



Chrześcijańska Medytacja

KWARTALNIK ŚWIATOWEJ WSPÓLNOTY MEDYTACJI CHRZEŚCIJAŃSKIEJ

WWW.WCCM.PL • EDYCJA POLSKA, NR 3, CZERWIEC 2008

Bezcenny dar

po Szkole Medytacji w Centrum Dialogu i Modlitwy w Oświęcimiu

Aktualny trzeci już numer Chrześcijańskiej Medytacji jest niemal w całości poświęcony refleksjom po Szkole Medytacji, która odbyła się 6-8 czerwca w Centrum Dialogu i Modlitwy w Oświęcimiu. Jak czytamy w refleksjach uczestników, taka forma chrześcijańskiej sesji medytacyjnej jest bezcennym darem. Jest umocnieniem własnej drogi, na którą jesteśmy powoływani na różne sposoby. Ten przymus wewnętrzny, który nazywamy łaską Boga, przynagla nas do zatrzymania się i do dawania świadectwa o tym, czego sami doświadczamy. Odpowiedzialność i oddanie grupy katowickiej, która w całości samodzielnie przygotowała Szkołę jest nie do przecenienia. Przyjaźń, o której naucza w wielu swoich pismach o. Laurence, powołując się szczególnie na św. Elreda z Rievaulx, urzeczywistnia się podczas tego rodzaju spotkań. Przyjaźń między uczestnikami i pokorna przyjaźń wobec Jezusa.

W niniejszym numerze zapowiadamy dwa ważne wydarzenia krajowe, które będą miały miejsce w listopadzie.

7-9 listopada (pt.-niedz.) Meditatio 2008 z o. Laurencem Freemanem oraz 10 listopada całonocna konferencja w duchu dialogu międzyreligijnego.

Przypominamy również o Seminarium Johna Maina, które w tym roku odbywa się u naszych sąsiadów w Niemczech, w Mainz od 15 do 17 sierpnia, a także o naszej obecności na Dniach Młodzi w Sydney, gdzie zostaliśmy zaproszeni do zaprezentowania naszej Wspólnoty w kościele Paddington Uniting. W Sydney obecny będzie o. Laurence Freeman OSB oraz znany nam Giovanni Felicioni, oblat benedyktyński, który dwukrotnie był jednym z prowadzących Szkołę Medytacji w Polsce. Na prośbę uczestników Szkoły w Oświęcimiu planujemy w przyszłym roku całą Szkołę Medytacji poświęcić aspektowi ciała w medytacji chrześcijańskiej w kontekście Wcielenia

oraz Zmartwychwstania Chrystusa, z minimalną ilością konferencji, z większą ilością ćwiczeń przeplatanych medytacjami. Chciałabym osobom, które poznały Giovanniego przekazać radosną informację. Możliwe iż Giovanni będzie również obecny podczas Meditatio 2008, 7 – 9 listopada w Warszawie. Mam nadzieję, że jego spontaniczna i głęboka radość życia, a także wiedza, jak radzić sobie z bólem fizycznym, również podczas medytacji, a także takim, który jest wpisany w nasze życie poprzez różne kontuzje i stres, przysporzy mu nowych przyjaciół. Zaś uczestnikom rekolekcji wskaże, jak radzić sobie z własnym ciałem na co dzień i co robić, aby siebie nie ranić.

Już teraz informujemy, że kolejny numer Chrześcijańskiej Medytacji pragniemy poświęcić tematyce oblatów benedyktyńskich Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej.

Zapraszam do lektury bieżącego numeru!

Paulina Leśniak - koordynatorka Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej w Polsce
paulina_szczecin@wccm.pl



fot. Marek Lewandowski

„Rodzynka”

Z siostrą Teresą z klasztoru Sióstr Benedyktynek Adoracji w Wiedniu rozmawia Grzegorz Płonka

- W jaki sposób trafiłaś do Szkoły Medytacji Chrześcijańskiej?

- Przeczytałam informację o Szkole w Internecie na stronie polskiego WCCM. Od dłuższego czasu zaglądam do niej i śledzę, co się dzieje nowego. Natomiast o samej Światowej Wspólnocie Medytacji Chrześcijańskiej dowiedziałam się kilka lat wcześniej z książek Johna Maina i Laurence'a Freemana oraz przez kontakt z klasztorem w Lubiniu.

- Praktykujesz codzienną medytację?

- Tak, od dwóch lat.

- Rano i wieczorem?

- Staram się codziennie rano, wieczorem oraz w trakcie godzinnej adoracji. Jest to czas wpisany w zakonne życie, który pomaga mi w utrzymywaniu dyscypliny praktyki medytacyjnej. Wiem i czuję, że jest to mój czas przeznaczony na trwanie, bez żadnego przymusu, w Bożej obecności. Piękne jest to w tradycji chrześcijańskiej, że nie ma modlitewnego musu, na przykład – jak nie wysiedzisz w medytacji 4 godzin, to będzie z tobą źle. Medytacja nie jest też celem samym w sobie, ale prowadzi ona ku wolności! Ten aspekt naszej religii podkreślał Thomas Merton. Modlitwa powinna być osobowym spotkaniem ze Stwórcą, które odbywa się na zasadzie spotkania dwóch wolności.

- Często spotkania te utrudniają rozproszenia naszego umysłu.

- Lubię porównywać czas modlitewny do lustra, to znaczy – co dzieje się podczas modlitwy, zdarza się również w moim życiu. Jest to zgodne ze słowami jednego z ojców pustyni, który powiedział: „Pokaż mi, jak się modlisz, a powiem ci, jak żyjesz”. Czyli, gdy siadam do medytacji, są we mnie wszystkie rozproszenia, uwarunkowania, pochodzące z codziennych spraw i zdarzeń. Oczywiście nie znaczy to, że w tym czasie rozmyślam o nich analizując je, tylko gdy siadam odzywają się we mnie, bez udziału mej woli, echa wszystkich tych spraw i zdarzeń, które zaszyły w bliskiej lub dalszej przeszłości, bądź wydarzą się.



fot. Marek Lewandowski

- Jaką formułę modlitewną powtarzasz w swej praktyce?

- Modłę się formułą „Panie Jezu Chryste, ulituj się nade mną grzesznikiem”, która wywodzi się ze słów ślepcy z historii pochodzącej z Ewangelii świętego Marka, wołającego za Panem Jezusem „Jezusie, Synu Dawida, ulituj się nade mną”. *

- Czy powtarzasz swą mantrę w ciągu dnia?

- Jest to dla mnie bardzo ważne, by po medytacji nie zaprzestawać wymawiania formuły, lecz „przenosić”, integrować ją w codzienność, tak aż ona sama stanie się „życiem”, „codziennością”. John Main powtarzał, iż tak na poważnie droga medytacji zaczyna się wtedy, kiedy nie powtarzam już formuły, ale jej słucham. Dzięki temu (powtarzaniu jej w ciągu dnia) zakorzenia się ona głębiej w sercu, a co za tym idzie, porządkuje moje wnętrze. W ten sposób – nawiązując do tego, o czym wcześniej mówiłam – jest szansa, że następnego dnia, w trakcie medytacji, będę potrafiła wytrwać. Co nie oznacza, że rozproszenia nagle znikną, że wyłączę myślenie, ale – to jakby przestanie mieć znaczenie.

Trudno opisywać doświadczenia związane z modlitwą, gdyż tak naprawdę o medytacji najlepiej się mówi, gdy się nic nie mówi.

- Bycie w pełni w codzienności jest dla Ciebie ważniejszym owocem medytacji niż na przykład przeżywanie różnego rodzaju iluminacji mistycznych?

- Nie umniejszając niczego, odpowiem słowami ojca Johna Maina, który powtarzał, że medytacja, tak naprawdę, nie prowadzi na wyżyny olśnień, tylko w codzienność.

- Czy w klasztorze, w którym przebywasz, są siostry praktykujące medytację czy też jesteś „rodzynkiem”?

- Jest jeszcze jedna siostra.

Siostra Teresa z klasztoru Sióstr Benedyktynek Adoracji w Wiedniu. We wspólnotce znajduje się od trzech lat. W klasztorze mieszkają dwadzieścia cztery siostry. Dzieciś spośród nich jest Polkami. Uczestniczka Szkoły Medytacji Chrześcijańskiej w Oświęcimiu, zorganizowanej przez Światową Wspólnotę Medytacji Chrześcijańskiej w Polsce oraz Katowicką Grupę Medytacji Chrześcijańskiej.

- To nie jest zbyt wiele, jak na zakon, który ma wielowiekową tradycję kontemplacyjną?

- Medytacja jest jedną z form modlitwy. Myślę, że ważne jest, aby odkryć w sobie własne powołanie. Dla jednych może to być medytacja, dla innych na przykład – modlitwa różańcowa. Na pewno nie można nikogo na siłę włożyć w ramy danej praktyki. Tym niemniej trzeba powiedzieć, że osób praktykujących codziennie medytację jest mało. Widoczne jest to wśród osób duchownych. Dlaczego tak się dzieje? Być może głównym powodem jest brak odpowiednich nauczycieli, przewodników duchowych, ludzi modlitwy, którzy rozproszyliby uprzedzenia, obawy związane z praktyką medytacji, a tym którzy medytują lub chcieliby rozpocząć praktykę, pomagaliby wytrwać. Ten aspekt kierownictwa duchowego na drodze modlitwy mocno podkreślali Ojcowie pustyni.

Przyznam szczerze, że niekiedy czuję się samotna na swej drodze i brakuje mi wsparcia. Dlatego bardzo się cieszę, że mogłam być w Oświęcimiu i wziąć udział w Szkole Medytacji Chrześcijańskiej oraz zetknąć się z tak dużą grupą osób podążających ścieżką medytacji.

- Dziękuję za rozmowę.

*** Mk 10, 46-52 Niewidomy pod Jerychem**

Tak przyszli do Jerycha. Gdy wraz z uczniami i sporym tłumem wychodził z Jerycha, niewidomy żebrak, Bartymeusz, syn Tymeusza, siedział przy drodze. Ten słysząc, że to jest Jezus z Nazaretu, zaczął wołać: «Jezusie, Synu Dawida, ulituj się nade mną!» Wielu nastawało na niego, żeby umilkł. Lecz on jeszcze głośniej wołał: «Synu Dawida, ulituj się nade mną!» Jezus przystanął i rzekł: «Zawołajcie go!» I przywołali niewidomego, mówiąc mu: «Bądź dobrej myśli, wstań, woła cię». On zrzucił z siebie płaszcz, zerwał się i przyszedł do Jezusa. A Jezus przemówił do niego: «Co chcesz, abym ci uczynił?» Powiedział Mu niewidomy: «Rabbuni, żebyś przejrzał». Jezus mu rzekł: «Idź, twoja wiara cię uzdrowiła». Natychmiast przejrzał i szedł za Nim drogą.

[przyp. red.]

Pragnienie

Wszyscy wyruszający w drogę medytacji chrześcijańskiej doświadczają przeplatania się pragnienia modlitwy nieustannej z twardą rzeczywistością życia codziennego, pozornym brakiem czasu na medytację, życiem pełnym stresu wypełnionym pracą, nauką, troską o byt rodziny, o współmałżonków i dzieci, poszukiwaniem własnej drogi powołania, chorobami i bólem, budowaniem przyjaźni i rozstaniem - również takimi na zawsze. Borykaniem się z niedolą finansową i hojnym dzieleniem się nawet tym, czego nam nie zbywa. Szkoła Medytacji, tak jak niemal każde rekolekcje, wplata się w nasze życie i dodaje sił.

Jednym z aspektów uczestniczenia w naszej Wspólności, jest branie odpowiedzialności za nią i dzielenie się dawanymi nam talentami.

Jak to opisuje Joanna: „Jesteśmy już po Szkole, choć trudno definitywnie określić granicę końca szkoły, bo póki co, we mnie ciągle pulsuje jej świadomość i obecność.

Dziękuję za Wasze duchowe wsparcie - musieliście się bardzo postarać - bo daliśmy radę, co więcej uczestnicy też dali radę, a to znaczy, że było właśnie tak jak miało być. Doświadczylam nowej rzeczywistości Szkoły Medytacji - strony organizacji. I powiem - ta strona też ma swoje blaski, np. łatwiejszy i nieskrępowany dostęp do uczestników poprzez przyjmowanie zgłoszeń oraz odpowiadanie na pytania.

Gdyby nie to, nawiązanie kontaktów byłoby dla mnie o wiele trudniejsze, bo nie jestem osobą, która - z natury swojej - posiada dar łatwego nawiązywania kontaktu z każdym i w każdych warunkach. Tu zostało mi to dane jako dar.

Zaangażowanie w organizację, po raz kolejny uświadomiło mi też, że nasza, nie tak znowu duża katowicka wspólnota medytacyjna, jest naprawdę sprawnie działającym teamem, gdzie każdy wie co ma robić, zanim zostanie wskazany palcem. A na dodatek, że te team potrafi współpracować w teamem szczecińskim w osobie Pauliny. To cudowne doświadczenie.

