



Chrześcijańska Medytacja

KWARTALNIK ŚWIATOWEJ WSPÓLNOTY MEDYTACJI CHRZEŚCIJAŃSKIEJ

WWW.WCCM.PL • EDYCJA POLSKA, NR 2, MARZEC 2008

DROGA DO RZECZYWISTOŚCI WEDŁUG OJCA JOHNA PROWADZI PRZEZ PARADOKS

Najdrożsi Przyjaciele, na kilka tygodni przed śmiercią John Main stawał się coraz bardziej unieruchomiony w swoim łóżku. Pewnego dnia, kiedy wszedłem do jego pokoju, byłem przerażony, kiedy zobaczyłem, że łóżko jest puste. Sto różnych myśli przebiegło mi przez głowę, ale po chwili ujrzałem go na podłodze po drugiej stronie łóżka. Upadł, kiedy usiłował o własnych siłach dostać się do łazienki. Kiedy pomagałem mu tam dojść, zobaczyłem, że przeciął sobie czoło, a niewielka rana krwawiła. Byłem bardziej roztrzęsiony niż on i kiedy już usadowiłem go w łóżku, powiedziałem, że prawdopodobnie będziemy się z tego później śmiać. Odpowiedział, że dlaczego nie mielibyśmy się z tego śmiać teraz. I tak też uczyniliśmy. Przez kilka następnych tygodni, kiedy zbliżał się do śmierci, widziałem jak rana na jego głowie z każdym dniem coraz lepiej się goi. Wydawało się dziwne, że umierający człowiek ma tak dobre zdolności regeneracyjne. Dlaczego jego organizm nie miał zdolności pokonać raka?

Były i inne paradoksy, które w tamtych tygodniach intensywnie przeżyaliśmy w obliczu narastającej obecności tajemnicy śmierci. Był paradoks życia tak intensywnie przeżywanego w obecnym momencie, a jednak w innych momentach świadomość, że czas jego życia kończy się tak gwałtownie i widocznie. Był paradoks odczuwania radości i wolności pośród smutku i nadchodzącego nieuchronnie odejścia.

Droga do rzeczywistości, jak nauczał Ojciec John, wiedzie przez paradoks.

W swojej konferencji na początku Seminarium [Seminarium Johna Maina, Montreal, 2007 –przypis Redakcji] Charles Taylor odniósł się do tego, że musimy z pokorą uznać i zaakceptować religijną świadomość współczesnego świata. Jest to paradoks bycia oddanym własnej religii i zakorzenienia w niej i jednocześnie bycia pełnym szacunku i w pełni otwartym na prawdę albo prawdy innych religii. Byliśmy świadkiem jak filozof

o nieprzeciętnej inteligencji przybywa w miejsce oddawania prawdziwej czci, pochylając się nad tajemnicą, która nie może być całkowicie zrozumiana, a jedynie można jej doświadczyć. Taylor odkrył apofatyczny wymiar poznania – drogę niewiedzy – która uzupełnia naszą bardziej zwyczajną katefaticzną drogę poznania poprzez pojęcia i symbole. Kościół katolicki dostrzegł ten sam paradoks, kiedy powiedział, że nie odrzuca „niczego, co jest prawdziwe albo święte w innych religiach”. Chrystus jest jeden w swym uniwersalnym zbawczym działaniu wobec każdej ludzkiej istoty, ale w „sposób tajemniczy” – taki, którego w żaden sposób ani instytucja, ani dogmaty nie mogą określić ani kontrolować.

Życie z paradoksem jest wyraźnie niewygodne. Lubiemy i potrzebujemy bezpieczeństwa, przewidywalności i wolimy mieć gotowe odpowiedzi, niż żyć z otwartymi pytaniami. Charles Taylor sugeruje, że musimy po prostu przyzwyczaić się do paradoksu we współczesnym świecie. Niektórzy buddyści zastanawiają się nad możliwością istnienia licznych absolutnych prawd, ale dodają: „nie wiemy”. Współczesny świat konfrontuje nas z wieloma

„Medytacja to droga mocy, ponieważ prowadzi nas do zrozumienia naszej własnej śmiertelności. Jest to droga służąca skupieniu naszej uwagi na śmierci. A może ona tak czynić, ponieważ wyprowadza nas poza śmiertelność. Jest drogą prowadzącą poza śmierć do zmartwychwstania, do nowego i wiecznego życia, którego źródłem jest zjednoczenie z Bogiem.”

John Main OSB „Ścieżka medytacji”

przekład Janusz Salamon SJ, wyd. WAM, Kraków, 2007

Z okazji zbliżających się Świąt Wielkanocy życzymy Wam wytrwania w podążaniu ścieżką medytacji i poruszeń serca z łaski Zmartwychwstałego

Redakcja Chrześcijańskiej Medytacji

**Oddając w Wasze ręce drugi numer
Chrześcijańskiej Medytacji dziękujemy
za ciepłe słowa wsparcia, jakie otrzymaliśmy
po wysłaniu pierwszego numeru.**

Lektura

listu o. Laurence'a Freemana, podsumowującego kolejne Seminarium Johna Maina, które odbyło się w ubiegłym roku w Montrealu, budzi wiele refleksji. I nie trudno zgodzić się z tym, że życie człowieka upływa w poczuciu wielości paradoksów, z jakimi zmagamy się, aby w końcu pochylić nad nimi czoło i zamilknąć w medytacji.

Poniżej najświeższe informacje z życia WCCM.PL

Żeby ugruntować praktykę i rozszerzyć wiedzę już w czerwcu jest możliwość wzięcia udziału w Szkole Medytacji (szczegóły w Kalendarium). Tym razem w Centrum Dialogu i Modlitwy w Oświęcimiu będziemy uczyć się od siebie nawzajem i od znanych nam już Giovanniego Felicioniego i Stefana Reynoldsa oraz Łukasza Gruszki – oblatów benedyktyńskich, że mówienie o medytacji i pogłębia własną wiarę i umacnia innych. Szkoła jest przeznaczona dla wszystkich medytujących - systematycznie lub mniej systematycznie. Serdecznie zapraszamy do zgłaszania się.

W sierpniu odbędzie się kolejne Seminarium Johna Maina. Tym razem jesteśmy zaproszeni do Mainz (Niemcy). Godnym podkreślenia jest, że jednym z prelegentów będzie kardynał Walter Kasper, przewodniczący papieskiej Rady ds. Popierania Jedności Chrześcijan.

Jesienią natomiast spotkamy się w Warszawie na sesji medytacyjnej prowadzonej przez o. Laurence'a Freemana, a także na konferencji w duchu dialogu międzyreligijnego w związku z wydaniem książki „Dobre serce” z komentarzami Dalajlamy do Ewangelii wygłoszonymi podczas Seminarium Johna Maina w roku 1994.

Nasza strona www.wccm.pl jest obecnie aktualizowana codziennie, mianowicie umieszczamy fragment Ewangelii wraz z krótkim komentarzem, co stwarza okazję do codziennej lektury Pisma Świętego. W każdy piątek umieszczamy konferencję dotyczącą medytacji. Teksty te są przygotowane również w wersji do druku. Zachęcam do kompletowania ich w Segregatorze Szkoły Medytacji i do wykorzystywania podczas spotkań grup.

*Serdecznie zapraszam do lektury,
działania i medytacji,
życząc radosnych Świąt Wielkanocnych
Paulina Leśniak
koordynatorka WCCM.PL
paulina_szczecin@wccm.pl*

paradoksami wynikającymi z szybkości zmian, w które jesteśmy uwikłani. Od początku ery przemysłowej tj. od połowy XVIII wieku liczba ludności świata skoczyła z 600 milionów do 6,6 miliarda. Cały czas rośnie w tempie 70-80 milionów rocznie. Wzrost ekonomiczny wynosi przeciętnie 5% rocznie – oczywiście nie jest równomierny. Do tego w ostatnich latach nastąpiła 25% redukcja ilości lodu na Antarktydzie. Istnieje wielka nierówność między liczbą ludności i wzrostem ekonomicznym, co odbija się w kryzysie ekologicznym. Tutaj mrocznym paradoksem jest wzrost prowadzący do śmierci.

