

# TAJEMNICE ZAGUBIONEJ MODLITWY

Ukryta moc  
Piękna,  
Błogostawieństwa,  
Mądrości  
i Cierpienia

**GREGG BRADEN**



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII

*...coś więcej niż psychologia*

# TAJEMNICE ZAGUBIONEJ MODLITWY

*Pozwól, by cicho wabił cię  
silniejszy urok tego, co  
najbardziej miłujesz*

— Rumi

Słuchaj radia Hay House na żywo:  
[www.hayhouseradio.com](http://www.hayhouseradio.com)



# TAJEMNICE ZAGUBIONEJ MODLITWY

Ukryta moc  
Piękna,  
Błogosławieństwa,  
Mądrości  
i Cierpienia

GREGG BRADEN



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII

*...coś więcej niż psychologia*

Redakcja: Ewa Karczewska  
Projekt okładki: Tomasz Pilasiewicz  
Skład komputerowy: Maciej Grycz  
Tłumaczenie: Ryszard Oślizło

Wydanie I  
BIAŁYSTOK 2009  
ISBN 978-83-7377-349-3

SECRETS OF THE LOST MODE OF PRAYER  
Copyright © 2006 by Gregg Braden  
Originally published in 2006 by Hay House Inc. USA

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok, 2009.  
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.



**STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII**

*...coś więcej niż psychologia*

15-762 Białystok

ul. Antoniuk Fabr. 55/24

(085) 662-92-67 – redakcja

(085) 654-78-06 – sekretariat

(085) 653-13-03 – dział handlowy – hurt

(085) 654-78-35 – sklep firmowy „Talizman” – detal

[www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl) e-mail: [biuro@studioastro.pl](mailto:biuro@studioastro.pl)

Więcej informacji znajdziesz na portalu [www.psychotronika.pl](http://www.psychotronika.pl)

PRINTED IN POLAND



*Niniejsza książka napisana została dla poszukujących pocieszenia w obliczu lęku i niepewności panujących w dzisiejszym świecie. W chwilach, kiedy cierpienie wdziera się w najodleglejsze zakamarki twojej duszy, zapraszam cię do oazy piękna, błogosławieństwa, zagubionej formy modlitwy i głębokiej mądrości, którą każdy z nas nosi w sobie. Tam możesz odnaleźć znaczenie w tym, co niewyjaśnione, oraz siłę, która poprowadzi cię ku nowemu dniu.*





# Spis treści

<b>Rozdział pierwszy:</b> Tajemnica pierwsza: zagubiona forma modlitwy.....	1
<b>Rozdział drugi:</b> Tajemnica druga: cierpienie jest nauczycielem, a mądrość lekcją .....	39
<b>Rozdział trzeci:</b> Tajemnica trzecia: błogosławieństwo jest wyzwoleniem .....	87
<b>Rozdział czwarty:</b> Tajemnica czwarta: piękno jest transformacją.....	131
<b>Rozdział piąty:</b> Tajemnica piąta: tworzenie własnych modlitw .....	157
Przypisy.....	183
O Autorze .....	190





# Wprowadzenie

## „ISTNIEJĄ W NAS SIŁY PIĘKNE I NIEUJARZMIONE”

Tymi słowami święty Franciszek z Asyżu opisał tajemnicę i moc istniejącą w każdym mężczyźnie, w każdej kobiecie i w każdym dziecku, zrodzonym na tym świecie. Suficki poeta Rumi rozwinął jego myśl, ukazując wspaniałość tej mocy poprzez porównanie jej do wielkiego wiosła, które wiedzie nas przez życie. „Jeśli z całej duszy chwycisz za to wiosło wraz ze mną”, mówi, „moc, która stworzyła wszechświat, wniknie w twe ścięgna nie ze źródła spoza twych członków, lecz ze świętego królestwa, które żyje w nas”.<sup>1</sup>

Zarówno Rumi, jak i święty Franciszek wyrażają językiem poezji coś wykraczającego poza obszar oczywistych doświadczeń naszej codzienności. Słowami swoich czasów przypominają nam o tym, co starożytni nazywali największą siłą we wszechświecie – potęgą, która jednoczy nas z kosmosem. Dzisiaj znamy tę potęgę jako „modlitwę”. Mówiąc o niej, św. Franciszek stwierdził: „Wynikiem modlitwy jest życie”. Modlitwa przynosi życie, mówi, ponieważ „zrasza ziemię i serce”.

