



Chrześcijańska Medytacja

KWARTALNIK ŚWIATOWEJ WSPÓLNOTY MEDYTACJI CHRZEŚCIJAŃSKIEJ

WWW.WCCM.PL • EDYCJA POLSKA, NR 17, GRUDZIEŃ 2011



Narodzenie Pańskie, S. Rublow

Boże Narodzenie jest świętem eksplozji miłości Bożej objawionej w ubóstwie Jezusa. John Main OSB

CZARNA MATERIA BOGA



Rozmawiałem niedawno z młodym człowiekiem, który próbował targnąć się na swoje życie. Nieudany związek popchnął twórczą, energiczną i wrażliwą duszę do granic tego, co umiała znieść. Dowiedziałem się także, iż w dzieciństwie ów człowiek doświadczył traumy, wywołanej rodzinną stratą, której cały nieprzepracowany ból, jak smok przebudzony ze snu, wyłonił się znienacka i przeobraził życie w beznadziejne, nieprzerwane pasmo klęsk, porażek i odrzucenia. Jakiś czas później usłyszałem, że fizycy mają dowody, że wszechświat rozszerza się z coraz większą, a nie jak dotąd przypuszczano mniejszą, prędkością. Nauka, jak każda pogoń za prawdą, nigdy nie dostarcza odpowiedzi bez wzbudzenia jeszcze większej liczby pytań. Tajemnica wydaje się jednak mieścić w czarnej materii, tworzącej około 70% kosmosu i pozostającej – poza bezspornym faktem jej istnienia – całkowitą zagadką dla badaczy.

Czy będą to gorzkie słowa rozstania w stylu „dajmy sobie więcej przestrzeni... nadal możemy być przyjaciółmi...”; czy przytłoczy nas nowe i rozleglejsze widzenie wszechświata; czy ze snu wyrwie nas finansowa wizja świata, iluzoryczna konstrukcja wsparta na niedającej się ciągnąć w nieskończoność zachłanności i lęku; ludzka wędrówka przez życie nie będzie łatwa. Młody człowiek ze złamanym sercem, naukowiec przynaglony do rewizji swoich teorii, społeczeństwa zmuszone do walki z kryzysem gospodarczym są odmianami tego samego wzoru, nakazującego, abyśmy uszanowali obecność tajemnicy, czarnej materii w życiu. Mądrość, której potrzeba do przeżycia i wzrastania, podpowiada nam, że sekret spoczywa raczej w powyższych scenariuszach, a nie w nadmiernej pewności siebie w chwilach sukcesów albo w przekonaniu, że wszystko kontrolujemy i jesteśmy panami wszechświata.

Wzrost jest zawsze odmianą transcendencji. Żąda od nas zaakceptowania porażek, abyśmy mogli przejść do



foto. NASA

kolejnego etapu drogi. Im bliżej jesteśmy celu, tym radykalniejsza jest rewizja poglądów wyobrażanego jej kresu. Stojąc nad urwiskiem, doświadczamy najbardziej dramatycznych obserwacji. Święty Grzegorz z Nyssy powiedział, że na tym polega doświadczenie Boga. „Wyobraź sobie, co poczuje człowiek, gdy postawi stopy nad brzegiem przepaści, i schylając głowę spojrzy w dół, w przepastną czeluść, i nie dostrzeże ani dna, ani choćby małego punktu zaczepienia. Oto, czego doświadczy dusza, gdy porzuci oparcie w rzeczach materialnych, szukając tego, co nie ma żadnych wymiarów i istnieje w wieczności”.

Powyższe przykłady opisują trzy różne wymiary życiowych doświadczeń – emocjonalny, racjonalny i duchowy – lecz pozostają ze sobą w bliskim związku. W każdym z nich odkrywamy, że pewny grunt bezpiecznego świata usuwa się spod naszych stóp. Przez każdy z nich popadamy w kryzys, dezorientację oraz lęk. I w końcu każdy stanowi okazję do wzrostu, czyli jest punktem przemiany. Musimy jednak zwrócić się ku energii czarnej materii obecnej w każdym z tych wymiarów, aby wykorzystać jej potencjał wzrostu.

Postępując się językiem naszej wiary, nie wahajmy się dłużej z dostrzeżeniem, że tą energią jest Chrystus. „Tajemnicą jest Chrystus pośród was - nadzieja chwały (Kol 1, 27)”. Nie zapomnijmy, że wiedza ta jest owocem mądrości i doświadczenia, owocem prawdziwej wiary. Nie bierze się z przekonania i z całą pewnością nie jest wynikiem naukowych dociekań. Słowo „pośród” jest czasami tłumaczone przez słowo „w”; to co jest w nas, jest również pośród nas. Nie odkryjemy żadnej z prawd, jeśli nie uwzględnimy tego paradoksu.

*

Zmienna wrześnie pogoda towarzyszyła rekolekcjom na wyspie Bere. Podczas sesji porannej, składającej się z medytacji, rozmów i osobistych świadectw, mogliśmy dostrzec, jak szybko słoneczne niebo staje się deszczowe albo jak zasnuwane szarymi obłokami przeobraża się w przelotny granat burzy. Przybywających z cieplejszych

stron ostrzegałem, że pogoda będzie tu kapryśna, może więc też być dobrym nauczycielem. I rzeczywiście była. Przewidywalność z łatwością usypia umysły. Dawni mnisi celtyccy – a do ich kultury i życia sięgaliśmy podczas rekolekcji – kochali i akceptowali każdy przejaw pogody. W chłodzie czy w upale, w deszczu czy słońcu, chłonęli niezgłębioną tajemnicę Boga.

Zawsze gdy zderzamy się z przeciwieństwami – na przykład takimi, które zaprzeczają naszym emocjonalnym oczekiwaniom albo nadziejom, albo naszemu widzeniu świata, albo przychodzą w formie życiowych zdarzeń – doświadczamy błogosławieństwa. Z początku często nie widzimy skierowanej do nas łaski. Przeciwieństwa rodzą konflikt, a konflikt nas przeraża, ponieważ zdaje się odbierać nam spokój. W rzeczy samej, konflikt, właściwie i niegwałtownie przeżywany, stanowi środek do pogłębienia naszej wiedzy o „pokój Boży, który przewyższa wszelki umysł” (Flp 4,7). Duch

wzywa nas, doświadczanych przeciwnościami i życiowymi przeszkodami, do ich akceptacji i zintegrowania na poziomie głębszym niż umysł nie po to, aby im zaprzeczać czy od nich uciec, do czego czujemy tak wielką pokusę. Próbowałem, możliwie najdelikatniej, powiedzieć to niedoszłemu samobójcy. Ponieważ, o ile nie potrafimy dostrzec różnicy pomiędzy paradoksem i porażką, skazujemy samych siebie na nieustanne odtwarzanie schematów samoodrzucenia i rozpacz. Dobrniemy do mądrości, kiedy ujrzymy naszą absurdalność w niewłaściwym podejściu do problemów życia. Musimy się odwołać do mądrości, która zamieszkuje głębiej niż ból duszy. Pod naszą najgłębszą lamentacją znajduje się perła ciszy Boga, jak wyraziła to Simone Weil. Mądrość wzywa nas, abyśmy wytrwali i daje nam siłę, przekraczającą nasze najśmielsze oczekiwania. Ale jest to walka, i raczej nie zdołamy zwyciężyć, jeśli przystąpimy do niej zupełnie sami.

Najwcześniejsze podania o Celtach akcentują pewne charakterystyczne cechy, które w okresach późniejszych służyły do budowania stereotypów. Platon, na przykład, określa Celtów jako lud uzależniony od picia. Arystoteles opisuje ich nieustraszoną postawę w obliczu największych niebezpieczeństw. Celtowie byli zaciekłymi wojownikami, ale bez zdolności do jednoczenia się w większe wspólnoty klanowe, jak to czynili lepiej zorganizowani Rzymianie. Z powodu tych cech, albo im wbrew, zdołali

jednak rozwinąć strumień duchowości o wielkiej mocy i nieprzemijającej sile inspiracji.

Celtyckie chrześcijaństwo nigdy nie cieszyło się szacunkiem Rzymu, który ostatecznie dokonał jego kolonizacji. Celtyckie chrześcijaństwo ma swoje ciemne strony, ale przejęło wiele skarbów przedchrześcijańskich doświadczeń staroceltyckiej duchowości, harmonizując je z nową wiarą. Było ono osobiste, skoncentrowane w rodzinie i raczej demokratyczne, niż instytucjonalne. Klasztory przypominały małe wioski, skupiające różnorodne formy powołania, od życia pustelniczego po życie rodzinne. Ponad wszystko, co dostrzegamy w celtyckiej poezji, zachowało ono pełną pasję miłość do przyrody we wszystkich jej przejawach.

Celtowie rozumieli samą wiarę bardziej jako pielgrzymowanie niż wyprawę na szczyt i obwarowanie się na nim przed niewiernymi. W olśniewających obrazach celtyckiej literatury chrześcijańskiej

dostrzegamy radosną i twórczą wyobraźnię, próbującą wyrazić objawienia czarnej materii tajemnicy doświadczenia Bożej obecności, które to objawienia przychodzą poprzez piękno stworzenia, jak i w głębościach ludzkiej duszy. Kiedy radujemy się tymi poetyckimi łącznikami pomiędzy duszą i umysłem, możemy rozpoznać, jak ogromna różnica jest między tego

„ZWAŻYĆ SERCE” OZNACZA UMIEŚCIĆ NASZE PROBLEMY W PERSPEKTYWIE I OCENIĆ, JAK DUŻO JESZCZE UMIELIBYŚMY WZIĄĆ NA SIEBIE, I JAK MOGLIBYŚMY IM ZARADZIĆ. TO SAMOTNA PRACA, W KTÓREJ NIKT NAS NIE WYRĘCZY. BARDZO RZADKO JEDNAK JESTEŚMY W STANIE WYTRWAĆ W NIEJ BEZ ŻADNEJ POMOCY.

rodzaju wyobraźnią a naszą zwykłą fantazją i marzycielstwem. Rozumiemy, co John Main miał na myśli, mówiąc, że „wyobraźnia jest wielkim wrogiem modlitwy”, oraz dlatego dawni mistrzowie modlitwy przestrzegali nas, abyśmy zostawili z boku myśli, ponieważ „każde wyobrażenie Boga staje się bożkiem”. Jeśli nie wstąpimy w tę mroczną energię, nie ujrzymy pełnego światła rzeczywistości. To nie słowa przerywają milczenie, ale nieuważność. To nie ruch burzy bezruch, ale bezcelowość ruchu.

*

Celtyccy mnisi pasjonowali się duchową walką ze wszystkich powyższych względów. Z pasją wcielali w życie duchowe praktyki, które wiodły ich do bliższego zjednoczenia z Chrystusem. Umiłowali ascezę jako element praktyki. Nie dlatego, że była ona powodem niewygody czy służyła bolesnemu odrywaniu się od rzeczy, do których byli przywiązani, ale dlatego, że otwierała tajemnicę, która była zarówno w nich, jak i pośród nich.

W mniej surowych regułach zintegrowali paradoks

wspólnoty i samotności, czyniąc to w sposób bardziej wyrazisty niż uczynił to św. Benedykt w swojej Regule. Uświadomiliśmy sobie to w trakcie rekolekcji na wyspie Bere, gdy spotykaliśmy się w ustalonych porach dnia na modlitwę i rozmowę, po czym rozchodziliśmy się ponownie, znikając w pokojach, własnych „celach”. Ten elastyczny rytm gromadzenia się i rozpraszania jest cechą formuły monastycznej określanej mianem skete, włączającej odosobnienie w życie wspólnotowe. Nowoczesny umysł, nadmiernie zależny od własnej indywidualności i szukający od niej ucieczki, chętnie odkrywa dziś taki alternatywny styl życia jako atrakcyjny.

Termin „skete” pochodzi z języka koptyjskiego i oznacza „wazyć serce”. W kryzysie serce, centralny punkt odniesienia dla każdego z nas, wydaje się obciążone ponad miarę i niezdolne do dźwigania złożonych na nie ciężarów. „Zważyć serce” oznacza umieścić nasze problemy w perspektywie i ocenić, jak dużo jeszcze umielibyśmy wziąć na siebie, i jak moglibyśmy im zaradzić. To samotna praca, w której nikt nas nie wyręczy. Bardzo rzadko jednak jesteśmy w stanie wytrwać w niej bez żadnej pomocy. Mnisi celtyccy podkreślali podwójne znaczenie wspólnoty i duchowej przyjaźni w dźwiganiu brzemienia samotności. Większość ludzi realizuje dzisiaj tę formę życia nie w klasztorach i nawet nie w tymczasowych odosobnieniach rekolekcyjnych, ale wiodąc zwyczajne życie w zdyscyplinowany, duchowo zrównoważony sposób. Jednym z elementów tej równowagi dla wszystkich, wcielających w życie duchową dyscyplinę, jest doświadczenie wspólnoty, wyrażone na przykład przez przynależność do grupy medytacyjnej albo – jeśli nie jest to możliwe – przez budowanie więzi z innymi za pomocą łączy internetowych.

Duchowa praktyka, jak medytacja, zabiera nas głębiej niż obserwujące ego, które skanuje nasze stany fizyczne i psychiczne. W głębokiej medytacji uwalniana jest energia integracji, która prowadzi do trwałych, pozytywnych zmian w charakterze i schematach postępowania. W medytacji może nic się nie wydarzyć, lecz nasze życie ulegnie zmianie. Z powodu tempa i wysokich potrzeb naszego współczesnego życia, pełni jesteśmy szczelin. My sami nie znamy własnych szczelin, dopóki nie spadnie na nas jakiś cios. Uzdrawienie polega na scalaniu i uśmierzaniu tych zranień. Jest pracą łaski, działającej w nas, lecz nie jest niczym cudownym: „twoja wiara uzdrowiła cię”, Jezus często mówił te słowa tym, których uzdrawiał. Uzdrawianie jest łaską działającą w tym i poprzez to, co naturalne. Nie musimy odwoływać się do



fot. wccm.pl

„mocy nadprzyrodzonych”, aby po prostu otworzyć się na głębszą i wyższą energię i stać się w pełni człowiekiem. Jezus ganił wypatrywanie cudownych znaków. Tajemnica jednakże pozostaje obecna wśród nas. Uzdrawiające siły jednoczenia spoczywają w naszych sercach, w niezbadanej czarnej materii boskiej energii, która potrzebuje uwolnienia i swobody w działaniu.

Już w starożytnych formach celtyckiej sztuki widoczne są spiralne, tańczące ozdobniki. W bardziej wyrafinowanej i eleganckiej sztuce chrześcijańskiej, czerpiącej ze starożytnej tradycji, zwłaszcza w słynnych iluminowanych manuskryptach Ewangelii, pochodzących z VIII wieku, te spirale tworzą niezwykle skomplikowane wzory, wyłaniające się z wielkich liter, otwierających akapity, i tkające swoją nić przez całą stronę. Są ilustracją dla sieci życia, pięknej w swoich falowaniach, w ciągłym ruchu dzięki, nieposkromionej energii, ale zawsze w dynamicznej równowadze. Tu nie ma najmniejszych szczelin.