Kryzys ekologiczny sprawia, że w wyostrożony sposób stajemy się świadomi tego, że nasza planeta jest małym domem, współzależnym i nietrwałym – buddyści tymi cechami definiują pojęcie pustki, a chrześcijanie rozumieją je jako przymioty stworzenia. Jeszcze większym paradoksem jest to, że według uznanych ekonomistów rozwiązanie tego, na co sądzimy, że jesteśmy skazani, nie jest tak trudne. Wymaga to tylko 1% globalnej gospodarki – ale także współpracy i poczucia jedności w byciu ludzką rodziną, a nie rywalizującymi ze sobą plemionami. „Nasze problemy zostały uczynione przez człowieka i mogą być przez człowieka rozwiązane”, jak powiedział prezydent Kennedy w 1961 roku. Wciąż jednak Stany Zjednoczone wydają 600 miliardów dolarów na cele militarne, a wielu polityków wykorzystuje terroryzm jako wymówkę dla polaryzowania światowych sił prowadzących przeciwstawne polityki zagraniczne i ekonomiczne. Żyjemy w czasach gwałtownej, nieubłaganej globalizacji, a jednakże głód inności i unikalności nigdy nie był większy. Córką jednej z medytujących osób napisała ostatnio, że jednym z jej głównych priorytetów w życiu jest to, by „być miejscowym”. Interesująca wartość, aby zidentyfikować się w coraz bardziej standaryzowanym „globalnym” świecie Internetu, tanich podróży, kultury masowej i rzeczywistości wirtualnej.

Na te wszystkie sposoby odwieczny ludzki paradoks bycia jednocześnie lokalnym i globalnym wydaje się być dużo ostrzej odczuwany przez nas jako ludzi współczesnych niż przez naszych przodków. Jego ekstremalna intensywność i brak środków na poradzenie sobie z nim w ramach tradycyjnych religii i zabezpieczeń socjalnych wytworzył wiek niepokoju, powszechnego stresu, masowego konsumpcjonizmu rozdzieranego strachem samotności. Aby stanąć naprzeciw tego ekstremalnego pomieszania i cierpienia zostaliśmy zmuszeni, by głębiej niż kiedykolwiek szukać źródła i sensu. Balfour Mount wyjaśnia na wyrazistych przykładach, jak śmierć - wielki paradoks wszelkich form życia – może być dobrym nauczycielem sensu. Istnieje sposób życia obcy myśleniu współczesnego konsumenta, w którym pojęcie szczęścia („jakości życia”) ewidentnie

nie zależy od fizycznego dobrostanu, albo satysfakcji z zaspokojonego pragnienia. Cierpienie i radość nie wykluczają siebie nawzajem. Możemy umrzeć uzdrowieni.

W obliczu śmierci ludzki umysł staje się teologiczny. Rozpaczliwie szukamy sensu, aby uniknąć rozpacz i poszukujemy sposobów wyrażenia tego w słowach, które możemy dzielić z innymi. Wielka samotność wynikająca z braku sensu może być łatwiej przeżywana tylko dzięki temu, że wiemy, iż rozumiemy siebie nawzajem nawet w obliczu tych okrutnych paradoksów życia. Sarah Bachelard przyjrzała się bliżej naukom Ojców Pustyni mówiącym, że modlitwa i teologia – trwanie w ciszy Boskiej tajemnicy i mówienie o tej tajemnicy – są ze sobą związane i ubogacają się wzajemnie. Uznała,

że sposób w jaki John Main rozumiał „doświadczenie” i „wiarę”, to wkład w nowy rodzaj języka o ostatecznym znaczeniu, które wielu teologów akademickich cały czas różni i dzieli. Wyeksponowała to decydujące rozróżnienie, które otwiera prawdziwą teologię pomiędzy „wiarą” a „wierzeniem”. Uwalnia nas to od absurdalnego zaprzeczania samemu sobie w usiłowaniu wierzenia w to, w co nakazano nam wierzyć i poszukiwania doświadczenia, które usprawiedliwi to wierzenie. Otwiera nas na paradoks doświadczenia, które przekracza inne doświadczenia i w ten sposób otwiera nas na to, co o. John Main nazywał owocami ducha manifestującymi się w naszym codziennym życiu.

Yvon Theroux posłużyła się przykładami biblijnych proroków, aby zilustrować jak zakorzenione w tradycji i jednocześnie rewolucyjne (ten sam paradoks, który pokazał Charles Taylor) było nauczanie Johna Maina o medytacji - drodze dla współczesnych ludzi, by nauczyli się żyć i przeżyć w pełnej wewnętrznych sprzeczności naturze współczesnego świata. O. Joe Pereira posłużył się własnym doświadczeniem medytacji w swej pracy związanej z uzdrawianiem i powracaniem do zdrowia. Pokazał, jak medytacja pomaga nam wszystkim uwalniać się od wielu form uzależnień, w które wciąga nas współczesny świat, abyśmy

uciekali od rzeczywistości i unikali paradoksów. Peter Ng mówił o medytacji jako zintegrowanej duchowości potrzebnej do tego, aby zaradzić śmiertelnie groźnej nierównowadze, w którą współczesny materializm i szaleńczy pęd popycha tak wielu ludzi. Kiedy mówił o swoich priorytetach w gospodarowaniu czasem i jak broni siebie samego przed zatraceniem równoważącego mechanizmu medytacji przypomniało mi się to, co Augustine Baker pisał w książce, która zainspirowała Johna Maina, aby na nowo odkryć tradycję, którą dziś praktykujemy i której uczymy w Światowej Wspólnocie Medytacji Chrześcijańskiej. Baker

pisał dla zamkniętej wspólnoty benedyktynek, których był kapłanem, ale także podkreślał to, że ludzie świeccy na zewnątrz klasztoru mogliby żyć życiem kontemplacyjnym – jeżeli takie wybiorą. Sądził, że nie muszą wstępować do klasztoru albo przyjmować ślubów zakonnych, aby być kontemplatykami. Oczywiście, mówił, że będą potrzebne pewne zmiany w ich stylu życia, łącznie z rzadszym wychodzeniem na obiady i przyjęcia alkoholowe. Mniej wychodzić na zewnątrz, aby głębiej wchodzić w siebie.

Będziemy publikować konferencje wygłoszone na wspólnym tegorocznym Seminarium – wszystkie zainspirowane są refleksjami nad sposobem,

w jaki nauczanie Johna Maina promieniuje i rozszerza się we współczesnym świecie i jak podejmuje współczesne tematy. Chciałbym teraz zebrać razem niektóre z tych tematów dotyczących paradoksu, teologii, tradycji, uzdrawiania i duchowości poprzez refleksję nad ważnym aspektem centralnej tajemnicy medytacji, jak odnosi się do niej o. John Main i mistyczna tradycja chrześcijańska – znaczenia terażniejszości i obecnego momentu życia, tu i teraz.

Pozwólcie mi zacząć od przypomnienia Wam, jak głęboko nauczanie Johna Maina zanurzone jest w tej tradycji. Zostało to potwierdzone zaraz po jego śmierci przez jednego z największych wtedy uczonych zajmujących się wczesną historią monastyczną i autora jednego z najbardziej, dosłownie, radykalnych komentarzy Reguły św.



Giotto di Bondone, Malarstwo Białego Człowieka, W. Łysiak, Poznań 1997

Benedykta, ojca Adalberta de Vogue, mnicha z opactwa La Pierre qui Vire, urodzonego 2 lata przed Johnem Mainem. De Vogue przeczytał Konferencje z Gethsemani Johna Maina i rozeznał, że opisywały odrodzenie tradycji, którą zagubił zachodni monastycyzm. Powiedział nawet, że wypełniały wolną przestrzeń w samej Regule – mianowicie brak szczególnego nauczania metody modlitwy serca.

