



wccm **konferencje**

DAVID WOOD

Aspekty życia duchowego **Medytacja Chrześcijańska**

SPIS TREŚCI

1. <i>Pojawianie się</i>	str 3
2. <i>Czekanie</i>	str 4
3. <i>Nowe początki</i>	str 5
4. <i>Bez ogródek</i>	str 6
5. <i>Roztargnienie</i>	str 7
6. <i>Świat „głową do góry”</i>	str 8
7. <i>Obojętność</i>	str 9
8. <i>Unicestwienie</i>	str 10
9. <i>Nasza pierwotna natura</i>	str 11
10. <i>Wstawiennictwo</i>	str 12
11. <i>Jazda na pustym baku</i>	str 13
12. <i>Piękno: dar pustki</i>	str 14

1. pojawianie się

Nie jestem dobry w medytacji i nie muszę być. Cóż to za ulga! Pamiętam, jak o. Laurence¹ powiedział kiedyś, że kiedy rozpoczął medytowanie, zawodził tak wiele razy, że dzięki temu poczuł, iż coś w tym musi być.

Medytacja rozbija kod, kod, w którym wszyscy zostaliśmy ukształtowani, aby żyć w tym świecie, w kulturze zachodniej: sposób, w jaki mierzymy wszystko – złe lub dobre, lepsze lub gorsze, sukces lub porażkę; czy jesteś wewnątrz, czy na zewnątrz, zrobiłeś to czy nie zrobiłeś tamtego, czy osiągnąłeś oświecenie, czy kiedykolwiek tego dokonasz.

Medytacja rozsądza to od środka, otwiera gwałtownie, ponieważ jest wprost o Bogu. A Bóg jest inny. Rowan Williams, arcybiskup Canterbury, opisuje Boga, jako „różnego” od jakiegokolwiek sposobu, w jakim tylko rozumiemy słowo różnica. Słowo „różnica” samo w sobie nie ma tu uzasadnienia. Zero porównań, zero skal i miar – nie nadadzą się tu one na cokolwiek.

Bóg jest – coś – Bogiem. Po prostu Bogiem. I nasze spotkanie z Bożą Obecnością nie może być zamknięte w więzieniach naszych oczekiwań.

Jesteśmy, aby w medytacji nie mieć żadnych oczekiwań poza jednym – byciem tam.

Do jednej z naszych grup medytacyjnych przybył Frank. Był emerytowanym, bardzo aktywnym człowiekiem Kościoła – odwiedzającym szpitale i parafie, członkiem tej i owej rady kościelnej, cokolwiek by to nie było, on w tym brał udział. Trafnie ujął znaczenie medytacji, kiedy powiedział: „*To, co podoba mi się u was, to brak jakichkolwiek oczekiwań. Niczego się tutaj ode mnie nie wymaga. I nie muszę nic robić.*”

Jestem przyjmowany takim, jakim jestem. Jestem tutaj i mogę po prostu być.”

To jest to. To jest wszystko. Clive także trafił w dziesiątkę, kiedy powiedział „*Wszystko, co musisz zrobić, to pojawić się*”. To jest nasz regulamin: pojawianie się. Ofiarowuj swoje uświęcone słowo, swoją mantrę ciągle, chwila za chwilą najlepiej jak potrafisz – czasem będzie OK, często cieniutko, czasami będziesz wszędzie i daleko – i czekaj.

Ale ostatecznie będziesz zaskoczony. Zaskoczony Obecnością, która może być opisana jedynie, jako coś zupełnie „innego”. I będziesz zaskoczony darami, jakie znajdziesz, jakie zostaną Ci dane, darami, których nie będziesz mógł opisać, w chwilach, których nie będziesz umiał uchwycić i nigdy do końca zrozumieć. Jednak będziesz wiedział, że otrzymałeś coś unikalnego i niezastępowalnego. Czy można opisać to jako „mgnienie radości”? Sam jestem tego ciekaw. Cóż... być może.

Będziesz tym zaskakiwany nie zawsze, ale na tyle często, abyś chciał dzień po dniu kontynuować siadanie w tej pozornie pustej przestrzeni.

Pisarka Annie Dillard mówi: „*Przez całe swoje życie byłam dzwonem. Nie wiedziałam o tym, dopóki nie zostałam podniesiona i we mnie uderzono. Plany w życiu przychodzą i odchodzą, bardziej odchodzą, ale dla „tego” żyję.*”

Na koniec mówi poeta R.S. Thomas: „*Myślę, że może będę odrobinę bardziej pewien istnienia, odrobinę bliżej niego.*” To wszystko. Wieczność jest zrozumieniem, że ta „odrobina” jest bardziej niż wystarczająca.

¹ **Laurence Freeman OSB** (ur. 1951 r.) mnich klasztoru Chrystusa Króla w Cockfosters (UK) należącym do Oliwetańskiej Kongregacji Benedyktynskiej. Kieruje Światową Wspólnotą Medytacji Chrześcijańskiej (The World Community for Christian Meditation - WCCM).

2. czekanie

„Modlitwa jest czekaniem” - tak myślał brat Roger, ukochany przeor z Taizé. W Taizé zasadą adoracji jest wejście w ciszę. Pamiętam jedną z moich pierwszych tam wizyt, setki nas stłoczonych w nowo powiększonym kościele, naprawdę ludzkie sardynki, kiedy wchodziliśmy wspólnie, ramię w ramię, noga przy nodze, w tę głęboką ciszę.

Później, kiedy już się trochę rozdzieliliśmy, młody Niemiec siedzący naprzeciw mnie podniósł się, przeciągnął i powiedział: To, co lubię w Taizé, to to, że daje ci przestrzeń. Przestrzeń - dodał - do myślenia. Przestrzeń i cisza pozwalają sprawom oczyścić się.

Cisza wewnątrz, przestrzeń wewnętrzna są ciąglemi darami, jakie są nam ofiarowywane w powracaniu do milczenia i ciszy w medytacji. Życie, ktoś powiedział, przychodzi w zrywach, w większości niespodziewanie i tak samo jest z pustką i z przestrzenią wewnętrzną. Wzrasta w nas, po trochu, przez nas samych prawie niezauważalnie wraz z dyscypliną codziennej medytacji.

Buddyści mówią o wewnętrznej pustce, jako o przestrzeni między chmurami, która pozwala pojawiać się błękitnemu niebu. Stale przypominają, że to błękitne niebo jest tam bez przerwy, pomimo ciężkich dni, kiedy jest całkowicie zakryte całą masą czarnych chmur – te dni, kiedy jesteśmy kompletnie rozproszeni, jeśli wolicie - kompletnie zachmurzeni poprzez myśli, wyobrażenia, fantazje tłoczące się w nas z przeszłości czy nadchodzących z horyzontu. To się zdarza. Taka jest natura rzeczy.