*

Nie potrafimy wytrwać w praktyce medytacji, gdy postrzegamy ją wyłącznie jako liniową podróż albo jeśli spodziewamy się dotrzeć, gdzieś w przyszłości czy poprzez jakieś doświadczenie, do wyobrazonego celu podróży. Zrozumienie tego spowoduje nieraz porzucenie praktyki. Jednakże, za każdym razem, kiedy porzucamy medytację, a później do niej wracamy – kilka dni lub kilka lat później – uczy się lepiej rozumieć jej prawdziwe znaczenie. Niewierność uczy znaczenia wiary, tak jak grzech objawia naturę łaski.

UZDRAWIAJĄCE
SIŁY JEDNOCZENIA
SPOCZYWAJĄ
W NASZYCH SERCACH,
W NIEZBADANEJ CZARNEJ
MATERII BOSKIEJ ENERGII,
KTÓRA POTRZEBUJE
UWOLNIENIA I SWOBODY
W DZIAŁANIU.

Przyznajmy, że nasze motywacje na początku drogi nie są nigdy do końca przejrzyste. Możesz rozpocząć praktykę medytacji wyłącznie dla korzyści fizycznych czy psychologicznych. A one objawiają się podczas regularnej praktyki. Lecz wkrótce dalsze horyzonty zaczynają się odsłaniać, gdy oko serca jaśnieje i wymiar duchowy staje się bardziej świadomy. Później, poza tymi oczywistymi korzyściami, osoba medytująca zaczyna odczuwać, na początku mgliście, znaczenie owoców ducha. Najpierw jest nim dar miłości. W miarę jak zauważamy, że nasza zdolność do kochania zostaje wzmocniona – a nasze rozumienie miłości ulega przewartościowaniu – wyruszamy w nieznanne. Spędziłem niedawno tydzień rekolekcji medytacyjnych w ekumenicznym gronie duchownych. Wyraźną ulgą dla wielu z nich była możliwość zrzucenia z ramion ciężaru oczekiwań wiernych, szukających w duchownych źródła i obrońców religijnych wierzeń, dostarczycieli duchowych prawd i zasad moralnych. Kilku mówiło o trudnościach, jakie odczuwają, starając się sprostać oczekiwaniom wiernych. Często mają one źródło w wyobrażeniach Boga u wiernych, w które ci duchowni wierzyć już nie potrafią. Wykroczyli poza Boga uczynionego na nasz obraz i podobieństwo i zaprojektowanego tak, aby utwierdzał nasze widzenie świata. Wkroczyli w Boga czarnej materii niewiedzy. Dyskutowaliśmy długo o tym, jak śmiałym i przerażającym wyzwaniem może być dla duchownego dzielenie się tym „nieznanym” wymiarem wiary i modlitwy z własną wspólnotą wiernych. Jedna z uczestniczących w spotkaniu kobiet duchownych stwierdziła: „Będąc tu, uczyć się, że jest najzupełniej w porządku przebywać w tym Niepoznanym, gdzie nie muszę udawać, że mam wszystkie odpowiedzi”.

Owocem wkroczenia w Niepoznanego jest świadomość, że porażka, jakakolwiek by on była, jest do udźwignięcia. Chrześcijaństwo, gdy się mu przyjrzeć, zalicza całkiem sporo porażek. Jezus nie kończy swojej misji porażającym sukcesem. Zmartwychwstanie nie wydarzyło się po to, abyśmy zatriumfowali nad nieprzyjaciółmi, ale przede wszystkim po to, abyśmy przekroczyli umysłową skłonność do dzielenia się na wrogie obozy. Chrześcijaństwo nie dostarcza też gotowych odpowiedzi w rodzaju „jak osiągnąć duchowe mistrzostwo w dziesięciu krokach”. Za to wskazuje drogi do odkrycia sensu prostoty i pokory – punktu, z którego wędrówka nieustannie rozpoczyna się od nowa.

*

Jeden z głębokich wątków celtyckiej duchowości zestawia w bezpośredniej łączności umiłowanie miejsca z dobrowolnym wygnaniem. To forma „białego męczeństwa”, każąca mnichom brać dosłownie nakaz pielgrzymowania i dostosować w widzialny sposób zewnętrzny tryb życia

do życia wewnętrznego. Skrajnym tego przykładem było spychanie łodzi na morze z kilkoma towarzyszami i powierzenie sterów falom oraz duchowi. Jakkolwiek brawurowe może się to wydawać, zaprowadziło niektórych, którzy to wie, do odkrycia Ameryki, a innych uczyniło założycielami klasztorów od Islandii po Włochy. Po chwili namysłu dojdziemy do wniosku, że nasza pielgrzymka medytacji wcale nie jest czymś od tego bardzo różnym. Dobrowolnie porzucamy miejsca, do których przywiązany jest nasz umysł. Myśli, słowa i psychiczne szablony błędą, gdy nasza uwaga koncentruje się w wierze na słowie mantry, delikatnym światelku, w którym szukamy schronienia, ale i które wygania nas z umysłu do serca.

Jezus, podobnie jak Budda, był wędrowcem, pozbawionym stałego adresu, rodziny i pozycji społecznej. Nawet Mahomet napisał, że jego „związek ze światem przypomina podróżnika, szukającego chwili wytchnienia w cieniu drzewa, a zaraz potem wyruszającego dalej”. Niemniej, najbardziej radykalni mnisi celtyccy zachowali w tym równowagę dzięki wspomagającej ich mądrości tradycji. Przypominała im ona, że dramatyczna wędrówka po świecie jest bezużyteczna, jeśli nie uczy nas samoodkrywania. „Wyprawa do Rzymu to wielka niewygoda i marna korzyść. Króla, którego tam szukasz – jeśliś go nie zabrał ze sobą – tam nie odnajdziesz” – głosił ówczesny poemat.

Św. Benedykt, który nie akcentuje znaczenia pielgrzymki albo wygnania, każe za to mnichom podjąć zobowiązanie do ciągłej przemiany, przeobrażenia się i zerwania oraz do stałości miejsca. Ten paradoks przemiany osadzonej w stałości ma swoje źródło w mądrości. Mnisi irlandzcy, często wielcy pielgrzymi, napisali wiele poruszających poematów, opiewających ich miłość do własnej celi. Jeśli gdzieś w świecie nie ma miejsca, które kochamy, choćbyśmy ciałem byli daleko od niego, ciężko wówczas znosić nieustanne wykorzenianie i zmianę.

Nowoczesny świat mistrzowsko opanował sposoby taniego i szybkiego podróżowania. Podróże biznesowe, zawodowe oraz turystyka utrzymują niemal połowę świata w ciągłym przemieszczaniu się samolotami i samochodami. Odnoszę nieraz wrażenie, że większą wydajność i lepsze porozumienie można by osiągnąć pozostając w domu, trzeba jednak silnej wiary, aby to przetestować. Mnisi irlandzcy mogą nas nauczyć tego, jak podróżować lepiej, jak z długich, zwykle jałowych godzin między startem i lądowaniem uczynić modlitwę. Na przykład, gdy następnym razem będziesz gdzieś leciał, zaraz po odprawie idź do lotniskowej kaplicy albo do bramki, pod którą nikogo nie ma i uczyn z tego miejsca, choć przez chwilę, zewnętrzną manifestację twojej celi.

Cela nie jest tylko miejscem, z którym łączy nas przywiązanie, jak więź z domem. Cela jest czymś więcej niż

miejszem. Jest twoją duchową praktyką, której pozostajesz wierny. Zanim podejmą zobowiązanie, ludzie pytają pełni niepokoju, jak długo będą musieli medytować, żeby odczuć efekty. A jak długo potrwa podróż do miejsca, w którym teraz jesteś? Jak dużo czasu zajmie wyzwolenie się od przyszłości i przeszłości, zanim przyjmiesz to, czym i kim jesteś właśnie teraz? Biorąc przykład z nowych przepisów w Meksyku, które przewidują tymczasową, 2-letnią licencję małżeńską, być może duchowa praktyka także powinna się wiązać z minimalnym okresem próbnym. Ale, gdy tylko powstaje idea zobowiązania się do czegośkolwiek, pojawiają się opór i lęk. Ogromne zainteresowanie medytacją, obserwowane w społeczeństwach zachodnich, jest, z jednej strony, budującym sygnałem. Jednak z łatwością przeradza się w krótką przygodę, kiedy pozostaje oderwane od treści, poza stałą, regularną praktyką i bez kontaktu z grupą wsparcia. Stąd waga postrzegania własnej praktyki jako celi, którą zabierasz ze sobą wszędzie tam, gdzie prowadzi cię duch.

Staje się ona wówczas, fizycznie i psychologicznie, całorocznym miejscem odświeżenia. Za każdym razem, gdy do niej wchodzimy, za każdym razem, kiedy medytujemy, odświeżamy i odnawiamy siebie, zalepiając kolejne

szczeliny i wprowadzając umysł i serce w doskonalszą harmonię. Podobnie, jak elektroniczna opcja doładowania kart, właściwa praktyka chroni przed ugrzęźnięciem w minionych przeżyciach i pomaga poczuć się i działać umocnionym świeżością ducha stworzenia.

W ujęciu chrześcijańskim jest to początek świadomości, że moja relacja z Chrystusem nie jest szczęśliwym losem w duchowej loterii fantowej. Poruszamy się od ego, które uważa się za podmiot dokonujący wyboru do uświadomienia, że to my zostaliśmy wybrani. Co więcej, że istniejemy, bo zostaliśmy wybrani. Rośniemy w wolności, akceptując tę prawdę. Medytacja jest cełą samotności. Dlatego stwarza wspólnoty. Wspólnota jest czymś daleko większym niż widzialną grupą ludzi, z którymi razem medytujemy. Jest mistycznym ciałem Nauczyciela, tego, który wskazuje nam drogę do ostatecznego celu poza dostrzegalnym horyzontem.

Laurence

Laurence Freeman OSB

Tłumaczenie: Bartosz Wincek

LAURENCE FREEMAN OSB (ur. 1951)

dyrektor Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej.

Piękno **chrześcijańskiej wizji** leży w tym, że nie jest ona abstrakcyjna. **Jest** pełna fizyczności. Cała materia, całe stworzenie jest wciągnięte w pojedynczy ruch kosmiczny: w **falę jedności** niosącą nas do jedności z Boską harmonią. Odpowiadamy nie na to, co mogłoby być, ale **co jest**. Przeznaczenie człowieka dokonało się **w chwili narodzenia Jezusa** i ono nawołuje nas do wielkiej wewnętrznej **radości**.

John Main



fot. wccm.pl

Medytującym w każdej tradycji życzymy Świąt wielkiego odkrywania Tajemnicy Boga i człowieka.

WCCM w Polsce

IKONA PEŁNA MEDITACJI

Patrząc na Ikonę Bożego Narodzenia (patrz okładka) trudno nam na pierwszy rzut oka dostrzec w niej aspekty bliskie medytacji. Przyglądając się jednak uważniej powoli przed naszymi oczyma zaczyna otwierać się świat dziwnie znajomy.

Temat Narodzenia Chrystusa pojawił się w ikonografii pod koniec IV w. Nie był więc on obcy ojcom pustyni w odróżnieniu od sielankowego przedstawienia szopki, jakie Kościół zachodni zawdzięcza franciszkanom. Ikona pokazuje życie takim jakim ono jest, bez zbędnych czułości i sentymentów nawet jeśli opowiada o Narodzeniu Dzieciątka. Mały Jezus przedstawiony jest mniej więcej na przecięciu się linii poziomej i pionowej biegnących przez środek ikony. Takie usytuowanie postaci nawiązuje do krzyża, który ma stać się narzędziem zbawienia. Ikona Bożego Narodzenia wybiega więc w przyszłość. Ukazuje nam dwa światy, świat narodzenia i życia a jednocześnie umierania i śmierci. Dzieciątko ukazane na tle czarnego trójkąta groty – symbolu otchłani i piekła - jest tak mocno owinięte w pieluszki, że nie może się poruszyć. Medytujący człowiek stara się utrzymać swoje ciało w bezruchu, pomimo, że nie jest fizycznie skrępowany. Trwając w bezruchu wstępuje w głąb czarnego trójkąta ego, do groty swojego wnętrza.

W pierwszych wiekach na Ikonie Bożego Narodzenia ukazywano tylko Dzieciątko adorowane przez dwa zwierzęta – wołu i osła. Bezpośrednim źródłem ikonograficznym tego przedstawienia jest przepowiednia Izajasza; „Wół rozpoznaje swego pana i osioł żłób swego zbawiciela” (Iz, 1,3). W przedstawieniu wołu dopatrywano się również symboliki narodu żydowskiego spętanego przez jarzmo prawa, a w osła jako symbolu grzechu, rozpusty i bałwochwalstwa widziano symbol narodów pogańskich. Dla nas medytujących te dwa zwierzęta są również konkretnym znakiem. Wół (krowa) jako zwierzę przeżuwające od wieków uważany był za symbol ojców i matek pustyni, przeżuwających (gr. melete) niejako słowo Boże i nieustannie powtarzających swą modlitewną formułę. Osioł postrzegany jako zwierzę uparte może być dla nas przykładem uporczywości w trwaniu na medytacji, upartego i cierpliwego trwania przy swojej mantrze, za którą czasem musimy podążać jak osioł za marchewką by postąpić na przód.

Z czasem na Ikonie Bożego Narodzenia zaczęto przedstawiać więcej osób. Obowiązujący obecnie w Kościele Prawosławnym wariant tego przedstawienia wykształcił się ostatecznie w VI w. w Palestynie. Widzimy tu Matkę Bożą czasem w postawie adoracji Dzieciątka, ale najczę-

ściej odwróconą od Niego. Nie wszystko da się wytłumaczyć i chyba nie do końca wiadomo, dlaczego Maryja została ukazana w takiej pozycji. Jednak dla nas może być to przypomnieniem, że powinniśmy poprzecinać wszystkie pępowiny łączące nas ze światem i innymi ludźmi, gdyż tylko ten kto jest wolny, może prawdziwie medytować.

Postacią bardzo bliską nam medytującym jest na ikonie osoba sprawiedliwego Józefa. Widzimy go w oddaleniu od innych, siedzącego u dołu w kącie ikony, w pozie zamyslenia. Często naprzeciwko świętego ukazana jest postać zgarbionego starca odzianego w skóry. To „demon wątpliwości” – diabeł w przebraniu pasterza, który zasiewa w sercu Józefa wątpliwości co do narodzin Boga z Dziewicy. Możemy dostrzec w tej postaci nasze ego, podsuwające nam coraz to nowe myśli i wątpliwości w słuszność medytacji. Józefowy demon wątpliwości to dla ojców pustyni, a dziś również dla nas „demon acedii”, objawiającej się zniechęceniem, wyczerpaniem, zubożeniem i wrażeniem duchowej pustki rodzących się również podczas medytacji.

Ikona Bożego Narodzenia jest jednym z tych przedstawień, na których Dzieciątko ukazano dwukrotnie na jednym obrazie. Główne przedstawienie to Jezus na tle groty, kolejne u dołu ikony ukazuje kąpiel Nowonarodzonego. Jest to nawiązaniem do rytualnych oczyszczeń żydowskich, a być może nawet do przyszłego chrztu w Jordanie. My możemy widzieć w tej scenie symbol oczyszczenia i uzdrowienia naszego wnętrza podczas medytacji, często objawiających się łzami.

