



Chrześcijańska Medytacja

KWARTALNIK ŚWIATOWEJ WSPÓLNOTY MEDYTACJI CHRZEŚCIJAŃSKIEJ

WWW.WCCM.PL • EDYCJA POLSKA, NR 14, MARZEC 2011



Oto w Nim, w człowieczej egzystencji, ograniczonej tak jak my wszyscy przez czas, przestrzeń i materię, spotykamy osobę, która jest jednocześnie Słowem Boga i Synem Człowieczym.

Laurence Freeman OSB



fot. wccm.pl

NA DROGACH PRAWDY



Prawda nigdy nie jest artykułem do odsprzedaży. W odróżnieniu od większości rzeczy, które nabywamy w trakcie naszego życia - czy to jako przedmioty materialne, czy jako wiedzę i inne osiągnięcia - wszystkie one mogą być poddane recyklingowi, przetwarzane i znów przydatne na nowy sposób. Ale prawda ma tylko jednego właściciela i istnieje w wiecznej teraźniejszości. Jawi się zawsze jako oczywista w momencie jej dostrzeżenia, niczym znalezione ostatnie słowo - klucz w krzyżówce. Jednocześnie zawsze jest ona nieuchwytna. Wymyka się, jak tylko chcemy ją posiąść na własność. Mówimy tu o prawdzie samej w sobie, a nie o prawdziwej odpowiedzi na pytanie lub właściwym rozwiązaniu problemu. Tego typu „prawdy” mogą być utrwalone, zapamiętane i przekazane kolejnym pokoleniom. Ja mam na myśli prawdę, którą czuje się jak narodziny. Tak doświadczana jawi się jako coś, co nie jest przedmiotem, ale rzeczywistością z przynależną sobie jasnością i bezpośredniością, takiej prawdy nie da się odtworzyć lub nauczyć na pamięć. Ona wydarza się zawsze tu i teraz.

Rav Chem, rabin z XVIII wieku, prowadził właśnie lekcję Tory, kiedy na zewnątrz szkoły żydowskiej rozległy się odgłosy wkraczających w bramy miasta wojsk

Napoleona. Uczniowie rzucili się do okien, rabin nadal siedział nie przerywając głośnego czytania świętego tekstu. Kiedy uczniowie wrócili na swoje miejsca, skarcił ich, że tak łatwo ulegli rozproszeniu przez coś, co wydawało im się wydarzeniem historycznym o światowym znaczeniu. „Tutaj - powiedział wskazując na Torę - nasze jej badanie, jest tym, co jest prawdziwie wydarzeniem o światowym znaczeniu.”

W wieku dwudziestoczworgodzinnych newsów, gdzie wielu ludzi uzależnia się od nich siedem razy dziennie - tyle razy, ile św. Benedykt zalecał na zatrzymanie się w ciągu dnia i uwielbienie Boga - nagana rabina Chem wydaje się wielce osobliwa, a nawet nieodpowiedzialna. Jednak przypomina nam ona o czymś ważnym, czego nie zastąpi żadna nowość technologiczna, a mianowicie o konieczności bycia uważnym i bycia wiernym. Ze wszystkich znanych ludzkości dróg życia w świetle prawdy, jest to droga najpewniejsza i najlepsza. Poprzez uważność i wierność uczymy się bycia obecnym wobec tego, co się naprawdę liczy w naszym życiu i jesteśmy lepiej przygotowani skuteczniej odpowiadać na jego wyzwania. Gdy z niej schodzimy poprzez rozproszenie uwagi i niewłaściwe zaangażowanie, to tonimy w powodzi ciekawostek i trywialności.

Nasze myśli, plany i działania mogą szybko stać się

niepoukładaną zbieraniną, w której naprawdę ważne idee i postanowienia zostaną przygniecione ciężarem efemerycznych błahostek. To prowadzi do stresu i rozczarowania. Stresujemy się, ponieważ nie możemy znaleźć drogi do priorytetów, to powoduje rozczarowanie, bo choć je przeczuwamy, brak nam sił na ich realizację. Medytacja – a to jest tylko jedna z jej zalet – jest czymś, co możemy praktykować i co pomaga nam odnaleźć w tym korowodzie drugorzędności to, co jest naprawdę nasze i ważne.

Kilka tygodni temu nasze Centrum Medytacji im. Johana Maina w Georgetown zapełniło się po brzegi. Młodzi ludzie przyszli posłuchać Seana Hagana. Sean jest głównym konsultantem MFW i członkiem Rady Kierowniczej WCCM. Nie brakuje mu stresu naszych czasów. Kiedy mówił o medytacji i odniósł się do korzyści wynikających z jej praktyki w jego pracy i życiu prywatnym, zaznaczył, że nie one są zasadniczym powodem, dla którego regularnie medytuje. Widział życie, jako kontekst dla swojej medytacji i dzięki temu ona z kolei ubogacała wszystkie aspekty jego życia. Ludzie słuchali z podziwem w oczach, jednak potem padło nieuniknione pierwsze pytanie: „Ale jak znaleźć na to czas?”. Odpowiedź Seana mogłaby paść z ust mnicha, który w porównaniu z Seanem nie ma zbyt wiele zajęć i była dla słuchaczy zaskoczeniem: „Czas nie jest żadnym problemem”, powiedział. I zaraz dodał: „Jeśli potraktujesz coś wystarczająco poważnie, zawsze znajdzie się na to czas.” Tu nie chodzi o poświęcenie i wysiłek. Chodzi o branie spraw na poważnie i zachowanie im wierności. Przypomniała mi się mądra uwaga św. Augustyna o tym, że kluczem do zrozumienia osobowości ludzkiej, jest odkrycie, czego ona tak naprawdę pragnie. Ponieważ nasze pragnienia tak łatwo zamieniają się w chaos i prowadzą do wewnętrznych konfliktów, prawdziwa tęsknota musi być bezpiecznie przechowywana na dnie stosu spraw codziennych, niczym fundament naszego bytowania. Dla Augustyna największym pragnieniem człowieka serca było widzenie Boga. Raz odkryte, musi być ciągle pielęgnowane, tak by światło jego prawdy oświecało nieustannie wszystkie dziedziny naszego życia.

To, że nie udaje nam się „zapamiętać” prawdy, a jedynie przeżyć ją w teraźniejszości jako dar, który nie pozwala sobą zawładnąć, wyjaśnia dlaczego musimy medytować codziennie. Duchowa dyscyplina jest niezbędna do życia w wewnętrznej wolności od tysięcy możliwych obsesji lub uzależnień. Kiedy myślimy, że możemy zamknąć prawdę w zestaw dogmatów lub przekonań, wtedy mylimy się fatalnie. Często staramy się zatuszować ten błąd podkreślając, że wszyscy wokół przecież wierzą w to samo. Stąd biorą się arogancja, uprzedzenia i religijna przemoc. Tymczasem prawda, tak jak radość, ma zwyczaj spontanicznie wybuchać. Jej epifanie są doświadczeniami

nie-dualności, kiedy chwilowo uwalniamy się od miazdzącej umysł dwuwymiarowości, dzielenia na przedmiot – podmiot, która choć bolesna, wydaje się nam być jedynie możliwa i nieunikniona. Przebłyski prawdy to chwile łaski – przybywają jak Trzej Królowie z nieznanego kraju i wyjeżdżają ponownie po złożeniu swych darów.

Kiedy nasze codzienne doświadczenia widziane są oczyma ducha, to wówczas ogólnie przyjęte kategorie myślenia tu – tam, ja – ty, wewnątrz – na zewnątrz, teraz – potem, ulegają subtelnemu rozpadowi. To, co pojawia się na gruzach tych fałszywych podziałów, jest dokładnie tym, czego pragniemy. Dostrzegamy, że to czego szukamy zawsze było obecne, to nasz sposób patrzenia nie pozwolił nam tego rozpoznać. Dalej pozostając sobą wyzbywamy się poczucia separacji od innych. Nasza tożsamość jawi się teraz w relacji z innymi, zawsze dążąc do komunii, jesteśmy niejako w jednej wielkiej Jaźni. Skomplikowane, samooszukańcze techniki i lęki, które trzymały nas dotąd z dala od takiego doświadczenia rzeczywistości teraz ukazują swą mizerną śmieszność, nawet jeśli widzimy, że w przeszłości przysporzyły nam wiele cierpienia i zakłopotania.

Centralnym tematem teologicznej myśli chrześcijańskiej jest nie-dwoistość prawdy. Pomaga nam ona zrozumieć najistotniejsze ze wszystkich stwierdzeń odnoszących się do Boga: to, że Bóg jest miłością. Ta czysta prawda o Bogu wyjaśnia naszą z Nim relację. Ukazała się ona nam najpełniej w człowieczeństwie Jezusa. Oto w Nim, w człowieczej egzystencji ograniczonej tak jak my wszyscy, przez czas, przestrzeń i materię, spotykamy osobę, która jest jednocześnie Słowem Boga i Synem Człowieczym. Na racjonalnym poziomie argumentacji możemy skupić się albo na jednym, albo na drugim z tych aspektów Jezusa. Tylko z trudem udaje nam się pojąć Go jako jedność obu o nim prawd, tak jak trudno jest nam patrzeć jednocześnie na dwie strony monety. Ten paradoks jest typowy dla wszystkich Bożych objawień, gdy dzięki nim kiedykolwiek i choć na moment wchodzimy w światło prawdy.

Nie dziwi więc, dlaczego wcześnie myśliciele chrześcijańscy z taką determinacją walczyli o przetrwanie dogmatu o boskości i człowieczeństwie Jezusa, który z punktu widzenia współczesnych im racjonalnych adwersarzy wydawał się czystym absurdem. Bez tego paradoksu znaczenie Jezusa ginie w litanii moralnych i uczonych twierdzeń, z których większość jest możliwa do odnalezienia, gdzie indziej i za o wiele niższą cenę.

Poprzez tę niedualność Boga i człowieka objawioną w Jezusie, ludzkość znalazła okno, które pozwala jej w oślepiającym świetle Boga widzieć dalej. Nasze postrzeganie przybiera konkretny kształt w tym mglistym pojęciu,

które stało się naszą myślą o Trójcy Świętej. Jezus jest logiczną konsekwencją niedualności, tym Trzecim, który łączy tak oczywiście i naturalnie, jak dziecko rodzące się z jedności mężczyzny i kobiety.

Termin "niedualność" brzmi filozoficznie i rzeczywiście takim jest, jeżeli rozumieć filozofię jako „umiłowanie mądrości”. Ale w bardziej bezpośrednich kategoriach oznacza również prostotę, jedność i pokój. Są to wartości pożądane nie tylko dla pomnożenia osobistego poczucia szczęścia i pełnego wykorzystania naszego ludzkiego potencjału. Dziś są to doświadczenia, które musimy koniecznie przywrócić borykającym się z wielorakimi trudnościami społeczeństwom.

Niedawno uczestniczyłem w dyskusji z naukowcami, ekonomistami i politykami na temat kryzysu, który zagraża nam ze wszystkich stron. Naukowcy starali się zebrać i zinterpretować dane i stworzyć modele, które pomogą im przewidzieć punkty krytyczne zmian klimatycznych i wynikających z nich zagrożeń dla zabezpieczenia produkcji żywności w świecie. Ekonomiści obliczali koszty, a dyplomaci i politycy zastanawiali się, jak uwzględnić czynniki społeczne. Mnie oczywiście przypadło omówienie aspektu duchowego, co po takiej uczcie inteligencji i wyobraźni nie było zbyt trudne.

