

Medytacja – dar na całe życie

Praktykowanie chrześcijańskiej medytacji stało się kamieniem węgielnym mojego człowieczeństwa. Coraz wyraźniej widzę, że zapracowany świat wcale nie musi zdominować mojego życia. Istnieje inna droga.

tekst *Ernie Christie*

Ernie Christie jest zastępcą dyrektora Biura Edukacji Katolickiej w diecezji Townsville, w Australii. We wrześniu 2012 ukazała się w Polsce jego książka *Medytacja chrześcijańska w szkołach*.

Chrześcijańska medytacja to przede wszystkim duchowa praktyka. John Main powiedział kiedyś, że medytacja jest dla naszej duszy tak samo naturalna, jak oddychanie dla naszego ciała. Od ponad trzydziestu lat uczę w szkołach katolickich i byłem dyrek-

torem kilku z nich. Teraz mam ten przywilej, że jestem wicedyrektorem Biura Edukacji Katolickiej, zaś moją szefową jest Cathy Day. Odpowiadam za edukację religijną i plany nauczania. W tym długim okresie widziałem szereg zmian w systemie edukacji. Z pewnością wiele w szkołach katolickich zmieniło odejście od nauczania wyłącznie przez zakony zajmujące się edukacją oraz powierzenie obowiązków wychowawczych świeckim nauczycielom. Dzięki nim język katolicyzmu, a nawet historia chrześcijaństwa przestały być uważane za coś oczywistego.

W ostatniej szkole, w której pracowałem, rozmawiałem z wieloma osobami pragnącymi zostać nauczycielami; w Australii szczególnie życzliwie traktujemy mężczyzn-nauczycieli. Pewien młody człowiek był wyjątkowo inteligentny i dobrze wiedział, co chce powiedzieć w trakcie rozmowy kwalifikacyjnej. Zapytałem go:

*medytacja
dla duszy jest jak
powietrze dla ciała*

„Z jakiego powodu chce pan uczyć w szkole katolickiej?”. Odpowiedział: „Z powodu wartości”. Pytałem dalej: „Jaka jest pana ulubiona ewangeliczna przypowieść?”. „Uwielbiam parabole”, odpowiedział, „a moją ulubioną jest ta o żółwiu i zającu”.

Ta historia przypomniła mi wprowadzenie do książki Ronalda Rolheisera *Shattered Lantern* (pol. Rozbita latarnia). Ten tytuł został zapożyczony od szaleńca Nietzschego, który twierdził, że Bóg nie żyje. Szaleniec przybył do miasta i rozbił latarnię, aby zwrócić uwagę wszystkich na siebie i móc ogłosić śmierć Boga. Zabiliśmy Boga, ponieważ nie zwracamy uwagi. Nie zwracamy uwagi na siebie wzajemnie, nie zwracamy już uwagi na Niego. To niepokojąca idea, ale być może w naszych zaganianych czasach właśnie tak się dzieje.

Rolheiser pisze: *„Wielu dobrych, serdecznych ludzi zmaga się dzisiaj ze swoją wiarą i swoim Kościołem. Składa się na to wiele rzeczy: różnorodność naszej epoki, bogatej we wszystko z wyjątkiem przejrzystości, indywidualizm kultury, który czyni życie rodzinne i społeczne trudnym na każdym poziomie, antykościelne nastroje w świecie zarówno kultury popularnej, jak i wysokiego intelektualizmu, czy nieustannie pogłębiający się antago-*

*nie zwracamy
uwagi na siebie*

*zmagania
z wiarą,
z sobą samym*



w poszukiwaniu
sensu

zapracowany świat?
nie przeszkadza mi

nizm między tymi, którzy widzą religię w kategoriach prywatnej modlitwy, oraz tymi, którzy widzą ją jako drogę poszukiwania sprawiedliwości". Dwanaście lat temu byłem dyrektorem szkoły katolickiej, do której uczęszczało 1800 uczniów. Przeżyłem wtedy to, o czym pisze Rolheiser. Moim zadaniem jako kierującego dużą szkołą było zadbanie o to, aby była to dobra szkoła i osiągała dobre wyniki. Chciałem także sprawić przyjemność księdzu proboszczowi i starałem się pomagać uczniom, którzy często nie znajdowali w domach odpowiedniego wsparcia dla swojej wiary. Czulem erozję rodzinnych więzi, nie wspominając o moich własnych zmaganiach z wiarą. Poszukiwałem czegoś, co nada sens mojemu życiu.

W Leeds uczyłem przez rok. Poznawałem też różne techniki medytacji, a nawet wyjechałem do Szkocji, aby w odosobnieniu doskonalić buddyjską medytację. Trochę poczytałem o modlitwie kontemplacyjnej. Czymś niezwykle okazało się dla mnie spotkanie z ojcem Laurence'em Freemanem, do którego doszło dzięki naszemu biskupowi, Michaelowi Putneyowi. Poznałem i nauczyłem się medytacji chrześcijańskiej w tradycji Johna Maina. Proponowana przez niego duchowa praktyka otworzyła we mnie wszystkie właściwe przegródki. Byłem bardzo zajęty, żonaty, miałem troje dzieci w szkolnym wieku, i byłem dyrektorem największej szkoły

w Queensland. Praktykowanie chrześcijańskiej medytacji stało się kamieniem węgielnym mojej wiary i wzmocniło moje człowieczeństwo. Teraz zbliżam się do tego, aby zostać benedyktyńskim oblatem i coraz wyraźniej widzę, że mój zapracowany świat wcale nie musi zdominować mojego życia. Istnieje inna droga.