Gerry Pierse² nauczał, że kiedy odkryjesz, że jesteś kompletnie zatopiony w rozproszeniach, nie rozpaczaj. Raczej podziękuj, wydaj okrzyk radości, ponieważ to oznacza, że wszystkie te „chmury” powstają z wewnątrz, gdzie jesteś powoli wypalany, przez wieczny żar w tobie. Jesteśmy powoli oswabadzani z naszych obsesji, tak, że ciążą one w nas trochę mniej.

Rozpoznanie rozproszeń jest wielkim krokiem naprzód. Oznacza, że zaczynamy patrzeć bardziej na nie, dystansując się od wchodzenia w nie. Jest to uczenie się oddzielania od nich. Pozwalanie im odchodzić. Rozproszenia rozpoznane, prędzej czy później mogą być przywitane jako dar.

To, co nam pozostaje do wykonywania to powracanie do i trwanie z naszym świętym słowem, naszą mantrą, cicho zagnieżdżającym się w naszych sercach – i ostatecznie chmury rozdzielą się, aby odsłonić czystą przestrzeń. Ta zaś z wolna jawi się nam jako Obecność. Ta pustka mimo wszystko nie jest pusta. Wcale nie. A jednak nie możemy starać się ją nazwać, z tą chwilą natychmiast zaczynamy ją tracić.

Modlitwa istotnie jest czekaniem. W grupach medytacyjnych zbieramy się razem, aby razem czekać. Cierpliwość, gotowość - to jest wszystko.

² **Gerry Pierse** (1940—1999), redemptorysta. W roku 1961, jako seminarzysta, wyjechał na Filipiny. W pierwszych latach swojego kapłaństwa, pracował głównie w wiejskich placówkach misyjnych. W następnych latach głosił rekolekcje. Tej formie apostołatu towarzyszyło jego coraz większe zaangażowanie w modlitwę kontemplacyjną. Nauczanie o. Johna Maina było dla niego źródłem głębokiej inspiracji. Praktykował medytację chrześcijańską, zakładał i prowadził grupy medytacyjne w parafiach i w więzieniach.

3. nowe początki

Cała medytacja jest o początkach. Każdorazowo, kiedy przychodzimy by medytować, zaczynamy z czystą kartą. Za każdym razem jest to nowy początek. Nigdy nie będzie tak samo, jak poprzedniego razu. Dzień jest inny, inna być może pora dnia, jesteśmy w innym nastroju. Nasze spotkania z ludźmi, pomiędzy wtedy a teraz zmieniły nas – na lepsze lub na gorsze. Nawet fizycznie możemy być w innym miejscu, w innym pomieszczeniu.

Mamy przychodzić bez oczekiwań, ponieważ medytacja nie jest sprawą rutynową, znaną powtórką z modlitwy – przedstawienia, ale raczej nową przygodą. Podczas, gdy przemierzamy część tego samego terytorium, to ciągle na nowo trafiamy na nieznane. Będzie ono różnym od tego, które właśnie pozostawiliśmy za sobą, jeśli tylko pozwolimy mu takim zostać, nie naginając go do naszej woli, pragnień, intencji dnia czy poprzednich doświadczeń medytacji. Część w nas oczywiście nie chce zmiany, bo to boli. Pozostanie pokusa by ukształtować ten czas modlitwy według naszej rozpiski, ustanowić innego ego-idola jako obiekt naszej czci i nie zmierzać się w ogóle z tajemnicą napotkanego nieznanego. Laurence mówi często: „*Nigdzie się nie wybieramy. Po prostu zostaniemy na miejscu, nieruchomi*”, trzymając się naszej jedynej podpory wiary, naszej mantry.

A więc cała medytacja jest o zaczynaniu. Bez końca od początku. I tak to ma zostać. Trudną rzeczą w tym jest to, że szybko dochodzimy do wniosku, że brakuje nam postępów. Bo jakże my kochamy czynić postępy! Być może sądzimy, że powinniśmy stawać się teraz bardziej mądrymi w doświadczenie. Cóż, tak też i jest, jeżeli spojrzymy na to z perspektywy postawienia rzeczy na głowie. Wywracanie rzeczy do góry nogami jest częścią zadania modlitwy, zwłaszcza medytacji, może właśnie jej najbardziej. Stajemy się bardziej doświadczeni w byciu niedoświadczonymi, w weryfikowaniu od nowa naszych pojęć o doświadczeniu. Pozwalając odejść wszystkiemu, co w nas skamieniało z dawien dawna.

W pewien sposób, przyzwalanie na odejście może być odczuwane jak cofanie, jakby nasz stan się pogarszał. Tak jest, bo jesteśmy od dziecka nauczeni kurczowego trzymania się, gromadzenia, jak trzeba to i chwytania się brzytwy.

Przyzwalanie na odejście jest tym, co powinno się dziać. Dzieje się to i tak bez naszego przyzwolenia, im bardziej posuwamy się w latach. A więc zsuwamy się w dół po naszej linii medytacji. Nie ma tym żadnej przesady. Jest to radykalne stawianie rzeczy do góry nogami, i to jest całą prawdą.

Mój bliski przyjaciel, John Fenton głosił raz do naszej wspólnoty religijnej homilię. Kanwą było nauczanie Jezusa o przyjmowaniu dzieci, historia ze św. Marka rozdział 10: „*Pozwólcie dzieciom przychodzić do Mnie, nie przeszkadzajcie im; do takich bowiem należy królestwo Boże. Zaprawdę powiadam wam: Kto nie przyjmie królestwa Bożego jak dziecko, ten nie wejdzie do niego. I biorąc je w objęcia, kładł na nie ręce i błogosławił je.*”

Więc cóż to jest owe „małe dziecko” – pyta John.

Jest to miernota, nikt szczególny. Ze swej strony nie ma nic do pokazania – zero kwalifikacji, umiejętności, nic zainicjowanego, żadnego przydatnego doświadczenia; nie zaliczyło jeszcze żadnego awansu. Teraz, jak też w czasach Jezusa, dzieci były na samym dole drabiny społecznej.

John Fenton zamknął kazanie stwierdzeniem, że w żadnym wypadku nie zamierzamy stawać się jak dzieci, aczkolwiek musimy. Musimy być jak dzieci. Bo dzieci, to jedyne istoty ludzkie w Ewangelii, jakie Jezus przytula! „*Porzućmy ideę rozwoju duchowego*” – konkluduje John – „*jeśli oznacza ona byciem bardziej świętym, bardziej pobożnym.*” Bóg spotyka nas poza obecnością rzeczy i wszelkiego rodzaju osiągnięć. I to jest w sumie bardzo dobra wiadomość. Ponieważ nasz stan z dnia na dzień wcale się nie po-

lepszą, a jedynie pogarsza, nie czynimy postępów, ale szybko się cofamy.

Jedyną wymaganą cechą kwalifikacyjną jest brak takowej, jedynym biletem wstępu jest nieposiadanie żadnego; dawno go zgubiliśmy i desperacko szukamy go przez ten cały czas.

