

...a inspiracja

Wydaje się, że współczesna medycyna coraz lepiej rozumie, co to znaczy leczyć „modlitwą i postem”.

Odkrywamy dziś często to, co kiedyś było dobrze znane i praktykowane. Najlepszym przykładem jest tu ojciec John Main, uważany dziś za jeden z największych autorytetów duchowych XX wieku. Main, gdy w klasztorze benedyktyńców studiował wczesną tradycję monastyczną, odkrył u Ojców Pustyni praktykę medytacji, przekazaną Zachodowi przez Jana Kasjana, mistrza św. Benedykta. W 1975 roku ojciec Main wraz z ojcem Laurencem Freemanem założył istniejące do dziś Centrum Medytacji Chrześcijańskiej w Londynie, a w 1997 klasztor benedyktyński w Montrealu, który zainspirował odnowę kontemplacyjną w Kościele. John Main zmarł w Montrealu 30 grudnia 1982 roku. Zapoczątkowane przez niego dzieło dziś kontynuuje ojciec Freeman. Co roku organizowane jest w różnych częściach świata Seminarium Johna Maina (*The Annual John Main Seminar*). W 1991 roku Seminarium Johna Maina prowadził ojciec Bede Griffiths, przeor klasztoru kamedułów Shantivanam w Indiach. To spotkanie zaowocowało powstaniem Chrześcijańskiej Wspólnoty Medytacji (*The World Community for Christian Meditation – WCCM*). Dziś związanych z nią jest ponad 1000 grup medytacyjnych na całym świecie, zarówno na Wschodzie, jak i na Zachodzie, także w Polsce.

Medytacja, której nauczał o. John Main OSB, a dziś o. Laurence Freeman z Klasztoru Chrystusa Króla w Londynie, jest głęboko zakorzeniona w tradycji monastycznej wczesnego Kościoła, Ojców Pustyni i duchowości benedyktyńskiej. Praktykowana jest do dziś w Kościele Wschodnim, w postaci tak zwanej „Modlitwy Jezusowej”. Polskim czytelnikom znana jest z książki „Opowieści Pielgrzyma”. Autor opowieści, nieznanymi z imienia, ponad sto lat temu wędrował po bezkresnej Rosji, starając się wypełnić słowa Pisma Świętego: „Módlcie się nieustannie”. Odpowiedź znalazł w nauce starca, który zalecił mu powtarzanie kilka tysięcy razy dziennie wezwania „Panie Jezu Chryste zmiłuj się nade mną grzesznikiem”.

Tego typu medytacja nazywana jest często „modlitwą serca”. Olivier Clément w swojej książce „Modlitwa serca” pisze o niej tak: „Praktykowana w skromny sposób odpowiada szczególnie współczesnemu człowiekowi, który uważa, że nie ma czasu na modlitwę. Jeśli ktoś choć trochę praktykuje tę modlitwę, to odkrywa, że ma więcej czasu na nią niż przypuszczał”. Dodaje on także, iż można ją praktykować „kiedy wchodzi się po schodach, idzie ulicą, w czasie mechanicznej pracy ręcznej, podczas krótkiej przerwy w rozmowie, w chwili krótkiego skupienia podczas intelektualnego wysiłku, a także nocą, kiedy wstaje się do płaczącego dziecka”.

Laurence Freeman, który prowadził spotkania medytacyjne Meditatio Poznań 2006, przed laty pisał w liście do powstającej w Polsce

Wspólnoty Medytujących Chrześcijan, iż ich zgromadzenie jest pewnego rodzaju klasztor. „Jest to klasztor ludzi zjednoczonych modlitwą serca w modlitwie Jezusa, gdzie Duch Święty napędza nasze wnętrza. Klasztor ten nie ma ścian i jednoczy ludzi podążających różnymi ścieżkami życia. W medytacji dotykamy istoty tego, co nazywamy byciem uczniem Jezusa”.

A bp Stanisław Gądecki, metropolita poznański, który odprawił mszę świętą na rozpoczęcie Meditatio przypomniał, że: „od samego początku kontemplacja należy do życia Kościoła, stanowi jego integralną część i nie można sobie wyobrazić Pana Jezusa, który tylko wygłasza mowy i dokonuje cudów. Gdyby było brak modlitwy Jezusa, z trudem by można było uwierzyć w Jego słowa i Jego czyny. Dlatego też i Kościół przez wieki odkrywał różne odmiany duchowości i różne odmiany medytacji, kontemplacji, różne rodzaje modlitwy, ale zawsze uważał, że modlitwa i medytacja jest częścią nierozdzielnie związaną z życiem wiary”. Podkreślił także, iż praktyka i nauka medytacji dotyczą w sposób szczególny księży. W czasie homilii zastanawiał się „w jaki sposób można ich do tego zachęcić, a nawet przymusić”. Arcybiskup jest przekonany także, iż powodzenie, jakie zdobywają wschodnie praktyki medytacyjne, wynika z tego, że ludzie nie znają skarbu, jaki mają we własnych rękach i szukają czegoś poza granicami swojej tradycji.

Polskie słowo medytacja pochodzi od łacińskiego *meditare*, a to z kolei od greckiego *melete*. Jednym z podstawowych znaczeń tego słowa jest „powtarzanie”. Możemy więc powiedzieć, że medytacja jest powtarzaniem słowa, jakiejś myśli, frazy, czy cytatu z Pisma Świętego, aby głębiej w niego wniknąć. Istnieje też metoda powtarzania imienia Jezus. Bóg jest obecny w swoim imieniu – dlatego, jeśli powtarzamy imię Boga, Bóg staje się obecny w nas i między nami.

Dzisiaj wielu ludzi poszukuje medytacji i nurtu kontemplacyjnego w Kościele. Niektórzy z nich przemierzają świat, podobnie jak Jan Kasjan w IV wieku i John Main w XX, aby się jej uczyć. Każdy czas ma swoich pielgrzymów i proroków chodzących ścieżkami, po których nikt inny nie chodzi. Czytamy o nich w Liście do Hebrajczyków (Hbr 11,38): „Świat nie był ich wart...”. Coraz liczniej powstające, również w Kościele w Polsce, wspólnoty medytacyjne utwierdzają mnie w przekonaniu, że ta forma modlitwy znajdowała się w samym sercu i dziś do niego wraca.

o. Jan M. Bereza OSB

Ojciec Jan Bereza jest filozofem i teologiem, doradcą europejskiej komisji Monastic Interreligious Dialogue, członkiem Komitetu Episkopatu Polski ds. Dialogu z Religiami Niechrześcijańskimi. W Klasztorze Benedyktynów w Lubiniu stworzył Ośrodek Medytacji i Dialogu Międzyreligijnego. Napisał książkę „Sztuka codziennego życia”.

...ię po schodach, idzie ulicą, w czasie mechanicznej