Nie było wielkim trudem przygotować to spotkanie, bo tak naprawdę byliśmy motyczkami w większych od naszych rękach. Pozwolić sobie na bycie po prostu narzędziem jest doświadczeniem uwalniającym od większości ciężarów.

Podczas rozmów z uczestnikami często przewijała się kwestia małej świadomości ciała, braku odpowiednich nauczycieli - którzy wskazałoby, jak z ciałem pracować, jak sprawić by faktycznie - nie tylko w słowach - stało się świętynią, która jest schronieniem Słowa i tworzy ze Słowem jedność.

Większość uczestników bardzo chwaliła sesje "pracy z ciałem" prowadzone przez Giovanniego i prosiła o więcej tego typu spotkań: medytacja i ciało."

Uczestnicy w swoich refleksjach, które spisali po Szkole Medytacji, podkreślali doskonałą organizację. Podziękowanie i słowa uznania należą się grupie katowickiej, która wybrała miejsce, czas i całość sprawnie zorganizowała. Każda z osób, które organizowały Szkołę doświadczały tego, że jest to czas pokory i służby. Zauważania potrzeb innych i ponoszenia odpowiedzialności. Odpowiedzialności także za Światową Wspólnotę Medytacji Chrześcijańskiej w Polsce. Nagrodą było

zadowolenie uczestników, satysfakcja i to co może jest najważniejsze, świadomość uczestniczenia w czymś bardzo ważnym. Ważnym, bo dającym świadomość naszego wiarygodnego i świadomego uczestnictwa w życiu Kościoła. Wzięcie udziału w Szkole Medytacji, z prowadzącymi ją oblatami benedyktyńskimi, z których jeden ma korzenie niemiecko-brytyjskie, a drugi włoskie, daje poczucie powszechności – katolickości naszego Kościoła. Że tradycyjny polski katolicyzm jest ubogaceniem dla naszych nauczycieli, a oni dają nam świeże spojrzenie na naszą wiarę. W świadectwach przewijała się myśl, że Szkoła uzmysławia nam naszą kondycję i daje siłę do pokonywania



fot. Marek Lewandowski

czasem olbrzymich trudności i problemów życiowych. Już samo przebywanie wśród świadomych, życzliwych i współczujących ludzi jest wartością samą w sobie. A gdy przyjaźń jest nawiązywana w Imię Chrystusa, cała perspektywa obecności nabiera nadprzyrodzonego wymiaru. Niemal wszyscy podkreślali, że olbrzymią wartością Szkoły było spotkanie ludzi, którzy medytują – bratnich dusz. Cenna była również możliwość skonfrontowania przez uczestników własnych doświadczeń i swojej wiedzy z innymi. Spotkanie otwierało na drugiego człowieka, a także uczyło szacunku dla odmiennych poglądów. Było to ubogacające spotkanie osób podążających tą samą ścieżką, doświadczenie „jedności w wielości”, doświadczenie wspólnoty, ciszy modlitwy, a także spotkanie z Tym, który powiedział, że jest Drogą, Prawdą i Życiem. Spotkanie otwierało serca na słu-

chanie i doświadczanie działania Boga w nas samych i we wspólnocie.

Uczestnicy podkreślali także, że samo miejsce, w którym się spotkali, nadało spotkaniu swoisty klimat. Właśnie o tym miejscu i tych wydarzeniach mówi się, że Bóg milczał. Wszystkim towarzyszyła świadomość, że w miejscu, w którym z perspektywy historii nie tak dawno wydarzyło się tyle krzywdy, można przebywać w pokoju serca i wzajemnej chrześcijańskiej miłości. A teraz w milczeniu

Boga zaczerpnąć siły miłości. Cierpienie własnej egzystencji było konfrontowane z niewyobrażalnym cierpieniem tych, którzy przed laty nie z własnej woli znaleźli się w tym właśnie miejscu.

Medytacja pozwalała wchodzić głębiej w te tajemnice i chociaż rozumowo nie można ich zgłębić, to można z pokorą pochylić się nad tragizmem przerwanych, właśnie tutaj w Auschwitz, ludzkich egzystencji, planów na przyszłość, odwołanych na zawsze spotkań.

Nasze spotkanie w pełni wpisało się w ideę tego miejsca. Milczenie i słuchanie. Dialog i szacunek. Wdzięczność i pokora. Pochylenie czoła nad tym, co niepojęte. Jeszcze raz

więc składamy podziękowanie ks. dr. Manfredowi Desealersowi za przyjęcie nas i swoją obecność, a wszystkim pracownikom Centrum za życzliwość, jaką otrzymywaliśmy.

Inny aspekt akcentowany przez uczestników, to to iż mimo, że program był szczerze wypełniony medytacją, konferencjami, ćwiczeniami ciała, to znajdowali czas na rozmowy, które również wszystkich wzajemnie ubogacały i pozwalały doświadczać wspólnoty we wierze. Spotkanie z drugim człowiekiem, który podąża tą samą Drogą.

Jednym z owoców medytacji, jest poznawanie samego siebie, aby móc trwać w kontemplacji Boga. Poszukiwanie relacji z Bogiem osobowym sercem, a nie rozumem. Jeden z uczestników podkreślił, że posługiwanie się rozumem przychodzi człowiekowi naturalnie, nato-

miast medytacja daje możliwość rozwinięcia dialogu i relacji z Bogiem w sposób, który może się wydawać mniej naturalny, a jednak człowiek również do takiej relacji z Bogiem jest uzdolniony.

Uczestnicy wyrażali również swoją wdzięczność prowadzącym Szkołę oblatom, Stefanowi, Giovanniemu i Łukaszowi. Nic spektakularnego w zasadzie się nie działo, a jednak prostota, autentyczność, zaangażowanie, świeżość nauki i praca z ciałem – były zauważone, jako wielka wartość.

Któryś z uczestników zauważył, że nie można nasycić się medytacją. Że człowiek, który właśnie do takiej formy modlitwy jest powołany, zakosztowawszy jej, będzie pragnął do niej ciągle wracać. Nawet, jeżeli zaniedbał, dzień, tydzień, miesiąc, rok – będzie budziła się w nim tęsknota, a pielgrzymująca z nim Wspólnota da wsparcie nieustannością kontemplowania Jezusa. Medytacja w pewnym momencie staje się naturalną „czynnością”, jak oddychanie i prowadzi do życia w obfitości. Spotkanie szkolne pokazuje, że jesteśmy świadomymi członkami Kościoła, a co za tym idzie również wymagającymi.

Wiele osób wyrażało pragnienie, aby wytrwać w codziennej medytacji i iść za głosem wewnętrznego Nauczyciela.

Udając się na Szkołę uczestnicy mieli różne oczekiwania. Prowadzący natomiast oczekiwali otwartości na działanie Ducha Świętego. I działo się. Pokój serca, poczucie bezpieczeństwa i zaufania – takie odczucia można wyczytać w relacjach porekolekcyjnych. Puszczanie myśli prowadzi do uwolnienia miejsca dla Ducha, który modli się w nas. Wystarczy tylko Jemu nie przeszkadzać – i nie zagłębiać się w techniki. Na tym polega prostota nauki o. Johna Maina.

W Szkole Medytacji można było doświadczać we własnym sercu olbrzymiej miłości, którą obdarza nas Bóg. Św. Teresa z Avila twierdziła, że sercom przygotowanym Bóg na pewno nie odmówi łaski kontemplacji.

Zabiegani, schorowani, noszący cierpienia własne i bliźnich, zapracowani, zestresowani, obciążeni rodziną lub pobłogosławieni rodziną, samotni i otoczeni najbliższymi, a także ci, którzy przeżywają właśnie ulotne chwile szczęścia, trwający w miłości Boga i doświadczający miłości i przyjaźni w wymiarze ludzkim – wszyscy mogą zaczerpnąć z tego Źródła.

Szkoła się skończyła, czas zacząć wakacje i przejść do praktyki medytacji wpisanej w dzień każdego z nas, dzień wypoczynku, nauki lub pracy. Do zobaczenia na wykładach, ćwiczeniach praktycznych i medytacji podczas trzeciej odsłony Szkoły Medytacji, podczas której tak obficie rozlewa się łaska... Gdzie i kiedy zależy od nas samych, od tych, którzy pójdą za gło-

sem wewnętrznego Mistrza, który wzywał, aby Ducha nie gasić...

*Tekst powstał na podstawie świadectw uczestników
II Szkoły Medytacji w Oświęcimiu
Paulina Leśniak*

Nasz PR o Szkole Medytacji

Tym aspektem Szkoły Medytacji zajął się Grzegorz Płonka, to dzięki niemu informacja o Szkole ukazała się w na stronie internetowej Diecezji Bielsko-Żywieckiej pod znaczącym tytułem „Oblaci uczą medytacji nieopodal Auschwitz”

[<http://www.diecezja.bielsko.pl/index.php?nr=3110&okaz=all&pok1=wyd>]

W powyższym miejscu można także wysłuchać wywiadu, jakiego udzielili KAI Stefan Reynolds, Joanna Dworok i Grzegorz Płonka. Innym miejscem, gdzie została przedstawiona krótka relacje z Oświęcimia jest strona Katolickiej Agencji Informacyjnej [http://system.ekai.pl/kair/?screen=depesza&_scr_depesza_id_depeszy=394595]

W rozmowie z KAI Stefan Reynolds, oblat benedyktyński, współprowadzący wraz z Giovannim Felicionim Szkołę Medytacji powiedział między innymi:

„Auschwitz to miejsce, gdzie można znaleźć taki sposób odnoszenia się do Boga, który ukazuje tajemnicę ludzkiego doświadczenia, wraz z całym jego cierpieniem.” Bo właśnie Stefan musiał się zmierzyć ze swoimi niemieckimi korzeniami. Nie było to dla niego łatwe doświadczenie. Ale na pewno ważne w jego osobistej drodze duchowej.

Swoje świadectwo ze spotkania w Auschwitz przekazał wierszem (patrz str. 18 i 20)

Parę tygodni wcześniej w RadioM został wyemitowany wywiad właśnie z Grzegorzem, zapowiadający Szkołę Medytacji, gdzie została zaprezentowana nasza Wspólnota, w której pielęgnujemy i doświadczamy kontemplatywnego oblicza Kościoła.

Paulina Leśniak

O, gdybyś znała dar Boży...

Wtedy, kiedy zaczyna się jakaś podróż trudno nam do końca przewidzieć jej konsekwencje.

Kiedy jest to podróż medytacyjna jej efekty bywają jeszcze bardziej zaskakujące.

Czerwcową Szkoła Medytacji w Oświęcimiu zgromadziła śmiałków, którzy nie bali się podjąć wyzwania wzięcia udziału w wędrowce w głąb samego siebie, -gdzie w ciszy izdebki przemawia Bóg. Co może nawet jeszcze bardziej istotne nie przeraził ich wybór samego miejsca – Oświęcim-Auschwitz -, które tak brzemienne wpisało się w dzieje XX-wiecznej Europy i świata. Tutaj, gdzie zawsze padają pytania wzbudzające tak wiele trudnych emocji w końcu

stajemy przed murem, gdzie już żadne pytanie nie doczeka się odpowiedzi...

I tak właśnie zaczyna się milczenie i słuchanie. Otwiera się przed nami rzeczywistość, która jest nieodzowna, kiedy chce się podążać ścieżką medytacji. Otwiera się naturalnie, bez przymusu i pośpiechu, ale stanowczo i nieodwołalnie. Tutaj medytacja nie jest przywilejem – jest nakazem serca.

Ci, którzy zdecydowali się wziąć udział w Szkole otworzyli się na potrzeby własnego serca gnani pragnieniem „poszukiwania relacji z Bogiem Osobowym za pomocą serca a nie rozumu”- jak pisze Lech – jeden z uczestników spotkania.

Choć przecież tak niewiele o sobie wiedzieliśmy, wędrówka, którą podjęliśmy wspólnie, zaczęła przybliżać nas do siebie byśmy koniec końców mogli nazwać siebie wspólnotą, której wszyscy staliśmy się twórcami.

„Jeden duch i jedno serce ożywiały wszystkich wierzących. Żaden nie nazywał swoim tego, co posiadał, ale wszystko mieli wspólne” (Dz 4,32).

Kiedy znikają podziały na tych, którzy pełnią funkcje i tych, którzy są z tych funkcji zwolnieni, wtedy wszyscy stajemy się uczniami wypatrującymi miłującego wzroku Chrystusa, wtedy wszyscy jesteśmy jedno.

Przed moimi oczami, uszami i przed moim sercem otworzyły się z całą zatrzważającą świadomością słowa Pisma wybrane dla nas przez Giovanniego (jednego z oblatów benedyktyńskich prowadzących Szkołę):

„O, gdybyś znała dar Boży i (wiedziała), kim jest Ten, kto ci mówi: „Daj mi się napić”- prosiłabyś go wówczas, a dałby ci wody żywej.” (J 4,10). Gdybyś tylko wiedziała...Samarytanka tego nie wiedziała, lecz przed nami w medytacji otwiera się sposobność byśmy się tego dowiedzieli a raczej doświadczyli. Te słowa pojmowane rozumem są tylko symbolem zadziwienia kobiety, którą obcy prosi o wodę. Prawdziwa głębia poznania ich sensu zawiera się w łasce poznania danej tym, którzy łakną i tym, którzy szukają.

