

PASTORACINIS LAIŠKAS

APIE KONTEMPLIACIJĄ

Mons. Fernando Ocáriz

Opus Dei prelatas

Roma, 2026 m. spalio 16 d.

Copyright © 2026 Prelatura Sanctæ Crucis et Operis Dei

Be aiškaus autorių teisių savininko sutikimo draudžiama bet kokia vieša šio leidinio ar jo dalies sklaida

Pro manuscripto

www.opusdei.org

TURINYS

Laiškas apie kontempliaciją (n. 1-2)

Nuolatinis Jėzaus pokalbis su Tėvu (n. 3)

Kontempliacija šv. Chosemarijos gyvenime (n. 4-5)

Skubančiame pasaulyje (n. 6-8)

„Tavo veido, Viešpatie, aš ieškau!“ (n. 9)

Matyti Dievą visame kame (n. 10)

Žvelgti į dangų stovint ant žemės (n. 11-12)

Laikas trumpas (n. 13)

Kontempliacija yra Dievo dovana (n. 14-16)

Palaiminti tyraširdžiai (n. 17-18)

Matyti Dievą kituose žmonėse (n. 19)

Kaip mylimi vaikai (n. 20-21)

Su sielų troškuliu (n. 22-23)

Mylimiausieji, tesaugo Jėzus mano dukteris ir sūnus!

1. Šių metų kovo žinioje pasiūliau Jums rengiantis Dievo Darbo šimtmečiui nuo šių iki kitų metų spalio giliau apmąstyti „buvimą kontempliatyviais žmonėmis viduryje pasaulio, kadangi mūsų Tėvas tame išvelgė daugelį esmingų *Opus Dei* dvasios dėmenų“¹.

Mūsų savitas pašaukimas skatina mus trokšti būti kontempliatyviais viduryje mums įprastų aplinkybių. *Opus Dei* nėra tiesiog būdas įgyvendinti tam tikras religinio pobūdžio pareigas. Tai jau daug, bet, sykiu, to maža. Mūsų dvasingumas skatina išsikelti daug aukštesnį tikslą – jis skatina mus žvelgti į pasaulį ir jį mylėti iš Dievo meilės, būti Jo žvilgsnio dalininkais. Tai yra ambicingas kvietimas. Atsiliepdami į jį kliaujamės ne vien savo jėgomis, bet, visų pirma, Dievo pagalba. Todėl rengdamiesi Dievo Darbo šimtmečiui su dideliu troškimu visiškai įgyvendinti savo pašaukimą, galime paklausti savęs: ar laikau save pašauktu kontempliacijai? Ar žinau, kad nors ir turiu trūkumų bei patiriu sunkumų, Dievas nori padėti man tapti kontempliatyviu viduryje pasaulio? Ar suvokiū, kad Dievas šaukia mane atrasti Jį kiekviename žingsnyje, kiekviename įvykyje, kiekvieną akimirką?

2. Kad suprastume, kas yra kontempliacija, Bažnyčios teologinė tradicija pateikia mums klasikinį šv. Tomo Akviniečio apibrėžimą: kontempliacija – tai *simplex intuitus veritatis ex caritate procedens*, paprastas ir betarpiškas žvilgsnis į tiesą, kylantis iš meilės². Tai nėra vien proto įžvalga ar spekuliatyvaus protavimo žvilgsnis. Kontempliacija yra meilės kupinas žvilgsnis, iš meilės gimstantis regėjimas. Benediktas XVI paaiškina taip: „Krikščionio programa – tai gailestingąjo samariečio programa, Jėzaus programa – yra ‘reginti širdis’. Ta širdis mato, kur reikia meilės, ir atitinkamai veikia“³. Kai širdis yra kupina Dievo meilės, protas ir jausmai susivienija paprastame regėjimo veiksmo. Žvelgiama į tai, kas mylima, o šis žvilgsnis palaipsniui perkeičia tą, kuris žvelgia.

¹ 2026 m. kovo 19 d. Prelato žinia.

² Plg. Šv. Tomas Akvinietis, *Summa Theologiae*, II-II, q. 180, a. 3.

³ Benediktas XVI, *Deus caritas est*, n. 31. Šio ir kitų šiame laiške cituojamų Bažnyčios dokumentų vertimas į lietuvių kalbą skelbiamas eis.katalikai.lt elektroninių išteklių sistemoje (*vert.past.*).

Nuolatinis Jėzaus pokalbis su Tėvu

3. Jėzus Kristus mums yra daug daugiau, nei tiesiog sektinas pavyzdys. Jis yra mūsų gyvenimas; Jis nori gyventi savo gyvenimą mūsų gyvenime. Savo žemiškojo gyvenimo metais Viešpats norėjo pabrėžti savo nuolatinį pokalbį su Tėvu įvairiausiomis aplinkybėmis ir daugelyje vietų. Matome, kaip Jis meldžiasi, pavyzdžiui, per savo krikštą Jordano upėje (plg. Lk 3, 21); ieško nuošalių vietų, kad būtų su Juo tyloje (plg. Mk 1, 35; Lk 5, 16; 9, 18); matome, kaip jis eina į nuošalų kalną (cfr. Mt 14, 23; Mk 6, 46; Lk 6, 12; 9, 28-29). Matome, kaip Jis, kančios valandomis, kalbasi su Tėvu: nuo agonijos alyvų sode (plg. Mt 26, 36–44) iki kryžiaus (plg. Lk 23, 34.46).