Na koniec rzecz dla nas najważniejsza. W całym bogactwie symboliki Ikona Bożego Narodzenia jest nade wszystko listem Boga do nas i Jego odpowiedzią na nasze wołanie Maranatha, Przyjdź Panie, Przyjdź Panie Jezule!

Maksymilian Kapalski

MAKSYMILIAN KAPALSKI oblat benedyktyński WCCM. Rzeźbiarz i ikonopis. Kustosz Muzeum Śląska Cieszyńskiego.



NAD MORZEM O ASCEZIE, MORALNOŚCI I MEDYTACJI



fot. Maria Zacharowa

Fakt przeżywania rekolekcji nad morzem sugeruje, by to, co się chce powiedzieć o sprawach duchowych przyodziać w morskie i marynistyczne obrazy i metafory. Chodzącego wzdłuż brzegu zachwyca bowiem i porywa ogrom i potęga wody. Ogromna falująca płaszczyna rozciąga się niezmiernie daleko ograniczona gdzieś tam linią horyzontu. I porusza człowieka poczucie bezmiar. Po chwili jednak przychodzi myśl, że ta płaszczyna ma także tajemniczą i jakoś złowrogą głębię. Głębię, której zaczynamy się bać, gdy tylko wejdziemy do wody. Wiemy, że jeśli ona nas porwie, to grozi nam śmierć. Dlatego jesteśmy ostrożni i na różne sposoby musimy się ubezpieczać.

Podobnie chyba jest i z życiem. Jest jak wielka falująca płaszczyna, która patrząc z naszego punktu widzenia, czyli terażniejszości, rozciąga się w tył i w przód, ograniczona horyzontem narodzin-śmierci. I ta płaszczyna, płaszczyna życia ma głębię. Także ta głębia przejmuje nas lękiem. Tylko czasami wprowadza nas na nią chwila zamyślenia nad przemijaniem, śmierć lub choroba bliskich, doświadczenie Tajemnicy. Ale czujemy, że sami nie jesteśmy w stanie przebić się na głębię. Czujemy się bezradni. Rzeczywiście, jest to łaska, czysty dar Boga. Może nas porwać w najbardziej nieoczekiwanym i niespodziewanym momencie, nawet gdy będziemy w pół słowa. Jest to darmowy dar Pana. Jedyne co możemy zrobić to być

wrażliwym na toń morza, na morskie prądy, byśmy prze-czuli, kiedy dać się im ponieść. Dlatego musimy uczyć się wolności od krępujących więzów i czujności, byśmy mogli w każdej chwili wejść w wielkie tu i teraz Boga, tego wszechobejmującego oceanu, w którym żyjemy, poruszamy się i jesteśmy. To może się zdarzyć w każdej chwili. Tylko Bóg wie, kiedy, tylko On zna czasy i chwile dla nas stosowne. Dlatego potrzeba nam czujności, uważności, wolności i gotowości. Uczymy się więc modlitwy prostoty, która, jak jesteśmy przekonani, właśnie w tym nas wprawia.

Ucząc się tak i wprawiając zaczynamy dostrzegać, jak wiele jest w nas przeszkód i ograniczeń. Nie pozwalają nam one na duchową spontaniczność i prostotę. Jesteśmy rozszarpywani przez wielość różnych fal i podmuchów. Dajemy się ponosić myślom, dajemy się ponosić uczuciom, wyobrażeniom, nieokreślonym przeczuciom. Dlaczego nie dajemy się ponosić świeżej i delikatnej bryzie Bożego Ducha? Być może często przeszkodami są różne więzy. Jesteśmy często jak dobrze zabezpieczone łodzie przy brzegu, albo na molo. Jesteśmy dobrze przywiązani do brzegów, mocnymi sznurami, i nie jesteśmy w stanie wypłynąć na szerokie morze, albo utonąć w morzu, zejść na jego dno. Myślimy sobie przecież, że łodzie są przeznaczone do tego, by w nich pływać po morzu, by załatwiać sprawy, ale nie do przebywania na dnie morza,

w jego głębi. Oczywiście, jest to zrozumiałe. Ale czy takie łodzie, jakimi my jesteśmy, są tylko do pływania po powierzchni? Czy to nas całkowicie satysfakcjonuje, uspokaja, daje poczucie głębokiego pokoju i radości? Może trzeba zdobyć się na szaleństwo utonięcia? Bo być może jest tak, że uważamy się za łodzie, a w istocie jesteśmy rybami morskimi – i to głębinowymi?

W sferze duchowej, tak mi się wydaje, są trzy rodzaje więzów, które blokują prostotę i spontaniczność, owe warunki niezbędne do wypłynięcia na głębie. Dotyczą one trzech wymiarów. Najpierw kwestii związanych z samą techniką medytacji – temu często poświęcamy jeszcze najwięcej uwagi. Wiemy, jak dobre przygotowanie miejsca, czasu, ciała bardzo uwalnia i pozwala modlitwie się rozwinąć. Ale są jeszcze dwa inne rodzaje więzów, które często nas bardzo krępują i nie pozwalają popłynąć dalej albo raczej zanurkować głębiej. Chodzi mi o kwestie związane z uporządkowaniem relacji do rzeczy i do osób, czyli, ogólnie mówiąc, o sprawy związane z ascezą oraz moralnością. Jest to zdecydowane przeświadczenie całej Tradycji Kościoła, szczególnie tradycji Ojców Pustyni i Ojców Kościoła, że bez ascezy i moralności nie da się prowadzić autentycznego życia duchowego, że bez nich, po prostu błędzi się po manowcach życia modlitwy. I można przypuszczać, że jeżeli techniki medytacji tak pomagają, to o ileż bardziej praktyka ascezy oraz życie moralne, które mobilizują nasze wewnętrzne zdolności: sumienie, wolę, pragnienia. Moim zdaniem, to właśnie porządkowanie wszystkich trzech sfer jednocześnie daje prawdziwą wolność, spontaniczność i prostotę. Nieuporządkowanie, chaos – prowadzą do zniewolenia i powstawania niezliczonej ilości więzów, złożoności i uwikłania.

Uderzające są dla mnie różne fragmenty z „Rozmów o modlitwie” św. Jana Kasjana. Przyznam, że ten tekst już od dawna mnie niepokoił, wskazując mi, że naukę medytacji, trzeba też uzupełnić słowami dotyczącymi ascezy i moralności. Przywołajmy choćby fragment z samego początku rozmowy IX z abba Izaakim: „Wszelki wysiłek mnicha mający na uwadze doskonałość serca zmierza zawsze do tego, aby osiągnąć stan trwałej i nieprzerwanej modlitwy, oraz, na ile na to pozwala ludzka ułomność, aby zachować niezmacone skupienie umysłu i stałą czystość. W tym właśnie celu ochoczo i wytrwale ćwiczy swoje ciało i nie przestaje szukać okazji do skruchy serca.” Już

tutaj widzimy mocne powiązanie modlitwy medytacyjnej oraz ascezy („wytrwale ćwiczy swoje ciało”) i moralności („szukać okazji do skruchy serca”). A zdanie później czytamy o cnotach, które są jakby syntezą i konkretną realizacją praktyk ascetycznych i życia moralnego: „Istnieje przy tym wszystkim pewien wzajemny i nierozdzielny związek. Otóż, jeśli budowlę cnót wznosi się po to, aby dojść do doskonałej modlitwy, to bez tego zwieńczenia (modlitwy), które mocno wiąże je wszystkie ze sobą, nie będą one nigdy dostatecznie silne i trwałe” (Rozmowy o modlitwie, s.14). Starożytny autor wskazuje tu na obustronny wpływ modlitwy i życia cnotami (życia ascetyczno-moralnego).

Przed Soborem Watykańskim II kładziono ogromny nacisk na kwestie ascetyczno-moralne, a wszelkie nauczanie sprowadzano często do nieznośnego moralizowania (wciąż można i to usłyszeć tu i ówdzie). Po Soborze mocno to odreagowywano. Akcent położono na życie duchowe, na modlitwę, medytację, czy ogólniej, duchowość. Duchowość stała się bardzo modna. I to do tego stopnia, że kwestie moralne i ascetyczne zaczęły być dla wielu ludzi nieistotne, a w najlepszym razie drugoplanowe. Wydaje mi się, że i dziś często istnieje przekonanie, że można prowadzić autentyczne życie duchowe całkowicie niezależnie od tego, jak układają się sprawy moralne oraz te związane z ascezą. Jest to jednak przekonanie, którego nie potwierdza żadna starożytna tradycja religijna.

Oczywiście, rozróżnianie tych trzech wymiarów (modlitwa, moralność, asceza) ma charakter tylko teoretyczny. W rzeczywistości wszystkie one mocno się ze sobą zająbiają. O. Laurence Freeman stwierdza: „Nie da się nauczyć medytacji bez zintegrowania jej z codziennym życiem. Wymaga to znacznego wyrzeczenia oraz dużego zdyscyplinowania.” (Pielgrzymka wewnętrzna, s.62). Asceza jest niezbędna nie tylko, aby medytować, asceza jest konieczna, aby żyć w miłości i kochać. Jeśli modlitwa nie prowadzi do większego uporządkowania w życiu i większej miłości – jest zbędnym oszukiwaniem siebie. O. John Main pisze, „Abyśmy potrafili kochać i abyśmy byli otwarci na miłość, potrzebna jest nam dyscyplina, ponieważ potrzebujemy dyscypliny do tego, abyśmy byli wolni”. (Chrystusowe Teraz, s.37). Nie potrafimy kochać, bo nie jesteśmy wolni, nie jesteśmy wolni, bo nie rozumiemy wartości ascezy dyscypliny w naszym życiu. Jezuita, o. George Maloney pisze

ASCEZA CHRZEŚCJAŃSKA JEST
NIEROZŁĄCZNIE ZWIĄZANA
Z MIŁOŚCIĄ. MA ONA POGŁĘBIAĆ
MIŁOŚĆ, A MIŁOŚĆ MA INSPIROWAĆ
ASCEZĘ. PODEJMUJE SIĘ ASCEZĘ
NIE DLATEGO, BY SPRAWIĆ SOBIE
PRZYKROŚĆ, ALE DLATEGO, ŻE
CZŁOWIEK W CISZY I PROSTOCIE
ODNAJDUJE W SOBIE PRAGNIENIE BY
BARDZIEJ KOCHAĆ I SŁUŻYĆ.

wprost: „nie możesz dokonywać postępów w modlitwie kontemplacyjnej ani stawać się kochającą istotą ludzką bez zdyscyplinowania we wszystkich relacjach ciała, duszy i ducha”. (Podróż w świat kontemplacji, s.56).

W czasach Ojców Kościoła nie istniała żadna forma teologii moralnej. Jak wskazuje bp Luigi Padovese (Wprowadzenie do teologii patrystycznej), moralne refleksje Ojców powstawały najczęściej w kontekście głoszenia Ewangelii i stanowią przeważnie część przygotowania do chrztu i eucharystii. Podkreśla się wtedy szczególnie konsekwencje bycia „nowym stworzeniem w Chrystusie”. Nauczanie moralne Ojców jest więc połączone z życiem modlitwy, a szczególnie z życiem liturgicznym, chrztem i Eucharystią. To wtedy właśnie najwyraźniej jest doświadczana prawda o byciu nowym stworzeniem, o byciu dzieckiem Boga. Maksym z Turynu powie: „Kto jest na nowo zrodzony przez chrzest, przestał być tym kim był i zaczyna być kim nie był” (Mowa 111, 39-40). Dlatego punktem wyjścia dla życia chrześcijańskiego jest przeżycie Sakramentu Chrztu i Eucharystii, które chrześcijanin traktuje jako nowe stworzenie w Chrystusie. W naszej praktyce medytacji chrześcijańskiej wierzymy, że schodzimy coraz głębiej w nasze wnętrze, do rdzenia naszej istoty, by tam odkryć moc Bożego Królestwa, mieszkanie Trójcy Świętej, a więc samą bezinteresowną Miłość. Jest to możliwe tylko dlatego, że zostaliśmy ochrzczeni. Modląc się medytacyjnie pogłębiamy świadomość tego daru, przypominamy sobie, że jesteśmy nowym stworzeniem, a więc musimy żyć w nowy sposób. Jeżeli tak jest rzeczywiście, to modlitwa winna uzdalniać do konsekwentnego oddawania siebie w bezinteresownej miłości Bogu i ludziom, a więc w prowadzeniu życia, które kieruje się dobrem i odpowiedzialnością.

Podobnie jest z ascezą (czyli różnymi formami rezygnacji, wyrzeczenia się, zdyscyplinowania). Asceza chrześcijańska jest nierozłącznie związana z miłością. Ma ona pogłębiać miłość, a miłość ma inspirować ascezę. Podejmuje się ascezę nie dlatego, by sprawić sobie przykrość, ale dlatego, że człowiek w ciszy i prostocie odnajduje w sobie pragnienie by bardziej kochać i służyć. W medytacji skupiamy się na Jednym, na prostej prawdzie o obecnym Bogu, który jest jeden. Asceza służy dokładnie temu samemu. Przyjmuje się dobrowolnie jakieś ograniczenie, rezygnuje się z czegoś, ze względu na Jednego, na Boga.

W ten sposób człowiek niejako manifestuje, że wszystko w jego życiu jest poddane Jemu. Asceza właśnie to wyraża. Nie jest dążeniem do doskonałości, ale wyrazem skoncentrowania na Jednym i wyrazem miłości do Jednego. Asceza jest podobnie jak medytacja sposobem stawiania Boga na pierwszym miejscu. To dlatego obie praktyki mogą się wspierać i pogłębiać.

Przywołajmy jeszcze raz św. Jana Kasjana: „Bez cnót nie można więc osiągnąć i doskonalić trwałego i nieprzerwanego skupienia na modlitwie, a bez wytrwałej modlitwy nie będą nigdy doskonałe cnoty, które stanowią jej podstawę.”

Trzeba oczyścić grunt naszego serca z wszelkich wad i usunąć z niego bezużyteczne rumowisko namiętności. „Dopiero wtedy, na tym nowym i twardym podłożu, albo raczej, na owej ewangelicznej skale, możemy położyć mocne fundamenty prostoty i pokory” (s.14-15). W ten sposób, szeroko rozumiana praktyka modlitewna, może stać się źródłem porządku, źródłem tryskającym na resztę spraw

życia. Wysiłek oddany pracy nad uporządkowaniem swoich relacji do rzeczy i osób, jak i te różne proste czynności, wykonywane by na modlitwie być w bezpośredni sposób przed Bogiem, mogą stać się zaczątkiem układania w kosmos zawiłego chaosu życia. Morze przestaje być tylko bezkresną płaszczyzną naznaczoną wirami i nurtami, ale wielowymiarową przestrzenią, której głębia budzi już mniej lęku. A każda chwila na głębiach pozostawia niezatarty ślad tęsknoty.

