

Dlaczego powinniśmy uczyć dzieci medytować? Świadectwo z diecezji Townsville Streszczenie wykładu



Niezmiernie cieszymy się, że jesteśmy z wami tutaj, w Polsce, oraz że możemy podzielić się z wami naszą historią związaną z Medytacją Chrześcijańską w szkołach diecezji Townsville.

Na początku chcielibyśmy powiedzieć kilka słów o naszym miejscu w świecie, o naszych szkołach i uczniach.

Slajd 1-5

Podczas naszego dzisiejszego spotkania opowiemy wam, co skłoniło nas do wprowadzenia medytacji chrześcijańskiej jako praktyki modlitwowej do szkół, a także o problemach, z którymi zmagaliśmy się.

Patrząc na siedem lat podróży tą drogą, nasz pierwszy skok wiary przyniósł niezwykle owoce wśród uczniów i nauczycieli. Program ma duże wsparcie rodziców, a nasze Biuro Edukacji Katolickiej znane jest w całej Australii z zaangażowania we wprowadzenie każdego ucznia w naszych szkołach do Medytacji Chrześcijańskiej tak, aby stali się oni osobami medytującymi w tradycji otrzymanej od ojca Johna Maina i Laurenca Freemana.

Slajd 6
Dadirri

W Australii wierzymy, że Bóg jest obecny w życiu człowieka od wieków. Czerpiemy inspiracje od Aborygenów i ich pradawnej i głębokiej duchowości związanej z wielkim stwórcą, u której podstaw leży cisza i bezruch. Następny slajd przedstawia przywódczynię Aborygenów Miriam Rose Ungermier z Daly River w Terytorium Północnym, która żyje duchem Dadirri. Dadirri to pojęcie, którego podstawą jest praktykowanie intensywnej i obiektywnej obserwacji i słuchania. Pojęcie to jest bardzo głęboko zakorzenione w tradycji australijskiej. Dla Miriam jest to sposób poznawania społeczności, w której funkcjonuje i

zdobywania nowych doświadczeń. Według niej „W każdym z nas bije głębokie źródło mądrości. Daddirri pozwala nam z niego czerpać”.

Slajd 7

Tradycja chrześcijańska jest źródłem wspaniałej nauki, z której czerpiemy inspiracje do naszego życia. Przyjmujemy, że wszystko pochodzi od Boga.

Św. Paweł w liście do Efezjan zaprasza nas do życia zakorzenionego w misterium Boga: „Dlatego zginam kolana moje przed Ojcem, od którego bierze nazwę wszelki ród na niebie i na ziemi, aby według bogactwa swej chwały sprawił w was przez Ducha swego wzmocnienie siły wewnętrznego człowieka. Niech Chrystus zamieszka przez wiarę w waszych sercach; abyście w miłości wkorzeni i ugruntowani, wraz ze wszystkimi świętymi zdołali ogarnąć duchem, czym jest Szerokość, Wysokość i Głębokość, Głębokość poznać miłość Chrystusa, przewyższającą wszelką wiedzę, abyście zostali napełnieni całą Pełnią Bożą” (Ef 3:14-19)

Slajd 8

Nasza misja pedagogów katolickich polega na tym, aby pomóc uczniom zrozumieć, co to znaczy żyć pełnią życia w ciele, umyśle i duchu. Medytacyjna podróż zachęciła nauczycieli i uczniów do głębokich rozmyślań na temat życia duchowego i naszego ludzkiego potencjału, tak, aby stać się istotą w pełni życia, do czego nawołuje nas św. Ireneusz mówiąc, że „Chwałą Boga jest człowiek w pełni żywy”. Medytacja zaprasza nas do poznania prawdy, którą dał nam Jezus – „Będę z wami zawsze”.

Slajd 9

„Szkoła musi kształcić osoby odpowiedzialne, kierujące się wewnętrznymi, zdolne do podejmowania wolnych wyborów w zgodzie z własnym sumieniem. Jest to instytucja, gdzie młodzi uczą się stopniowo otwierać się na życie takie, jakim ono jest, oraz tworzyć w sobie określone podejście do życia takim, jakie ono powinno być” (Szkoła Katolicka, nr 31).