Be abejo, nekalbant apie konkrečias akimirkas ar Jėzaus maldos formas⁴, žinome, jog iš tikrųjų visas jo gyvenimas yra nepertraukiamas pokalbis su Tėvu, bendravimas, kuris taip pat susideda iš veiksmų ir žvilgsnių, darbo ir poilsio. Jėzaus malda „apima visą Jo gyvenimą, idant slaptas drėkinamasis kanalas, kuris gaivina būtį, santykius, gestus ir kuris viskam vadovauja, su vis augančiu tvirtumu, iki visiško savęs dovanojimo, pagal Dievo Tėvo meilės projektą“⁵.

Šv. Chosemarija ypač atkreipė dėmesį į Kristaus kontempliaciją per trisdešimt Jo paslėpto gyvenimo metų. Šis Jėzaus, Marijos ir Juozapo gyvenimas yra kontempliatyvus ir, kartu, toks įprastas, be nieko išskirtinio. „Jėzus, augdamas ir gyvendamas taip, kaip ir mes, – sakė šv. Chosemarija –, atskleidžia mums, kad žmogiškoji egzistencija ir bet kuri, net paprasčiausia žmogiškoji veikla turi dieviškąją dimensiją ir prasmę. (...) Jis gyveno tarsi šešėlyje, bet šis Jo gyvenimo periodas švyti it saulės šviesa. Arba, išties, ryški šviesa, kuri nušviečia mūsų dienas ir suteikia joms tikrąją prasmę“⁶.

Kontempliacija šv. Chosemarijos gyvenime

4. „Kontempliatyvus keliauninkas“: taip šv. Chosemariją apibūdina dekretas apie jo herojiškas dorybes. „Būdingiausių jo asmenybės bruožų reikia ieškoti“, pastebima dokumente, „ne tiek jo išpūdingose veikimo savybėse, kiek maldos gyvenime bei nuolatinėje vienybės patirtyje, dėl kurios jis tikrai

⁴ Plg. *Katalikų Bažnyčios Katekizmas*, n. 2598-2616.

⁵ Benediktas XVI, *Audiencija*, 2011 m. lapkričio 30 d.

⁶ *Kristus eina pro šalį*, n. 14.

tapo kontempliatyviu keliauninku“⁷. Toks pats yra mūsų, jo dukterų ir sūnų Dievo Darbe, ir visų kitų žmonių, kurie prisiartina prie *Opus Dei*, pašaukimas: būti *kontempliatyviais keliauninkais*, puoselėti pokalbį su Dievu viduryje mūsų miestų kelių bei mūsų gyvenimo šurmulyje; visada būti su Dievu, kur bebūtume: savo namuose, savo darbuose ar kitoje savoje aplinkoje.

„Jėzau, tegu mano išsiblaškymai būna atvirkštiniai: užuot prisiminęs pasaulį, kai bendrauju su Tavimi, teprisiminsiu Tave užsiimdamas pasaulio reikalais“⁸, meldėsi šv. Chosemarija. Mūsų steigėjas siekė atrasti Dievą visuose įvykiuose, ieškojo Jo buvimo viduryje to, kas iš pažiūros buvo labiausiai „profaniška“; norėjo atrasti skambią poeziją⁹ veiksmuose, kurie galėjo atrodyti stokojantys transcendencijos ar tiesiog banalūs.

5. Šv. Chosemarija patyrė, kad Dievas patvirtino šį pašaukimą giliomis jo paties maldos patirtimis pasaulio šurmulyje: skaitant laikraštį, kelionėje tramvajuje, vieno didelio miesto srautuose. Tai situacijos, kurios, iš esmės, labai panašios į daugelį mūsų gyvenimo situacijų.

„Noriu pažymėti, nes tai kažkas keisto, kad Jėzus dažnai dovanoja man maldą, kai skaitau spaudą“¹⁰, kartą rašė jis. Po kelių dienų jis vėl pažymėjo kažką panašaus: „Paskutinį šeštadienį nuėjau į *Retiro* parką (...) ir mėginau paskaityti laikraštį. Malda atėjo taip stipriai, kad, prieš savo valią, turėjau liautis skaitęs. O tada kiek daug Meilės ir pasitikėjimo aktų Jėzus įdėjo į mano širdį ir į mano lūpas!“¹¹. Jis taip pat aprašė savo maldą keliaujant mieste: „Patyriau pačią pakiliausią maldą (...) kelionėje tramvajuje ir, vėliau, bastydamasis Madrido gatvėmis, kontempliuodamas tą nuostabią tikrovę: Dievas yra mano Tėvas“¹². Būtent šiandien, kai siunčiu Jums šį laišką, sukanka 95 metai nuo tos patirties dienos¹³.

⁷ 1990 m. balandžio 9 d. dekretas apie Dievo tarno Chosemarijos Eskrivos de Balagero herojiškas dorybes.

⁸ *Kalvė*, n. 1014.

⁹ *Pokalbiai*, n. 116.

¹⁰ *Asmeniniai sąsiuviniai*, n. 618 (1932 m. vasario 26 d.).

¹¹ *Ibid.*, n. 619 (1932 m. vasario 29 d.).

¹² *Instrukcija apie šv. Gabrieliaus darbą*, n. 22, 28 išnaša.

¹³ Tai būtent 1931 m. spalio 16 d. (plg. A. Vázquez de Prada, *El Fundador del Opus Dei*, t. I, p. 389). Po kelerių metų prisimindamas šią akimirką, jis rašė: „Šviesoje, kuri nebuvo mano paties, kontempliauvau tą stulbinančią tiesą, kuri pasiliko įžiebta mano sieloje lyg žarija, ir niekada neužgeso“ (*Laiškas* 15, n. 41).