Po prostu powiedz: *„Nie mam nic, co bym mógł Ci pokazać. Nic nie mogę udowodnić. Nie mogę Ci powiedzieć kim jestem, albo dostarczyć dobrych refe-*

rencji, czy powiedzieć do kogo mógłbyś zadzwonić w mojej sprawie. Jestem niewykwalifikowaną miernotą bez umiejętności.” Powiedz to, a usłyszysz w odpowiedzi, co powie Jezus: *„Chodź mój najdroższy. Jesteś właśnie tą osobą, której szukałem.”*

I to, drodzy przyjaciele, to demontowanie, to jest drogą do przodu, naszą pracą w medytacji.

4. bez ogródek

Pomyślałem sobie, dlaczego by nie powiedzieć wam o tym bez owijania w bawełnę, jak to u mnie jest. No, więc parę dni temu, kiedy spotkaliśmy się w naszej grupie medytacyjnej, ku mojemu zdziwieniu i zachwytowi, miałem skoncentrowaną i czystą uważność. Nic, co robiłem nie mogło temu przeszkodzić. Rozproszenia były, są oczywiście nierozłączne, ale były tak przelotne, że nie miały żadnej mocy nade mną. To było tak, jakby „Bóg”, „Obecność” czy „Cokolwiek” był jak terier pilnujący mnie, nie pozwalający odejść (który też nie warczał, ani nie szczyrzył zębów). Uwaga jakby całkowicie była nie ze mnie, ale z tego „innego” miejsca – tak, jak raz usłyszałem, jak powiedział pewien biskup: *„Bóg chce Cię mieć i nic na to nie poradzisz.”* Przypomina mi to też inną mądrość: *„Ty wpatrujesz się w Boga, a Bóg wpatruje się w ciebie. Jest tylko jedno spojrzenie.”*

Przychodziło to do mnie od czasu do czasu, ale nie- zbyt często – nie jako chwila, ale jako seria chwil. Jako nagroda? Bzdury! Jako dar? Całkowicie!

A później w bardzo bliskim czasie po tej medytacji poczułem się, jakbym zupełnie zgubił wątek. Pojawiały się wszystkie zardzewiałe stare pytania – Co

ja tutaj na dobrą sprawę robię? O co tu chodzi? Co to wszystko znaczy? Byłem zupełnie na bezdrożach. I to trwało przez długie dni.

W końcu trzeba się po prostu z tego uśmieć. Nazywam to wielkim kosmicznym żartem – tę frustrację, kompletny rozłam pomiędzy jednym doświadczeniem, a drugim. Ale to jest, że tak powiem „całe życie” i faktem jest, że nie jest to uczucie zbyt komfortowe. Ale tak wzrasta osadzenie i spokój w nas. I oczywiście nie oznacza to wcale cichego, czy harmonijnego życia.

Wtedy kiedy cały byłem hen, hen daleko to przyszły mi na myśl te słowa autora, kimkolwiek on był, Listu do Hebrajczyków (Hbr 4, 12-13).

„Żywe bowiem jest słowo Boże, skuteczne i ostrzejsze niż wszelki miecz obosieczny, przenikające aż do rozdzielenia duszy i ducha, stawów i szpiku, zdolne osądzić pragnienia i myśli serca. Nie ma stworzenia, które by dla Niego było niewidzialne [...]”

Myślę, że to tu warto zakończyć mój wywód i to jest dobre miejsce, abyśmy przeszli do medytacji.

5. roztargnienie

Dlaczego medytować dwa razy dziennie?

Jedną z definicji „grzechu”, która jest mi pomocna to „roztargnienie”, a nic mi lepiej nie uświadamia „roztargnienia” jak medytacja.

Bombardowany rozproszeniami i wodzony przez Bnie do przeszłości lub przyszłości, natychmiast zapominam, po co *tutaj* jestem. Nie po to, aby martwić się o siebie, ale by być w Obecności, odpocząć w tajemnicy Obecności, gdzie serce Boga bije w moim własnym sercu. Bóg jest obecny *teraz* i nigdzie indziej. Bóg jest tą chwilą obecną, a moje ego wybija mnie stąd, aby przewałkować niepokoje, sukcesy, nadzieje, porażki, wahania, marzenia, plany – w których chodzi oczywiście tylko o mnie i o gry, w jakie gram w codziennym życiu, w ogóle nie chodzi w nich o Boga. Wymykam się medytacji, tak jak wymykam się wiele razy co dnia moim chwilom teraz. Moje uzależnienia od portretowania siebie, od porównywania się stale z innymi, moje zapracowane ego czyni ze mnie bardzo „ślizgającego” się klienta medytacji. Potrzebuję stale przypominania sobie chwili obecnej, jako chwili Boga, jedyny czas, gdzie odkryję i przeżyję, kim naprawdę jestem. Potrzebuję stale przypominać sobie, po co zostałem stworzony.

Z chwilą, kiedy postanowimy wzrastać w Bogu, w każdym z nas dzieje się to samo. Medytacja podświetla uzależnienia naszego ego, aby nas od

nich uwolnić. Ale my przywykliśmy żyć z nimi tak długo, że zdają się być jakby nami samymi, kością z naszej kości, czym oczywiście nic a nic nie są.

Zdrowiejący alkoholicy, których życie zostało zrujnowane przez nałóg, wiedzą, że nigdy nie przestaną być alkoholikami, że tylko jeden drink dzieli ich od ponownego zanurzenia się w delirycznym koszmarze. Byli zmuszeni nauczyć się twardej drogi zapadania się i powstawania, wspomagani pomocą innych w powracaniu do prawdziwego życia. Powoli uczą się, że mogą żyć jedynie tym jednym dniem i każdego dnia to jest kolejny początek. Tak samo jest z nami, z naszymi bardziej subtelniejszymi nałogami.

Buddyści uczą o „uważności” – codziennej praktyce uważności. To dobre słowo – być stale uważnym na to, kim jesteśmy, na realne życie wokół.

Ofcwiście wzrastamy poprzez medytację w łasce Boga, ale potrzebujemy kontynuować praktykę, aby pozostać wolnymi, stale czujnymi, bo jak uczy stara mądrość: „*Spodziewaj się pokusy, aż do ostatniego tchnienia*”. Więc medytacja dwa razy na dzień, tak wcześnie jak możemy i później w trakcie dnia, pomaga nam bez obwiniania i osądzania siebie zobaczyć, kim naprawdę jesteśmy, gdzie się pogubiliśmy. Ukazuje nam również dary miłości wyłaniające się z głębokości naszego istnienia, które uczymy się „upraktyczniać” każdego dnia, z każdym uderzeniem serca, w miarę jak wzrastamy w łasce.

6. świat „głową do góry”

Jednym z owoców medytacji jest to, że świat wokół nas zaczyna przyjmować właściwy kierunek. Zwykliśmy żyć „głową w dół” i nigdy tego nie zauważyliśmy: byliśmy hipokrytami składającymi gołosłowne deklaracje poparcia dla prawdziwego kierunku świata tzn. tego z „głową do góry”.