W konferencji Maina rola mediatora odgrywana przez Kasjana jest interesująca z kilku powodów. Przede wszystkim, w wymiarze historycznym oferuje nam przykład uciekania się do autora z okresu przed św. Benedyktem w celu wzbogacenia i skorygowania tradycji po św. Benedyktie. Jak Baker to już był zrobił – ale trochę inaczej, jak zobaczymy – Main wraca do źródła Reguły, aby wypełnić lukę w niej obecną, która jest otwarta albo niedoskonale wypełniana przez tych, którzy z niej korzystają. W innym wymiarze, przestrzennym, to opowiadanie nieoczekiwanie kontynuuje wielką misję mediatora, która przypada Kasjanowi. Na pierwszy rzut oka nieocenioną posługą pełnioną przez Reguły życia mnichów i Rozmowy z Ojcami było przenoszenie na Zachód mądrości, która była egipska, orientalna i grecka. W przypadku Maina to spotkanie między Wschodem a Zachodem wychodzi poza chrześcijański Wschód i obejmuje pogański Daleki Wschód (The Monastic Studies 15, 1983).

Podczas gdy Kasjan jest pomostem między wschodnim a zachodnim chrześcijaństwem, Main (mówi de Vogue) buduje pomost między chrześcijańskim, a niechrześcijańskim światem. Łaciński monastycyzm, mówi dalej, został pozbawiony jakiegokolwiek formuły modlitwy i oto dlaczego Rozmowa X ma znaczenie świadka tak wielkiej wagi. W istocie, jedynie nauczanie abba Izaaka przypomina mnichom Zachodu praktykę nieustannej modlitwy, której nie byli w stanie wprowadzić w życie. To gorzki paradoks, że większość najstarszych świadectw takiej praktyki jest zapisana po łacinie i że została ona zupełnie zapoznana przez świat łaciński. Ale przykład Maina pokazuje, że fundament został położony przez Kasjana nie na próżno. Dzięki autorowi Rozmów modlitwa monologiczna, jak nazywali ją mnisi na Wschodzie, należy już na zawsze do skarbów zachodniej tradycji i nic nie przeszkadza synom św. Benedykta, by korzystać z niej dla własnego dobra, między nova et vetera.⁶

De Vogue podkreśla to, co nazywa „absolutną chrześcijańską autentycznością Maina”. Main pisał 25 lat temu, kiedy wiele osób mogło nie widzieć, jak jego nauczanie zakorzenione jest w tradycji. Dzisiaj ukazanie tego jest często dużo mniej konieczne, ponieważ

Światowa Wspólnota Medytacji Chrześcijańskiej wykonała swoje zadanie przypominając tradycję kościołom chrześcijańskim. Do tej pory wpływ Johna Maina głęboko przeniknął świadomość współczesnego chrześcijaństwa i obudził świadomość, że kontemplatywność mieści się w centrum wiary.

Charles Taylor przypomniał nam oryginalne znaczenie słowa „rewolucja” – powracanie do początku – i o przekonaniu wczesnych nowożytnych rewolucjonistów, że przywracali „pierwotny” stan rzeczy. John Main mówił kiedyś o gorzkim paradoksie społecznej rewolucji, która zawsze ponosiła klęskę i prowadziła do powracania do tego, czego usiłowała uniknąć. Jedyną trwałą rewolucją jest nawrócenie serca. Osiąga się ją nie siłą lub zewnętrznym działaniem, ale radykalnym przekierowaniem uwagi z siebie samego na tajemnicę Boga. Jedynie to prowadzi do stałej i nieodwracalnej zmiany. On i tradycja nazywają to ludzkim przeznaczeniem do theosis, przebóstwienia.

To wskazuje, dlaczego medytacja może być postrzegana jako odpowiedź na współczesną potrzebę globalnej duchowości. Nie jest to tym samym, co globalna religia, która zatraciłaby zbyt wiele lokalnych bogactw. Zdrowa, możliwa do zaakceptowania globalizacja nie powinna wcielać, ale po „katolicku” szanować to, co lokalne. Globalna duchowość wyraża wspólny element całego ludzkiego doświadczenia religijnego. Jest to podstawą radykalnej ludzkiej przemiany i sposobności do wspólnej odpowiedzi na złożoność współczesnych globalnych paradoksów. Medytacja łączy to co globalne, z tym, co lokalne, ponieważ łączy jednostkę z rodziną, serce z umysłem, to co wewnętrzne, z tym co zewnętrzne.

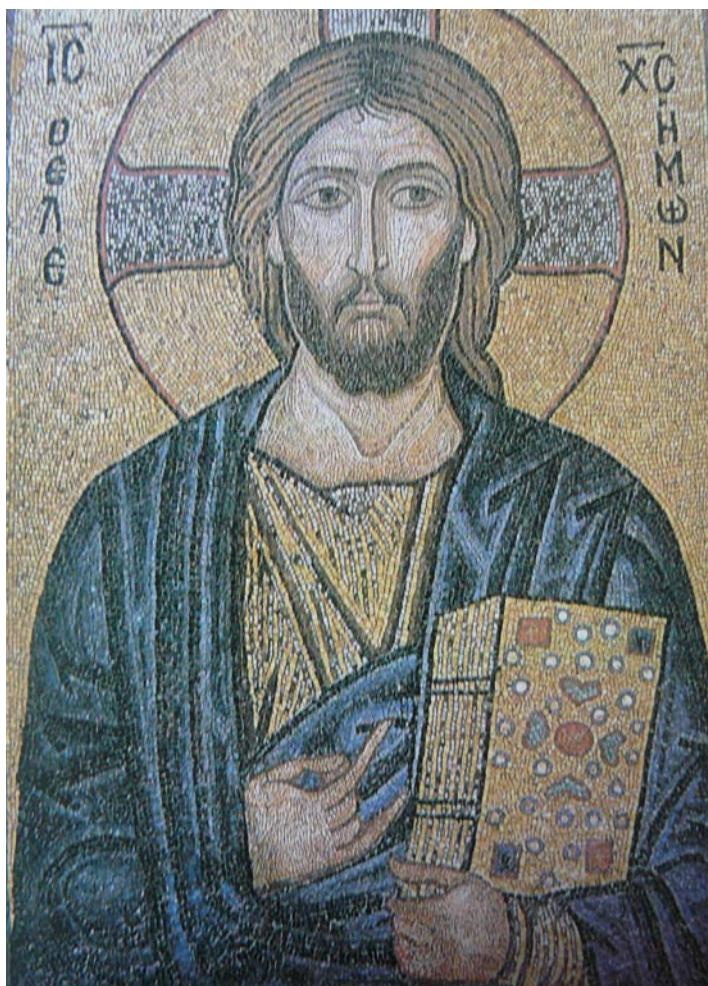
Słodkim paradoksem jest to, że w świetle tej duchowości słowa, symbole i pojęcia różnych tradycji religijnych mogą stać się jednoczącymi różnicami bardziej niż zagrażającymi podziałami. I tak – nawet głębszy to paradoks – te słowa, myśli i pojęcia muszą być porzucone, jeśli mają wykonać swoje zadanie zjednoczenia nas. C.S. Lewis powiedział, że cała rzeczywistość jest ikonoklastyczna i zastosował tę uniwersalną prawdę w szczególności do swojej chrześcijańskiej wiary:

Potrzebuję Chrystusa, a nie tylko czegoś, co przypomina Chrystusa. Naprawdę dobra fotografia może ostatecznie stać się pułapką, okropnością, przeszkodą.