Po burzliwej dyskusji stało się jasne, że pilnie trzeba nam zmiany kierunków myślenia. Może nie aż tak dalece kontemplacyjnego, jak to omawialiśmy niedawno w czasie naszych rekolekcji medytacyjnych we Francji pt. „Myśli na drogach i bezdrożach”, ale z pewnością wolnego od sztywnych barier między nazbyt wyspecjalizowanymi dziedzinami współczesnego życia. Pozwoliłoby to nam lepiej dostrzec „cały obraz” i wszystkie w nim istniejące zależności. Wówczas nowe strategie i rozwiązania naszych kryzysów byłyby wynikiem takiego nowatorskiego widzenia rzeczywistości. W rezultacie obiektywne spojrzenie zlałoby się z wizją, która wynika ze świadomości, że jesteśmy częścią tego, na co patrzymy. Wówczas nawet w sprawach bardzo praktycznych byłoby nas czasami stać na działania mądre i pełne współczucia. Wszystkie tradycje religijne posiadają skarby duchowych mądrości, z których możemy czerpać. Jest wśród nich przede wszystkim uniwersalna mądrość medytacji.

Jeśli prawda rzeczywiście jest objawioną rzeczywistością, a nie jedynie fabrykacją naszych umysłów, to końcem wszelkiej wiedzy, końcem wszystkich rozwiązań problemów świata, jest widzenie Boga. Nasze uprawianie nauki, religii, polityki i sztuki uległo w najnowszej historii kompletnej atomizacji tak, że myśl, że istnieje coś takiego, jak cel ludzkości będący wizją Boga wydaje się być dziwactwem religijnym, a nawet w dużej mierze odwróceniem uwagi od rzeczywistych problemów życia. Sugestia

ta może być zgola uznana za ucieczkę od rzeczywistości. Tymczasem w dziejach najwyższych wlotów ludzkiego ducha wszystkie codzienne wyzwania życia człowieka i praktyczne do nich podejście były postrzegane w świetle wizji Boga.

Dla św. Tomasza z Akwinu ta wizja jest przede wszystkim widzeniem doskonałym. Zanim nasze widzenie, dziś zdominowane widzeniem empirycznym i mentalnym oglądem, nie zostanie uzupełnione okiem serca, cała ludzka wiedza pozostanie fragmentaryczna i ograniczona. Wizja Boga jest także, jak mówił Akwinata, doskonałym uwielbieniem. Łatwo nam wielbić w sposób niedoskonały, z lizusostwa, z poczucia obowiązku, z lęku przed dezaprobatą. Doskonałe uwielbienie wynika nieodparcie z doświadczenia bycia obdarowanym. Bezwarunkowa ofiarność innego człowieka wobec nas i towarzyszące jej wyzwajające doświadczenie wdzięczności, uwalniają nas od zazdrości, zawiści i poczucia niegodności. Prowadzi to w wizji Boga do następnego elementu celu ludzkiej egzystencji: do doskonałego zaspokojenia pragnień. Mitologie nieba często akcentowały ten aspekt przy opisie szczęścia niebiańskiego, ale ich opisy to przyjemne fantazje niewiele mające wspólnego z celem i sensem naszego życia. Według św. Tomasza doskonałe zaspokojenie pragnień człowieka leży poza jego wyobraźnią. W niebie odkryjemy, że Bóg jest nieskończonym przekroczeniem wszelkich przyjemności. Wreszcie wizja Boga to doskonała i szczęśliwa wspólnota. Taka wizja jako cel całej ludzkiej egzystencji musi zmienić nasz sposób życia. Aby rozpocząć tak patrzeć, musimy zacząć jej doświadczać. W tym właśnie pomaga nam wspólnota.

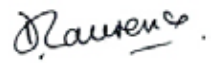
Prawdziwa wspólnota może zaistnieć tylko wtedy, gdy zostanie przekroczone ego. Nieprawdziwe wspólnoty, jak tyrania lub grupa żyjąca razem tylko dla zaspokojenia wygody i bezpieczeństwa jej członków, utwierdzają i rozbudowują ego, często pod pozorami udawanego altruizmu i fałszywie pojętej wierności ideałom. Wszędzie tam, gdzie medytacja jest praktykowana, w sposób naturalny tworzy ona wspólnotę, gdyż jest to praktyka przekraczania ego. Już niewielki krok poza ego jest milowym krokiem w stronę ujawnienia się naszej prawdziwej natury i prawdy naszych relacji z innymi. Objawia nam podstawowe dobro w nas i nasze możliwości komunii, tu tkwi siła jej atrakcyjności, ale także jej wyzwanie. Rezygnacja ze złudzenia niezaangażowanego obserwatora rzeczywistości jest dla ego głęboko niepokojąca. Jednak w prawdziwej wspólnotcie, tak jak w medytacji i liturgii, nie ma miejsca dla obserwatorów. Pozycja „z zewnątrz” jest tylko wygodną iluzją. Bo jak można istnieć poza siecią relacji, która jest podstawą rzeczywistości? Jest to tylko możliwe, lub wręcz pożądane, w rzeczywistości wirtualnej. Tworzenie

falszywych wirtualnych tożsamości nasz świat opanował do perfekcji. W medytacji rezygnujemy z tego, co wirtualne i szukamy tego co prawdziwe. Oczywiście wszystko to jest procesem uczenia się, tak jak wskazywał o. John Main: "Każdy z nas, jeśli starczy mu odwagi, aby wejść w ciszę, może doświadczyć tego, że w ciszy odbywa się wielka lekcja. To w ciszy, zaczynamy rzeczywiście doświadczać tego, co to znaczy być."

Podobnie jak studenci rabina Rav Chaima, jesteśmy łatwo odrywani od naszej lekcji. Nasze myśli w medytacji mogą być subtelne i przyjemne albo bolesne, okrutne i burzące. Trudno nam zgodzić się z faktem, że wszystkie myśli muszą być „odłożone” na bok, nawet te dobre i święte, że właśnie owo „odłożenie” jest już modlitwą, jak tego uczyli Ojcowie Pustyni. W medytacji zaproszenie do milczenia jest tak radykalne, jak zaproszenie na ucztę weselną w przypowieści Jezusa.

Porzucanie myśli tak, jak starych nawyków to łagodny proces. Ale jeśli w nim zasmakujemy, to nagle staje się on zupełnie naturalny, a często przyjemny.

With much love,
Laurence Freeman OSB



Przekład i opracowanie Andrzej Ziółkowski

Konsultacja merytoryczna o. Jacek Poznański SJ

O. LAURENCE FREEMAN OSB (ur. 1951) pracował w ONZ, bankowości i jako dziennikarz, aby ostatecznie wstąpić do klasztoru benedyktynów. Nowicjat odbył pod kierunkiem o. Johna Maina OSB. Wraz z nim w 1977 roku założył klasztor w Montrealu. W 1991 roku wrócił do Londynu i stał się członkiem benedyktyńskiej wspólnoty klasztoru Chrystusa Króla w Cockfosters należącym do Oliwetańskiej Kongregacji Benedyktyńskiej. Jest dyrektorem Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej.

DRODZY PRZYJACIELE,



20 lutego 2011 r. zmarł o. Jan Bereza OSB, nasza wspólnota pożegnała Go następującymi słowami:

„Odejdźcie do Królestwa o. Jana M. Berezy OSB napęłniło mnie wielkim żalem i smut-

kiem. Odszedł od nas zbyt szybko, szczególnie teraz, gdy dojrzewały owoce Jego życiowej pielgrzymki. I choć serca nasze wypełnia żal, to w tej samej wierze, w jakiej żył i umarł, wyrażamy Bogu wdzięczność za dar Jego życia i za doprowadzenie do końca ziemskiej podróży. Od kiedy Go poznałem, ceniłem za odwagę, twórcze myślenie i dalekosiężne spojrzenie. Jego umiłowanie życia było głębokie i pełne. Z wiarą i miłością niósł swoje osobiste krzyże. Od Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej przekazuję wyrazy głębokiego współczucia braciom zakonnym i wszystkim medytującym w Polsce, dla których o. Jan był inspiracją i którym będzie bardzo Go brakowało.”

Tymi słowami żegna Cię ojciec Janie, bliski ci brat zakonny o. Laurence Freeman, przewodnik duchowy Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej, którą zaprosiłeś do Polski. Niestrudzenie, często w bólu niezrozumienia i osamotnienia, szedłeś drogą medytacji chrześcijańskiej i przecierałeś szlaki dialogu międzyreligijnego. Szukałeś

tam, gdzie inni nie dotarli. Znalazłeś w Indiach benedyktyna, ojca Griffithsa, on wskazał Ci na ojca Maina OSB. Gościłeś w Polsce ojca Freemana i odwiedzałeś WCCM na świecie. Odkrywałeś dla siebie i dla innych mądrość Wschodu i próbowałeś godzić ją z myślą zachodniego chrześcijaństwa. Napisałeś: Każdy czas ma swoich pielgrzymów i proroków, którzy chodzą ścieżkami, gdzie nikt rozsądny nie chodzi, szukają, błąkają się i stamtąd jeszcze mają odwagę mówić, że świat nie jest ich wart. Miałeś na myśli Jana Kasjana, Ojców Pustyni i św. Benedykta. Tych słów doświadczałeś w swoim życiu. Byłeś szaleńcem Chrystusowym. Byłeś mnichem niezwykłym - ojcem pustyni z Lubinia. Zapisaleś w historii polskiego Kościoła i dialogu unikalną kartę ojca Jana M. Berezy. Za ojcem Johnem Mainem powtarzałeś: „Istotą medytacji jest BYCIE W DRODZE, jest pielgrzymowanie. Pielgrzymi podróżują razem w wierze, podtrzymując się nawzajem i dodając sobie otuchy.” Dlatego stawiliśmy się dziś tak licznie, żeby być z Tobą podczas ostatniej Twojej ziemskiej drogi. My pielgrzymujemy dalej powtarzając Maranatha.

Światowa Wspólnota Medytacji Chrześcijańskiej żegna Cię Janie i dziękuje!

Paulina Leśniak
koordynatorka WCCM w Polsce

25 lutego 2011 r. o. Laurence Freeman OSB odprawił Mszę Świętą w intencji spokoju duszy o. Jana M. Berezy OSB.



fot. Tadeusz Makulski; W aśramie o. Bede Griffithsa OSB/Indie

W DRODZE

Coraz częściej uświadamiam sobie, że nadal jesteśmy nomadami w tym sensie, że to, co istotne odkrywamy w drodze. Bliskie staje mi się powiedzenie U'Tanta, że „historia jakiegoś życia jest historią podróży.” Oczywiście nie jest to jakimś nadzwyczajnym odkryciem, bo przecież Abraham prawie cztery tysiące lat temu usłyszał słowa Jahwe „Wyjdź z twojej ziemi rodzinnej i domu twego ojca do kraju, który ci ukażę (Rdz, 12,1)”. Abraham wyszedł, choć „nie wiedział dokąd idzie (Hbr 11,8)” i to jest następna prawda, którą coraz bardziej sobie uświadamiam.

W Alchemiku Paulo Coelho ukazuje historię życia młodzieńca, który wyrusza w świat, aby ostatecznie dowiedzieć się, że skarb, którego szuka znajduje się w jego domu. I znów nie jest to odkrywcza historia, powtarza się w różnych epokach i kulturach. W jednej z rabinackich opowieści wspomniana jest historia rabina z Krakowa, który kilkakrotnie miał sen, że pod mostem w Pradze ukryty jest skarb. Gdy się tam udał, usłyszał od żandarma pilnującego mostu, że on też miał sen, iż w domu pewnego rabina w Krakowie znajduje się skarb. Gdy rabin wrócił do Krakowa odkrył skarb w swoim domu.