I na koniec warto pamiętać, że uporządkowanie naszego życia ostatecznie polega na tym, by cokolwiek robimy pamiętać o prymacie łaski. To bardzo uwalnia. Zarówno z pychy, jak i ze zniechęcenia i rozczarowania. Z pychy, bo cokolwiek byśmy robili, to może z tego nie wyjść nic. Ze zniechęcenia, bo to nie nasze wysiłki, ale pracujący w nas Boży Duch wie najlepiej, jak winien w nas działać.

Jacek Poznański SJ

JACEK POZNAŃSKI JEZUITA pracuje na Wydziale Filozofii WSP-P Ignatianum w Krakowie i od ponad dziesięciu lat współpracuje z jezuitkami domami rekolekcyjnymi. Były duszpasterz akademicki i duszpasterz Polaków w Irlandii. Praktykę modlitwy kontemplacyjnej rozpoczął w 2005 roku w Niemczech u Franza Jalicsa SJ. W czerwcu 2011 roku w Oddziale Zewnętrznym w Wąsoszu Górnym poprowadził II Rekolekcje Medytacyjne dla Skazanych.

„...I TY WYPLŹ NA GŁĘBIĘ...”

To już trzeci raz rekolekcje medytacyjne znalazły swe miejsce w domu rekolekcyjnym w Kołobrzegu – Podczele, gdzie gościł nas ks. Tomasz Szugalski.

Rekolekcje w Kołobrzegu organizowane są na wiosnę i jesienią przez grupę ze Szczecina skupioną przy klasztorze ojców dominikanów pod opieką o. Jacka Truszczyńskiego OP.

Na nasze wrześniowe rekolekcje przyjechało 15 osób ze Szczecina, Poznania, Warszawy, Lublina, Łodzi, Katowic... W domu rekolekcyjnym mieliśmy wszystko, co potrzeba: dach nad głową, smaczne posiłki, przyjazną atmosferę. Czuliśmy się swobodnie, jak u siebie... W rekolekcjach brały udział osoby, które już jakiś czas medytują, jak też nowi adepci, którzy dopiero zaczynają drogę medytacji. Dla nas wszystkich wspólna medytacja była ważnym doświadczeniem, bez względu na długość praktyki. Tak naprawdę to wszyscy jesteśmy cały czas w drodze.

Czułam wspólnotę z ludźmi, których dopiero co poznałam, z różnych zakątków kraju. Łączyło nas poszukiwanie głębi. Wyruszyliśmy razem, a wiadomo, że razem jednak łatwiej, lepiej, sprawniej, bezpieczniej... Chociaż fale rozproszonych przemyślań lub przepływały przez nasze umysły, to my trwaliśmy. Samotny śledź lub sielawa będą miały duże problemy, by zdecydować się, aby wypłynąć na głębię. Wraz z całą ławicą jest dużo łatwiej. Codzienne konferencje głosił jezuita o. Jacek Poznański z Krakowa. Ojciec Jacek w swych konferencjach wprowadzał nas w tajniki medytacji, prowadził za rękę przez burzę naszych wątpliwości oraz motywował do dalszej drogi. Zachęcał nas do kontemplacji przyrody żywej i nieożywionej, do oglądania i widzenia rzeczy takimi, jakimi są, bez ograniczenia naszą wiedzą i doświadczeniem. Podjął temat ascezy, jako ważnego czynnika medytacji.

Cisza spokojnego Podczela, nieco oddalonego od Kołobrzegu, nastrajała do medytacji. Synoptycy zapowiadali piękną pogodę, a Pan Bóg w ostatniej chwili nie zmienił zdania. Faktycznie było słonecznie i ciepło. Po błękitnym niebie leniwie płynęły obłoki w takt oddechu ma-ra-na-tha. Fale morskie nieśpiesznie przesuwały się w kierunku lądu, mocząc czubki butów lub gołych stóp i znów prawie słyszałam na wdechu: „...przyjdź Panie”, a potem delikatnie odpyływały, pozostawiając wilgotny piasek i mnie na

wydechu: „Pan przychodzi”. W niedzielę morze wyciszyło się zupełnie. Zastygło w bezruchu. Trwało w ciszy. Tak to przyroda dostrajała się do naszej medytacji, a my do niej. My również próbowaliśmy z różnym skutkiem trwać w ciszy najpierw zewnętrznej. Chodząc po plaży łatwo było milczeć, sama przyroda nas do tego zachęcała, ale w czasie posiłków, przy herbacie z ciastkami, w pokojach było trudno. „Same słowa cisnęły się do ust”, jak to powiedział jeden z uczestników rekolekcji. Jednak cisza wewnętrzna to jest dopiero wyzwanie. Nieustanny kaskadowy potok myśli: myśli wyskakujące, nakładające się na siebie, przeszłość, przyszłość, słowa, obrazy, sytuacje i wszystkie razem ich wariacje. To potrafi zmęczyć i przyprawić o ból głowy. Wiele myśli powraca jak bumerang, chociaż wcale tego nie chcę. Natrętne myśli potrafią odkształcić odbiór rzeczywistości z całym bagażem natarczywych pytań i odpowiedzi. Utrudniają przeżywanie chwili obecnej. Tak trudno nad tym zapanować, uporządkować i odstać na bok, jak przeczytaną książkę. W medytacji właśnie ten proces odpływania wielopiętrowych myśli następuje samoistnie. Nie walczę, nie przeganiam myśli. One odpływają z nowym słowem - modlitwą „maranatha”. A ja zostaję tu i teraz z Bogiem, którego nie zasypuję innymi myślami, lecz jestem. Jestem spokojna i pogodzona ze sobą, z ludźmi, ze światem, z Bogiem. On też Jest. I tak sobie jesteśmy. Jak przyjaciele, którzy nie muszą nic mówić. Tak jest dobrze.

Sala do medytacji, to pomieszczenie z podcieniami, małymi okienkami przez które zaglądały do nas ciekawskie komary ze swoją mantrą bzzzzz... Nie kąsały nas (o dziwo!!!) tylko towarzyszyły, pewnie szukając już miejsca na przetrwanie zimowych miesięcy. Oby do wiosny... Mam nadzieję, że przyjadę tu z wiosennym podmuchem wiatru, po nową dawkę motywacji, by trwać razem. By czuć wspólnotę z ludźmi, którzy w ciszy medytują i powtarzają to samo słowo: ma-ra-na-tha i widzą w tym sens i czują głębię, której potrzebują, jak oddechu.

Julia Kiziewicz

JULIA KIZIEWICZ jest oligofrenopedagogiem, nauczycielką plastyki dzieci głuchoniewidomych i bibliotekarką. Związana ze Wspólnotą Medytacji Chrześcijańskiej przy Klasztorze oo. Dominikanów w Szczecinie.



CHRZEŚCIJAŃSKA MEDYTACJA

Obecnie wzrasta zainteresowanie medytacją. Ludzie spodziewają się po niej bardzo dużo. Dla jednych będzie to środek na odnalezienie swojej tożsamości, dla innych wewnętrznej harmonii. Stąd poszukiwania mistrzów medytacji, a także metod jej poznania.

Istnieje, może nie zawsze jasno uświadomiona, różnica pomiędzy medytacją a zwykłą modlitwą. Medytację najczęściej kojarzy się ze wschodnimi metodami wchodzenia w różnie pojęty kontakt z tym, co boskie, z tym, co jest prawdziwą rzeczywistością, ze swoim prawdziwym ja itd. Natomiast to, co proponuje tradycyjne chrześcijaństwo określa się raczej jako modlitwę. W tradycji katolickiej od wieków medytację utożsamia się z rozmyślaniem. To skojarzenie narzuca od razu pewien sposób pojmowania medytacji i jej sensu oraz jej miejsca w życiu człowieka, które często nie odpowiada dzisiejszym ludziom. W obliczu kryzysu modlitwy w naszym zachodnim chrześcijaństwie wielu ludzi odkrywa prawdziwe życie duchowe poprzez spotkanie z tradycją wschodnią. Wydaje się zatem, że istnieje potrzeba ponownego przemyślenia chrześcijańskiej medytacji i jej zasadniczych podstaw.

Musimy najpierw zastanowić się nad tym, czym medytacja jest, a czym nie. Następnie zobaczymy, jakie są jej tradycyjne metody i na tym tle postaramy się rozpoznać zasadnicze cechy medytacji chrześcijańskiej.

1. Pojęcie medytacji

Medytować to znaczy być obecnym – ale przed Bogiem¹.

Wydaje się, że Romano Guardini bardzo trafnie określił sens medytacji:

Medytacja nie sprowadza się do pojedynczego aktu rozumu lub serca, lecz ogarnia całego człowieka. Cały człowiek staje na przeciwko przedmiotowi medytacji. „Cały” należy rozumieć nie w tym sensie, że do aktu medytacji wchodzi różne siły wewnętrzne człowieka, ale że medytacja otwiera człowieka jako takiego, jest ruchem odsłaniającym coraz głębsze pokłady jego istoty (...) Przyjmujemy te przedmioty kontemplacji w żywe wnętrze naszej osoby, aby tam działały jako postać jaśniejąca przed oczami, jako światło duszy, drogocenny dar w sercu, jako wezwanie umysłu, jako siła i wola działania².

W medytacji chodzi o otwartość całego człowieka, co nie sprowadza się jedynie do objęcia nią wszystkich jego elementów składowych, ale przede wszystkim o otwartość samego centrum nas samych, którym jest serce.



foto: wccm.pl Szkoła Medytacji 2011

Jednocześnie oznacza ona otwarcie całkowite, z jednej strony na wielkość i wspaniałość Boga, a z drugiej, na tym tle, na naszą własną wielkość, jaką Bóg nas obdarzył. John Main w swojej książce *Chrześcijańska medytacja* określa medytację jako proces, w którym:

... otwieramy się całkowicie na wspaniałość i cud Boga – na wieczną teraźniejszość. Poprzez ten proces odkrywamy zarówno naszą własną wspaniałość, jak i wyzwalamy naszą zdolność do zachwyty³.

Chodzi w niej o „wyzwalanie” w naszym sercu podstawowej prawdy naszej wiary o „osobowej obecności Ojca, Syna i Ducha Świętego, pełni życia Najświętszej Trójcy w nas samych⁴. Medytacja, rozumiana jako wysiłek, jest procesem uczenia się zwracania uwagi na osobistą obecność Jezusa w nas samych⁵. W medytacji uczymy się Ewangelii po to, aby ona się urzeczywistniła w nas samych i w naszym życiu.

Medytacja nie polega na myśleniu o Bogu ... W czasie medytacji dążymy do dokonania czegoś niewymiernie wspanialszego – dążymy do bycia z Bogiem, do bycia z Jezusem, do bycia z Jego Duchem Świętym, a nie zaledwie do rozważania o Nich⁶.

Poprzez to medytacja „nie jest jedynie sposobem „czynienia” czegoś, lecz jest sposobem „stawiania” się kimś – stawiania się sobą, stworzeniem Bożym, odkupionym przez Jezusa i świątynią Ducha Świętego⁷.

Można powiedzieć, że w medytacji w chrześcijańskim wymiarze chodzi o odkrycie tej prawdy, która stała się naszym udziałem poprzez chrzest. Przy czym odkrycie to nie sprowadza się do poznania intelektualnego, ale prowadzi do przyswojenia sobie wewnętrznie prawdy o udziale w Chrystusie Zmartwychwstałym, życiu nowym życiem jako rzeczywistością stale obecną. *„Medytacja nie ma zbyt wiele wspólnego z myśleniem, raczej z byciem”⁸.*

W medytacji nie chodzi więc o gotowe poznanie, nie o wy-

mierne skutki (...) tu nie musimy osiągnąć. Pragniemy tylko ciszy. Chcemy się rozluźnić, przyjść do siebie, otworzyć się. Przyjąć w siebie to, co przychodzi od Boga: Święte słowa, żywe obrazy, godzinę spokoju, radość obcowania z kimś bliskim, wspólne ćwiczenie się w jakiejś umiejętności. Medytacja ma być tym czasem, w którym wciąż na nowo osiągamy ową ciszę; jakąś studnię w czterech ścianach własnego domu, gdzie gromadzą się wody ożywcze wypływające z wewnętrznego źródła⁹.

Zarówno John Main jak i Anthony de Mello bardzo trafnie zauważają, że zasadniczą trudnością w medytacji dla współczesnego człowieka Zachodu jest nazbyt jednostronne życie nacechowane aktywnością intelektualną. Sprowadzenie wszystkiego do myśli powoduje wielkie zubożenie życia modlitewnego. Zniknęła przez to gotowość całej osoby do kontaktu z Bogiem, a także do kontaktu z drugim człowiekiem.

Jeżeli chodzi o pojęcie i sens medytacji chrześcijańskiej, znajdziemy wiele podobnych określeń w różnych książkowych pozycjach na ten temat. I wydaje się, że w tej materii istnieje zasadnicza zbieżność: w medytacji chodzi o wejście w egzystencjalną więź z rzeczywistością. Problemy rozpoczynają się dopiero przy bliższej analizie takich pojęć jak np. „być z”, „stawanie się sobą”, „otwieranie się na...”, „osobowe spotkanie” itd. Nie zajmując się filozoficzną analizą tych pojęć musimy jednak co nieco o nich powiedzieć, aby zobaczyć, jakie są praktyczne konsekwencje przyjęcia właściwego rozumienia tych pojęć w dziedzinie medytacji.

2. Metody medytacji i jej miejsce w życiu

Celem medytacji jest, jak to wyżej przedstawiliśmy, otwarcie się na spotkanie z żywą obecnością Boga. Istotne jest zatem właściwe zrozumienie spotkania. Zazwyczaj kojarzymy je z rozmową, ze słowami, jakie wypowiadamy i przyjmujemy, ogólnie biorąc z mową. Klasycznie określało się modlitwę jako „rozmowę z Bogiem”. Spontanicznie zatem nasuwa się myśl, że w modlitwie trzeba do Boga mówić i dlatego modlitwę utożsamia się z wypowiedzianiem różnych formuł modlitewnych czy to ułożonych przez kogoś, czy to spontanicznie wypowiedzianych własnych pragnień, życzeń, prośb, a także słów wyrażających chwałę Boga i dziękczynienie. Jest to jedna z form modlitwy, tak zwana modlitwa ustna (*oratio*).

Rzadziej spotkanie kojarzy się ze słuchaniem, a ono w spotkaniu jest o wiele ważniejsze, szczególnie jeżeli chodzi o spotkanie z Bogiem. Kiedy słuchamy niejako wychylamy się w kierunku drugiego, by go usłyszeć, by go poprzez słuchanie zrozumieć. Nie ogranicza się to jedynie do myśli, dyskursywnej treści wypowiedzianej przez

niego, ale przez słowo pragniemy usłyszeć jego samego, tj. doświadczyć jego bliskości, zrozumieć problem jaki go trawi, współodczuwać z nim w jego radościach, trudnościach i cierpieniach, współczuć po to, by z nim razem współbyć. Kluczem do zrozumienia drugiego jest zawsze pytanie, na które jego wypowiedź jest odpowiedzią. Póki nie znamy tego pytania, nie rozumiemy jego wypowiedzi. Zatem u podstaw zrozumienia wypowiedzi drugiego człowieka leży pewna egzystencjalna więź z nim. Ona jest najważniejsza. Zrozumienie pogłębia tę więź.