Wymaga się więc od nas, aby prosić uczniów o coś, co dla wielu z nich jest bardzo trudne. Żyć pełnią życia w ciele, umyśle i duchu, rozwijać nastawienie do życia takim, jakim ono powinno być, wymaga od nich poddania życia dobroci Boga. Ale najpierw uczniowie muszą poznać Boga osobiście, nie jako Boga odległego, dostępnego nam tylko poprzez księdza, nauczyciela czy nawet Biblię. Przy pomocy Medytacji Chrześcijańskiej uczymy ich i dajemy im doświadczenie, które według Johna Maina jest drogą oczyszczenia serca.

Slajd 10

Błogosławieni (Szczęśliwi) czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą.

Sensem życia jest dostrzeganie Boga z absolutną jasnością. Medytacja jest sposobem na oczyszczenie widzenia. Nauczyć się dostrzegać jasno i czysto to, co jest, to umiejętność, którą musimy nabyć.

Bóg, Jestem, który Jestem, jest tutaj. John Main OSB (Door into Silence)

Medytacja pomaga osiągnąć czystość serca, ponieważ ujarzma nasze ego. Taka czystość serca jest konieczna do zrealizowania ostatecznego celu życia chrześcijańskiego – zdolności okazywania bezwarunkowej miłości bliźniego. Aby to osiągnąć, musimy pokonać skoncentrowanie się wyłącznie na samym sobie, przejawiające się w nieujarzmionym ego, pokornie otwierając się na Boga na poziomie serca a nie na poziomie intelektualnym czy myślowym. Medytacja pomaga nam poddać się niepojętej tajemnicy w samym sercu naszego życia i pozwala, aby uwalniająca łaska Boga działała w każdym i przez każdego z nas.

Slajd 11

Zdjęcia dzieci z różnymi gadżetami

Zdajemy sobie sprawę z coraz większej potrzeby przybliżenia uczniów do ewangelicznej wizji życia. Jak przypomina nam Joan Chittister, żyjemy obecnie w bardzo dziwnym świecie. Jest to świat oszałamiających osiągnięć technologicznych i naukowych. Jest to, w konsekwencji, świat coraz bardziej złożony i pełen niepewności. Im więcej mamy odkryć dotyczących mechaniki życia, tym mniej jesteśmy pewni sensu, celu i istoty życia. Jest to świat, który stał się dziwny przez nasze własne działanie.

Być może powinnam w tym miejscu dodać, iż mówię o świecie, jakiego doświadczamy w Australii i nie chcę sugerować, że Polsce sytuacja wygląda dokładnie tak samo. Ale z drugiej strony, może i tak jest, biorąc pod uwagę fakt, jak bardzo świat jest dzisiaj ujednolicony. Kanadyjski filozof Charles Taylor opisuje czasy obecne jako wiek ekspresywnego indywidualizmu, gdzie wybór jednostki może być postrzegany jako jego uzasadnienie. Kultura zachodnia stawia na ekscytację, a nie na ciszę, na działanie, a nie na bezruch. Uczniowie są często nadmiernie stymulowani i niespokojni. W takim świecie prawie wszystko, czego doświadczają uczniowie przeszkadza im w podróży do swojego wnętrza w ciszy i bezruchu.

Świecka wizja świata sugeruje, że rozwiązanie problemu niepokoju leży poza nami, w pogoni za jeszcze bardziej ekscytującym życiem.

Taki styl życia tworzy niezdrową presję dla młodych ludzi, żyjących w oparciu o wartości świeckie, które pozostawiają niewiele miejsca na kontemplatywne sposoby bycia.

Jesteśmy przekonani, że edukacja katolicka musi odpowiedzieć na takie właśnie wyzwania społeczne, przedstawiając uczniom i ucząc ich alternatywnego sposobu bycia.

Wprowadzając Medytację Chrześcijańską pragniemy, aby nasi uczniowie i nauczyciele rozważyli nowy sposób uczenia się oraz nową wyobraźnię, które umieszczają nauczanie bezruchu i ciszy w samym sercu edukacji. Jest to zaproszenie do edukacji wybiegającej poza pozory, edukacji głębi, mającej pomóc naszym uczniom podjąć podróż, którą Teilhard uważa za najtrudniejszą z podróży – podróż wewnętrzną zmierzającą do „ja” refleksyjnego, pełnego zadumy, do obszaru, gdzie słucha się serca i sumienia.

