugim, a tak naprawdę niczego o sobie nie wiedzą. Taka sytuacja dotyczy nie tylko małżeństw, ale także różnych wspólnot życia. Wynika ona z upartego trzymania się własnych wyobrażeń i swoich chęci. Nie ma wówczas warunków do spotkania.

Kluczem do przemiany naszej wewnętrznej postawy względem drugiego jest rezygnacja z forsowania siebie i słuchanie, a to jest właściwie tożsame z milczeniem. Milczenie przede wszystkim służy słuchaniu, jest skupieniem się na słuchaniu. Wtedy jest ono milczeniem budującym wzajemne więzi. Umiejętność spotkania się i

rozmowy z drugim jest ściśle związana z naszą umiejętnością milczenia. Jeżeli nie umiemy zamilknąć, nie potrafimy także otworzyć się na spotkanie z drugim człowiekiem, gdyż zostajemy w kręgu swojej rozbudzonej subiektywności. Milczenie jest szkołą spotkania się z drugim człowiekiem. Przyjaciele nie potrzebują wielu słów, aby się rozumieć. Czasem wystarczy im być razem. W bardzo bliskich i intymnych kontaktach niektórych szczególnie ważnych treści nie da się przekazać inaczej, jak tylko jakimś gestem, a nawet prostym milczeniem. Mówienie w takiej sytuacji bywa ucieczką, próbą zafałszowania prawdy.

Nasza zdolność do milczenia ma odbicie w wartości naszej mowy. Tylko człowiek, który potrafi milczeć, potrafi też coś prawdziwie powiedzieć. Kto nie dotyka przez milczenie rzeczywistości, będzie tylko powielał jakieś schematy. Ostatecznie duchowa praktyka milczenia stanowi oręż do wewnętrznej walki o spotkanie się z prawdą w wymiarze egzystencjalnym. Praktyka milczenia jest praktyką otwierania się na rzeczywistość, na prawdę w spotkaniu z Bogiem, z innym człowiekiem i ze sobą samym.