W praktyce jednak pojawiają się nieporozumienia. W wielu sytuacjach wypowiedziane i słuchane słowa są rozumiane i kojarzone zupełnie inaczej przez różne osoby. Większość nieporozumień, jeżeli pominąć wyraźne, uparte trzymanie się swojego zdania, bez woli nawiązania porozumienia, polega przede wszystkim na odmiennym rozumieniu i kojarzeniu słów oraz myśli drugiej osoby. Zazwyczaj nieporozumienie wynika z niewłaściwego słuchania. Jeżeli jeszcze ktoś uważa, że wie, co drugi myśli i to często zanim ta osoba się wypowie, nieporozumienie przekształca się w niemożność spotkania i dialogu. Takie spotkanie przypomina wówczas dwa pędzące pociągi jadące naprzeciw, każdy po swoim torze z głośnym gwizdem. Do prawdziwego spotkania nie dochodzi, partnerzy się minęli wyrzucając jedynie z siebie to, co sami chcieli.

Ze słuchaniem wiąże się jeszcze coś głębszego, mianowicie nastawienie, czy może lepiej ująć - nastrojenie na spotkanie. O co nam chodzi w tym spotkaniu? Czego się spodziewamy? Jakie jest nasze uprzedzające wyobrażenie? Czy w gruncie rzeczy nie chodzi nam o zaspokojenie swoich ambicji, potwierdzenie swojej racji itd.? W medytacji czynnik nastawienia jest niezmiernie istotny. Być może nawet najważniejszy. Przy fałszywym nastrojeniu, medytacja przestaje być medytacją, ale ćwiczeniem psychicznym, koncentrowaniem się na własnych przeżyciach, czyli na sobie, na fascynacji doznań...W medytacji trzeba się uczyć wyzbycia wszelkiej interesowności, choćby nawet chodziło jedynie o potwierdzenie dobra w sobie, o wzruszenie religijne, wyciszenie, spokój. Interesowność powoduje instrumentalne traktowanie tego, co robimy i tego do którego się zwracamy, czyli ostatecznie samego Boga, a z Bogiem nie można niczego „załatwić”.

Oczywiście w medytacji także chodzi o skupienie, pokój, o potwierdzenie dobra w sobie itd., niemniej nie one są celem zasadniczym. Są raczej otoczką medytacji niż jej treścią, są jej owocami choć nie mechanicznymi. Są czymś dodanym. Właściwym nastrojeniem w medytacji jest bezinteresowność. A zatem wolność od ciekawości, nastawienia na coś, na przeżycia, bez oczekiwania czegośkolwiek konkretnego. John Main mówi, że właściwą drogą medytacji jest droga ubóstwa:

My chrześcijanie, powołani jesteśmy do tego, aby w naszym życiu towarzyszył nam duch ubóstwa lub inaczej – jesteśmy powołani do osiągnięcia takiego stopnia bezinteresowności, który pozwoli nam się stać ludźmi w pełni, głęboko wrażliwymi na istnienie drugiego – Boga i bliźniego¹⁰.

Ubóstwo, o jakim tu mowa, to ubóstwo ducha, w którym nie pożądamy niczego dla siebie. Ono jest otwartością na inność drugiego. Osiągnięcie bezinteresowności jest zasadniczym celem medytacji rozumianej jako wysiłek, który podejmujemy podczas jej trwania. Nie jest to łatwe. W nas stale coś się dzieje, ciągle nam o coś chodzi, doświadczamy natłoku myśli, przeżyć, emocji, wyobrażeń. W medytacji trzeba to wszystko uspokoić. Stąd skupienie jest warunkiem wstępnym medytacji. Najczęściej mówi się o wyciszeniu myśli, wyobraźni, oczekiwań. Praktycznie nie jest możliwe całkowicie wyciszyć pracę myśli i wyobraźni, gdyż jesteśmy ludźmi, nasz umysł musi się stale czymś zajmować. W związku z tym pojawiają się różne propozycje osiągnięcia wyciszenia.

Ciąg dalszy Kwatałnik Nr 18
Włodzimierz Zatorski OSB

Przypisy:

1. R. Guardini, *Bóg daleki, Bóg bliski*, s. 128.
2. Tamże, s. 125.
3. J. Main OSB, *Chrześcijańska medytacja*, Kraków 1992, s. 29.
4. Tamże, s. 30.
5. Tamże, s. 31.
6. Tamże, s. 34.
7. Tamże, s. 36.
8. Tamże, s. 36.
9. R. Guardini, tamże, s. 128.
10. Tamże, s. 39.

WŁODZIMIERZ ZATORSKI OSB – do klasztoru wstąpił w roku 1980 po ukończeniu fizyki na Uniwersytecie Jagiellońskim. Pierwsze śluby złożył w 1981 r., święcenia kapłańskie przyjął w 1987 r. Założyciel i do roku 2007 dyrektor wydawnictwa Tyniec. W latach 2005–2009 przeor klasztoru, w latach 2002–2009 prefekt oblatów świeckich przy opactwie. Rok spędził w pustelni na Mazurach oraz w klasztorze benedyktyńskim Dormitio w Jerozolimie. Autor książek o tematyce duchowej, między innymi: *Przebaczenie, Otworzyć serce, Milczeć, aby usłyszeć* i in.

PATRZĄC Z PUNKTU WIDZENIA DRUGIEGO

Rozumienie dialogu międzyreligijnego

Wnowej erze, w którą wchodzi ludzka rodzina koniecznym składnikiem pokoju, dobrobytu i szczęścia jest dialog pomiędzy religiami i tradycjami wiary, a także przyjaźń, która się z niego rodzi.

Wobec innych wyznań musimy nie tylko wyrzec się agresywnego stosunku, który długo wyrastał na gruncie ignorancji i podejrzeń wobec nieznanego innego, ale musimy także podjąć pracę dialogu i wzajemnego zrozumienia w tych miejscach, w których się różnimy. Potrzebne jest entuzjastyczne zaangażowanie w dialog, aby zapewnić, że nasza przyjaźń rodząca się ze wspólnych wglądów i z ducha mądrości, zacznie z czasem zapobiegać nieporozumieniom wynikającym się z podziałów, które są odwiecznym źródłem uprzedzeń i konfliktów.

Nowe sposoby postrzegania zależą od naszego podejścia do innego

Aby osiągnąć nowy etap ludzkiej ewolucji, potrzebny jest nowy sposób postrzegania. Będzie on wyznaczony przez mocniej akcentowany element duchowego wymiaru świadomości w ludzkiej kulturze i wzajemnej inte-

rakcji. Wtedy też nadejdzie, jako cel ludzkiej egzystencji, nowe zrozumienie świętości i oświecenia. Te „nowe” wartości wraz z poczuciem celu życia zgodnie z nimi stopniowo przekształcą motywy działania instytucji i systemów we wszystkich społecznościach. Dla dokonania zmiany i wspierania rozwoju niezbędne oczywiście pozostaną działania społeczne i polityczne. Jednak z powodu skali, na jaką te działania mają miejsce już dzisiaj, uświadomienia sobie wymaga również ich wymiar duchowy.

Z tego względu istotne jest, aby właściwie zrozumieć charakter dialogu międzyreligijnego. To zrozumienie rodzi się z wiary i z odwagi, aby zaryzykować własną tożsamość i poprzednie rozumienie rzeczy poprzez autentyczne patrzenie z cudzego punktu widzenia. Te doświadczenia należy pielęgnować i aby odpowiedzieć na nowe wyzwania w rozwoju ludzkości, należy tworzyć centra i sieci dialogu.

Dialog jest niezbędny aby kontrolować i jeśli to potrzebne rozbijać przejawy przemocy

Mamy dzisiaj bolesną świadomość wielopoziomowego kryzysu dotykającego środowisko, życie społeczne i psy-

chologiczne oraz relacje międzynarodowe. Tempo oraz zakres zmian wzrosły, a wynikające z nich obawy – jako, że obawiamy się zmiany, której nie możemy kontrolować – stworzyły zjawisko fundamentalizmu religijnego zrodzonego z literalnego odczytywania świętych ksiąg oraz strachu o zagrożone tożsamości religijne. Nowe formy przemocy – tego odwiecznego nałogu ludzkości – wydają się zastępować konwencjonalne działania wojenne.

Tym, co ma je uzasadniać, są jednak religie, które – u samej podstawy swoich nauk – jednogłośnie odrzucają przemoc. W samym sercu każdej tradycji duchowej, w głębi struktur oraz świętych pism, osadzonych głębiej niż rytuały i filozofia, przemoc jest postrzegana i ukazywana jako nierozumny i nieskuteczny sposób rozwiązywania konfliktów.

Przemoc, jako wyraz braku zarówno mądrości, jak i kreatywnej wyobraźni, prowadzi w nieunikniony sposób do swoistego obłądzenia i tym samym do unicestwienia swoich celów.

Rosnący w świecie wpływ religii wymaga tak samo jak dialogu wizji kontemplatywnej

Mimo triumfów współczesnej nauki oraz wysiłków ateistycznych ideologii chcących ją wykorzenić, religia jest silna jak nigdy i jest daleka od zniknięcia. Tak samo jak sztuka, czy nauka, religia jest głęboko osadzona w ludzkiej naturze. Jednak, tak jak nauka może być nadużywana lub niemądrze wykorzystywana, a sztuka może stać się zaledwie rozrywką lub propagandą, tak też są formy religii, które ulegają degeneracji lub skostnieniu. Kiedy tylko religia traci łączność ze swoim mistycznym źródłem – doświadczeniem, jej zdolność prowadzenia do transcendencji i zmiany maleje. Po przekroczeniu tego punktu może stać się swoim przeciwieństwem, punktem zbornym dla czystek etnicznych lub uzasadnieniem niesprawiedliwości.

Jednak religia ma swój własny system odpornościowy. Środki samooczyszczania są zawarte w mądrości kontemplacyjnej. Należy je jednak w każdym pokoleniu ożywiać, nauczać przez przywódców religijnych oraz praktykować od wczesnych etapów treningu i edukacji w życiu religijnym i duchowym. Doświadczenie na wspólnej płaszczyźnie czeka na każdego człowieka, czy też grupę, która odkryje i zbada ten kontemplacyjny rdzeń. To właśnie bezpośrednie doświadczenie subtelnie tworzy nowy sposób postrzegania.

Jeden szybko zmieniający się obszar kryzysu dotyka struktur gospodarczych, które niedawno doświadczyły wstrząsu aż do swoich podstaw. Od tych struktur zależy więcej niż tylko zysk. Są one podporą zasadniczych



foto: Tadeusz Makulski

ludzkich wartości: wzajemnej życzliwości i samokontroli, jak również wspierającego współczującego działania na rzecz biednych i bezbronnych. Zrównoważony i umiarkowany rozwój, którego celem jest raczej największe szczęście wielu niż wzbogacenie nielicznych, również zależy od mądrości, z jaką reformowane i zarządzane są nasze systemy finansowe. Praktyczne poczucie wspólnego dobra uwypukla pierwotny instynkt przetrwania istot ludzkich. Działanie na rzecz wspólnego dobra wymaga wglądu zrodzonego z doświadczenia wspólnego gruntu człowieczeństwa.

Kolejny obszar kryzysu: zmiany klimatu i bioróżnorodność również wymagają nowego sposobu postrzegania oraz wspólnego umysłu, który jest w stanie przewyciężyć postrzeganie wszystkiego wyłącznie z własnej perspektywy. Rozwiązywanie problemów związanych ze środowiskiem, a spowodowanych przez człowieka jest w naszym zasięgu, zarówno naukowo, jak i gospodarczo. Brak poczucia wspólnoty ludzkiej rodziny moderuje ekstrema nacjonalistycznego skupiania się na własnych interesach. Bez nowej wizji dobre chęci organizacji pozarządowych oraz retoryka wyborcza muszą zawieść i nie doprowadzą do współpracy oraz wspólnej woli politycznej niezbędnej do ocalenia planety od dalszej grabieży.

Duchowa głębia leżąca u podstaw dialogu religijnego

Dialog będzie skuteczny o tyle, na ile duchowo rozwinięte są osoby, które go prowadzą. Gdy tradycje religijne i przekazy duchowej mądrości spotykają się na głębokim poziomie kontemplacyjnego doświadczenia rodzi się nowa świadomość. W przeszłości uwidaczniało się to jedynie w przypadku wyjątkowych osobowości – mistrzów duchowych, nauczycieli i oświeconych założycieli małych grup.

Muszą być tego świadomi instytucje religijne i ich przywódcy. Jednak przebudzenie i rozprzestrzenianie się mądrości nie zależy jedynie od instytucjonalnego aurytety religijnego. U samych podstaw tworzy go osobista praktyka.

Głęboki dialog bardziej zależy od małych, lokalnych, kontemplatywnie zorientowanych sieci niż od scentralizowanych instytucji religijnych

Praktyka wskazuje, że początek zrozumienia i praktyki medytacji daje niewielki zaczyn „zwykłych ludzi”. W doświadczeniu naszej Wspólnoty te małe grupy zaczynają od indywidualnych przebudzeń i przywództwa. Aby nastąpiła przemiana potrzebna jest osobista dyscyplina. Modlitwa jest wtedy stopniowo odkrywana jako skoncentrowana przede wszystkim na przemianie modlącego się, a nie na magicznych wysiłkach zmiany zewnętrznej rzeczywistości lub praw fizyki. Lokalne centra medytacji, spotykające się co tydzień niewielkie grupy i globalne sieci potrzebne są by wyszukiwać i łączyć tych, którzy pragną takiego doświadczenia i dyscypliny. Następnie zaś wspierają ten zaczyn podczas jego stopniowego wzrostu aż do duchowej dojrzałości. Gdy rozmawiamy o radykalnej zmianie w globalnej świadomości musimy jednak kontynuować nasze działania z wymagającą trudu wiarą i wytrwałością na małą skalę i na poziomie lokalnym.

Trzeba zaryzykować i wspierać takie globalne sieci medytacji i dialogu – a także ich lokalne centra. Mogą one być w różny sposób powiązane z dotychczasowymi strukturami religijnymi. Nie powinny jednak być postrzegane lub rozumiane, jako rywalizujące z nimi lub jako odrzucające te instytucje. Współpraca pomiędzy poziomem instytucjonalnym i mistycznym przyniesie pożytek dużej liczbie osób. Często te medytacyjne centra i sieci pomagają w restrukturyzacji i unowocześnieniu instytucji, z którymi są powiązane. Profetycznie rozwijają nowe formy dialogu międzyreligijnego na poziomie lokalnym, jak również organizują okolicznościowe wydarzenia dające inspirację do dalszej pracy.

Jak przebiega dialog w ciszy i słowie

W prawdziwym dialogu nie podejmuje się prób rywalizacji, nawracania lub wygrywania debat. Poprzez słuchanie i dzielenie się z innymi wszyscy uczą się patrzeć z cudzego punktu widzenia, bez odrzucania lub tracenia swojej własnej i cennej perspektywy.