Slajd 12

Próbujemy przeciwstawić się efektom tego, co Jezuita Pedro Arrupe nazywa „globalizacją powierzchowności”, gdzie banały i błahostki stają się kryteriami życia, prowadzącymi do pewnego rodzaju zubożenia czy też apatii wobec Bożego wezwania. W takim środowisku nasi uczniowie stają się niewolnikami tyranii egotyzmu, nałogów, złudzeń czy egocentryzmu a w konsekwencji tracą poczucie osobowej pełni oraz zdolność do pełnego zatracenia się w

otaczającym świecie jako istoty zrównoważone. Wzrost do osiągnięcia pełni człowieczeństwa może zostać zahamowany z powodu braku samoświadomości i samowiedzy.

Australijski biskup Greg O'Kelly podkreśla naszą determinację do prowadzenia naszych uczniów do głębszego miejsca:

W świecie powszechnej, natychmiastowej komunikacji i ciągłych rozproszeń istnieje niebezpieczeństwo poruszania się tylko po powierzchni życia i utraty kontaktu z głębią naszej ludzkiej natury. Jeśli zabraknie nauczania młodych ludzi umiejętności zatrzymania się i refleksji, nigdy nie poznają samych siebie i mogą przeoczyć to miejsce, w którym można spotkać Boga: nasze serce.

Slajdy 13, 14

Zdjęcia medytujących dzieci i nauczycieli

Poświęciliśmy dużo czasu, wysiłku i środków, w tym także pieniędzy, na nasz projekt Medytacji Chrześcijańskiej. Widzimy w tym konieczną i wspaniałą inwestycję w Boże talenty każdego z naszych wspaniałych młodych ludzi. Pojawiają się znaki nadziei na przyszłość, która czasami przynosi wyzwania o skali wydającej się nie do pokonania. Dlatego musimy dać naszym uczniom to, co najlepsze, szczególnie, jeśli chodzi o alternatywne i życiodajne zrozumienie samego siebie jako obrazu Boga.

Wiemy, że są oni zdolni do wspaniałej i bezinteresownej miłości bliźniego i wszystkich istot żyjących na tej kruchej, błękitnej planecie.

Slajd 15

Papież Benedykt XVI nadaje tej formie modlitwy wspaniałą perspektywę.

Slajd 16

Kardynał Australijski, Geroge Pell udzielił nieograniczonego wsparcia Medytacji Chrześcijańskiej.

Slajd 17

Arcybiskup Rowan Williams na Synodzie Biskupów w Rzymie w 2012 roku mówił o ogromnej potrzebie wsparcia tego rodzaju modlitwy.

Slajd 18

John Main

Zainspirowani przez nauki Johna Maina oraz ojca Laurenca Freemana, nigdy nie wątpiliśmy w możliwości naszych nauczycieli i uczniów, co do zrozumienia nauczania i praktykowania Medytacji Chrześcijańskiej. Widzimy wyraźnie, jak odpowiadają na Bożą miłość, obecną w czasie medytacji w bezruchu i ciszy. Nasi uczniowie rozumieją i akceptują fakt, że kiedy na to zezwolimy, ta miłość przenika i nasyca całe nasze jestestwo i wszelkie doświadczenie.

Wiemy także, że dla naszych uczniów medytacja nie jest kolejnym zadaniem czy rzeczą, którą muszą wykonać – oni chcą i lubią medytować. Może się to wydawać paradoksem, ale dzieci potrafią pozostać w bezruchu i ciszy i mogą to polubić. Tak samo, jak w przypadku

wielu dorosłych, dzieci tęsknią za doświadczeniem świata wewnętrznego, które pomoże im przytłumić zgiełk codziennego życia.

