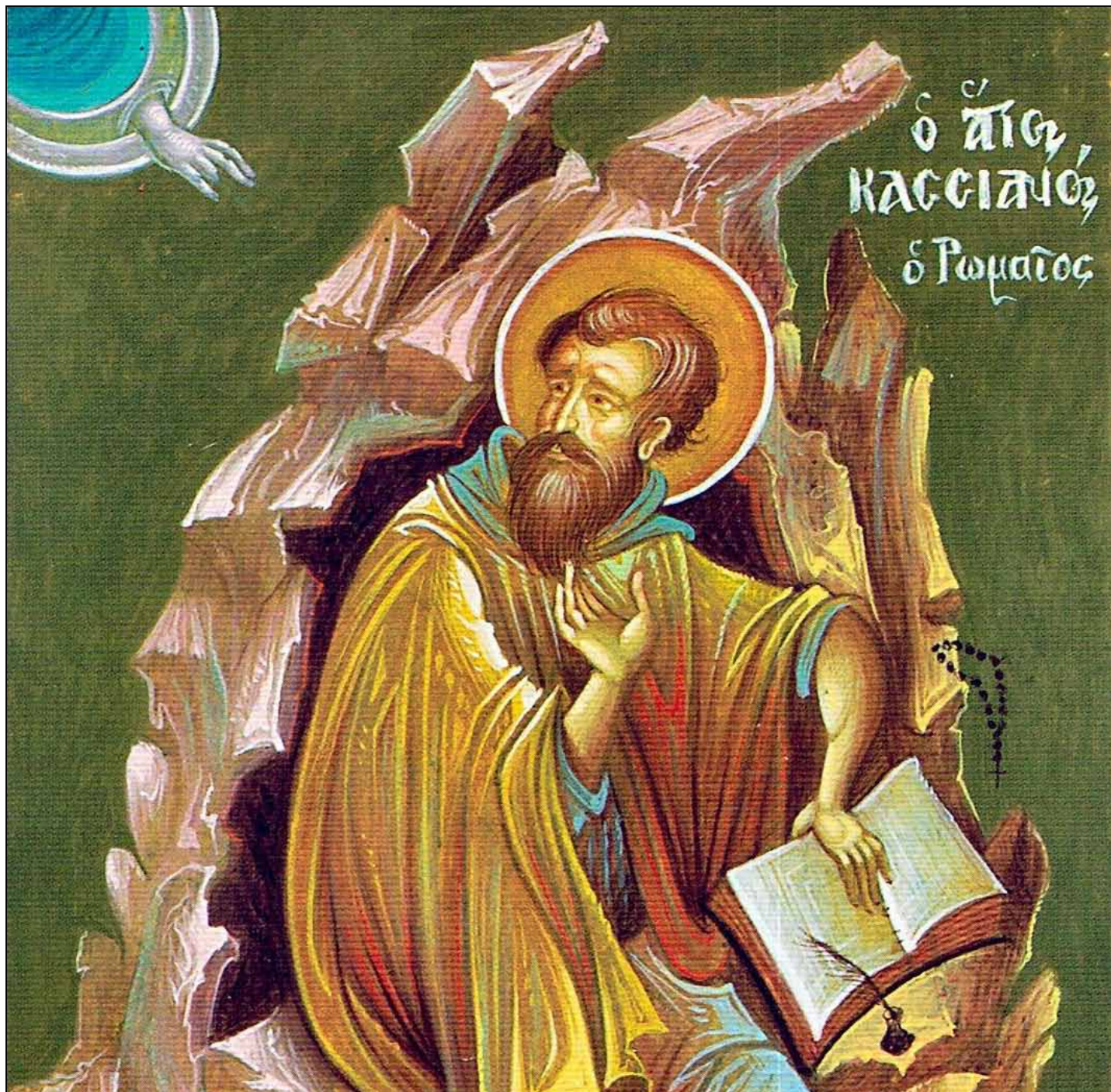




Chrześcijańska Medytacja

KWARTALNIK ŚWIATOWEJ WSPÓLNOTY MEDYTACJI CHRZEŚCIJAŃSKIEJ

WWW.WCCM.PL • EDYCJA POLSKA, NR 22, LIPIEC 2013



Istam mens indesinenter formulam teneat...

Niech tej właśnie formy modlitwy tak długo trzyma się dusza, aż wzmocniona jej nieustannym powtarzaniem i rozmyślaniem, porzuci zbytek wszelkich innych myśli. Ubóstwo tego jednego wersetu bardzo szybko zaprowadzi ją bowiem do pierwszego z ewangelicznych błogosławieństw: Błogosławieni ubodzy w duchu, albowiem ich jest królestwo niebieskie.

Jan Kasjan

O WYBRANYCH ASPEKTACH MEDYTACJI CHRZEŚCIJAŃSKIEJ



Drodzy Przyjaciele,

Zostałem poproszony o zabranie głosu wobec niedawnej dyskusji w katolickiej prasie i na portalach internetowych dotyczącej medytacji chrześcijańskiej, w sposób w jaki nasza Wspólnota dzieli się jej doświadczeniem wewnątrz Kościoła zachodniego. Zazwyczaj spotykam się z uwagami co do tej formy modlitwy kontemplacyjnej ze strony Kościołów protestanckich, w których tradycja mistyczna jest mniej znana i zakorzeniona. Dlatego zawsze tak zaskakująca jest krytyka, która wypływa z wnętrza Kościoła katolickiego, częściej niż inne Kościoły uważanego za strażnika tradycji mistycznej i nauczyciela kontemplacyjnego wymiaru wiary. Niemniej jednak wierzę, że wszystkie te krytyczne opinie mają swe podstawy w szczerzej trosce o dobro Kościoła powszechnego i kieruje nimi prawdziwa intencja „obrony” integralności wiary chrześcijańskiej.

Mam nadzieję, że te refleksje, których powodem są określone wątpliwości wobec medytacji – uczonej przez nas w duchu tradycji chrześcijańskiej, szanując szczerą intencję głosów krytycznych, równocześnie wskażą kilka podstawowych błędów i nieścisłości, ciągle powtarzających się w większości powszechnych przekonań wśród chrześcijan na temat medytacji. Mam też nadzieję, że refleksje te okażą się przydatne dla tych nauczycieli tej formy modlitwy, którzy muszą raz po raz mierzyć się z głosami podnoszącymi podobne wątpliwości.

1. Medytacja – wspólne duchowe dziedzictwo

Ojciec John Main OSB zetknął się po raz pierwszy z praktyką medytacji dzięki nauczycielowi ze wschodniej



fot. Magda Kapalska

tradycji religijnej.¹ Podziwiał go za jego osobiste zintegrowanie kontemplatywnego stylu życia z pracą – pełną głębokiego współczucia na rzecz ubogich i odrzuconych na margines społeczny. Spotkania z nim zainspirowały Johna Maina do poświęcenia dwóch półgodzinnych, codziennych okresów czasu na medytację jako dodatkową formę codziennej modlitwy i regularnego uczestnictwa we Mszy świętej. Jak pisał, praktyka ta pogłębiła jego wiarę i ubogaciła życie modlitewne.

Medytacja – jako dyscyplina duchowa, która prowadzi od umysłu do serca, od słów i myśli do milczenia i spokoju – po raz pierwszy została opisana w Indiach około dwa i pół tysiąca lat temu. W różnych postaciach, i oczywiście różnie rozumianą, można ją odnaleźć u korzeni wszystkich wielkich tradycji religijnych. Podobnie jak większość katolików jego pokolenia, John Main traktował modlitwę kontemplacyjną jako domenę specjalistów od spraw modlitwy. Jednak już jako benedyktyński mnich w trakcie jej praktykowania zrozumiał – choć potrzebował na to wielu lat – że kontemplacja jest czymś integralnym dla wszystkich form chrześcijańskiej duchowości.

1. Do spotkania Johna Maina (jeszcze jako Douglasa Maina, pracownika brytyjskiej służby dyplomatycznej) ze swamim Sattyanandą (1906–1961) doszło w Kuala Lumpur. Sattyananda był założycielem Pure Life Society (Towarzystwa Czystego Życia), sierocińca dla ofiar rebelii w Malesji, do której doszło w latach 50. minionego wieku przede wszystkim pod wpływem rasowych i religijnych uprzedzeń. W uznaniu dla jego pracy na rzecz pokoju i harmonii w ojczyźnie, będącej wówczas pod kontrolą brytyjską, Sattyananda otrzymał wiele prestiżowych odznaczeń i nagród. Bazując na wizji międzyreligijnej przyjaźni i szacunku dla wszystkich tradycji, Pure Life Society kontynuuje do dzisiaj dzieło swojego założyciela i jest darzone głębokim szacunkiem przez rząd oraz wszystkie instytucje religijne w Malesji, w tym także przez tamtejszy Kościół katolicki.

Ten punkt widzenia znalazł swój wyraz w stwierdzeniach Soboru Watykańskiego II, mówiących o tym, że w Kościele każdy, bez względu na jego pozycję czy status, może dostąpić pełni chrześcijańskiego powołania. Fakt, że uświadomienie sobie tej ewangelicznej prawdy w rzeczywistości modlitwy nastąpiło u Johna Maina poprzez tradycję Wschodu, ilustruje, jak głęboki był wgląd ojców Soboru, kiedy stwierdzili w soborowej deklaracji, dlaczego Kościół „nie odrzuca niczego, co jest prawdą i świętością w innych religiach. Ze szczerym szacunkiem traktuje te drogi postępowania i życia, te zasady i nauki, które choć w wielu aspektach różnią się od tego, czego sam naucza i co przekazuje, to jednak często odbijają promień tej Prawdy, która oświeca wszystkich ludzi”² W tym też duchu kolejni papieże zachęcali do międzyreligijnego dialogu i sami go prowadzili.

2. Chrześcijańskie kenosis

Niektórzy krytycy naszej formy medytacji odwołują się do niebezpieczeństwa „wzrostu świadomości” lub „odmiennych stanów świadomości”, które ojciec John Main widzi jako owoc medytacji. Kiedy ojciec John odwołuje się do tego rodzaju owocu medytacji, czyni to zawsze w nawiązaniu do teologii świętego Pawła.

„Nie bierzcie więc wzoru z tego świata, lecz przemieniajcie się przez odnawianie umysłu, abyście umieli rozpoznać, jaka jest wola Boża: co jest dobre, co Bogu przyjemne i co doskonałe” (Rz 12,2).

„Jeżeli więc ktoś pozostaje w Chrystusie, jest nowym stworzeniem” (2 Kor 5,17).

„[Niech da] wam światłe oczy serca tak, byście wiedzieli, czym jest nadzieja waszego powołania” (Ef 1,18).

Ojciec John wierzył, że tak opisane doświadczenie duchowej transformacji ma podstawowe znaczenie dla procesu metanoi. Czuł, że największym zagrożeniem dla współczesnego chrześcijaństwa jest niedoceniecie człowieczego potencjału osobistego wyzwolenia i transformacji w Chrystusie. Tę przemianę duch człowieka uzyskuje w darze poprzez zjednoczenie z Duchem Chrystusa. Dlatego zdaniem ojca Johna każda prawdziwa chrześcijańska modlitwa jest wejściem w modlitwę Jezusa i uczestnictwem w niej. To jest podstawowa i jednorodna

teologia chrześcijańskiej medytacji według ojca Johna Maina.

„Podobnie także Duch przychodzi z pomocą naszej słabości. Gdy bowiem nie umiemy się modlić tak jak trzeba, sam Duch przyczynia się za nami w błaganiach, których nie można wyrazić słowami” (Rz 8,26).

„Odmiennie stany świadomości” nie mają miejsca w nauczaniu ojca Johna Maina czy Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej. Przeciwnie, ojciec John napomina chrześcijan rozpoczynających praktykę kontemplacyjną, aby nie przystępowali do niej pełni oczekiwań i pragnień. Mówi, że w chwili medytacji nie wydarza się nic szczególnego – stawiając w ten sposób wyzwanie spragnionym doznań współczesnym ludziom – a jeśli nawet coś się wydarzy, należy to traktować jako rozproszenie i pozwolić odejść związanym z tym odczuciom. Owoce medytacji pojawiają się w życiu jako

dary Ducha Świętego, wśród których najważniejsza jest miłość.

