

## **Ks. Józef Naumowicz: Być zawsze w Jego obecności. Cudowna moc modlitwy Jezusowej**

Diadoch, wybitny autor duchowy z V wieku, akcentuje rolę zachowania ciągłej pamięci o Imieniu Jezus: ona oczyszcza serce, oddalając złe myśli oraz działania szatana, zaspokaja potrzebę działania umysłu, pomaga mu się wyciszyć i skupić, rozbudza miłość do Chrystusa – pisze ks. prof. Józef Naumowicz w wydanej właśnie nakładem Wydawnictwa Esprit książce „Nowa filokalia. Droga do modlitwy serca”. Poniżej prezentujemy fragment publikacji.

„Jezusie, Synu Dawida, ulituj się nade mną!” – wołał niewidomy Bartymeusz do przechodzącego drogą Chrystusa. Przez dwa tysiące lat te słowa nie straciły nic ze swojej niezwykłej mocy – wciąż mogą uzdrowić nasze ciało i duszę.

Kto odkrył potęgę modlitwy Jezusowej? Jak zacząć praktykowanie jej w codziennym życiu? I dlaczego to właśnie ta modlitwa tak bardzo zbliża nas do przeżywania obecności Pana Boga? Odpowiedzi na te i wiele innych pytań udziela ks. Józef Naumowicz w swojej najnowszej książce “Nowa Filokalia. Droga do modlitwy serca”.

**Źródło mocy**

Ojcowie Pustyni uczyli się wiary w moc Imienia Bożego z Biblii: ze słów św. Pawła, że jest to „Imię ponad wszelkie imię, aby na imię Jezusa zgięło się każde kolano” (Flp 2, 9–10); z wyznania św. Piotra: „Nie dano ludziom pod niebem żadnego innego imienia, w którym moglibyśmy być zbawieni” (Dz 4, 12); z zapewnienia samego Jezusa, które jako swoisty testament wypowiedział w mowie pożegnalnej w Wieczerniku: „O cokolwiek prosilibyście Ojca, da wam w imię moje. Do tej pory o nic nie prosiliście w imię moje” (J 16, 23). Przykłady tej wiary dawali apostołowie, którzy wzywając Imienia Jezusa, głosili dobrą nowinę, leczyli chorych, wyrzucali złe duchy i czynili cuda. „W Imię Jezusa” znaczyło: Jego mocą. Wzywać Imienia Jezusa – to wzywać samego Jezusa, który jest Synem Bożym i Zbawicielem. To nie tylko wymieniać Jego Imię czy powoływać się na Niego, lecz także wyrażać swą bliską z Nim relację i wewnętrzny związek.

**Mocy tego Imienia doświadczał pierwszy wielki pustelnik, św. Antoni Egipski. W jego żywocie czytamy, że demon „zniknął zaraz na dźwięk słowa Chrystus” (Życie Antoniego, 40) oraz, że demon został „zgromiony w Imię Pana” (63). Nic dziwnego, że dla pustelników nastawionych na intensywną walkę duchową wzywanie Jezusa na pomoc stało się nieodłącznym elementem życia.**

W ten sposób powstała modlitwa Jezusowa, która kształtowała się stopniowo i w swej zasadniczej formie stała się czymś więcej niż praktyką aktów strzelistych skierowanych do Jezusa, zanoszonych okazjonalnie w różnych momentach życia, trudnych czy szczęśliwych.

**Na czym polega modlitwa Jezusowa?**

Modlitwa Jezusowa w swojej pełniejszej formie zawiera trzy główne elementy:

(1) jest skierowana do Jezusa i wiąże się z wiarą w moc Imienia Chrystusa;

(2) zakłada powtarzanie – ustnie lub jedynie myślą czy sercem – krótkiego wezwania modlitewnego (skierowanego do Jezusa); jest to modlitwa nieustanna, która wyrosła z dążenia do ciągłej pamięci o Bogu oraz o Jego obecności w nas i wśród nas;

(3) łączy się z postawą pokory i skruchy, dlatego wezwania mają zazwyczaj formę dwuczłonową, zawierającą wyznanie wiary („Panie Jezu Chryste”) oraz prośbę o pomoc i miłosierdzie („zmiłuj się nade mną”).

### **Oczyszczenie przez nieustanną obecność**

Diadoch, wybitny autor duchowy z V wieku, akcentuje rolę zachowania ciągłej pamięci o Imieniu Jezus: ona oczyszcza serce, oddalając złe myśli oraz działania szatana, zaspokaja potrzebę działania umysłu, pomaga mu się wyciszyć i skupić, rozbudza miłość do Chrystusa. Dzięki ciągłemu zajmowaniu się tym Imieniem, jego obecność we wnętrzu człowieka staje się coraz wyraźniejsza. Należy przyjąć postawę dziecka, które wciąż szczebiocze słowo „ojciec”, by z czasem formułować je coraz wyraźniej i wreszcie potrafić je wypowiadać „nawet we śnie”.

Diadoch nie precyzuje, czy słowa te należy powtarzać, czy jedynie o nich pamiętać. Zapewne chodzi o jedno i drugie, a więc o skupienie się na świętym i chwalebnym Imieniu Boga, by ono działało w głębi serca.

Wreszcie, podkreśla Diadoch, trud powtarzania krótkiej i prostej modlitwy zaspokaja potrzebę aktywności umysłu człowieka (rozum ludzki ma naturalną potrzebę działania, należy dać mu jako jedyne zajęcie tę krótką modlitwę). W ten sposób modlitwa zabezpiecza umysł przed rozproszeniem wielością pojęć i obrazów, a nawet oczyszcza z wszelkich myśli. W ujęciu Diadocha to skupienie się na jednym wezwaniu zawierającym Imię Jezus zostało wyraźnie włączone w ewagrijskie pojmowanie czystej modlitwy, podczas której umysł jest wolny od wszelkich wyobrażeń i myśli, nawet dotyczących Boga (Chrystusa). Zamykamy wówczas „wszystkie wejścia umysłu”, aby skupić się jedynie na obecności Chrystusa.

Podobnie abba Filemon, doświadczony mnich egipski, proponuje wzywianie Jezusa, a także „wewnętrzną medytację”, która nie jest rozmyślanie o Jezusie czy konkretnych wydarzeniach z Jego życia, ale nieustannym byciem z Nim, ciągłą pamięcią o Nim, przeżywaniem Jego obecności, zajmowaniem swej myśli Nim. Ta pamięć o Jezusie, połączona z uważnością i kontrolą myśli, ma być „nieustannym zajęciem” – dzięki temu obejmie ona cały umysł, wyobraźnię, serce i napełni słodyczą; prowadzi do wewnętrznego wyciszenia (hezychii), a dzięki temu do nieustannej modlitwy i więzi z Bogiem.

*Fragment nowej książki ks. prof. Józefa Naumowicza „Nowa filokalia. Droga do modlitwy serca” wydanej właśnie przez Wydawnictwo Esprit*

Zobacz spis treści

Zapoznaj się z publikacją na stronie wydawcy