## X *Most wiodący w przeszłość*

Wiedza jest mostem łączącym nas z każdym, kto żył przed nami. Każda kolejna cywilizacja i każde kolejne życie wnoszą swój indywidualny wkład, współtworząc historię zbiorową. Jednak bez względu na skuteczność przechowywania informacji na temat przeszłości, słowa opisujące te fakty nie będą niczym więcej niż tylko „danymi”, dopóki nie nadamy im znaczenia. To sposób, w jaki korzystamy ze zgromadzonej wiedzy o przeszłości, staje się mądrością teraźniejszości.

Na przykład od tysięcy lat nasi przodkowie przechowywali wiedzę o modlitwie, jej działa-

niu i sposobach korzystania z niej w życiu. W olbrzymich świątyniach i ukrytych grobowcach, poprzez język i zwyczaje, które na przestrzeni przynajmniej 5000 lat uległy zaledwie nieznacznym zmianom, nasi przodkowie zachowali potężną wiedzę o modlitwie. Tym niemniej tajemnica nie tkwi w tworzących ją słowach. Tak jak moc programu komputerowego jest czymś więcej niż język, w którym program ten został napisany, również w przypadku modlitwy musimy sięgnąć głębiej, żeby poznać jej prawdziwą moc.

Może to być właśnie ta moc, którą odkrył mistrz Georgij Gurdżijew, przez całe życie poszukujący prawdy. Przez lata podążał za starożytnymi wskazówkami, które wiodły go od świątyni do wioski i od nauczyciela do nauczyciela, aż znalazł się w tajnym klasztorze ukrytym w górach Bliskiego Wschodu. Tam właśnie pewien wielki mistrz wypowiedział słowa zachęty, które nadały wartość jego poszukiwaniom: „Wreszcie znalazłeś warunki, w których pragnienie serca może stać się rzeczywistością twego istnienia”. Głęboko wierzę, że modlitwa jest częścią tych warunków, które odkrył Gurdżijew.

Aby uwolnić to, co św. Franciszek nazwał w nas „pięknymi i nieujarzmionymi siłami” i znaleźć warunki, w których pragnienie serca zosta-

je urzeczywistnione, musimy zrozumieć naszą relację ze sobą samym, ze światem i z Bogiem. Dzięki słowom pochodzącym z przeszłości dowiadujemy się, jak osiągnąć ten cel. W książce *The Prophet* [Prorok] Kahlil Gibran przypomina, że nie można nauczyć nas czegoś, co już znamy. „Żaden człowiek niczego odsłonić przed wami nie zdoła”, mówi, „prócz tego, co w półśnie spoczywa, u zarania waszej wiedzy”. To niezwykle ważne spostrzeżenie, że posiadamy moc – chociaż ukrytą – pozwalającą nam kontaktować się z siłą odpowiedzialną za nasze istnienie! Żeby jednak ten kontakt nawiązać, musimy odkryć, kim naprawdę jesteśmy.

XII

## ***Dwa uniwersalne pytania***

Pioniera antropologii Louisa Leakey'a zapytano kiedyś, dlaczego jego praca nad znalezieniem najstarszego dowodu ludzkiej egzystencji była tak ważna. Odpowiedział: „Jeśli nie zrozumieemy, kim jesteśmy i skąd pochodzimy, nie sądzę, abyśmy mogli dokonać prawdziwego postępu”. Uważam, że w tym, co powiedział Leakey, jest wiele prawdy – wystarczająco dużo, żebym spędził większość dorosłego życia poszukując od-

powiedzi na pytanie, kim jesteśmy i w jaki sposób znajomość naszej przeszłości może nam pomóc stać się lepszymi ludźmi i stworzyć lepszy świat.