„Owoce zaś ducha jest: miłość, radość, pokój, cierpliwość, uprzejmość, dobroć, wierność, łagodność, opanowanie” – Ga 5,22.

Takie podejście do medytacji wypływa z faktu, że zarówno ojciec Main, jak i Wspólnota dzisiaj uczą medytacyjnej tradycji chrześcijańskiej jako praktyki ascetycznej. Zdając sobie sprawę, że medytację można potraktować w sposób konsumpcyjny czy nastawiony na sensację, ojciec John Main podkreślał istotę medytacji chrześcijańskiej jako dyscyplinę duchową – być może radykalnie prostą, ale jednak dyscyplinę. Dzisiaj, kiedy pod wpływem wyników naukowych dociekań widzi się w medytacji metodę na osiągnięcie fizycznych i psychologicznych korzyści, Wspólnota nasza wciąż przedstawia ją jako dyscyplinę duchową i formę modlitwy.

Z pewnością niektórzy ludzie mogą coś „przeżywać” w trakcie medytacji, ale po trzydziestu latach medytowania i nauczania medytacji mogą powiedzieć, że zdarza się to niezwykle rzadko.

Kościół jest miejscem schronienia dla wszystkich ludzi, także tych psychicznie wrażliwych. Dziś wiemy, że medytacja wycisza i redukuje silne negatywne uczucia oraz że

Tradycja pustyni, która poprzez „Konferencje” Jana Kasjana zainspirowała ojca Johna Maina, jest w swojej istocie apofatyczna. Kasjan bowiem twierdzi, że nieustannie powtarzana „formuła” czy „modlitewna fraza” powinna doprowadzić do „wyrzeczenia się różnorodnej i obfitej materii wszelkiej myśli”, a nie do roztrząsania jej znaczenia językowego.

Chrystusowy pokój może wejść do zaniepokojonego serca przez głęboką, cichą modlitwę.

„Pokój zostawiam wam, pokój mój daję wam. (...) Niech się nie trwoży serce wasze ani się lęka!” (J 14,27).

Osoby z „odmiennymi stanami umysłowymi” nie są w żadnym przypadku reprezentatywne dla tych, którzy uczą się naszego rodzaju medytacji. Aktualne badania w obszarze zdrowia psychicznego skłaniają wielu psychologów do zalecania medytacji – praktykowanej jako prawdziwa i regularna dyscyplina – ludziom cierpiącym z powodu depresji czy lęków. Chrystus jest dla nas, jak pisał Klemens z Aleksandrii, „Boskim lekarzem i uzdrowicielem skołatanych dusz”. My jednakże nie zalecamy praktykowania medytacji bez profesjonalnej opieki tym, którzy cierpią z powodu psychoz albo poważnych zaburzeń umysłowych.

Dla krytyków medytacji chrześcijańskiej owe niebezpieczne „odmienne stany” są efektem powstawania w trakcie medytacji umysłowej „pustki”. Prawdziwie zaangażowanych w tę formę modlitwy serca, którzy codziennie zmagają się z wszelkimi rozproszeniami podczas medytacji, tego rodzaju idea umysłowej pustki może tylko rozbawić. W rzeczywistości właściwe tutaj teologiczne i biblijne określenia nie mają nic wspólnego z umysłową próżnią czy pustką, ale z opustoszeniem w sensie Chrystusowego kenosis i ubóstwem ducha.

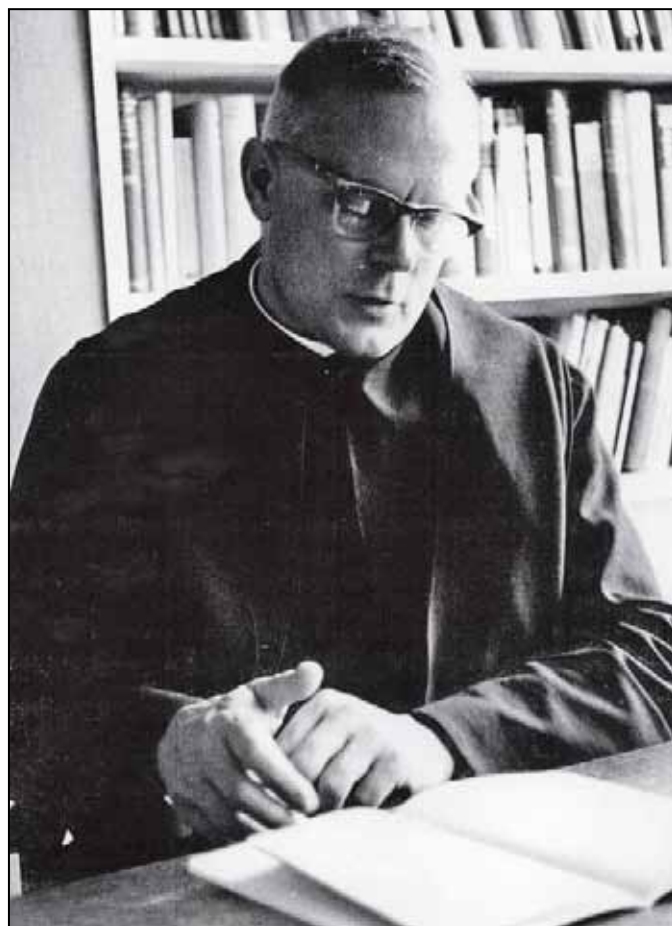
3. Dwie szkoły modlitwy

Padają także zarzuty pod adresem osób praktykujących medytację chrześcijańską, że błędnie odczytały nauki Jana Kasjana. Krytyka ta wychodzi z założenia, że każdej modlitwie chrześcijańskiej musi towarzyszyć określona aktywność umysłowa. Tymczasem tradycja katolicka jest o wiele bardziej zróżnicowana i z paradoksami ludzkich postaw wobec Boga radzi sobie o wiele lepiej, niż poprzez zuinifikowane i jednostronne podejście. Postawa katafatyczna rzeczywiście opiera się na wykorzystaniu słów, myśli i wyobrażeń, rytuałów i ekspresyjnych gestów. Z kolei postawa apofatyczna rezygnuje z tych form wyrazu, sięga natomiast po angażującą w pełni ciszę zjednoczenia z Boską miłością.

„Rozmawiamy o Bogu. Cóż to za cud, że go nie rozumiesz? Gdy go rozumiesz, to nie jest to Bóg” (Św. Augustyn, Wyznania, Księga dziesiąta)

„Albowiem na pewno możemy Go kochać, ale nie zrozumieć. Można Go objąć miłością, ale nie myślą” (Chmura niewiedzy, rozdział 6)

Oba te podejścia, katafatyczne i apofatyczne, są potrzebne. Medytujący chrześcijanie nie rezygnują i nie odrzucają innych form biblijnej czy sakramentalnej modlitwy. Dla nich jednak głównym wyzwaniem jest zna-



John Main OSB fot. wccm.org

leżenie w ciągu każdego dnia czasu na ten rodzaj modlitwy, który obecnie odzyskuje swoje naturalne miejsce w sercu chrześcijańskiej duchowości i wzbogaca inne formy modlitwy i wyrazu wiary.

Tradycja pustyni, która poprzez „Konferencje” Jana Kasjana zainspirowała ojca Johna Maina, jest w swojej istocie apofatyczna. Kasjan bowiem twierdzi, że nieustannie powtarzana „formuła” czy „modlitewna fraza” powinna doprowadzić do „wyrzeczenia się różnorodnej i obfitej materii wszelkiej myśli”, a nie do roztrząsania jej znaczenia językowego. Takie kenosis, mówi, prowadzi wprost do pierwszego z Błogosławieństw, do ubóstwa ducha. Ten stan daleki jest od bycia „pustym”, to pełnia Królestwa Bożego, przeżywana w jedności z Jezusem Chrystusem, który jest dla chrześcijan ucieleśnieniem tego Królestwa. Taka interpretacja „ubóstwa mantry” przenika całe nauczanie ojca Johna Maina.

Modlitwa słowna jest odmienną praktyką, zajmującą ważne miejsce w szerokim wachlarzu modlitwy chrześcijańskiej, najlepiej rozumianą w kontekście całego bogactwa jej form. Lectio et oratio w tradycji monastycznej odnosi się do posługiwania się w modlitwie umysłem, słowami i wyobrażnią. Meditatio odnosi się do okresów wydłużonego milczenia i pozbawionych obrazów etapów modlitwy, prowadzących przez wiarę do łaski contemplatio, który to stan wyciszenia Tomasz z Akwinu na-

zywa „prostym radowaniem się w prawdzie”. John Main wiele razy powtarzał, że nie ma technik pozwalających osiągnąć stan kontemplacji, bowiem ostatnim krokiem ku niej jest zawsze łaska.

Istota nauczania medytacji ojca Johna Maina jest taka sama, jak to ma miejsce w hezychastycznej tradycji Modlitwy Jezusowej – co potwierdził biskup Kalistos Ware, tłumacz Filokalii, podczas seminarium Johna Maina w 2002 roku.

Te dwa chrześcijańskie oblicza modlitwy i teologii są – podobnie jak półkule naszego mózgu – w ciągłej interakcji i ideałem byłaby ich wspólna praca. I chociaż niektórzy ludzie mają naturalną skłonność do jednej z nich – obie są bardzo ważne. Święta Teresa z Avila i św. Jan od Krzyża ilustrują wyraźne, ale przyjazne sobie różnice, które konstytuują chrześcijańską tradycję modlitwy.

Ta tradycja zabiega usilnie o „zjednoczenie wszystkich rzeczy w Chrystusie”. To dlatego myśl katolicka w swoim otwarciu na Boga znajduje odbicie w takim bogactwie form modlitwy i odgałęzień duchowości. I dlatego też potępienie kogoś z powodu tego, jak się modli, szczególnie jeżeli jego modlitwa jest zakorzeniona w długiej tradycji, jest zdradą ducha katolickiej myśli.

4. Chrześcijańska mantra

Czasami termin „mantra” niepokoi tych, którzy pierwszy raz spotykają się z naszym nauczaniem modlitwy, chociaż wyrażenie to zadomowiło się już dawno w oxfordzkim wydaniu słownika języka angielskiego, który definiuje je jako święte słowo czy frazę. WCCM nie rezygnuje z niego, ponieważ odkryliśmy, że w zmaganiu się z niepokojem dotyczącym używania tego słowa wielu ludzi zyskuje lepsze zrozumienie tego, czym medytacja jest dla chrześcijaństwa.

Ojciec John Main używał kilku terminów do opisania „formuły”, jak ją nazywał Kasjan: fraza modlitewna, słowo, słowo modlitewne, święte słowo, czy wreszcie mantra. Angielski klasyk średniowiecznej literatury mistycznej „Chmura niewiedzy” mówi o „małym słowie”, twierdzi także, że ten, kto się nim modli, nie powinien zastanawiać się nad jego znaczeniem, jedynie powtarzać je nieustan-

nie. Nauczyciele innych odgałęzień tradycji apofatycznej sugerowali wiele takich słów czy fraz. John Main oraz ci, którzy nauczają w ramach naszej Wspólnoty zazwyczaj zalecają powtarzanie słów: „Jezus”, „Abba” lub „Maranatha”.

Z tych trzech słów szczególnie zalecane jest „Maranatha” – z powodu jego świętego znaczenia i miejsca w pierwotnej tradycji chrześcijańskiej, a także dlatego, że pochodzi ono z języka aramejskiego, którym posługiwał się Jezus. Nie będąc z naszego rodzimego języka – nie powoduje skojarzeń, co ułatwia radzenie sobie z myślami napływającymi podczas medytacji. Nie to jednak jest naj-

ważniejsze przy wyborze słowa. Jak John Main często podkreślał, słowo czy mantra są skuteczne dzięki wierze, a nie technice.

Słowo „mantra” weszło do wielu języków świata i podają je różne słowniki. Szkoda tylko, że na przykład angielskie media najczęściej wykorzystują je do opisanego niespełnionych i ciągle na nowo powtarzanych obietnic polityków.

