

Tiberiados bendruomenė
Baltriškės, Zarasų raj.
Šv. Damijono maldos grupė
2006 sausio

Širdies malda

Kiekvienas tikintis žmogus pripažįsta maldos svarbą gyvenime, tačiau daugelis meldžiasi labai mažai. Jie puikiai žino, kad privalo neužmiršti pasimelsti, privalo savo maldai paskirti laiką, privalo savo gyvenime jai skirti pirmenybę. Tačiau šie “privalo” neturi pakankamai jėgų nugalėti kliūtis, kylančias iš daugybės užsiėmimų, darbų. Vis atsiranda netikėtas laiškas, svečias, nenumatytas susitikimas, įdomi knyga ir t.t. Nuolatinė veikla užgriūva kaip kalnas ir atskiria teorinį požiūrį į maldą ir jos praktiką. Kodėl taip atsitinka? Galbūt todėl, kad maldą laikome grynai protiniu užsiėmimu. Toks požiūris maldą apriboja vien pokalbiu su Dievu arba mąstymu apie Dievą.

Daugelis maldą supranta kaip paprasčiausią pasikalbėjimą su Dievu, tačiau tai paprastai būna ne dialogas, bet tik vienpusiškas savo minčių išsakymas. Ir tai veda prie nusivylimo. Jei man iškyla problema, noriu ją išspręsti, jei klausiu - laikiu atsakymo, jei man neaišku, turiu gauti patarimą. O kai vis labiau ir labiau ima atrodyti, kad kalbama į tamsą, nenuostabu, kad žmogus pradeda tokį pokalbį laikyti tik pasikalbėjimu su savim pačiu.

Nesulaukus jokio atsakymo kyla mintis, ar malda nebuvo klaidinga, bet dažniausiai pasijuntama apgautu ir atmetama malda. Atrodo daug prasmingiau pakalbėti su konkrečiu žmogumi, kuris mus išklauso ir atsako, nei su Dievu, kuris žaidžia su mumis slėpynių.

Į nusivylimą gali atvesti ir kitas požiūris, kuris maldą laiko vien proto svarstymu apie Dievą ir dieviškus dalykus. Tokia malda reikalauja didelio įtempimo ir nuvargina, ypač jei žmogui sunkiai sekasi refleksyvinius mąstymus. Šalia visų kitų klausimų ir problemų, svarstymas apie Dievą pasidaro bereikalinga našta. Imama manyti, kad gera malda yra tik ta, kuri atneša naują intelektualinį Dievo pažinimą.

Nusivylus tokia malda nedaug trūksta, kad žmogus ją visiškai apleistų. Paskaityti knygą ar ruošti pamokslą tikrai pasidaro daug maloniau už tokią protinę kelionę į nežinomybę. Šios abi nuomonės apie maldą kyla iš mūsų kultūros, kurioje pripažįstamas pasaulio užvaldymas vien protui padedant. Manoma, kad viskas gali būti iki galo išsiaiškinta ir užvaldyta. Dievas - tik viena iš problemų, kurias galima išspręsti savo dvasinėmis pastangomis.

Be abejo negalima paneigti proto vaidmens maldoje, bet nereikia jo ir pervertinti. Kaip galima laukti, kad malda žmogų sustiprintų, kad joje jis patirtų dievišką pagalbą ir paguodą, jei tai bus tik jau ir taip apkrauto proto papildomas įtempimas?

Paskutiniu metu vis labiau pripažįstamas proto ribotumas. Žmogus įsitikina, kad jam reikia kažko daugiau kaip įdomių pamokslų, įdomių maldų. Jis pats nori Dievą patirti. Iš čia kyla įvairūs judėjimai bei eksperimentai. Žmonės prašo išmokyti melstis, bet kaip galima išmokyti kitą, jei pats nemoki. Maldos gyvenimo krizė glūdi tame, kad, nors mintys sukasi apie Dievą, širdis lieka toli. Tikros širdies maldos gali pamokyti senieji dykumų vienuoliai.

