

## VARIA

KRZYSZTOF PUCZYŁOWSKI

### OCZYSZCZENIE DUSZ POCZĄTKUJĄCYCH – PIERWSZYM OKRESEM ŻYCIA DUCHOWEGO WEDŁUG RÉGINALDA GARRIGOU-LAGRANGE OP

Każdy człowiek chce być szczęśliwy. Próbując odnaleźć swoje szczęście w uciechach tego świata, nie znajduje w nich jednak nic trwałego, a jedynie krótką przyjemność. Pełnię szczęścia, które wlewa w serce stałą radość i pokój, dusza ludzka może przeżywać jedynie w Bogu. Aby doświadczać uszczęśliwiającego zjednoczenia z Bogiem już tu na ziemi, trzeba przejść drogę oczyszczenia. Wiąże się to z prowadzeniem głębokiego życia wewnętrznego, prowadzi do pokornego uznania własnych słabości, wymaga podjęcia wielu wyrzeczeń i umartwień. Współczesny świat proponuje zupełnie inną drogę, dlatego jest bardzo mało dusz, które są zdolne wypłynąć na głębię życia duchowego. Te jednak, które w nim zasmakują, doświadczają szczęścia, które przekracza świat zmysłowy, ponieważ dusze te w bezpośredni sposób obcuja z Bogiem obecnym w Trójcy Świętej i stają się uczestnikami Jego życia wewnętrznego. W każdą duszę wpisane jest pragnienie Boga, stworzenie jest ukierunkowane na Stwórcę, jednak pragnienie to często jest zagłuszane przez grzech. Jest wiele osób, które w szczególnie sposób doświadczyły Bożej Miłości i chcą pogłębiać swoją relację z Bogiem, ale napotykać wiele trudności, które uniemożliwiają im postęp. Réginald Garrigou-Lagrange<sup>1</sup> w swym dziele *Trzy okresy życia wewnętrznego wstępem do życia w niebie*<sup>2</sup> kreśli „drogę oczyszczenia”, jaką powinny przejść dusze, aby wejść na nowy poziom życia duchowego. Wykazuje, jakie są skutki nieuporządkowania w duszy i podaje, jak je leczyć. Poucza, co jest dla niej pomocne i co jej zagraża. Niniejszy artykuł jest krytyczną rekonstrukcją jego myśli, którą pozwoiliem sobie podzielić na siedem części (etapów). Celem mojej pracy jest próba wykazania, że droga oczyszczenia duszy, chociaż sama w sobie trudna, jest jednak możliwa do przejścia i że warto ją podjąć.

KRZYSZTOF PUCZYŁOWSKI, student Wyższego Seminarium Duchownego w Elku; e-mail: krzysiek\_puc@wp.pl

<sup>1</sup> Réginald Garrigou-Lagrange (ur. 21 lutego 1877 r. w Auch, zm. 15 lutego 1964 r. w Rzymie), francuski teolog i filozof katolicki, jeden z najwybitniejszych neotomistów XX w., wykładowca teologii fundamentalnej i dogmatycznej na Papieskim Uniwersytecie Świętego Tomasza z Akwinu w Rzymie, promotor pracy doktorskiej ks. Karola Wojtyły.

<sup>2</sup> R. Garrigou-Lagrange, *Trzy okresy życia wewnętrznego wstępem do życia w niebie*, tłum. T. Landy, t. 1, Poznań 1960.

## **Etap I: Wejrzenie w stan swojej duszy**

Pierwszym krokiem, jaki trzeba zrobić, jest poznanie samego siebie – swoich wad i skłonności do grzechu, oraz swojej zależności i małości wobec Boga. Skłania to człowieka do pokładania całej nadziei w Bożym Miłosierdziu. Pomocny może być ku temu codzienny rachunek sumienia, choć egoistyczna miłość własna często utrudnia obiektywne poznanie siebie. Dużo łatwiej jest dostrzegać grzechy innych niż swoje własne<sup>3</sup>. Natomiast miłość Boża udziela się adeptowi świadomego życia duchowego („duszy początkującej” – jak powiedziałby Garrigou-Lagrange) proporcjonalnie do jego sposobu patrzenia na Stwórcę. Bojaźń przed popełnieniem grzechu wynika u niego raczej z lęku przed karą niż z czystej miłości. Bóg jest poznawany głównie z rzeczy zmysłowych – piękna natury, biblijnych przypowieści. Istotną rolę odgrywa tutaj wielkoduszność, czyli pragnienie poznania i miłowania Boga<sup>4</sup>, a także konsekwentne dążenie do osiągnięcia tego celu. Starania te wynagradzane są pociechami uczuciowymi, na których stawiający pierwsze kroki w życiu duchowym zbyt długo się zatrzymują, dlatego Bóg niedługo potem je odbiera, aby wyzwolić dusze od poprzestawiania na tym, co zmysłowe.