5. Dlaczego nasza medytacja jest chrześcijańska?

Trzeba wielu pojęciowych kombinacji i logicznych łańcuchów, aby nazwać medytację chrześcijańską w postaci, w jakiej nauczał jej ojciec John Main, „mantrowaniem” czy „mancyzną formą jogi”, zwłaszcza kiedy używa się tych pojęć z bardzo negatywnym podtekstem. Łączenie w tym samym duchu medytacji chrześcijańskiej z tai-chi, reiki czy innymi „praktykami New Age”, z których wiele ma swe korzenie w starożytnych tradycjach, oznacza niestety myślenie na poziomie tabloidowej teologii. Dla nas istotne jest to, że medytacja rozumiana jako droga do ubóstwa ducha i czystości serca należy do bogactwa różnorodności chrześcijańskiej duchowości. W związku z tym nazywanie jej „Medytacją chrześcijańską” pozostaje w całkowitej zgodzie z bogactwem chrześcijańskich form duchowości.

Tym jednak, co czyni medytację istotnie chrześcijańską nie są jej metoda czy technika, nawet jeśli są one dobrze zakorzenione w Tradycji, ale jest tym wiara w Jezusa Chrystusa.

Tym jednak, co czyni medytację istotnie chrześcijańską nie są jej metoda czy technika, nawet jeśli są one dobrze zakorzenione w Tradycji, ale jest tym wiara w Jezusa Chrystusa. Dla ojca Johna Maina tradycja Medytacji chrześcijańskiej ma swoje źródło w nauczaniu Jezusa dotyczącym modlitwy, pozwala więc Jego uczniowi „zaprzeć się siebie”, do czego wzywa go Mistrz, i pójść za Nim.

Dla ojca Johna Maina tradycja Medytacji chrześcijańskiej ma swoje źródło w nauczaniu Jezusa dotyczącym modlitwy, pozwala więc Jego uczniowi „zaprzeczyć się siebie”, do czego wzywa go Mistrz, i pójść za Nim. Choć ojciec John Main doceniał uniwersalność medytacji w światowych religiach, to z wyraźną radością podkreślał jej miejsce w tradycji chrześcijańskiej jako drogi do pogłębienia osobistej relacji z Chrystusem i oddania swojego życia Bogu w i przez Chrystusa. Kontemplacja i działanie, ewangeliczne Marta i Maria, wyrzeczenie się przemocy, miłosierdzie i praca dla sprawiedliwości społecznej – wszystko to łączy się w całość dzięki kontemplacyjnemu doświadczaniu obecności zamieszkującego w nas Ducha. Jako benedyktyn ojciec John Main podświadomie uważałby za niezgodne ze zdrowym rozsądkiem przedstawianie medytacji jako czegoś wyjątkowego albo jako substytutu innych form modlitwy. W charakterystyczny dla siebie sposób włączył chwile milczącej medytacji w czas odmawiania brewiarza oraz jako część Mszy świętej po przyjęciu komunii.

W trakcie niedawnych rekolekcji, które poprowadziłem dla księży, wielu z nich mówiło, że codzienna praktyka medytacji jest dla nich widzialnym znakiem zbawczej łaski. Przemieniła ona ich odmawianie brewiarza z czynności mechanicznej w czas wzbogaconej modlitwy. Odmieniła także zupełnie ich sposób odprawiania Eucharystii, bowiem pomogła im dostrzec jej mistyczną naturę. Zgodnie z tym, do czego nawoływali dwaj ostatni papieże, odprawiają Eucharystię w sposób bardziej kontemplacyjny, przestrzegając zalecanych okresów milczenia.

Jak przekonuje nas przykład katolickiej diecezji Townsville w Australii, a także wielu innych diecezji w różnych częściach świata, nauczanie medytacji chrześcijańskiej w szkołach okazało się zbawienne dla dzieci, nauczycieli i rodziców. Starsi uczniowie mówią o medytacji jako o sposobie modlitwy, który będą praktykować w swoim życiu i dzielić się nim z innymi.

Wielu ludzi, którzy oddalili się od Kościoła, powróciło do niego dzięki praktykowaniu medytacji chrześcijańskiej; pytają także, dlaczego nie mieli okazji poznać jej wcześniej.

Ludzie lecący się z uzależnień, więźniowie, cierpiący z powodu zaburzeń psychicznych, głębokich stanów emocjonalnych jak gniew czy lęk – wszyscy oni znajdują w tym wymiarze modlitwy chrześcijańskiej sposób na przemianę swojego cierpienia w jedność z tajemnicą Męki Chrystusa.

Dzieci prosto i pięknie mówią o swojej fascynacji medytacją. Dla wielu dorosłych stała się nową drogą życia, dzięki której odkryli Kościół jako kochającą, otwartą

wspólnotę, a nie jako zgromadzenie nieufnych i nietolerancyjnych wobec siebie indywidualności.

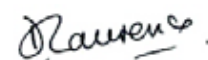
6. Wszyscy potrafimy medytować

Nie chcę jednak powiedzieć, że wszyscy powinni medytować. Jest wiele pokoi w domu Ojca. Chcę natomiast powiedzieć, że każdy może medytować. Oznacza to, że w ramach formacji duchowej i wiary każdy może doświadczyć, że potrafi medytować. Nawet wiedza o tej tradycji modlitwy pomaga poszerzyć i pogłębić horyzonty naszego rozumienia tajemnicy modlitwy Jezusa do Ojca, Ducha modlącego się w nas. Dlaczego odbierać ludziom możliwość poznania daru kontemplacji, który często prowadzi do cudownej łaski modlitwy nieustannej? Nie twierdzą również, że medytacja to jedyna droga wiodąca do nieba. Bóg prowadzi nas do świętości różnymi ścieżkami i w różnym czasie. Chcę jednak powiedzieć, że w tej żywej i pięknej tradycji modlitwy odnajdziemy pełne mocy znaczenie życia i siłę do dzielenia się Ewangelią, gdy przyjdzie nam mierzyć się z wyzwaniami współczesnego, zlaicyzowanego świata.

Jak to przedstawiłem w moim opracowaniu dla potrzeb obrad niedawnego Synodu dot. Nowej Ewangelizacji, nauczanie modlitwy kontemplacyjnej jest drogą ciszy, proklamowania Ewangelii w głębokiej ciszy i poprzez nią, poprzez ubóstwo ducha i czystość serca. Ewangelia jest tajemnicą osoby Jezusa przeżywaną poprzez nowy sposób życia. Dziwi czasami, skąd bierze się u niektórych ludzi taka potrzeba potoku słów, aby o tym zaświadczyć. Miejsmy jednak nadzieję, że następne pokolenia lepiej zrozumieją, a może nawet uznają za oczywiste, że milczenie, bezruch i prostota w modlitwie są z gruntu chrześcijańskie i że dzięki łasce oraz wierze doprowadzą nas do zbawczej pełni w Chrystusie.

Mam nadzieję, że te refleksje nie przyczynią się do dalszych podziałów, ale staną się początkiem naszego większego otwarcia, zaś tych, którzy rozumieją modlitwę inaczej niż my, skłonią do dostrzeżenia, że wszyscy stanowimy jedność w Chrystusie oraz że taka jedność jest prawdziwym celem każdej katolickiej myśli.

Z wyrazami miłości,



Laurence Freeman OSB

Tłum. Bartosz Wincek

LAURENCE FREEMAN OSB (ur. 1951)

dyrektor Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej.

OD JANA KASJANA DO JOHNA MAINA



fot. wccm.org

Kardynał i błogosławiony John Henry Newman, posiadał głęboki wgląd w dynamiczną i ewolucyjną naturę historycznego rozwoju chrześcijańskich prawd wiary. Ilustrację jego też odnajdujemy w relacji między Janem Kasjanem a Johnem Mainem OSB, dwoma chrześcijańskimi mnichami, których dzieli 1500 lat historii, ale jednoczy wspólne nauczanie na temat istoty modlitwy.

Ponowne przyswojenie i dalszy rozwój wielkiej tradycji modlitwy, którą obaj nauczali nie dokona się bez pewnych perturbacji i kontrowersji. Jednakże ta faza odnawiania i przypomnienia utraconej, lub przynajmniej częściowo zapomnianej, tradycji pomoże osiągnąć głębsze i pełniejsze wejrzenie w prawdę, jaką ta tradycja ze sobą niesie. Dlatego też teologia i duchowość nigdy nie powinny obawiać się konfliktów wewnątrz idei chrześcijaństwa, dopóki będzie ona rozpatrywana w duchu miłości i tej samej wiary. Stworzy to przestrzeń dla działania Ducha Świętego, by pokierować rozwojem świętej Tradycji i dostosować ją do współczesnych potrzeb Kościoła.

Kardynał Newman wierzył, że: "Przez pewien czas idea pozostanie, być może, w spoczynku: jak gdyby próbowała swoich własnych członków, jak gdyby badała grunt pod sobą, jak gdyby po omacku szukała drogi. Niekiedy dokonuje prób, które zawodzą i zostają w konsekwencji porzucone. Zdaje się wówczas zastanawiać, dokąd się zwrócić: waha się i wreszcie obiera jeden określony kierunek. Po pewnym czasie wkracza na obcy teren; spory

zmieniają swą orientację; wokół stronnictwa powstają i giną; niebezpieczeństwa i nadzieje ukazują się w innych relacjach, a dawne zasady pojawiają się w innych kształtach. Idea zmienia się wraz z nimi, aby pozostać tą samą. W świecie wyższym jest inaczej, ale żyć tu, na Ziemi, to znaczy zmieniać się, a być doskonałym, to znaczy zmieniać się często." (John Henry Newman, O rozwoju doktryny chrześcijańskiej, Tłum. Jolanta W. Zielińska. s. 57).

Medytacyjna wędrówka o. Johna Maina OSB

Punkt zwrotny w życiu o. Johna Maina (1926-1982) jako chrześcijanina i benedyktyna nastąpił, gdy „odkrył na nowo” nauczanie Jana Kasjana, V wiecznego mnicha i spadkobiercy mądrości Ojców Pustyni. Po wielu latach spędzonych wśród egipskich anachoretów Kasjan osiadł w Marsylii i założył tam klasztor. Miejscowy biskup poprosił go, aby uporządkował zbiór mądrościowych sentencji Ojców Pustyni. Miał on nadzieję, że w ten sposób wprowadzi jedność i stabilność do rodzącego się w świecie łańskim życia monastycznego.

Kiedy w burzliwych społecznie latach 70. o. John Main na nowo odkrywał Kasjana, pełnił wówczas funkcję dyrektora benedyktyńskiej szkoły w Waszyngtonie. Był więc wyjątkowo świadomy odpływu z Kościoła młodych ludzi, szerzącego się kryzysu życia zakonnego i społecznych przemian, wydarzających się wokół niego w coraz bardziej zeświecczonym świecie.



John Main OSB fot. wccm.org

Ojciec John Main nauczył się medytować, zanim jeszcze został benedyktynem, kiedy w latach 50-tych pracował na Malajach jako młody adept brytyjskiej dyplomacji. Spotkanie hinduskiego ascety, swamiego Sattyanandy, okazało się przełomowym wydarzeniem w jego życiu. Ten hinduski mnich wywarł na nim wielkie wrażenie swoją dobrocią i mądrością. Zdarzyło się to na wiele lat przed ogłoszeniem przez Sobór Watykański II, że:

„Kościół katolicki nic nie odrzuca z tego, co w religiach owych prawdziwe jest i święte. Ze szczerym szacunkiem odnosi się do owych sposobów działania i życia, do owych nakazów i doktryn, które chociaż w wielu wypadkach różnią się od zasad przez niego wyznawanych i głoszonych, nierzadko jednak odbijają promień owej Prawdy, która oświeca wszystkich ludzi. (Nostra Aetate – Deklaracja Soboru Watykańskiego II o stosunku Kościoła do religii niechrześcijańskich, DRN 2)

Ojciec John Main czuł, że jego chrześcijańską wiarę może wzbogacić i pogłębić to, czego nauczył się o medytacji od hinduskiego mnicha. Sięgając po chrześcijańską mantrę - słowo modlitewne - zintegrował medytację nie tylko z różnymi formami swojej modlitwy, ale też z codziennymi zajęciami. Po powrocie do Anglii nie znalazł wśród katolickich księży ani zakonników nikogo, z kim mógłby rozmawiać na temat swojej nowej praktyki mo-

dlitewnej. Ufał jednak, że jej owocami są jego pogłębiająca się miłość do Pisma Świętego i mszy świętej. I rzeczywiście, medytacja pozwoliła mu z czasem rozpoznać jego powołanie do życia zakonnego. Kiedy wstąpił do benedyktyńskiego nowicjatu, dowiedział się, jak na ironię, że powinien zaprzestać medytacji, ponieważ nie była ona rzekomo częścią tradycji Kościoła katolickiego. W duchu posłuszeństwa podporządkował się zaleceniom przełożonych, ale przyznał potem, że w jego życiu duchowym nastąpił na kilka lat regres.