To śmierć – strata żony – poprowadziła go do spotkania z wiarą. John Main, jak wszyscy z nas, także nauczył się tego poprzez doświadczenie utraty, której doświadczył w życiu. Ale w medytacji zastosował tę prawdę do swo-

jej wewnętrznej podróży i porównał prawdziwe znaczenie modlitwy do „roztrząskania lustra” umysłu ego. Jest to faktycznie niezwykle silny obraz w jego nauczaniu, w którym woli mówić o polerowaniu, harmonizowaniu, jednoczeniu, łączeniu. Ale nie jest tak, że nie doceniał dyscypliny ascetyzmu łączącej się z duchowością. Istnieje zatem dobra strona ciężkiej pracy. Wierzył także, że kiedy już raz zaczęliśmy pielgrzymkę codziennej medytacji, odnaleźliśmy podstawową ascezę ludzkiego życia. To odkrycie uwolniło go od niepokoju tak wielu religijnych ludzi, jak i gdzie kontrolować swe pragnienia, albo im zaprzeczać. Możesz cieszyć się dobrymi rzeczami w życiu ze spokojnym sumieniem. Jak rabbi, który powiedział, że ostatniego dnia będziemy musieli zdać sprawę z każdej dopuszczonej przez Prawo przyjemności, której nie przyjęliśmy. John Main wierzył w życie pełnią życia. Kiedy już raz zaczął powtarzać mantrę, znaczenie słów św. Augustyna, będących wielką afirmacją chrześcijańskiej wolności staje się jaśniejsze: „Kochaj i rób, co chcesz”.

Lustro, które roztrząskaliśmy, to konsekwencja Upadku, ponieważ to podzielony umysł, oddzielenie świadomości od jej źródeł, więzienie i piekielnie bezgraniczna regresja samorefleksji ego. Roztrząskanie lustra przemienia to, co Ojciec John



Olga Popova, Warszawa 1998.

nazywał „ciszą zapomnienia” w „ciszę pełnej świadomości”. Medytacja, jako działanie ciszy rozbija lustro przez odłączenie nas od każdego wyobrażenia, każdej myśli.

W innych konferencjach mówił o medytacji, jako o procesie odkrywania samego siebie i samowiedzy. Według chrześcijańskiej tradycji mistycznej samowiedza to coś więcej niż jakieś wyobrażenia o nas samych. To doświadczalny wgląd w najgłębszą naturę nas samych, w którym odkrywamy, że jesteśmy – zarówno indywidualnie jak i zbiorowo – mikrokosmosem stworzonego świata. Oto dlaczego medytacja staje się duchowością, która tak bezpośrednio przemawia do współczesnych trosk i oferuje drogę do rozwiązania globalnych problemów. Dowiadując się kim jesteśmy, znajdujemy rozwiązanie wobec tych wszystkich sił, które wydają się oddzielać nas od naszej prawdziwej jaźni. Ojciec John powiedział, że rozwiązanie naszych złożonych współczesnych problemów musi być ostatecznie duchowe. Tak, jak powiedział św. Grzegorz z Nyssy: „Masz w sobie to, co potrzebne jest, by objąć boskość”. Paradoksalna relacja tego, co uniwersalne do tego, co partykularne ma swe rozwiązanie w tajemnicy Boga, który mieszka w nas i wśród nas. Królestwo Boże jest niedualne, jest falą i cząstką, jest wewnętrzne i zewnętrzne, jest w samotności i we wspólnocie.

Medytacja tworzy wspólnotę z tego samego powodu. W świetle doświadczenia medytacji widzimy nas samych i innych jako zjednoczonych i już niewyobcowanych. Po tem działamy na podstawie tego, co postrzegamy.

Ta globalna duchowość ma wiele innych aspektów, w które zagłębia się spójne i jednorodne nauczanie o. Johna. Tym aspektem, do którego odnosi się najczęściej jest aspekt miłości – najbardziej uniwersalna z ludzkich wartości i źródło znaczenia. To także centralny paradoks, w którym tracimy, aby odnaleźć, puszczamy, aby pochwycić. Miłość ma dynamikę Trójcy nawet w swoich wczesnych stadiach rozwoju prowadzącego do pełni agape. W Erosie i w Przyjaźni, w rodzinnej albo romantycznej miłości, w sprawiedliwości społecznej albo osobistym współodczuwaniu odkrywamy, że miłość siebie samego, miłość bliźniego i miłość Boga są wyraźnie zaznaczone, ale nierozdzielne. Wgląd psychologiczny i współczucie o. Johna poprowadziły go do tego, aby odwrócić najczęściej religijnie usankcjonowaną kolejność miłości. Na pierwszym miejscu umieścić miłość siebie samego, ponieważ jak możemy kochać innych, kiedy zamknięci jesteśmy w odrzuceniu samego siebie i nienawiści do siebie samego. Jak możemy kochać Boga, którego nie widzimy, jeśli nie kochamy braci i sióstr, które widzimy.

Jeszcze jednym aspektem tej uniwersalnej duchowości,

którą o. John rozpoznawał w kontekście chrześcijaństwa jest wolność. Przede wszystkim wolność by kochać, bardziej niż wolność wybierania tego, co mamy ochotę robić. Dla o. Johna strach jest ogromnym utrudnieniem, a medytacja uwalnia nas od lęku i uwalnia nas do wolności dzieci bożych. Jego język dotyczący tego aspektu medytacji odzwierciedla nauczanie Ojców Pustyni. Klemens z Aleksandrii powiedział:

*„Już dłużej nie jesteśmy pod władzą prawa,
czemu towarzyszył strach,
ale pod władzą Słowa,
mistrza wolnego wyboru.”*

Oto jak w chrześcijańskim kontekście jawi się ta wolność od uzależnień i wolność od podzielonej jaźni, o której mówił o. John. To upajająca ekspansja umysłu i serca, którą Bal Mount i Victor Frankl nazywają znaczeniem, a do której Patrycja Ng została poprowadzona w swojej ostatniej chorobie, poprzez medytację, wiarę i głęboką ludzką miłość i dlatego powiedziała w takich promiennych, ludzkich słowach autentycznego oświecenia:

*Poznałam, że sekretem szczęścia jest zostawić
wszystko w rękach Boga i zaufać Jego wielkiej trosce
o nas.*

Albo co Eileen O’Hea zobaczyła i doświadczyła w swoim wierszu „O oświeceniu (Moja wersja)“:

*Zastanawiam się,
już od pewnego czasu,
czy świadomość, podwyższona świadomość,
jest oświeceniem,
a jeśli tak,
to jaki związek
ma z Mądrością?
Wcześniej myślałam
oświecenie jest nagrodą -
nagrodą za dobre życie.
Wiesz,
posty, wyrzekanie się siebie;
wybijanie wszystkich złościwości
ze swego ego!
Dla mnie,
Mądrość jest "siedzącym".
Spotykasz ją
w środku swej duszy.
Jak łośoś płynący pod prąd
męczysz się i męczysz,
potem chlup,*

siedzisz na jej kolanach.

*Tu mądrość zbiera
energije świadomości,
jak jaja w gnieździe
i siedzi z nimi
jest im matką i ojcem
w swej cichej obecności
obecności światła.*

*Zanurzona
w świetle Mądrości,
energia wyprowadza się znów
do strumienia życia,
stwarzając obecność,
jak świetliki
w najczarniejszą z nocy*

Ostatnim aspektem duchowości medytacji, albo raczej medytacji, która jest duchowością, ponieważ jak o. John podkreślał, że medytacja nie jest formą modlitwy, ale sposobem na życie – jest czas. Chrześcijańska wiara oparta jest na Wcieleniu wiecznego Słowa w historyczną osobę Jezusa. Teologiczna ekspansja tego tematu jest olbrzymia i cały czas się rozszerza. Umysł nie może nigdy przestać się nad tym zastanawiać. Maksym Wyznawca powiedział, że są trzy manifestacje Słowa – Kosmos jako Istnienie, osobowa Tajemnica Boga i historyczna osoba Jezusa Chrystusa. Ojciec John naucza medytacji w tym sensie tajemnicy Chrystusa, ale najczęściej podchodzi do niej z perspektywy przemienionego doświadczenia czasu, która wynika z praktyki. To ten rodzaj doświadczenia wiary, o którym mówiła Sara, nowy sposób patrzenia na życie, który opisywał Peter na przykładzie zapracowanego dyrektora wykonawczego.