Antrojoje XX amžiaus pusėje jis patyrė kažką panašaus pirmą kartą lankydamasis Londone, vienoje iš didžiausių multikultūrinių pasaulio sostinių: „Mąstydamas apie visa tai sumišau ir pasijutau bejėgis: Chosemarija, čia tu negali nieko nuveikti. Buvau teisus: vienas nebūčiau nieko pasiekęs; be Dievo nė šiaudelio nepajėgčiau pakelti nuo žemės (...). Staiga, viduryje gatvės, kuria be perstojo ėjo žmonės iš visų pasaulio kraštų, savyje, savo širdies gelmėje pajutau Dievo rankos jėgą: tu negali nieko, tačiau Aš galiu viską“¹⁴.

Toks yra kelias, kuriuo mus kviečia žengti Šventoji Dvasia per šv. Chosemariją – keliauti per gyvenimą su Dievo mylimų vaikų užtikrintumu ir jėga, gyventi su Juo, viskuo dalintis su Juo; arba, kalbant Mokytojo žodžiais, kurie paliko neišdildomą prisiminimą mylimajam mokiniui, *pasilikti* Jame¹⁵.

Skubančiame pasaulyje

6. Šiuolaikinio pasaulio analizė rodo, kad mūsų visuomenė pasižymi polinkiu į aktyvizmą, tendencija gyvenimą paskirti vien tik darbui. Atrodo, kad daugelis žmonių deda pastangas vien tik didinti produktyvumą, kad puoselėtų gerovę kaupdami materialinius išteklius, patirtis, socialinį prestižą... Prie viso to prisideda taip pat ir nuolatinis technologijų buvimas beveik visose gyvenimo srityse. Jeigu jomis nėra naudojamosi su išmintimi, technologijos gali atskirti nuo kitų žmonių, trikdyti bendravimą ir netgi kliudyti puoselėti nusistatymą klausytis Dievo ir kitų žmonių. Išties, kalbama apie tikrą susikaupimo ir dėmesio krizę, o tai yra būtina, kad puoselėtume vidinį gyvenimą ir mylėtume kitus žmones. Gebėjimas susikaupti yra sąlygojamas daugybės interesų, kurie kovoja tarpusavyje, kad užimtų visą dėmesį. Kaip neseniai pastebėjo Leonas XIV, „naujosios technologijos pavirto dirbtine aplinka, kurioje yra išbandomi visi svarbiausi mūsų pasirinkimai“¹⁶.

7. Tokioje padėtyje daugelis šiandien ieško būdų padėti žmonėms atrasti atgaivą, o gyvenimui – prasmę, kuri pranoktų karštligišką aktyvizmą. Tuo galima paaiškinti, bent iš dalies, susidomėjimą „dvasingumu“ – tai jau keletą

¹⁴ Meditacija, 1958 m. lapkričio 2 d. (citata iš A. Vázquez de Prada, *El Fundador del Opus Dei*, t. III, p. 344).

¹⁵ Plg. pvz. Jn 15,4 ir toliau; 1 Jn 2,6 ir toliau; 4,12 ir toliau.

¹⁶ Leonas XIV, Prakalba, 2026 m. birželio 6 d.

dešimtmečių pastebima kai kuriose šalyse. Atsiranda vis daugiau pasiūlymų, kurie, galiausiai, patenkina tik iš dalies, nes jie trumparegiški lyginant su antgamtiško ir žmogiško gyvenimo pilnatve, kurią mums siūlo Jėzus Kristus.

Nors kai kurie pasiūlymai tėra trapios materialinio pobūdžio garantijos ar gerbūvis, suprantamas vien supasaulėjusio požiūrio į gyvenimą terminais, „tuo pačiu metu pastebime daug ženklų, kurie mums liudija apie bundantį religinį suvokimą, naują Dievo svarbos žmogaus gyvenime atradimą, dvasingumo poreikį, būtinybę pranokti vien tik horizontalų, materialistinį požiūrį į žmogaus gyvenimą“¹⁷. Visi savo aplinkoje esame susidūrę su tuo dvasiniu troškiniu, kuris siekia atrasti kontempliaciją, Dievo bendrystę ir ramybę.

8. Šv. Chosemarija ragino visus krikščionis „būti maldos sielomis“, kontempliatyviomis sielomis viduryje pasaulio. Jo žodžiai yra pritaikomi kiekvienai epochai, taip pat ir sekuliarizacija bei nuolatinis technologiniu vystymusi pasižyminčiai dabarčiai: „Kol esu gyvas, nepaliausiu kalbėjęs, jog sielai nuolat labai reikia maldos, nesvarbu, kokia proga ir kokiomis aplinkybėmis, nes Dievas mūsų niekada neapleidžia (...). Šis Viešpaties ieškojimas visą mūsų dieną paverčia nuoširdžiu, pasitikėjimo pilnu pokalbiu. Aš apie tai kalbėdavau, dažnai apie tai rašydavau, bet man nesunku dar pakartoti, nes Viešpats mums savo pavyzdžiu parodė, kad reikia melstis nuolat, nuo ryto iki vakaro ir nuo vakaro iki ryto“¹⁸. Išties, gyvename labai palankiomis aplinkybėmis – pasaulis šaukiasi mūsų, kad dalintumėmės šiuo požiūriu.