Już jako zakonnik wczytując się w pisma Kasjana nabrał przekonania, że może powrócić do swej dawnej modlitwy serca oraz że forma medytacji, którą wcześniej poznał nie jest obca tradycji chrześcijańskiej i że została ona od czasów Kasjana dokładnie ujęta w języku teologii chrześcijańskiej. Poczł też, że był na drodze ponownego odkrycia kontemplacyjnego wymiaru modlitwy, który mógł mieć ogromne znaczenie dla odnowy życia zakonnego. W końcu stało się dla niego oczywiste, że pragnienie głębszej modlitwy i powołanie do kontemplacji dotyczy wszystkich chrześcijan.

Przekonał się także, że odrodzenie chrześcijańskiej tradycji medytacji otwiera drzwi do głębokiego dialogu z innymi wyznaniem. Nigdy nie twierdził, że jest to jedyna czy obowiązkowa forma modlitwy. Nie przekonywał także, że medytacja ma zastąpić inne sposoby modlenia się – przeciwnie, widział, jak medytacja ożywia ducha wiary u ludzi, których chrześcijaństwo uległa wystudzeniu i którzy czuli się w Kościele wyalienowani. Dostrzegł, że dzięki swej radykalnej prostocie medytacja wspiera ewangelizację i reewangelizację. W konsekwencji tych etapów poznawczych na drodze medytacji poświęcił resztę swojego życia nauczaniu tej tradycji modlitwy.

Początkowo – obok entuzjastycznego wsparcia i zachęty ze strony Kościoła (o. John został zaproszony przez arcybiskupa Montrealu do założenia tam klasztoru benedyktyńskiego i nauczania medytacji) – pojawiały się sprzeczności wobec nauczania o. Maina oraz błędne interpretacje jego nauk. Zdaniem niektórych była to „wschodnia” praktyka, nieco ochrzczona i przekazywana pod płaszczykiem chrześcijańskiej metody modlitwy. Obecność tej krytyki ukazała, jak paląca będzie potrzeba powrotu do podstaw – do pracy przypomnienia mistycznej tradycji chrześcijańskiej. W ciągu trzech dekad, jakie upłynęły od śmierci o. Johna Maina, tradycja ta została zaakceptowana przez główne nurty Kościoła zachodniego. Widocznym tego dowodem jest rozwój Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej (WCCM). Kardynał Sydney George Pell, patron WCCM, pisał do kapłanów o znaczeniu nauczania medytacji chrześcijańskiej jako czegoś „równie prostego i prawdziwego, jak sam Chrystus”:

„Jestem wdzięczny Światowej Wspólnocie Medytacji Chrześcijańskiej za udostępnienie tego, tak potrzebnego dla księży wsparcia. Mam nadzieję i proszę Boga, aby serwis ten (Christian Meditation for Priests. przyp. tłum.) stał się kanałem duchowej przyjaźni między kapłanami na całym świecie. Wielkie wyzwania, przed jakimi staje dzisiaj nasza postać kapłańska, wzywają nas do zbliżenia się do Chrystusa poprzez doświadczenie mistycznego wymiaru, tak jak Kościół go przekazywał od swoich ewangelicznych początków przez wieki bogactwa tradycji kontemplacyjnej. Nauczanie medytacji chrześcijańskiej pokazuje nam drogę ku tej wciąż żywej tradycji i przynosi od lat wiele dobrych owoców. Kontemplacyjna podróż połączona z aktywnym kapłaństwem stanowi poważne wyzwanie dla księży, biskupów i świeckich – ale jest ona jednocześnie prosta i prawdziwa jak sam Chrystus. Jej głębokie owoce mają wielkie znaczenie zarówno dla tych, którzy się w nią wybrali, jak i dla tych, którzy służą jej poprzez swoją kapłańską posługę.”

Podobnie jak wielu biskupów na całym świecie, którzy wspierają naukę medytacji w szkołach i na uniwersytetach, kardynał Pell dostrzegł znaczenie medytacji dla młodzieży, jako źródła pokoju i wewnętrznej integralności. Mówił o tym w przesłaniu do młodych pielgrzymów uczestniczących w Światowym Dniu Młodzieży (Sydney 2008): „Wiele łask spłynie na was w tych dniach. Modlę się, by dotknęła was również łaska modlitwy kontemplacyjnej i aby was ubogaciła na resztę waszego życia. Czas spędzony w ciszy Centrum Medytacji Chrześcijańskiej WCCM w Sydney może stać się takim właśnie czasem, w którym ta łaska was dosięgnie.”

W ogłoszonym w 2009 roku Liście pasterskim „On Prayer in the Busyness of Life” (O modlitwie we współczesnym, zabieganym świecie) katolicy biskupi Nowej Zelandii potwierdzili znaczenie medytacji tak, jak ją nauczał o. John Main. Pisali: „Są wśród was tacy, którzy odnajdują siłę i odnowę wiary w praktykowaniu medytacji. Benedyktyn ojciec John Main (1926-1982) zaadaptował na potrzeby współczesnego życia modlitwę Ojców Pustyni tak, aby stała się ona sposobem na włączenie modlitwy w codzienne życie, zalecając dwa 20-30-minutowe okresy medytacji każdego dnia. (Podobną praktyką, wywodzącą się z tej samej tradycji, jest „modlitwa głębi”, proponowa-

na przez ojca Thomasa Keatinga, USA).

Te formy modlitwy wymagają dyscypliny. Dlatego niezbędne są grupy wsparcia i parafie powinny zaangażować się w ich powstawanie. Wspólnoty kontemplacyjne, istniejące już przy klasztorach i zgromadzeniach zakonnych, mogą teraz stać się częścią życia parafii. Cotygodniowe spotkania grup medytacji chrześcijańskiej mogą zachęcić innych wiernych i stać się zaczynem kontemplacyjnego życia w parafiach.

Jest to forma kontemplacyjnej modlitwy, której rozwój szczególnie chcielibyśmy wspierać. Choć wysiłek, jakiego wymaga, ukrywa się za jej prostotą, jest ona jedną z naj-

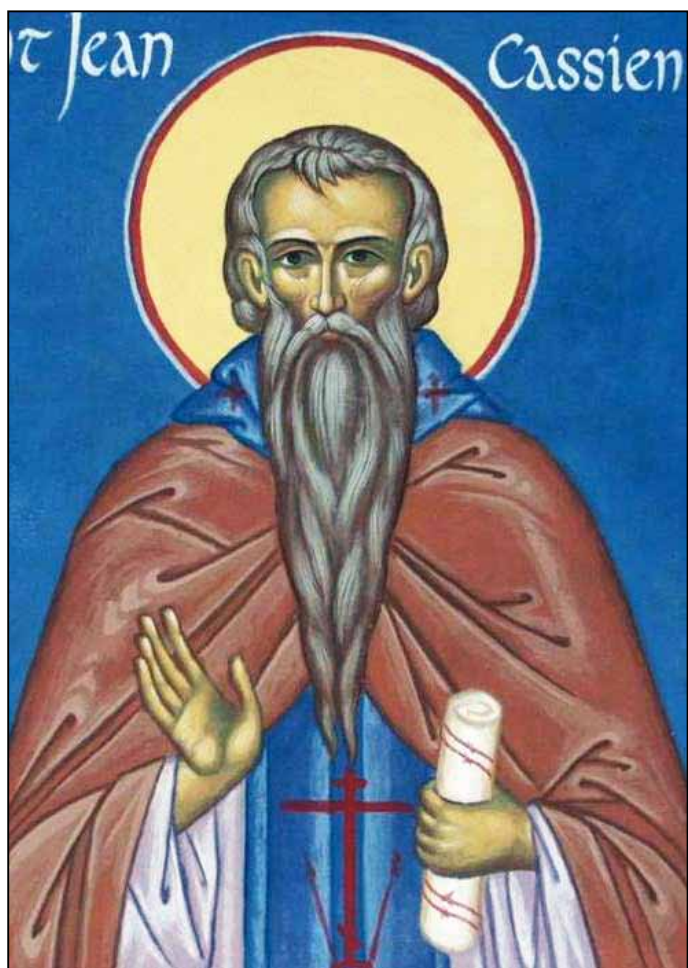
lepszych odpowiedzi na duchową próżnię w naszym współczesnym społeczeństwie. Jest ona już aktywnie obecna w części naszych szkół, w których w ramach codziennej modlitwy, dzieci potrafią w ciszy przez kilka chwil rozważać obecność Boga. Zatem wiedza o tym, jak wejść do „wewnętrznej izdebki”

i spotkać Jezusa, jest pierwszym etapem osobistej relacji z Bogiem poprzez Jezusa i bramą prowadzącą do nieustannej odnowy.”

Postępująca akceptacja medytacji chrześcijańskiej w głównym nurcie katolickiej duchowości okazała się najlepszą odpowiedzią na sceptycyzm i krytykę, z jakimi o. John Main OSB spotykał się na początku swojej pracy. Jednak w niektórych częściach Kościoła Zachodniego te wątpliwości i podejrzenia wciąż pojawiają się na nowo. Dzieje się tak ilekroć dawna Tradycja zderza się z kościelnymi formami kultu powstałymi w niedalekiej przeszłości. Tu właśnie widzimy ilustrację głębokiego wejrzenia kardynała Newmana w dynamiczną naturę Tradycji, przez wieki wspieraną przez Ducha Świętego.

Medytacja – zapomniana tradycja modlitwy

Jedną z powtarzających się wątpliwości wobec medytacji chrześcijańskiej dotyczy relacji pomiędzy zaleceniem ojca Johna Maina powtarzania modlitewnego słowa, czy, jak mówimy współcześnie, chrześcijańskiej mantry (Oxford English Dictionary określa mantrę jako „święty tekst albo fraza”), a zaleceniem Kasjana, aby używać formuł. Podnoszone są więc wątpliwości, czy oby na pewno o. John Main miał rację? A może uległ zbyt sil-



fot. Internet

nemu wpływowi pierwszego zetknięcia się z medytacją w niechrześcijańskiej tradycji?

Zanim przyjrzymy się dokładniej tej kwestii, warto przypomnieć, że o. John Main nie uważał, iż modlitwa powinna zostać zredukowana do metody czy techniki. Uważał medytację chrześcijańską za dyscyplinę prowadzącą do głębszego zaangażowania się w bycie uczniem Jezusa. Bo tym, co czyni medytację chrześcijańską, jest nasza wiara w zmartwychwstałego Jezusa oraz zamieszkałego w nas Ducha Świętego. Naszą motywacją do codziennej dyscypliny medytacji jest pogłębienie osobistej relacji z Jezusem. Ojciec Main uczył, że nadmierna koncentracja na technice osłabia wymiar wiary, a w konsekwencji owoce, jakie przynosi medytacja dzięki łasce.