Obie historie uświadamiają nam fakt, że każdy człowiek przychodzący na świat zostaje obdarowany wszystkim, co jest mu potrzebne do szczęścia, ale aby to docenić i zrozumieć potrzebujemy niekiedy wyruszyć w drogę. Przemierzając świat uczymy się i zdobywamy mądrość i zapewne im więcej doświadczeń, bólu i radości, osiągnięć i strat, im więcej spotkanych ludzi i rozstań, tym więcej mądrości. Tej mądrości, której nie

można zdobyć studiując mądre książki, czy wpatrując się w ekrany komputerów. Potrzebna jest droga i ta niepewność w obliczu tajemnicy, która czasami każe nam mówić: „nie wiem”. Owo „nie wiem” jest wyrazem doświadczania tajemnicy, którą odkrywamy, ale tak na prawdę poruszamy się w niej i jesteśmy od początku naszego istnienia. Bliskie wtedy staje się też to, co pisał Antoine de Saint-Exupéry - „liczy się tylko droga i kierunek, i skłonność ku czemuś”.

Jako chrześcijanie musimy pamiętać, że Chrystus jest drogą i że chrześcijaństwo w pierwszych wiekach nazywano hodos to znaczy: droga.

NA BEZDROŻACH

Wiele procesów w przyrodzie zachodzi cyklicznie. Dzień i noc, lato i zima następują po sobie od początku świata. Nie istnieją też proste górskie ścieżki i strumienie. To człowiek wymyślił sobie i wybudował proste drogi i kanały. Drogi rozwoju duchowego też nie są proste. Kryzysy i upadki mogą być okazją do nowych wzlotów i pogłębienia duchowego.

Pewien doświadczony biskup mówił: „Nigdy nie nazywajcie żadnej drogi w swoim życiu daremną, a zwłaszcza nie nazywajcie daremnymi bezdroży, którymi dane wam będzie chodzić...” Ów biskup patrząc wstecz na swe życie i ścieżki, po których chodził, jak mu się kiedyś wydawało bezowocne, pod koniec swego życia napisał: „Na tych drogach doświadczyłem Bożej opatrności, widziałem kwiaty, których nigdy nie zobaczyłbym przy autostradzie”...

Często jest tak, że kiedy wszystko wydaje się stracone, Bóg dopiero wtedy zaczyna działać „W naturze Boga - jak powiedział Marcin Luter - leży, z niczego czynić coś...”. Zapewne trzeba przejść wiele ścieżek i wiele bezdroży, aby doświadczyć swojej małości i słabości, i nie pokładać nadziei już w sobie, lecz otworzyć się na pomoc z góry zgodnie z tym, co mówi Psalmista: „Powierz Panu swoją drogę, zaufaj Mu, On sam będzie działał (Ps 37 (36),5)”. Postawa ta oznacza pokorę, która dzisiaj chyba nie jest zbyt popularną cnotą i zapewne z tego powodu tak niewielu ludzi żyje bez napięć, przymusu i lęku. Pokora bowiem prowadzi do miłości Boga, a „miłość – jak pisze św. Jan - usuwa lęk (I J 4,18)”.

O. JAN M. BEREZA OSB (1955-2011) mnich lubiński, kapłan. Przecierał w Polsce szlak medytacji chrześcijańskiej i dialogu międzyreligijnego. Jego staraniem już w latach 90. XX w. wyszły drukiem książki o. Johna Maina OSB. Wprowadził za Johnem Mainem do języka polskiego pojęcie mantry chrześcijańskiej. Zaprosił do Polski Światową Wspólnotę Medytacji Chrześcijańskiej.

W POSZUKIWANIU SZCZĘŚCIA



fot. wccm.pl

Kłopot z kondycją ludzką polega na tym, że poszukujemy szczęścia w niewłaściwych miejscach. Zapomnieliśmy, kim jesteśmy, oraz że zostaliśmy stworzeni na obraz i podobieństwo Boga, przypomina nam ojciec Thomas Keating. Prawdziwe szczęście, mówi ojciec Thomas, może pochodzić jedynie z poznania Boga na głębokim poziomie i czynienia Jego woli. Wymaga to radykalnej zmiany kierunku, z którego wypatrujemy szczęścia. Modlitwa medytacyjna stwarza przestrzeń dla tej zmiany. Rozmawiają o. Thomas Keating i Peter Ng w czasie konferencji „Kontemplacyjny wymiar Ewangelii”, którą o. Keating wygłosił do wspólnoty WCCM w Singapurze w czasie Wielkiego Tygodnia 2001 roku. Pełna rozmowa i zapis konferencji na wccm.pl.

Peter Ng: *Ojciec, w naszym mocno materialistycznym świecie wielu ludzi postrzega życie duchowe jako środek na radzenie sobie ze stresem. Nowi członkowie grup medytacyjnych często mówią o poszukiwaniu spokoju albo potrzebie wyzwolenia od stresu. Co może ojciec poradzić tym wszystkim, którzy bezskutecznie poszukują szczęścia i są przytłoczeni codziennością?*

Ojciec Keating: To złożony temat. Istnieje wiele powierzchownych sposobów na radzenie sobie z potrzebą

zaspokojenia głodu szczęścia, spokoju czy ograniczenia stresu. Jeśli takie sposoby interesują ludzi, to w zasadzie są one dostępne na wyciągnięcie ręki w formie środków chemicznych, przynoszących tymczasową ulgę. Ale gdy głód ten pochodzi z głębszych pokładów, a tak jest w istocie, lecz nie zdajemy sobie z tego sprawy, wówczas i głębsze zmiany muszą zająć w naszej postawie, systemie wierzeń oraz we wzorach postępowania.

Twoje pytanie dotyczy jednego z najbardziej fundamentalnych zagadnień zawartych w Piśmie Świętym. Nie jest zatem nowością. Proszę pamiętać, że gdy Adam padł w tarapaty w relacjach z Bogiem i poczuł wstyd z powodu nieposłuszeństwa, którego dopuścił się względem Stwórcy, jego pierwszą reakcją była ucieczka do lasu. Adam chciał się po prostu ukryć. I rzeczywiście, Adam i Ewa schowali się w krzakach. Zostaliby tam na całą wieczność, gdyby Bóg ich nie szukał, i gdyby nie wypowiedział niezwykle doniosłego pytania: „Adamie, GDZIE jesteś?”, albo: „Gdzie TY jesteś?”, albo: „Gdzie JESTEŚ?”, zależnie od tego, w którym miejscu postawimy akcent.

Oto podstawowe pytanie, znamionujące zwrot. Pytanie Boga, wzywającego nas do przebudzenia świadomości wzajemnej relacji. Adam i Ewa powinni byli wyjść z ukrycia i powiedzieć: „Popełniliśmy straszny błąd. Czy nam przebaczysz?”. Ale tego nie uczynili. Oszczędziłoby

to rodzajowi ludzkiemu wielu kłopotów. A tak, przychodzimy na świat w ukryciu. Rodzimy się bez doświadczenia Boga, które Adam i Ewa z pewnością mieli, jako stworzeni na Jego obraz i podobieństwo. I my jesteśmy stworzeni na obraz Boga, ale już nie na podobieństwo, jak Adam, który był na początku wolny od śmierci, chorób, i wszelkich ludzkich problemów, będących prostą konsekwencją nieoświadczenia obecności Boga w naszych wnętrzach.

Przychodzi moment w naszym życiu, czasem za sprawą splotu okoliczności, czasem za sprawą choroby, wyczerpania, katastrofy, gdy zaczynamy słyszeć dokładnie to samo pytanie. Miłosierny Bóg pyta nas: „Gdzie jesteś?”, co można tłumaczyć: „Jaka jest nasza wzajemna relacja?” Oraz: „Czy nie chciałbyś tu czegoś zmienić?”. Samopoznanie w duchowej tradycji chrześcijaństwa jest uświadomieniem sobie kruchości ludzkiej kondycji, iluzoryczności pogoni za szczęściem i naszego pragnienia odnalezienia szczęścia w świecie rzeczy lub duchowych pociech, które Bogiem nie są. Samopoznanie wzywa nas, abyśmy zmobilizowali się i z całą powagą wkroczyli na drogę, która przyniesie uzdrowienie.

Najczęściej, ludzie kierują spojrzenie w stronę religii lub wnikają głębiej w dotychczasową praktykę religijną. Zadaniem religii jest pomóc ludziom, aby przejrzeni, gdzie się znajdują, oraz że są wezwani do tego, aby poddać się uzdrowieniu. Bo jeżeli zaledwie przejrzyś, gdzie jesteś, i jak jesteś marny, wtedy szybko popadniesz w rozpacz. Z kolei jeśli nie dowiesz się, jak bardzo jesteś chory, to będziesz dalej gonił za iluzjami, które spotęgują objawy chorobowe. Religia zaopatruje nas w narzędzia, dzięki którym możemy rozpocząć proces uzdrawiania, będący świadectwem Bożego miłosierdzia względem nas. Ale to również świadectwo tego, że nasza najgłębsza istota jest dobra, a stąd odwaga, aby zaufać Bogu i wkroczyć na trudną drogę, którą możemy nazwać Boską terapią. Na tej drodze Bóg ukaże nam w pełnym świetle przeszkody, które oddzielają nas od szczerości.

Ojciec sugeruje, że poczucie niespełnienia, jako stały element ludzkiej kondycji, bierze się stąd, że szukamy nie tam, gdzie należy. Jakie jest zatem przesłanie chrześcijaństwa?

Wygląda na to, że Bóg był tak bardzo poruszony pogmatwaną kondycją ludzką, i ukochał człowieka do tego stopnia, że wprost ze swojego serca zesłał na świat jednorodzonego Syna, aby pokazał On swoim przykładem, jak wieść boże życie w ludzkiej formie, ponieważ my nie wiedzieliśmy, jak to czynić. Jednocześnie przyniósł nam nauczanie, wsparcie i łaskę, których łakniemy, z uwagi na obecność Boga w naszych duszach. Uczynił to, abyśmy

potrafili mierzyć się z problemami w sposób uporządkowany, z pomocą Jezusa Chrystusa i Jego Ducha, którego otrzymujemy w sakramencie chrztu oraz innych sakramentach.

Co miał Jezus na myśli, gdy wzywał nas do skruchy?

Skrucha jest zasadniczo zaproszeniem do zmiany kierunku, w którym zmierzamy poszukując szczęścia. Mówiąc inaczej, kiedy odpowiesz sobie na pytanie „Gdzie jestem?” przez uświadomienie sobie, że jesteś w ukryciu, w świecie rozproszeń, które oddzielają ciebie od twego jestestwa, innych ludzi, a przede wszystkim od Boga, zakiełkuje w tobie pragnienie, aby coś z tym zrobić. Poznasz, gdzie jesteś. Poznasz, że jesteś chory i zrozumiesz, że potrzebujesz pomocy. Oraz, że dalej żyć tak nie sposób.

Przyjdzie moment zniechęcenia, chyba że w tej samej chwili uzmysłowisz sobie, że Królestwo Boże jest tuż, tuż. Obietnica polega na tym, że gdy zaakceptujesz rzeczywistość ludzkiej kondycji, uznasz ją i zwrócisz się do Boga (oto “zwrot” nabiera właściwego znaczenia), oraz poszukasz szczęścia tam, gdzie jego prawdziwe źródło. Jest nim postępowanie zgodne z wolą Boga, poznanie obecności Boga w głębi duszy, i kultywowanie Bożej obecności, zamieszkującej nasze wnętrza – wówczas rozpoczniesz wędrówkę po uzdrowienie, które będzie dogłębne, a nie powierzchowne. Obejmie ono całe twoje życie, które zostanie powierzone Bogu na wzór życia Jezusa Chrystusa, i nie odejmując nic z wyjątkowości ludzkiego życia, uczyni je życiem bożym.