Praėjusiais metais šv. Chosemarijos liturginio minėjimo homilijoje kalbėjau, kad mūsų „bėgalinis troškulys pasireiškia įvairiopai, nors ir ne viskas pasotina širdį. Galbūt turime patirties, kai veltui ieškojome laimės, pagrįstos vien tik materialinėmis gėrybėmis, pasisekimu ar patogumu. Vis dėlto, žinome, kad tik Dievas viskam suteikia prasmę ir išpildo mūsų širdies troškimus“¹⁹. Šis dvasingumo poreikis, šis Dievo troškimas, glūdintis kiekvieno žmogaus širdies gelmėje (taip pat ir tų, kurie atrodo labiausiai nutolę nuo Bažnyčios) yra priežastis, kodėl Dievo kvietimas būti kontempliatyviais viduryje pasaulio yra ypač reikalingas.

¹⁷ Benediktas XVI, Audiencija, 2011 m. gegužės 11 d.

¹⁸ *Dievo bičiuliai*, n. 247.

¹⁹ Homilija, 2025 m. birželio 26 d.

„Tavo veido, Viešpatie, aš ieškau!“

9. Dinamika, kuria labiausiai pasižymi meilė, – tai mylimojo ieškojimas. Tas, kuris myli, nepasitenkina paviršutinišku pažinimu. Jam negana žinoti keletą detalių apie mylimą žmogų: jis trokšta žvelgti į to žmogaus veidą, būti šalia, girdėti balsą. Tikroji krikščioniška malda pasižymi tuo sūnišku psalmininko šūksniu: *Vultum tuum, Domine, requiram* (Ps 27 [26],8), Tavo veido, Viešpatie, aš ieškau!

Mūsų Tėvas taip darė pats ir to mokė – su užsidegimu ieškoti Kristaus veido įprasto gyvenimo aplinkybėmis. Vienoje iš savo homilijų, su jėga žmogaus, kuris pats tai patyrė, jis paaikškino, kaip tas, kuris myli Dievą, patiria nenuslopinamą būtinybę nuolatos Jo ieškoti: „Iš pradžių viena maldelė, paskui kita, trečia... Kol šis uolumas ima rodytis nepakankamas, nes žodžiai tokie menki... Ir tada žmogus visa širdimi atsiveria Dievui, neatplėšdamas nuo Jo žvilgsnio. Apimtas jaudulio, susižavėjimo. Kol nepaisydami savo klaidų ir ribotumo stengiamės kuo tobuliau atlikti savo pareigas, mūsų siela karštai trokšta atsiplėšti nuo kasdienybės. Ji veržiasi Dievop lyg geležis prie magneto. Žmogus, pagautas švelnaus jaudulio, pradeda vis labiau mylėti Jėzų“²⁰.

Siela, kuri ieško Viešpaties veido įprastame gyvenime, būtent ten randa pačią geriausią vietą šiam susitikimui. Kontempliacija nepriklauso tik keletui išrinktųjų, tai nėra tik tiems, kurie pasitraukia iš pasaulio. Troškimas regėti Dievą įgyvendinamas viduryje kasdienių užsiėmimų. Susitinkame su Viešpačiu prie darbo stalo, rūpindamiesi šeima, visuomeniniuose santykiuose ir ilsėdamiesi. Meilė skatina mus rasti į mus žvelgiančio Kristaus akis ir atsakyti Jam tuo pačiu.

Matyti Dievą visame kame

10. Šis meilės kupinas žvilgsnis giliai perkeičia tai, kaip suprantame tikrovę. Atrandame pagrindą dėkoti ir šlovinti už tuos dalykus, kuriuose anksčiau įžvelgėme tik problemas; imame nujausti nuolatinį Dievo rūpestį tose situacijose, kuriose anksčiau galvojome esą palikti likimo valiai; pradėdame bendrauti su Juo ten, kur anksčiau užsiimdavome vien tik vidiniu monologu. „Kad ir kur bebūtume, gatvės triukšme ir žmogiškuose rūpesčiuose, fabrike,

²⁰ *Dievo bičiuliai*, n. 296.

universitete, laukuose, biure ar šeimos namuose, patiriame paprastą sūnišką kontempliaciją nuolatiniam dialoge su Dievu. Juk viskas (žmonės, daiktai, užduotys) mums yra proga nuolatiniam pokalbiui su Dievu ir jo tema²¹.

Tikėjimas atveria mums akis nuolat suvokti visada veiksmingą Dievo buvimą čia ir dabar: taip atrandame nenusakomą kiekvienos akimirkos ir situacijos vertę ir žinome, kad kiekvieną akimirką Dievas mus be galo myli. Atpažįstame Apvaizdos rūpestį mumis mažuose ir dideliuose kiekvienos dienos įvykiuose. Džiaugsmas, sunkumai, pasisekimai ir prieštaravimai mums tampa tema ir vieta pokalbiui su Dievu. Jokia tikrovė nėra tiesiog neutrali; jokia tikrovė nestokoja antgamtinės vertės, jeigu tai priimame su troškimu tarnauti ir pagelbėti kitiems žmonėms.

Žvelgti į dangų stovint ant žemės

11. Yra rizika supainioti dvasinį gyvenimą su sentimentaliu kasdienių pareigų vengimu arba užsidarymu abstrakčiuose idealuose. Priešingai, tikrosios krikščioniškos kontempliacijos šaknys glūdi Įsikūnijimo tikrovėje. Dievas neprašo, kad nieko neveikdami žiopsotume į debesis, o kad pakeltume akis į dangų būtent dėka to, kuo gyvename, ką laikome savo rankose – taip pat ir nenumatytą ar nemalonių įvykių dėka, kuriais pasižymi įprastas gyvenimas.