Badając tajemnicę naszej przeszłości, dotarłem na każdy kontynent, poza Antarktydą. Od wielkich miast, takich jak Kair i Bangkok, aż po odległe wioski w Peru i Boliwii, od najstarszych klasztorów tybetańskich w Himalajach po hinduskie świątynie w Nepalu, gdzie doświadczałem każdej kultury, pojawiał się ten sam temat. Ludzie na całym świecie są gotowi na coś więcej niż cierpienie i niepewność, które determinowały ich życie przez tak znaczną część dwudziestego wieku. Są gotowi na pokój i obietnicę lepszego jutra.

Choć pozornie nasze kultury i style życia wydają się różnić, w rzeczywistości wszyscy poszukujemy tego samego – miejsca, które możemy nazwać domem, zapewnienia bytu swoim rodzinom i lepszej przyszłości dla siebie i swoich dzieci. Co więcej, ludzie wywodzący się z wszystkich kultur nieodmiennie zadają mi te same dwa pytania. Pierwsze z nich to: „Co się dzieje z naszym światem?”. Drugie brzmi: „Co możemy zrobić, żeby było lepiej?”. Odpowiedzi na oba pytania wydają się składać na wspól-

ny wzór, łączący tradycję dzisiejszej modlitwy z najstarszymi i najcenniejszymi tradycjami duchowymi przeszłości.



#### XIV

Czterysta lat temu, żyjący na wysoko położonych terenach pustynnych południowo-zachodniej Ameryki, spadkobiercy mądrości plemienia Navaho zmagali się z ziemią, naturą i okolicznymi plemionami. Doświadczani suszą, upałem i brakiem pożywienia, członkowie plemienia Navaho uświadomili sobie, że muszą wykorzystać moc cierpienia wewnętrznego, żeby znieść surowe warunki świata zewnętrznego. Musieli się tego nauczyć, żeby przetrwać.

Przekonawszy się, że życie pchnęło ich w głąb największego cierpienia, odkryli też, że te same próby, którym zostali poddani, ujawniły ich największą siłę. Kluczem do przetrwania okazało się zanurzenie w wyzwaniach życiowych, lecz bez zatracania się w nich. Musieli odnaleźć w sobie „kotwicę” – wiarę dającą im wewnętrzną siłę, dzięki której mogli przetrwać próby – oraz wiedzę, że nadejdzie lepsze jutro. Z tej właśnie mocy czerpali ufność potrzebną do podejmowa-

# Rozdział 2

TAJEMNICA DRUGA:

## CIERPIENIE JEST NAUCZYCIELEM, A MĄDROŚĆ LEKCJĄ

*Jeśli wyzwolicie to, co macie w sobie, to was ocali.*

*Jeśli tego nie zrobicie, to was zniszczy.*

Ewangelia Tomasza

W pierwszej chwili obrazy na ekranie telewizora wydawały mi się niezrozumiałe. Chociaż krajobraz nie wyglądał znajomo, w ciągu ostatnich tygodni sceny, takie jak w oglądanym programie, stały się aż nazbyt powszednie: wśród panującego chaosu ludzie w różnym wieku bie-



gali we wszystkich kierunkach, brudni, poparzeni i przerażeni. Wróciwszy do pokoju hotelowego po całym dniu nauczania w Sydney w Australii, włączyłem wiadomości, żeby dowiedzieć się, co się wydarzyło w ciągu całego dnia. Przybliżyłem się do ekranu i powoli zacząłem rozumieć, co widzę.

36 Stacje lokalne nadawały relację w postaci nagrania ze Szkoły nr 1 w Biesłanie w Rosji, w całości i bez żadnych zmian. Zaledwie kilka dni wcześniej, pierwszego dnia nowego roku szkolnego, setki dzieci i dorosłych stały się zakładnikami terrorystów. Dotąd trwał impas, najwidoczniej jednak teraz coś się zmieniło. Kiedy opadł kurz, liczby opisujące tę tragedię okazały się zawrotne. Z około tysiąca dwustu zakładników przetrzymywanych w szkolnej sali gimnastycznej prawie trzystu pięćdziesięciu zostało zabitych. Ponad połowa z nich to były dzieci, zabite bez żadnego powodu poza bezsensownymi motywami garstki wściekłych ludzi.