Spotykamy się w Singapurze w czasie Wielkiego Postu. Wielki Post jest w Kościele opisywany jak wydłużony okres rekolekcyjny. W Ewangeliach czytamy, iż Jezus udał się na pustynię, gdzie był kuszony przez szatana. Jak ojciec postrzega potrzebę okresu Wielkiego Postu, czasu rekolekcyjnego odosobnienia? Czy jest to czas naprawy ludzkiej kondycji? W jaki sposób kuszenia, których doświadczył Jezus, są odzwierciedleniem tejże ludzkiej kondycji?

Podstawową chorobą natury ludzkiej jest poczucie odrębności, wrażenie, że jesteśmy wyalienowani i odłączeni od Boga, ludzi oraz od nas samych. Prowadzi to do rozpaczliwych prób odnalezienia szczęścia w zamiennikach tej obecności, której nie potrafimy doświadczyć.

W kuszeniu na pustyni z niezwykłą intensywnością Jezus odczuł główne słabości natury ludzkiej. Trzykrotne kuszenie Jezusa związane jest z trzema podstawowymi potrzebami, które przynosimy ze sobą na ten świat, a są nimi: pragnienie bezpieczeństwa i przetrwania, pragnienie bycia kochanym, szanowanym i akceptowanym, oraz



W jaki sposób praktyka modlitwy kontemplacyjnej pomaga nam przejść od fałszywego do prawdziwego ja?

Poddanie się sakramentowi chrztu świętego jest wewnętrznym zobowiązaniem do uśmiercenia fałszywego ja, jest gotowością do przyzwolenia Bogu, aby odpuścił nasze grzechy, ale jest też gotowością do stawienia czoła mrocznej stronie naszej osobowości i zapisanym w naszych wnętrzach nieuświadomionym przeszkodom, które uniemożliwiają Bogu przejście inicjatywy w naszym życiu.

Boska terapia jest dogłębnym procesem uzdrawiającym. Dotyka nie tylko warstwy świadomego życia, ale również tych nieuświadomionych ran z dalekiej przeszłości, które są pochodną frustracji naszego pragnienia szczęścia, krążącego wokół trzech centrów energetycznych, jakimi są władza, akceptacja i poczucie bezpieczeństwa. Ilekroć te pragnienia są szczególnie intensywne, jak u osób, którym odmówiono zaspokojenia ich we wczesnym dzieciństwie, stają się one natrętnymi żądaniem i potrzebami. Frustracja w codziennym życiu jest zatem pewna jak słońce. Jak tylko frustracja przychodzi (nie zgotowano nam aplauzu, odmówiono akceptacji, bezpieczeństwa, nie dano władzy, jak chcieliśmy), z miejsca eksplodują chorobliwe emocje w rodzaju poniżenia, wstydu, gniewu, lęku, zniechęcenia, zależnie od psychologicznego rusztowania i historii. Dochodzi do prawdziwego wybuchu z chwilą, gdy nieuświadomiona motywacja, podbudowana ogromnym ładunkiem emocjonalnym, zderza się w codziennym życiu ze zdarzeniem uruchamiającym frustrację.

Życie wówczas staje się serią konfliktów i emocjonalnych zawirowań. Gdy rodzi się silna frustracja, zawczasu zmagazynowane pakiety komentarzy uruchamiają się samoczynnie: „Jak oni mogli mi to zrobić?“, „Wszak to ja mam rację, i nikt nie potrafi tego faktu zaakceptować!“, „Co o tym wszystkim pomyślą moi bliscy?“ i tak dalej. To tylko intensyfikuje emocjonalne rozdarcie i proces się nakręca. Niepokój przeradza się w lęk, a ten w panikę. Irytacja i rozdrażnienie przeradzają się w gniew, a dalej we wściekłość, a jeszcze dalej w chwilę szaleństwa. Aż dochodzimy do punktu, w którym jesteśmy gotowi pozabijać się, ponieważ emocję biorą górę. Potrzeba czasu, aby zejść z emocjonalnej huśtawki. Z psychologicznego punktu widzenia, gdy wybuch gniew, przychodzi lęk, adrenalina zalewa organizm. Będziesz więc odczuwał jej skutki przez kolejne dwie, trzy godziny, bo tyle czasu zajmie ciału czy wątrobie pozbycie się jej nadmiaru.

Pytanie „Gdzie jesteś?“ zaczyna obnażać nam marność i bezsensowność sytuacji, w jakiej się znaleźliśmy. Łańcuch reakcji dominuje nad naszą świadomą codzienną

pragnienie władzy i kontroli. Kuszenia na pustyni oscyływały właśnie wokół tych pragnień. „Powiedz, żeby te kamienie stały się chlebem” – bezpieczeństwo. „Rzuć się w dół z narożnika świątyni, a będziesz czczony i każdy przed Tobą zegnije kolano” – publiczny szacunek. I ostatnie, najgorsze ze wszystkich, gdy szatan zabrał Jezusa na szczyt góry i pokazał mu wszystkie narody świata, i powiedział „Dam Ci to wszystko, jeśli upadniesz i oddasz mi pokłon” – władza i kontrola. Jezus odpowiedział na kuszenia mocą Ducha, zamieszkującego jego wnętrze.

Oto idea Wielkiego Postu. Wyzwanie dla naszego fałszywego „ja”. Filarem fałszywego „ja” jest rosnące identyfikowanie się (czy też przesadne identyfikowanie się) z jednym lub ze wszystkimi z tych trzech emocjonalnych programów na szczęście. W miarę dorastania, gdy jesteśmy pomiędzy 4 i 8 rokiem życia i uczymy się zachowań społecznych, rodzi się zbyt duża identyfikacja z grupą. Społeczny aspekt ukrywania się przed Bogiem zostaje spotęgowany na skutek doświadczeń. Wielki Post nie jest wyłącznie umartwianiem się, czuwaniem czy rozdawaniem datków. To są gesty, symbolizujące przemianę. Sedno Wielkiego Postu tkwi w ujrzeniu, jak ogromną szkodę wyrządza nam kurczowe trzymanie się fałszywego „ja”, oraz w przekazie, aby pozwolić mu obumrzeć, poddać się, abyśmy mogli zostać przeobrażeni, odnowieni, wyciągnięci z leśnego ukrycia na pełnię światła Bożej obecności, i poczuli radość. Oto, co nazywamy Wielkanocą lub wewnętrznym zmartwychwstaniem z fałszywego „ja”, czego chrzest jest esencją. Chrzest to śmierć i odrodzenie. Ale co umiera? Nie ciało. To przyrzeczenie, iż pozwolimy odejść fałszywemu „ja”, pozwolimy mu obumrzeć, aby podnieść się w zmartwychwstaniu Jezusa Chrystusa, i doświadczyć wewnętrznej wolności, radości oraz miłostnego przebywania w Bogu, w miejsce życia dla samych siebie.

krzątanią. Jesteśmy przytłoczeni przez relacje z ludźmi, przez zdarzenia, przez nasze reakcje, i co gorsza, przez nasze wewnętrzne komentowanie reakcji, co czyni je jeszcze bardziej nieznośnymi. Całe doświadczenie zanurza się na powrót w sferze nieuświadomionej i zaostrza patologię, chyba że coś z nią zrobisz i odpuścisz podstawowe kwestie, leżące u jej źródła. Mówiąc inaczej, grzech sam w sobie nie jest problemem w większości przypadków. To jak z liśćmi drzewa. Będą zdrowe, jeśli korzeń jest zdrowy. Owoc będzie zgniły, gdy chory jest korzeń. Oto dlaczego Jezus podpowiada: zmień korzeń drzewa. Zmień radykalnie kierunek, z którego wypatrujesz nadejścia szczęścia. Żal za grzechy oznacza tę zmianę. Jest daleko głębszym i intymniejszym wyrzeczeniem, niż darowanie sobie posiłku, drobny post, nieco krótszy sen czy jałmużna. To są wszystko startery, mające wywołać szok w systemie, sygnalizujące nadchodzące przeobrażenia. Zaczynasz więc stosunkowo prosto.

Drogę ku przemianie stwarza modlitwa kontemplacyjna. Uwrażliwia nas na nieuświadomioną zawartość duszy z chwilą, gdy przestajemy myśleć o czymkolwiek, nawet o Bogu, duchowości, a po prostu otwieramy się i całkowicie powierzamy Bogu przez naszą zgodę na Jego obecność w naszych sercach.

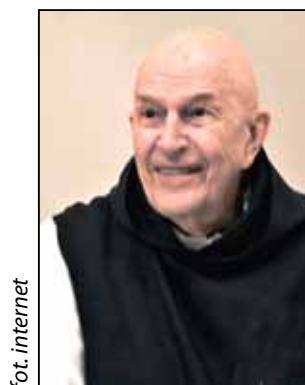
Trudności są nieodzownym elementem podróży nie dlatego, aby były zgodne z Bożą wolą, ale ponieważ wiążą się z miejscem, z którego rozpoczynamy wędrówkę. Lekarstwo musi być adekwatne do powagi choroby. Stłamszone, nieprzetrawione emocjonalne frustracje i traumy powinny mieć możliwość wydostania się na światło świadomości. Jedynie w ten sposób emocje ulegną rozpuszczeniu. Zasadniczo są one energią. Ten rodzaj energii pozostaje w naszych ciałach, niczym magazyn emocjonalnych skaz. Z ukrycia oddziałuje na nasze racjonalne decyzje, z czego nie zdajemy sobie w ogóle sprawy.

Opisał ojciec modlitwę kontemplacyjną, jako wakacje od fałszywego „ja”. W ujęciu bardziej optymistycznym, nazywał ją ojciec otwarciem naszych serc na Obecność zamieszkującą nasze wnętrza, obecność samego Boga. Jak powinniśmy rozumieć tę Obecność?

W medytacji porzucamy otoczenie zwykle poprzez zamknięcie oczu, znalezienie odosobnionego miejsca, i wreszcie czynne porzucenie wewnętrznego dialogu, który tak bardzo zdominował naszą psychologiczną świadomość. Otwieramy się aktem woli, przyzwalając na obecność Boga. Często symbolizowana jest ona w sposób sakralny, co ma nam ułatwić poświęcenie całej uwagi i woli, całego naszego jestestwa Bożej Obecności. Wierzmy, że Boża Obecność zamieszkuje nasze serca

w postaci Trójcy Świętej, nieprzerwanie podtrzymującej naszą fizyczną, umysłową, psychologiczną i duchową egzystencję, ale również dostępnej nam 24 godziny na dobę, ilekroć potrzebujemy pomocy. Jest więc modlitwa kontemplacyjna swoistym dialogiem z Obecnością, stanowiącą najgłębsze źródło naszego bytu. W medytacji zachodzi rodzaj dynamicznego przejścia z codziennego poziomu psychiki do poziomu duchowego, poziomu intuicji i woli duchowej. Wówczas prawdziwe „ja” pozwala się odczuć od czasu do czasu, z inspiracji Ducha Świętego, która manifestuje się poprzez Jego siedem darów oraz Jego owoce. A to oznacza, że zmartwychwstałe życie Jezusa Chrystusa zapuszcza w nas korzenie i żyje w nas. Ale to wciąż początek drogi. Pozostaje głęboko intymne miejsce w sercu, gdzie przebywa Bóg, oraz gdzie Bóg i prawdziwe „ja” pod względem woli stanowią jedno. Nie chodzi o to, że literalnie stajemy się jedno z Bogiem, ale o to, że mamy uczestnictwo w Bogu, oraz że potężne JA JESTEM Boga staje się naszym „ja jestem”, w miejsce fałszywego i iluzorycznego „ja”, które jest centrum systemu ego.