Siadasz w milczeniu próbując krok po kroku, delikatnie oczyszczać się z natłoku myśli, by w końcu słowo Boga dotarło do twej świadomości z jasnością, jakiej nigdy wcześniej nie doświadczyłeś. A to, co ukryte było przed wzrokiem nagle ukazuje swój blask.

Taka jest dyscyplina medytacji.

By łatwiej było podążać drogą, na której tak trudno pozostać w bezruchu towarzyszy nam brzmienie wypowiedzanego słowa modlitewnego, wybrana przez nas mantra.

Podczas jedyne go panelu dyskusyjnego zastanawiamy się wszyscy nad swoistym paradoksem mantry – istotnością w jej nieistotności (jak zauważa Kasia,

jedna z uczestniczek). Mantra jest świętym słowem modlitwy i to jest aspekt niezwykle istotny. Z drugiej jednak strony jeśli umysł zacznie błędzić w sposobach interpretowania sensu wypowiedzanych słów, kiedy zacznie tworzyć obrazy i święte wizje oparte na tym wezwaniu, wtedy właśnie zacznie się jej nieistotność. Nieistotność, która siłą przekazu i bogactwem form może zdominować pierwotny zamysł – by słowo modlitwy pozostało ubogie – odarte z wszystkich ozdobińców i wszystkich znaczeń rozumowych jakie chce mu nadać umysł. Dlatego właśnie proponowana przez o. Johna Maina, a podczas Szkoły przez oblatów benedyktyńskich z Londynu, mantra jest zaczerpnięta z języka aramejskiego, używanego przez Jezusa – MARA-NATHA – przyjdź Panie.

Na inną wątpliwość narzucającą się podczas dyskusji, a dotyczącą wierności raz obranemu wezwaniu modlitewnemu Stefan (drugi z oblatów prowadzących szkołę) odpowiada że początkujący na drodze medytacji może przecież znaleźć swoje własne wezwanie – święte słowo i jeśli to konieczne wypróbować kilka, by w końcu pozostać przy tym, które w nas najpełniej rozbrzmiewa.

Praktyka medytacji opiera się na pewnych wskazaniach – jasnych i nieskomplikowanych lecz każdy z nas ma prawo, by postępować na tej ścieżce według własnych darów, talentów i łask. Na swoją miarę i swoim własnym tempem.

Siedzimy więc dalej pozwalając by święte słowo brzmiało w naszym wnętrzu i powoli dowiadujemy się jak wielkie znaczenie w tym procesie ma nasze ciało. Sugestywne wskazówki Giovanniego i praktyka, którą dla nas przygotował wprawia uczestników w wesoły nastrój. Stojemy w kole (no raczej to rozciągnięta elipsa) gęsiego i dotykając rękami głowy tego, kto przed nami uświadamiamy sobie, co to znaczy dotyk. Realna staje się osoba obok nas, realne staje się zawstydzenie, które odczuwamy dotykając innych a wszystko to prowadzi do tego by realne stało się dla nas nasze ciało.

Praktyka medytacji – czy tego chcemy, czy nie – Prowadzi nas w końcu do spotkania z własnym ciałem i jego ograniczeniami.

Kiedy ostatniego dnia Szkoły Giovanni oferuje nam kolejną porcję praktyki ciała jest ona już inna. Nakierowana na bardziej osobiste spotkanie z własnym ciałem. Bosymi stopami „zakorzenia” się w podłożu, szyja i dolna część głowy naoliwiane są fontanną oliwy, a palce, dłonie i ręce wznoszą się ku wysokościami.

Znajdujemy kierunki a nasze ciało poszukuje balansu pomiędzy unoszeniem się ku wysokości i zakorzenieniu w ziemi, bo tak naprawdę medytacja nie jest odrywaniem się od rzeczywistości, jak sądzą niektórzy. Jest zakorzenieniem się w niej.

Oświęcim okazał się bogaty w dobrodziejstwa, w radość spotkania z drugim człowiekiem, dzielenia się własnymi doświadczeniami – tworzenia wspólnoty i odkrywania samego siebie. Fakt, że wśród przybyłych z różnych stron Polski uczestników byli tacy, którzy z medytacją spotkali się po raz pierwszy i tacy, którzy już praktykują medytację był również ubogacający. Ci pierwsi mogli zadawać interesujące ich pytania a Ci drudzy opisywali własną drogę i własne doświadczanie tej praktyki.

To, co najbardziej wzrusza, to świadomość tego, że uczestnicy czuli się bezpiecznie i na miejscu. Poczuli, że to my wszyscy tworzymy to spotkanie, a nie że jesteśmy tylko biernymi odbiorcami. Poczucie, że tworzymy, jest znacznie bardziej mobilizujące niż świadomość bycia świadkiem. Świadek może tylko obserwować, twórca angażuje się całym sobą.

Aby zakończyć nasz pobyt tutaj podejmujemy trud wędrówki do Obozu Auschwitz. Tak ważne wydaje się to być szczególnie dla Stefana – jego niemieckie korzenie w tym miejscu boleśnie dotykają serca. Przyszedł tu by się

spotkać i zmierzyć z dziedzictwem własnej tożsamości, tak jak i inni wkraczający poza bramę „Arbeit macht frei”. Spotkanie zakończyliśmy na stopniach pomnika upamiętniającego zagładę w Brzezince. Nasza medytacja w tym miejscu była dopełnieniem wyboru miejsca na Szkołę Medytacji. Jak przyznał Stefan (już po powrocie do Londynu) to doświadczenie sprawiło, że Auschwitz stało się w nim realnym doświadczeniem, a wobec tego doświadczeniem uzdrawiającym.

Kiedy zaczynałam tę podróż, kiedy wszystko było już prawie dopięte na ostatni guzik nasza mnie taka myśl by się wycofać, zrobić krok wstecz – to uczucie, które budzi się we mnie kiedy przychodzi mi się zmierzyć z czymś nie do końca znanym, nad czym nie będę miała „pełnej kontroli”.

Lecz pomimo swych obaw postawiłam pierwszy krok, a dalej już wszystko potoczyło się w ułamku sekundy.

Dziękuję Wam, którzy razem ze mną podjęliście to wyzwanie i tym, którzy przyczynili się by je zorganizować. Gdyby nie było Was, nie byłoby spotkania.

Joanna Dworok

Błogosławiona prostota

Uczestniczenie we wspólnej Medytacji w ramach Szkoły zorganizowanej w Oświęcimiu było dla mnie bardzo ważnym przeżyciem.

Samo miejsce - Centrum Dialogu i Modlitwy to miejsce szczególne i w przedziwny sposób „przyjazne” Medytacji. Chociaż wszystko trwało niepełne trzy dni to zadziwiająco wiele tam otrzymałem. W czwartek był pogrzeb mojego Taty, a w piątek już jechałem do Oświęcimia. To wszystko ma swoje znaczenie i nie dzieje się przypadkowo. Śmierć mojego Taty wzbudziła różne myśli we mnie, szczególnie te egzystencjalne. Takie wydarzenia mają to do siebie, że jakby przygotowują nas do dalszej drogi. Zauważyłem, że gdy umiera ktoś nam bliski umiera w nim trochę nas samych, ale też w nas, żyjących tutaj pozostaje część tych, którzy odchodzą. Zawsze tylko o tym słyszałem... teraz sam doświadczam. Widzę w tym również pewien istotny odcinek drogi do i przez Medytację, która jak wierzę i mnie kiedyś przyprowadzi przed Oblicze Ojca, gdzie będziemy już tylko trwać. Temu, kto miłuje Boga wszystko przyczynia się ku dobremu. Pragnę, by to po ludzku patrząc smutne wydarzenie, jakim jest śmierć, rodziło owoce życia. By żadna śmierć, począwszy od Chrystusa nie była nadaremna, ale prowadziła ku życiu. Czy tak to jest? Ufam, że tak.

Chciałbym Tobie również bardzo podziękować za twą obecność duchową z nami na Szkole Medytacji. Gdy inni Medytują z nami, chociaż nie zawsze obok nas, to się też czuje i widzi i to procentuje.

Powracając do tematu Szkoły... wielką wartością było dla mnie i jest przede wszystkim spotkanie Osób. Cieszę się bardzo z poznania naszych londyńskich oblatów. Uważnie przyglądałem się im i to już mi wystarczyło, by nauczyć się wiele, a przede wszystkim błogosławionej prostoty. Praktykując Medytację, coraz mocniej nabieram przekonania, że potrzeba tak mało, a właściwie jednego. Nie chodzi o bogactwo idei, uczuć, lecz o bogactwo daru - obłacji z siebie. Tak myśląc widzę, że to Pan Bóg jest Najwyższym Oblatem - Największym Darem. Medytacja jest coraz bardziej prawdziwa, gdy staje się coraz bardziej odarta z rzeczy zbytecznych, tak jak modlitwa celnika. Powoli zaczynam się tego uczyć. Szkoła też bardzo mi w tym pomogła.

Zastanawiałem się też nad ideą klasztoru bez ścian i sądzę, że jest to wspaniały i Boży pomysł. Nawet pozostawiony sam w miejscu gdzie żyję, nie pozostaję sam, bo spotykamy się wszyscy codziennie w Medytacji przed Obliczem Pana. Wspólnoty, w których wcześniej szukałem swego miejsca nie dawały mi tego, były po prostu inne. W WCCM czuje więź ze wszystkimi. Myślę, że to dlatego, iż rozumiemy się w bez zbytecznych słów, w milczeniu.

*Maksymilian Kapalski
Cieszyn*

Zanurzeni w milczeniu

Cisza i skupienie na łasce Boga to potęga chwili, którą odnalazłam w niewielkiej, nasączonej światłem słońca salce w oświęcimskim Centrum Dialogu i Modlitwy.

Prosty Krzyż na ścianie, kwiat, ikona, koce, poduszki i stołki to cały wystrój miejsca, w którym poprzez wspólne milczenie tworzyła się więź pomiędzy uczestnikami przybyłymi z różnych stron Polski, aby doświadczyć potęgi Boga.

Tak trudno w dzisiejszych czasach milczeć. W Świecie kultywującym informacje i szybkość przetwarzania danych milczenie staje się umiejętnością arcytrudną.

A jednak dopiero tylko w ciszy i skupieniu można usłyszeć... głos Boga.

I ja go usłyszałam i poczułam. Wyraźnie i mocno, w każdej komórce swojego ciała i zakamarkach duszy. Duszy załęcznionej i zatrwożonej o życie.

W niezwykłych okolicznościach osobistych trafiłam do Szkoły Medytacji zorganizowanej w Oświęcimiu. To, że tam się znalazłam to na pewno działanie Bożej opatrności.

W przededniu otrzymania trudnych dla mnie informacji o stanie mojego zdrowia, otrzymałam coś, co pozwoli mi przejść przez trudną ścieżkę leczenia choroby, a wierzę też, że i przez resztę całego mojego życia, a potem i samą śmierć.

Przeżycia duchowe, które towarzyszyły mi podczas spotkania to siła, która tkwi głęboko w sercu i dodaje mocy w codziennych zmaganiach z ziemską rzeczywistością.

W połowie maja, kiedy dowiedziałam się, że jestem zagrożona chorobą nowotworową, w czasie rozmowy z księdzem, na moje pytanie dlaczego ja muszę doświadczać kolejnej trudnej sytuacji, usłyszałam, że to pytanie jest bezzasadne. Tak już będzie, aż do śmierci, to jest bowiem działanie Boga. A potem ksiądz dodał. Dawaj świadectwo i bądź miłością.

To była połowa maja. Choroba nie potwierdzała się. Byłam pełna nadziei, ale jednak i lęku, a może jednak? I tak z tym lękiem i niepokojem znalazłam się w Oświęcimiu. (Ostateczny wynik miałam usłyszeć zaraz w poniedziałek, po powrocie ze szkoły medytacji).

Już na samym początku, poczułam, że miejsce, do którego przyjechałam emanuje dobrocią. Spokój prowadzących, skupienie uczestników i bycie w milczeniu z tak wieloma ludźmi na raz zaczęło wyzwalać wzruszenie.

Głęboka refleksja przyszła w sobotni poranek. Najpierw Stefan, a potem Giovanni przedstawili swoje prezentacje. Stefan w piękny sposób nawiązał do dramatyzmu miejsca, w którym przebywaliśmy, do Auschwitz, Giovanni mówił

o sile Zmartwychwstałego Chrystusa.

