poniedziałek, 28.09.2026

Myśli, myśli, myśli... [Łk 9, 46-50]

Uczniom Jezusa przyszła myśl, kto z nich jest największy. Lecz Jezus, znając tę myśl w ich sercach, wziął dziecko, postawił je przy sobie i rzekł do nich: «Kto by to dziecko przyjął w imię moje, Mnie przyjmuje; a kto by Mnie przyjął, przyjmuje Tego, który Mnie posłał. Kto bowiem jest najmniejszy wśród was wszystkich, ten jest wielki». Wtedy przemówił Jan: «Mistrzu, widzieliśmy, jak ktoś w imię Twoje wypędzał złe duchy, i zaczęliśmy mu zabraniać, bo nie chodzi z nami». Lecz Jezus mu odpowiedział: «Przestańcie zabraniać; kto bowiem nie jest przeciwko wam, ten jest z wami».

>P<

Jeden z młodych muzyków współczesnego pokolenia, który gra i śpiewa pod pseudonimem „Dezydery", w piosence pt. „Myśli" śpiewa takie słowa:

„Myśli, myśli, pieniądze czy zdrowie
Myśli, myśli, co zrobić, co powiem
Myśli, myśli, chyba już nie odgonię
Myśli, myśli, my-"

Cała piosenka opowiada o wewnętrznym monologu, który prowadzi autor tekstu. W tekście możemy usłyszeć o problemach dotyczących porównywania się z innymi, aż po pytania o to, co przyniesie jutro. Oczywiście tych przykładów jest tam więcej. Bardzo aktualne słowa, które tak naprawdę opowiadają o nas wszystkich. Przecież niekończący się ciąg myśli towarzyszy nam każdego dnia. Momentami bywają one bardzo męczące i nie dają nam spokoju.

W Ewangelii spotykamy dziś apostołów, w których głowach pojawiają się różne myśli. Jak mówi greckie słowo, oni prowadzą nieustanny dialogismos: rozumują, rozważają, prowadzą wewnętrzną dyskusję, roztrząsają coś w swoich myślach. Ich myśli pewnie nie dotyczyły tylko tego, kto z nich jest najważniejszy. Mogło to być też porównywanie się z innymi apostołami, kalkulowanie ważnych spraw lub korzyści, jakie mogą przy Jezusie osiągnąć. Co więcej, Jezus znał ich myśli, wiedział, co się w nich dzieje. Jezus doskonale znał te wewnętrzne dywagacje, które oni w sobie prowadzili.

Wiemy doskonale, często z własnego doświadczenia, że zanim pojawi się konkretny czyn, wpierw pojawia się wewnętrzne rozumowanie. Zanim zaczniemy konkurować z innymi, wpierw zaczynamy się wewnętrznie z nimi porównywać. I tutaj moglibyśmy dorzucać po kolei inne przykłady. Temat myśli nie był obojętny w duchowych rozważaniach wielu świętych m.in. św. Ignacego Loyoli. W swoich „Ćwiczeniach duchowych" pisze o trzech rodzajach myśli, jakie mogą pojawiać się w człowieku:

• myśli własne – te, które powstają z naszej wolności, woli, biologii i pamięci,

• myśli od dobrego ducha – te pochodzące od Boga lub aniołów, pomagające nam w realizowaniu miłości i pokoju,

• myśli pochodzące od złego anioła – czyli pokusy, lęki, obawy i różne podszepty, które mają za zadanie odsunąć nas od realizacji dobra.

Najważniejsze pytanie, jakie może się pojawić w temacie natłoku myśli, to: jak sobie z nimi radzić? I znów odpowiedzi szukamy u św. Ignacego, który radzi zastosowanie zasady agere contra, czyli „działaj przeciwnie". Święty ten radzi nam, że jeśli myśli próbują nas paraliżować, zniechęcać do czynienia dobra czy skłaniać do odpuszczenia czegoś, to trzeba działać przeciwnie do tego, co sugeruje nam lęk lub zniechęcenie. I tak, jeśli pojawia się myśl, żeby skrócić modlitwę, Ignacy doradzi, aby ją trochę przedłużyć. Jeśli pojawia się myśl prowadząca do izolowania się od ludzi, Ignacy radzi, aby mimo wszystko starać się szukać z nimi kontaktu. Jeśli pojawia się jakiś chaos, zniechęcenie, mętlik czy zamieszanie, Ignacy radzi, aby w takim stanie nie podejmować ważnych decyzji ani nie zmieniać wcześniej powziętych postanowień.

Jak widzimy, są sposoby, aby poradzić sobie z negatywnymi myślami. Warto korzystać z dobrych rad, które wypracowali wielcy przewodnicy duchowi.

_____

fot. pixabay