Praktyka medytacji sprawia, że sprawy, o których słyszeliśmy i czytaliśmy w Ewangelii zapadają w nas naprawdę głęboko. Prawdą, którą odkrywamy, jest mądrość ukryta w przeciwieństwach – to nauka mówienia: stałem się biednym, aby stać się bogatym, żeby zyskać muszę stracić, aby wygrać muszę poczuć smak porażki; aby zwyciężyć muszę polec.... Jest to stawianie rzeczy „głową do góry”. Aby żyć, muszę umrzeć. Muszę pozwolić odejść tak wielu sprawom, których świat z głową w dół każe mi się kurczowo trzymać, wykorzystując do tego moje konkurujące i konfliktowe ego.

To jest próg drzwi Życia, który stale musimy przekraczać – wszystko dzieje się w sprzeczności, w paradoksie. I dopóki nie zmierzmy się z paradoksem sprzeczności w naszych własnych sytuacjach życiowych, dopóty mijamy się z prawdziwym życiem.

Ego mówi: nie słuchaj, stracisz kontrolę. Ewangelia mówi bardzo prosto: Musisz pozwolić odejść temu, czym myślisz, że jesteś; temu co „dzieli i rządzi” w tak wielu kamuflażach, co radzi ci udawać; musisz pozwolić życiu żyć w tobie - prawdziwej sile życia, energii Miłości w tobie, Bogu w tobie - aby zacząć żyć naprawdę.

Oczywiście jesteśmy tak przyzwyczajeni do życia postawionego na głowie, że nie wybieramy się, aby pójść tą drogą. Nie stanowi ona szczególnie komfortowej propozycji na dalsze życie, wymaga bowiem weryfikacji wszystkiego, co było w nim sprawdzone i 100% pewniakiem. Ale gdzieś głęboko czujemy, że to jest słuszne. Jeśli chcemy pozostać na drodze Chrystusa, to nie ma innego wyjścia. Znaczy to, że zamiast życia „tam i na zewnątrz”, zaczynamy żyć bardziej z „tutaj i z wewnątrz”, z serca mojego prawdziwego „ja”, serca którym jest Bóg. I tylko Bóg.

„Jeśli chcecie być moimi uczniami”, mówi Jezus, „spotkajcie mnie na rozstaju dróg, tam weźcie swój krzyż, zaprzyjcie się swego małego „ja” i bądźcie ze mną, tak jak JA JESTEM.”

Jest takie opowiadanie o stawianiu świata „głową do góry”, które wprost uwielbiam. Otóż pewien pustelnik siedział w nocy przed swą lepianką, na niebie świecił księżyc. Nagle zza drzew wyskoczył rozbójnik, zagroził mu, po czym wtargnął do chaty i zabrał cały skromny dobytek pustelnika – trochę jedzenia, proste narzędzia, książkę, a nawet jego posłanie. Potem zniknął. Pustelnik siedział niewzruszenie dalej, tam gdzie przedtem i po chwili powiedział „O! Gdybym tylko mógł dać mu jeszcze księżycowe światło”.

John Main zawsze powtarzał: Bądź łagodny dla samego siebie i nauka ta jest nadal bardzo aktualna. Jezus nam mówi: „Tak, moje jarzmo jest słodkie, a brzemie lekkie. Jestem łagodny i pokorny sercem. Uczcie się ode mnie, a zachowacie swoją duszę.”

7. obojętność

Jednym z darów, jakie ukazują nam się w medytacji jest to, co nauczyciele modlitwy na przestrzeni wszystkich wieków nazywają „obojętnością”. Tyle, że oznacza taka „obojętność” zupełnie coś innego niż „apatia” czy „wszystko mi jedno”, tak jak zwykliśmy interpretować to słowo obecnie.

W rozumieniu mistrzów modlitwy oznacza ono, że kroczyć po kroczy uczymy się nie być łapani w pułapki naszych własnych, bądź innych osób, uczuć i pożądań. Oznacza miłowanie tego, co staje nam na ścieżce życia w równym stopniu i w pełni tak, jakim się to wydarza, oraz że wszystko i wszyscy zasługują na naszą jednakową i całkowitą uwagę.

Kiedy ktoś powiedział Jezusowi, że jego matka i bracia stoją na zewnątrz i chcą się z nim widzieć, on odpowiedział: *„Któż jest moją matką i którzy są moimi braćmi?”* I wskazując na uczniów mówi *„Oto moja matka i moi bracia. Bo kto pełni wolę Ojca mojego, który jest w niebie, ten jest Mi bratem, siostrą i matką.”* (Mt 12,46-50). Mocne słowa...

„Obojętność” pojawia się wtedy, kiedy uczymy się być tak opróżnieni z naszych preferencji i upodobań, że przyjmujemy rzeczywistość taką jaka jest, wiedząc, że każdy atom stworzenia jest w Bogu, a przez to w jakiś sposób trwa w Jego miłości. To dzieje się wtedy, kiedy powolutku dryf po dryfie przemierzamy każdy dzień, coraz mniej wydając wyroków nad ludźmi i zdarzeniami. Nie oznacza to wcale bycia apatycznym i nie ma nic wspólnego z życiem jak trzęsąca się ludzka galareta, ale jest jasnym i stanowczym wyrazem miłującej życzliwości, akceptacją tego, co być musi koniecznie zrobione, i tego co nie.

„Obojętność” jest opróżnianiem się z pożądań, uprzedzeń, profitów z danej sytuacji. Zezwolenie odejścia pragnieniom ego wysokiego mnie-

mania w oczach ludzi, władzy i kontroli; rezygnacja z żądań natychmiastowej zmiany, poczucia bezpieczeństwa i jeśli to konieczne przetrwania.

Oto na ten temat kolejna opowiadka: W środku wioski, tuż obok świątyni - gdzie ciągle medytował, mieszkał pewien święty mąż. Był ceniony i szanowany, ludzie zewsząd przychodzili, aby z nim przebywać i uczyć się od niego. Aż pewnego dnia wybuchł w okolicy ogromny skandal: młoda dziewczyna przybiegła z płaczem, że jest w ciąży, utrzymując, że ojcem dziecka jest ów świętobliwy mąż. Rodzice dziewczyny i starszyzna wioski napadli na jego chatę, oskarżając go o hipokryzję i żądając, aby wyniósł się z wioski orazłożył na opiekę nad dzieckiem. Odpowiedział na to tylko: „Bardzo dobrze, bardzo dobrze”. I odszedł, aby żyć w odosobnieniu i nikt więcej nie przyszedł już do niego po naukę. Jakiś czas później, po urodzeniu dziecka, dziewczyna załamała się i wyznała, że skłamała i że ojcem jest chłopak z sąsiedniej wioski. Starszyzna pełna wyrzutów sumienia poszła do świętego pustelnika błagać go, aby wrócił i żył z nimi od nowa. On im odpowiedział: „Bardzo dobrze, bardzo dobrze.”

John Main mówi: *„Aby w jakimkolwiek stopniu dojrzeć, musimy przejść przez wszystkie trudności wywołane zmianą, czy utratą, przez wszystkie w ten sposób powstałe emocje i myśli i nauczyć się kochać Boga prosto i silnie”*. Mówił, że częścią dyscypliny w medytacji jest to, że uczy nas pozostawać w tej miłości, cokolwiek by się miało stać.