Esame užaugę kultūroje, kur vyrauja proto persvara, todėl ypač svarbu išmokyti širdies maldos. Vienas rusų mistikas Teofanas Atsiskyrėlis taip ją aprašo: “Melstis, tai reiškia nuo proto pereiti į širdį ir ten tiesiog būti prieš esančio ir visamatančio Viešpaties veidą”. Pagrindinė senųjų tėvų idėja ir buvo - stovėti savo sieloje Dievo akivaizdoje, kuris ten gyvena ir tada širdis kalbės širdžiai.

Reikia teisingai suprasti, kad žodis širdis čia suprantamas pilna jo bibline prasme. Mūsų aplinkoje širdis suprantama kaip švelnumo ženklas, kaip vieta, kur glūdi šilti jausmai, supriešinant su šaltomis proto

mintimis. Tačiau žodis širdis žydiškoje ir krikščioniškoje Tradicijoje yra kaip visų fizinių, emocinių, intelektualinių, valios ir moralinių jėgų šaltinis. Iš širdies kyla nesuprantami impulsai ir žinomi jausmai, norai. Širdyje glūdi pojūčių ir pažinimo pagrindas bei centras. Galiausiai širdis yra valios buveinė, kuri numato planus ir daro gerus pasiryžimus. Tai lyg mūsų asmens centras, kuriame ne tik Dievas gyvena, bet ir į kurį kėsina šėtonas. Tai maldos vieta.

Vienas iš dykumų tėvų, Makarijus Didysis, sako: “Pagrindinė atletų (tai reiškia vienuolių) užduotis yra įžengti į savo širdį”. Tai nereiškia, kad vienuolis turi melstis vien jausmais, bet jis turi stengtis, kad malda apimtų visą jo esybę. Kelias į Dievą eina per širdį. Širdies malda tai tokia malda, kuri mūsų ryšių su Dievu neapriboja tik įdomiais žodžiais ar pamaldžiais jausmais. Tokia malda priartina mus prie Kristaus, nes mūsų sielos akims atveria tiesą apie mus pačius apie Dievą. Širdyje laikome save nusidėjėliais, kuriuos apglobė Dievo gailestingumas. Širdies malda verčia mus nuo Dievo visiškai nieko neslėpti ir besąlygiškai jam pasivesti. Tokia malda demaskuoja daugelį mūsų susikurtų iliuzijų tiek apie mus pačius tiek apie Dievą bei veda į tikrą nusidėjėlio ir maloningojo Dievo susitikimą. Tik taip pasieksime ramybę. Pagundos ir kova truks iki gyvenimo pabaigos, tačiau turėdami tyrą širdį net ir besiblaškančiame pasaulyje rasime ramybę. Tačiau kaip galima praktikuoti šią širdies maldą tarp daugybės kasdieninių užsiėmimų? Kokia ši malda turi būti?

Visų pirma širdies malda yra kurstoma trumpomis, paprastomis maldomis. Dabartinėje daugžodinėje kultūroje ypač svarbu tai suprasti. Jonas Klimakas yra pasakęs: “Tavo malda turi būti labai paprasta. Nesistenk daug pasakyti. Kol ieškosi žodžių dvasia išsiblaškys. Dangiškasis tėvas dažnai negali atsispirti nuolat kartojamiems mažo vaiko žodžiams. Vienas žodis muitininko lūpose sutaikė jį su Dievu; vieno pilno pasitikėjimo prašymo užteko išgelbėti lupikautojui. Kai maldoje daug kalbama, siela apsunkinama visokiais blaškančiais vaizdais ir pamaldumas dingsta. Maldoje reikia labai mažai arba pasakyti tik vieną žodį, tada siela bus susikaupusi. Ar jaustum šiame maldos žodyje ypatingą paguodą ar ypatingą prislėgtumą, pasilik su juo.