I wtedy cały ciężar cierpienia tych, którzy zginęli w obozie i tego, który oddał życie za całą ludzkość spłynął na moje ramiona. Poczułam ciężar krzyża niesionego przez Jezusa. Łzy zaczęły mi samoistnie płynąć po policzkach. I nagle stałam się jednością z Chrystusem. Zobaczyła siebie niosącą Krzyż z Chrystusem. Zobaczyłam Golgotę i rozpacz umierających w komorach gazowych i siebie, na trudnej drodze leczenia raka. Cała moja dusza płakała. Zrozumiałam samotność cierpienia. Łzy samoistnie płynące ukazywały na zewnątrz stan mojego wnętrza. Dokoła medytujący nagle zaczęli się otwierać. Rozmawiać i wpierać. Poczułam falę dobroci. Jednak uczucie głębokiego osamotnienia mocno kołatało mą duszą. Mimo całej zewnętrznie płynącej dobroci jak i współczucia powstawała we mnie świadomość samotności wędrówki, którą muszę przejść. Nikt za mnie tego nie przeżyje, ja sama muszę tego doświadczyć, aż po same przeżycie własnej śmierci. Tak jak Chrystus, który szedł samotnie drogą krzyżową. Jednak w czasie jego upadków podchodzili inni i pomagali mu ocierając pot z czoła lub pomagając nieść krzyż. Tak ja też poczułam, bliskość dobrych dusz wokoło, które emanowały współczuciem i chęcią pomocy, z której z wdzięcznością skorzystałam.

W nocy zaś w raz ze snem o Aniołach, przyszło uczucie nowe i bardzo silne. Uczucie potęgi Zmartwychwstania. Chrystus pokonał śmierć. Przyszło wyzwolenie i lęk nagle odszedł. Jasność i ciepło spłynęło do mojego serca. Nadzieja i wiara zaśpiewały radosną pieśń w moim sercu. Jeszcze obolała, ale spokojniejsza na przyjęcie woli Bożej, powitałam niedzielny poranek. Radosne i dobre spojrzenia wszystkich uczestników kolejny raz sprawiły, że po raz pierwszy w życiu poczułam potęgę wspólnoty. I to nie wspólna rozmowa, ale głębokie milczenie otworzyły serce ku Bożej Miłości. Duch Święty działał. Jego moc coraz bardziej objawiała się z usłyszanych słowach Bożych, w cytowanej Ewangelii, w ćwiczeniach z ciałem prowadzonych przez Giovanniego. Moje ręce jak skrzydła poleciały do nieba, by potać z Aniołami na niebiańskich łąkach. Oddech uspokajał umysł, słowa mantry wyciszały myśli. Wracała siła, która pozwoliła mi na bezpośrednie spotkanie z obozem koncentracyjnym w Auschwitz.

Wróciłam do domu z poczuciem, że otrzymałam coś, czego bardzo długo szukałam. To był spokój uzyskany dzięki pozbyciu się poczucia winy oraz przekonanie, że medytacja chrześcijańska jest formą modlitwy, którą od lat szukałam, ale nie posiadałam wiedzy, że jest ona akceptowana w Kościele katolickim.

Przed wielu laty rozpoczęłam duchowe poszukiwania. Chaos myśli, burza emocji, ból nerwów, piętrzące się trudności życiowe sprawiły, że wędrówka w głąb siebie stała się konieczna. Nie wiedziałam od czego zacząć i którądy iść. I wówczas zaczęli się pojawiać na mojej drodze różni ludzie oferujący pomoc, we wskazaniu właściwej ścieżki. Zaczęłam poznawać niektóre z nich, licząc na pomoc w rozwiązywaniu problemów. Z pośród wielu nauk, najbardziej przypadła mi do serca forma medytacji wschodniej i ćwiczenia relaksacyjne. Powstał we mnie jednak wewnętrzny konflikt, jak pogodzić nowe metody poszerzania świadomości z religią katolicką, w której byłam wychowywana. Nie umiałam otrzymać odpowiedzi na moje pytania. Najczęściej spotykałam się z dezaprobatą. Słowo yoga zaczęło budzić niepokój wierzących. Usłyszałam, że podczas medytacji szatan znajduje subtelne kanały, którymi może przejść do wnętrza, aby zawładnąć duszą. Ćwiczenia oddechowe, ćwiczenia z ciałem, wizualizacje, relaksacje, które lubiłam, uznano za złe. Tylko modlitwa jest jedyną drogą do uzyskania zbawienia. Czułam się wewnętrznie rozdarta i zbuntowana. Nie mogłam się pogodzić, że metody pracy z ciałem i oddechem są czymś złym. Konflikt wewnętrzny trwał powodując, że zaczął słabnąć mój entuzjazm do ćwiczeń. Całą moją wiedzę psychologiczną zaczęto podważać głosząc, że to nie jest droga do Boga. Wewnętrzne skupienie na sobie to egoizm, który otwiera drogę złu. Kiedy pojawiło się na mojej drodze życiowej wiele problemów zaczęłam łączyć te zdarzenia z moimi zainteresowaniami. Zaczęłam też modlić się różańcem i odmawiać wszelkie modlitwy do wielu świętych. Coraz więcej treści modlitw otrzymywałam od różnych osób. Modlitwy piękne, uwielbiające Boga, dziękczynne i wyrażające prośby. Zaczęłam jeździć na pielgrzymki do miejsc kultu Maryjnego, zebrałam wiele obrazów Matki Boskiej. I znów jednak poczułam wewnętrzny niepokój, do kogo się modlić o wstawiennictwo, kogo wybrać, a może kogoś urażę? Wszystkich przecież cenię i podziwiam. Moje modlitwy stały się długie, zaczęłam odmawiać ich coraz więcej. Wewnętrznie jednak czułam ogromną tęsknotę. Najbliższą sercu modlitwą była koronka do Miłosierdzia Bożego. Spokój też dawała mi modlitwa różańcowa. Nie uzyskałam jednak pełnego spokoju wewnętrznego, niepokój i lęk ciągle były moimi towarzyszami. Ciągnęły mnie i uspakajały książki głoszące ekumenizm, mówiące o jedności i świadomości niepodzielonej. I tak trafiłam na książkę Kena Wilbera „Psychologia integralna”, gdzie przeczytałam o medytacji chrześcijańskiej. Wykorzystując współczesne źródło informacji – Internet – wpisałam hasło i odnalazłam stronę WCCM. Jakie było moje zaskoczenie i radość. Nagle objawia mi się coś czego długo poszukiwałam. Medytacja chrześcijańska formą modlitwy, wykorzystującą metody

wschodnie. Siedzenie w bezruchu i powtarzanie mantry. Od razu poczułam, że chcę spotkać i posłuchać ludzi, którzy w ten sposób się modlą. I znów dobry znak - Szkoła Medytacji ma być w Oświęcimiu. Nie zastanawiając się zbyt długo zapisałam się od razu. I przyjechałam w chwili dla siebie najtrudniejszej, otrzymując świadomość jedności i spełnienia. Medytacja pozwoliła mi zintegrować razem wszystkie modlitwy. Świadomość jedności i pełnej integracji wewnętrznej sprawiły, że zniknął mój wewnętrzny konflikt, niepokój i zagubienie.

Otrzymałam pozytywną odpowiedź na swoje pytania. Modlitwa medytacyjna jest modlitwą na wskroś chrześcijańską. To modlitwa pierwszych chrześcijan, Ojców Pustyni, Jana Kasjana, św. Benedykta. Jakimż zaskoczeniem okazał się też fakt odkrycia związku św. Benedykta z medytacją. I tu poczułam rękę Boga. W swoich wcześniejszych poszukiwaniach dotarłam do krzyża św. Benedykta, który ma dookoła wpisane litery VRSMVM - Vade retro satana non suade mihi vana, czyli idź precz szatanie, nie nakłaniaj mnie od złego, oraz SMQLIVB – sunt mala quae libas ipse venona bibas, czyli złe rzeczy czynisz, pij swoją truciznę. Sam krzyż ma wzmacniać dusze w jedności z Jezusem Chrystusem.

Aprobata Kościoła wydana w Rzymie w 1857 roku potwierdza, iż używanie tego medalu poprzez pośrednictwo św. Benedykta wyjednuje u Boga wiele łask.

Przybywając do Szkoły Medytacji zobaczyłam ten sam krzyż – krzyż benedyktyński, jako znak wspólnoty praktykującej medytację chrześcijańską. Moja radość z odkrycia jest tym większa, że dzięki temu poczułam zdecydowanie, że jestem na właściwej dla siebie ścieżce duchowej i to dzięki działaniu Bożej opatrności. To Bóg zaczął działać we mnie, zgodnie z moim charakterem. To on daje mi znaki, a ja zaczynam je widzieć i czuć. Moja wdzięczność staje się coraz mocniejsza.

Pisząc te refleksje jestem znów w innym duchowym wymiarze.

Po powrocie do domu usłyszałam, że choroba potwierdziła się, a ja jestem już po pierwszej chemii. Nie była to łatwa do zaakceptowania informacja, ale dziś dzięki modlitwie medytacyjnej i przepływie strumienia miłości, który płynie od wielu wspaniałych ludzi, w tym od grupy uczestników Szkoły jest dla mnie silnym motorem do budowania w sobie świadomości miłości, wiary i nadziei. Spokój wewnętrzny i radość uzyskuję w chwili medytacyjnego skupienia, kiedy całą siebie powierzam Bogu. Strumień łaski Bożej przepływa przeze mnie, wówczas ciepło wypełnia moje serce. Nie czuję już panicznego lęku. Jest czasami ból, niedogodność ciała, w chwili uczucia niepokoju staram się powierzyć siebie Bogu. Staram się ciało oddawać Bogu, tak jak wskazuje święty Paweł: „[...] Czyż nie wiecie, że cia-

ła wasze są członkami Chrystusa? Czyż nie wiecie, że ciało wasze jest przybytkiem Ducha Świętego, który w was jest, a którego macie od Boga, i że już nie należycie do samych siebie? Za (wielką) bowiem cenę zostaliście nabyci. Chwalcie więc Boga w swoim ciele!" 1Kor 6,15-19.

Właśnie ten tekst przeczytany w czasie Szkoły jest dla mnie obecnie drogowskazem w mojej ziemskiej wędrówce do Domu Pana. Jak długo ona będzie trwała? Nie wiem. Powierzam swoje życie Bogu i wierzę, że pozwoli mi żyć jeszcze długo, abym mogła głosić Jego chwałę, poprzez modlitwę medytacyjną. Zaczynam już teraz bez względu na to, co się dzieje. Istnieje tylko teraz i nie można go zmarnować.

Po pierwszej chemii miałam sen. Sen niesamowity i piękny. Przyśniła mi się rozmowa z Bogiem. Był biały i emanował miłością. Nie widziałam twarzy, ale słyszałam Jego słowa. Głoś chwałę Boga poprzez medytację - mówić do mnie. Bądź świadkiem. Kiedy zapytałam jak to robić, usłyszałam w odpowiedzi, nie kłopotz się, będziesz wiedziała, jak to zrobić. Zaufaj mi. Nie rób nic, tylko bądź i tym, którzy zechcą słuchać, opowiadaj. Nie główkuj i nie martw się, nie planuj, tylko bądź w prostocie, ciszy i milczeniu.

Tak więc mając na uwadze słowa księdza – bądź świadkiem i słowa ze snu piszę o swoich przeżyciach wierząc, że ktoś też otworzy serce, aby opowiedzieć o swoim doświadczeniu Boga w życiu.

Na koniec przychodzą mi jeszcze refleksje.

Po pierwsze, nie mam żadnego żalu do tych, którzy przestrzegali mnie przed zgubnymi skutkami różnych praktyk. Uważam, że mają wiele racji, bowiem istnieje wiele propozycji rozwoju duchowego proponowanych przez różne sekty prowadzących do zniewolenia duszy. I tu trzeba być ostrożnym. Ich przestrogi wynikały zapewne z troski o mnie i o to bym nie zbłądziła, zaś zasypany niepokój inspirował do pracy nad sobą i poszukiwań. Zapewne też nie mieli pełnej wiedzy na temat medytacji, mnie samej brakowało pewności i wiedzy o słuszności praktyk, aby móc przeciwstawić się prezentowanym poglądom.

Po drugie, medytacja nie jest tą jedyną i najszlachetniejszą formą modlitwy. Wszystkie inne formy modlitwy też są wspaniałe i pozwalające na obcowanie z Bogiem.

Ja zaś uświadomiwszy sobie, że mam raczej charakter kontemplacyjny i samotniczy odnalazłam ścieżkę dla siebie najlepszą. W medytacji więc odnalazłam siebie i Boga oraz poczucie pewności w jej praktykowaniu. Wiem, że to dobra dla mnie droga ku miłości i życiu wiecznemu.

Z pozdrowieniami i gorącymi podziękowaniami dla organizatorów

Ola.

Maranata!



fot. Marek Lewandowski



fot. Marek Lewandowski

Eucharystia i cisza

Laurence Freeman OSB

Odczyt w Szkole Modlitwy

Archidiecezja Melbourne/Australia

W Roku Eucharystycznym 20 kwietnia 2005

Jak głosi pradawna mądrość Kościoła możemy rozróżnić trzy rodzaje liturgii: liturgię nieba, liturgię ołtarza, a pomiędzy nimi, liturgię serca. Pełnia liturgii musi więc zawierać w sobie te trzy wzajemnie się przenikające wymiary: niebo i ziemię, dwa obszary po obu stronach doliny śmierci oraz tajemnicę głębokiej jedności, jaką nosi w sobie człowiek.