Szczegóły, o których mówiły poszczególne rodziny ukazały ludzki wymiar tej tragedii. Niemal na każdej ulicy w mieście każdy albo sam kogoś stracił, albo znał krewnych kogoś, kto zginął. Wielu pogrzebało kilkoro członków ro-

dziny. Jeden z mieszkańców, Witalij Kalojew, stracił całą swoją rodzinę: żonę, syna i córkę. Pastor Teimuraz Totjew i jego żona stracili czworo z pięciorga swoich dzieci: Borisa, lat 8; Albinę, lat 11; Lube, lat 12 i Larrisę, lat 14. Ich piąta córka, Madina, została ranna i wracała do zdrowia w domu. Tragicznym zrzędzeniem losu brat Pastora Totjewa, również pastor, i jego żona stracili dwoje z trojga swoich dzieci.

Podobnie jak potężny szok spowodowany tragedią z 11 września w Nowym Jorku, potworność tego, co zdarzyło się w Biesłanie, wydawała się nie do pojęcia. Nawet ci, których wiara zawsze była dla innych opoką w trudnych chwilach, teraz poczuli, że okrucieństwo tej tragedii poddaje ich wiarę próbie.

Rowan Williams, arcybiskup Canterbury, przyznał, że widząc zmasakrowane niewinne dzieci, przez chwilę zwątpił w Boga. „Więc gdzie był Bóg w Biesłanie?”<sup>1</sup>, pytał. Tymi słowami arcybiskup Williams publicznie wyraził cierpienie odczuwane przez wielu w głębi duszy. Szok, niedowierzanie i ból mieszkańców Biesłanu przekazane przez media obiegły cały świat. Tego dnia miliony ludzkich serc, myśli i modlitw na całym świecie zjednoczyło się z Rosjanami we wspólnym cierpieniu.

# Rozdział 5

TAJEMNICA PIĄTA:

## TWORZENIE WŁASNYCH MODLITW

*W dniu, kiedy wiatr jest doskonały,  
wystarczy tylko żagle podnieść, a świat staje się  
piękny. Dzisiaj jest taki dzień.*

– Rumi

Modlitwa to język Boga i aniołów. Począwszy od mądrości zapisanych w Zwojach znad Morza Martwego aż po pradawne zwyczaje, które przetrwały po dziś dzień, modlitwa wszędzie nazywana jest mistycznym językiem posiadającym moc zdolną zmieniać nasze ciało, życie i świat. Jednak te same tradycje wskazują na różne sposoby rozumienia tego, jak najskuteczniej „mówić” językiem modlitwy.

Na swój sposób każda praktyka duchowa na przestrzeni wieków inaczej interpretowała to, czym dokładnie jest modlitwa, jak działa i jak stosować ją w swoim życiu. W rezultacie okazuje się, że język modlitwy nie ma zasad i nie można korzystać z niego poprawnie albo niepoprawnie. Istnieje w nas jako coś, co przychodzi nam zupełnie naturalnie: jako uczucia.

Opisując uczucia jako modlitwę, opat w Tybecie wyraźnie mówił o tej ponadczasowej mądrości, którą Zachód utracił dawno temu: „Kiedy widzicie, jak intonujemy pieśni przez wiele godzin dziennie i kiedy widzicie, jak używamy dzwonów, mis, dzwonek wietrznych i kadzideł, widzicie tylko, jak wywołujemy w sobie uczucia. To uczucia są modlitwą!”. Wyjaśnwszy mi to, zwrócił się z tym samym pytaniem do mnie: „A jak wy to robicie w swojej kulturze?”.

Dziwne, jak jedno pytanie, zadane w odpowiedni sposób i w odpowiednim czasie, może pomóc skryzalizować przekonanie, co do którego wcześniej z trudem przyszłoby nam znaleźć właściwą odpowiedź. Słyszając pytanie zadane przez opata, musiałem sięgnąć w głąb siebie, żeby wyjaśnić, jak w moim przekonaniu działają modlitwy Zachodu. Wtedy właśnie zacząłem uświadamiać sobie cały wpływ zmian wprowadzonych do Biblii.