Całość wywiadu na wccm.pl
Tłum. Bartosz Wincek



fot. internet

OJCIEC THOMAS KEATING urodził się w roku 1923 w Nowym Jorku. Do trapistów wstąpił w roku 1944. W zakonie był superiorem i opatem. Jest założycielem Ruchu Modlitwy Głębi (Centering Prayer Movement), który gromadzi i wspiera ludzi praktykujących modlitwę głębi na całym świecie. W Europie wspólnoty takie działają w Wielkiej Brytanii, Irlandii, Francji, Włoszech, Holandii i Hiszpanii. Zaangażowany jest również w dialog między religiami. W 1998 roku poprowadził Seminarium Johna Maina na temat „Serce świata”. Autor licznych książek, w Polsce ukazały się m. in. „Przebudzenie”, „Królestwo Boże jest jak...”, „Podróż do wnętrza” (Wydawnictwo WAM).

PETER NG jest krajowym koordynatorem WCCM w Singapurze i członkiem zarządu Rady Kierowniczej WCCM. Naucza medytacji od 1988 roku. Wydał liczne publikacje, w tym zbiór nauk o. Johna Maina „Głód głębi serca” (Wydawnictwo WAM).

IKONA, CHRYSZTUS I CISZA



Podobno Ikona jest darem z nieba, spada z nieba niebios do nieba serca. Jeśli tak, to nie jest ona zwykłym obrazem i nie należy patrzeć na nią, jak na zwykły obraz. Podobnie też piękna ikony nie należy rozumieć w kategoriach piękna abstrakcyjnego, lecz duchowego, tak jak pojmuje to tradycja wczesnochrześcijańska. Chodzi o absolutnie wieczne piękno, stanowiące jedność dobra i prawdy, które jest w samym Bogu i które jest samym Bogiem objawione w Jego obrazie – Jezusie Chrystusie, wcielonym Synu Bożym.

Czym więc jest ikona poza tym, że jest darem przynoszącym nam zbawienie poprzez piękno? Jest Obecnością. Można by powiedzieć, że kowczeg, czyli płytkie wgłębienie w środkowej części deski gdzie umieszczony jest obraz zamieszkuje Obecność, zamieszkuje święty, którego ikona przedstawia, a w rezultacie zawsze ten Jedyńy. Trwając więc przed ikoną tak jak przed tabernakulum nigdy nie musimy czuć się samotni. Tym, co jeszcze przynosi nam Ikona jest cisza. Trwając przed Ikoną w milczeniu i uważności możemy stać się uczestnikami swoistej liturgii ciszy, która jak światło delikatnie zaczyna przenikać całe nasze istnienie.

Chociaż każda ikona może wprowadzić nas w ciszę i poprowadzić ku Medytacji, wśród wielu przedstawień Jezusa Chrystusa istnieje taka, która wydaje się być szczególnie do tego powołana. To Ikona Chrystusa Świętej Ciszki,

znana też jako Ikona Milczenia (Błagoje Mołczanie). Ten typ ikonograficzny nie jest znany tak dobrze, jak Mandylion (twarz Chrystusa na tkaninie lub dachówce) czy Ikona Chrystusa Pantokratora, nie jest też zbyt częsty. Pojawił się w ikonografii prawdopodobnie pod koniec XVIII lub na początku XIX w., a powodem jego powstania było ogromne zainteresowanie wschodnim monastycyzmem i Modlitwą Jezusową. Był to czas, gdy wiele kobiet i mężczyzn wychodziło na tzw. „pustynię”, by żyć w samotności, poszcząc i modląc się przez kilka lat, a niekiedy do końca życia. Nie jest jednak dobrze, aby człowiek był sam. Skoro więc rezygnował z towarzystwa innych, otrzymywał Ikonę, która podobno spada z nieba... Może nam się istotnie wydawać, że to my wybieramy Ikonę, ale to ona wybiera nas. Ikona Chrystusa Świętej Ciszki wybrała pustelnice i pustelników, dla nich została napisana, tak by patrząc na nią mogli w niej odczytywać odpowiednie treści. Ikona ta opowiada o obecności Najwyższego, o milczeniu i o tym, że Pan przychodzi w powiewie łagodnego wiatru, o czym już kiedyś przekonał się prorok Eliasz.

Ikona Chrystusa Świętej Ciszki jest ikoną symboliczną, bardzo trudną do jednoznacznego odczytania. Powstała niewątpliwie z modlitwy i ciszy, dlatego tylko przez modlitwę i w ciszy może być odczytana. Ikona ukazuje Chrystusa przed Jego wcieleniem, jako świętą ciszę Słowa Bożego. Emanuela, który czeka na zgodę Miriam z Nazaretu

by stać się człowiekiem. Przedstawiony jest jako młodzieniec z twarzą i skrzydłami anioła. Wiek chłopca nawiązuje do postaci Sługi Jahwe z księgi proroka Izajasza. To o nim prorok mówi: „nie będzie wołał ni podnosił głosu, nie da się słyszeć jego krzyku na dworze” (Iz 42,1-2). Ręce skrzyżowane na wysokości serca symbolizują stan wielkiego skupienia i wsłuchania w Ciszę. Bardzo ciekawym elementem ikony jest aureola. Nimb krzyżowy, przynależny tylko Chrystusowi zastąpiony tu został ośmioramienną gwiazdą, symbolizującą wieczność i nieskończoność, jak też początek nowego wieku. Nimb utworzony jest z dwóch kwadratów nałożonych na siebie w taki sposób, by tworzyły trójkąty wokół głowy. Jeden z kwadratów w kolorze czerwonym (ognistym) oznacza bóstwo Chrystusa. Ciemnozielony niepoznawalność i niedostępność Boga dla ludzkiego poznania. Innym wyjaśnieniem kolorów nimbu jest symboliczne przedstawienie w tych dwóch kolorach boskiej i ludzkiej natury Chrystusa, jak też gorejącego krzewu, w którym Bóg objawił się Mojżeszowi (Wj 3,2). Chrystus przedstawiony został na Ikonie Milczenia ze skrzydłami. Jest to symbolem posłania i wskazuje na przyszłą misję Syna Bożego w świecie jako „wysłannika” Trójcy Świętej. Skrzydła z coraz ciemniejszymi piórami symbolizują głębię milczenia i coraz większe wchodzenie w ciszę.

Spotykając na swej drodze Ikonę może zrodzić się w nas pytanie, co ma ona do ofiarowania człowiekowi XXI wieku? Człowiekowi, który pomimo tak ogromnego rozwoju cywilizacji żyje często w wielkim osamotnieniu, stając przed trudną rzeczywistością wypalenia w różnych przestrzeniach swojego życia... Gdy zaczyna szukać praw-

dziwej obecności, może być pewny, że tą obecnością jest także Ikona. Jej obecność potrafi zapełnić pustkę i samotność i również w tym sensie Ikona jest źródłem łaski. Gdy zaczyna szukać ciszy pośród zgiełku miasta i własnych myśli, znajdzie ją właśnie tam, w łagodnej twarzy Jezusa. Czy więc patrząc na nią nie odnosimy wrażenia, że tak jak kiedyś przyszła do pustelników, dziś przychodzi również do tych, którzy trwają przed Obliczem Pana w Medytacji? Przebywanie w jej towarzystwie, trwanie przed nią przynosi pokój i rozjaśnia myśli przywracając nam siebie samych - prowadzi do Boga. Patrząc na tę Ikonę, patrzymy jakby w lustro, które przypomina, że nie jesteśmy samym ciałem, ale też duchem, o którego trzeba dbać. Lustrem, które pokazuje nam, jakimi mamy się stawać.

Ktoś kiedyś mi opowiadał, że gdy był jeszcze dzieckiem ojciec postawił go przed lustrem i spytał :

- Widzisz w lustrze siebie?
- Tak tato, widzę.
- A widzisz dobrego czy złego?
- Dobrego, tato.
- To taki masz być!

Maksym Kapalski

MAKSYM KAPALSKI oblat benedyktyński WCCM, rzeźbiarz i ikonopis

Źródła:

- E. Smykowska Ikona, mały słownik, Warszawa 2002
- Modlitwa kolorem. Ikony z pracowni Karmelu Miłości Miłosiernej im. Braci Trapistów z Tibhirine, Szczecin 2003
- M. Kapalski, Obrazy pisane światłem, Ikony ze zbiorów Muzeum Śląska Cieszyńskiego, Cieszyn 2011

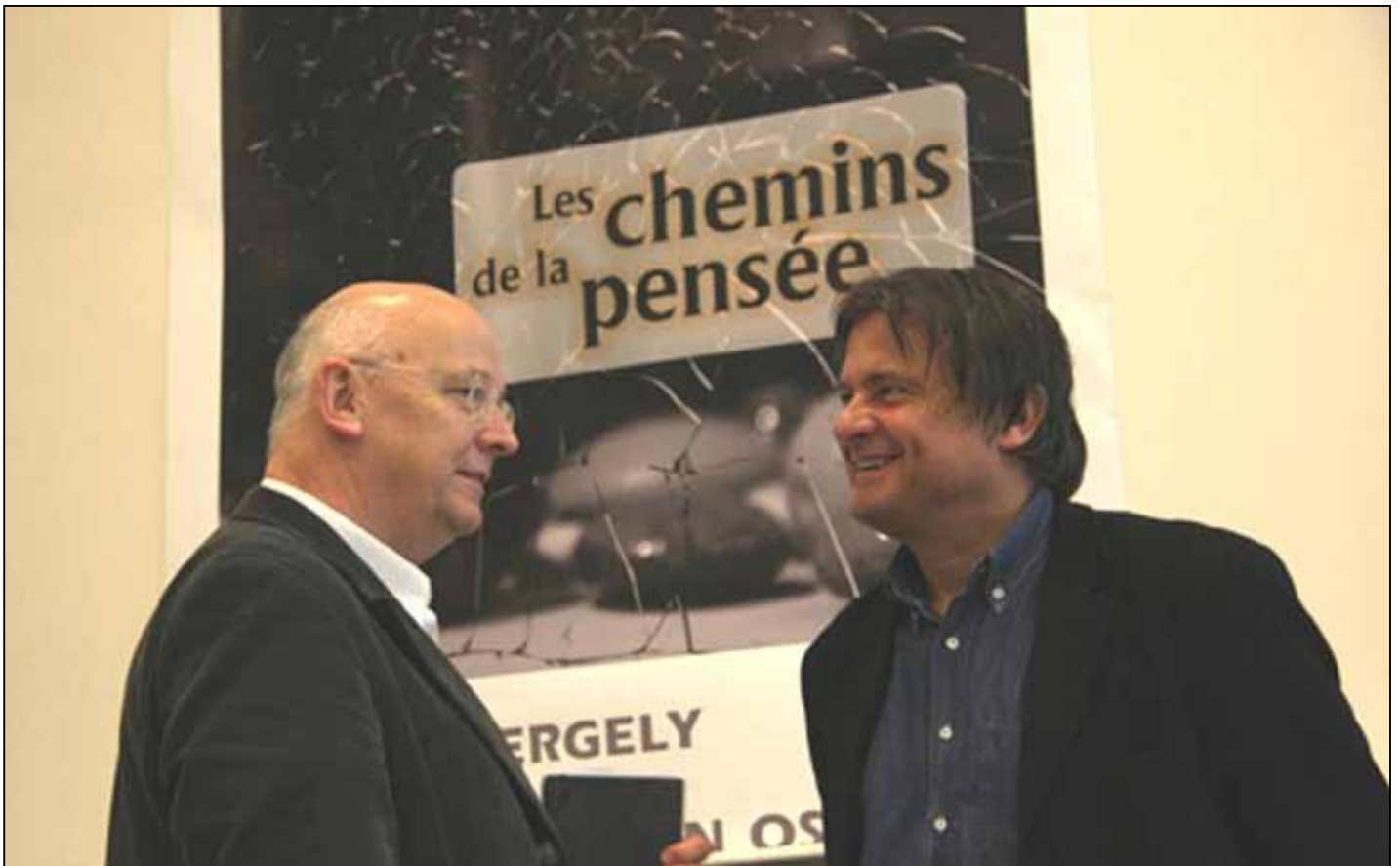
MYŚLI NA DROGACH I BEZDROŻACH

W dniach 14-16 stycznia odbyło się w Lyonie drugie ogólnokrajowe seminarium dla medytujących Francuzów zjednoczonych w Światowej Wspólnocie Medytacji Chrześcijańskiej. Tematem spotkania „Myśli na drogach i bezdrożach” był związek filozofii z medytacją. Seminarium prowadzili ojciec Laurence Freeman OSB i filozof francuski Bertrand Vergely wyznania prawosławnego. Obydwaj mówcy wygłosili dwie konferencje i uczestniczyli we wspólnej dyskusji odpowiadając na pytania uczestników.