Kiedy mówimy o ciszy w Eucharystii to mówimy o prawie Białych Przerw. Pewnego razu grupa studentów rabinistycznych spierała się o znaczenie biblijnego tekstu. Zwrócili się do swego nauczyciela o arbitraż w ich sporze. „Co widzicie na kartce – zapytał. Słowa, o których dyskutujemy – odpowiedzieli uczniowie. Te czarne znaki na kartce – odparł stary rabin – zawierają tylko połowę informacji tekstu. Druga część jest w białych przerwach pomiędzy nimi.

To jest ów margines ciszy, który znajdujemy wokół każdego tekstu. Jest ona również obecna w przerwach między oddechami, bezruchu między myślami, odpoczynku między wybuchami gorączkowej aktywności.

Ostatnie słowa zachęty, jakie słyszeliśmy w nauczaniu papieża, do przywrócenia w liturgii doświadczenia ciszy, wskazują na jego zrozumienie i poszanowanie wobec tego uniwersalnego prawa. Są one również pomocne w odzyskaniu na nowo pleromy modlitwy liturgicznej, w jej trzech odległych i nakładających się na siebie obszarach: ziemskim, niebiańskim i obszarze ludzkiego serca. Potrzeba nam dziś tego bardzo, bo dla rosnącej liczby chodzących do kościoła, Eucharystia stała się rytuałem, z którym stopniowo coraz mniej osób się identyfikuje.

Są tacy, którzy nigdy nie doświadczyli jej inspiracji i pocieszenia. Dla nich Msza święta w żaden sposób nie jest sakramentem, który nadaje sens ich życiu. Jej afirmacja o możliwościach przemienienia najzwyklejszego szarego życia przechodzi obok nich niezauważona. Liturgia nie kojarzy się im z tym, co niesie życie, z jego radością, rozpaczą, tragedią i żalem, nadzieją i rozczarowaniem. Nie jest ona w żaden sposób pokarmem dla zwykłej codziennej harówki. Dla wielu z nich Msza wydaje się dziwna i zniechęcająca. W czasach nowej ewangelizacji powinniśmy powrócić do siły liturgii w przekazywaniu Ewangelii niewierzącym. Gdy zdarzy im się uczestniczyć w nabożeństwie ślubnym, czy też Mszy pogrzebowej kolegi z pracy, to sposób, w jaki odprawiana jest Msza może przekazać coś, co ich zadziwi i pozostanie z nimi, jako wartościowe doświadczenie na zawsze. Może

okazać się, że jest to odsłona chrześcijaństwa. jakiej nigdy nie poznali, co z kolei może doprowadzić ich do znalezienia ponownie czegoś, co dawno temu im się zapodziało.

Są też tacy, którzy może i kiedyś odczuwali tajemnicę i mistycyzm Eucharystii, ale już utracili z nią kontakt. W miarę jak dojrzewała ich duchowość udali się w poszukiwanie jej wewnętrzności – owej łaski w nas, której Eucharystia jest zewnętrznym znakiem – i doszli do wniosku, że nie znajdą jej w Kościele. Dla takich ludzi odkrycie kontemplatywnej formy modlitwy może na nowo połączyć ich z utraconą sakramentalną wrażliwością i sprowadzić ich na powrót do Kościoła.

Inni znowu trwają w obowiązku regularnego uczestnictwa we Mszy świętej, często ze względu na dzieci lub aby utrzymać kontakt z jakąś formą duchowości, lecz odczuwają z rozczarowaniem, że ona nie ujawnia się wyczuwalnie w ich niedzielnych nabożeństwach.

Wreszcie są ci, którzy bez względu na osobiste i eklezjastyczne niedoskonałości mają w sobie na tyle łaski, by dostrzec w Eucharystii tajemną i mistyczną skuteczność, niezależnie gdzie i jak jest ona sprawowana.

Dla tych wszystkich ludzi cisza jako element i wymiar Eucharystii ma ogromną wartość. Zanim przejdę do rozważań nad tym, co może wydawać się tu bezprzedmiotowym i abstrakcyjnym tematem, pozwolę sobie podzielić się z wami, tym co ostatnio usłyszałem podczas dni skupienia w Sydney. Otóż pewien asystent pastoralny z parafii w New South Wales, powiedział mi, że jego proboszcz właściwie wprowadził w życie to, o co papież Jan Paweł II prosił księży w Wytycznych do nowego wydania Ogólnego wprowadzenia do Mszału rzymskiego.

(<http://www.kkbids.episkopat.pl/wprowadzeniedoksiag/owmrpopr/dekret.htm>)

A mianowicie, przywrócił miejsce ciszy liturgicznej w nabożeństwach w jego parafii. Zdumiał mnie nie tyle sam fakt per se, ile zakres, w jakim to zrobił. Była cisza po Czytaniach, 5 minut po homilii i 15 minut po Komunii. Ciekaw byłem reakcji parafian. Okazało się, że nikt nie wyszedł z kościoła podczas cichej przerwy w przebiegu Mszy, a nawet wielu wyraziło swe zadowolenie. Nie chciałbym jednak ograniczyć zagadnienia ciszy we Mszy świętej - i to z ważnego powodu - tylko do ilości jej minut.

Mszę świętą można celebrować na wiele sposobów, wszystko zależy tu od prowadzącego ją kapłana. Czas ciszy, który można by w nią wprowadzić musi być odpowiednio zinterpretowany. Jestem przekonany, że da się ciszę włączyć do praktyki Mszy świętej w najzwyklejszej w świecie niedzielnej grupie wiernych, tak że novum to spotka się

z jej życzliwym przyjęciem. Może być to równie zadziwiające, jak odkrycie, że dzieci świetnie radzą sobie z medytacją – czasem cichej modlitwy bez słów i wyobrażeń. Mówią o Eucharystii i ciszy nie robimy nic więcej, jak rozważamy kontemplacyjny wymiar wiary, uczestnictwa w nabożeństwach i w całym życiu. Tak jak pisał Jan Paweł II w *Mane Nobiscum Domine*:

Pasterze niech gorliwie podejmą tę katechezę «mista-gogiczną», tak drogą Ojcom Kościoła, która pozwala odkryć znaczenie gestów i słów liturgii, pomagając wiernym przejść od znaków do tajemnicy i włączyć w nią całe swe życie.

18. W szczególności trzeba pielęgnować, zarówno podczas celebrowania Mszy św., jak i w kulcie eucharystycznym poza Mszą św., żywą świadomość rzeczywistej obecności Chrystusa, dbając o to, by dawać jej świadectwo tonem głosu, gestami, sposobem poruszania się, całym zachowaniem. W związku z tym normy przypominają — i ja sam miałem ostatnio okazję to potwierdzić — wagę, jaką należy przywiązywać do chwil milczenia czy to w celebracji, czy w czasie adoracji eucharystycznej.

(http://www.opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/jan_pawel_ii/listy/mane_nobiscum_07112004.html).

Innymi słowy, tak jak to dobrze zrozumiał pierwszy Kościół, sposób w jaki się modlimy, jest sposobem w jaki żyjemy. W dzisiejszych czasach ludzie tak jak nigdy przedtem wyruszyli na poszukiwanie owego brakującego kontemplacyjnego elementu. A kiedy w tym szukaniu trafią do kościoła na Mszę świętą, to oczekują z pełnym do tego prawem, że go w niej znajdą.

Mistrz Eckhart zwykł powtarzać, że „nic nie przypomina Boga bardziej niż cisza”. Matka Teresa z Kalkuty, która dwie godziny codziennej cichej modlitwy siostr ustanowiła centralnym punktem życia zakonu, mawiała, że: „Cisza to jest Bóg, który do nas mówi”. Oba te powiedzenia ilustrują sposób, w jaki można rozumieć znaczenie ciszy. Dlaczego Bóg ma tak bardzo przypominać ciszę? Eckhart nie twierdzi, że Bóg lubi ciszę, czy też że woli ciche uwielbienie, on mówi, że Bóg jest jak cisza. Święty Benedykt używał dwóch słów na przetłumaczenie słowa cisza: *quies* i *silentium*. *Quies* to bycie cicho, brak dźwięku, cisza fizyczna – brak trzaskających drzwi, trzeszczących krzesel, kałania i szelestu odwijanych papierków od cukierków. Powszechnie przyjmuje się, rodzice mają obowiązek wychować dzieci do *quies*, fizycznego samoopanowania i umiaru, które uszanują obecność innych ludzi. *Quies* uzdalnia i uprzyjemnia nasz świat tak, że jawi się on nam jako przyjazny i możliwy do zamieszkania. Coraz trudniej o *quies* w nowoczesnych konglomeracjach miejskich, gdzie muzyka wdiera się nawet do wind i coraz mniej w nich oaz ciszy bez dźwięków, które wyprodukował człowiek. W sprzedaży pojawiły się kosztowne słuchawki, nie po to, aby przez nie słuchać muzyki, ale by nimi blo-

kować zewnętrzny hałas. Jednakże *silentium*, drugi rodzaj ciszy, nie jest brakiem fizycznego hałasu, ale nastawieniem umysłu i ukierunkowaniem świadomości na Boga i innych. Jest uważnością. Gdy ktoś zwraca się o pomoc do księdza, czy terapeuty o utulenie w bólu, ci wiedzą, że podstawowym darem, jaki muszą dać tej osobie, jest uwaga. Bo w większości przypadków może nie być żadnego rozwiązania dla problemu i pocieszenia zabrzmia w obliczu ogromu tragedii, jak puste frazesy. Skupione, ciche słuchanie, całkowite danie siebie w akcie uwagi nie jest ani osądzaniem, ani doradzaniem, ani naprawianiem sytuacji, jest to akt miłości. Z tego punktu widzenia, naprawdę nic tak nie przypomina Boga jak cisza, bo Bóg jest miłością.

Cz. 2

W dalszej części przyjrzymy się, jak cisza ujawnia nam ofiarny wymiar Eucharystii. Teraz jednak chciałbym zająć się związkiem pomiędzy aktem intencjonalnej uwagi, a aktem daru z siebie. Destruktywni filozofowie nie zostawili w swym myśleniu zbyt wiele miejsca na odkrycie znaczenia ludzkiego życia. Ale nawet i oni przyznają, że to co człowiek może ofiarować najbardziej, to coś, co mogłoby nadać znaczenie ludzkiemu życiu, to akt ofiarowania samego siebie. Niemniej już w następnym zdaniu powątpiewają, czy taki akt jest w ogóle możliwy. Bo według nich, jest on dokonywany jedynie w pewnych okolicznościach lub pod pewnymi warunkami. Na przykład wtedy, kiedy chcemy być zauważeni, oczekujemy nagrody, wdzięczności czy czegośkolwiek w zamian. Takie zaś pobudki same w sobie degradują wartość, jaka znajduje się w samoświęceniu.

Chrześcijanin patrzy na Wcielenie, jako dar Boga z samego siebie ujawniony w życiu, śmierci i zmartwychwstaniu Jezusa Chrystusa. Doskonały dar z siebie nie nakłada na obdarowywanego żadnych zobowiązań spłaty, lecz uzdalnia go do oddania siebie w takim samym bezinteresownym akcie innym. Tego właśnie uczy nas Eucharystia, to nam bez przerwy ukazuje i tym nas karmi. Wobec ludzkiego aktu pełnego oddania siebie – nawet wtedy, gdy nie wszystko w nim jest doskonałe – wobec takiego czynu, człowiek zawsze staje w ciszy jak zamurowany, w zdumieniu i głębokim szacunku. Jakże wiele nam potrzeba ciszy w Eucharystii, by być zdolnym w pełni docenić jej najdoskonalsze z możliwych samoświęcenie z miłości dla nas?

Liturgia - tak jak każda inna modlitwa - zasadza się głównie na uwadze. Podczas Mszy świętej ćwiczymy się w koncentracji na Bogu, poprzez skupienie się na ofierze i darze, których Jezus dokonał z samego siebie w konkretnym historycznym wydarzeniu, i które, w sposób mistyczny, dokonują się bez przerwy w Duchu Świętym, zarówno w naszych sercach, jak i na ołtarzu. I chociaż nasza uwaga ulega nieustannemu rozproszeniu (kiedy na przykład z ciekawością

obserwujemy nowe twarze w kościele, czy też kartkujemy parafialny biuletyn), to uwaga i skupienie Jezusa na nas nigdy nie maleją, tak że nawet nie przeszkadza mu nasze roztargnienie. Brak w tej uwadze wzroku pełnego wyrzutu, czy rozczarowania. Choć my jesteśmy niewierni, On pozostaje wierny, bo musi przecież pozostać wiernym samemu sobie. Fakt ten jest, przynajmniej dla człowieka wierzącego, nie do wyrażenia tajemnicą Eucharystii przemieniającą się w błogie przyciąganie prawdziwej Obecności, przyciąganie, któremu nie można się oprzeć.