Dzieci w wieku od 5 do 18 lat stają się zwolennikami tej formy modlitwy. Małe dzieci są niezwykle otwarte na obecność Boga w swoim życiu oraz prawdziwą gotowość do modlitwy. Zdają się kochać medytację a nauczyciele nie mają kłopotu z wprowadzeniem praktyki medytacji – siedzeniem przez krótki czas w bezruchu i ciszy, skupiając się na jednym słowie – *Maranatha*, które nie jest wypowiedziane na głos, ale w ciszy serca. Uczniowie poznają, że medytacja to nie tylko bycie cicho – to zdyscyplinowana odpowiedź ciała, umysłu i ducha.

W miarę jak wzrastają i zaczynają doceniać praktykę, coraz więcej naszych uczniów pozytywnie opowiada o Medytacji Chrześcijańskiej swoim przyjaciołom i rodzinom.

Wiemy, że jeśli uczy się dzieci medytacji od najwcześniejszych lat, to praktyka ta rozwija ich zdolności doceniania i rozwijania ważności, doświadczenia zachwyty, który znajduje się w samym centrum kreatywnego procesu uczenia się. Im bardziej są oni wierni praktyce, tym chętniej medytują przez dłuższy czas i tym bardziej lubią wewnętrzną ciszę.

Jak już wspomniałam wcześniej, Medytacja Chrześcijańska stała się charakterystyczną praktyką modlitewną w Townsville. Nauczamy modlitwy, o której John Main mówi, że jest modlitwą ubóstwa i prostoty. To pokrzepiająca koncepcja dla uczniów, którzy często doświadczają życia głośnego i pełnego przesyty.

Dlaczego chcieliśmy rozpocząć tę podróż?

Ludzie w kręgach edukacji katolickiej często pytają nas, skąd wzięło się nasze silne zaangażowanie we nauczanie Medytacji Chrześcijańskiej. Mówiąc prosto, chcieliśmy dać uczniom i nauczycielom szansę doświadczenia wspaniałej wizji, którą John Main przekazał wielu ludziom na świecie, odkrywając korzenie Medytacji Chrześcijańskiej.

Nasza podróż rozpoczęła się od wizyty ojca Laurencea Freemana na zaproszenie nowo wyświęconego biskupa Michaela Putneya. Ojciec Laurence zaczął uczyć ludzi w Townsville medytować po chrześcijańsku i wielu z nas bardzo zainspirował. Nauczyciele tacy jak ojciec Laurence czy John Main to ludzie, którzy umacniają nas swoimi słowami a ich świadectwo pozwala nam usłyszeć to, czego życie i Duch Święty dawno chcieli nas nauczyć. Ich słowa i przykład nie mobilizują nas do większych osiągnięć, ale do większego zaufania; poruszamy się, ufając Bogu, ufając życiu i temu, czego ono nas uczy. To są słowa Johna Maina. Jeśli chodzi o naszą inicjatywę w Townsville, ufamy naszym nauczycielom, których znamy, i Bogu. Z całego serca wierzymy, że zobaczyliśmy to, co Bóg chciał, żebyśmy zobaczyli, a mianowicie, że nasze dzieci potrafią medytować i powinny mieć możliwość doświadczenia Boga poprzez medytację. I tak oto znaleźliśmy się tutaj w Polsce, dzieląc się naszym doświadczeniem, aby inni także mogli zaufać Bogu. Podzieliliśmy się naszą historią z nauczycielami w Anglii, Irlandii, Indonezji, na Filipinach i w Singapurze. Pociągającym jest widzieć, jak Medytacja Chrześcijańska rozwija się w szkołach we wszystkich tych miejscach.

Co było dla nas w Townsville tak pociągające w wizji Johna Maina?

John Main nie mówił, że medytacja jest jedyną drogą czy też powinna zastąpić inne formy modlitwy. Wierzył jednak, że jest to praktyka zasadnicza w podróży człowieka i w religijnej wizji życia. Jego nauczanie pozwala nam postrzegać medytację jako drogę miłości. Miłość

ma w sobie klucz do właściwego zrozumienia i właściwego działania. Jest to wizja miłości, w której brak sentymentalności, ponieważ ego nie znajduje się w centrum w sposób zaborczy i pragnący kontrolować. To ta sama miłość, o której mówił Papież Benedykt XVI w swojej pierwszej encyklice „Deus Caritas Est” – Bóg jest Miłością, w której nawołuje nas do doświadczania miłości i w ten sposób pozwalania, aby światło Boga przenikało świat. Lepiej rozumiemy, że Bóg nie jest jakimś odległym źródłem czy przeznaczeniem, ale rzeczywistością zajmującą centralne miejsce w naszym życiu.