Ne tik maldos ir susikaupimo laikas, kuris yra būtinas, bet ir gerai atliktas darbas ir rūpestis šeima, pilietinės pareigos bei draugystė mums yra proga kontempliacijai. Homilijoje *Karštai mylėti pasaulį* šv. Chosemarija tai pasakė ypač išraiškingai: „Mano vaikai, kito kelio nėra: arba mes gebame surasti Viešpatį savo kasdienybėje, arba Jo niekada nesurasime. Todėl ir sakau, kad dabar, mūsų dienomis, materijai ir pačioms paprasčiausioms žmogiškojo gyvenimo situacijoms reikia sugrąžinti jų kilnią pirmąją prasmę, įgalinti jas tarnauti Dievo Karalystei, sudvasinti, kad visa tai taptų nuolatinio būdu bei proga susitikti su Jėzumi Kristumi“²².

Galiausiai kontempliacija mūsų neatitraukia nuo žemiškos atsakomybės. Priešingai, ji skatina mus tai įgyvendinti su pastangomis ir meile, nes į visa tai žvelgiame ir mylime su Dievu ir Jo žvilgsniu. Būtent todėl mūsų Tėvas kalbėjo mums apie „amžinybės požiūrį“²³.

²¹ *Laiškas* 6, n. 15.

²² *Pokalbiai*, n. 114.

²³ *Dievo bičiuliai*, n. 239.

12. Siela, kuri paragavo Dievo artumo saldybės patiria šventą įtampą. Viena vertus, ji trokšta visiškai susivienyti su Dievu danguje. Iš kitos pusės, įgyjamas suvokimas apie Viešpaties patikėtą misiją pasaulyje. Šv. Chosemarija aprašė šią vidinę būseną, kurioje samprotavimo malda virsta šviesesne ir gilesne kontempliacija. „Žodžiai tokie menki... Ir tada žmogus visa širdimi atsiveria Dievui, neatplėšdamas nuo Jo žvilgsnio... Liaujamasi samprotauti: žvelgiama! Ir siela užtraukia naują giesmę, nes jaučia ir žino, kad Dievas kiekvieną akimirką žvelgia į ją mylinčiu žvilgsniu“²⁴.

Ši kontempliacija ne tik neatitraukia mūsų nuo dabarties, bet dar labiau prie jos priartina. Dievo malonės dėka patiriame tą džiaugsmingą paradoksą: „būti sykiu danguje ir žemėje“. Mūsų kojos tvirtai stovi ant žemės, patiriame problemų, nuovargio ir persiimame savo laikų žmonių troškimais, o širdis ir protas tvirtai prisišvartavę „meilės vyksme, kuris yra Vieno ir Trejybinio Dievo slėpinys“²⁵.

Šv. Augustinas ypač veiksmingai nusakė šią dvigubą priklausomybę pasauliui ir dangui: „Tavo jausmai yra laiptai; tavo valia yra kelias. Mylėdamas kyli; būdamas aplaidus, leidiesi. Mylėdamas Dievą būsi danguje, nors ir būtume žemėje. Širdis kyla ne taip, kaip širdis; kad pakeltum kūną, turi jį perkelti į kitą vietą; kad pakeltum savo širdį, pakeisk savo valią“²⁶.

Laikas trumpas

13. Pasaulietiškumas, kuriuo pasižymi pašaukimas Dievo Darbe, mums nėra priežastis pamesti iš akių savo tikslą. Keliaujame istorijoje žinodami, kad mūsų tikroji tėvynė yra danguje (plg. Fil 3, 20). Toks laiko suvokimas suteikia mūsų gyvenimui gilią paskatą mylėti. Šv. Paulius mus perspėja: *Tempus breve est* (1 Kor 7, 29), laikas trumpas. Tai nėra baiminga mintis, o paskata ramiai išnaudoti kiekvieną progą, kurią Dievas suteikia mums, kad brandintume meilės vaisius.

Šv. Chosemarija dažnai apmąstė šią tikrovę, kad paskatintų mus dosniai ir džiaugsmingai save dovanoti: „*Tempus breve est*. – Kokia trumpa mūsų kelionė žemėje! (...) Iš tiesų trumpas yra mūsų laikas, skirtas mylėti, duoti, atitaisyti skriaudas. Taigi neteisinga švaistyti ir lengvabūdiškai eikvoti šį lobį:

²⁴ Ibid., n. 296 ir 307.

²⁵ Ibid., n. 252.

²⁶ Šv. Augustinas, *Pamokslas apie 85 psalmę*, 6.

mums nevalia nerūpestingai leisti tą laiko tarpsnį, kurį Dievas skyrė kiekvienam iš mūsų šiame pasaulyje“²⁷.

Laikas yra tas talentas, kurį Viešpats paliko mūsų rankose, kad jį pašventintume. Kiekviena darbo valanda, kiekvienas meilės gestas, kiekviena dėmesingumo kitiems žmonėms detalė yra amžinybės valiuta. Apmąstydami galutinį tikslą dangaus šlovėje, suprantame, kad meilė, kurią įdedame mažuose ar dideliuose kasdienybės reikaluose yra vienintelis dalykas, kuris pasiliks amžinai.