I dodaje: *„W tej głębi wiary jesteśmy obojętni na to, czy mamy poczucie bliskiej obecności Boga, czy też go nie mamy”*.

Obojętność jest darem medytacji. Jest to trudny dar. Jednak jest to dar.

8. unicastwienie

Czym Słowo „unicastwienie”. Cóż, nie jest to zbyt miłe słowo. To jest słowo wrogie, zimne i zagrażające. W angielskiej telewizji mamy pewnego robota, najeżdżcę z wrogiego świata, nazywa się Dalek. Dalek używa ciągle jednego charakterystycznego słowa „Eksterminacja, eksterminacja”. Srogi, agresywny, wychodzi od nienawiści i ze strachu, zmierza do śmierci.

Jednak w powtarzaniu mantry w medytacji, jako sposobie modlitwy, unicastwienie oznacza coś zupełnie przeciwnego, wypływa ono z miłującej życzliwości i zmierza do nowego życia. Jeden z nauczycieli ujmuje to tak: *„Tylko w takim zakresie, w jakim poddajemy się wciąż i wciąż od nowa unicastwieniu, może pojawić się w nas to, co jest niezniszczalne.”*

Zatem celem praktyki medytacji nie jest wzrost świadomości, dzięki której osiągamy stan harmonii i wewnętrznego spokoju, gdzie nic i nikt nie jest w stanie nas wytrącić z równowagi. Przeciwnie, praktyka medytacji powinna nas uzdalniać do nabrania odwagi, aby wypuścić z głowy nasze nadaremne

wzdychania za harmonią, ustaniem bólu i komfortowym życiem. Tylko jeśli stale ryzykujemy wejściem w strefę unicastwienia, nasz kontakt z Bożą Obecnością, która jest ponad wszelkim zniszczeniem, staje się mocny i stabilny.

John Main ma tutaj nam coś ważnego do powiedzenia: *„Boża miłość jest jednocześnie niszcząca i stwórcza.”* Dlaczego ludzie często odchodzą od medytacji, tak jak odchodzą od miłości? Ponieważ boją się niszczącego aspektu miłości. A tymczasem musimy skonfrontować się z unicastwieniem, z utratą siebie.

Albo to, co jest unicastwiane, to jedynie owe stare „ja”: nasze iluzoryczne ja, nasze egoistyczne, skoncentrowane na sobie, cierpiące „ja”. Ginie to, co jest bezwartościowe. Unicastwiane jest to, co jest sztuczne. To, co umiera jest tak czy owak nietrwałe.

Wtedy jesteśmy stwarzani na nowo. Stajemy się „nowym stworzeniem” mocą samej Bożej miłości.

9. nasza pierwotna natura

Sposób, w jaki żyjemy ma coś w sobie z życia na linie. Ojciec Daniel O'Leary wyraził to w sposób bardzo jasny: *„Jesteśmy nierównomiernie obciążeni, nieznówawieni, a nauka Kościoła nie zawsze była nam tutaj pomocna. Zbyt często mówiła o nas jako „zalanych grzechem”, obciążonych winą, ponieważ utraciliśmy poczucie naszego pierwotnego dobra. A Pierwotne Dobre jest naszą pierwszą naturą, pierwszym darem Życia dla wszystkich. Grzech pierwotny jest naszą drugą naturą, powtarzam, grzech nie jest naturą pierwotną. Niestety właśnie ona jest w nas ciągle, blisko na wyciągnięcie ręki. Zagnieżdża się już w łonie matki i zaczyna działać zanim jeszcze zostanie odcięta pępowina – i to jest korzeń zła.”*

Przeczytajcie dokładnie poemat o stworzeniu w Księdze Rodzaju, pierwszy rozdział w Biblii. Jest on cały o Bożej dobroci, w której został ustanowiony świat. Każdy dzień stworzenia jest dobry. Światło jest dobre. Ciemność jest dobra. Morze jest dobre. To, co dzięki jest dobre. Każda żyjąca istota, która porusza się po Ziemi jest dobra.

A teraz w szybkim tempie przerzucmy karty Biblii aż do Ewangelii i Jezusa. On jest, „Synem Bożym”, ponieważ znowu podejmuje Dobrą Nowinę stworzenia tam, gdzie Księga Rodzaju jej nie dokończyła. Nowina ta w międzyczasie utonęła w Starym Testamencie, wypływając tylko sporadycznie na jego powierzchnię. Jezus ogłosił, że *„Królestwo Boże pośród was jest”* (Łk 17,21). Kiedy ono przyjdzie? – dopytują słuchacze. Ono jest już tutaj, zawsze tu było, nawet jeśli pozostawało w ukryciu. Po prostu odwróćcie się i popatrzcie uważnie, nawróćcie swoje dotychczasowe patrzenie.

Medytacja pozwala nam to zobaczyć i poznać, odzyskać na nowo, ponieważ łagodnie i wytrwale przyprowadza nas do świętej przestrzeni, przestrzeni Księgi Rodzaju, głęboko tam, gdzie leży ona nie-

tknięta, być może bardzo ukryta, ale zawsze obecna, niezbrukana niczym, co dzieje się w nas i wokół nas. Boża dobroć. Jest tam. Jest tutaj. Teraz.

Mówią to nam pierwsze słowa Ewangelii św. Jana – jest Światło, które nigdy nie może zostać zgaszone, nie ma ciemności, która mogłaby je zakryć – Światło, które jest światłością każdej istoty ludzkiej. Żywe Słowo jest Bożą obietnicą dla nas, Żywe Słowo – Jezus, któremu możemy ślepo zaufać nasze życie. I kiedy tak się dzieje, że tyle w nas zaprzecza dobru, które trwa w nas w całości, wtedy grzech przeciska się przez liczne szczeliny wątpliwości i jego kłamstwo staje się tym, w co łatwiej nam uwierzyć.

Wszystko, co trzeba nam czynić, to trwać przy naszej mantrze, świętym słowie, które będzie coraz bardziej stawać się Żywym Słowem dla nas. Wykona w nas swą pracę i cicho, wytrwale przeprowadzi nas przez siedem grzechów głównych – i jeszcze parę innych – coraz intensywniej rzucając światło dobra na miejsca i ludzi, które dotąd widzieliśmy, jako zagrożenie i ciemność. Jakoś łatwiejszym staje się wtedy zrzucić z ramion ciężar grzechu, który nas tak szybko opanowuje i zadręcza.

Jak chcecie możecie to nazwać odzyskaniem cnoty niewinności, wielu tak tego doświadcza. Jakby taką odrodzoną prostotę życia. Nie tą pierwszą, raczej skonfundowaną i naiwną niewinność noworodka, ale dojrzałą, dalekowzroczną niewinność i poczucie kierunku, po wszystkich zamieszaniach i niepokodach na drogach naszego życia.