Slajd 19

Wierzyć w Boga, który jest miłością (1 Jana 4:8), mieć serce zdolne do poznania Boga (Jeremiasz 24:7), to być wolnym do reagowania na życie bardziej spontanicznie, bardziej naturalnie, bardziej osobiście, bardziej z całego serca.

To właśnie jest posiadanie życia w obfitości.

Patrząc na początki naszej podróży Medytacji Chrześcijańskiej, chciałabym podzielić się z Wami także możliwymi przeszkodami w obliczu których stanęliśmy.

Od samego początku wiedzieliśmy, że chociaż Medytacja Chrześcijańska jest praktyką dawną i mającą powiązania z wieloma wschodnimi tradycjami religijnymi, jest to modlitwa nowa i całkiem obca wielu Australijczykom. Niektórzy nauczyciele byli początkowo sceptyczni – być może nie byli w stanie dostrzec czy zaakceptować faktu, że nie jest to praktyka obca tradycji chrześcijańskiej. Trzeba było pokazać im związki. Jakie są te związki?

Po pierwsze, tradycja chrześcijańska ceni zdolności samorefleksji oraz odosobnienie i ciszę, widząc w nich warunki wstępne do potencjalnego spotkania z Bogiem w głębi naszego jestestwa. Kiedy to spotkanie z Bogiem dochodzi do skutku, doświadczamy poczucia spełnienia i satysfakcji związanego z sensem życia. Medytacja jako doświadczenie może być osobista i natychmiastowa, ale także wspólnotowa i historyczna, będąca bogatym źródłem wiedzy o życiu w wierności Słowu Bożemu.

Od samego początku nasza wizja była jasna – wierzyliśmy, że Medytacja Chrześcijańska i silna koncentracja na chrześcijańskich fundamentach kontemplacji przyniosą duże możliwości pomocne w osobistej formacji naszych uczniów jako chrześcijan. Wierzyliśmy, że to podejście jest wsparte tradycją, zarówno w Katechizmie Kościoła Katolickiego jak i w Ewangelii.

Kolejną możliwą przeszkodą było oczekiwanie, jakie pokładaliśmy wobec naszych nauczycieli, którzy mieli nie tylko uczyć Medytacji Chrześcijańskiej, ale też samemu entuzjastycznie ją praktykować. Dodawać dzisiaj nauczycielom kolejnych obowiązków, przy i tak ich ogromnym obciążeniu w pracy, to prośenie się o krytykę. Musieliśmy więc powiedzieć im coś przekonującego o tym, jak ważnym jest, aby dać uczniom możliwość takiego doświadczenia. Nasza Karta czy też Misja Edukacji Dzieci mówi, że będziemy uczyć dzieci we wszystkich wymiarach, prowadzących do pełni intelektualnej, fizycznej, społecznej, emocjonalnej i duchowej.

Medytacja Chrześcijańska szczególnie uzupełnia bogatą mozaikę doświadczeń, które oferuje szkoła katolicka każdemu dziecku, towarzysząc mu w jego wierze czy duchowej podróży. Nauka wiary przedstawia uczniom tradycję, Kościół, wspólnotę, Ewangelię, kult oraz osobiste doświadczenie duchowe, któremu te elementy nadają znaczenie. Medytacja

Chrześcijańska jako modlitwa czysta, modlitwa serca, posiada potencjał rozbudzenia w dziecku nie tylko historii Jezusa, ale także „zamyśłu Chrystusa”. Wierzimy, że dzieci są niezwykle dobrze wyposażone do swojej duchowej podróży. Rodzą się jako istoty kontemplacyjne i mogą odkryć miłość Boga osobiście. Prawdziwym wyzwaniem jest rozwijanie tej duchowej kompetencji, którą każde dziecko jest obdarzone.