Cisza jest wysiłkiem, pracą miłującej uważności, a jej owocem jest serce przepełnione wdzięcznością. Tu znajdujemy ogniwo łączące opisy ciszy Mistrza Eckharta i Matki Terezy z Kalkuty. Cisza, będąc tym co jest podobne do Boga jest jednocześnie Bogiem do nas mówiącym. Bo ilekroć skupiamy swą uwagę na Bogu, to szybko wyczuwamy Jego uwagę skupioną na nas. To Bóg jest tym, który zapala w nas pierwszą iskrę dobrej woli, jak twierdził Kasjan w swojej dyspucie ze św. Augustynem na temat istoty wolnej woli. Ale zaraz potem przychodzi kolej na naszą część wysiłku. Wyraża tę prawdę św. Jan pisząc: W tym przejawia się miłość, że nie my umiłowaliśmy Boga, ale że On sam nas umiłował i posłał Syna swojego jako ofiarę przebłagalną za nasze grzechy. (1 J 4, 10). Kochamy, bo Bóg nas pierwszy ukochał.

W ten sposób każde uczestnictwo w Eucharystii, staje się preludium naszej partycypacji w życiu Boga. Jesteśmy owymi synami marnotrawnymi, na których spotkanie wybiega Bóg z otwartymi ramionami, podczas gdy my ciągle jeszcze daleko w drodze do domu. Ta spływająca z nieba, rozrzutna i ryzykująca wszystko miłość jest doświadczana w naszym sercu. Przy ołtarzu powinna być ona przyjęta duchowo. W ciszy Eucharystii delektujemy się milczeniem Ojca, od którego pochodzi przedwieczne Słowo. Na ikonie Rublewa Trójca Święta trzy jej Osoby zgromadziły się właśnie wokół Eucharystii.*

Duch Święty (reprezentowany przez Anioła po prawej stronie, przyp. tłum.) jest tym, który dokonuje tej wspaniałej metamorfozy powszedniości w niebiańskość. W kąpanie i poprzez niego, jako tego, który reprezentuje, a nie zastępuje Chrystusa, wierni mają doświadczać misterium ciągłego scalania się i pojawiania na nowo trzech odrębnych Osób, których wzajemne przenikanie się czyni z Eucharystii przedsmak liturgii niebiańskiej. Celebrans staje się płynnym punktem zbieżnym, przez którego Sakrament ujawnia się i pożywia wiernych przepływem miłości. To sam Chrystus jest głównym Celebransem, a wierni są Jego Ciałem, z którego do służby innym powołany został kapłan. W Eucharystii dokonuje się nieustanny proces utraty siebie, dzielenia się sobą i odzyskiwania na nowo swej indywidualności. Uczestnictwo w tej akcji uwalnia nas z więzów naszego ego. Stąd czerpie swe źródło radość płynąca z Eucharystii i jej poważny

wpływ na sposób naszego życia w społeczności. Ja w nich, a Ty we Mnie! Oby się tak zespolili w jedno, aby świat poznał, żeś Ty Mnie posłał i żeś Ty ich umiłował tak, jak Mnie umiłowales. (J 17, 23).

Dla wielu niedzielnych uczestników Eucharystii jej mistyczna zawartość jest chlebem duchowym na cały tydzień ich codziennego trudu. Dlatego trzeba dołożyć wszelkich starań, by ten rzadki i drogocenny moment przeżywany był z jak największą możliwą radością. Sposób w jaki będzie on celebrowany jest ze wszechmiar najistotniejszy, bo musi on umożliwić wiernym czas i przestrzeń, aby ujawnić się mogła cała wewnętrzna tajemnica Eucharystii. Iwan Illicz zauważył, że Wcielenie Chrystusa poprzez które umożliwiony został zadziwiający i zupełnie nowy rozkwit miłości i poznania, ma też swoją ludzką stronę cienia. Jest to niebezpieczeństwo instytucjonalizacji miłosierdzia i regulacji wolnego przepływu Ducha. Pewnie przyjdzie nam jeszcze długo pozbywać się bagażu cienia utrudniania Eucharystii poprzez zimne i legalistyczne do niej podejście. Często większą rolę przypisywało ono obowiązkowi pójścia na Mszę, zamiast łasce i zaszczytowi w niej uczestnictwa. Kiedy zbyt mocno nacisk na obowiązek to mistyczne sedno Eucharystii zostaje praktycznie usunięte. Grozi nam wtedy ryzyko niezrozumienia, tak że i okresy milczenia podczas Eucharystii staną się jedynie zdawkowymi przerwami. Sacramentum Concilium przypomina nam, że kiedy liturgia jest sprawowana trzeba więcej, niż tylko kurczowego trzymania się przepisów regulujących jej prawidłowość. Nie możemy jednak popaść i w drugie ekstremum i po prostu wymusić podczas Mszy świętej okresy milczenia. Zresztą, to nie ilość ciszy a jej jakość, jest tym, co odgrywa tu decydujące znaczenie.

Z góry zaaplikowane milczenie nie będzie miało żadnego wpływu na wzrost duchowości wiernych. Tak długo jak fundamentalne podejście do Mszy świętej będzie kierowane i uwarunkowane legalizmem oraz nadmierną kontrolą, tak długo cisza i Eucharystia pozostaną w sprzeczności. Okresy milczenia, lub przedłużonego milczenia, będą praktycznie nie do przyjęcia. Zabrzmią one raczej pretensjonalnie i sztucznie, lub wręcz zostaną odebrane przez wiernych jako wymuszanie na nich (bądź co bądź na tych, co już i tak wykazali dosyć dobrej woli, że w ogóle przyszli do kościoła), czegoś, co jest im obce i co tylko przedłuża ich godzinę przeznaczoną na Mszę. Cisza przede wszystkim musi być wynikiem doświadczenia mistycznej głębi, gdy jest ona odkrywana przez zebraną na modlitwie wspólnotę wiernych. Ale tak jak cała Eucharystia, tak też i jej milczenie musi być zainspirowane przez kapłana we współpracy z ludźmi świeckimi wspomagającymi koncelebrę. Jednak nie ulega żadnej wątpliwości, że to nasze seminaria muszą stać się kolebką modlitwy kontemplatywnej, jeżeli przyszli kapłani mają kiedykolwiek poprowadzić swych parafian w liturgiczną ciszę.

* Wielu badaczy sztuki uważa ikonę Trójcy Świętej Rublowa z 1410 roku za najpiękniejszą kiedykolwiek napisaną ikonę. Przedstawia ona trzech ludzi (aniołów), którzy odwiedzili Abrahama pod dębami Mamre (Gen 18, 1-8). Stąd ikona ta nazywana jest czasami ikoną Trójcy Świętej Starego Testamentu.

„Poprzez kontemplację tej ikony dochodzimy do wglądu okiem serca, że całe to nasze zaangażowanie w sprawy tego świata, będzie tylko wtedy owocne, gdy stanie się ono częścią tego Boskiego kręgu trzech Osób. W tej ikonie słowa psalmisty „Nawet wróbel dom sobie znajduje...Szczęśliwi, którzy mieszkają w domu Twoim, Panie.... (PS 84, 4-5) nabierają nowej głębi. Oto słowa te ukazują się w świetle Rublowa arcydzieła jako możliwość bycia w świetle i jednocześnie nie należenia do niego. http://www.rollins.edu/Foreign_Lang/Russian/trinity.html. Przyp. tłum.

Cz. 3

Księża często są nieufni wobec ciszy przy ołtarzu, tak samo jak boją się jej sprawozdawcy radiowi. Ostatnio słyszałem, co wydarzyło się podczas nagrań wywiadu BBC z arcybiskupem Rowanem Williamsem na temat kontrowersji w Kościele anglikańskim. Na zakończenie wywiadu reporter zadał arcybiskupowi nieprzewidziane w programie pytanie, czy wojna w Iraku jest etycznie usprawiedliwiona. Arcybiskup zamilkł na całe 90 sekund, wieczność na antenie. Zniecierpliwiony reporter przerwał milczenie uwagą, że jego rozmówca potrzebuje więcej czasu na odpowiedź. Arcybiskup odparł bez ogródek, że jeżeli zadano mu tak ważne pytanie to musi się nad nim dobrze zastanowić i że odpowiedź na tak drażliwy temat nie może być tylko krótkim tak lub nie. Reporter nie mógł ukryć swego zdziwienia, ale i też podziwu. Chciał w końcowej wersji na antenie zachować te 90 sekund milczenia, ale jej redaktorzy usunęli ciszę z programu. Obawa przed milczeniem podczas Eucharystii bardziej oddziałuje na celebransę, niż na wiernych. Co będzie, jak po otwarciu oczu zobaczy pustoszejący kościół? A może ujawnia się tu jego lęk przed utratą kontroli nad wiernymi? Obawa przed ciszą, jest często lękiem przed nieobecnością, otchłanią która nas przeraża, rosnącym terrorem stanu umysłu, gdy ten nie ma o czym myśleć. A może jest to po prostu luka w naszym nauczaniu teologicznym i liturgicznym, które nie przygotowało nas na brakującą część - mistyczną połowę Eucharystii, ten jej wymiar apofatyczny, który obecny jest we wszystkich aspektach duchowości?

Milczenie i cisza odbudowują i dowartościowują tę brakującą i kontemplatywną połowę. Eucharystia tylko wtedy może być uznawana za źródło i szczyt życia Kościoła, jeżeli jej celebrowanie będzie uwzględniać ów paradoks podwójnego misterium, katofatycznego i apofatycznego – tego co w niej widoczne i tego co ukryte. Paradoks ten jest składową życia chrześcijanina, bo taka była natura osoby Jezusa Chrystusa. [...] a Mojżesz zbliżył się do ciemnego obłoku, w którym był Bóg. (Wyj

20,21) Ale jednocześnie Bóg jest światłością, a nie ma w Nim żadnej ciemności. (1J 1,5). Tak oto język mistyków wyraża ten sam paradoks, jaki znajdujemy we mszy świętej: oslepiającą ciemność Bożej tajemnicy, milczenie, z którego wydobywa się Słowo i przemienia się w Ciało w tajemnicy Wcielenia, wreszcie ciszę jako centrum wszelkiego działania. Milczenie ciszy może być odbierane w sposób apofatyczny, tym czym Bóg nie jest. Jednocześnie potwierdza ono z całą mocą to, czym Bóg jest, kiedy o Nim zaczynają mówić nasze słowa. Milczenie odmłodzi język, przywraca mu precyzję i znaczenie, szczególnie w tych tekstach Pisma św., które osłuchały się nam już dawno. Bez milczenia nawet święte słowa mogą stać się tylko czczą paplaniną. Cisza w Eucharystii nie grozi pustką, czy też nie oznacza nieobecności, wręcz przeciwnie wydobywa ona Obecność i zaprasza do dania Jej odpowiedzi.

Dobrze znamy te miejsca podczas Eucharystii, podczas których dobrze jest zamilknąć. Wielu celebransów zaczyna mszę od chwili ciszy w zakrystii wraz z ministrantami i lektorami. Ilekroć podczas nabożeństwa pojawia się wezwanie do wspólnej modlitwy Módlmy się to aż prosi się o chwilę milczenia, zanim popłyną słowa zgromadzonych na mszy wiernych, by przedstawić Bogu ich jeszcze niewypowiedziane modlitwy. Rachunek sumienia zaprasza do wewnętrznego skupienia, tak by pozwolić Eucharystii dotrzeć do nas ze swym uzdrowieniem i przebaczeniem w naszym nie do końca doskonałym życiu. Następnie są czytania, te szczególnie wymagają zatrzymania się, przed niecierpliwie czekającymi psalmami i wezwaniami ewangelicznymi. Cisza podczas Liturgii Słowa może zachęcić do krótkiego komentarza nad nie dość jasnym fragmentem Pisma Świętego, który w przeciwnym przypadku umknie możliwościom rozumienia wiernych i samego kapłana. Nie wystarcza bowiem odczytywanie fragmentów biblijnych w języku zrozumiałym, jeśli nie jest ono poprzedzone odpowiednim przygotowaniem, pobożnym wysłuchaniem, medytacyjnym milczeniem, jakie są konieczne, by Słowo Boże dotknęło życia i je oświeciło. (Mane Nobiscum Domine)

Katolicy księża są z reguły bardzo świadomi czasu trwania ich homilii, nie tak jak ich protestanccy odpowiednicy, od których wymagany jest „zwrot inwestycji” czasu parafian poprzez długość i pasję kazań. Bardziej stonowany charakter katolickich homilii czyni cichą po nich refleksję jeszcze bardziej na miejscu. Jest znakiem szacunku wobec wiernych, że słuchali homilii z całą uwagą i teraz potrzebują chwili zastanowienia nad tym co usłyszeli, nawet wtedy, gdy nie muszą od razu wyciągać z niej natychmiastowych dla siebie wniosków. Wytyczne do nowego wydania Ogólnego wprowadzenia do Mszału rzymskiego nie zalecają chwil milczenia na początku czy końcu modlitwy powszechnej, ale jak pokazuje praktyka, ma to często miejsce w formie wezwania: Teraz pomódlmy się w ciszy naszych serc. Pozwala to wiernym do-

dać do czytanych prośb ich osobiste intencje tak, że kapłan może zakończyć modlitwę powszechną następującymi słowami: Panie, Ty znasz nasze potrzeby nawet zanim je przed Tobą złożymy, zarówno te powiedziane na głos jak i te w ciszy serca. Bo jak napisał Jan Paweł II: Wszystkie modlitwy oparte są na fundamencie ciszy.