Dla dialogu niezbędne są dwa elementy, które prowadzą do tego nowego sposobu patrzenia. Dla każdego uczestnika medytującego w swojej własnej tradycji me-

dytacja jest jednym z nich. To ważne, bo każda z tradycji ma swoją własną kontemplacyjną mądrość. Zwłaszcza chrześcijaństwo, które jest ważnym uczestnikiem w rozwoju światowego dialogu, potrzebuje odzyskać swoją własną medytacyjną mądrość, jeśli ma usiąść w przyjacielskiej równości z innymi kontemplatywnymi tradycjami Azji. Cisza jest pełnym mocy sposobem komunikacji i transformacji. Rodzi zaufanie, otwartość na transcendencję i wzajemną akceptację na poziomie głębszym niż największe różnice wierzeń czy zdań.

Medytacja prowadzi do łączności duchowej, a ta przybiera swój kształt we wspólnocie. Łączność duchowa zaś ułatwia komunikację.

Innym elementem dialogu, który również jest wzbogacany przez medytację jest dzielenie się swoimi świętymi pismami. Jest to bardziej popularna i łatwiejsza do przeprowadzenia forma dialogu niż akademicka i filozoficzna dyskusja prowadzona między uczonymi. Jest to najprostsze spotkanie wierzących na poziomie lokalnym i dzielenie się ze sobą ulubionymi lub kluczowymi tekstami i zapraszanie do wypowiedziania się i dyskusji. Dla tych, którzy wierzą w inspirację lub jakąś formę objawienia otwarcie świętych ksiąg uwalnia żyjącą i działającą moc Słowa w sposób, który zmienia percepcję i otwiera serca głębiej niż płytko sformułowana wymiana intelektualna.

Medytacja tworzy wspólnotę na poziomie lokalnym i światowym

Dzielenie się ciszą i dzielenie się Słowem. To dwupoziomowe podejście do dialogu międzyreligijnego prowadzi do głębszych spotkań, a dzięki temu do trwalszych wspomnień wspólnoty. Takie wspomnienia służą inspirowaniu działań tak w społecznościach lokalnych, jak i na poziomie globalnym. Światowa Wspólnota zobowiązała się do podejmowania tego dzieła dialogu, jako uzupełnienia swojej specyficznej roli, jaką jest pomoc w przywróceniu miejsca praktyki medytacji w sercu chrześcijańskiego życia. Poprzez swoją pracę w uczeniu dzieci medytacji, we wsparciu duchowego rozwoju uczniów na dalszych szczeblach edukacji, w bezpośredniej łączności z ubogimi, krzywdzonymi i uciśnionymi tego świata, dialog przenosi się nieustannie pomiędzy sercem a dłońmi od kontemplacji do działania. Fundamentem tej pracy jest podstawowe doświadczenie prawdy, które John Main wyraził tymi słowami: „*Medytacja tworzy wspólnotę*”.

Laurence Freeman OSB

Wrzesień 2009

Tłumaczenie: Katarzyna Misiak

EKSPLOZJA PRAWDY

Rozmowa z Raimonem Panikkarem



foto. wccm.pl

Czy jest możliwe, aby połączyć dziedzictwo chrześcijańskie i hinduskie?

Wychowany zostałem w duchu wiary katolickiej przez moją matkę, która była Hiszpanką. Nigdy jednak nie usiłowałem zrywać z tolerancyjną i bogatą religią mojego ojca oraz moich hinduskich przodków. Nie czyni mnie to jednak religijnym czy kulturowym mieszzańcem. Chrystus nie był pół człowiekiem ani pół Bogiem, lecz w pełni człowiekiem i w pełni Bogiem. Podobnie, uważam siebie w 100% za Hindusa oraz w 100% za katolika oraz Hiszpana. Jak to możliwe? Dzięki przeżywaniu religii jako doświadczenia, a nie ideologii.

Jak wytłumaczy Pan zainteresowanie Zachodu religiami i filozofią Wschodu oraz strach, jaki to zainteresowanie wzbudza w zachodnim Kościele?

Mógłbym pytanie odwrócić i zapytać, dlaczego Wschód jest przyciągany przez Zachód. Odpowiedź na twoje pytanie wiąże się z faktem, iż współczesne chrześcijaństwo nie poświęca wystarczająco dużo uwagi podstawowym elementom ludzkiego życia, takim jak kontemplacja, milczenie, równowaga cielesna. W tym zainteresowaniu kryje się policzek wymierzony przez Ducha Świętego Kościołowi, aby ten się przebudził. Źródło odnowy stanowią odkrycie inności, poszukiwanie spokoju umysłu i równowagi ciała oraz radości i pogody ducha. Cała historia chrześcijaństwa opowiada dzieje ubogacenia i odnowy, powodowanych przez czynniki przychodzące z zewnątrz.

Czyż Boże Narodzenie oraz Wielkanoc, jak również inne niemal wszystkie święta nie mają niechrześcijańskich korzeni? Czy podstawy doktryny chrześcijańskiej zostałyby w ogóle sformułowane bez tradycji hellenistycznej, w istocie przedchrześcijańskiej? Czyż każde żyjące ciało nie istnieje w symbiozie ze swoim zewnętrznym otoczeniem? Zatem, skąd ten strach? Jeżeli Kościół chce żyć, nie powinien bać się asymilacji elementów pochodzących z innych tradycji religijnych, których istnienia zignorować nie może. Wartością jest również roztropność, którą należy zachować. Dlatego całkowicie rozumiem głos zwierzchników Kościoła Katolickiego, gdy podnosi się on przeciwko panującej powierzchowności.

Czy większość konfliktów społecznych we współczesnym świecie nie bierze się z lęku przed utratą tożsamości? Lęku, który doprowadził do różnych form religijnego wycofania, zwanego integryzmem?

Kto boi się utraty własnej tożsamości, ten już ją utracił. Na Zachodzie tożsamość jest definiowana przez różnice. Katolicy odnajdują własną tożsamość przez fakt, iż nie są protestantami, hinduistami, buddystami. Ale inne kultury posiadają odmienne rozumienie tożsamości. Tożsamość nie opiera się na stopniu, w jakim różnimy się od innych.

W tradycji Abrahama (judaizm, islam, chrześcijaństwo) ludzie poszukują Boga poprzez różnice – w Jego wyższości lub transcendencji. Być boskim oznacza nie być ludzkim. Dla Hindusa natomiast boska tajemnica ukryta jest w człowieku, głęboko i w sposób tak rzeczywisty, iż nie

można go od niej oddzielić, tak jak nie można pozbyć się jej ze względu na transcendencję. Oto domena boskiej obecności, duchowego archetypu określanego pojęciem Brahman. W hinduizmie ludzie nie lękają się utraty własnej tożsamości. Mogą czuć lęk przed utratą tego, co posiadają, ale nigdy przed utratą tego, kim są.

Odczuwanie lęku zawsze jest niedobrym sygnałem. Chrystus powiedział „Daję wam pokój” i „Nie lękajcie się”. Współcześni chrześcijanie czują się osaczeni i obawiają się, że ich tożsamość ulegnie rozpuczeniu. Lecz co mówi Ewangelia? „Jesteście solą tej ziemi”. Sól musi się rozpuścić, aby pokarm był smaczniejszy. Drożdże są po to, aby chleb urosł. Powołaniem chrześcijaństwa jest zatracić się w innych. Z instytucjonalnego punktu widzenia, rozumiem dzisiejsze nawoływania Kościołów do roztropności. Ale obowiązkiem chrześcijanina jest rozpuczenie się „utrata życia”, aby zanieść je innym. Wiara chrześcijańska mówi nam, iż tracąc życie, zdobędziemy je. Takie jest właśnie znaczenie zmartwychwstania.

Czy wierzy Pan w dialog międzyreligijny. Co jest warunkiem jego powodzenia?

Minęły już czasy, kiedy religie poszukiwały zbawienia w izolacji. W Europie na przykład ludzie wierzący nie mogą dłużej ignorować faktu, że obok nich żyją miliony obcokrajowców, wywodzących się z innych kultur. Nie mogą również nie widzieć, iż na trzech czwartych globu chrześcijaństwo nie jest religią dominującą. Stąd też dialog jest nieunikniony; pytanie tylko, jakiego rodzaju?

Tak długo, jak długo zamykam moje serce, a innych postrzegam jako obcych, nie zaś jako część mnie samego, która poszerza i dopełnia moją tożsamość, dialog nie będzie możliwy. Jeśli cię przyjmę, zrozumie cię. To ostatecznie inny sposób na powiedzenie, że autentyczny dialog międzyreligijny ma swój początek we mnie, oraz że bardziej polega on na wymianie doświadczeń religijnych niż doktryn. Dopóki nie zaczniemy od tej podstawowej sprawy, żaden dialog nie będzie możliwy. Zamiast tego, będzie jedynie próżna pogawędka.

Ale w jaki sposób uniknąć popadnięcia w jałowy religijny synkretyzm, polegający na czerpaniu z różnych prądów religijnych?

Jestem oczywiście przeciwny panującej modzie, która z grubsza polega na liźnięciu tego i owego w poszukiwaniu duchowej satysfakcji, co w końcowym efekcie do niczego nie prowadzi. Droga dialogu, wedle mojego wyobrażenia, to wymiar życia, sprawa osobistego wglądu i konkretności. Celem nie jest tworzenie uniwersalnej religii

z Organizacją Religii Zjednoczonych w tle. Wróćmy do Księgi Rodzaju: Bóg zniszczył wieżę Babel. Dlaczego nie chciał światowego rządu, światowego banku, światowej demokracji? Dlaczego zdaniem Boga dla zdrowszej międzyludzkiej komunikacji lepszą dla nas rzeczą jest mieszkać w domach zrobionych na ludzką miarę, z normalnymi oknami i uliczkami za oknem, niż w sieci globalnej superinformacji.

Dla chrześcijanina odpowiedź zawiera się we wcieleniu: oto boska tajemnica przyoblekła człowiecze ciało. Dla filozofa zawiera się ona w wymiarze osobistym ludzkich relacji. Nie mogę ustanowić ludzkiej relacji z komputerem; maszyna nie jest osobą. Autentyczny dialog między religiami jest zatem dialogiem pomiędzy tobą i mną, pomiędzy tobą i twoim sąsiadem; powinien być czymś na podobieństwo tęczy, której kolory gdzieś się zaczynają, gdzieś się kończą, ale gdzie – tego nie wiemy.

Ale można mówić o religii, nie będąc przekonanym o tym, iż posiada się dostęp do prawdy?

Podczas sądu nad Jezusem, pada pytanie: „Czym jest prawda?” Jezus milczy. Albo inaczej: osadza odpowiedź w ciszy. Prawdy nie można zmieścić w wymiarze konceptualnym. Ona nigdy nie da się zobiektywizować, uczynić czymś bezwzględnie. Mówić o prawdzie absolutnej jest sprzeczne samo w sobie. Prawda występuje w relacji do. Natomiast Absolut jest wolny od wszelkich relacji. Uzurpowanie sobie przez wielkie systemy religijne prawa do posiadania prawdy należy rozpatrywać w ograniczonym, opatrzonym warunkami, kontekście. Nieuświadomienie sobie wyznawanych przez nas mitów wiedzy do integralizmu. Jednakże, abyśmy je sobie uświadomili, potrzebujemy drugiej osoby, a więc dialogu i miłości. Prawda jest przede wszystkim rzeczywistością pozwalającą nam istnieć. To egzystencjalna prawda, przynosząca nam wyzwolenie.

Nie jestem takim relatywistą, któremu się wydaje, że prawdę, niczym tort, można pokroić na kawałki. Lecz jestem przekonany, że udział w prawdzie ma każdy z nas. Moją prawdą staje się to, co dostrzegam z mojego okna. A wartość dialogu pomiędzy różnymi religiami polega na tym, że pomaga on nam dostrzec fakt, iż istnieją inne okna, inne perspektywy. Tak więc, potrzebuję innych, aby poznać i zweryfikować moją własną perspektywę prawdy. Prawda jest szczerym i autentycznym uczestnictwem w dynamice rzeczywistości. Kiedy Jezus mówi „Ja jestem prawdą”, nie prosi mnie, abym dokonał jakiejś absolutyzacji mojej doktryny, ale abym wstąpił na ścieżkę prowadzącą do życia.

Niemniej jednak, jaki może być inny sens wiary i zaangażowania w jej sprawę, jeśli nie polega on na obronie prawdy? Czy rodzaj dialogu religijnego, który sobie Pan wymarzył, w którym każdy z uczestników przychodzi nie po to, aby bronić swej prawdy, ale by dzielić się z innymi swoim doświadczeniem, nie redukuje się do przyjacielskiej rozmowy?

Zostaję przy mojej prawdzie. Jestem gotów poświęcić jej całego siebie i oddać za nią życie. Mówię jedynie, że nie mam monopolu na prawdę. Najważniejszą rzeczą jest sposób, w jaki ty i ja wkraczamy w tę prawdę, jak ją postrzegamy, jak ją słyszymy. Św. Tomasz z Akwinu powiedział: „Nie posiadasz prawdy; to prawda posiada ciebie”. Otóż to, jesteśmy posiadani przez prawdę. To mnie ożywia i ożywia innych. Przede wszystkim, nie angażuję się w obronę mojej prawdy, lecz w jej przeżywanie. A dialog pomiędzy religiami nie jest strategią walki, w której jakaś jedna prawda ma w końcu zatriumfować, ale procesem jej poszukiwania i pogłębiania naszego doświadczenia wspólnie z innymi.

Kościół chrześcijański usiłują nieść przesłanie Ewangelii pomiędzy różne kultury. Czy możliwe jest pogodzenie szacunku, jaki żywi Pan dla innych religii i kultur z potrzebą chrześcijanina, aby głosić Dobrą Nowinę?

Należy mówić o spotkaniu tradycji i kultur, a nie o szczytaniu jednej kultury z drugą. Założenie, że mamy prawo czy wręcz obowiązek do szerzenia Ewangelii w innych kulturach, jako czegoś ponadkulturowego, byłoby pretensją kolonializmu. Kościół winien traktować istniejące tradycje kulturowe bardziej serio i pracować dla dobra wzajemnego wzrostu. W jaki sposób? Droga mistycznej inspiracji, której jakże często brakuje w jego teologii. Dla przykładu, najskuteczniejszą drogą wyjaśnienia klasycyzmu hinduizmowi „skandalu” chrześcijaństwa nie będą opowieści o Bożym Narodzeniu, ani o Jezusie z Nazaretu, lecz o Chrystusie zmartwychwstałym oraz o Eucharystii. Czy wiesz, że XVI-wieczny Sobór Trydencki użył na określenie Eucharystii wyrażenia znajdującego się w starych tekstach wedyjskich, które były starsze o blisko 2000 lat: „ofiara, która zbawia świat”? Innymi słowy, ofiara zbawiająca świat jest zasadniczo swoistą wymianą pomiędzy czynnikiem ludzkim i boskim, czymś co rozumieją zarówno hinduista jak i chrześcijanin.