Kontempliacija yra Dievo dovana

14. Taip pat reikia priminti, kad kontempliacija nėra tiesiog žmogiškos technikos ar psichologinio pobūdžio susikaupimo vaisius. Visų pirma, kontempliacija yra neatlygintina Dievo dovana, malonė, kurią Šventoji Dvasia suteikia nuolankioms ir imlioms širdims. Šv. Teresė sakė: „Tai yra dalykas, kurį suteikia Dievas“²⁸.

Todėl kontempliacija reikalauja pasitikėjimo ir sūniško savęs pavedimo Dievui. Turime prašyti Viešpaties reikalingo supratimo, kad viską matytume taip, kaip Jis. Šv. Chosemarija meldėsi taip: „Viešpatie, kad regėčiau Tavo akimis! Mano Kristau, mano sielos Jėzau“. Kad žvelgčiau į pasaulį, žmones ir įvykius tavo tiesos šviesoje ir su tavo širdies švelnumu. Arba, kaip jis meldė Viešpatį kitą kartą: „Viešpatie, kad praregėčiau! Kad mano protas nušvistų ir Kristaus žodis persmelktų mano dvasią; kad Jo Gyvenimas įsišaknytų mano sieloje, idant mane pakeistų amžinosios Šlovės požįūriu“²⁹.

15. Nors kontempliacija nėra pasiekama žmogiškomis jėgomis, ji iš mūsų pareikalauja aktyvaus atsako. Gerai žinome, kad malonė nesunaikina prigimties, bet ją suponuoja ir tobulina. Todėl kelias kontempliatyvaus gyvenimo link pareikalauja šviesios, bet nuolatinės kovos.

Visų pirma, būtina ištikimybė kasdienei mąstymo maldai. Mums reikia laiko, skirto tik susitikimui vienumoje su Dievu, kai mokomės klausytis Jo balso ir savo valią suderinti su Jo Valia. Mąstymo maldoje siela atsinaujina ir įgyja būtiną dvasinį toną, kad palaikytų nuolatinį dialogą su Dievu – dažnai jis

²⁷ *Dievo bičiuliai*, n. 39.

²⁸ Šv. Jėzaus Teresė, *Camino de Perfección*, 17, 2.

²⁹ *Dievo bičiuliai*, n. 127.

vyksta be žodžių – per visą likusią dieną. Bažnyčios Katekizmas tai primena: „Neįmanoma melstis ‘visą laiką’, jeigu, to trokšdami, nesimeldžiame tam tikrais momentais, kurie esti krikščioniškos maldos pakilimo metas intensyvumo ir trukmės požiūriu“³⁰.

Antra, mums reikia puoselėti suvokimą, kad esame Dievo akivaizdoje, visą dieną. Be prašymo, kad Viešpats suteiktų nuolatinės maldos dovaną, yra žmogiškų priemonių, kurios padeda tam pasirengti ir paverčia tai įmanomu dalyku: aktyvus tylos akimirkų ieškojimas, tvirtumas pasilikti su tuo pačiu užsiėmimu, ištvermingumas nuolatiniam darbe, nuolankumas klausytis, buvimas gamtoje, atvirumas nuoširdžiai draugystei ir daugelis kitų kelių. Viešpats Evangelijoje ragina mus suprasti, kad mūsų širdies pasirengimas vaisingai priimti visados Dievo teikiamą malonę yra mūsų rankose (plg. Mt 13, 1-23). Leonas XIV neseniai mus ragino: „Reikia skatinti tikrą dėmesio higieną, ritmingai jungiant tylą, nuodugnius studijas, skaitymą, diskusinius svarstymus; be šių elementų vidinė laisvė gali būti pažeista“³¹. Kartu gali būti pažeistas ir mūsų gebėjimas melstis.

16. Šv. Chosemarija mus įspėjo apie troškimo pasyviai pasiekti dvasinę brandą apgaulingumą. Laiko tėkmė pati savaime netobulina žmogaus: „Metai neteikia nei išminties, nei šventumo“³². Išmintį ir šventumą ugdo nuolankus ir ištvermingas atsakas Dievo malonei. Reikia kasdien kovoti: mažuose dalykuose, nepailstant, suprantant, kad šventumas nereiškia trūkumų nebuvimo, o gebėjimą visada sugrįžti su nuolankumu ir suvokimu, kad Viešpats mus veda. Ši kasdienė kova nėra, neturi būti, lankstumo stokojanti įtampa, o meilės ir pasitikėjimo kupinos pastangos vaiko, kuris nori leistis surandamas Dievo Tėvo ir kuris žino, kad pamalonina Jį taip pat ir tada, kai net ir turėdamas gerą valią nupuola ar suklysta.

Palaiminti tyraširdžiai

17. Evangelijos palaiminimas kalba apie kontempliacijai būtiną sąlygą: *Beati mundo corde, quoniam ipsi Deum videbunt* (Mt 5,8): palaiminti tyraširdžiai: jie regės Dievą. Širdies tyrumas nėra vien tik skaistumo dorybė, nors ir būtinai ją apima. Širdies tyrumas reiškia vidinę sielos laisvę nuo kiekvieno

³⁰ Katalikų Bažnyčios Katekizmas, n. 2697.

³¹ Leonas XIV, *Magnifica humanitas*, n. 146.