Profesor Vergely wystąpił ze zdecydowaną krytyką współczesnej filozofii, której zarzuca przede wszystkim nihilizm, pesymizm i pustkę. Współczesnym filozofom przeciwstawił Platona, Kartezjusza i Heideggera. Wszyscy oni rozwijając swoje własne systemy filozoficzne jednocześnie medytowali! Byli przeświadczeni, że życie

traci sens, gdy nie ma w nim wiary i nadziei. „Myśli”, które pojawiły się w tytule seminarium, traktowane były jako przemijające impresje, werbalizowane lub odczuwane w odróżnieniu od „myślenia” jako takiego, które pozwala człowiekowi rozwijać się. „Myśli” rozpraszają, a przez to nie pozwalają żyć prawdziwie. Wprawiają nas w tumult i chaos. „Myślenie” to „Myśl” przetworzona przez ciszę. Ona prowadzi do kontemplacji. Prawdziwa „Myśl” staje się medytacją.

Ojciec Freeman podkreślał w sposób znaczący rolę ego i wagę wychodzenia poza jego ciasne granice. Prof. Vergely wprowadził pojęcie „Człowieka Wewnętrznego” - który jest solą i rdzeniem istnienia. Dotarcie do Człowieka Wewnętrznego jest najważniejszym celem życiowej drogi. Człowiek Wewnętrzny każdego z nas zachowując swoją indywidualność jest jednocześnie włączony w Boży



fot. Kasia Serafinowska- Gabryel

Kosmos! Człowiek Wewnętrzny stoi zawsze przed Bogiem. „Wewnętrzność” łącząca nas jest jednocześnie „wewnętrznością”, która podkreśla indywidualność każdego z osobna. Łączy bez zatracania się, wyróżnia bez dzielenia. Wchodząc w swoją „wewnętrzność” unicestwiamy siły dzielące jednych od drugich.

Człowiek Wewnętrzny istnieje dzięki wierze. Wiara i otwarcie na wiarę rodzi bezpieczeństwo w aspekcie psychologicznym, ale przede wszystkim pozwala zobaczyć prawdę naszej głębi. Wchodząc do swego „środka” podążamy do „środka” innych, a tym samym do Centrum świata. Tam następuje spotkanie z Chrystusem, to w Nim dokonuje się usuwanie barier i komunია międzyludzka.

Bóg stworzył w każdym z nas Człowieka Wewnętrznego, stąd Człowiek Wewnętrzny i wiara są nierozdzielne. Wchodząc w kontakt ze swoim Człowiekiem Wewnętrznym zatapiamy się w wielką radość życia. Będąc stworzeni, rodzimy się do życia.

Bernard Vergely mówił niebywale dynamicznie, z wielkim entuzjazmem, mocą i siłą. Przekonywał głosem pełnym wigoru, stanowczości i pewności, że wiara i tylko wiara jest motorem naszego życia, a medytacja pozwala ją odczuć i wchłonąć w siebie. W podsumowaniu ojciec Freeman podkreślał przede wszystkim, że odróżnienie jednej „Myśli” od wielu „myśli” tzn. przepływających w nas impresji świata, może tylko zaistnieć, kiedy trwamy w ciszy.

W przerwach między wykładami prowadzono różne warsztaty ułatwiające medytowanie: ja miałam przyjemność prowadzić ćwiczenia pracy z ciałem, inni uczyli spacerów medytacyjnych, czy rozważań Lectio divina.

Atmosfera spotkania była niezmiernie przyjazna. Kiedy patrzę z perspektywy czasu na swoje uczestnictwo we francuskim seminarium, mam przede wszystkim odczucie pewnego intelektualnego trudu, gdyż Bernard Vergely opierał się w znacznej mierze na różnych filozoficznych koncepcjach. W mojej pamięci zostało zwłaszcza przywołanie tętniącego światła nigdy niegasnącej wiary! Wiary, która pobudza do życia, oświetla drogę, czyni egzystencję ziemską czymś pięknym i porywającym!!

Mam nadzieję, że przedstawiając te filozoficzne zawilości byłam w stanie choć trochę, również i Was napęlić tym cudownym optymizmem, które bije z wiary i z naszego Człowieka Wewnętrznego - człowieka stojącego w obecności Boga.

Kasia Serafinowska- Gabryel

KASIA SERAFINOWSKA - GABRYEL specjalista Unii Europejskiej d/s Uzależnień, psycholog, psychoterapeuta, Doradca d/s Wymagających Natychmiastowych Interwencji, wolontariusz Poradni Wspierania Rodzin „Syntonia” przy oo. Dominikanach we Wrocławiu, instruktor ćwiczeń relaksacyjno- koncentrujących z elementami Hatha- Yogi.

TO JEST TYLKO MEDYTACJA



fot. Wojciech Czwilchocki

Na plaży leżał śnieg. Nie taki z nieba, tylko z morza. Dopływające do brzegu fale osiadały na sobie zamrażając i tworząc śniegowe nawisy. Słony śnieg. Piasek na plaży był zamrożony, chodziło się po nim jak po betonie. I wiał wiatr, dość silny i mroźny wiatr z północnego zachodu, od morza, oczywiście. To on był odpowiedzialny za nastrój morza, które – gdy wiało mocniej – było ciemne i wzburzone. Zbawiane fale wyglądały wtedy, jakby kłóciły się ze sobą, jakby wyładowywały na siebie całą przyniesioną z otwartego morza złość. Kiedy wiatr nieco słabł fale łagodniały i sprawiały wrażenie, jakby bawiły się ze sobą w taką grę, która zatańczy piękniej, której uda się wymyślniej zawinąć.

Potem słońce roztopiło piasek i można już było chodzić po plaży tak, jak się chodzi po plaży – grzęznąć po kostki w piachu, tracąc czasem równowagę, gdy stopa zapadała się głębiej albo po prostu nie tak, jak się tego spodziewałeś.

I słońce! Było ostre, rażące w nieprzywykłe jeszcze oczy i ciepłe. W jego promieniach wiatr sprawiał wrażenie jeszcze bardziej lodowatego.

Ludzie przyjechali z różnych miast – z Chodzieży i okolic, Gniezna, Opalenicy, Szczecina, Warszawy, Wrocławia i Zielonej Góry.

Przyjechali spędzić kilka dni z tym, co kochają najbardziej, albo dowiedzieć się, co właściwie ich tu przynęcało.

Mam takie doświadczenie, że na medytacji spotykam dobrych ludzi. Takich, którzy przyjeżdżają ze swoim spokojem, poukładaniem, dystansem, wyluzowaniem. W Kołobrzegu też tak było.

Jest jakiś przedziwny sens organizowania takich spotkań i wspólnego modlenia się. To dziwne, bo przecież modlimy się w całkowitej ciszy, jeden obok drugiego, a jednak tworzymy wspólnotę. Ojciec Wojciech Czwilchocki, dominikanin z Wrocławia, który głosił konferencje podczas rekolekcji w Kołobrzegu powiedział, że medytacja wspólna, w grupie jest dlatego ważna, że jesteśmy – jako chrześcijanie – Kościołem, jesteśmy stworzeni do życia społecznego, wspólnego. Spotykając się więc razem na modlitwie, nawet (albo zwłaszcza) wtedy, gdy nie pada ani jedno słowo, wyrażamy w ten sposób tę prostą podstawową prawdę o nas samych. Wyrażamy ją nie tyle wypowiadając ją, ale w dużo bardziej radykalny sposób – będąc obecnymi.

Kolejne konferencje Ojca Wojciecha były o bezruchu, o oddechu i o s(S)łowie, czyli o trzech podstawowych elementach medytacji. Ale to nie były techniczne wskazówki, jak medytować. Ojciec Wojciech starał się raczej ukazać prawdziwy sens tych elementów, kierując nas ku naszemu własnemu wnętrzu, byśmy je tam, w nas samych, odnaleźli.

Było więc o bezruchu, który jest po to, aby Bóg mógł

nas odnaleźć, abyśmy się Bogu pozwolili odnaleźć. Ojciec Wojciech przywołał biblijny obraz Adama, który przed Bogiem ukrył się w niezbyt fortunnym miejscu, bo w krzakach. Na szczęście jednak, siedział w nich nieruchomo, dlatego Bóg go tam odnalazł. Bóg zawsze szuka człowieka. Jeśli jednak jesteś zabiegany, zajęty milionem bardzo ważnych spraw, będziecie się ciągle mijać – z Bogiem, z innymi ludźmi, z samym sobą. Możesz przechodzić wiele razy przez jakąś ulicę i tak naprawdę wcale jej nie znać. Jeśli kiedyś siądziesz na ławce i przyjrzyj się jej, ze zdumieniem odkryjesz, że jest tam kamienna fontanna, stylizowane staroświeckie lampy uliczne, mały antykwariat z książkami jak z bajki i lodziarnia z waniliowymi lodami z automatu. W przypadku ulicy brak tej wiedzy o niej nie ma być może aż tak wielkiego znaczenia, ale jeśli mowa o Bogu, jeśli mowa o tobie, to sprawa nabiera zupełnie innej wagi. Bezruch jest więc po to, żeby się zatrzymać. Fizycznie, zewnątrz, całym swoim ciałem i w ogóle całym sobą.

Ojciec Wojciech mówił też o oddechu, o tchnieniu, które otrzymaliśmy od Boga, które jest naszym życiem, Duchem Świętym, który modli się w nas przez Chrystusa do Ojca. To jest to tchnienie życia, o którym księga Rodzaju mówi, że wskutek niego człowiek stał się istotą żywą. Jeśli zdasz sobie z tego sprawę, stanie się to dla ciebie zachętą do świadomego oddychania, do zauważenia swojego oddechu, poznania go i dania Mu przyzwolenia, by się w tobie modlił. Oddech jest dla nas czymś tak oczywistym, że w ogóle nas nie interesuje. Jak mówił Ojciec Wojciech, zauważamy go zwykle wtedy, kiedy dzieje się z nim coś niedobrego, na przykład podczas choroby, kiedy oddech staje się ciężki, sapiący. Ale tak na co dzień oddychamy i już. Tymczasem to, że oddychasz jest prawdą o twoim pochodzeniu, prawdą o tym skąd jesteś, kim jesteś i dokąd zmierzasz.

W medytacji na oddechu niesiemy słowo. Właśnie o słowie były dwie ostatnie konferencje Ojca Wojciecha – o słowie, które jest naszą mantrą, słowie, które wypowiadamy w czasie medytacji, a które jest bardzo nasze, bardzo osobiste i wyraża naszą bliskość z Bogiem. To słowo wypowiadamy w rytmie naszego oddechu dlatego, że w ten sposób ono staje się modlitwą, która z czasem wychodzi poza salę medytacyjną, żyje w nas nieustannie. Bo – jak mówił Ojciec Wojciech – medytacja nie jest do tego, by ją zamykać w sali medytacyjnej. Medytacja jest do tego, by nią żyć. Nasze życie nie powinno być podzielone na to, co kościelne i niekościelne, na to co religijne i pozareligijne, na sfery, do których Pana Boga wpuszczamy i takie, do których Go nie wpuszczamy, bo są takie zwyczajne, nieświęte, albo może nawet nie całkiem w porządku. Nie powinno być podzielone na dwadzieścia pięć

minut medytacji i resztę dnia. Bo twoja medytacja staje się prawdziwą modlitwą wtedy, kiedy modlisz się nieustannie, nawet wtedy, kiedy wcale o tym nie myślisz. To oczywiście nie przychodzi od razu, trzeba się tego uczyć. I – jak podkreślał Ojciec Wojciech – trzeba być w tym wobec siebie bardzo cierpliwym.