Wierzę we wcielenie i myślę, że po błędach z ostatnich 2000 lat chrześcijaństwo powinno przestać być religią księgi, a zacząć być religią Słowa – słowa, które chrześcijanie otrzymują od Chrystusa żywego, jak powiedział św. Paweł – teraz, zawsze i na wieki. Wówczas ich wiara stanie się bardziej osobista. Przekazywanie wiary współczesnym

ludziom nie oznacza dawkowania różnych składników (trochę tomizmu, trochę judaizmu itd.), ale polega na docieraniu do najgłębszych pokładów ludzkiej egzystencji, do doświadczenia pokory i mistycznego wglądu.

Prawda chrześcijaństwa nie stwarza monopolistycznej sekty, narzucającej swoje prawo drogą kolonialnego podboju, ale jest eksplozją, która miała miejsce na początku czasów, co św. Paweł trafnie zdefiniował jako „tajemnicę, która istniała od zarania dziejów” i której my chrześcijanie znamy zaledwie drobną cząstkę.

Czy to jest powodem, dla którego pragnie Pan zwołania drugiego soboru jerozolimskiego, idąc za przykładem pierwszego, który zniósł obowiązek poddawania nowo nawróconych rytuałom żydowskim?

Dzisiejszy kryzys nie dotyczy jednego kraju, jednego modelu, jednego ustroju; to jest kryzys ogólnoludzki. Sobór powinien być otwarty nie tylko dla tych powołanych do szczególnej służby – księży, biskupów, zakonnic – ale skupić się na kwestiach bardziej istotnych. Trzy czwarte światowej populacji żyje w nieludzkich warunkach. Ludzkość żyje obecnie w takim niepokoju i poczuciu zagrożenia, że rządzący są przekonani, iż koniecznym jest utrzymywanie 30 milionów ludzi pod bronią! Kościół nie może być obojętny w obliczu niepokoju oraz zinstytucjonalizowanej niesprawiedliwości. Nie może pozostawać głuchy na wołanie ludzi, zwłaszcza tych upokorzonych i biednych. Sobór, którego zwołanie proponuję, nie byłby z pewnością wyłącznie chrześcijański, ale ekumeniczny w tym sensie, iż wysłuchałby głosów innych światopoglądów i religii. Celem jego byłoby określenie, w jaki sposób Duch Święty inspiruje ludzi do życia w pokoju oraz do niesienia radosnego przesłania nadziei.

Raimon Panikkar
Rozmawiał Henri Tincq
Dział religijny Le Monde
Tłumaczenie Bartosz Wincek
Copyright i przedruk za zgodą
Christian Century Permission
<http://christiancentury.org/>

RAIMON PANIKKAR (1918-2010) wychował się w Hiszpanii, miał matkę katoliczkę i ojca hindusa. Uczynił dialog między religiami swoją życiową misją. Święcenia kapłańskie przyjął w Kościele Katolickim w 1946 roku. Związany był z diecezją Varanasi w Indiach. Panikkar jest autorem około 40 pozycji, takich jak: *Nieznany Chrystus hinduizmu*, *Trójca Święta i światowe religie*, *Milczenie Buddy*, *Rzeczywistość kosmoteandryczna* czy *Dialog międzyreligijny*. Po wielu latach wykładowania religioznawstwa na uniwersytecie kalifornijskim w Santa Barbara, czas emerytury spędził w Hiszpanii.

NASZA OBLACJA

Podróż, którą odbyliśmy we wrześniu 2011 do Centrum Dialogu i Modlitwy w Oświęcimiu miała dla nas szczególne znaczenie. Podczas spotkania mieliśmy zakończyć nasze 2-letnie przygotowania do wstąpienia do wspólnoty oblatów. Droga z Ukrainy okazała się tym razem bardzo skomplikowana. Mieliśmy problemy z otrzymaniem wizy, a autobus, na który mieliśmy bilety, po prostu nie przyjechał na stację we Lwowie. Choć z dużym opóźnieniem, dotarliśmy na miejsce. Te przeszkody, przypominające mitologiczny labirynt, jeszcze raz pomogły nam rozważyć własny wybór oraz odczuć wagę i znaczenie naszego uczestnictwa w życiu wspólnoty.

Cieszyliśmy się, że możemy poznać i porozmawiać z koordynatorami, którzy przyjechali na spotkanie. Z radością patrzyliśmy, jak medytacja jednoczy ze sobą ludzi. Zwracając się do głębi naszej istoty, można doświadczyć, jak praktyki kontemplacyjne pomagają przewyciężyć wszelkie różnice między nami, czyniąc możliwą i skuteczną naszą pracę w rozwijającej się wspólnotcie duchowej.

Całe spotkanie było cudownym przykładem tego, że zetknięcie tego, co Boskie, z tym, co ludzkie, które odbywa się w modlitwie kontemplacyjnej, oczyszcza ze śladów jakiegokolwiek zła, dokonanego przez ludzi izolujących się od Bożej obecności. Wspólna medytacja jest najlepszym lekiem dla całej ludzkości, łącznie z chorobami historii. Wspólnie przeżywając w prostocie Ducha swoją duchową tożsamość – obecnego w nas Boga – możemy być prawdziwymi ludźmi, możemy starać się żyć godnie, świadomie i duchowo.

Bezpośrednio po przyjeździe trafiliśmy na zakończenie spotkania koordynatorów, po którym rozpoczęła się niedzielna Msza Święta, podczas której my i Maksymilian Kapalski mieliśmy przyjąć końcową oblację. Miło było znowu zobaczyć o. Laurence'a, który niedawno był u nas w Kijowie. Czekaliśmy na spotkanie z innymi ważnymi gośćmi rekolekcji – Kim Natarają i o. Janem Pawłem Konobrodzkim OSB z benedyktyńskiego opactwa w Tyńcu. Ta Msza św. z pewnością była jednym z najgłębszych przeżyć w życiu z Chrystusem, obecnym w prostocie teraźniejszości, w prostocie Tajemnicy Eucharystii, przenikającej głębię naszego serca, w prostocie otaczającej nas wspólnoty. Po Mszy św. o. Laurence wygłosił wykład na temat kontemplacji, sprawiedliwości społecznej, duchowości, oraz o uczciwej, szczerzej i gorliwej pracy każdego człowieka nad poznaniem samego siebie. Mówił też o tym, że koncentracja na ideologii i własnym ego prowadzi ludzkość do punktu, w którym przemoc i strach doprowadzą do absurdalnych sytuacji, zagubi się zwią-



fot. Wojciech Sarna

zek z rzeczywistością, która nie jest zależna od naszych wyobrażeń i interesów. I wtedy - jak powiedział o. Laurence w swoim wykładzie - my przebywając tutaj, możemy w milczeniu i pokoju stawać się znakiem nowego życia, Bożego życia, życia duchowej wspólnoty, w której nie będzie miejsca na życie złudzeniami i przemoc.

Oblackie refleksje | Maria Zacharowa

Urodziłam się w kraju, w którym jedyną możliwą wizją świata był materializm. Wszyscy ludzie wokół mnie głosili przekonanie, że empiryczna, materialna rzeczywistość jest tą jedyną rzeczywistością w znaczeniu ostatecznym. Nawet teraz, kiedy materializm nie jest już oficjalnym społecznym paradygmatem, większość poglądów ludzi religijnych, którzy jeszcze do niedawna byli przekonani, że ludzkie życie jest ograniczone do życia ciała, wyobraźni i intelektu, nadal jest głęboko materialistyczna.

Swoje pierwsze doświadczenie duchowe przeżyłam w dzieciństwie, kiedy po raz pierwszy powiedziano mi, że ludzie umierają, że „znikają na zawsze i nic po nich nie zostaje”. Długo o tym myślałam, ponieważ miałam przeczucie, że jednak „coś” zostaje, „coś”, co dla mnie wtedy nie miało nazwy, ale ja to „coś” wyraźnie odczuwałam w sobie.

Kiedy miałam 14 lat, przeszłam poważną operację chirurgiczną. Po obudzeniu doświadczyłam dziwnego uczucia, że chociaż tych kilku godzin faktycznie nie pamiętałam, było „coś”, co we mnie nie przestawało istnieć.

Doświadczenie to stało się dla mnie początkiem świadomego duchowego poszukiwania. To poszukiwanie stało się dla mnie nową osią życia. Teraz, patrząc w przeszłość, widzę, że doprowadziło mnie tu, gdzie jestem dziś. Właśnie to poszukiwanie doprowadziło mnie do Kościoła Katolickiego, nie pozwoliło mi stać w miejscu, skłaniało

ciągle do szukania źródła mojej duchowej tradycji. Jezus uczył, że lepiej „nie mieć, gdzie skłonić głowę”, a św. Benedykt, nawiązując do tych słów, dał nam instrukcję o potrzebie codziennej przemiany, zagłębienia się w sobie. Przyjmując to mistyczne nauczanie, spotykałam się dużą ilością ludzi z różnych tradycji duchowych, pragnąc wziąć z tych tradycji i ich doświadczenia, to, co najlepsze, co mogłabym wykorzystać w swojej dalszej drodze.

W pewnym momencie zrozumiałam, że są elementy bardzo dla mnie istotne, a możliwe, że także dla wszystkich, którzy są na ścieżkach duchowych poszukiwań. Tymi elementami są: wizja integralna, harmonijnie łącząca wszystkie aspekty rzeczywistości i jednocząca je z tradycją duchową, a także stała praktyka oraz dyscyplina rozwijająca nas duchowo na każdym poziomie i główna rzecz – żywa wspólnota, zjednoczona wolą wzrostu duchowego, zakorzeniona w duchowej tradycji.

Duch poszukiwania obudzony w moim życiu podczas głębokiego kryzysu i spontanicznej kontemplacji, doprowadził mnie do naszej wspólnoty, w której zobaczyłam wcielenie moich ideałów oraz możliwość uczestniczenia w pracy pożytecznej dla wielu ludzi o podobnej wizji duchowej i kulturalnej. Tutaj poznałam ludzi prezentujących wysokiej jakości duchowość w prostych sytuacjach życia codziennego, którzy bezinteresownie pomogli mi dotrzeć do momentu mojej obłacji, za co chcę im wszystkim podziękować.

Oblackie refleksje | Albert Zacharow

Za każdym razem, kiedy w życiu przychodzi czas na podjęcie ważnych decyzji, zaczynamy odczuwać silniejszy puls rzeczywistości, obecność w teraźniejszości. Być może takie ostre momenty życia istnieją dlatego, żeby pomóc nam wynurzyć się z naszych skomplikowanych i poplątanych wyobrażeń o rzeczywistości, które przypominają burzliwe morze, do prawdziwej rzeczywistości - stałej i prostej.

Myślę, że w moim życiu nastąpił teraz jeden z takich momentów. Robiąc krok z przeszłości do przyszłości, wyraźnie odczuwam siebie w teraźniejszości, w samym centrum mego istnienia. Jest to bardzo przyjemne uczucie, jest ono jednocześnie czymś świeżym, nowym, ale też moc jego ciężenia polega na tym, że jest ono przeżywane, jak coś głęboko znajomego i bliskiego. Zawsze mi się podobała idea „wiecznego powrotu” rumuńskiego filozofa Mircei Eliadego, to jak opisywał archetypowy obraz mitologicznego Bohatera, podróżującego w przestrzeni i czasie, który dostrzega cel na pierwszym etapie swej podróży. Od samego dzieciństwa, podobnie jak i inni ludzie, odczuwałem w sobie jakiś pulsujący sygnał, który potem

stał się przyczyną mego duchowego poszukiwania. Wyrosłem w rodzinie, która nie miała żadnej religijnej tożsamości i dlatego moje poszukiwanie było wyznaczone tylko intuicyjnym pragnieniem poszukiwania czegoś, co miało mi przynieść poczucie kompletności i całości. Jednym z moich wczesnych duchowych przeżyć było proste i jasne uczucie paradoksalności i jednocześnie cudu samego faktu bycia. Dziwiło mnie, że ludzie wokół, rzeczy, ja sam i środowisko, jednoczące mnie ze światem wokół, stale są podtrzymywane wielką siłą, niewidoczną, stałą i wszechobecną.

Przez lata, po zapoznaniu z innymi nurtami religijnymi: indyjską wedantą, manicheizmem i buddyzmem, moje duchowe poszukiwanie doprowadziło mnie do mistycyzmu chrześcijańskiego i Kościoła Katolickiego. Chcąc pogłębić swoje doświadczenie chrześcijańskie, zacząłem szukać czegoś bliskiego dla moich wewnętrznych przeżyć. Poszukiwałem w środowisku współczesnej i klasycznej mistycznej duchowości. To doświadczenie pozwoliło mi poznać cudownych nauczycieli duchowych chrześcijaństwa kontemplacyjnego, którzy uczyli, jak w praktyce przeżywać obecność Boga w naszym życiu, być człowiekiem przeżywającym głęboko swoje życie wewnętrzne, nie gubiąc jednak zakorzenienia w życiu wszystkiego wokół. Byli to głównie nauczyciele związani z duchowością św. Benedykta, ale też i szeroką wizją życia chrześcijańskiego otwartego na dialog i kontemplację. Byli to: Bede Griffiths, Thomas Merton, John Main. Kiedy po raz pierwszy usłyszałem opowieść o Laurence'a o ptakach wracających do domu, poczułem, jak rezonuje to z moim własnym przeżyciem „wiecznego powrotu” do źródła czystego bycia, prawdziwego powrotu do domu. Podobnie i Reguła św. Benedykta w swoim wstępie mówi o tej właśnie drodze: «Słuchaj uważnie (...) przez trud posłuszeństwa powrócisz do Tego, od którego odszedłeś przez gnuśność nieposłuszeństwa.»

W buddyjskiej tradycji, jednym z najpiękniejszych przedstawień drogi duchowej jest obraz trzech klejnotów - Buddy, Dharmy, Sanghi. O mojej własnej ścieżce duchowej też mogę powiedzieć, że moja droga do domu była możliwa dzięki tym właśnie trzem klejnotom - obecności Chrystusa, mądrości Jego nauczania o Prawdzie i Rzeczywistości, duchowi Wspólnoty i możliwości przeżywania w niej tajemnicy wiary i realizowania codziennej praktyki duchowej. Dzisiaj stwierdzam, że znalazłem drzwi do domu - znalazłem swoje miejsce w Kościele, jako we wspólnocie uczniów. Chcę podziękować wszystkim, którzy pomogli mi w poszukiwaniu i pragnę powitać tych, z którymi wspólnie mogę kontynuować moją drogę.

Maria Zacharowa
Albert Zacharow

MEDYTUJĄCY DOMINIKANIE

Coraz więcej dominikańskich klasztorów w Polsce staje się miejscem regularnych spotkań grup medytacji chrześcijańskiej. Korzystając z obecności o. Laurence'a Freemana OSB w Polsce na spotkaniu koordynatorów krajowych WCCM, które odbyło się w Oświęcimiu w dniach 14 – 16 października br., postanowiliśmy zaprosić go do poprowadzenia krótkich rekolekcji medytacyjnych dla dominikanów.

Spotkaliśmy się na trzy dni w naszym dominikańskim domu rekolekcyjnym w Korbielowie koło Żywca. Wśród kilkunastu braci byli ojcowie spotykający się z grupami medytacyjnymi, zainteresowani medytacją, jako drogą osobistego rozwoju modlitwy, a także grupa naszych braci studentów. W rekolekcjach uczestniczył także o. Krzysztof Popławski, prowincjał Polskiej Prowincji Dominikanów.