## **Etap II: Umartwienie zmysłów**

Kolejnym krokiem jest podjęcie walki z grzechem poprzez umartwienia, wyrzeczenia i posłuszeństwo, a wszystko to z miłości do Chrystusa. „Ten, kto kocha swoje życie, traci je, a kto nienawidzi swojego życia na tym świecie, zachowa je na życie wieczne” (J 12, 25). Aby zmysły były pomocne w modlitwie, trzeba je najpierw umartwić, naprawić w nich to, co nieuporządkowane – pożądliwości, gniew, nienawiść, skłonność do zemsty, obłudy. Związane jest to z podjęciem wielu wyrzeczeń, znoszeniem cierpliwie niesprawiedliwości. Miłość przynagla dusze, aby zadawały śmierć grzechowi i upodobniały się przez to do Chrystusa, otwierając się na nową rzeczywistość życia z Bogiem<sup>5</sup>. Konieczność umartwienia podkreśla sam Jezus w Kazaniu na Górze: „Jeśli wasza sprawiedliwość nie będzie większa niż uczonych w Piśmie i faryzeuszów, nie wejdziecie do królestwa niebieskiego” (Mt 5, 20), a także „Bądźcie więc wy doskonali, jak doskonały jest Ojciec wasz niebieski” (Mt 5, 48). Przez Ośiem Błogosławieństw nakreśla nam chrześcijański wzorzec oraz duchowy sens umartwienia, zarówno wewnętrznego, jak i zewnętrznego<sup>6</sup>. Pomoc w umartwianiu zmysłów przynosi modlitwa, post, jałmużna oraz podejmowanie różnych dobrowolnych wyrzeczeń w duchu posłuszeństwa, ze szczerą intencją większego miłowania Boga. Należy jednak pamiętać o jednej istotnej kwestii: „Gdy pełnisz te akty pobożności,

<sup>3</sup> Por. Mt 7, 3, w: *Biblia Tysiąclecia*, Poznań 2007<sup>5</sup>.

<sup>4</sup> Por. J 7, 37.

<sup>5</sup> Por. Łk 9, 23–27.

<sup>6</sup> Por. Mt 5, 3–11.

nie zabrania ci się byś był widziany, ale byś chciał być widziany, gdyż przez to utraciłbyś czystość intencji, która powinna zmierzać wprost do Ojca, obecnego w skrytości twojej duszy”<sup>7</sup>. Potrzebę umartwienia wszystkiego, co nieuporządkowane, wykazuje w sposób szczególny św. Paweł w swoich listach. W Liście do Galatów czytamy: „A ci, którzy należą do Chrystusa Jezusa, ukrzyżowali ciało swoje z jego namiętnościami i pożadaniami” (5, 24). Z Listów Apostoła pogan można wyprowadzić cztery główne racje uzasadniające konieczność umartwienia: z powodu grzechu pierwotnego, z powodu następstw grzechów osobistych, z powodu nieskończonej wzniosłości naszego celu nadprzyrodzonego, oraz z powodu potrzeby naśladowania Jezusa ukrzyżowanego i pójścia za Nim<sup>8</sup>. Następstwa grzechu pierwotnego powodują trwałą skłonność do grzechów uczynkowych, które często popełniane prowadzą do trwałej wady lub nałogu. Nawet podczas rozgrzeszenia, choć gładzone są grzechy, to pewne skłonności, zwane *reliquiae peccati*<sup>9</sup>, są trwałą rysą na władzach duchowych bądź charakterze. Powołanie do celu nadprzyrodzonego, jakim jest zjednoczenie z Bogiem, przynagła dusze do podporządkowania namiętności władzy rozumu, oświeconego wiarą – by wszelkie pełnione czyny wpływały z miłości do Boga Ojca. Skutkiem tego jest naśladowanie Chrystusa, a nawet zdolność do radosnego znoszenia cierpień, z powodu Jego Imienia<sup>10</sup>. „Chrześcijanin powinien – jak pisze Garrigou-Lagrange – być oderwany od wszystkiego co ziemskie, pełen specjalnego wyrzeczenia, wymaganego przez nieskończoną wzniosłość celu wiecznego, ku któremu powinien dążyć, i to dążyć z każdym dniem szybciej; bo im bardziej zbliżamy się do Boga, tym bardziej jesteśmy przez Niego pociągani”<sup>11</sup>.

### **Etap III: Rozpoznanie grzechów i podjęcie walki**

Cztery motywy umartwienia sprowadzają się właściwie do dwóch: nienawiści do grzechu oraz miłości do Boga, dlatego unikanie grzechów, poznanie ich korzenia i następstw, stanowi kolejny krok na drodze początkujących. Pycha, chciwość, zazdrość, nieczystość, obżarstwo, gniew, lenistwo – może nie są najcięższymi grzechami, ale są stałą skłonnością do złego, która oddala od Boga i prowadzi do większego zła. Korzeniem siedmiu grzechów głównych jest egoizm, czyli nieuporządkowana miłość samego siebie, która jest źródłem trzech pożądliwości: ciała, oczu i pychy żywota<sup>12</sup>. Pożądliwość ciała prowadzi do obżarstwa i nieczystości, pożądliwość oczu rodzi chciwość, natomiast pycha żywota prowadzi do próżności, lenistwa duchowego, zazdrości i gniewu. Każdy z tych grzechów ma również swoje następstwa. Próżność rodzi nieposłuszeństwo, niezgodę,

<sup>7</sup> R. Garrigou-Lagrange, *Trzy okresy życia...*, s. 288.

<sup>8</sup> Por. tamże, s. 289–302 oraz Rz 5, 12. 19–21, 7, 22–24; Ef 2, 18–21. 4, 21–24; Kol 3, 1–10; Ga 5, 13–24.

<sup>9</sup> Tłumacząc z jęz. łac.: „pozostałości grzechu”.

<sup>10</sup> Por. Dz 5, 41.

<sup>11</sup> R. Garrigou-Lagrange, *Trzy okresy życia...*, s. 299.