Tai svarbus nurodymas mums, kurie esame taip priklausomi nuo tikslaus kalbos formulavimo. Ramus vieno žodžio kartojimas gali padėti savo dvasia įeiti į širdį. Toks kartojimas neturi nieko bendro su magija. Tai ne burtažodis ir ne pastangos, kad Dievas mus išgirstų. Priešingai, dažnas žodžio ar sakinio kartojimas labai padeda susikaupti, įeiti į savo vidų, sukurti vidinę tylą ir taip išgirsti Dievo balsą. Jei mes tik stengiamės išlikti ramūs ir laukiame kol Dievas į mus prabilis, tuojau pat užpuola įvairiausios mintys ir idėjos. Tačiau jei pasirenkame vieną visiškai paprastą sakinį, kaip “Jėzau pasigailėk manęs”, “Dieve, padėk man” arba tik žodį “Viešpatie” ar “Jėzau”, mums daug lengviau išvengti išsiblaškymų, jiems nepasiduoti. Tokia paprasta, lengvai kartojama malda gali pamažu išlaisvinti mūsų perkrautą vidų ir sukurti tylų būstą, kuriame galėsime būti Dievo akivaizdoje. Ji gali būti vadovas įeiti, nusileisti į savo širdį ir pakilti prie Dievo.

Jei ištikimai ir nuolat praktikuosime šią maldos rūšį, pamažu ji atneš ramybę ir padarys mus paklusnius mummyse esančio Dievo veikimui. Jei ankstų rytą 20 minučių praleisime sėdėdami ir kartodami “Viešpats yra mano Ganytojas”, tai pamažu susikursime mažą lizdą savo širdyje ir galėsime ten išlikti visą dieną. Net kai dienos metu kalbame, dirbame ar ilsimės, malda toliau skambės širdyje. Šis pratybas reikalingas ne tam, kad geriau suprastume ką reiškia, jog Dievas vadinamas mūsų Ganytoju, bet, kad viduje patirtume Dievo maloningą rūpestį visomis mūsų mintimis, kalbomis ir veiksmais.

Antras svarbus širdies maldos požymis - ji yra nepaliaujama. Kaip reikia vykdyti apaštalo Pauliaus nurodymą “melskite be paliovos”, rodo dykumų tėvų, taip pat ir XIX a. Rusijos vienuolių gyvenimo pavyzdžiai.

Senaisiais amžiais buvo tokių, kurie atmetė bet kokį rankų darbą, laikydami jį maldos žmogui netinkamu. Vieną kartą keletas šios sektos narių atėjo pas vienuolį Lucijų. Šis jų paklausė: “Ką jūs dirbate?” “Mes tik meldžiamės be paliovos, kaip liepė apaštalas”. Tada senasis vienuolis ėmė jų klausinėti kas meldžiasi už juos, kai jie valgo ir miega, šie atsakė, kad niekas. Lucijus ėmė pasakoti apie save. Jis atsėdęs Dievo akivaizdoje veja iš palmių pluošto virvę, sakydamas: “Pasigailėk manęs, Dieve. Tave beribiame

gailestingume ir dėl tavo gailestingumo apstybės plaunu aš savo neteisumą”. Ir tai yra malda. Pardavęs dienos darbo vaisius, už dalį pinigų jis nusiperka maisto, o kitą išdalina kaip išmalda vargšams ir šie meldžiasi už jį net tada, kai jis valgo ir miega. Taip su Dievo malone jis meldžiasi be paliovos. Tai nurodymas, kad dėka meilės artimas tampa maldos dalininku ir padaro ją nepaliaujama malda.

Į tą patį klausimą bando atsakyti ir kita istorija apie vieną rusų piligrimą. Jis bažnyčioje išgirdo skaitant laišką Tesalonikiečiams, kuriame sakoma: “be paliovos melskitės” (5,17) ir susimąstė kaip tai galėtų įvykdyti. Ieškodamas atsakymo jis keliavo iš bažnyčios į bažnyčią ir klausėsi pamokslų, tačiau jam niekas nepaaiškėjo. Galiausiai piligrimas atvyko pas vieną atsiskyrėlį ir paprašė jo patarimo bei paaiškinimo. Šis maloniai atsakė ir pamokė Jėzaus maldos: “Nepaliaujama, vidinė Jėzaus malda yra nepertraukiamas, nuolatinis šaukimasis dieviškojo Jėzaus Kristaus vardo lūpomis, dvasia ir širdimi, kartu įsivaizduojant nuolatinį jo esamumą ir prašant jo gailestingumo kiekviename veiksmo, kiekvienoje vietoje, kiekvienu metu, net miegant. Jį išreiškiame žodžiais: “Viešpatie Jėzau Kristau, pasigailėk manęs”.