³² *Kalbantis su Viešpačiu*, n. 48.

netvarkingo prisirišimo prie savimeilės, turto, asmeninio pasisekimo ar savo nuomonės. Turėti tyrą širdį – tai puoselėti neprisirišimą ir laisvę mylėti Dievą bei kitus žmones. Tas, kuris yra perpildytas savęs paties, savo polinkio teisti ir egoizmo negali regėti Dievo, nes jo dvasinis žvilgsnis nėra nuskaidrintas.

Tai paaiškina, kokią didelę svarbą mūsų širdies laisvei turi skaistumo ir neturto dorybės. Jų abiejų būtinumas kelyje šventumo link yra visuotinė dvasinė patirtis. Apie tai kalbėjo šv. Chosemarija 1932 m. užrašuose, kuriuos vėliau perkėlė į *Kelį*: „Nuplėšk, Jėzau, tą nešvarią gašlumo pūlių plutą nuo mano širdies“³³. O kalbėdamas apie neturtą rašė: „Jei esi Dievo žmogus, niekink turtus taip pat atkakliai, kaip pasaulio žmonės stengiasi juos įgyti“³⁴. Nė vienu iš šių atvejų nėra kalbos apie panieką tam, ką sutvėrė Dievas. Tačiau tai yra kvietimas žvelgti į dalykus be naivumo, suprantant, kaip lengvai galime prarasti laisvę, jeigu širdis jaučia netvarkingą prierašumą. Kad būtume kontempliatyvūs viduryje pasaulio turime su jautrumu puoselėti abi šias kiekvieno iš mūsų sąžinės sąskaitos sritis, imdamiesi rimtų sprendimo būdų, jeigu sunkumai būtų rimti.

18. Tai, kas padeda skaistinti mūsų širdį nuo netvarkingo prisirišimo yra apsimarinimas ir atgaila, tiek vidinė, tiek išorinė. Todėl šv. Chosemarija dažnai kalbėjo apie apsimarinimą kaip apie kelią „suvaldyti žemiškuosius dalykus“³⁵: būti ištis laisvais, savęs pačių šeimininkais, kad galėtume su lengvumu puoselėti bendrystę su Dievu ir kitais žmonėmis to, ką jis vaizdingai vadindavo „juslių malda“³⁶, dėka. Šiame atgailos kelyje, kuris nepamainomas siekiant apsivalyti ir būti kontempliatyviais, svarbu nepamiršti, kad viskas turi kilti iš meilės, nes „apsimarinimas be meilės niekam vertas“³⁷.

³³ *Kelias*, n. 130.

³⁴ *Ibid.*, n. 633.

³⁵ *Kristus eina pro šalį*, n. 37.

³⁶ *Ibid.*, n. 9.

³⁷ *Ibid.*, n. 37.

Matyti Dievą kituose žmonėse

19. Kontempliatyvus gyvenimas neuždaro krikščionio individualistiškoje vienatvėje. Priešingai, tikroji kontempliacija padidina širdį ir atveria akis, kad matytume brolius. Tas, kuris išmoksta matyti Dievą maldoje, taip pat išmoksta atrasti jo paveikslą ir buvimą aplinkiniuose žmonėse.

Šv. Chosemarija mums dažnai primindavo, kad negalime atskirti meilės Dievui nuo meilės kitiems žmonėms. Meilumas su savaisiais, supratingumas su kolega, nuoširdi draugystė su draugais... viską turi perkeisti Dievo meilė. Neturime atskiros širdies mylėti Dievą ir dar kitos mylėti kūriniams: visus mylime ta pačia širdimi³⁸.

Mūsų kontempliacija gali būti patikrinta pagal mūsų meilės artimui kokybę. Švelnumas santykiuose su kitais žmonėmis, pagarba jų laisvei, džiaugsmo kupina tarnystės dvasia ir gebėjimas klausytis yra konkrečios nuoširdaus maldos gyvenimo apraiškos: visa tai parodo, kad suprantame, jog Dievas laukia mūsų kituose žmonėse (plg. Mt 25, 40).

Kaip mylimi vaikai

20. Mūsų dvasios pagrindas yra palaimintas suvokimas, kad esame Dievo vaikai. Mes tikrai esame Dievo vaikai Kristuje. Iš šios įvaikystės tiesiogiai kyla tikra žmogiška ir krikščioniška brolystė. Žinodami, kad esame to paties Tėvo vaikai, žvelgiame į kitus kaip į „mylimus vaikus“, Dievo vaikus. Suprantame kiekvieno žmogaus orumą, kai atpažįstame, kad jis ir ar ji sutverti pagal Dievo paveikslą. Konkrečiai kalbant, suprasti neišmatuojamą kiekvienos sielos vertingumą mus turi paskatinti tikrai mylėti. Kiekvienas žmogus vertas viso Kristaus kraujo. Ši tiesa išlaisvina mus nuo teisimo pagal išorę ar kitų žmonių trūkumus ir skatina nuoširdžiai vienas kitą mylėti, darbais ir tiesa.

Kai apmąstome Atpirkimo slėpinį, geriau suprantame, kad meilė kitiems žmonėms negali būti selektyvi ar apribota kokiomis nors sąlygomis. Meilė reikalauja įveikti išankstinius nusistatymus, temperamento ar mentaliteto skirtumus ir visada ieškoti to, kas vienija, statyti bendrystės tiltus. Kasdienis gyvenimas drauge neišvengiamai pasižymi žmogišku ribotumu ir silpnumu. Čia kontempliatyvi artimo meilė pasireiškia pačiu geriausiu būdu kantrumo, supratingumo ir atleidimo dėka.