<sup>12</sup> Por. 1 J 2, 16.

obludę; lenistwo duchowe – zniechęcenie, małoduszność wobec obowiązków, obrzydzenie do pracy nad sobą; zazdrość rodzi nienawiść, oszczerstwa, radość z cudzego nieszczęścia, natomiast gniew prowadzi do kłótni i zawiści. Pomocą w walce z grzechami wypływającymi z egoistycznej miłości jest codzienny rachunek sumienia. Prowadzi on dusze do skruchy, stopniowego umierania dla grzechu i do postępu w cnotach. Nie da się mocno kochać prawdy i nie czuć nienawiści do kłamstwa, podobnie też nie da się kochać Boga nie gardząc tym, co od Niego oddziela. Umartwianie miłości własnej prowadzi w konsekwencji do wzrostu miłowania Boga i to aż do wzgardy samym sobą.

Bardzo istotnym krokiem w rozwoju życia duchowego jest poznanie osobistej wady głównej, która jest wewnętrznym wrogiem człowieka i ma wpływ na sposób odczuwania, sądzenia, chcenia i działania. Aby ją rozpoznać, dusza musi badać siebie bardzo wnikliwie i prosić Boga o światło, pytać siebie o przyczynę smutku lub radości, oceniać motywy swego działania. W odkryciu źródła grzechów bardzo pomocny jest kierownik duchowy, gdyż pycha często przyjmuje znamiona wielkoduszności, a małoduszność – pokory. Walczyć z wadą główną należy za pomocą trzech środków: modlitwy, rachunku sumienia i sankcji. Modlitwa i rachunek sumienia pomagają zdiagnozować wadę główną i grzechy z niej wypływające. Sankcja – czyli nałożona na siebie warunkowa pokuta, będąca zadośćuczynieniem za grzech – prowadzi natomiast do większej ostrożności. Taką sankcją może być np. dawanie jałmużny za każdy użyty wulgaryzm, co szybko może rozwiązać problem przeklinania. Podjęcie walki z wadą główną jest konieczne do postępu w życiu duchowym, a skutkiem zaniechania w tej kwestii może być nawet zanik życia wewnętrznego. Bóg jednak nigdy nie daje człowiekowi zadania, którego nie mógłby wykonać z pomocą Jego łaski. Umartwienie wady głównej prowadzi natomiast do przewagi wrodzonych zalet i rozpala w człowieku miłość do Chrystusa. „Wtedy – jak zauważa Garrigou-Lagrange – zamiast instynktownie wszystko sprowadzać do siebie, jak czynimy, gdy rządzi nami wada główna, stajemy się skłonni wszystko sprowadzać do Boga, myśleć prawie ciągle o Nim i żyć tylko dla Niego, pociągając jakby do Niego wszystkich, którzy zbliżają się do nas”<sup>13</sup>.

## **Etap IV: Umartwienie uczuć i pożądań**

Kolejny krok, który trzeba postawić, by postąpić w życiu duchowym, to praca nad sferą uczuciową i zdyscyplinowanie swoich namiętności. Z psychologicznego punktu widzenia odróżnia się uczucie pożądliwe oraz popędliwe. Z moralnego punktu widzenia uczucia w ogólności są obojętne. Mogą stać się jednak moralnie dobre, jeśli są wzbudzone przez rozum i wolę ukierunkowaną na dobro, albo złe – jeśli są niezgodne z rozumem, a wola ukierunkowana jest na zło. Moralność uczuć zależy zatem od intencji woli, która zawsze jest albo dobra, albo zła. Uczucia uporządkowane przyczyniają się natomiast do wzrostu

<sup>13</sup> R. Garrigou-Lagrange, *Trzy okresy życia...*, s. 323.

cnoty, np. właściwie przeżywane uczucie wstydu pomaga cnotie czystości. Nieuporządkowanie uczuciowe prowadzi za to do wad: miłość przechodzi w rozwiązłość, odwaga w zuchwalstwo, bojaźń w tchórzostwo. Ascetyczny punkt widzenia wskazuje na potrzebę dyscyplinowania uczuć przez zdrowy rozum oświecony wiarą. Uczuciami tak należy kierować, aby raz je hamować, a innym razem pobudzać. Podobnie jak do kierowania koniem, raz używa się wędzidła, innym razem bata. Należy unikać przy tym nadmiernej gorączkowości, poddawać wszystko namysłowi i rozwadze. Człowiek powinien wystrzegać się pogoni za zbyt szybkim postępem i zdać się na współpracę z łaską Bożą, która zawsze jest mu udzielana w odpowiedniej ilości. Pośpiech w życiu duchowym mógłby upodobnić się do pośpiechu w schodzeniu po schodach, który nie prowadzi do bezpiecznego zejścia, a najczęściej do upadku i pobijania się. Również św. Piotr, zanim została mu powierzona misja kierowania Kościołem, przez długi czas był oczyszczany ze swojej zarozumiałości i porywczoci<sup>14</sup>. Skutkiem gwałtowności w tej materii jest utrata skupienia wewnętrznego, zamęt i mylące zadowolenie z samego siebie. Głównym lekarstwem jest natomiast poddanie się człowieka w całkowitą zależność od Pana Boga. „Aby zdyscyplinować uczucia – podkreśla Garrigou-Lagrange – trzeba starać się zwalczać z jednej strony żywość temperamentu połączoną z zarozumiałością, pochodzącą z przeceniania siebie, z drugiej zaś – miękkość, lenistwo, które byłoby jeszcze szkodliwsze dla życia wewnętrznego”<sup>15</sup>. W uporządkowywaniu uczuć konieczny jest zatem dojrzały namysł przed działaniem, światło Ducha Świętego oraz pomoc kierownika duchowego we właściwym ocenianiu samego siebie.