W 2002 roku najstarszy syn poinformował mnie, że wyjeżdża do Londynu, aby pracować jako terapeuta zajęciowy. Przed wyjazdem zaskoczył mnie, ponieważ poprosił, abym nauczył go chrześcijańskiej medytacji. To były wspaniałe dwa tygodnie, w trakcie których praktykowaliśmy dwa razy dziennie. Bardzo nas to zbli-



żyło. Zanim wróciłem do Australii, zabrał mnie na wyspę Orkney. Zatrzymaliśmy się na małej farmie. Kupił mi fajkę z Yorku, więc paliliśmy tyle, że w środku niewielkiego domu panował zaduch, ale też medytowaliśmy dwa razy dziennie. Wkrótce potem ojciec Freeman i ja wprowadziliśmy w szkołach katolickich pilotażowy program medytacji, a naszym działaniom udzielili wsparcia nasz biskup oraz Cathy Day. Odnieśliśmy wielki sukces, a na podstawie naszych doświadczeń napisałem książkę o nauczaniu dzieci medytacji. Medytacja jest teraz bardzo ważną częścią wspaniałej materii, która wzbogaca katolickie dziedzictwo w naszej diecezji. Twierdzę, że chrześcijańska medytacja to duchowa praktyka idealna dla naszych czasów. Co przez to rozumiem? Duchowość nie jest czymś blahym; nie jest jakąś opcją ani kwestią wyboru. Każdy musi mieć duchowość i każdy ją ma; zarówno ten, kto daje życie, jak i ten, kto je niszczy. Jesteśmy duchowymi istotami. Rolheiser posuwa się dalej, kiedy mówi: *„Nikt nie wątpi w szczerłość naszego pokolenia, rozumianą w kategoriach duchowości. Nie zmagamy się ze szczerością, a z kierunkiem. (...) Nasze umysły i stopy nie wiedzą, w którą stronę mają iść. Nasza epoka zawiązuje prawdziwy spiszek przeciwko naszemu życiu; nie chodzi o jakiś świadomy spiszek przeciwko określonym wartościom, Kościołowi i prawdziwej duchowości, w który wierzy skrajny konserwatyzm. Dzisiaj wiele różnych okoliczności miesza się na ślepo i przypadkowo przyczynia się do tworzenia klimatu, w którym nie tylko trudno myśleć o Bogu czy modlić się, ale nawet mieć jakąś wewnętrzną głębię”*.

Rolheiser wskazuje na trzy szczególnie zjadłe siły, które zdają się działać przeciwko wewnętrznej spójności: narcyzm, pragmatyzm oraz nieopanowaną niecierpliwość. Na różnych etapach życia doświadczyłem wszystkich. Narcyzm to przesadna troska o samego siebie. Pragmatyzm oznacza zbyt duże skupienie na pracy, zaś niecierpliwość to nadmierne pragnienie nowych doznań. Narcyzm odpowiada za problemy z sercem, pragmatyzm za bóle głowy, zaś niecierpliwość to sprawca bezsenności. Wszystkie trzy odpowiadają za to, że zbyt rzadko znajdujemy czas i przestrzeń na nawiązanie kontaktu z głębszymi stronami życia.

Jeszcze raz wrócę do czasu spędzonego w Leeds, kiedy doświadczyłem tego wszystkiego osobiście. Syn, który stał się moim towa-

*chrześcijańska
medytacja wchodzi
do szkół*

*spiszek epoki
przeciwko życiu*

*trzej winowajcy
braku czasu
i przestrzeni*

*bądź obecny
dla tych,
z którymi jesteś*

rzyszem w medytacji, udzielił mi niezwykle ważnej duchowej lekcji. Wspaniale radził sobie w tej samej szkole, w której uczyłem, ja natomiast radziłem sobie znacznie gorzej. Wciąż się z czymś zmagalem. Nie potrafiłem nawiązać kontaktu z moimi uczniami, a oni nie bardzo się mną interesowali. Zrezygnowałem z funkcji dyrektora i znowu zacząłem uczyć, ale byłem bardzo zaabsorbowany sobą. Stałem się gwiazdą mojego filmu, a uczniowie byli w nim tylko statystami i w dodatku nie odgrywali przypisanych im ról. W końcu mój syn wyraźnie i jasno pokazał mi, że nie zwracam na nich uwagi; że jestem skoncentrowany przede wszystkim na sobie. Ojciec Laurence zawsze mówi, że jeśli kogoś kochasz, to poświęcasz mu całą swoją uwagę. Byłem naprawdę nauczycielem z powołania, ale zapomniałem o bardzo ważnym aspekcie: podstawowe przesłanie medytacji to być obecnym dla tych, z którymi jesteś. W końcu nauczyłem się imion moich uczniów i zapamiętałem, skąd pochodzą. Otworzyłem się, zacząłem słuchać sercem, a nie tylko głową. Takie jest szczerze świadectwo mojej własnej drogi – dzięki niej dotarłem do cudownej praktyki i teraz nie mogę sobie wyobrazić życia bez niej. Możliwość uczenia jej innych, zwłaszcza młodych, stanowi prawdziwy sens mojego życia. ■