W wieku stresu i niepokoju, takim jak nasz, brzemię czasu naciska na nas mocno. Bez poczucia znaczenia nieznośny ciężar czasu i, paradoksalnie jego znikanie, staje się ukrzyżowaniem bez zmartwychwstania. Może być temu przypisany wielki wzrost ilości chorób psychicznych we współczesnym społeczeństwie. Medytacja przemienia nasze psychiczne odczucie przeszłości i przyszłości poprzez pogłębianie doświadczenia „teraźniejszego momentu” – główne znaczenie medytacji to „proste radowanie się prawdą”.

Śmierć, która w cudowny sposób koncentruje uwagę, prowadzi nas do pogłębionego doświadczenia rzeczywistości. Każdy drogocenny moment jest smakowany i dzielony z innymi z zadziwieniem i radością. Kochankowie w bliskości śmierci cieszą się każdą chwilą, która im pozostaje, ale nie odliczają sekund. Nie można zmierzyć chwili obecnej. To też jest wolność od ograniczeń. Kelnerka, która mówi „smacznego”, gdy zaczynasz jedzenie (po angielsku

dosłownie „ciesz się swym posiłkiem” – przypis tłumacza) ma słuszność. Jak możemy opisać obecną chwilę poza odniesieniem do czasu. Nie możemy, tak jak nie możemy mówić o Słowie nie używając słów. Ale terażniejszy moment nie jest oddzielony od tego, co wyobrażamy sobie jako przeszłość lub przyszłość. Zawiera w sobie czas. Możemy powiedzieć, że obecny moment jest doświadczany wtedy, kiedy przestajemy liczyć albo obserwować mijające sekundy. Świta wtedy, kiedy prawdziwie widzimy, że obecna chwila, to dosłownie każda chwila, następująca nieprzerwanie, bez żadnej chwili, kiedy mrużylibyśmy oczy, bez chwili zmarnowanej, zapomnianej, zignorowanej. To bycie w pełni przytomnym wobec wszystkiego. Tu i teraz.

To ostatni paradoks, który przyprawi nas dzisiaj o ból głowy: jak czas i wieczność mogą ze sobą współistnieć? Jednak medytacja – poważnie praktykowana, jakby powiedział o. John – pokazuje nam, że możemy żyć w wieczności teraz, kiedy na przykład, piszemy raporty z wczorajszych spotkań i kiedy planujemy spotkania jutrzejsze. Uzdrawienie może mieć miejsce, kiedy umieramy. Można zrozumieć, dlaczego tradycja wedyjska tak bardzo dramatyzuje, gdy mówi, że cały świat jest iluzją, tylko światem snu, z którego się obudzimy, tak jakbyśmy oglądali film na ekranie i potem włączyli światło i wyłączyli projektor. Ojciec John i chrześcijańska tradycja nie lubią o tym mówić, ponieważ pomniejsza to paradoks wcielenia, jak również doświadczanie ludzkiej miłości każdego dnia i poprzez lata pielgrzymki naszego życia. Jednakże w świetle obecnej chwili tak wiele naszych myśli i założeń jawi się jako iluzoryczne, tak wiele obaw rozplywa się, tak wiele kryzysów znika, jesteśmy uwolnieni od tak wielu kompleksów. Jednakowoż Ojciec John nie minimalizuje oczyszczenia umysłu, które najpierw musi mieć miejsce.

Musimy także zrozumieć i to. Poważnie wprowadziłbym Was w błąd, gdybym nie ukazał Wam tak jasno, jak tylko potrafie, że oczyszczenie, które prowadzi do tej czystości serca, która prowadzi do obecności w nas samych, jest pożerającym ogniem. A medytacja jest wchodzeniem w ten ogień. Ogień, który spala wszystko, co nie jest realne, który spala wszystko, co nie jest prawdziwe, wszystko co nie jest miłością. Nie możemy bać się tego ognia. Musimy pokładać całkowite zaufanie w tym ogniu, ponieważ ogień ten jest ogniem miłości. Ten ogień to nawet coś więcej – jest to wielką tajemnicą naszej wiary – to ogień, który jest miłością.

Powtarzaj swoją mantrę. Jeśli prawdziwie ją powtarzamy, nie możemy być nigdzie indziej, jak tu i teraz. Nasza uwaga umiejscawia nas we wcielonej rzeczywistości Boga i objawia nam, że sama uwaga jest miłością, i że nasza uwaga wobec

Boga jest naprawdę taka sama jak uwaga Boga wobec nas. „To wszystko jest miłością”, jak napisał kiedyś ojciec John w liście do kogoś zmagającego się z ciężarem paradoksu w swoim życiu. Jest to za proste, żeby to praktykować – a więc myślimy, jak kiedyś uczniowie, gdy ujrzeli Zmartwychwstałego Jezusa: „to zbyt proste, by mogło być prawdziwe”. Ale kiedy przestajemy o tym myśleć, prostota staje się łatwa, naturalna i przychodzi bez wysiłku. Wyzwaniem jest wytrwać poprzez długą walkę z rozprasającym myśleniem, że rozproszenia są tak ważne. Myśleniem, że myślenie jest tak potężne, że odcina nas od bytu. Niezdawanie sobie sprawy z tego, że obecny moment jest obecny nawet wtedy, kiedy jesteśmy rozproszeni, albo zagubieni w niepokoju czy fantazji. Nasza uważność przynosi skutek nawet wtedy, jeśli wydaje nam się, że jesteśmy od tego daleko. Czasami, i coraz bardziej, zdajemy sobie sprawę z obecnej chwili (a nie osiągamy jej, ani nie zdobywamy), kiedy wiara i łaska łączą się ze sobą z cudowną łatwością, a myśl poddaje się ciszy pełnej świadomości. Potem, oczywiście, zastanawiamy się nad tym i może zadajemy sobie pytanie, czy to jest prawdziwe doświadczenie, i chmury znowu się gromadzą, a my tracimy z oczu to, co widzieliśmy. Ale wiemy, że to tam jest. Nie możemy zapomnieć doświadczenia tej chwili obecnej.

Prosta, bezpośrednia świadomość terażniejszej rzeczywistości, która rozszerza się w ciszy, bezruchu i prostocie, do której prowadzi nas wierna uważność wobec mantry, jest tym, co Ojciec John znał i czego nas nauczał. To wyjaśnia jego ludzkie cechy – miłość i współczucie, dobroć, delikatność, cierpliwość, wierność, poczucie humoru i wolność ducha. Ale, jeszcze ważniejsze jest to, jak nauczał i czego nam życzył, byśmy poznali to sami poprzez nasze własne doświadczenie, a nie próbując opisywać to albo skupiać naszą uwagę na jego osobowości, czy na jego doświadczeniu.

Jest to tak proste i jednocześnie tak przemieniające. Ojciec John wierzył z pasją, że medytacja powinna być nauczana, by prowadzić ludzi do pełni życia, do aktualnej chwili. Jeśli razem popatrzymy na przytłaczające nas globalne problemy, których ogrom prowadzi tak wielu do uzależnień albo wyobcowania, jeśli popatrzymy na nie w bezchmurnym pięknie i radości aktualnej chwili, jeśli podejmiemy do nich z pokojem, który przewyższa wszelki umysł, droga naprzód będzie wydawała się tak oczywista, a jednocześnie tak prosta, że będziemy śmiać się z nas samych, że w ogóle uwikłaliśmy się w te problemy i jeszcze bardziej z tego, że wierzyliśmy, że są niemożliwe do rozwiązania.

*With much love
Laurence Freeman OSB
Przekład Ewa Pado*

Medytacja - być przed Panem, być w Nim

Ksiądz Prałat Stanisław Puchała – proboszcz katedry Chrystusa Króla w Katowicach. Wieloletni duszpasterz akademicki. Przy katedrze, w kaplicy Duszpasterstwa Akademickiego przy ul. Wita Stwosza 16, spotyka się od kilku lat grupa medytacji chrześcijańskiej, wchodząca w skład WCCM.