## **Etap V: Czynne oczyszczenie władz duszy**

Po umartwieniu grzechów i poznaniu ich następstw oraz zdyscyplinowaniu uczuć i namiętności, kolejnym krokiem na drodze początkujących jest oczyszczenie czynne zmysłów, uczuciowości, rozumu i woli. Konieczność umartwienia zmysłowości św. Paweł wyraził słowami: „[...] Lecz poskrwiam moje ciało i biorę je w niewolę, abym innym głosząc naukę, sam przypadkiem nie został uznany za niezdatnego” (1 Kor, 9 27). Umartwienie zmysłów i ciała zapewnia swobodę ducha, pozwala skupić się na życiu wewnętrznym. Należy skrupulatnie czuwać nad poszczególnymi przyzwyczajeniami, które prowadzą do rozbudzenia zmysłowości, unikać zbytnej poufałości z ludźmi, a myśli i pragnienia kierować jedynie ku Bogu. Również trzeba czuwać nad tym, by nie wpaść w duchowe łakomstwo i w modlitwie nie szukać uczuciowych pociech tylko dla nich samych. Istnieje duże niebezpieczeństwo kochania duchowych pociech zamiast Tego, który je daje. Jezus streszcza naukę o umartwieniu zmysłowości w słowach: „Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą” (Mt 5, 8). W Kazaniu na Górze poucza także o potrzebie umartwienia popędliwości do gniewu,

<sup>14</sup> Por. Mt 26, 33–35. 69–75; J 21, 15–19.

<sup>15</sup> R. Garrigou-Lagrange, *Trzy okresy życia...*, s. 333.

nieczystości, odpłacania złem za zło<sup>16</sup>. Umartwienie tych popędów prowadzi do cnoty łagodności, która pomaga przewyciężyć samego siebie i utrzymuje duszę w „ręku” Boga. Oczyszczenie uczuciowości może mieć charakter czynny, gdy sami na siebie nakładamy umartwienie, lub bierny – oczyszczenie to jest o wiele głębsze, sprawcą jego jest Bóg, który wprowadza duszę w długotrwałą oschłość, aby zrozumiała swoją małość i próżność wszystkich rzeczy ziemskich. Umartwienie zewnętrzne uzdalnia duszę do wyrzeczenia wewnętrznego i jest o tyle pożyteczne, o ile ma wpływ na umartwienie wyobraźni i pamięci, a w konsekwencji oczyszczenia czynnego umysłu i woli.

Czynne oczyszczenie wyobraźni oznacza poddanie jej pod kierownictwo rozumu oświeconego wiarą. Wyobraźnia często odciąga dusze od rozważania rzeczy Bożych, skłania do myśli próżnych, fantastycznych, a nawet zakazanych. Z pomocą łaski można ją jednak okiełznać, zmniejszyć liczbę pokus, podporządkować ją woli rozumu. Aby to osiągnąć, potrzeba prawdziwej dyscypliny wyobraźni – odrzucenia niebezpiecznych wspomnień, próżnych marzeń, nieprzyzwoitych lektur. Wszelkie obowiązki należy wykonywać z myślą o Bogu i pragnąć tylko zjednoczenia z Nim. Konieczne jest także oczyszczenie pamięci, ponieważ na skutek grzechu pierworodnego i grzechów osobistych często ponawianych pełna jest niepotrzebnych wspomnień. Łatwo jest np. przypomnieć sobie winy bliźniego w stosunku do nas, jeśli do końca ich nie wybaczyliśmy, mimo że ta osoba szczerze za nie żałuje. Dużo trudniej natomiast jest przypomnieć sobie dobrodziejstwa, jakie otrzymaliśmy od Boga<sup>17</sup>. Prowadzi to do grzechu niewdzięczności, zapomnienia o Bogu, który może być skutecznie uleczony przez nadzieję szczęścia wiecznego oraz stałe przypominanie sobie o Bożych obietnicach. Pamięć można również oczyszczać przez częste zastanawianie się nad doskonałością Boga, nad kruchością własnego życia i nieuchronnością śmierci, nad marnością tego świata. Nie jest to jednak łatwe, ponieważ nasz umysł, zraniony grzechem, ma większą skłonność do roztrząsania rzeczy ziemskich niż szukania ich celowości i przyczyny. Ta „rana niewiedzy”, choć została zablizniona w momencie chrztu, otwiera się na nowo w skutek osobistych grzechów w sposób szczególnie: ciekawości – która skłania do badania rzeczy mało pożytecznych, pychy umysłu – która jest zbyt dużym zaufaniem do swojego rozumu i osądu, oraz zaślepienia umysłu – które zaprzecza kontemplacji rzeczy Bożych i jest postawą czysto faryzejską<sup>18</sup>. Lekarstwem, które może w pełni zaleczyć tę ranę, jest cnota wiary w połączeniu z oczyszczającą miłością. „Wiara – jak pisze Garrigou-Lagrange – skłania nas najpierw do przyjmowania prawd objawionych ze względu na autorytet Boga, który je objawia; następnie skłania nas ona do rozważania i sądzenia wszystkiego według tych prawd”<sup>19</sup>. Ta wiara, choć jest „ciemna”, oświeca nas<sup>20</sup>. Żąda od nas przyjęcia tajemnic, których nie widzimy i nie ogarniamy naszym rozumem, a które odnoszą się do wewnętrznego życia

<sup>16</sup> Por. Mt 5, 21–48.

<sup>17</sup> Por. Iz 59, 15–16; Jr 2, 32.

<sup>18</sup> Por. Mk 3, 5; J 12, 40.

<sup>19</sup> R. Garrigou-Lagrange, *Trzy okresy życia...*, s. 360.

<sup>20</sup> Por. Św. Jan od Krzyża, *Noc ciemna*.

Boga i Jego dobroci. Jednak aby dusza mogła pójść za światłem wiary, konieczna jest zgoda woli, która również wymaga oczyszczenia.