Nasze stworzenie to dobre miejsce. Nasza nowa prostota pomaga wnikać w głąb i zobaczyć, posługując się słowami Julianny z Norwich, że *„wszystko będzie dobrze”*.

Medytacja wytrwale odświeża naszą nadzieję.

10. wstawiennictwo

Jedną z rzeczy, jakie się nam przytrafiają, kiedy podchodzimy poważnie do modlitwy, to wzrost współczucia i miłosierdzia. Kiedy tak się dzieje to automatycznie rośnie liczba naszych modlitw wstawienniczych, przybywa myśli, przybywa słów. Ciągłe spotykałem ludzi, którzy skarżą się, że ich życie jest tak pochłonięte modlitwą za innych, że nie potrafią znaleźć czasu na medytację. Istotnie, spotykałem ludzi na krawędzi załamania przez takie modlitwy, postrzegających je jako olbrzymie brzemię.

Powoli sobie uświadamiam, że modlitwa błagalna za innych, jest zanurzaniem ich konkretnych trudnych sytuacji głębiej w obecności Bożej. Nie przynoszeniem ich przed Boży tron, bo oni już tam są, ale pomaganiem im w postrzeganiu w nowy sposób, poprzez zwyczajne bycie z nimi, najlepiej jak tylko potrafimy. Jakby przynoszeniem nowego światła. Jest to forma niewidzialnego trzymania za rękę. Nie wiesz, co robić, ale musisz w tym z nią/z nim być. Towarzyszyć im i sobie w tym czasie próby, aby oddalić się od negacji, bezradności tak samo jak i od nierealnego optymizmu. Przejść z nimi przez to razem ku Nadziei. Bo Nadzieja jest Miłością, Nadzieja jest tajemnicą Miłości. Stoisz u progu ich życia, trzymasz otwarte drzwi. Być może wierzysz, że Nadzieja będzie przez nie widziana wyraźniej.

Straszne dni, straszny czas, straszliwa bezradność, czasami wszystko naraz, kto wtedy jest w stanie to udźwignąć? Mozolimy się i pocimy, błagamy, przedstawiamy Bogu sprawy w ich imieniu. Ludzie często wtedy mówią: „Czy nasze modlitwy nie zostały usłyszane? Czy Bóg nie słucha? Gdzie jest Bóg w tym wszystkim?” Są to niestety źle postawione pytania.

Z chwilą jednak, kiedy przeniesiemy środek ciężkości na „zapieranie się siebie” w medytacji, usiłując pozwolić odejść naszym wyobrażeniom, pragnieniom, naszemu pojęciu co w danej sytuacji dobre i co właściwe, to wówczas wszystko zaczyna znajdować sobie należne miejsce.

Oczywiście intencje i imiona ludzi w potrzebie pozostają z nami, gdy zaczynamy medytować - modlić się nieustannie, co jest częścią naszego zma-

gania, jako ludzi wiary. Możemy jednak wszystkie błagalne intencje przenieść w naszą mantrę, święte słowo, które obejmuje całą naszą wiarę, dlatego, że podsumowuje wszystko to, kim jesteśmy. Nasza pozornie krucha mała mantra jest jednak dosyć silna, aby złapać i ogarnąć wszelkie nasze prośby. Możemy dotknąć imion i miejsc w potrzebie obecnością, która jest zarówno natychmiastowa jak i współczująca oraz która przenika przez wszystkie niewyobrażalne cierpienia i niewypowiedziane radości. To nie jest żadne naciąganie. W tym punkcie nie udajemy, nie jesteśmy powierzchowni, bo wzrastamy i modlimy się bez ustanku.

Tak więc pozwólmy naszemu bezruchowi i ci-
szy które są namiastką Boga tutaj i teraz działać. W naszym świętym słowie, które staje się najlepszym darem wstawiennictwa we wszelkich okolicznościach. W medytacji jestem kompletnie zbankrutowany, całkowicie pogubiony. Jak mówi św. Paweł, nie wiemy jak się modlić i Duch jest tu z nami, aby pomagać w naszej słabości i wie bardzo dobrze, zanim jeszcze poprosimy, co się kryje w naszych sercach. Pozwólmy darowi naszej słabości wypełnić wszystkie sytuacje innych, ponieważ jest to dar Nadziei. Jakże często zauważamy, że ludzie, którzy mając bardzo niewiele, często napełnieni są ogromną Nadzieją. Wstawiennictwo przemawia do mnie najbardziej w ten właśnie sposób.

Tylko sześć tygodni po przejściu na emeryturę i osiedleniu się w Lake District wykryto u Mary raka. Spanikowani, przerażeni i bez żadnego pojęcia co dalej ona i jej mąż poszukiwali wszelkiej pomocy, nie wyłączając Rodzinnego Ośrodka Wsparcia Umierających. Rak jednak nie dawał za wygraną. Pewnego dnia, niedługo przed śmiercią, Mary powiedziała: „*Nigdy, w całym moim życiu nie czułam się pod wpływem tak wielkiej miłości.*” Jej opiekun powiedział: „*Umierała przechodząc przez śmierć.*” Niektórzy zostają wyleczeni, nigdy nie będąc uzdrowieni. Mary nie została wyleczona, jednak została uzdrowiona.

„*Wykonało się*”, powiedział Jezus.

11. jazda na pustym baku

No właśnie, to jest dokładnie to, do czego zaprasza nas medytacja – do jazdy na pustym baku. Medytacja jest naprawdę ekologicznym paliwem. Czy nie jest arogancją sugerować, że nasza medytacja pomaga ocalić planetę? Cóż, na pewno nie jest to sam w sobie wystarczająco dobry argument, żeby medytować. A prawda jest taka, że medytacja to coś o wiele więcej. Jedynym powodem, żeby medytować jest pragnienie kochania i poznania w naszym życiu głębiej Boga. Nie modlimy się dla uzyskania specjalnych efektów. Mimo to Bede Griffiths³ przypomina nam, że nabywanie wewnętrznego milczenia może „zatrząść w posadach społeczeństwem”. Bo ostatecznie taka jest nasza wiara. W końcu każdy z nas urodził się z zakodowanym przez Boga marzeniem, które brzmi mniej więcej tak: Wilk będzie leżał obok owcy, krowa i niedźwiedź staną się przyjaciółmi, dziecko będzie tańczyć wokół gniazda żmii, nasi wrogowie będą naszymi przyjaciółmi. Nie będzie krzywdy, ani zranienia na całej mojej świętej górze. Mówi Pan.⁴

Takie rzeczy wydają się często niemożliwe. Dopiero kiedy zaczynamy jechać na pustym baku, to zmiana ta staje się możliwa; kiedy przesiadamy się ze zwykłego paliwa naszego ego i nasz mizerny silniczek życia zgrzytając zjeżdża na pobocze, to zmiana ta staje się możliwa. W tym impasie, pustce, zatrzymaniu przed nieznanym, musimy porzucić wszystkie mapy autostrad i dróg na skróty, wszystkie kombinatorstwa i pseudoprzyjemności, owe niekończące się podróże ego. Stanie się dla nas coraz bardziej jasne, że uznane przez nas definicje szczęścia były zawsze tylko tymczasowe. Wiemy, że musimy się ich zrzec, jeśli nie chcemy pozostać więźniami życia przeżywanego na pół gwizdka.