Keliaudamas toliau piligrimas kartojo šią maldą savo lūpomis tūkstančius kartų. Ši Jėzaus malda tapo jo palydove. Ir štai vieną dieną jis pajuto, kad malda jo širdyje pati ima skambėti. Piligrimas tarė: “Širdis su kiekvienu suplakimu pradėjo viduje sakyti maldos žodžius... Aš lioviausi kalbėjęs maldą lūpomis ir tik klausiausi ką kalbėjo širdis.”

Tokie yra keliai per artimo meilę ar Jėzaus maldos veikimą pasiekti, kad visa diena taptų nenutrūkstama malda. Tai nereiškia, kad būtinai turime jais sekti, tačiau turime apmąstyti kaip nepaprastai užimtame gyvenime galime nuolat melstis, taip, kad ar valgome, ar geriame, ar ką nors kitą darome, visa darytume Dievo garbei (plg. 1 Kor. 10,31) Dievą mylėti ir jo garbei darbuotis - negali pasilikti vien pamaldžiu troškimu apie kurį retkarčiais pagalvojame. Tai turi tapti nuolatinio vidinio Dievo pagarbinimu.

Paskutinė širdies maldos žymė yra tai, kad ji visa apima. Šios maldos galia slypi tame, jog viskas, ką tik sutinkame, kas mus sujaudina, tampa malda. Kai kam nors pažadame melstis už jį, prisiimame rimtą pareigą. Liūdniausia yra tai, kad iš šio pažado nelieka nieko kaip tik geranoriška užuojauta. O kai išmokstame dvasioje įeiti į savo širdį, tada visi, kuriuos tik gyvenime sutinkame yra įvedami į šventą Dievo akivaizdą. Čia kalbame apie paslaptį, kuriai nusakyti nėra žodžių: mūsų širdį, būties centrą Dievas taip išplečia, kad ji apima visą Visatą. Tada per maldą širdyje mes nešiojame kiekvieną žmogišką skausmą, rūpestį, konfliktą ir baimę, kančią ir alkį, vienatvę ir vargą. Ir ne todėl, kad pažinimas ar atjautimas - būtų didesnis, bet todėl, kad Dievo Širdis su mūsų širdimi tapo viena.

Todėl galime suvokti Jėzaus žodžių prasmę: “Imkite ant savo pečių mano jungą ir mokykitės iš manęs, nes aš romus ir nuolankios širdies, ir jūs rasite savo sieloms atgaivą.” Jėzus mus ragina paimti jo našta, kuri yra viso pasaulio našta, apimanti visų laikų ir kraštų žmogišką skausmą. Tačiau ši dieviška našta yra lengva, kai mūsų širdis tampa perkeista į romią ir nuolankią Viešpaties Širdį.

Širdies malda, tai lyg sielos kvėpavimas, tai svarbiausias punktas to naujo gyvenimo, į kurį norime eiti ir kitus vesti. Širdies malda reikalauja pastangų, reikalauja tęsti įprastas maldas ir atidžiai klausytis Šv. Dvasios įkvėpimų. Širdies malda nėra atsiskyrimas nuo bendruomenės ir jos reikalų. Ji padeda atskirti pelus nuo grūdų, tapti tikru Jėzaus Kristaus liudytoju. Ji padeda ištyrinti širdį ir atveria akis į tikrovę. Širdimi mes ne tik geriau įžiūrime savo vargingą ir laimingą aš, bet ir mylintį, rūpestingą gailestingą Dievo veidą. Kai šitai pasieksime, galėsime ramia širdimi išlikti audringame pasaulyje, kai savo ramybę rasime Dievuje, ją skleisime kur tik beeitume ir ką besutiktume.

Pagal Henri J. M. Nouwen “Feuer, das von innen brennt” parengė L. V.