Wola z zasady skłania się ku dobru, poznanemu przez rozum. Ma na celu dobro całego człowieka, dlatego powinna dążyć do Dobra Najwyższego – Boga. Jeśli człowiek dąży prawą wolą do rzeczy dobrych, sam staje się dobry. Jeśli ma nieprawą wolę i dąży do rzeczy złych, to staje się zły. Wola nadaje swoim aktom zasługę lub winę. Przez grzech pierworodny każdy człowiek ma wrodzoną skłonność do egoizmu. Wola przez to odwraca się od Boga, a podąża za nieuporządkowaną miłością własną. Jest to główna wada woli, która jest źródłem innych grzechów, gdyż zamiast podporządkować się Bogu, egoizm chce hołdować samemu sobie. Jak nauczał św. Augustyn w swym dziele *De civitate Dei*, albo nasza nieuporządkowana miłość samego siebie doprowadzi nas do wzgardy Boga, albo będziemy tak kochali Boga, że całkowicie wzgardzimy sobą. Ustawiczny postęp w miłości człowieka do Boga jest lekarstwem na egoizm, pomaga w oczyszczeniu i wychowaniu woli, aby nie pożądał tego, czego mu nie wolno i co może być dla niego szkodliwe. Miłość własna powoduje odwrócenie porządku zamierzonego przez Boga, rodzi zniechęcenie, niezgodę, odbiera pokój duszy. Trzeba zatem podporządkować swoją wolę i uczynić ją uległą wobec Woli Boga, a wtedy człowiek otrzyma potrzebne łaski do postępu duchowego. Są nimi cnoty, takie jak: sprawiedliwość, religijność, posłuszeństwo, prawość, miłość Boga i bliźniego. Wymaga to jednak od człowieka wyrzeczenia się woli własnej: „Jeśli kto chce pójść za Mną, niech się zaprze samego siebie, niech weźmie krzyż swój i niech Mnie naśladuje” (Mt 16, 24)<sup>21</sup>. Na skutek ciągle ponawianych grzechów jest to bardzo trudne, a nawet niemożliwe bez pomocy łaski Bożej. Tylko Miłość Boża, będąca owocem łaski, może w pełni wyprzeć egoistyczną miłość własną. Trzeba jednak ciągle i zdecydowanie ponawiać nasz akt woli podążania za tym, czego oczekuje od nas Bóg i szukać we wszystkim Jego Woli. Kto nie będzie postępował naprzód w rezygnowaniu z woli własnej, ten szybko zacznie się cofać. Umartwienie woli, duch ofiary, a także oderwanie się od dóbr ziemskich, są niezbędne na drodze zjednoczenia z Bogiem. Człowiek jest zdolny do tego tym bardziej, im częściej przypomina sobie o wzniosłości celu, do którego zmierza. Owocem zaś oczyszczenia woli jest pokój duszy oraz życie w harmonii z Bogiem i drugim człowiekiem.

W tym miejscu trzeba również wspomnieć o dwóch chorobach duszy, które wymagają wyleczenia w procesie czynnego oczyszczania umysłu i woli. Pierwszą z nich jest pycha. Jest ona przede wszystkim umiłowaniem własnej wielkości i przeszkodą dla człowieka w byciu pokornym wobec Boga. Może przybierać różne rodzaje, np. przypisywanie wyłącznie sobie wszystkiego, co otrzymało się z ręki Boga, przeświadczenia, że w pełni zasłużyło się na to, co otrzymało się bez żadnej zasługi, bądź wywyższania się ponad innych i umniejszania ich wartości. Pycha zaciemnia obraz zależności człowieka od Boga, Sprawcy wszelkiego dobra. Może mieć wymiar intelektualny – wyrażający się w zadowoleniu z wyższości własnych racji i rozumowych osądów nad innymi, oraz duchowy

---

<sup>21</sup> Por. J 12, 24n.; Dz 9, 6.

– wyrażający się w zadowoleniu ze swoich postępów w życiu duchowym i w pogardzie dla innych<sup>22</sup>. Pycha rodzi także wady: zarozumiałość, ambicje, próżność. Z próżności wyrasta samouwiellbienie, chępliwość, obłuda, upór w błędnym myśleniu, nieposłuszeństwo. Niezawodnym lekarstwem na pychę jest natomiast uznanie swojej małości i słabości oraz wielkości i świętości Boga<sup>23</sup>. Trzeba sobie uświadomić, że istniejemy tylko dzięki łaskawości Boga. To co do nas należy to jedynie grzeszność, a wszelkie zasługi są nam wyjednane przez Krew Chrystusa. Dusza początkująca – używając terminologii Garrigou-Lagrange’a – powinna dziękować Bogu za wszelkie upokorzenia: „Dobrze to dla mnie, że doznałem poniżenia, bym się nauczył Twych ustaw” (Ps 119, 71), jak również prosić, aby Duch Święty dokonał w niej biernego oczyszczenia, które zerwie jej z oczu przepaskę pychy, uwolni od jej następstw, pozwoli święcie radować się zaletami bliźnich. Drugą z chorób jest lenistwo duchowe<sup>24</sup>. Osłabia ono miłość duszy do Boga i odbiera radość z gorliwej służby dla Niego. Objawia się w niedbalstwie i stopniowym uchylaniu się od obowiązków religijnych, które są konieczne do uświęcania się, a które nie odpowiadają upodobaniom zmysłowym. Z czasem przeraża się w odrazę do duchowych spraw, opuszczania ich z byle powodu, co prowadzi do stanu oziębłości. Człowiek w stanie tej choroby uważa, że jarzmo obowiązków, jakie Pan na niego nakłada, jest nie do uniesienia. Takie myślenie jest całkowicie fałszywe i stanowi wynik zawinionego niedbalstwa. Dodatkowo fala roztargnień, której człowiek się nie przeciwstawia, uniemożliwia prawie całkowicie modlitwę. Duże niebezpieczeństwo stanowi fakt, że często lenistwo duchowe myli się z próbą oschłości, zesłaną przez Boga<sup>25</sup>. Takie myślenie prowadzi do grzechu ciężkiego, jakim jest m.in. opuszczenie niedzielnej Mszy Świętej, oraz do ogólnego „rozluźnienia” duchowego, które rodzi złość, niechęć do obowiązków, zniechęcenie, roztargnienie duchowe i osłabia wolę. Najlepszym lekarstwem na lenistwo duchowe jest stanowcze oparcie się mu przez wzgląd na miłość do Boga i obiecane nam dobra wieczne. Człowiek powinien narzucać sobie umartwienia w tych dziedzinach, które zostały zaniedbane. Praca nad sobą wyrażać się będzie w wierności modlitwie, w wytrwałym pełnieniu obowiązków i to nie tylko religijnych, a także w ofiarowywaniu Bogu wszystkich czynności podejmowanych w danym dniu. Przeplatanie pracy modlitwą i podejmowanie jej z modlitewną intencją skutecznie wykorzenia duchowe lenistwo. Oczyszczenie duszy dokonuje się poprzez umartwienie zmysłów, rozumu, woli, ale jest także skutkiem modlitwy i sakramentów.