Moment łamania chleba i ułamek hostii są to miejsca pełne mistycyzmu i wielkiej sakralności. Cisza jest ich jak najbardziej naturalnym uwielbieniem.

Nie ulega jednak wątpliwości, że najbardziej potrzeba nam ciszy po Komunii świętej. Jeżeli cała Eucharystia jest *culmen et fons* (łac. szczytem i źródłem - przyp. tłum.) Kościoła to ta część jest jej mistycznym epicentrum. A jednak, właśnie tutaj często celebrans „przebiega” pośpiesznie bez chwili zatrzymania, poza tymi kilkoma przypadkowymi przystankami między pieśniami, czy czyszczeniem naczyń. Na tym etapie często dochodzi do głosu niepokój kapłana nad ewentualnym przeciąganiem w czasie nabożeństwa, bo oto dzieci stają się coraz bardziej niespokojne, a przed drzwiami kościoła zbiera się tłum wiernych w oczekiwaniu na następną mszę. Teraz przede wszystkim musimy pamiętać, że cisza to nie jest jedynie brak hałasu, ale duch miłującej uwagi.

Nieraz siedziałem w długim milczeniu po Komunii świętej w naszym klasztornej kościele parafialnym na przedmieściach Londynu. W tle słychać było płaczliwe niemowlęta, odgłosy raczkujących dzieci i stukot czynności zakrystiana. Ale to nie zakłócało wcale aktu milczenia. Tak rodzice jak i inni uczestnicy doceniali jego wartość i wiele z dzieci, jeżeli nie wszystkie, uspakajało się w miarę jego trwania. A kiedy zakończyliśmy milczenie modlitwą dziękczynną po komunii, to wyraźnie dało się odczuć świeżość i poczucie wdzięczności, a nie, jakby można by oczekiwać, ulgę z zakończonego długiego milczenia. Oczywiście kapłan musi przygotować wiernych na to wydłużone milczenie, tłumacząc, że nie jest to jedynie zdawkowa chwila ciszy, ale istotna część mszy świętej, i trzymać nerwy na wodzy, gdy się ono rozpocznie. Dobrze jest wyznaczyć tu konkretny czas, którego początek i koniec odmierzy delikatny dźwięk dzwonka lub gongu.

Jak tylko doświadczenie liturgicznej ciszy zapuści swe korzenie we wspólnocie parafialnej, to jego praktyka wywrze też wielki wpływ na organizację przestrzenną miejsca modlitwy. Richard Giles, anglikański dziekan z Filadelfii, jest pionierem w opartym na tradycji przekształcaniu miejsc kultu. Jego książka *Repitching a Tent* jest tego fascynującym przykładem. Po jej napisaniu dostrzegł jeszcze wyraźniej, jak miejsce i przestrzeń wpływają na formę celebracji Eucharystii, co stało się zachętą do napisania kolejnej książki *Uncommon Worship*, w której dalej rozwija swe idee ze „stawiania namiotu na nowo”.

Cisza w Eucharystii, wbrew obawom niektórych, nie prywatyzuje Eucharystii i nie pozbawia jej wspólnotowego cha-

rakteru. Tak często bywało w tradycji mszy łacińskiej. Ludzie wprawdzie byli świadomi faktu, że ma w niej miejsce coś tajemniczego i świętego, ale to ich nie angażowało osobiście. Odmawiali więc dalej swoje pacierze, podczas gdy kapłan kontynuował jemu przypisaną rolę. Tymczasem w ciszy jako liturgicznym doświadczeniu dokonuje się coś wprost przeciwnego. Wspólnota wiernych zbliża się do siebie, zjednoczona w swym milczącym skupieniu, tak, że razem sercem i umysłem wyraźniej słyszą Słowo i mają większy udział w Jego tajemnicy. Święty Ignacy z Antiochii powiedział, że nie da się zrozumieć słów Chrystusa, jeżeli nie nauczymy się Jego milczenia. Dodajmy, że Jego milczenie zrozumiemy tylko wtedy, gdy wyciszymy się w sobie samych. Czyniąc tak razem pocujemy tajemnicę ciszy budującej wspólnotę.

Cz 4

W konkluzji chciałbym przywołać jeszcze raz to, co powiedział Jan Paweł II. Po zaznaczeniu roli milczenia w Eucharystii wyjaśnia, że nie chodzi tutaj o sztuczną samą w sobie ciszę. W celebracji liturgicznej słowo Boże w pełni wyraża swe znaczenie, pobudzając chrześcijan do ciągłej odnowy swego życia, tak aby «słowa usłyszane w czynności liturgicznej znalazły również pokrycie w życiu». (List apostolski Ojca Świętego Jana Pawła II z okazji 40. rocznicy ogłoszenia Konstytucji o liturgii świętej «*Sacrosanctum Concilium*» <http://liturgia.wiara.pl/index.php?grupa=6&cr=0&kolej=0&art=1208449506&dzi=1128168531&katg=> przyp. tłum.).

Przypomina się tu św. Franciszek, który nalegał, by głosić Ewangelię przy każdej okazji i każdemu, kogo napotkamy. A jeżeli to już naprawdę konieczne – dodawał - to można używać w tym celu słów. Jak mniemam nie chodziło mu po prostu o ciszę jako taką, ale ciche i skryte świadectwo życia Ewangelią.

Związek między Eucharystią, a tym jak żyjemy jest nie do przecenienia, by w ogóle zrozumieć i docenić jej znaczenie. Jeżeli Eucharystia jest dla nas jedynie obowiązkiem kościelnym lub odpustowym happeningem, wówczas niewiele wpłynie ona na to, by nasze życie stawało się coraz bardziej życiem Ewangelią. Tylko wtedy, gdy zanurzymy się w jej głębię nabierze znaczenia jej końcowe wezwanie *Idźcie w pokój*, w przeciwnym razie wyjdziemy z niej z tym samym niepokojem, z jakim przyszliśmy.

Cisza jest tym, co sprawi, że poza słownymi deklaracjami ujawni się sakramentalna skuteczność Eucharystii, która ma moc przemienić nasze życie. Oznacza to, że symbolicznie dzieląc się podczas niej plonami ziemi przyjdzie nam lepiej służyć królestwu sprawiedliwości. Wszyscy otrzymaliśmy tyle samo chleba i wina. Starczyło ich dla wszystkich. Czyż nie znaczy to, że jeżeli nasze życie ma być eucharystyczne, to musimy pracować ku sprawiedliwemu podziałowi bogactw naszej ziemi, uwolnieniu ciemżonych i wzięciu w opiekę zepchniętych na życiowy margines?

Mistyczna treść Eucharystii ma daleko idące implikacje. Czyż Thomas a Becket i Oscar Romero nie zostali zabici w czasie milczącego momentu konsekracji?

Eucharystyczna cisza uświadamia nam również prawdziwe znaczenie pokoju, jako owocu braku przemocy. Bo pokój to nie jest tylko bezpieczna ucieczka ze sceny wydarzeń, tak jak cisza, to nie jest tylko brak hałasu. Ofiara eucharystyczna przypomina nam to, na co zwrócił uwagę Rene Girard wskazując w swych studiach na związki między gwałtownością a sakralnością. Okazuje się, że w czasie początków Kościoła wielu pogańskich kapłanów Rzymu prosiło o chrzest. Nie postrzegali oni jednak siebie jako sług Bożych, ale bardziej jako urzędników religii. Liczył się dla nich ich profesjonalizm w ściśle przestrzeganych słowach i gestach krwawych obrzędów ofiarnych zgodnie z przyjętym rytuałem. W przeciwieństwie do nich chrześcijanie szybko zrozumieli, że nie tak jest w doskonałej eucharystycznej ofierze Chrystusa. Ta była ofiarą z samego siebie w miłości, i wraz z nią skończyła się potrzeba kupowania przychylności Boga. Według Girarda kupowanie przebaczenia Boga poprzez składanie w ofierze kozłów ofiarnych było niczym innym, jak sposobem na kontrolę przemocy w społeczeństwie. Tymczasem krzyż, który stoi na chrześcijańskich ołtarzach oznacza koniec z niekończącym się łańcuchem przemocy w świecie. Miłości pragnę, nie krwawej ofiary, poznania Boga bardziej niż całopaleń nawoływał prorok Ozeasz, a co Jezus za nim powtórzył (Oz 6,6 i „Chcę raczej miłosierdzia niż ofiary” Mt 9,13- przyp. tłum). Jeżeli naszemu uczestnictwu we mszy świętej zabraknie ciszy, by uczcić i uszanować jej mistyczną głębię, to łatwo dojdzie do jej teologicznie fałszywej interpretacji: widzenia jej jako obrzędu koniecznego dla pacyfikacji gniewu Boga. Milczenie we mszy świętej zrozumiane duchowo, a nie legalistycznie, wydobywa moc sakramentu jako narzędzia pokoju i sprawiedliwości. Pokoju nigdy nie da się osiągnąć przemocą, a w Bogu nie ma ani przemocy, ani gniewu.

Ostatnia przedśmiertna nauka i błogosławieństwo Jana Pawła II odbyły się w milczeniu. Trzeba zauważyć, że pod koniec życia papież wraz ze swą powracającą katechezą o świętości życia, nieacceptowalności kary śmierci i nieetyczności wojny w Iraku, coraz usilniej powracał do podkreślania mistycznego znaczenia Eucharystii. Jest tu wyraźnie widoczny pomost między brakiem przemocy, a kontemplacją. Bo czyż nie są to dwa główne filary nauczania Jezusa i odwieczna prawda płynąca z Ewangelii?

Tak oto implikacje milczenia we mszy świętej prowadzą nas do serca naszej wiary i do istoty współczesnej ewangelizacji. Bo nie chodzi tu tylko o to, co dzieje się podczas mszy świętej. Gra toczy się o to, co jest najprawdziwsze w rdzeniu naszego istnienia i w nici, z której przedziemy nasze codzienne życie. Sądzę, że właśnie dlatego Jan Paweł II powiązał doświadczenie liturgicznej ciszy z kontemplatywną odnową Kościoła. W świecie nieustannie bombardowa-

nym przez hałas i stres, podkreślał konieczność powrotu Kościoła do swych duchowych korzeni, aby z nich nauczać kontemplacyjnej modlitwy. Doświadczeniem, do którego w naszych wspólnotach należy przywiązywać wielką wagę, jest milczenie – pisał. John Main, który zmarł w 1982 roku, dostrzegł to samo: największym wyzwaniem dla współczesnego człowieka, jest ponowne odkrycie wartości, jakie noszą milczenie i cisza. Dla ojca Johna było jasne, że bez przywrócenia modlitwie jej kontemplatywnego wymiaru, nie da się doświadczyć z całą mocą znaczenia sakramentów.

Liturgiczna wizja milczenia i ciszy rozwinęła się wglądem Jana Pawła II we współczesną duchowość. W społeczeństwie, które żyje w coraz większym pośpiechu, niejednokrotnie ogłuszone przez hałas i rozpraszone przez sprawy ulotne, odkrycie wartości milczenia jest kwestią o znaczeniu życiowym. Nieprzypadkowo, także poza chrześcijaństwem, rozpowszechniają się praktyki medytacji, które kładą nacisk na skupienie. Dlaczego więc nie zacząć, z pedagogiczną odwagą, uczyć milczenia wykorzystując specyfikę doświadczenia chrześcijańskiego? Patrzymy na przykład Jezusa, który «wyszedł z domu i udał się na miejsce pustynne, i tam się modlił» (Mk 1, 35). Pośród różnych momentów i znaków w liturgii nie może zabraknąć milczenia. (Spiritus et Sponsa)

Papież nawiązuje tu do powtarzanego w liście ponaglenia do zamilowania do modlitwy. Dodajmy, że nauka modlitwy kontemplatywnej na poziomi parafii czy diecezji jest naturalnym owocem rosnącej liturgicznej ciszy. Trzeba nam zrobić gdzieś pierwszy krok – milczeniem po komunii albo grupą medytacyjną w parafii. W Kościele będącym żywym duchowym Ciałem Chrystusa jego pasterze nie muszą zaprzętać sobie głowy zbyt dogłębną analizą systemową. Mają się oni przede wszystkim modlić i zachęcać wiernych do coraz to głębszej modlitwy. Zastosowanie tego może okazać się dzisiaj wielką śmiałością („Pedagogię Kościoła winna cechować śmiałość” tamże, przyp. tłum.) w naszych programach formacyjnych dla dzieci i młodzieży. Ta „pedagogiczna śmiałość” już się zaczęła w diecezji w Queensland jak też w wielu katolickich szkołach na całym świecie, gdzie dzieci uczą się praktyki Medytacji Chrześcijańskiej.