Bardzo mi się podobało przywołanie przez Ojca Wojciecha obrazu Słowa, które przez Oddech, Tchnienie zostało przyniesione na świat. Mowa oczywiście o Wcieleniu Syna Bożego. Robi to wrażenie, jak sobie człowiek uzmysłowi, że ten sam Duch, którego Bóg tchnął w nozdrza człowieka przy jego narodzeniu zapoczątkował ziemskie życie Jezusa, a teraz w dodatku jest ze mną, jest we mnie, jest moim życiem.

Medytacja jest prosta, dlatego właśnie tak trudna. Wymaga od nas wyzbycia się wszystkiego, w co ubieramy Boga i naszą religijność o dzieciństwo. Wymaga tego, by w zupełnej prostocie i zaufaniu mieć odwagę stanąć przed Bogiem bez dymu kadzidła, świecidełek, tego wszystkiego, co nas od Niego oddala i jednocześnie zapewnia nam niejakie poczucie bezpieczeństwa. Bo kadzidło, jak sądzimy, przysłania nasze prawdziwe intencje. Myślimy sobie, że Bóg widział, że byliśmy w niedzielę w kościele, ale dzięki dymowi kadzidła nie dostrzegł, że wcale nie mieliśmy na to ochoty, i że tę godzinę dużo chętniej spędzilibyśmy leżąc na kanapie i oglądając skoki narciarskie. W medytacji stajesz przed Bogiem bez dymu kadzidła, zupełnie nagi, jak Adam w krzakach, w których Bóg go odnalazł. Nie da rady niczego ukryć. Ale też wiesz, że nie ma takiej potrzeby, modlisz się przecież, bo chcesz. Albo dlatego, że nie możesz inaczej.

Dla mnie osobiście najważniejsze słowa podczas kołobrzeskich rekolekcji padły właściwie jakby na deser, bo zupełnie pod koniec. Wahając się mocno, czy w ogóle to powiedzieć, żeby to nie zabrzmiało arogancko, czy nie zostało źle zrozumiane, Ojciec Wojciech stwierdził: „Mówimy tu o medytacji. Ale to jest tylko medytacja”. To znaczy: medytacja nie jest celem samym w sobie. Nie medytujemy po to, żeby osiągnąć perfekcję w trwaniu w bezruchu, miarowym oddychaniu i skupieniu na mantrze. Dlatego właśnie medytacja nie ustaje na progu sali medytacyjnej. Ona staje się twoim życiem, jeśli żyjesz nią naprawdę. A wtedy naprawdę żyjesz.

Joanna Remdejko
Impresje z rekolekcji medytacyjnych,
4-6 marca 2011,
Kołobrzeg - Podczele

JOANNA REMDEJKO z wykształcenia magister zarządzania i marketingu oraz teolog. Kiedyś dziennikarz, urzędnik, teraz pracuje w zarządzaniu nieruchomościami. Związana z grupą medytacyjną, która spotyka się w klasztorze oo. dominikanów we Wrocławiu.

Kalendarium na rok 2011

WYBRANE SESJE W KRAJU:

> **meditatio** 2011 w Warszawie

Termin: 01-03 maja 2011

Prowadzący: pastor Indulis Paičs, teolog luterński i wykładowca Akademii Luterńskiej i Seminarium Kaznodziejskiego św. Grzegorza w Saldus w Rydze.

Temat: Medytacja i duchowość. Ku człowieczeństwu w pełni.

Opierając się na przykazaniu miłości Boga w ewangelicznym przekazie św. Marka (Mk 12,30) pastor Indulis Paičs rozważy aspekty i rolę duchowości w całościowym rozwoju człowieka, a także, jak Medytacja Chrześcijańska może stać się czynnikiem wspomagającym wewnętrzny wzrost i dojrzewanie.

Meditatio 2011 organizowane jest w ekumenicznej współpracy katolików i protestantów: luteran, ewangelików reformowanych oraz baptystów.

Miejscem spotkania jest Ośrodek Konferencyjno-Rekolekcyjny Kościoła Chrześcijan Baptystów w Warszawie-Radości.

Szczegóły organizacyjne i zapisy: www.wccm.pl

WYBRANE SESJE ZA GRANICĄ:

> MEDITATIO - Ukraina

Termin: 3 - 5 kwietnia 2011

Prowadzący: Laurence Freeman OSB

Temat: Medytacja chrześcijańska - kontemplacyjna droga Kościoła na współczesnej pustyni

Miejsce: Klasztor oo. Dominikanów Przenajświętszej Marii Panny i św. Włodzimierza w Kijowie

Szczegóły organizacyjne i zapisy: http://www.wccm.org.ua/news_meditatio_kiew2011_pl.html

> SEMINARIUM JOHNA MAINA

Termin: 12.08-14.08 2011r.

Prowadzący: Timothy Radcliffe OP (sylwetka prowadzącego obok)

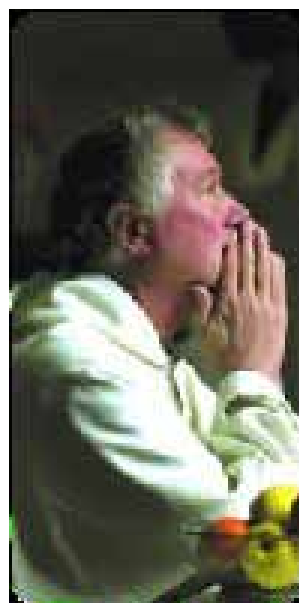
Temat: Pełnia życia w Chrystusie

Rekolekcje medytacyjne przed seminarium odbędą się 08-11 sierpnia 2011 r. i zostaną poprowadzone przez o. Laurence'a Freemana OSB. Zapraszamy również na 4-dniową pielgrzymkę po rekolekcjach po wyspach Ballinskelligs, Skellig Michael i Bere Island. Informacje: <http://www.jms11.com/> E-mail: sylviajms11@gmail.com

PEŁNE KALENDARIUM NA:

www.wccm.pl

www.wccm.org



Dominikanin, ojciec Timothy Radcliff to człowiek, którego los obdarzył bardzo dobrym przygotowaniem do życia. Wychowywał się na angielskiej wsi, otoczony dużą, kochającą rodziną o bogatych tradycjach i zabezpieczonym byciem materialnym, pozwalającym na kultywowanie zainteresowań i szukanie głębszej strony życia. Uczęszczał do szkół prowadzonych przez benedyktynów i religia była dla niego zawsze „częścią

codziennego życia, a rozmowa z Bogiem w modlitwie czymś tak zwyczajnym, jak pogawędka w gronie rodzinnym”. Katolicyzm nie kojarzył mu się z wyrzeczeniami, a wręcz przeciwnie. Mówił: „jeden z braci mojej babki był benedyktynem i widać było jak bardzo cieszył się życiem, przez co miło było przebywać w jego towarzystwie, kochał śmiech, dobre jedzenie i picie”. Ojciec Radcliff nie szukał więc Boga, żeby zrekompensować sobie brak miłości i nieszczęśliwe dzieciństwo. Wstąpienie do zakonu dominikanów nie było dla niego ani ucieczką od życia, ani niezgodą na jego prozaiczność. To raczej zdrowo ukształtowana osobowość pozwoliła mu w sposób jednoznaczny i pewny stwierdzić, że jeśli naprawdę wierzy, to wiara musi być centrum jego życia. A zamiłowanie do wiedzy i odkrywania prawdy zawiodło go do dominikanów, których mottem jest Prawda - Veritas.

Ojciec Timothy studiował w Oxfordzie i Paryżu. Przez wiele lat wykładał Nowy Testament na uniwersytecie. Był też duszpasterzem chorych na AIDS i pracował z tymi, którzy żyli na obrzeżach Kościoła, ale nie chcieli z nim stracić kontaktu np. z małżeństwami niesakramentalnymi, z ludźmi o innej orientacji seksualnej i z wątpliwymi w autorytety. Jako generał zakonu w latach 1992 - 2001 poznawał problemy świata i Kościoła, odwiedzając wspólnoty dominikańskie na wszystkich kontynentach.

Doświadczeniami tymi dzieli się w swoich książkach. Mają one dwie cechy charakterystyczne. Pierwsza to wielość poruszanych zagadnień. Od rozwijania pojęć takich, jak wolność, radość, spontaniczność, odwaga..., przez prawidłowe widzenie swojego ciała i materialnej rzeczywistości, do analizy współczesnej gospodarki i jej wpływu na życie ludzi, pojęcia rynku i własności... Od indywidu-

POSZUKIWACZ PRAWDY

alnej relacji z Bogiem, przez znaczenie wspólnoty, do problemów współczesnego Kościoła i umiejętności dialogu w globalnym świecie.

Druga cecha charakterystyczna wypowiedzi ojca Radcliffe'a to jego bardzo szeroka wiedza i ciągle odwoływanie się do innych autorów i opracowań. Na każdej stronie znajdują się cytaty, przykłady historyczne i świadectwa ludzi. Lektura wymaga więc skupienia i uważnego towarzyszenia autorowi w odkrywaniu głębi poruszanych tematów. Tym bardziej, że jak twierdzi ojciec Timothy, tradycyjny model nauczania dominikanów polegał na wciąganiu ludzi w dyskusję i prowokowanie do zadawania pytań. Odkrywanie prawdy jest tu czynnością społeczną, która rozgrywa się w rozmowach innymi. Tak działa się, gdy o. Timothy był duszpasterzem akademickim: „po mszy chodziliśmy czegoś się napić i wtedy studenci nie zostawiali suchej nitki na moim kazaniu wyjaśniając, co zrobiłem źle... pozostaliśmy bliskimi przyjaciółmi”.

Wielość poruszanych wątków zaprasza do samodzielnego podążania za tymi, które nas zainspirują. Dla mnie jednym z nich była możliwość zaangażowania się zakonników w bieżące wydarzenia, odczytywane w duchu Ewangelii. I tak rocznicę 11 września niektórzy amerykańscy dominikanie postanowili uczcić przez miesięczny post, podczas którego pili tylko wodę. Przebywali wtedy w namiotach rozłożonych na ulicy, niedaleko ruin po katastrofie. Wszyscy mieli koszulki z napisem „Musiał być inne wyjście” - jako odpowiedź na nawoływanie do wojny. Wielu ludzi miało potrzebę rozmowy, a do odmawianych trzy razy dziennie modlitw przyłączali się też Żydzi i muzułmanie. Jest to ten wymiar religijności, który w Polsce jest jeszcze bardzo rzadki.