---

<sup>22</sup> Por. Łk 18, 11–12.

<sup>23</sup> Por. J 15, 5; 1 Kor 4, 7; 2 Kor 3, 5.

<sup>24</sup> Łacińska nazwa lenistwa duchowego to „acedia” (od gr. ακηδία) – oznacza lenistwo, uchybienie; smuć się ze swojej winy przez brak wysiłku w dobrym.

<sup>25</sup> Por. *Błąd kwietystów*, w: R. Garrigou-Lagrange, *Trzy okresy życia...*, s. 392–393.



## Etap VI: Oczyszczenie przez sakramenty

Potężnymi i łatwo dostępnymi środkami oczyszczenia są sakramenty święte. Ich działanie na człowieka zależne jest jednak od jego dyspozycyjności – im jest doskonalszy, tym więcej łaski może przyjąć. Do każdego sakramentu trzeba więc się dobrze przygotować, aby w obfitości otrzymać jego owoce. W przypadku spowiedzi sakramentalnej, należy zrobić na początek szczegółowy rachunek sumienia, połączony ze skruchą. Praktyka codziennego rachunku sumienia pomaga poznać siebie i podejmować wysiłek poprawy. Człowiek powinien oczyszczać siebie zwłaszcza z grzechów ciężkich, wymieniać je na początku spowiedzi i ze skruchą mocno postanowić, że będzie unikać nawet okazji do popełnienia tego grzechu. Szczera skrucha prowadzi do zadośćuczynienia, naprawienia wyrządzonego zła, jak również do dobrych postanowień. Grzechy powszednie także stanowią przeszkodę do doskonałości, szczególnie jeśli są związane z przywiązaniem. Popełniane dobrowolnie, choć nie zadają śmierci od razu, powoli zatrują duszę. Nawet najmniejszy grzech jest obrażą Boga i okazaniem niewdzięczności kochającemu Ojcu. Akt pokory, jakim jest Spowiedź Święta, jest najlepszym lekarstwem na pychę. Spowiedź wyzwala nas z grzechu i zanurza w otchłani Bożego Miłosierdzia, dając siłę do walki z grzechem. W momencie rozgrzeszenia człowiek zostaje oczyszczony przez Krew Chrystusa, co skłania go do wielkiej wdzięczności wobec Boga i drugiego człowieka. „Im bardziej człowiek boleje nad swymi grzechami, tym bardziej pewny jest, że miłuje Boga”<sup>26</sup>. Skrucha jest jednak „ból”, który wydaje owoce Ducha Świętego: miłość, pokój, radość, cierpliwość, łagodność, dobroć, wierność i wstrzeźliwość<sup>27</sup>.

Uświęcenie duszy w najbardziej doskonały sposób dokonuje się poprzez zjednoczenie z Bogiem we Mszy Świętej. Eucharystia powinna być zawsze w centrum życia chrześcijańskiego i stanowić codzienny pokarm dla ludzkiej duszy. Skutki Najświętszej Ofiary Chrystusa są dwojakie: z jednej strony jest ona dziękczynieniem i uwielbieniem wynagradzającym Bogu Ojcu, z drugiej – jest niewyczerpalnym źródłem łask dla duszy człowieka, których ilość zależy od jego wewnętrznego usposobienia. Im więcej ma w sobie wiary, nadziei i miłości, tym więcej owoców z niej czerpie i tym bardziej ofiaruje Bogu samego siebie. Bóg nie może dać się człowiekowi bardziej niż w Komunii Świętej<sup>28</sup>. Sakrament ten nie tylko przynosi łaskę, ale w szczególny sposób samego jej Sprawcę, który karmi ludzką duszę, jednoczy się z nią i ją przebóstwia – przemienia w Siebie. „W Komunii – jak podkreśla Garrigou-Lagrange – Zbawiciel nie ma nic do zyskania, to tylko dusza coś otrzymuje, jest ożywiona i wprowadzona w życie nadprzyrodzone; cnoty Jezusa Chrystusa do niej przenikają; jest ona jakby wcielona w Jezusa i staje się bardziej żywym członkiem Jego Mistycznego Ciała”<sup>29</sup>. Przyjmowanie Eucharystycznego Chleba chroni człowieka przed popełnieniem grzechu

<sup>26</sup> R. Garrigou-Lagrange, *Trzy okresy życia...*, s. 406.