Nie rozumiemy także znaczenia dyscypliny medytacji bez zintegrowania dwóch bliźniaczych wymiarów modlitwy: apofatycznego i katefatego. Duchowe życie Kościoła doznaje głębokiego uszczerbku, gdy te dwa komplementarne podejścia do modlitwy, wiary i teologii zostają rozdzielone. To powszechny błąd, popełniany także przez księży, którym nie dano w seminariach należytej formacji kontemplacyjnej, traktując modlitwę wyłącznie w kategoriach „umysłowej” lub liturgicznej ekspresji. Stąd tak podejrzliwie podchodzą oni do niezbędnej apofatycznej przeciwwagi w modlitwie. Tymczasem współcześni

papieże, łącznie z Benedyktem XVI, podkreślali znaczenie strony modlitwy ciszy oraz podejmowania wyzwania, jakim jest konieczność wewnętrznej dyscypliny: „Proszę was, zaglądnijcie każdego dnia do swoich serc, aby znaleźć źródło jedynej, prawdziwej miłości. Jezus zawsze tam jest, cicho czeka, abyśmy spokojnie byli z Nim i słuchali Jego głosu. W głębi waszych serc woła was do spędzenia z nim czasu na wspólnej modlitwie. Jednak ten rodzaj modlitwy, prawdziwej modlitwy, wymaga dyscypliny; wymaga znalezienia każdego dnia chwili ciszy. Często oznacza to czekanie, aż Pan przemówi. Nawet pośród codziennych trosk i zabiegania powinniśmy znaleźć miejsce dla ciszy. To w ciszy znajdujemy Boga i w ciszy odkrywamy nasze prawdziwe Ja. A odkrywając nasze prawdziwe Ja, odkrywamy to szczególne, dane przez Boga powołanie do budowania Jego Kościoła i zbawienia naszego świata.” (Homilia do młodzieży, katedra Westminster, Londyn 2010).

Powróćmy do nauk Jana Kasjana i o. Maina, jak dzięki metodzie „formuł” albo używając współczesnego języka: „chrześcijańskiej mantry” (patrz William Harmless SJ, *Chrześcijaństwo pustyni. Wprowadzenie do literatury wczesnego monastycyzmu*. Kraków 2009, s. 459. przyp. tłum.), osiągnąć taką niezbędną w modlitwie ciszę.

Kasjan wyraźnie mówi, że ciągłe powtarzanie pojedynczej frazy z Pisma Świętego doprowadzi do porzucenia „zbytku wszelkich innych myśli” poprzez ograniczenie umysłu do „ubóstwa jednego wersetu”. To z kolei zaprowadzi nas do pierwszego z ewangelicznych błogosławieństw. Dzięki temu dotrzemy do pierwszego błogosławieństwa, ubóstwa ducha: „Istam mens indesinenter formulam teneat... Niech tej właśnie formy modlitwy tak długo trzyma się dusza, aż wzmocniona jej nieustannym powtarzaniem i rozmyślaniem, porzuci zbytek wszelkich innych myśli. Ubóstwo tego jednego wersetu bardzo szybko zaprowadzi ją bowiem do pierwszego z ewangelicznych błogosławieństw: Błogosławieni ubodzy w duchu, albowiem ich jest królestwo niebieskie (Mt 5,3).” (Jan Kasjan, *Rozmowy o modlitwie*, Wydawnictwo Benedyktynów Tyniec, Przekł. Arkadiusz Nocoń).

To zalecane przez Kasjana odrzucenie całego bogactwa myśli i wyobraźni leży także u podstaw nauczania o. Johna Maina. Uczył, że w medytacji nie oddajemy się myślom o Bogu, ani nie zwracamy się do Niego słowami. Ojciec Main podkreślał, że naszym udziałem staje się coś o wiele ważniejszego – w ubóstwie praktykowania medytacji „przebywamy z Bogiem”. Gdyby konsekwencją takiego „przebywania” miało być odrzucenie myślnych bądź liturgicznych form modlitwy (w których korzystamy z bogactwa wyrazu słownego lub umysłowego) byłoby to nauczanie absurdalne i niechrześcijańskie.

Z drugiej strony zaprzeczanie, że taki wymiar modlitwy

jest prawdziwie chrześcijański, jest brutalną amputacją żywotnego organu życia duchowego i odrzuceniem nauczania o modlitwie, rozwijanego od czasów pierwszych Ojców Kościoła. Kasjan twierdzi, że takiej modlitwy uczyli pierwsi nauczycieli Tradycji. Przypomnijmy, że św. Grzegorz z Nyssy (ur.335r.) upominał, że każdy wizerunek Boga jest idolem – albo że może się nim stać, jeśli – podążając za myślą Kasjana – umysł nie uwolni się od niego w trakcie „czystej modlitwy”, kiedy wszystkie wyobrażenia nikać w obliczu „ubóstwa jednego wersetu”.

W V wieku Kasjan używał słowa „meditare” w innym znaczeniu niż to, które pojawiło się w XIX wieku, kiedy formy modlitwy myślanej niemal całkowicie wyparły apofatyczną duchowość z seminariów i zakonów.

Dla Kasjana „meditare” nie oznacza zwykłego „myśleć”. „Logismoj” Ojców Pustyni, często tłumaczone jako „myśli”, oznacza coś znacznie szerszego niż nasze wąskie, kartezjańskie, intelektualne rozumienie myślenia. Dla nich „meditare” to było ciągłe powtarzanie, rozważanie, rozmyślanie nad Słowem w Piśmie Świętym. Było ono głębokim poruszeniem duszy – głębszymi niż myśl czy wyobrażenie.

Kasjan podniósł praktykę lectio, czytania Pisma Świętego, na wyższy poziom modlitwy. Jak mówił, nawet w lectio umysł może ulegać roztargnieniom i odchodzić od „modlitwy ognia” albo prostej jedności z Bogiem, którą w Konferencji IX zidentyfikował jako cel chrześcijańskiej modlitwy. Ale Kasjan nie tylko powiązał czystą modlitwę formułami z lectio, ale też dokonał wyraźnego rozróżnienia między nimi. Twierdził, że po tym, jak rozpoczął praktykować formułami, rozumienie przez niego Pisma Świętego znacznie się wzbogaciło. Bogactwo myśli i obrazów nikać na apofatycznym poziomie modlitwy i dzięki takiemu oczyszczeniu umysł zyskuje większe możliwości przyjęcia łaski płynącej z lektury Pisma Świętego.

Każdy element nauczania o Johna Maina odzwierciedla tę starą mądrość. Ale o. Main nie tylko odtwarzał zapomnianą Tradycję, ale także na dwa sposoby ją rozwijał. Przede wszystkim twierdził, że ten rodzaj modlitwy może praktykować każdy chrześcijanin. Kasjan w Rozmowie X jedynie to sugerował, w końcu uległ powszechnemu mniemaniu, że oratio pura jest domeną mnichów. Pochożący z XIV wieku angielski traktat mistyczny „Chmura niewiedzy” jest jeszcze bardziej restrykcyjny. Autor otwarcie stwierdza, że tego rodzaju modlitwa nie powinna być powszechnie dostępna. Według o. Johna Maina (zazna-

czył to także Sobór Watykański II), pełnia modlitwy chrześcijańskiej jest otwarta dla wszystkich ludzi. Oto długa era ograniczenia modlitwy kontemplacyjnej do wąskiej elity specjalistów dobiegła końca. Kontemplacja stała się przyrodzonym prawem każdego chrześcijanina. Kontemplacja to ziarno, zasiane w nas w trakcie Chrztu Świętego. Medytacja jest sposobem, aby to ziarno zakiełkowało.

Św. Augustyn pisał: „Gdy go rozumiesz, to nie jest to Bóg” (Św. Augustyn, Wyznania, Księga dziesiąta). Według

św. Tomasza z Akwinu całą naszą wiedzę o Bogu możemy wyrazić wyłącznie poprzez analogie. Ani język, ani myśli nie są w stanie ogarnąć czy pojąć Boga. Jak twierdzi autor „Chmury Niewiedzy”, pojedyncze słowo, którym mamy „oblegać chmurę”, nie jest po to,

aby o nim myśleć: „A zatem ożywiona praca wyobraźni, zwykle bardzo rozbudzonej – gdy próbujesz pogрузić się w ślepotę kontemplacji – musi być za każdym razem tłumiona....Kto szuka Boga doskonale, nigdy zapewne nie zaspokoi się do końca wspomnieniem aniołów i świętych w niebie.” (Rozdz. 9)

Dla autora Chmury „Modlitwa w swej istocie nie jest niczym innym jak pobożnym zwróceniem naszej woli ku Bogu z zamiarem uzyskania dobra i odepchnięcia zła” (Rozdz. 39). Czy oznacza to, że w trakcie medytacji to „zwrócenie” powinno przybrać postać słownej prośby, albo świadomej intencji? Jeśli tak postąpimy, zignorujemy zaproszenie Kasjana i autora Chmury – a także całej późniejszej tradycji, łącznie ze św. Janem od Krzyża – do pójścia głębiej niż nasze słowo i myśl. Ale jednocześnie intencja jest obecna! Dlaczego bowiem w ogóle siadamy do codziennej medytacji? Być może niektórzy tylko po to, aby obniżyć poziom zestresowania – ale kiedy osiągniemy ten skromny cel, przekonamy się, ile więcej Bóg dla nas uczynił.

Zaczynamy medytować z wiarą i intencją, aby wejść w głębszą relację z Bogiem w Chrystusie przez Ducha Świętego. Ta trynitarna teologia modlitwy tkwi w samym centrum nauczania o Johna Maina. Tu jawi nam się drugi ważny aspekt jego wpływu na rozwój Tradycji. Wierzył on, że poprzez ubóstwo ducha, do którego prowadzi nas medytacja, prawdy naszej wiary znowu staną się żywe w dzisiejszym zsekularyzowanym świecie.

„Dopóki postrzegamy naszą wiarę jako ruch od człowieka do Boga, możemy tylko koncentrować się na sobie, przywiązać się do spraw ziemskich. Pojmując ją jako ruch od Boga do człowieka odnajdujemy siebie w jej

Ojciec Main uchwycił zasadniczą część nauczania abba Izaaka: ciągłe powtarzanie frazy jest drogą do stania się ubogim w duchu, a w efekcie do odkrycia nieskończonych bogactw królestwa Bożego.

głębi, która wykracza poza ograniczenia ludzkiego rozumu i powraca do Ojca przez Syna. Innymi słowy, ruch ten to miłość." (John Main, *Głos ciszy*, s. 31).

A co na to teolodzy?

Francuski teolog Francois Girard tak mówi o o. Johnie Mainie:

"Prostota zanurzyła go w głębię Bożej Obecności, tajemnicę związku Ojca i Syna w miłości Ducha Świętego; milczenie dało ojcu Johnowi świadomość zanurzenia w tej odwzajemnionej miłości Boga, poprzez wewnętrzną identyfikację ze Zmartwychwstałym Panem, Wiekuistym Chrystusem.

Przynajmniej na początku medytowanie przy użyciu jednego słowa, bez wyobrażeń, idei i ciekawości analitycznego umysłu, jest propozycją pewnej formy świadomości naszej bliskości z Bogiem, naszym Ojcem, poprzez Chrystusa w Duchu Świętym. Żyjemy sami w sobie tak, jak żyjemy w Bogu; jesteśmy naprawdę stworzeni. Rolą mantry jest otworzenie drzwi do sekretnej izby naszego serca, w którym mieszkamy w światłości, wciąż słuchając Wiekuistego Słowa, nieustannie gotowi na Jego przewodnictwo i na skosztowanie owoców Jego miłości. Czy w tym błogosławnym momencie powinniśmy przestać powtarzać mantrę? Nie, ponieważ stale powtarzając mantrę utrzymujemy umysł i serce w uważności na Boga, poza wyczuwalnymi przebłyskami Bożej Obecności. To ważne, aby mantra była zakorzeniona w nas samych; ale, jak mówi ojciec John, może nadejść czas, kiedy na wyższym poziomie wolności od zewnętrznego "ja" zaczniemy raczej słuchać mantry niż ją wymawiać. Na najwyższym poziomie wejdziemy w „chmurę nieznanego”, w której panuje absolutna cisza i w której nie będziemy już mantry nawet słyszeć." (John Main: *A Trinitarian Mystic, Monastic Studies*, 1983).