Nauczycielom, których trudno przekonać, można przedstawić interesujące badania dotyczące mózgu i umysłu, które wyraźnie wskazują na pozytywny wpływ uniwersalnej praktyki medytacji na zdrowie i ogólne samopoczucie. Medytacja zwiększa ilość substancji szarej w mózgu związanej z reakcjami emocjonalnymi, łącznie z samokontrolą i empatią.

Mogę tylko złożyć hołd naszym nauczycielom. Byli i hojni i entuzjastyczni. Ich odpowiedź była zadowalająca między innymi dlatego, że wprowadzenie Medytacji Chrześcijańskiej nigdy nie miało dotyczyć tylko uczniów, ale także nauczycieli. Planowanie i pozyskiwanie zasobów w formacji nauczyciela jest krytycznym elementem naszego programu. Ważnym jest, aby regularnie dawać nauczycielom możliwości do stawania się bardziej świadomymi ich własnej drogi duchowej, zapewniając im wsparcie i dając zasoby umożliwiające im chętnie i w pełni możliwości wypełniać powołanie nauczyciela, który naśladuje i wzoruje się na Jedynym Nauczycielu, Chrystusie. W ten sposób odkrywają przesłanie chrześcijańskie nie tylko słowem, ale także i zachowaniem.

Reakcja nauczycieli, którzy odkryli wielką wartość w Medytacji Chrześcijańskiej, jest bardzo pozytywna.

Medytacja wzmocniła święty związek pomiędzy nauczycielami i uczniami.

Wzbogaciła także życie intelektualne, dając nauczycielom możliwość sięgania głębiej do tradycji chrześcijańskiej, do czytania i rozmyślenia nad pracami mistyków – przywracając dawną mądrość Ojców i Matek Pustyni, Julianny z Norwich, Mistrza Eckharta, św. Hildegardy, św. Jana od Krzyża, św. Teresy z Avila oraz innych dawnych i współczesnych mistyków. Można zauważyć szczere, osobiste odrodzenie duchowe u wielu naszych nauczycieli, świeże i entuzjastyczne podejście do tradycji chrześcijańskiej tam, gdzie prawdopodobnie stawało się one skostniałe i traciło moc, szczególnie, jeśli chodzi o życie modlitewne.

Slajd 20, 21

W pewien sposób sięgnęliśmy także do naszej australijskiej mentalności w czasach znaczącego odejścia od kościoła instytucjonalnego, kiedy wiele osób odchodzi od życia, w którym wiara kultywowana jest w doświadczeniu wspólnotowym. Mówi o tym Rondla Rolheiser, który zidentyfikował dziesięć głównych zmagających do duchowej pustyni u wielu osób w dzisiejszym świecie. cytujemy dwa wyzwania.

Nie chcemy jednak zrezygnować z życia duchowego a Medytacja Chrześcijańska jest naszym orężem w tych zmaganiach. Australijczycy pragną tego.

Slajd 22

Profesor Gary Bouma, w swojej książce zatytułowanej Australian Soul (Australijska dusza), stwierdza, że:

*Jesteśmy przekonani, że zbieramy teraz plony naszej pracy, widząc tak wielu uczniów pewnie i z łatwością praktykujących Medytację Chrześcijańską.
Australijczycy ponownie szukają zdumienia, zadziwienia, podróży do wnętrza i prostego bycia bardziej uważnym w stosunku do siebie i innych. Ponownie oczarowują świat obdatry z czaru przez świeckie ideologie materializmu i korporacyjnej zachłanności.
Poznanie i doświadczenie Medytacji Chrześcijańskiej jest źródłem ożywiającym ich duchowe i religijne życie.*

Slajd 23

Poeta Rainer Maria Rilke napisał:

*Praca oczu już za nami...
teraz chodźmy wykonać pracę serca.*

Działanie serca w szkołach wymaga ogromnego wysiłku – planowania, zapewniania odpowiednich zasobów, wspierania nauczycieli i rodziców. Mamy nadzieję, że przed końcem dzisiejszego dnia dokładniej zrozumiecie, przez co przeszliśmy w tym ogromnym dziele serca – w Medytacji Chrześcijańskiej, która pomogła nam zaprowadzić naszych uczniów do głębszej świadomości Bożej miłości, jaką są obdarzani.

Tłum. Małgorzata Cynker-McCarthy