Ożywcza cisza po liturgii słowa, homilii i Komunii wzbudzi, albo lepiej, pomoże rozpoznać ten głód, który jest głodem zarówno Kościoła jak i całego świata. Nauka modlenia się w kontemplatywny sposób lepiej pokaże nam, jak żyć w duchu. Bo tak jak się modlimy tak też i żyjemy. I tak jak się modlimy, tak też celebруем Eucharystię. Ten głód za kontemplacją jest całą naszą nadzieją a odkrycie wartości milczenia jest kwestią o znaczeniu życiowym. (Spiritus et Sponsa)

Laurence Freeman OSB
Tłumaczenie Andrzej Ziółkowski
(dot. artykułu Eucharystia i cisza)

Kalendarium 2008

SEMINARIUM JOHNA MAINA

Temat:

Jedność w wymiarze lokalnym i globalnym.
Modlitwa kontemplatywna podstawą porozumienia

Zaproszeni referenci:

- prof. dr kard. Walter Kasper, przewodniczący Papieskiej Rady ds. Popierania Jedności Chrześcijan
- prof. dr Notger Slenczka, Katedra Teologii Systematycznej, Uniwersytet im. Humboldta w Berlinie
- o. Laurence Freeman OSB, przewodnik duchowy Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej
- Sr. Máire Hickey OSB, była kseni, Klasztor Burg Dinklage
- s. Katharina Klara Schridde CCR, Centrum Duchowości, Schwanberg
- Albert Schönberger organista katedry w Mainz
- Giovanni Felicioni, terapeuta Rolfing, Londyn

Termin:

14-17 sierpnia 2008

Miejsce:

Mainz (Niemcy) – język konferencji: niemiecki i angielski

Jedność w wymiarze lokalnym i globalnym? Jak zrównoważyć te dwa przeciwstawne bieguny w dzisiejszym, nowoczesnym świecie? Co wnosi do tego zagadnienia myśl chrześcijańska i medytacja?

W tę ekumeniczną wyprawę poprowadzi nas nasz główny gość seminarium kardynał Walter Kasper. Kardynał jest powszechnie znany z głębi i pełnych jasności poglądów (podczas ostatniego konklawe kardynał Kasper był poważnym kandydatem na papieża), z szerokiej wiedzy o problematyce globalizacji i z dużej dozy naturalnego humoru. Niewątpliwie jego wgląd w poruszane tematy będzie dla uczestników seminarium źródłem głębokich inspiracji.

Jak każdego roku seminarium jest okazją do spotkania starych i nowych przyjaciół wspólnoty medytujących ze wszystkich zakątków świata. Mamy też w programie krótką pielgrzymkę do położonych w pobliżu Mainz klasztorów.

Koordynatorka WCCM w Niemczech
Mariya Plotzki bardzo serdecznie zaprasza
Szczegółowe informacje i zapisy
poprzez www.jms2008.de

Rekolekcje medytacyjne

z o. Laurencem Freemanem OSB

Meditatio 2008

Temat:

Praktykując obecność

Termin:

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

Miejsce:

Warszawa

Podczas kolejnych jesiennych rekolekcji medytacyjnych Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej w Polsce, ojciec Laurence Freeman OSB skupi się na znaczeniu chwili obecnej w świetle medytacji chrześcijańskiej, a szczególnie na możliwości bycia obecnym w pełnym stresu życia codziennym. Będzie to dla osób nieznających chrześcijańskiej tradycji kontemplacji doskonała sposobność do poznania jej korzeni oraz do rozpoczęcia medytacji. Natomiast dla osób już praktykujących sesja stanie się okazją do próby zrozumienia własnego doświadczenia oraz pogłębienia własnej praktyki.

*Szczegółowe informacje i zapisy
poprzez www.wccm.pl*

Sesja w dialogu międzyreligijnym oraz promocja książki „Dobre serce”

z konferencjami Dalajlamy wygłoszonymi podczas Seminarium Johna Maina w 1994 roku

Temat:

Cóż to jest prawda? (J 18,38)

Termin:

10 listopada 2008 (pn.)

Miejsce:

Warszawa

Z Wstępu do książki o. Laurence'a Freemana:

„Rozważając gamę filozoficznych i religijnych tematów, jakimi zwykle zajmują się buddyjsko-chrześcijańskie konferencje, czuliśmy, że żaden z nich nie jest w stanie oddać wagi i wyjątkowości tego spotkania. To właśnie w tym punkcie przygotowaliśmy się położyć na szali wszystko, co mieliśmy najcenniejsze. Postanowiliśmy podarować Dalajlamie to, co najświętsze i najcenniejsze dla nas chrześcijan: poprosić go o refleksje nad fragmentami Ewangelii. Zgodził się od razu, jednak zastrzegł, że nie jest specjalistą i niewiele wie o Ewangeliiach. Uderzyła mnie ta reakcja będąca wyrazem jego wiary w siebie i pokory jednocześnie.”

*Szczegółowe informacje i zapisy
poprzez www.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

BIAŁYSTOK

Kontakt:

Ernest K Sienkiewicz

tel.: 601 311 135,

e-mail: ekamis@interia.pl

www.swmc.alleluja.pl

czwartek, godz. 19:00

CIESZYN

Kontakt:

Maksymilian Kapalski

e-mail: maksym.k@wp.pl

tel.: 605 177 047

KATOWICE

Kontakt:

Grzegorz Płonka

tel.: 603 240 063,

e-mail: grzegorzplonka@op.pl

Grzegorz Zdrzałek

tel.: 501 710 650,

e-mail: gzdrzalek@interia.pl

Joanna Dworok

tel.: 601 519 060,

e-mail: 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

e-mail: info@medytacja.szczecin.pl

www.medytacja.szczecin.pl

Parafia św. Jana Ewangelisty
ul. Ducha Św. 9
piątek i niedziela, godz 19:00

KRAKÓW

Kontakt:

Wojtek Karczmarzyk

e-mail: wkarczmarzyl@gmail.com

tel. 512 990 467

ŚWIATOWA WSPÓLNOTA MEDYTACJI CHRZEŚCJAŃSKIEJ

Medytacja tworzy wspólnotę. Od-
kąd John Main w 1975
roku założył w Londynie pierwsze Centrum Medytacji
Chrześcijańskiej, na całym świecie rozrasta się społeczność
osób medytujących wg jego nauki. Osoby te spotykają
się w grupach na cotygodniowej medytacji. Obecność
na spotkaniu stanowi wsparcie i zachętę do kontynuowa-
nia codziennej praktyki medytacji.

Grupy spotykają się w domach prywatnych, salkach
parafialnych, więzieniach, firmach, na uczelniach, a nawet
w ministerstwach. Spotkanie rozpoczyna się krótkim czy-
taniem o medytacji, najczęściej wybranym z konferencji
Johna Maina. Medytacja trwa pół godziny, a po medyta-
cji przewidziany jest czas na rozmowę. Grupy są ze swej
istoty ekumeniczne i otwarte na wszystkie osoby szczerze
poszukujące doświadczenia modlitwy w ciszy.

Rozsiane po całym świecie dwadzieścia pięć centrów me-
dytacji chrześcijańskiej, z których część ma stałą siedzibę,
a inne znajdują się w domach prywatnych, zajmuje się przeka-
zywaniem nauki medytacji w tradycji chrześcijańskiej. Centra
te wspierają lokalne grupy, których jest w chwili obecnej ok.
1600 oraz organizują rekolekcje, seminaria i inne spotkania.

Mieszczące się w Londynie Międzynarodowe Centrum
koordynuje wspólnotę światową i wydaje kwartalnie
Newsletter, w którym zamieszczane są nauki duchowe
i rozważania. Jest on wysyłany z Londynu i rozprowadza-
ny przez ośrodki krajowe wraz z informacjami na temat

MEDIO MEDIA

Księgarnia Medio Media, związana ze Świa-
tową Wspólnotą Medytacji
Chrześcijańskiej, zajmuje się rozpowszechnianiem mate-
riałów poświęconych medytacji chrześcijańskiej, w szcze-
gólności książek i nagrań o. Johna Maina OSB, a także pro-
pagowaniem dialogu między praktykującymi medytację
i wszystkimi poszukującymi, bez względu na religię, któ-
rzy czerpią z różnorodnych tradycji duchowych opartych
na głębokim doświadczeniu trwania w ciszy.

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

Modlitwa kończąca medytację

Niech nasza wspólnota będzie prawdzi-
wym duchowym schronieniem dla
poszukujących, przyjacielem dla samotnych i prze-
wodnikiem dla zagubionych.

Niech ci, którzy medytują, będą wzmocnieni
przez Ducha Świętego do służenia wszystkim, których
napotkają na swojej drodze i do przyjęcia ich, jak sa-
mego Chrystusa.

Niech w ciszy medytacji całe cierpienie, przemoc i
zamieszanie świata napotkają na moc, która pojedna,
odnowi i podniesie ludzkiego ducha.

Niech ta cisza będzie mocą otwierającą serca kobiet
i mężczyzn na Boga i siebie nawzajem w miłości, poko-
ju, sprawiedliwości i ludzkiej godności.

Niech piękno Boskiego życia wypełni naszą wspól-
notę pełną radości nadzieją.

Niech serca wszystkich, którzy medytują, a są przy-
gnieceni ciężarem ludzkich problemów, zostaną napeł-
nione wdzięcznością za wspaniałość ludzkiego życia.

Proszę o to, przez Chrystusa Pana naszego. Amen

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 szcze-
gólności przez darczyńców projektu Friends Program
(www.friendsinmeditation.com).

Jeśli pragniesz przyłączyć się do jednej z grup medyta-
cyjnych, wszelkie niezbędne informacje znajdziesz na stro-
nie internetowej w języku polskim www.wccm.pl.

THE WORLD COMMUNITY FOR CHRISTIAN MEDITATION

www.wccm.org

St. Mark's, Myddelton Square, London EC1R 1XX

Tel: +44 020 7278 2070

Fax: +44 020 7713 6346

Wielka Brytania

Opracowanie i tłumaczenie

Piotr Ducher



fot. Marek Lewandowski

Meditating In Auschwitz

*"The birds dont sing in Auschwitz"
I heard Lukasz say.*

*But they do! Full voiced and exuberant.
And well, why shouldn't they?
For this was no natural disaster
but a human one. While we pray,
and recognise the wrong,
they can sing their joyful song.*

*For the hurt we do eachother
they would never do.
Still, if we listen in humble silence
there is no moral to their tune,
there's no judgement for the violence
that we put eachother through.
Though what we did was so cruel
God makes all things new.*

*For not one swallow falls from the sky
without our Father knowing
and we are precious in his sight
beyond all human counting.
And all the hair that we shaved
from the heads of the dead
has been numbered and saved
for forgiveness instead.*

Stefan Reynolds

Medytując w Auschwitz

*"Ptaki nie śpiewają w Auschwitz",
rozległy się Łukasza słowa.*

*Lecz słycać śpiew! Donośny i ozdoby.
Czy wcale nie ma brzmieć ich mowa?
To nie przyroda rozpętała
kataklyzm, a człowiek. Gdy od nowa
modlimy się, uznając potworności,
wówczas radość w ptasiej pieśni gości.*

*Bo w ranach, co sobie zadajemy,
ptaki nie brałyby udziału.
Jeśli wsłuchamy się w milczeniu,
pojmiemy: nie prawią nam morałów,
nie sądzą okrucieństwa ziemian,
nie wyrażają potępienia.
Choć wyrządziliśmy zło niemałe,
wszystkiego Bóg odnawia chwałę.*

*Bo nic nie stanie się jaskółce,
nie spadnie z nieba bez Ojca zamiaru,
jesteśmy cenni w oczach Stwórcy
ponad wszelką ludzką miarę.
Włosów zaś wszystkich, co zgolono
z głów zmarłych, znany jest rachunek,
zliczono bowiem je, by niosły
nam przebaczenie i ratunek.
(przekład: Ewa Elżbieta Nowakowska)*



fot. Marek Lewandowski



fot. Marek Lewandowski

SIATKA

*Kolejny dzień
w ogrodzie na wsi
tłumaczę wiersz o Auschwitz.*

*Napisał go angielski
benedyktyn.*

*W ogrodzie słycać
donośne koniki polne
i jaskółki, które niezmiennie
dodają na koniec recitalu
jedną zasupłaną nutę.*

*Nie potrafię do niej
dopasować przymiotnika.*

*Ale ten wiersz
o śpiewie ptaków
w Auschwitz.*

Misterna siatka rymów.

*Nie dam rady
ich oddać po polsku.*

*Coś stawia opór.
Siatka zmienia się w druty.*

*Dwa spłoszone rymy
tylko utrudniają sprawę.*

*Na ścianę domu
pada cień
przewodów telefonicznych.*

Hebrajska litera.

Ewa Elżbieta Nowakowska

Redakcja bieżącego numeru: Paulina Leśniak, Joanna Dworok, Andrzej Ziółkowski, Grzegorz Płonka, Rafał Pietrzak (skład), Łukasz Gruszka (kontakt z Czytelnikami: redakcja@wccm.pl) oraz koordynatorzy grup (patrz: Lista grup)