<sup>27</sup> Por. Ga 5, 22.

<sup>28</sup> Por. J 6, 35. 51–52. 56–57.

<sup>29</sup> R. Garrigou-Lagrange, *Trzy okresy życia...*, s. 416.

śmiertelnego, wyzwala z grzechów powszednich, przywraca utraconą gorliwość. Aby dobrze przyjąć Komunię Świętą, należy odpowiednio się do niej przygotować, a także przeznaczyć czas na dziękczynienie po przyjęciu Chrystusa. Zawsze do Komunii Świętej trzeba przystępować z czystym sercem i pobożną intencją, unikać rutyny, każdą przyjmować z jeszcze większą gorliwością i miłością, a także dziękczynieniem proporcjonalnym do otrzymanej łaski<sup>30</sup>.

## **Etap VII: Oczyszczenie przez modlitwę**

Oczyszczenie duszy dokonuje się również przez osobistą modlitwę, szczególnie błagalną, liturgiczną i wewnętrzną. Bóg Ojciec z góry zaplanował dać duszom wszelkie potrzebne łaski do duchowego wzrostu, jeśli tylko będą gorliwie o nie prosić. Modlitwa błagalna, która jest unізieniem człowieka wobec wszechmocny Boga, jest również wzniesieniem się człowieka ku Niemu. Przez pokorną, wytrwałą i ufną modlitwę można wyjednać wszelkie dary Boże konieczne do zbawienia, wyprosić łaskę nawrócenia, otrzymać siły potrzebne do spełniania obowiązków i trwania w powołaniu. Modlitwa skłania do przebaczenia winowajcom, zapewnia zwycięstwo nad pokusami, wyprasza „chleb powszedni”, powodzenie w zamiarach zgodnych z Wola Bożą. Zanoszenie przez człowieka próśb do Boga, czyni go zdolnym do modlitwy dziękczynienia i uwielbiana Boga za otrzymane dary. Szczególnym rodzajem modlitwy uwielbienia jest Liturgia Godzin, która nieustannie rozbrzmiewa we wspólnocie Kościoła. „Oficjum – jak zauważa Garrigou-Lagrange – leczy z sentymentalizmu przypominając stale językiem Pisma Świętego wielkie prawdy; przypomina ono duszom zarozumiałym wielkość i surowość sprawiedliwości Bożej, a duszom bojaźliwym nieskończone miłosierdzie i cenę męki Zbawiciela”<sup>31</sup>. Dusza początkująca, czyli człowiek wchodzący na drogę świadomego życia duchowego, czerpie z tej modlitwy siłę do rozmyślenia, jest ona jej oddechem i życiem, ale zaniedbana lub odmawiana z pośpiechem – traci swój duchowy wymiar i przestaje być „powietrzem” dla duszy.

Modlitwa, przez którą można w szczególny sposób osiągnąć zjednoczenie z mieszkającą w duszy człowieka Trójcą Świętą, to medytacja, czyli rozmyślanie wewnętrzne, zwane inaczej modlitwą myślną. Jest to bardzo osobista rozmowa duszy z Bogiem, przepelniona miłością i zaufaniem. Często odbywa się za pośrednictwem wybranej „metody”, która jest o tyle dobra, o ile pozwala zapomnieć o sobie i całą uwagę koncentruje na Bogu. Modlitwa ta powinna wypływać z miłości do Boga i prowadzić do jeszcze większego wzrostu tej miłości. Dusza człowieka, wspomagana tchnieniem Bożej łaski, wznosi się ku Stwórcy na dwóch skrzydłach: umysłu i woli. Każde rozmyślanie powinno zawierać cztery następujące po sobie akty: akt pokory – by uświadomić sobie, kim jesteśmy i z Kim rozmawiamy; akt wiary – rozważanie prawd, doskonałości i dobroci Boga, tajemnic życia Chrystusa itp.; akt nadziei – zdanie się na łaskę Bożą

---

<sup>30</sup> Por. tamże, s. 422–428.

<sup>31</sup> Tamże, s. 445.