Impas. Ślepa uliczka. Nie ma dla nas innej drogi poza wyruszeniem w nieznanne, które z początku może być doświadczane jako porażka i jakbyśmy za-

nurzali się w matni. Ostatni przystanek. Tutaj jest ta „otchłań”, gdzie Bóg notorycznie przebywa. Bóg jest, zawsze JEST.

Jednakże pustka medytacji, robi miejsce na pojawienie się „nowego stworzenia”. Nie da się przewidzieć, kim lub czym ono może być – a możliwe, że nie dostrzeżemy w ogóle niczego. A jednak w jakiś sposób się tego dowiadujemy. Pusta ciemność medytacji jest surowcem, budulcem nowego świata, materiałem na zaistnienie tego, czego jeszcze nie ma.

Moja przyjaciółka Etty, holenderska Żydówka, która zmarła w 1942 r. w obozie koncentracyjnym mówiła o medytacji, jako o przemienianiu własnej wewnętrznej egzystencji w rozległą, pustą równinę. Opowiadała, jak po nadejściu nocy po dniu pełnym okrucieństw, tak często potrafiła iść niczym wiosna, z uczuciem, że życie jest pełne chwały i wspaniałości. A pewnego dnia powiedziała: „Powinniśmy budować nowy świat, od zaraz, przeciwstawiając każdemu kolejnemu okrucieństwu częsteczkę miłości i dobra”. Medytacja uzdalnia i ćwiczy nas do dokonywania tego.

Od samego początku zostaliśmy zaproszeni, do udziału w stwarzaniu, nie do prostego taśmowego powielania z tak często dla niego katastroficznymi skutkami. Z przestrzeni stwarzanej poprzez medytację mogą wyłonić się zmiany dla nas i innych. Być może powinniśmy zacząć widzieć cuda tam, gdzie inni ich nie widzą. Te „przypadki”, jak mawiał mój stary wikary. Otaczał je zbyt wielką czcią, aby ośmielić się nazwać je cudami.

Dowiemy się tego. Simone Weil⁵ uczy nas, że „Nasze przyzwolenie na obecność Chrystusa jest już Jego obecnością”. Niech i tak będzie. Dowiemy się też tego, ale póki co zadawajmy się i jedźmy dalej na pustym baku.

³ **Bede Griffiths OSB** (1906-1993). Urodził się w Anglii, studiował na Oxfordzie. Po 20 latach pobytu w klasztorze wyjechał do Indii, by tam odnaleźć, jak mówił, „drugą połowę” swojej duszy. Poszukiwał Boga w wielkich tradycjach religijnych Wschodu. Był prawdziwym guru, przyjmował tych, którzy poszukują, i tych, którzy błędzą. Indyjskim katolikom mówił o hinduistycznej tradycji, a Europejczykom i Amerykanom opisywał bogactwo chrześcijaństwa w orientalnym wydaniu. [przyp. red.]

12. piękno: dar pustki

„*Oko, które patrzy w świetle łaski, widzi wszędzie piękno.*” - powiedział kiedyś nasz nieodżałowany John O'Donohue⁶, którego z bólem pożegnaliśmy wczesnego roku 2008. Miał zaledwie 53 lata.

„*Oko, które patrzy w świetle łaski, widzi wszędzie piękno.*” Piękno jest łaską i darem pustki. Zawsze zapiera dech, przychodzi niespodziewanie, to znaczy wtedy, kiedy nam się wydaje, że nie jesteśmy jeszcze gotowi, a jednak już jesteśmy. Jak Prawda, Piękno są niewyrażalne bo muszą takim być - spróbujcie, jeżeli myślicie, że się wam uda, namalować je lub znaleźć na nie właściwe słowa. Piękno zawsze będzie niezrozumiałe, ponieważ jest z Boga: to jest to coś „spoza” a jednocześnie „w nas”, ostateczny dar przeobrażający każdy krajobraz i każde spotkanie z drugą osobą. Błysł piękna w miejscu lub w czyjejś twarzy to z pewnością przebłysł królestwa niebieskiego.

Myślę, że powodem, dla którego tak wielu ludzi przyjeżdża z bardzo daleka do naszych wzgórz w Lake District⁷ jest chęć pozostawienia wszystkiego za sobą, tęsknota za wewnętrzną pustką i zezwoleniem sobie na bycie złapanym przez Piękno. Bycie pochwyconym, można powiedzieć, przez Boga.

Rowan Williams, arcybiskup z Canterbury powiedział: „*Zawsze zatrzymuj się u progu drugiej osoby z ogromnym podziwem.*” I w wieku 72 lat jest nadal potężnym mężczyzną, całe życie ciężko pracował w kopalni. Pewnego wieczoru odwiedził mnie i opowiedział w prostych pięknych słowach, kiedy patrzyliśmy na zachodzące nad morzem słońce, o tym, jak trzymał dłoń swego brata, gdy uchodziło zeń życie. Piękno współczucia jest pięknem Boga, wzrasta w nas, czy je rozpoznamy, czy też nie.

John O'Donohue wskazuje, że żyjemy w czasach, kiedy ludzie są stale w ruchu, chciwi celów podróży, wypełnieni po brzegi przelotnymi wrażeniami – kawałkami informacji i połowiczną wiedzą, powierzchownymi spotkaniami – i nie dają sobie wystarczającej przestrzeni na zezwolenie swej duszy na uchwycenie łaski Piękna. Ostatecznie kończy się to brakiem szacunku zarówno dla spotkanych ludzi jak i miejsc.

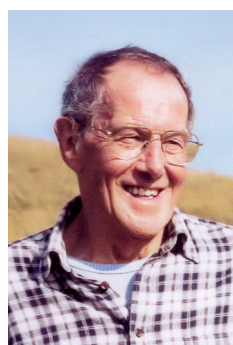
Łaska Piękna jest darem pustki. „*Wewnętrzna cisza*”, pisze Simone Weil, „*jest pięknem wszechświata*”. Jeżeli wewnętrzna przestrzeń nie będzie poszukiwana i chroniona, wóczas Piękno z pewnością zaginie. Jest tak, ponieważ w ciszy wszystkie sprawy się sca-

⁴ „*I będzie wilk gościem jagnięcia, a lampart będzie leżał obok kozłęcia. Cielę i lwiątko, i tuczne bydło będą razem, a mały chłopiec je poprowadzi. Krowa będzie się pasła z niedźwiedzicą, ich młode będą leżeć razem, a lew będzie się karmił słomą jak wół. Niemowlę bawić się będzie nad jamą żmii, a do nory węża wyciągnie dziecię swą rączkę. Nie będą krzywdzić ani szkodzić na całej mojej świętej górze, bo ziemia będzie pełna poznania Pana jakby wód, które wypełniają morze.*” (Iz 11,6-9) [przyp. red.]