Zatem nie ograniczamy się do świadomej intencji, która daje nam motywację niezbędną do rozpoczęcia i utrzymania dyscypliny medytacyjnej modlitwy. Intencja to dopiero początek. Podczas medytacji zostaje ona wchłonięta i zintegrowana w czystej uważności kontemplacyjnego spojrzenia miłości, którego opis dokonany przez proboszcza z Ars, św. Jeana Vianney'a, jest dobrze znany („Wpatruję się w Niego, a On wpatruje się we mnie" patrz KKK, par. 2715. przyp. tłum). My zaś czujemy, że jesteśmy kierowani w stronę nas samych oraz do świata, a nabyta uważność daje nam siłę, aby Bożą miłość odwzajemnić.

Dla o. Johna Maina, podobnie jak dla kard. Newmana, to przejście do głębszej modlitwy urzeczywistnia prawdy naszej wiary poprzez własne ich doświadczenie. Tam, gdzie o. Main używa słowa „doświadczenie”, kard. New-

man stosuje słowo „rzeczywistość”. Dla obu jednak jest to zgoda na przejście od sfery „pojęć” do obszaru „prawdziwości”. Nie „myślenie o”, ale „bycie z”. To przejście nie dokonuje się dzięki aktywności racjonalnego i obdarzonego wyobraźnią umysłu, bowiem – jak podkreśla Chmura – „Miłością można Go pochwyć i zatrzymać, nigdy jednak myśleniem.” Dla o. Johna Maina medytacja to praca miłości, która jest możliwa w ubóstwie ducha – „ubóstwie pojedynczego wersetu”, jak nazwał to Kasjan. Ubóstwo jest tym obszarem, w którym nieskończona Tajemnica spotyka się z indywidualnym i konkretnym istnieniem.

Można zadać pytanie, jak nauczanie o. Johna Maina tradycji modlitwy serca zostało przyjęte przez jego zakonnych współbraci?

Choć znalazło ono większy i bardziej entuzjastyczny rezonans wśród świeckich słuchaczy, niż w praktyce modlitewnej klasztorów, to jednak zakonnicy Tradycji potwierdzili integralność przekazu tradycji przez o. Maina.

Ilustracją tego jest studium „From John Cassian to John Main” (Od Jana Kasjana do Johna Maina) autorstwa o. Adalberta de Vogue OSB. Ojciec De Vogue jest powszechnie uznany jako „najwybitniejszy na świecie autor tet ds. tekstów monastycznych” i ogłoszony „największym badaczem benedyktyńskim od 50 lat”.

Ojciec De Vogue zwraca uwagę w Regule św. Benedykta na „lacuna” (przestrzeń) dla współczesnej kontemplacyjnej duchowości. Jak mówi, jest ona częściowo wypełniona zaleceniami św. Benedykta, aby po okresie nowicjatu mnich uczył się bezpośrednio od Jana Kasjana poprzez codzienne czytania jego Konferencji. Jednak z wielu historycznych powodów praktyczna strona mądrości Kasjana nie zakorzeniła się mocno w zachodniej praktyce monastycznej, tak jak to miało miejsce we wschodnim życiu zakonnym pod postacią tradycji hezychastycznej. „W ten sposób łaciński monastycyzm został pozbawiony jakiegokolwiek formuły modlitwy i to z tego powodu Konferencja X ma dla nas na Zachodzie tak wielkie znaczenie. W rezultacie tylko to nauczanie opata Izaaka przypomina zakonnikom zachodniego świata o metodzie nieustannej modlitwy, której nie wprowadzili do codziennej praktyki modlitewnej. To gorzki paradoks, że najstarsze świadectwo takiej praktyki zapisane po łacinie zostało kompletnie zignorowane przez łaciński świat.” (de Vogue, *From John Cassian to John Main, Monastic Studies*, 1984)

Ojciec De Vogue widzi w o. Johnie Mainie kogoś, kto przywrócił utraconą w tym względzie równowagę: „Jednak przykład Maina dowodzi, że fundament założony przez Kasjana wciąż jest mocny. Dzięki autorowi Konferencji, modlitwa monologistos, jak ją nazywali mnisi ze Wschodu, na zawsze należy do skarbcza zachodniej

tradycji i nic nie stoi na przeszkodzie, aby synowie św. Benedykta czerpali z niego dla własnych korzyści, pośród innych *nova et vetera*." W tym samym duchu, co Kasjan i Chmura niewiedzy, w tej samej tradycji apofatycznej, o. de Vogue łączy odrzucenie myśli i obrazów podczas medytacji z ubóstwem ducha: "Ojciec Main uchwycił zasadniczą część nauczania abba Izaaka: ciągle powtarzanie frazy jest drogą do stania się ubogim w duchu, a w efekcie do odkrycia nieskończonych bogactw królestwa Bożego."

Zdaniem o. de Vogue bezpodstawa jest sugestia, że o. John Main zbyt uległ niechrześcijańskim tradycjom. Nauczanie o. Maina naznaczone jest „całkowicie chrześcijańską autentycznością”: "Co więcej, nie próbuje on przeżywać do chrześcijaństwa obcych idei pod płaszczykiem Konferencji. Choć może nas niepokoić sposób, w jaki zbyt wielu chrześcijan wykorzystuje duchowe techniki Dalekiego Wschodu, metodę modlitwy zaproponowaną przez o. Maina cechuje absolutnie chrześcijańska autentyczność (...) potwierdzona jego zakonnym życiem całkowicie oddanym Chrystusowi."

Na koniec o. de Vogue ocenia wkład o. Johna Maina w życie współczesnego Kościoła w kontekście benedyktyńskiej tradycji. To za sprawą XX-wiecznego opata Johna Chapmana OSB oraz XVII-wiecznego angielskiego benedyktyna Augustyna Bakera, o. John Main trafił na pisma Kasjana, odkopał je niczym zapomniany skarb i zaczął się nimi dzielić na sposób, który wciąż wzbogaca i pobudza chrześcijan wszystkich denominacji na całym świecie:

"Zatem za ponowne odkrycie mantry Main jest winien wdzięczność zarówno współczesnemu benedyktynizmowi, jak i Kasjanowi. Co więcej, czyż to nie wielbny Augustine Baker, wielki duchowy pisarz z angielskiej kongregacji benedyktyńskiej, sprowokował go do czytania "Konferencji" i odkrycia na nowo sekretu opata Izaaka? Baker proponuje benedyktynom ideę wewnętrznej doskonałości i kontemplacyjnej modlitwy, budując ją na odwołaniach się do "Konferencji", które znalazł w Regule. Z całą powagą traktuje deklarację św. Benedykta na temat Reguły i podkreśla, że poprzez swoje skromne zasady ma ona na celu uczynienie dusz zdolnymi do przyjęcia bardziej zaawansowanych nauk. Sama w sobie Reguła nie daje doskonałości, nawet do roli takiej nie pretenduje. Mnisi, którzy nie widzą niczego więcej poza nią, są jak dwaj młodzi bracia z Betlejem, Kasjan i Germanus. Zanim odwiedzili pustelników w Egipcie – nie zdawali sobie sprawy z „prawdziwego ducha modlitwy kontemplacyjnej (...), czystej duchowej modlitwy, wolnej od słów i obrazów.

Ten sposób rozumienia przez Bakera Reguły św. Benedykta oraz formowania wspólnoty braci zakonnych jest analogiczny do wizji o. Johna Maina i dlatego

warto zwrócić uwagę na podejście Bakera zarówno do nauk św. Benedykta, jak i Kasjana. Choć Bakera i Maina dzielą cztery wieki, ci dwaj angielscy benedyktyni przebyli podobną drogę. Obaj zaczęli od Reguły św. Benedykta jako fundamentalnego prawa ich zgromadzenia, a potem obaj doszli – młodszy prowadzony przez starszego – do tego wielkiego dzieła Kasjana, które św. Benedykt osobiście zalecił czytać benedyktyńskiej społeczności. Obaj też w Konferencjach odnaleźli istotę tego dzieła: naukę o modlitwie, *De Oratione*, opata Izaaka. Tutaj, każdy na swój sposób, odczytali zaproszenie do pójścia najbardziej wymagającą drogą modlitwy."

Podsumowanie

„Sekret opata Izaaka”, jak go nazywa o. de Vogue, jest zatem całkowicie integralną częścią chrześcijańskiej myśli i praktyki modlitwy. W żaden sposób nie lekceważy on ani nie pomniejsza innych form modlitwy. Ta praktyka nie ma też żadnych zobowiązań i nie czerpie z niechrześcijańskich tradycji religijnych, chociaż Duch Święty "wieje tam, gdzie chce". Wkład o. Johna Maina w „nową ewangelizację”, przed której wyzwaniem stoi współczesne chrześcijaństwo, polega na wniesieniu mądrości Ojców Pustyni w życie dzisiejszych chrześcijan, kobiet, mężczyzn i dzieci, jak i w nasz niespokojny i podzielony świat.

Arcybiskup Cuntunbury Rowan Williams podkreśla, że "John Main skutecznie włączył pustynną tradycję modlitwy w nasze codzienne życie. Korzenie jego szczególnej duchowości tkwią głęboko w IV i V wieku, zwłaszcza w dziełach wielkiego komentatora pustynnego świata, Jana Kasjana. Światowa Wspólnota Medytacji Chrześcijańskiej, która kontynuuje misję ojca Johna Maina, jest moim zdaniem, jak również wielu ludzi na całym świecie, zapowiedzią tego, jak mógłby wyglądać i działać kontemplacyjny Kościół."

W miarę jak będzie następować kontemplacyjna odnowa Kościoła, odzyska on zbawienny wpływ na budowanie pokoju i sprawiedliwości w świecie, co jest jego zadaniem jako zwiastuna Królestwa Bożego. Odrywając się od troski o siebie samego, od lęków i od poczucia pokusy widzenia siebie jako obłąconą twierdzę, Kościół będzie się rozwijał w odwadze Ducha Świętego, w miłości i mądrości Jezusa, który zamieszkuje w naszych sercach. Stanie się miejscem uzdrowienia i poprowadzi nas do Ojca.

Laurence Freeman OSB
maj 2013

Tłumaczenie
Piotr Żak i Andrzej Ziółkowski

DRODZY CZYTELNICY!

W ostatnich miesiącach przetoczyła się przez polskie media katolickie, prasę i portale internetowe, fala dyskusji na temat Medytacji Chrześcijańskiej. Na temat WCCM wypowiedzieli się również dwaj polscy biskupi.

Ojciec Laurence Freeman OSB zabrał głos dwoma artykułami, które zamieszczamy w tym wydaniu Kwartalnika.

Podkreśla w nich, że obawy wobec medytacji nie są w historii Wspólnoty żadnym nowum. „Początkowo – obok entuzjastycznego wsparcia i zachęty ze strony Kościoła (o. John został zaproszony przez arcybiskupa Montrealu do założenia tam klasztoru benedyktyńskiego i nauczania medytacji) – pojawiały się sprzeciwy wobec nauczania o. Maina oraz błędne interpretacje jego nauk. Zdaniem niektórych była to „wschodnia” praktyka, nieco ochrzczona i przekazywana pod płaszczykiem chrześcijańskiej metody modlitwy. W niektórych częściach Kościoła zachodniego te wątpliwości i podejrzenia wciąż pojawiają się na nowo. Dzieje się tak ilekroć dawna Tradycja zderza się z kościelnymi formami kultu powstałymi w niedalekiej przeszłości.” I dalej: “Obecność tej krytyki ukazała, jak paląca będzie potrzeba powrotu do podstaw – do pracy przypomnienia mistycznej tradycji chrześcijańskiej. W ciągu trzech dekad, jakie upłynęły od śmierci o. Johna Maina, tradycja ta została powszechnie zaakceptowana przez główne nurty Kościoła zachodniego.”