w podążaniu za Chrystusem do Wiecznego Królestwa; akt miłości – afektywne uczucie, które przeradza się w mocne postanowienie pełnienia Woli Bożej. Dzięki działaniu Ducha Świętego, akty cnót teologalnych mogą zlać się w jedno „wejrzenie miłości”, co stanowi początek kontemplacji. Wówczas człowiek zaczyna odczuwać w swojej duszy obecność Trójcy Świętej i wchodzi w wewnętrzne życie Boga<sup>32</sup>. Używanie określonej metody powinno stopniowo ustępować miejsca działaniu Ducha Świętego, który wprowadza duszę w stan odpoczynku w Bogu. Rozmyślanie jest bardzo pożyteczne w początkowych etapach życia duchowego, ale nie można się na nim zatrzymywać, powinno ono prowadzić do modlitwy prostoty. Stanowi ona proste i głębokie wejrzenie na Boga i Jego tajemnicę. Dusza działa mało, a otrzymuje bardzo wiele, ponieważ czerpie z samego Źródła wiedzy i światłości. By móc kosztować z tajemnic zbawienia, trzeba prosić o łaskę kontemplacji. Modlitwa prostoty jest możliwa w duszy dostatecznie oczyszczonej, która umartwiła swoje zmysły, rozum i wolę oraz ma mocne pragnienie zjednoczenia z Bogiem, a siebie samą ma w pogardzie. „Ktokolwiek więc – pisze Garrigou-Lagrange – unika cierpienia, upokorzenia i zamarcia sobie, nigdy do niej nie dojdzie. Jest to również przyczyna, dlaczego tak niewielu wstępuje na tę drogę; nikt prawie nie chce porzucić siebie samego i dlatego traci tak wiele i pozbawia się niepojętych dóbr”<sup>33</sup>. Pomocą w wytworzeniu w duszy człowieka takiej dyspozycyjności i otwartości na łaskę Bożą jest częste wzbudzanie aktu pokory, praktykowanie różnych umartwień, wznoszenie serca ku Bogu przez strzeliste akty miłości, a także szukanie obecności Bożej w poszczególnych wydarzeniach dnia. „Trzeba wreszcie uczynić milczenie w swojej duszy, uciszyć namiętności mniej lub bardziej nieuporządkowane, by słyszeć Mistrza wewnętrznego, który przemawia po cichu, jak przyjaciel do przyjaciela”<sup>34</sup>. Konieczna jest także wytrwałość w walce ze złym duchem, oschłościami i lenistwem duchowym oraz ufne oddanie się Jezusowi i poddanie się Jego kierownictwu. Gdy człowiek osiągnie już taką dyspozycyjność, spontanicznie wchodzi w modlitwę kontemplacyjną, która zazwyczaj przybiera trzy różne formy: prostego ruchu ku niebu – gdy kontempluje Boga w zwierciadle rzeczy zmysłowych; ruchu spiralnego – gdy kontempluje Boga w zwierciadle tajemnic zbawienia; ruchu kolistego – gdy dusza kontempluje Boga w Nim samym<sup>35</sup>. Owocem zaś życia kontemplacyjnego kierowanego przez Boga jest tzw. drugie nawrócenie, czyli bierne oczyszczenie zmysłów, które stanowi przejście z drogi „oczyszczenia dusz początkujących”, na drogę „oświecającą dusz postępujących”. Niektóre dusze nie przechodzą jednak z jednej drogi na drugą. Są to tzw. dusze zapóźnione, które w konsekwencji stają się obojętne bądź oziębłe wobec Boga. Jest to wynikiem niedbalstwa w służbie Bożej w rzeczach drobnych albo odmowy pełnienia ofiar żądanych przez Boga. Zaniedbania w małych rzeczach szybko prowadzą do zaniedbań w wielkich, istotne wartości w życiu ulegają przesunięciu, a ludzie przestają być zdolni do podejmowania ofiar, których żąda Bóg. Zaczynają wtedy bardziej szukać siebie

<sup>32</sup> Por. tamże, s. 448–453.

<sup>33</sup> Tamże, s. 455.

<sup>34</sup> Tamże, s. 457.

<sup>35</sup> Por. tamże, s. 462.

niż swego Stwórcy. Jeśli jednak człowiek zacznie siebie często napominać, że jego obowiązkiem jest dążenie do doskonałej miłości Boga i bliźniego, to dzięki łasce Bożej może zostać wyrwany z tego stanu i pociągnięty przez Bożą Miłość. Rzadko to się zdarza, ponieważ człowiek z duszą oziębłą przy każdej okazji szuka egoistycznie siebie zamiast Boga. Swoje winy postrzega jako drobiazgi i z łatwością je usprawiedliwia, natomiast z wielką surowością piętnuje grzechy innych. Lekarstwem na ocenianie innych jest baczne obserwowanie samego siebie, rozważanie męki Chrystusa oraz zanoszenie próśb do Ducha Świętego, aby pokazywał człowiekowi jego grzechy i ich następstwa. Im bardziej zostanie umartwiony nasz egoizm, tym piękniejszy obraz Boży będzie odbijać się w naszych duszach. Wymaga to jednak gruntownego poznania siebie, umartwienia tego, co nieuporządkowane, i gorliwego pragnienia miłowania jedynie Boga.

## Zakończenie

Na podstawie przeprowadzonych analiz można zasadnie stwierdzić, że trudna droga oczyszczenia ludzkiej duszy jest możliwa do przejścia i jest niezwykle owocna. Miłość bowiem zmierza do bliskości. Jeśli więc człowiek w swojej duszy pragnie kochać Boga aż do wzgardy sobą i doświadczać bezpośrednio Jego obecności, musi stanąć do walki z tym, co w niej nieuporządkowane, umartwić zmysły i pożądania, rezygnować z własnej woli, oczyszczać się przez sakramenty i głęboką modlitwę, leczyć choroby odpowiednimi lekarstwami. Unikając czyhających na niego niebezpieczeństw, powinien tak żyć na tym świecie skażonym grzechem, jakby był od niego oderwany i zanurzony w tym, co nadprzyrodzone. Gorliwy w najmniejszych rzeczach, stanie się zdolny do ponoszenia nawet największych ofiar – z miłości do swego Odkupiciela i Oblubieńca swojej duszy. Wymaga to od człowieka przejścia bardzo wymagającej drogi, ale warto ją podjąć wbrew temu, co proponuje świat, aby doświadczyć Tego, który świat przekracza.

### **CLEANSING BEGINNERS' SOULS AS A FIRST STAGE OF SPIRITUAL LIFE, ACCORDING TO RÉGINALD GARRIGOU-LAGRANGE OP**

#### SUMMARY

Being indebted to the thought of R. Garrigou-Lagrange, this article shows the way of cleansing human souls which allows them to enter into a new stage of spiritual life. It concludes that such a cleansing requires from the souls a greater love for God and a disregard of themselves. Such an effort seems to be worthy of being made even in opposition to the promises of the world, since it guarantees them the experience of God who transcends the world.

**KEY WORDS:** to cleans souls, spiritual life, love for God, renunciation