

Hezychazm, zwany także modlitwą serca lub modlitwą nieustanną, jest czasem najlepszą formą walki o ważne sprawy. Jednocześnie pozwala wielbić i zachwycać się Bogiem.

We wczesnym średniowieczu w niektórych klasztorach na Wschodzie praktykowano hezychazm w formie najprostszej, tzn. mnisi przez większość czasu starali się odmawiać tylko jedną frazę: „Panie Jezu Chryste, zmiłuj się nade mną/nami”. Ja znam także wersję nieco „bogatszą”, kiedy powtarza się zdanie „Panie Jezu Chryste, Synu Boga Żywego, zmiłuj się nad nami”, jest nawet dość prosta melodia, na którą można po cichu śpiewać ten werset. W ogromnym skrócie, w hezychazmie chodzi o rozbudzenie serca do modlitwy, poprzez nieustanne (tak częste, jak to możliwe) powtarzanie, medytowanie jednego zdania. Usta, umysł i inteligencja zajmują się drażnieniem prawdy zawartej w modlitwie, ale prowadzi to do obudzenia się serca. Tak skutecznego, że można powiedzieć, jak w Pieśni nad Pieśniami „Ja śpię, a moje serce czuwa”.

Modłę się hezychazmem, kiedy przychodzi zbyt wiele spraw, ważnych, które trzeba powierzać Bogu. Kiedy widzę głębokie zasnienie powodzian, kiedy pamiętam o głodówce Guillermo Farinasa (Kuba, Santa Clara, już prawie 90 dni), kiedy dochodzą złe wieści od przyjaciół i znajomych, nie sposób mnożyć osobnych wezwań i prośb. Zamykam je wszystkie w jednym zdaniu „Panie Jezu Chryste, Synu Boga Żywego, zmiłuj się nad nami”. Wszystko, co kłębi się w sercu i głowie, mogę wtedy zanieść przed Boga w jednym westchnieniu, powtarzanym jak najczęściej. A ponieważ w międzyczasie chodzę, prowadzę samochód, kupuję coś, czekam w kolejce, mogę bezgłośnie „podrzucać” te sprawy Bogu. To mieści się w sformułowaniu „zmiłuj się nad nami”.

Pierwsza część hezychazmu, gdzie wyznaję, że Jezus Chrystus jest Synem Boga Żywego, przenosi mnie do tajemnicy zbawienia, dokonanego przez Chrystusa, zgodnie z życzeniem Żywego Boga. To jest moment uwielbienia i zachwytu nad Bogiem.

Myślę, że czasem potrzebujemy najprostszej modlitwy, która w krótkiej formie obejmuje wszystko, co chcemy przedstawić Bogu, zachowując także podstawowe odniesienie do Niego, postawę dziecka wtulonego w Nieskończoną Miłość.

ks. M. Puzewicz