Z mojej strony chcę zwrócić uwagę na kilka faktów:

1. Jesteśmy częścią jednego z wielkich ruchów kontemplatywnej odnowy naszych chrześcijańskich Kościołów. 30 lat Wspólnoty pokazało, że odnowa ta to proces, który nie wydarza się raz na zawsze i z dnia na dzień. Nigdy nie twierdziliśmy, że medytacja jest jedynym sposobem poruszenia ludzkiego serca dla Boga. Cały Kościół jest miejscem Jego poszukiwania na niezliczonych ścieżkach człowieczego losu. Dlatego nie powinny nas dziwić różnice w wyrazach tych poszukiwań. Tym bardziej normalne i spodziewane są różnice interpretacyjne źródeł, na których opieramy nasze nauczanie.

2. Na przestrzeni 30 lat istnienia Wspólnoty WCCM Kościół katolicki mocą swego urzędu nie odniósł się krytycznie wobec ojców Johna Maina i Laurence’a Freemana, ani także nigdy nie zaangażował w działalność WCCMu. Dwaj

biskupi we Włoszech uznali Wspólnotę kanonicznie. Nie jest to jednak równoznaczne z tym, że polscy biskupi muszą kierować się ich przykładem. Jednakże uznanie kanoniczne jest obwarowane ścisłym procesem legislacyjnym, dlatego mamy prawo powoływać się na dekrety tych biskupów, którzy zatwierdzili WCCM jako „ekumeniczną wspólnotę kontemplacyjną”, jako na dokumenty Kościoła katolickiego.

3. Zwiększa się grono kardynałów i biskupów w świecie, którzy aktywnie wspomagają Wspólnotę i promują Medytację Chrześcijańską na terenie swoich diecezji. Ich wypowiedzi przytaczamy na naszej stronie internetowej w zakładce „Biskupi o WCCM”. Pamiętajmy, każdy z tych biskupów ma swoich teologów i doradców, którzy czuwają nad teologiczną poprawnością ruchów, którym udzielają oni poparcia. Stąd sugestie niektórych autorów artykułów i recenzji książek dotyczących medytacji chrześcijańskiej są jedynie ich osobistą interpretacją do której mają oni pełne prawo.

4. W wypowiedziach dotyczących medytacji chrześcijańskiej pojawiały się głosy przeciwstawiające naukę ojca Johna Maina formom modlitwy hezychastycznej i Modlitwie Jezusowej. Zestawienia takie są pozbawione podstaw historycznych i teologicznych. Potwierdził to prawosławny autorytet, tłumacz Filokalii na język angielski, biskup Kallistos Ware podczas Seminarium Johna Maina w 2003 roku, gdzie wskazywał na wspólne korzenie obu tradycji modlitwy. Potwierdził to w wywiadzie dla trzeciego numeru czasopisma „Medytacja” (Style i Charaktery, w przygotowaniu).

5. Głosy krytyczne są bardzo ważne, zarówno te wewnątrz Wspólnoty, jak i dochodzące do nas z zewnątrz. Nauczmy się przyjmować je w kontemplacyjny sposób, w spokoju i w pokorze.

6. I rzecz najważniejsza: Jesteśmy wspólnotą modlitewną, a nie wspólnotą uczonych w Piśmie i teologów. Naszym podstawowym zadaniem jest dawanie świadectwa tej formie modlitwy, jako ekspresji naszej wiary w Chrystusa. To zaś sprowadza się do codziennej wierności dyscyplinie medytacji. Tej indywidualnej i tej w grupach. Dlatego tak ważne są wszystkie inicjatywy jak np. spotkania z medytacją, rekolekcje, Meditatio, Szkoły Medytacji... To nasz wkład w nową ewangelizację, poprzez „pracę przy-

pominania mistycznej tradycji chrześcijańskiej”. Ojciec John twierdził, że medytacja buduje wspólnotę. Nie na racji teologicznych argumentów, ale na doświadczeniu Chrystusa w medytacyjnej ciszy i powtarzaniu naszej mantry.

Niech nasza cela uczy nas wszystkiego, czego nam potrzeba dla pracy dla dobra Kościoła powszechnego.

Andrzej Ziółkowski

Koordynator WCCM w Polsce

ANDRZEJ ZIÓLKOWSKI koordynator Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej (WCCM) w Polsce. Dwadzieścia lat spędził w Azji Południowo-Wschodniej jako menadżer międzynarodowej korporacji. Z medytacją zetknął się po raz pierwszy w 2002 r podczas rekolekcji o. Laurencea Freemana OSB. Od tamtego czasu związany z WCCM, najpierw w Singapurze, a od 2006 r. ze wspólnotą w Polsce.

FLETY PANA BOGA MODLITWA IMIENIEM „JAHWE”



fot. wccm.pl

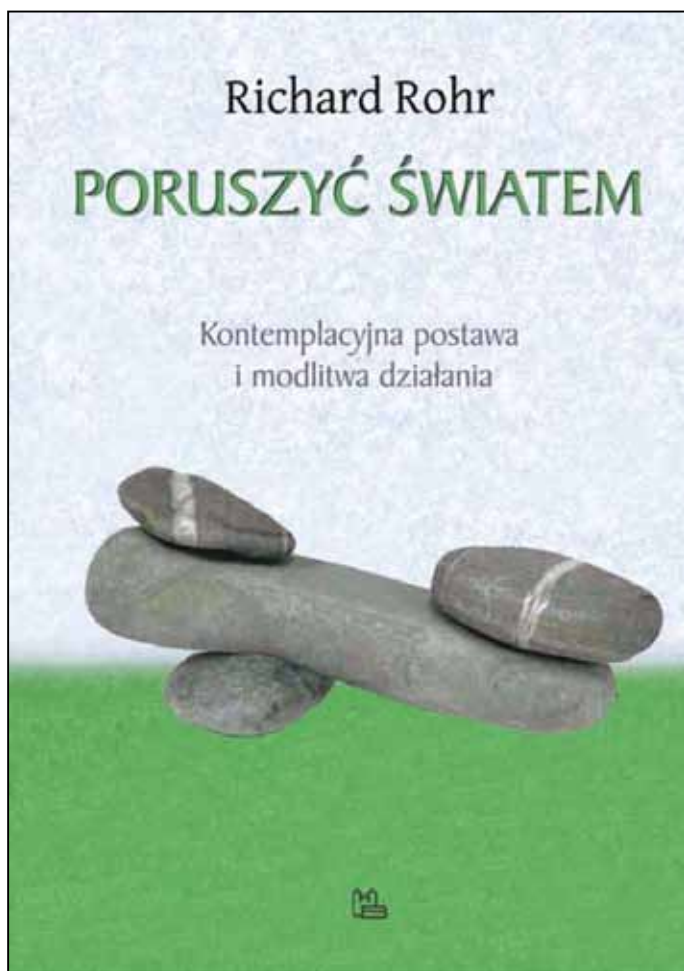
Każdego roku w kwietniu odbywa się w Santa Fe wspólna konferencja poświęcona nauce, świadomości i religii. Codziennie wygłaszane są mniej więcej cztery główne wykłady naukowe. Tego roku (2005) były to chyba najlepsze rekolekcje w moim życiu. Nie wykładali księża ani teolodzy. Mówili ludzie nauki, którą kiedyś Kościół uważał za wroga religii, podczas gdy teraz jest ona naszym największym sprzymierzeńcem. Nauka uczy dziś o Misterium znacznie lepiej i głębiej od wielu teologów. Wielu naukowców z wielkim przekonaniem mówi dziś o spójności świata i jednej jego zasadzie, która wyraża się w funkcjonowaniu wszechświata według wielkiego, uniwersalnego wzoru. Doszli do tego głównie dzięki własnym badaniom, które pokazały znaczenie i potęgę dualizmu myślowego, pokazując, że może on poprowadzić nas z dostępnej naszym zmysłem rzeczywistości do wniosków sięgających poza pole badań naukowych! My, którzy medytujemy, dochodzimy do tych samych wniosków w Misterium przez fakt, że praktykujemy być. To wskazuje, że Misterium dostępne jest dla wszystkich, nie tylko bystrych i inteligentnych, wystarczy pozostawać obecnym.

Jeden z zaproszonych wykładowców, naukowiec pochodzenia żydowskiego, który równocześnie był rabi-

nem, powiedział nam o czymś, czego nie słyszałem nigdy podczas całych moich studiów nad pismami hebrajskimi. Zwrócił uwagę na detal związany ze słowem „JAHWE” – hebrajskim świętym imieniem Boga, które tłumaczono nam jako JA JESTEM. Dla Żydów słowo to jest niewymawialne zarówno fonetycznie, jak i jego wymawianie obwarowane jest zakazem religijnym. Zamiast niego używa się słowa „Adonai” lub „Elohim”. Warto zaznaczyć, że w języku hebrajskim wyrazy pisze się za pomocą spółgłosek, brakujące samogłoski wstawia się domyślnie.

Tyle wiedziałem, ale ten badacz poszedł o krok dalej. Zauważył, że nawet hebrajskie spółgłoski użyte w słowie „Jahwe” to takie, przy których wymowie nie zamyka się warg ani nie używa języka. W istocie święte Imię jest próbą naśladowania brzmienia wdechu i wydechu! Wielu słuchaczy było głęboko wzruszonych, kiedy ów naukowiec oddechem demonstrował wymowę „Jahwe”. Oto stało się dla nas po raz kolejny oczywiste to, czego zawsze nas uczyli mistrzowie kontemplacji: Bóg nie może być pochwycony pod żadną postacią słów czy idei, którymi moglibyśmy manipulować, ale jest co najwyżej jak powietrze, oddech czy tchnienie na naszych wargach.

Tak więc słowo, które archetypiczna judaistyczna religia zaproponowała na określenie Boga, wielkiego JA JESTEM, było słowem naśladowującym sam oddech! Niewymawialne tak, jak bezbrzmieniowy jest oddech, coś, co zaczyna się od momentu opuszczenia ciała matki, a ustaje, kiedy umieramy i przechodzimy do wiecznego i nieskończonego JA JESTEM. Powietrze, oddech, wiatr i tchnienie ducha są zawsze ponad nami, a jednak całkowicie wokół nas i w nas, dostępne w równej mierze dla wszystkich. Tym samym powietrzem oddychamy wszyscy, ale każdy dostaje je tylko dla siebie. Nikt go nie ma pod swoją



wyłączną kontrolą! To jest absolutna demokratyzacja religii, dająca każdemu człowiekowi na Ziemi taki sam dostęp do Boga. Nie ma amerykańskiego czy afrykańskiego sposobu oddychania. Hindusi i chrześcijanie oddychają tym samym powietrzem. Mówię o tym wszędzie, gdziekolwiek idę, i jest to dla mnie ważniejsze niż cokolwiek innego. Ludzie piszą do mnie, że uświadomienie sobie tej prawdy całkowicie odmienia ich całe życie modlitwy i zdolność odczuwania obecności Boga. Teraz modlą się z powszechną miłością – nawet podczas snu.

Oddali się, jak to nazywa John Main, „ubóstwu jednego słowa”; słowa „Jahwe”, które z trudem można nawet uznać za słowo. W tym przypadku – naszemu oddechowi. Nie może być wyartykułowane, można nim jedynie oddychać; dzięki naszej wiedzy medycznej o układzie nerwowym wiemy, że odbywa się to niezależnie od nas. Jesteśmy tylko instrumentami stroikowymi, fletami Boga, które pozwalają, żeby Ktoś na nich grał.

Medytacja w ciszy jest najbardziej podstawowym nazywaniem problemów naszego umysłu, dawaniem na nie odpowiedzi i zgodą na Misterium w nas. W medytacji niczego nie osiągamy, niczego nie pragniemy, zazwyczaj towarzyszy nam ciągle doświadczenie naszej całkowitej

niezdolności do modlitwy. Ostatecznie jednak wiemy, że Ktoś się poprzez nas modli, a do nas należy tylko przyzwolić na to, jak przyzwalamy na oddech. To wyjaśnia, jak możemy wypełnić dwukrotnie powtórzone przez św. Pawła polecenie: nieustannie się módlcie (1Tes 5,17; Ef 6,18). Medytacja to obecnie najlepsza reforma Kościoła, jaką mogę sobie wyobrazić, ponieważ ma kierunek oddolny i rozchodzi się od środka. W modlitwie poza słowami, których Jezus wyraźnie naucza, instruuje apostołów, aby się wycofali na miejsce odosobnione i modlili się do Ojca, który jest w ukryciu (Mt 6,5-8). Mamy się wznieść ponad przywiązanie, zaślepienie czy obronę jakiejś szczególnej formy modlitwy i powrócić do ubóstwa jednego słowa i prostoty każdego naszego oddechu.