⁵ **Simone Adolphine Weil** (1909 - 1943) - francuska filozof i myślicielka chrześcijańska (choć chrztu nie przyjęła) żydowskiego pochodzenia. W młodości zdobyła rozległą wiedzę w zakresie między innymi: filozofii, literatury klasycznej, historii i religii. Wykładała przez kilka lat filozofię i grekę w liceach. W czasie światowego kryzysu ekonomicznego, jej społeczne i polityczne poglądy uległy zdecydowanej radykalizacji. Pracowała w zakładach Renault i Alsthom w Paryżu jako zwykła robotnica. Mimo swego krótkiego życia stała się sumieniem: filozofów, bo przypominała im o obowiązku poszukiwania prawdy; naukowców, bo zwracała im uwagę na panujący w nauce terror mody i nieliczenie się z naukową prawdą; pisarzy, bo uważała, że nie można tworzyć literatury niemoralnej; Żydów, bo przyjęła Chrystusa i katolików, bo zgubili przesłanie Nowego Testamentu. Jej przemyślenia społeczne stawiają rządzącym i politykom wymagania, o których dzisiaj możemy tylko pomarzyć. Była otwarta na prześwity prawdy w innych kulturach. Zachwycała ją Grecja, Egipt, Bhagawadgita, taoiści i gnostycy.

lają w jedno. Zlewają się wszystkie cnoty: „radość, pokój, cierpliwość, dobroć, dobro, ufność, łagodność, opanowanie” stanowiąc zachwycające Piękno w samym sercu stworzenia. Jest nim Prawda Boża: Miłość – idealny bezruch. Znów przytoczmy Simon Weil: „*Jest cisza w pięknie świata, która jest niczym hałas w porównaniu z ciszą Boga.*”

A więc praktyka pustki, dochodzenia do bezruchu i ciszy w medytacji, czyni nas coraz bardziej gotowymi na otrzymanie i dostrzeganie Piękna wszędzie i w każdym momencie. Kiedy „*rqbnie w nas łaska Bożej Prawdy*”, jak zwykł mawiać znajomy biskup, kiedy dotrze to do nas, to nastąpi moment kosmicznego objawienia, jakim jest przejrzyste Piękno. I takie Piękno jest szczęściem Boga. Jesteśmy wezwani do naszej pracy nad medytacją, a w ten sposób do odkrywania wciąż coraz bardziej Bożego piękna wokół nas.



David Wood

David Wood jest księdzem anglikańskim. Większą część swojego życia przeżył i przepracował pośród zwolna zanikających osad przemysłowych w północnej Anglii, organizując

i prowadząc warsztaty, rekolekcje oraz czuwanie modlitewne, zwykle wykorzystując milczenie i odosobnienie. Kiedy po latach wyczerpujących poszukiwań w 1988 r. spotkał się z nauczaniem Johna Maina⁸, wiedział, że znalazł się w „domu”. Razem ze swoją żoną Sheila zawiązał i rozwijał Wspólnotę Medytacji Chrześcijańskiej w Cumbrii w północno-zachodniej Anglii.

⁶ **John O'Donohue** (1956–2008) irlandzki poeta i filozof heglowski, znany szczególnie jako miłośnik i popularyzator duchowości celtyckiej. W 1990 roku na Uniwersytecie w Tybindze uzyskał doktorat z teologii filozoficznej. Przyjął święcenia kapłańskie w Kościele katolickim; w latach 90. opuścił stan kapłański.

⁷ **Kraina Jezior** (ang. Lake District) - obszar (2 292 km²) w północno-zachodniej Anglii w hrabstwie Cumbria, obecnie część Parku Narodowego Lake District. Kraina obfituje w jeziora (największe - Windermere, Derwentwater, Thirlmere, Bassenthwaite), liczne lasy, a także w góry (Back of Skiddaw, pasmo Helvellyn). Jedno z najpopularniejszych miejsc wypoczynkowych Wielkiej Brytanii. Kraina Jezior zawsze stanowiła inspirację dla artystów, szczególnie w dobie romantyzmu. To z nią związani są poeci William Wordsworth, Samuel Taylor Coleridge oraz Robert Southey (zwani poetami jezior), a także pejzażysta John Constable, który nazwał ją najpiękniejszym w świecie krajobrazem. [za Wikipedią – [przyp. red.]

⁸ **John Main OSB** (1926 – 1982) uważany jest dziś za jeden z największych autorytetów duchowych XX wieku. Studiował prawo w Dublinie. Pod koniec wojny służył w armii, był dziennikarzem, pracował w Brytyjskim Ministerstwie Spraw Zagranicznych na Malajach. Podczas pobytu na Malajach poznał hinduskiego mnicha, który nauczył go praktyki medytacji. Mając 33 lata i zapewnioną karierę prawniczą wstąpił do benedyktynów w Londynie do Opactwa Ealing. W tradycji Ojców Pustyni odkrył praktykę medytacji, przekazaną Zachodowi przez Jana Kasjana - mistrza św. Benedykta. Praktyka ta podobna była do tej, jakiej nauczył się na Malajach. Od tego czasu poświęcił się całkowicie nauczaniu medytacji chrześcijańskiej.

Zapis wygłoszonych konferencji:

MEDYTACJA CHRZEŚCIJAŃSKA
ASPEKTY ŻYCIA DUCHOWEGO
David Wood

Tłumaczenie : Zofia Bogocz/Andrzej Ziółkowski

Tytuł oryginału: CHRISTIAN MEDITATION, Aspects of the Spiritual Life

„Owe wprowadzenia do medytacji są jak aspekty życia duchowego i tajemnicy, które pragnę odkrywać coraz bardziej dla samego siebie, wiedząc, że to samo dzieje się w wielu osobach, które poznałem w drodze. Potrzebujemy przynieść wszystko do naszej ciszy i pozwolić ciszy pracować.”

David Wood

Medytacja tworzy wspólnotę.

Odkąd John Main założył w 1975 roku Centrum Medytacji Chrześcijańskiej, na całym świecie rozrasta się społeczność osób medytujących. Osoby te spotykają się na cotygodniowych spotkaniach w grupach. Obecność na spotkaniu grupy stanowi wsparcie i zachętę do kontynuowania codziennej praktyki medytacji. Grupy spotykają się w domach, budynkach parafialnych, więzieniach, firmach, wspólnotach, a nawet ministerstwach. Zaczynają spotkanie krótkim czytaniem o medytacji, najczęściej wybranym z konferencji Johna Maina. Medytacja trwa pół godziny, a po medytacji przewidziany jest czas na dyskusję. Grupy są ze swej istoty ekumeniczne i otwarte na wszystkie osoby szczerze poszukujące doświadczenia modlitwy w ciszy.

Światowa Wspólnota Medytacji Chrześcijańskiej

www.wccm.pl

*The World Community for Christian Meditation
St. Mark's, Myddelton Square, London EC1R 1XX
England, UK, www.wccm.org*