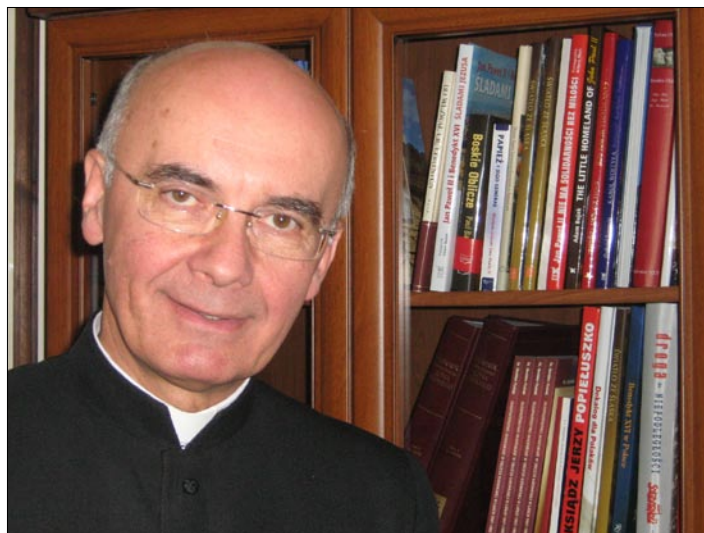
- Jaki jest pogląd księdza proboszcza na temat medytacji chrześcijańskiej?

- Pan prowadzi każdego człowieka drogami i w sposób zgodny z Jego upodobaniem - mówi Katechizm Kościoła Katolickiego. Każdy wierny odpowiada Bogu zgodnie z postanowieniem swojego serca i osobistą formą swojej modlitwy. „Tradycja chrześcijańska zachowała jednak trzy główne formy życia modlitwy: modlitwa ustna, rozmyślanie, kontemplacja. Ich wspólną cechą jest skupienie serca (KKK 2699). Ta czujność w trwaniu w obecności Boga jest charakterystyczna dla intensywnego życia modlitwą.

Chrześcijańska medytacja otwiera człowieka na obecność Boga w głębi jego wnętrza. Św. Paweł Apostoł przypominał; „Czyż nie wiecie, że jesteście świątynią Boga i że Duch Boży w was mieszka” (1Kor 3,16). Skupienie, kontemplacja, modlitwa medytacyjna służy temu, by tę prawdę w sobie odkrywać. Medytacja jest też przejawem troski o to, by być obecnym dla Boga, otwartym na Jego obecność tu teraz. Medytacja służy procesowi rozwoju człowieczeństwa w jego najgłębszym wymiarze. Służy człowiekowi w odkrywaniu w nim samym najistotniejszych wartości, głębokiej prawdy o nim samym. Sprzyja wzrostowi życia wewnętrznego i chrześcijańskiego. Medytacja chrześcijańska jest najprostszą formą modlitwy kontemplacyjnej. Wprowadza medytującego w stan trwania przed Bogiem bez konieczności formowania myśli czy kształtowania obrazu w wyobraźni. To „trwanie przed Bogiem” Katechizm Kościoła Katolickiego nazywa za św. Janem od Krzyża „modlitwą milczącej miłości” (KKK 2717). Kontemplacja jest spojrzeniem wiary utkwionym w Jezusa. Ja „wpatruję się w Niego, a On wpatruje się we mnie” - mówił w czasach swego świętego proboszcza wieśniak z Ars modlący się przed tabernakulum (por. KKK 2715). Medytacja - być przed Panem, być w Nim.

- Jaka może być przyczyna niezbyt dużej znajomości wśród wiernych tego typu praktyki duchowej?

-W naszym zabieganym świecie, gdy człowiek skarży się nieustannie, iż na nic nie ma czasu, trudno o powszechną praktykę



fot. Grzegorz Płonka

medytacji. Dla niej trzeba umieć znaleźć czas, trzeba „dać sobie czas” na medytację. O to dzisiaj coraz trudniej. Poza tym wartość medytacji poznaje prawdziwie ten, kto ją praktykuje. Trudno do niej przekonać zagonionych sceptyków.

- Czy warto wskazywać parafianom medytację jako drogę do doświadczania Ducha Chrystusowego?

- Mimo wszystkich trudności warto zachęcać do praktykowania medytacji jako drogi do doświadczania Ducha Chrystusowego. Tym bardziej, że to Bóg niestrudzenie wzywa każdą osobę do „tajemniczego spotkania z Nim na modlitwie”. Modlitwa towarzyszy całej historii zbawienia jako wzajemne przyzywanie się Boga i człowieka (KKK 2591). Medytacja jest jedną z form odpowiedzi człowieka na przyzywanie Boga.

- Czy medytacja chrześcijańska może być alternatywą dla młodych osób, szukających doświadczeń duchowych w innych religiach – na przykład w buddyzmie czy w hinduizmie?

- Jak najbardziej. Trzeba podejmować wysiłki i nie ustawać, by ci, którzy znają wartość medytacji, dzieli się nią z innymi, zachęcając do tej praktyki nawiązywania kontaktu z Bogiem żywym i obecnym.

- Jakie jest zdanie księdza na temat wprowadzenia do cyklu edukacyjnego w seminariach duchowych nauki medytacji?

-W seminariach duchownych klerycy uczą się różnych form modlitwy, a wśród nich rozmyślania, medytacji, kontemplacji. Być może jest ciągle jeszcze za mało tej ważnej praktyki w życiu kleryków na co dzień. Warto ciągle i nieustannie przypominać o jej znaczeniu i wartości.

- Dziękuję za rozmowę

Rozmawiał Grzegorz Płonka, Katowice

Grupy Medytacji Chrześcijańskiej

Cotygodniowe spotkanie w grupie daje wsparcie i zachętę dla tych, którzy tego potrzebują lub napotyka trudności na swej ścieżce. Każdy z nas potrzebuje od czasu do czasu zachęty, którą zyskuje przypatrując się wierze innych oraz ich wierności praktyce.

Nowi członkowie mogą przystąpić do grupy w każdym czasie. Doświadczenie pokazuje, że gdy grupa zawiązuje się w nowym miejscu, ludzie, którzy nigdy wcześniej nie medytowali, chętnie do niej przystępują.

Grupy spotykają się w przeróżnych miejscach i o bardzo różnych porach, zarówno w trakcie dnia jak i wieczorami. Obecnie istnieje około 1600 grup rozsianych po całym świecie w 80 krajach, spotykających się w domach, mieszkaniach, szkołach, kościołach, salach katechetycznych, we wspólnotach religijnych, centrach Medytacji Chrześcijańskiej, kaplicach, na uniwersytetach, w więzieniach, domach pogodnej starości i fabrykach.

Baza grup Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej jest stale aktualizowana. Osobom, które przebywają za granicą chętnie przekazemy kontakt do naszych grup, które są najbliżej ich miejsca zamieszkania bądź do koordynatorów.