³⁸ Plg. Ibid., n. 166.

21. Tas, kuris žino, kad jam yra Dievo dovanota, negali puoselėti pykčio ar apmaudo. Šv. Chosemarija paliko mums neužmirštamą pamokymą apie atleidimą, kuris kyla iš jo patirties bei gilaus maldos gyvenimo: „Man nereikėjo mokytis atleisti, nes Viešpats išmokė mane mylėti“³⁹. Supratingumas, tikra artimo meilė visada pasireiškia gebėjimu pateisinti, atleisti, nedaryti patirto blogio apyskaitos. Suprasti – tai daug daugiau nei toleruoti: tai gebėti pasijusti kito žmogaus vietoje, suprasti jo klaidas ir jautriai padėti jas įveikti.

Atleidimas nėra silpnumas, o pati aukščiausia krikščioniškos meilės išraiška. Atleisdamas mažas ar dideles nuoskaudas krikščionis parodo pasauliui gailestingąjį Dievo veidą. Susiskaldymo ir konfliktų sužeistame pasaulyje visi Kristaus mokiniai esame pakviesti vienaip arba kitaip būti ramybės ir džiaugsmo sėjėjais, sklaidydami neapykantos sūtemas tikėjimo šviesa ir meilės galia.

Su sielų troškuliu

22. „Šventumas – kai jis tikras – liejasi per kraštus, kad savo pertekliumi pripildytų kitas širdis, kitas sielas“⁴⁰. Tai paaiškina, kodėl kontempliacija viduryje pasaulio natūraliai ugdo didelį apaštališką užsidegimą. Neįmanoma patirti Dievo meilės žmonijai ir nejauti degančio troškimo dalintis šia meile su kitais žmonėmis.

Kontempliatyvi siela žvelgia į pasaulį apaštališkomis akimis. Neapsiriboja apgailestavimu dėl laikmečio sunkumų ar kliūčių, kurių pasitaiko nuo Dievo nutolusioje visuomenėje, o kiekvienoje situacijoje atranda galimybių įnešti Evangelijos šviesos. Jo žvilgsnis yra vilties ir gilios atjautos žvilgsnis į tuos, kurie keliauja be krypties; jis supranta, kad kiti, nepaisant visko, galbūt yra geresni nei jis pats (plg. Mt 21, 31).

23. Šv. Chosemarija glaustai nusakė ryšį tarp kontempliacijos ir apaštalavimo šiais žodžiais: „Vidinis gyvenimas yra augimas vienybėje su Kristumi per Duoną ir Žodį. O apaštalavimas yra tinkama ir būtina vidinio gyvenimo išorinė apraiška“⁴¹. Taip suprantame, kad maldos gyvenimas, kai jis tikras, neužgesa dvasinio patogumo egoizme – tai ugnis, kuri degina, įžiebia,

³⁹ Vaga, n. 804.

⁴⁰ Kalvė, n. 856.

⁴¹ Kristus eina pro šalį, n. 122.

skatina apaštalauti. Krikščioniui apaštalavimas nėra papildomas darbas, laisvalaikio užsiėmimas; tai gyvybinė būtinybė perduoti kitiems tą tiesą ir meilę, kuri pripildo jo paties sielą.

„Ne užsiimame apaštalavimu, o esame apaštalai!“, rašiau jums prieš kelerius metus⁴². Panašiai galime sakyti, kad ne užsiimame kontempliacija, o *esame* kontempliatyvūs. Kontempliacija nėra kažkas, kuo kartais užsiimame kaip vienu iš užsiėmimų. Tai yra būdas gyventi ir žvelgti į gyvenimą, Dieve ir iš Dievo, suteikiantis prasmę viskam, ką darome, kuo gyvename, ką jaučiame. Todėl kontempliacija, darbas, broliškumas ir apaštalavimas tėra vieno ir to paties krikščioniško gyvenimo dimensijos. Kontempliuodami Dievą maldoje, atrandame Jį darbe, mylime Jį savo broliuose bei seseryse ir su džiaugsmu skelbiame Jį visam pasauliui.

* * *

24. Baigdamas šį laišką, noriu kreipti žvilgsnį į Švenčiausiąją Mergele Mariją, kontempliacijos įprastame gyvenime mokytoją. Nazareto šeimos namuose, viduryje paprasčiausių namų ruošos darbų, Marija žvelgė į savo Sūnų: „Dėmėjosi visus šiuos dalykus ir svarstė juos savo širdyje“ (Lk 2, 19; plg. 2, 51). Jos sieloje išpausti atsiminimai apie Jėzų lydėjo ją visomis aplinkybėmis, skatindami mintyse iš naujo išgyventi įvairius gyvenimo greta Sūnaus momentus. Šie atsiminimai tam tikra prasme sudarė jos ‘rožinį’, kurį ji nuolat kalbėjo per visas savo žemiškojo gyvenimo dienas⁴³.

Prašykime mūsų Motinos, kad Ji padėtų mums žengti šiuo keliu šimtmečio link su į Jėzų nukreiptomis proto ir širdies akimis, stengdamiesi būti, kad ir su savo silpnumu, ištikimi Kristaus meilės liudytojai viduryje pasaulio.

Su visa meile jus laimina

jūsų Tėvas

Fernando

Roma, 2026 m. spalio 16 d.

⁴² Pastoracinis laiškas, 2017 m. vasario 14 d., n. 9.

⁴³ Šv. Jonas Paulius II, *Rosarium Virginis Mariae*, n. 11.