Kiedy nasze tradycje zostały pozbawione ksiąg zawierających wiedzę o emocjach i uczuciach, musieliśmy na własną rękę próbować zrozumieć to, czym są uczucia i modlitwa. Dzisiaj, siedemnaście wieków później, żyjemy w kulturze, w której nie bierzemy pod uwagę uczuć, zaprzeczamy im, a czasem wręcz całkowicie je ignorujemy. W naszym społeczeństwie odnosi się to szczególnie do mężczyzn, choć zaczyna się to już zmieniać. To tak, jak byśmy obsługiwali kosmiczny komputer świadomości i uczuć przez prawie tysiąc siedemset lat, nie mając instrukcji obsługi. W końcu nawet księża i inne autorytety zaczęli zapominać o mocy uczuć w modlitwie. Wtedy pozostało nam wierzyć, że modlitwą są słowa.

Jeśli zapytać jakiegoś przechodnia na ulicy, gdzieś na lotnisku czy w centrum handlowym, żeby opisał modlitwę, w odpowiedzi najczęściej wyrecytuje słowa znanych sobie modlitw. Wypowiadając słowa takie jak: „Aniele boży, stróżu mój”, „Bóg jest wielki, Bóg jest dobry” i „Ojciec nasz, któryś jest w niebie”, jesteśmy przekonani, że się modlimy. Czy słowa te mogą stanowić jakiś „kod”? A może raczej te słowa, które znamy dzisiaj, powstały dawno temu, żeby wywołać w sobie uczucie modlitwy? Jeśli tak, wiązałoby się to z daleko idącymi konsekwencjami.

Zawsze coś czujemy, w każdej chwili, każdego dnia w swoim życiu. Choć być może nie zawsze mamy świadomość tego, co czujemy, to jednak coś czujemy z pewnością. Jeśli uczucia są modlitwą, a zawsze coś czujemy, oznacza to, że nieustannie znajdujemy się w stanie modlitwy. Każda chwila jest modlitwą. Życie jest modlitwą! Bez przerwy wysyłamy wiadomości do lustra stworzenia, sygnalizując uzdrowienie lub chorobę, pokój lub wojnę, szacunek lub jego brak w relacjach ze swymi bliskimi. „Życie” jest tym, co Boski Umysł odsyła nam w odpowiedzi na nasze uczucia – w odpowiedzi na nasze modlitwy.

### *Kiedy modlitwy przestają działać*

Wyniki badań z 1972 roku dokumentujące efekty medytacji i modlitwy w różnych społecznościach (o czym była mowa we wcześniejszej części niniejszej książki) wyraźnie wykazały, że efekty te były czymś więcej niż zwykłym przypadkiem czy szczęściem. Eksperymenty przeprowadzono zgodnie z wszelkimi wymogami dla innych wiarygodnych badań w kontrolowanych warunkach laboratoryjnych. Uzyskano i udokumentowano rzeczywiste efekty.



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
[www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

Czy wiesz, że w tym momencie możesz się modlić? Tu, na ulicy, w księgarni, w domu czy pracy? Gdziekolwiek się aktualnie znajdujesz, możesz się modlić. I osiągać to, o co się modlisz.

Jest to możliwe, ponieważ najstarsza i najczystsza forma modlitwy to nie pokłony oddawane jakiemuś symbolowi. To nie umartwianie się i powtarzanie oklepanych formułek. Prawdziwy sens modlitwy to Twoje zjednoczenie z siłą, która w Tobie drzemie. Sprawdź, jak możesz odnaleźć sens cierpienia. Dowiedz się, jak pokonać jakikolwiek lęk.

Nieważne, czy jesteś chrześcijaninem, muzułmaninem czy wyznawcą jakiegokolwiek innej religii. Sposób na skuteczną modlitwę pozostaje taki sam. Już dziś zastosuj go w swoim życiu.

Upewnij się, że Twoje modlitwy zostaną wysłuchane.

Słuchaj radia Hay House na żywo:  
[www.hayhouseradio.com](http://www.hayhouseradio.com)

Patronat medialny:



Cena: 29,80 zł

ISBN 978-83-7377-349-3



9 788373 773493