Był to dla wszystkich owocny czas. Wysłuchaliśmy konferencji i wprowadzeń o. Freemana. Codzienną prakty-



fot. Andrzej Drozd

kę medytacji włączaliśmy w rytm liturgii godzin i mszy świętej. Był też czas na pytania, podzielenie się swoimi doświadczeniami i rozmowy. Owocem tych krótkich rekolekcji jest projekt organizowania corocznych sesji medytacyjnych dla zainteresowanych braci.

Wojciech Czwichocki OP

MEDYTACJA NA ZIELONEJ WYSPIE

W dniach 12-14 sierpnia 2011 pod hasłem „Alive in Christ” odbyło się w Cork Seminarium Johna Maina, organizowane co roku przez Światową Wspólnotę Medytacji Chrześcijańskiej. Tym razem zaproszonym gościem, który głosił konferencje był o. Timothy Radcliff OP z Oxfordu, były generał naszego zakonu, duszpasterz, intelektualista, niezwykle braterski i otwarty dominikanin. Być może to jego obecność zachęciła mnie, żeby jednak wybrać się na wyspy.

Do Cork przyjechałem z Dublina, gdzie miałem możliwość spędzenia kilku dni u moich irlandzkich braci. W dominikańskich klasztorach w Dublinie, Tallaght, Galway i innych miastach Irlandii pracują też bracia z Polski, pełniąc posługę duszpasterską wśród licznej Polonii. Była więc okazja do spotkania po latach, rozmów, wspomnień, podzielenia się swoimi doświadczeniami. Bardzo dobry czas w niepowtarzalnej atmosferze uliczek, pubów, kościołów, najsoczystszej zieleni i zmieniającej się w zawrotnym tempie pogody. Potem ruszyłem na południe.

„Cork? It's deep south.” Mówił z dublińskim akcentem starszy dominikanin, nie kryjąc zdziwienia, że chce się nam z Robertem wybierać samochodem w tak daleką podróż. Południe okazało się nie tak głębokie, a podróż przez góry Wiclów, ruiny opactwa Św. Kevina w Glendalough i irlandzkie wioski niezapomniana. Irlandia była taka, jak powinna być i nie rozczarowało mnie nic z tego, co

widziałem za oknami samochodu.

Dojechałem do kampusu Uniwersytetu Cork. Otwartość, serdeczność i pomoc organizatorów i uczestników spotkania pozwalała doświadczyć, że porozumienie i jedność między ludźmi nie zależą wyłącznie od zasad angielskiej gramatyki z wszystkimi wyjątkami włącznie.

Na spotkaniu przeważali ludzie starsi, w każdym razie starsi ode mnie. Mieli w sobie dużo naturalności i niewymuszonego spokoju. Ich medytacja wydała mi się tak oczywista. Po prostu siadali na granatowych krzesłach konferencyjnych w auli z przepięknym widokiem na panoramę Cork. Ktoś jeszcze kończył rozmowy. Potem chwila muzyki, celtycka harfa, w końcu byliśmy w Irlandii i cisza. Pojawiała się bez przymusu. Unosiła nad siwizną włosów, przenikała przygarbione sylwetki, łaskawa dla drzemki znużonego Australijczyka, była sobie. Chyba najbardziej ujęła mnie ta naturalność naszych wspólnych medytacji. W Polsce, odnoszę czasem wrażenie, jakby medytacja miała być dla nas czymś tak specjalnym, tak wyjątkowym, że trzeba tak mocno zamknąć oczy, tak specjalnie jakoś siedzieć, oddychać. W tak jedyny, bardzo specjalny sposób nie myśleć. O jedynym w swoim rodzaju sposobie powtarzania mantry nie wspominając. A jeśli już nie przejmować się formami, to oczywiście nie tak po prostu, ale wyjątkowo. Nikt też nie miał problemów, które w Polsce są nierzadkie, żeby medytację odnaleźć natural-

nie, bez specjalnego intelektualnego wysiłku, w chrześcijańskiej tradycji. Byliśmy w centrum chrześcijańskiego doświadczenia modlitwy, po prostu, bez pretensji do jakiejś wyjątkowości, a nie na ledwo tolerowanych obrzeżach, podszytych niepewnością, czy to aby już nie buddyzm. Niepewnością podsycaną zresztą przez wielu duchownych. Dużo można mówić o miejscu medytacji w chrześcijańskiej tradycji modlitwy, sam często o tym mówię, ale zupełnie czymś innym jest móc doświadczyć, że to zwyczajna, prosta forma modlitwy, z której nie trzeba się nikomu tłumaczyć.

Nie zawiódł też Timothy. Wszystko rozumiałem, więc musiał mówić prosto. Leniwie, z angielską flegmą i angielskim poczuciem humoru, pozwalał słuchaczom uwierzyć, że modlitwa, mistyka, duchowość jest czymś dla nich, czymś, co przeżywają na co dzień. Jakby przekładał z obcego języka mistycznych dzieł i teologicznych traktatów, na zrozumiałą dla wszystkich język zwyczajnego życia. Mnie bardzo ujęło to, że w swoich przykładach bardzo często odwoływał się do życia w zakonie: „Jak mawia, pewien starszy dominikanin w Oxfordzie”, „opowiadał mi pewien brat na Filipinach”, „jeden dominikanin napisał kiedyś” itd. Poczułem się jak w domu, tym bardziej, że

o naszym dominikańskim życiu mówił z braterskim zaangażowaniem, a jednocześnie dystansem i tym rodzajem autoironii, który jakbym skądś znał. Może tego brakuje czasami w przeżywaniu medytacji? Odrobiny dystansu i autoironii?

Program seminarium był oczywiście dużo bogatszy: konferencje, wspólne medytacje, dyskusje w grupach tematycznych, wycieczki i rekolekcje. Nie do przecenienia, jak zawsze w takich wypadkach, były nieformalne rozmowy w kularach, przy kawie, w czasie przerwy na lunch, czy wieczornych spacerach w drodze na nocleg.

Wylatywałem z Cork do Wrocławia późnym popołudniem. Słońce pięknie zachodziło nad zielonymi łąkami. Wciskając się w ciasny fotel samolotu tanich linii lotniczych, pomyślałem jeszcze o tym, dlaczego tak łatwo zapominamy o zwyczajności, tej która jest na wyciągnięcie ręki i dlaczego tyle energii wkładamy w to, żeby wszystko skomplikować. Potem zaczęliśmy kołować na pas startowy.

Wojciech Czwichocki OP

WOJCIECH CZWICHOCKI OP opiekun grupy medytacji przy klasztorze dominikanów we Wrocławiu.

Kalendarium

> meditatio 2012

Termin: 10-12 lutego 2012

Prowadzący: o. Laurence Freeman OSB

Temat: Dlaczego wiara góry przenosi

Miejsce: Kielce

Wiara to coś więcej, niż silne przekonania. To doświadczenie, które poprzez dyscyplinę osobistej praktyki jest przekraczaniem samego siebie, a stamtąd prowadzi... jeszcze dalej. Jeżeli uda się nam dostrzec, że praktyka Medytacji Chrześcijańskiej jest drogą czystej wiary, to tym samym odkrywamy tajemnicę i istotę modlitwy.

> LUDZIE I WYZNANIA

Termin: 12 lutego 2012

Goście: Roshi Reiko Maria Moneta Malewska, Laurence Freeman OSB, Ks. Henryk Paprocki, Rabin Symcha Keller, Szajch Andre Andrzej Saramowicz

Temat: „Jesteście moimi świadkami” (Iz 43, 10)

Miejsce: Kielce

Organizatorzy: Stowarzyszenie im. Jana Karskiego, Światowa Wspólnota Medytacji Chrześcijańskiej w Polsce i Prezydent Kielce

Zapisy na www.wccm.pl

LUDZIE I WYZNANIA

Kielce są miastem szczególnym. To tutaj rok po zakończeniu II wojny światowej, najstraszliwszym doświadczeniu ludzkości, gdy zostało zgwałcone, zamordowane i pogrzebane powszechne przekonanie o świętości życia, doszło do okrutnej zbrodni. Z powodów przesądu religijnego tłum polskich chrześcijan zamordował okrutnie garstkę ocalałych z Zagłady swoich sąsiadów Żydów. Od wielu lat, wspominając tę zbrodnię i jej ofiary, pochylając się nad sprawcami, modlimy się w intencji pokoju, zrozumienia i miłości między ludami wszystkich religii, kultur i narodów.

W 2012 roku, 12 lutego, po zakończeniu Meditatio, zapraszamy na Spotkanie w Dialogu „Ludzie i wyznania”, któremu patronować będzie hasło wzięte z Księgi Izajasza – Jesteście moimi świadkami. Udział w nim wezmą postacie o osobistym doświadczeniu medytacyjnym pochodzący ze wszystkich czterech wielkich religii: judaizmu, chrześcijaństwa, islamu i buddyzmu. Będziemy rozważać i medytować nad rolą osobistego świadectwa dobra w świecie przepełnionym nadal uprzedzeniami, które prowadzą do prześladowań, ucisku a nawet zbrodni. Ilość miejsc ograniczona, dlatego prosimy o wcześniejsze zgłaszanie chęci swojego w nim udziału.

Bogdan Białek



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, wewnątrz, zacznij powtarzać proste słowo modlitwy. Proponujemy modlitewne wezwanie:

Powtarzaj je w sercu delikatnie i wiernie przez cały okres medytacji. Gdy pojawią się rozproszenia lub spotrzeżesz „puszkę” - 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.

* W języku aramejskim: *Przyjdź, Panie! Pan przychodzi.*

Adresy grup medytacyjnych:

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

BIAŁYSTOK

Kontakt: Ernest K. Sienkiewicz,
tel. 601311135, ekamis@interia.pl
www.swmc.alleluja.pl
środa, godz. 19:30

CIESZYN

Kontakt: Maksymilian Kapalski,
tel. 727903601, maksym.k@wp.pl

GLIWICE

Kościół Parafialny
p.w. Matki Boskiej Częstochowskiej na Trynku
Kontakt: Paweł Fraś, tel. 506 800 840, pawel@ciel.pl
piątek, godz. 17.45

JASIENICA MAZOWIECKA (k. Ostrowi Mazowieckiej - kierunek Andrzejewo)
ul. Pawła Jasienicy 30 wikariat plebanii (wejście od szczytu budynku)

Kontakt: ks. Rafał Figiel
rafalfigiel@op.pl tel. 603 855 778
wtorek, godz. 19.30

KOMORÓW (k. Pruszkowa)

Plebania kościoła parafialnego pw. Narodzenia NMP ul. 3-go Maja 9
Kontakt: Marian Brzozowski
brzozowskim@wp.pl tel. 605 068 753
wtorek, godz. 19.15

KATOWICE

Archiebiskupia Ośrodek
Duszpasterstwa Akademickiego
ul. Wita Stwosza 16
Kontakt: Joanna Dworok,
tel. 601 519 060, jdark@wp.pl
Grzegorz Płonka,
tel. 603 240 063, grzegorzplonka@op.pl
piątek, godz. 18.00

LUBLIN

Żeński Dom Studencki KUL /kaplica/
ul. Konstantynów 1 D
Kontakt: s. Bogumiła Kucharska SJK
boguku@poczta.onet.pl
Ewa Grodecka, tel. 665 299 112
grodecka.ewa@gmail.com
środa, godz. 20:30

ŁÓDŹ

Parafia Chrystusa Króla (dom parafialny)
Kontakt: ks. Kazimierz Woźniak
tel. 42 688 72 54, kazek@toya.net.pl
środa, godz. 19:15

MYSZKÓW

Parafia p.w. Św. Piotra i Pawła Apostołów
Kontakt: Urszula Wojciechowska-Budzikur
tel. 609 234 460
sobota, godz. 08:00

ORNONTOWICE

Parafia św. Michała Archanioła,
salka przy probostwie
Kontakt: Grzegorz Zdrzałek,
tel. 501 710 650, gzdrzalek@interia.pl,
Maria Maciata, tel. 608 301 102,
mariamaciata@autograf.pl
poniedziałek, godz. 19:00

OLSZTYN

Parafia św. Arnolda
Joanna Buzderewicz, tel. 609645204
Katarzyna Piątkowska, tel. 664424266
spotkania osób modlących się modlitwą Jezusową
wtorek po mszy św. godz. 18.45 w salce parafialnej

SZCZECIN

Klasztor Dominikanów, Plac Ofiar Katynia 1
Kontakt: o. Jacek Truszczyński OP, tel. 607 622 398
jacekop@dominikanie.pl
piątek, godz. 19:30
(wprowadzenie do praktyki medytacji godz. 19:15)

WARSZAWA

Klasztor Dominikanów, ul. Freta 10,
wejście boczne od furty w podcieniach
Kontakt: Monika Jędrzejewska
tel. 607 610 388
środa, godz. 19:00

WARSZAWA

Parafia Ewangelicko-Reformowana
sala w podziemiach domu parafialnego
al. Solidarności 76a
Kontakt: Zbigniew Skierski
z.skierski@gmail.com, www.reformowani.org.pl
środa, godz. 18:00; niedziela, godz. 10:00

WARSZAWA

Centrum Pomocy Duchowej
ul. Skaryszewska 12 (wejście od ul. Lubelskiej, schodami w dół)
Kontakt: Małgorzata Łakomska
tel. 608492255, mlakomska@o2.pl
środa, godz. 19:00

KRAKÓW

Kontakt: Urszula Jajkowska
tel. 602 740 911, ulek1109@interia.pl

KONTAKT W JĘZYKU POLSKIM ZA GRANICĄ

WIELKA BRYTANIA, Londyn

Kontakt: Wojtek Karczmarczyk
wkarczmarczyk@gmail.com

IRLANDIA PÓŁNOČNA, Magherafelt

Kontakt: Marcin Gryszkiewicz,
tel. +44 (0) 78 955 165 81
marcin.gryszkiewicz@onet.eu

UKRAINA, Lwów i Kijów

Kontakt: Maria Zakharova,
info@wccm.org.ua
www.christian-meditation.com.ua

PROGRAMY MEDITACJI CHRZEŚCIJAŃSKIEJ

OBLACI BENEDYKTYŃSCY WCCM

koordynator Maksymilian Kapalski: maksym.k@wp.pl

MEDITACJA DZIECI I MŁODZIEŻY

koordynatorka Agnieszka Kitlas: oziarenko@wp.pl

MEDITACJA W RESOCJALIZACJI

koordynatorka Urszula Wojciechowska-Budzikur:
zca_czestochowa@sw.gov.pl

WSPÓLNOTY DWUNASTOKROKOWE (11. KROK)

koordynator Grzegorz Zdrzałek: gzdrzalek@interia.pl



Światowa Wspólnota
Medytacji Chrześcijańskiej w Polsce

www.wccm.pl

Redakcja bieżącego numeru: Paulina Leśniak (redakcja), Andrzej Ziółkowski (redakcja),

Iza Szczepaniak – Wiecha (korekta), Tomasz Szymański (korekta), Lila Nawrot (korekta), Agnieszka Leśniak (skład)