Podobnie nietypowe jest podejście do rozwiązywania trudnych problemów wewnętrznych, widzianych jednak zawsze jako możliwość głębszej relacji z Bogiem. Swoje rozumienie ich rozwiązywania opisuje ojciec Radcliff, cytując prawdziwą historię z życia swojego poprzednika. Bede Jerrett, prowincjał angielskich dominikanów w latach 30-tych, napisał list do ojca Huberta van Zellera, który jako młody mnich zakochał się w kobiecie o imieniu P. i był tym mocno zaniepokojony: „Gdybyś myślał, że jedyna rzecz, jaką trzeba zrobić to wycofać się do swojej skorupy, nigdy byś nie zobaczył, jak godny kochania jest Bóg. Musisz kochać P. i szukać Boga w P. Ciesz się swoją przyjaźnią, płac za nią cenę wynikłą stąd cierpienia, pamiętaj o tym przy swojej Mszy i pozwól Mu być tym trzecim... Jestem z tego zadowolony, że zakochałeś się w P., ponieważ uważam, że twoją pokusą był purytanizm,

wąskość, pewna nieludzkość. Miałeś prawie skłonność do zaprzeczania uświęcenia materii. Byłeś zakochany w swoim Panu, ale niezupełnie we Wcieleniu. Obawiałeś się życia, ponieważ chciałeś być święty. Uważam, że P. uratuje twoje życie. Odprawię więc mszę dziękczynną za to, kim jest P. i co dla ciebie zrobiła.” Takie podejście sprawia, że wszystkie pozytywne uczucia ludzkie tworzą przestrzeń, w której mieszka Bóg, a naszym zadaniem jest odkryć go tam. Bycie chrześcijaninem nie polega na tworzeniu enklawy-kościół, ale na głębokim zrozumieniu jego powszechności i poczucia jedności ze wszystkimi ludźmi we wspólnym dążeniu do dobra.

Ojciec Timothy tak opisuje dominikanów: „Jesteśmy otwarci na inne religie. Nie powodują nami wyłącznie zasady dobrego wychowania czy duch dialogu. Dzieje się tak, ponieważ inne religie mogą nam pomóc kroczyć drogą do Jezusa. Buddysta może nauczyć mnie, jak się nie poddawać roszczeniom własnego ego, a muzułmanin może ukazać mi lepiej boski Absolut.” I tak, jak zaangażowanie w sprawy tego świata w duchu Ewangelii jest naturalną powinnością chrześcijanina, tak sposobem na ciągły kontakt ze źródłem mocy do takiego życia jest modlitwa i kontemplacja w ujęciu bliskim każdemu, kto medytuje. Ponieważ wg o. Radcliffe'a „jednym ze źródeł kryzysu prawdy jest to, że nasze życie jest zbyt gorączkowe i pospieszne, tak że nie mamy czasu na to, by prawidłowo postrzegać siebie lub cokolwiek innego”, dlatego „duchowość prawdy zachęca nas do zwolnienia tempa, spokoju, pozwolenia sercu i umysłowi, by się szeroko otworzyły”. Przypomina słowa Chestertona, że „istnieje tylko jeden grzech – nazywanie zielonego liścia szarym”, które należy rozumieć poprzez słowa św. Tomasza, że aby zobaczyć rzeczy takimi, jakimi są, musimy być kontemplacyjni. Kontemplacja to spokojne, ciche otwarcie umysłu na to, co się przed nami znajduje: słowo Boże, osoba, roślina. Taki sposób patrzenia umożliwia odkrywanie tego, co dla o. Radcliffe'a było celem jego powołania: PRAWDY - o Bogu, o człowieku i o życiu.

Ewa Perskawiec

Źródła:

- Timothy Radcliffe OP: Po co być chrześcijaninem, Kraków 2007

- Nazwałem was przyjaciółmi. Z o. Timothyem Radcliffe'em OP rozmawia Guillaume Goubert, Kraków 2002

EWA PERSKAWIEC z wykształcenia doradca społeczny, pracuje jako opiekunka osób starszych. Doświadczenie życiowe zdobywa jako matka pięciorga dzieci. Bliskie są jej wszystkie formy dialogu międzyreligijnego.

DROGA NA GÓRĘ DOSKONAŁOŚCI



Psaln.

Arcta est via quae ducit ad vitam

. LXVII.

Wersety objaśniające sposób wstępowania ściąka na Górę doskonałości i rady nie postępowania drogami krętymi

Jak dojść do wszystkiego	Jak posiadać wszystko	Jak usunąć wszystkie przeszkody	W czym zawiera się wszystko
<p>Azeby dojść do tego, czego nie znasz, Masz iść przez to, czego nie znasz.</p> <p>Azeby dojść do tego, czego nie rozumiesz, Masz iść przez to, czego nie rozumiesz.</p> <p>Azeby dojść do tego, czego nie posiadasz, Masz iść przez to, czego nie posiadasz.</p> <p>Azeby dojść do tego, czym nie jesteś, Masz iść przez to, czym nie jesteś.</p>	<p>Azeby dojść do poznania wszystkiego, Nie pragnij poznania czegoś w niczym.</p> <p>Azeby dojść do zapanowania nad wszystkim, Nie pragnij zapanowania nad czymś w niczym.</p> <p>Azeby dojść do posiadania wszystkiego, Nie pragnij posiadania czegoś w niczym.</p> <p>Azeby dojść do tego, by być wszystkim, Nie pragnij być czymś w niczym.</p>	<p>Gdy zabierzemy uwagę, nie ma czegoś.</p> <p>Poraduj się i dźwierz wszystkim.</p> <p>Do tego doświadczenia wszystkiego, Masz porzucić wszystkie przeszkody.</p> <p>A gdybyś doświadczył do połowy wszystkiego, Masz je posiadać, nie pragnij niczego.</p> <p>Do gdybyś chciał posiadać coś w wszystkim, Nie maś samego Boga skarbnicą swoim.</p>	<p>W ogólności tym znajduje się duch pokój i odpocznienie, gdy bowiem niczego nie pożąda, nie ma podrywa go w górę i nie ma spycha w dół, ponieważ jest on w centrum swej pokony, skoro zaś czegoś pożąda, tym samym się z niego pozbawia.</p>

Sw. Jan od Krzyża jest uznanym autorytetem Kościoła katolickiego, ze względu na głębię i mądrość nazywany jest Doktorem Kościoła. Posiadał dar doświadczenia mistycznego, a równocześnie intelektualnego zrozumienia procesów psychicznych i umieszczania ich w kontekście teologicznym.

Wiedza o wszystkich etapach rozwoju życia duchowego sprawiła, że był cenionym nauczycielem.

Jako kierownik duchowy korzystał z opracowanego przez siebie schematu, który przedstawiał drogę prowadzącą do doskonałości. Czynione odręcznie schematy otrzymywali od niego mnisi i mniszki pragnący wskazówek według których mogliby się ćwiczyć.

Schemat ten w prosty sposób pokazuje drogę rozwoju

chrześcijańskiej duszy wraz z celem, kierunkiem, priorytetami i błędnymi drogami.

Obok rycina autorstwa Diego de Astora pochodząca z pierwszego wydania dzieł św. Jana od Krzyża, z 1618 roku.

Mimo czterech wieków rycina ta celnie wskazuje drogę chrześcijanina do uduchowienia i wciąż może być mapą, także jako przewodnik medytacji chrześcijańskiej.

Dziękujemy Wydawnictwu Karmelitów Bosych, dzięki uprzejmości którego mogliśmy przedrukować rycinę z „Dzieł św. Jana od Krzyża”, Kraków 2010.

Maciej Panabażys

MACIEJ PANABAŻYS grupa warszawska wccm.



World Community for Christian Meditation jest kontemplatywnym ekumenicznym ruchem medytacji chrześcijańskiej obecnym w ponad stu krajach. Naszą misją jest rozpowszechnianie w Kościele modlitwy kontemplatywnej, jako centralnego wymiaru chrześcijańskiej duchowości. Wspieramy i promujemy

wyływającą z doświadczenia modlitwy milczenia sieć grup medytacyjnych. Kontynuujemy dzieło rozpoczęte przez o. Johna Maina OSB, który w roku 1975 założył pierwsze Centrum Medytacji Chrześcijańskiej w swoim opactwie na Ealingu w Londynie. Nasza Wspólnota związała się w roku 1991 podczas Seminarium Johna Maina, dorocznej międzynarodowej sesji poświęconej pamięci życia i dzieła o. Maina, a jej dyrektorem jest od tego czasu o. Laurence Freeman OSB.

Praktyka medytacji wg nauki o. Johna Maina

Wybierz miejsce ciche i spokojne.

Usiądź wygodnie na krześle, stołku
lub poduszce medytacyjnej.

Wyprostuj kręgosłup.
Przymknij lekko oczy.

Siedź tak nieruchomo, jak to tylko możliwe.

Oddychaj naturalnie i spokojnie.

Pozostań w stanie koncentracji i relaksu.

Powoli, wewnątrznie, zacznij powtarzać proste słowo
modlitwy. Proponujemy modlitewne wezwanie:

MARANATHA*

Powtarzaj je w sercu delikatnie i wiernie przez cały okres medytacji.

Gdy pojawią się rozproszenia lub spotrzeżesz „pustkę” - powracaj do wybranej mantry.
Trwaj w dwudziestominutowym medytacyjnym milczeniu rano i wieczorem, dzień po dniu,
a przyjdzie czas, że ogarnie Cię modlitwa Jezusa, a jej owoce
rozpoznasz w codziennym, aktywnym życiu.

* W języku aramejskim: *Przyjdź, Panie! Przyjdź, Panie Jezu!*



Literatura:

JAN KASJAN *Rozmowy o modlitwie*, Wydawnictwo Benedyktynów Tyniec, Kraków 2003, **JOHN MAIN OSB** *Chrześcijańska medytacja*, Wydawnictwo Benedyktynów Tyniec 1992; Zysk i Ska, Poznań 1995, **JOHN MAIN OSB** *Chrystusowe teraz*, WAM, Kraków 1997, **JOHN MAIN OSB** *Chrystusowa obecność*, WAM, Kraków 1998, **JOHN MAIN OSB** *Głos ciszy*, Ethos, Warszawa 1997, **JOHN MAIN OSB** *Radość trwania*, SALWATOR, Kraków 2004, **JOHN MAIN OSB** *Ścieżka medytacji*, WAM, Kraków 2007, **LAURENCE FREEMAN OSB (JAN M. BEREZA OSB)** *Praktyka medytacji chrześcijańskiej*, Wydawnictwo Homini, Kraków 2004, **LAURENCE FREEMAN OSB** *Medytacja chrześcijańska. Twoja codzienna praktyka*, Wydawnictwo Homini, Kraków 2006, **LAURENCE FREEMAN OSB** *Światło wewnętrzne. Droga medytacji chrześcijańskiej*, Esprit, Kraków 2006, **LAURENCE FREEMAN OSB** *Pielgrzymka wewnętrzna*, Wydawnictwo Homini, Kraków 2007, **LAURENCE FREEMAN OSB**

Jezus – wewnętrzny Nauczyciel, Homini, Kraków 2007, **LAURENCE FREEMAN OSB** *Drogocenna perła*, Homini, Kraków 2007, **DALAJLAMA, LAURENCE FREEMAN**, *Dobre serce*, Wydawnictwo Santorski & Co., Warszawa 2008, **JOHN MAIN OSB**, *Głód głębi serca*, Wydawnictwo WAM,

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
czwartek, godz. 19:00

CIESZYN

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

GDAŃSK

Kościół św. Mikołaja, kaplica św. Jacka (akademicka)
Kontakt: Gabriela Kosiedowska,
tel. 601 45 43 15, gabi.kosiedowska@wp.pl
Ewa Czaplewska, logec@univ.gda.pl,
środa, godz. 20.00

GLIWICE

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

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

KATOWICE

Archidiecezjalny 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

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 (grupa w trakcie tworzenia)

Kontakt: Maciej Panabażys,
tel. 505 586 445, medytacja@wccm.pl
niedziela

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

KONTAKT W JĘZYKU POLSKIM ZA GRANICĄ

WIELKA BRYTANIA, Londyn

Kontakt: Wojtek Karczmarczyk
wkarczmarczyk@gmail.com

IRLANDIA PÓŁNOCNA, 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