Chętnie skontaktujemy osoby mieszkające w jednej miejscowości i pragnące medytować w grupie.

kontakt na:

www.wccm.pl



fot. Rafał Pietrzak

Białystok

Kontakt:

Ernest K Sienkiewicz:
tel. 601 311 135,
ekamis@interia.pl
www.swmc.alleluja.pl
czwartek,
godz. 19:00

Cieszyn

Kontakt:

Maksymilian Kapalski
tel. 605 177 047
maksym.k@wp.pl

Katowice

Kontakt:

Grzegorz Płonka
tel. 603 240 063,
grzegorzplonka@op.pl
Grzegorz Zdrzałek
tel. 501 710 650,
gzdrzalek@interia.pl
Joanna Dworok
tel. 601 519 060,
jdark@wp.pl
Archidiecezjalny Ośrodek Duszpasterstwa
Akademickiego ul. Wita Stwosza 16
piątek,
godz. 18:00

SZCZECIN

Kontakt:

Artur Bester
tel. 505 527 741
Piotr Ducher
tel. 604 233 111
info@medytacja.szczecin.pl
www.medytacja.szczecin.pl
Parafia św. Jana Ewangelisty
ul. Ducha Św. 9
piątek i niedziela,
godz. 19:00

Warszawa

Kontakt:

Michał Druś
tel. 513 132 131
framidru@yahoo.com
Parafia św. Franciszka z Asyżu,
ul. Strumykowa 25 (Tarchomin)
niedziela,
godz. 17.00

SEMINARIA JOHNA MAINA

1984—2008

- 1984**, Montreal (Kanada): Isabelle Glover „Święte teksty hinduizmu jako literatura duchowa dla chrześcijan”
- 1985**, Montreal (Kanada): Robert Kiely „Poszukiwanie Boga w literaturze współczesnej”
- 1986**, Montreal (Kanada): John Todd „Nowy Kościół”
- 1987**, Montreal (Kanada): Derek Smith „O czytaniu”
- 1988**, Montreal (Kanada): Charles Taylor „Tożsamość chrześcijańska a nowoczesność”
- 1989**, Belfast (Irlandia Pn.): Balfour Mount „Uzdrowienie duszy i ciała”
- 1990**, Montreal (Kanada): Eileen O’Hea „Duch i dusza”
- 1991**, New Harmony (USA): Bede Griffiths „Medytacja chrześcijańska – żywa tradycja”
- 1992**, Twickenham (Wielka Brytania): Jean Vanier „Od zranienia do uzdrowienia”
- 1993**, Toronto (Kanada): William Johnston „Nowy mistycyzm chrześcijański”
- 1994**, Londyn (Wielka Brytania): Dalajlama „Dobre serce”
- 1995**, San Diego (USA): Laurence Freeman „Jezus”
- 1996**, St. Mary’s School, Ascot (Wielka Brytania): Raimon Pannikar „Milczenie życia”
- 1997**, St Patrick’s College, Dublin (Irlandia): Mary McAleese „Stworzenie pojednane”
- 1998**, San Francisco (USA): Thomas Keating „Serce świata”
- 1999**, Tucson, Arizona (USA): Huston Smith „Powrót do światła”
- 2000**, Belfast (Irlandia Pn.): Dalajlama, Laurence Freeman, Mary MacAleese, William Johnston, Charles Taylor, Isabelle Glover, Balfour Mount, Eileen O’Hea „Droga pokoju”
- 2001**, Sydney, (Australia): abp Rowan Williams „Duch na pustyni”
- 2002**, Cornwall (Kanada): bp Kallistos Ware „Królestwo serca: Modlitwa Jezusowa w życiu codziennym”
- 2003**, Reading (Wielka Brytania): Andrew Harvey, Shirley Du Boulay i Bruno Barnhardt „Bede Griffiths”
- 2004**, St. Michael’s College Burlington, VT, (USA): Joan Chittister „Serce z ciała: Duchowość feministyczna dla kobiet i mężczyzn”
- 2005**, Thousand Oaks California (USA): Richard Rohr „Dźwignia i punkt podparcia”
- 2006**, Penang, (Malezja): Margaret Rizza „Ogień ciszy w muzyce i pismach mistyków”
- 2007**, Orford, Québec (Kanada): Laurence Freeman, Balfour Mount, Sahar Bachelard, Peter Ng i Yvon Thérroux „Życie i dzieło Johna Maina – milcząca obecność”
- 2008**, Mainz, (Niemcy): kard. Walter Kasper „Jedność w wymiarze lokalnym i globalnym

Opracowanie i tłumaczenie Piotr Ducher

SZKOŁA MEDITACJI CHRZEŚCIJAŃSKIEJ

Szkoły Medytacji organizowane przez Światową Wspólnotę Medytacji Chrześcijańskiej odbywają się w krajach, w których Medytacja Chrześcijańska jest dobrze zakorzeniona. W Polsce inauguracja działalności szkoły miała miejsce w minionym roku w Szczecinie. Zachęteni tamtym pozytywnym doświadczeniem serdecznie zapraszamy Was do wzięcia udziału w kolejnej odsłonie działalności szkoły. Spotkamy się w miejscu szczególnym, w Centrum Dialogu i Modlitwy w Oświęcimiu, którego działalność skupiona jest na propagowaniu idei pokoju, dialogu i modlitwy w świecie. Nasze zaproszenie kierujemy do osób włączonych w nurt Medytacji Chrześcijańskiej, jak również pragnących pogłębić znajomość tej formy modlitwy. Będzie to czas wspólnej medytacji, słuchania konferencji, podstawowych ćwiczeń ciała, dzielenia się własnymi doświadczeniami i zadawania pytań. Mamy nadzieję, że po zakończeniu spotkania będziemy mogli powiedzieć za naszymi prowadzącymi sesję w Szczecinie, że:

„To była szczególnie udana i wzajemnie wzbogacająca nas Szkoła. Pełna głębi, nauki i radosnych chwil. Byliśmy wśród Was bardzo szczęśliwi.”

Termin: 6-8 czerwca 2008 (pt.- nd.)

Miejsce: Oświęcim, Centrum Dialogu i Modlitwy, ul. Kolbego 1

Koszt uczestnictwa: 130,00 PLN

Koszt noclegów i wyżywienia: 216,00 PLN

Prowadzący: Giovanni Felicioni, Stefan Reynolds przy współpracy Łukasza Gruszki

Ze względów organizacyjnych zgłoszenia przyjmujemy do 30 kwietnia br.

Serdecznie zapraszam

Marek Lewandowski

Katowicka Grupa Medytacji

Chrześcijańskiej

szkola.medytacji@wccm.pl

Praktyka medytacji wg nauki o. Johna Maina

Wybierz miejsce ciche i spokojne.

Usiądź wygodnie na krześle, stołku lub poduszce medytacyjnej. Wyprostuj kręgosłup.

Przymknij lekko oczy.

Siedź tak nieruchomo, jak to tylko możliwe.

Oddychaj naturalnie i spokojnie.

Pozostań w stanie koncentracji i relaksu.

Powoli, wewnątrznie, zacznij powtarzać proste słowo modlitwy. Proponujemy modlitewne wezwanie:

MARANATHA

Przyjdź, Panie! Przyjdź, Panie Jezu!

lub imię

JEZUS.

Powtarzaj je w sercu delikatnie i wiernie przez cały okres medytacji. Gdy pojawią się rozproszenia lub spotrzeżesz „pustkę” – powracaj do wybranej mantry.

Trwaj w dwudziestominutowym medytacyjnym milczeniu rano i wieczorem, dzień po dniu, a przyjdzie czas, że ogarnie Cię modlitwa Jezusa, a jej owoce rozpoznasz w codziennym, aktywnym życiu.

Modlitwa rozpoczynająca medytację

Ojcze niebieski, otwórz moje serce na cichą obecność

Ducha Twojego Syna.

Wprowadź mnie w misterium ciszy, w której Twoja

miłość objawia się wszystkim, którzy wołają:

Maranatha! Przyjdź, Panie! Przyjdź, Panie Jezu!

Literatura:

JAN KASJAN Rozmowy o modlitwie, Wydawnictwo Benedyktynów Tyniec, Kraków 2003.

JOHN MAIN OSB Chrześcijańska medytacja, Wydawnictwo Benedyktynów Tyniec 1992; Zysk i Ska, Poznań 1995

JOHN MAIN OSB Chrystusowe teraz, WAM, Kraków 1997.

JOHN MAIN OSB Chrystusowa obecność, WAM, Kraków 1998.

JOHN MAIN OSB Głos ciszy, Ethos, Warszawa 1997.

JOHN MAIN OSB Radość trwania, SALWATOR, Kraków 2004.

JOHN MAIN OSB Ścieżka medytacji, WAM, Kraków 2007
LAURENCE FREEMAN OSB (JAN M. BEREZA OSB) Praktyka medytacji chrześcijańskiej, Wydawnictwo Homini, Kraków 2004.

LAURENCE FREEMAN OSB Medytacja chrześcijańska. Twoja codzienna praktyka, Wydawnictwo Homini, Kraków 2006.

LAURENCE FREEMAN OSB Światło wewnętrzne. Droga medytacji chrześcijańskiej. Esprit, Kraków 2006.

LAURENCE FREEMAN OSB Pielgrzymka wewnętrzna, Wydawnictwo Homini, Kraków 2007

LAURENCE FREEMAN OSB Jezus – wewnętrzny Nauczyciel, Homini, Kraków 2007

LAURENCE FREEMAN OSB Drogocenna perła, Homini, Kraków 2007

Kalendarium 2008

Rekolekcje medytacyjne dla księży:

A potrzeba tylko jednego: Duchowość kontemplacyjna w duszpasterstwie świeckich.

Prowadzenie: o Laurence Freeman OSB oraz bp Michael Putney

Termin: 30 maja – 06 czerwca 2008

Miejsce: Rzym (język konferencji: angielski)
Szczegóły i zgłoszenia na www.wccm.org

Szkoła Medytacji Chrześcijańskiej

Termin: 6-8 czerwca 2008 (pt.- nd.)

Miejsce: Oświęcim, Centrum Dialogu i Modlitwy, ul. Kolbego 1

Seminarium Johna Maina

(z udziałem kard. Waltera Kaspera, przewodniczącego Papieskiej Rady ds. Popierania Jedności Chrześcijan)

Termin: 14-17 sierpnia 2008

Miejsce: Mainz (Niemcy) – język konferencji: niemiecki i angielski

Rekolekcje medytacyjne

z o. Laurencem Freemanem OSB

Termin: 7-9 listopada 2008 (pt.- nd.)

Miejsce: Warszawa

Sesja w dialogu międzyreligijnym

oraz promocja książki „Dobre serce” z konferencjami Dalajlamy wygłoszonymi podczas Seminarium Johna Maina w 1994 roku

Termin: 10 listopada 2008 (pn.)

Miejsce: Warszawa

Informacje i zapisy poprzez www.wccm.pl

John Main OSB

Ojciec John Main OSB uważany jest dziś za jeden z największych autorytetów duchowych XX wieku. Wymieniany jest w jednym szeregu obok Jean Vaniera i Matki Teresy z Kalkuty - kontemplacyjna gałąź założonego przez nią zgromadzenia czerpie wiele z jego nauczania. Urodził się w Londynie 21 stycznia 1926 roku. Jego rodzice byli Irlandczykami. Zanim został benedyktyńskim mnichem studiował prawo w Dublinie, pod koniec wojny służył w armii, był dziennikarzem, pracował w Brytyjskim Ministerstwie Spraw Zagranicznych na Malajach jako tłumacz języka chińskiego. Podczas pobytu na Malajach poznał hinduskiego mnicha, który nauczył go praktyki medytacji. Mając 33 lata i zapewnioną karierę prawniczą wstąpił do benedyktynów w Londynie do Opactwa Ealing. Teologię studiował w Rzymie podczas II Soboru Watykańskiego. W roku 1963 złożył uroczyste śluby monastyczne i przyjął święcenia kapłańskie. W tradycji Ojców Pustyni odkrył praktykę medytacji, przekazaną Zachodowi przez Jana Kasjana - mistrza św. Benedykta. Praktyka ta podobna była do tej, jakiej nauczył się na Malajach. Od tego czasu poświęcił się całkowicie nauczaniu medytacji chrześcijańskiej. W 1975 roku wraz z ojcem Laurencem Freemanem OSB założył istniejące do dziś Centrum Medytacji Chrześcijańskiej w Londynie, a w 1997 klasztor benedyktyński w Montrealu, który zainspirował odnowę kontemplacyjną w Kościele.

Ojciec John Main zmarł w Montrealu 30 grudnia 1982 roku. Zapoczątkowane przez niego dzieło kontynuuje ojciec Laurence Freeman OSB. Ojciec John Main, podkreślał, że kontemplacja nie jest zarezerwowana dla wąskiego grona wybranych, lecz każdy jest wybrany, aby nią podążać. W swoim ostatnim wykładzie o medytacji skierowanym do ludzi opiekującymi się umierającymi powiedział m. in:

„Musimy przeżyć nasze życie w miłości. By nauczyć się kochać, musimy nauczyć się umierać dla samych siebie”

MEDIO MEDIA

Księgarnia MedioMedia, związana ze Światową Wspólnotą Medytacji Chrześcijańskiej, zajmuje się rozpowszechnianiem materiałów poświęconych medytacji chrześcijańskiej, w szczególności książek i nagrań o. Johna Maina OSB, a także propagowaniem dialogu między praktykującymi medytację i wszystkimi poszukującymi, bez względu na religię, którzy czerpią z różnorodnych tradycji duchowych opartych na głębokim doświadczeniu trwania w ciszy.

Na stronie internetowej www.mediomedia.org można zamówić bezpłatny katalog zawierający wykaz książek, kaset, nagrań video (autorzy m.in.: John Main, Bede Griffiths, Laurence Freeman, William Johnston i Dalajlama).

Opracowanie i tłumaczenie Piotr Ducher

ŚWIATOWA WSPÓLNOTA MEDYTACJI CHRZEŚCIJAŃSKIEJ

Medytacja tworzy wspólnotę. Odkąd John Main założył w 1975 roku Centrum Medytacji Chrześcijańskiej, na całym świecie rozrasta się społeczność osób medytujących. Osoby te spotykają się na cotygodniowych spotkaniach w grupach. Obecność na spotkaniu grupy stanowi wsparcie i zachętę do kontynuowania codziennej praktyki medytacji.

Grupy spotykają się w domach, budynkach parafialnych, więzieniach, firmach, wspólnotach, a nawet ministerstwach. Zaczynają spotkanie krótkim czytaniem o medytacji, najczęściej wybranym z konferencji Johna Maina. Medytacja trwa pół godziny, a po medytacji przewidziany jest czas na dyskusję. Grupy są ze swej istoty ekumeniczne i otwarte na wszystkie osoby szczerze poszukujące doświadczenia modlitwy w ciszy.

Dwadzieścia siedem Centrów Medytacji Chrześcijańskiej, z których część ma stałą siedzibę, a inne znajdują się w domach prywatnych, zajmuje się przekazywaniem nauki o medytacji w tradycji chrześcijańskiej. Centra te koordynują lokalne grupy oraz organizują rekolekcje, seminaria i inne spotkania.

Mieszczące się w Londynie Międzynarodowe Centrum koordynuje wspólnotę światową i wydaje kwartalnie biuletyn, w którym zamieszczone są nauki duchowe i rozważania; jest on wysyłany z Londynu i rozprowadzany przez ośrodki krajowe wraz z informacjami na temat rekolekcji medytacyjnych i innych spotkań wewnątrz Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej (WCCM). Co roku organizowane jest Seminarium Johna Maina.

Centrum finansowane jest w całości z datków, w szczególności przez darczyńców projektu Friends Program (www.friendsinmeditation.com).

THE WORLD COMMUNITY FOR CHRISTIAN MEDITATION

www.wccm.org

International Centre, 23 Kensington Square, London W8 5HN,

Wielka Brytania

Opracowanie i tłumaczenie Piotr Ducher

Redakcja: Paulina Leśniak (koordynatorka WCCM.PL: paulina_szczecin@wccm.pl), Andrzej Ziółkowski (www.i.tlumaczenie), Zdzisław Majka (www), Grzegorz Płonka (wywiady), Piotr Ducher (tłumaczenie), Ewa Pado (tłumaczenie), Rafał Pietrzak (skład), Łukasz Gruszka (kontakt z Czytelnikami: redakcja@wccm.pl), Mnich (konsultacja merytoryczna) oraz koordynatorzy grup (patrz: Lista grup)