Richard Rohr

Przedruk z książki „Poruszyć światem”

RICHARD ROHR OFM (ur. 1943 w Kansas/USA) jest franciszkaninem z prowincji Nowy Meksyk w USA. Jest założycielem Centrum for Action i Contemplation (Centrum dla Działania i Kontemplacji), które powstało w Albuquerque w 1987 roku. Ojciec Rohr uważa nauczanie Ewangelii za swoje najważniejsze powołanie i jest jednym z najznakomitszych nauczycieli duchowości XX w.

NOWOŚĆ WYDAWNICZA

Ukazała się nowość wydawnicza Wydawnictwa Tyniec, książka o Richarda Rohra OFM „Poruszyć światem. Postawa kontemplacyjna i modlitwa działania”. Ojciec James Martin SJ pisze we wstępie:

„Nowa książka Richarda Rohra *Poruszyć światem* jest po prostu arcydziełem. Wiele w niej jasno wyrażonej i pełnej współczucia mądrości, na jaką czytelnicy tego współczesnego mistrza duchowego czekali od dawna. Tamtego wieczoru, kiedy go poznałem, ojciec Rohr zadziwił mnie swą zwykłą ludzką pokorą. Oby spotkanie z nim na kartach tej książki podobnie zadziwiło i was. Jego wrażliwość i duchowe sugestie niech pomogą wam stawać się tym, czym powinniście być – dziełem Bożym.”

Książka stanowi zapis nauk jakie o Rohr wygłosił do WCCM na Seminarium Johna Maina w 2005 roku. Dzisiaj, kiedy tyle słyszymy od papieża Franciszka o Kościele ubogim, stanowi ona piękne świadectwo franciszkanina, jak taki Kościół każdy z nas powinien i mógłby urzeczywistnić. Gorąco polecamy!

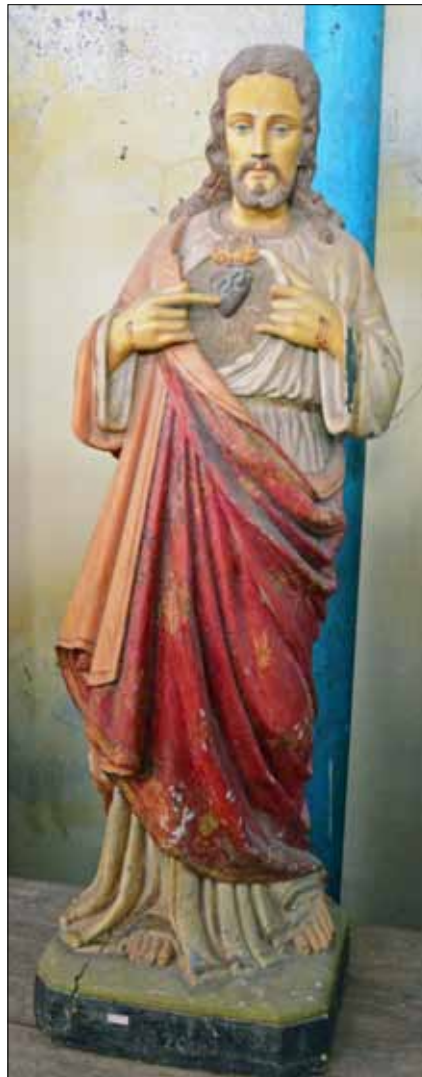
OTWORZYĆ SERCE

Duchowość biblijna i monastyczna jest duchowością serca. W naszym Kościele zachodnim od średniowiecza nastąpiło jednak zapomnienie tej prawdy. Wiązało się to ze zmianą samego pojmowania serca. Serce właściwie zostało zredukowane do centrum uczuć, natomiast rozum i wola zamieszkały w głowie. Nastąpiło w ten sposób rozdarcie wewnętrzne w człowieku: głowa została oddzielona od serca. Ma to fatalne skutki w duchowości na Zachodzie do dzisiaj. W Biblii jest zupełnie inaczej, człowiek jest jednością, a serce jest jego centrum. Przez oddzielenie rozumu i woli od uczuć nastąpiła redukcja człowieka i rozbicie jego jedności. W Katechizmie Kościoła Katolickiego nastąpił powrót do właściwego pojęcia serca. W czwartej części Katechizmu poświęconej modlitwie czytamy: *Serce jest mieszkaniem, w którym jestem, gdzie przebywam (według wyrażenia semickiego lub biblijnego: gdzie „zstępuję”). Jest naszym ukrytym centrum, nieuchwytnym dla naszego rozumu ani dla innych; jedynie Duch Boży może je zgłębić i poznać. Jest ono miejscem decyzji w głębi naszych wewnętrznych dążeń.* [...] (KKK 2563).

To określenie serca jest niezmiernie głębokie i właściwie wyraża prawdę o nas samych od strony wewnętrznej. Osobiście uważam, że każdy powinien je głęboko przemyśleć, bo dzięki temu będzie lepiej rozumiał siebie i mógł uświadomić sobie, czym jest modlitwa i jaka jest jej rola w życiu. Warto w tym momencie przytoczyć akapit, który w Katechizmie poprzedza samo określenie serca:

Skąd pochodzi modlitwa człowieka? Niezależnie od tego, jaki byłby język modlitwy (gesty, słowa), zawsze modli się cały człowiek. Aby jednak określić miejsce, z którego wypływa modlitwa, Pismo święte mówi niekiedy o duszy lub o duchu, najczęściej zaś o sercu (ponad tysiąc razy). Modli się serce. Jeśli jest ono daleko od Boga, modlitwa pozostaje pusta (KKK 2562).

W praktyce modlitwa jest nieustannym wysiłkiem schodzenia do serca, aby prawdziwie być w wewnętrznym dialogu z Bogiem. Tak musi być, gdyż z Bogiem można się spotkać tylko w sercu. Poza sercem jedynie możemy



fot. wccm.pl

myśleć o Nim lub spotykać się z naszym wyobrażeniem Boga. Przyjrzyjmy się zatem bliżej samej definicji serca, zwracając uwagę na to, co ma konsekwencje dla naszej modlitwy.

1. *Serce jest mieszkaniem, w którym jestem, gdzie przebywam (według wyrażenia semickiego lub biblijnego: gdzie „zstępuję”).*

Gdzie i kiedy jestem sobą?! W raju Adam, po popełnieniu grzechu, usłyszał od Boga pytanie: „Adamie, gdzie jesteś?”. Tym pytaniem codziennie Bóg wzywa każdego z nas. Gdzie jest moje prawdziwe „Ja”? Wydaje się, że każdy z nas odczuwa, że jest na obczyźnie, że nie jest sobą, nie jest u siebie. Nie akceptujemy siebie. Chcielibyśmy być inni niż jesteśmy w życiu. Okazuje się zatem, że nie jesteśmy prawdziwie sobą. Sami dla siebie jesteśmy misterium. Z jednej strony jesteśmy, bo to stwierdzamy, ale jednocześnie czujemy, że nie jesteśmy sobą. Nasze życie jest nieustannym szukaniem siebie. W istocie mamy dopiero stać się sobą. Nasze życie na ziemi jest nieustannym wybieraniem siebie prawdziwym lub fałszywym. Święty Pa-

weł widzi tę walkę pomiędzy duchem i ciałem.

Ciało bowiem do czego innego dąży niż duch, a duch do czego innego niż ciało, i stąd nie ma między nimi zgody, tak że nie czynicie tego, co chcecie. (Ga 5,17).

Przy czym dla niego ciało to nie po prostu nasza fizyczność i zmysłowość, ale raczej nasze ukierunkowanie na świat i upodobanie w nim. Ponieważ światem rządzą namiętności, które według św. Jana sprowadzają się do trzech zasadniczych: pożądliwość ciała, pożądliwość oczu i pycha tego życia (1 J 2,16), ciało nastawione na świat, kieruje się tymi namiętnościami. Natomiast duch oznacza w nas tę stronę, która jest ukierunkowana na Boga i Jego wolę. Dlatego pomiędzy duchem i ciałem istnieje rozbieżność. W innym miejscu w kontekście nawrócenia i chrztu św. Paweł te dwa przeciwstawne ukierunkowania wyraża odpowiednio określeniem „dawnego” i „nowego człowieka” (Ef 4,22; Kol 3,9). Jeszcze w innym miejscu mówi o „człowieku wewnętrznym” w przeciwieństwie do „członków” (zob. Rz 7,22n), w których mieszka prze-



wrotność i grzech. Bez względu na sposób ich wyrażenia mamy do czynienia z dwoma odmiennymi dynamizmami. Jeden jest ukierunkowany na Boga, a drugi na świat. Ten ostatni wyraża się, mówiąc językiem współczesnej psychologii, naszym ego. Wewnętrzna walka w nas toczy się między ego, a naszym prawdziwym „Ja”.

Wydaje się, że można także to rozdarcie w nas samych wyrazić przy pomocy pojęcia serca prawdziwego i serca fałszywego. Serce prawdziwe jest tym, które w nas stworzył na swoje podobieństwo Bóg. Ono jest owym mieszkaniem, ukrytym centrum, w którym spotykamy Boga. Nasze prawdziwe serce jest misterium, które się urzeczywistnia przez zamieszkanie w nim Jezusa Chrystusa, a wraz z nim Ojca, co Pan Jezus wyraźnie zapowiedział:

Jeśli Mnie kto miłuje, będzie zachowywał moją naukę, a Ojciec mój umiłuje go, i przyjdziemy do niego, i będziemy u niego przebywać. (J 14,23).

Wszystko to dokonuje się w Duchu Świętym szczególnie podczas modlitwy, o czym jest napisane w Katechizmie: *Modlitwa wewnętrzna jest także najbardziej intensywnym czasem modlitwy. W niej Ojciec sprawia w nas „przez Ducha swego wzmocnienie siły wewnętrznego człowieka”, by Chrystus zamieszkał przez wiarę w naszych sercach i abyśmy zostali „wkorzeni i ugruntowani” w miłości.* (Ef 3,16-17) (2714).

Nieco dalej w Katechizmie jest napisane:

Gdy Jezus kładzie nacisk na potrzebę czuwania, chodzi zawsze o czuwanie w odniesieniu do Niego, do Jego Przyjścia w dniu ostatecznym i każdego dnia: „dzisiaj”. Oblubieniec przychodzi pośród nocy; światłem, które nie powinno zgasnąć, jest światło wiary: „O Tobie mówi moje serce: «Szukaj Jego oblicza»” (Ps 27, 8) (2730).

[...] Natomiast serce fałszywe to kryjówka naszego ego,

które chce rządzić naszym życiem. Ono powoduje, że jesteśmy tak wrażliwi na nieustannie pojawiające się coraz to nowe myśli, uczucia, pragnienia, lęki, wyobrażenia, namiętności. Ten nieustanny strumień, który przewala się przez naszą głowę, odciąga nas od naszego zakorzenienia w Bogu. W normalnym, pełnym aktywności i wrażeń życiu, nie widzimy tego strumienia, który na nas przychodzi i wyprowadza nas na zewnątrz. Myśli na nas przychodzą, jak mówił ks. Tischner, stają się nasze dopiero wówczas, gdy je przyjmujemy za swoje. Mnisi ćwiczili się w odrzucaniu tego, co złe, a przyjmowaniu tego, co budujące, dobre. Nazywali tę praktykę „strażą serca”. Bardzo łatwo samemu doświadczyć nieustannie napływającego strumienia myśli, wyobrażeń, uczuć, pragnień, lęków, przypomnień i trosk w chwili, kiedy pragniemy w modlitwie stanąć przed Bogiem i być jedynie dla Niego, co podejmujemy przy medytacji. Ona właśnie najlepiej ujawnia to, że jesteśmy jeszcze daleko od serca, jeśli dajemy się ponieść tym myślom. O tym jest napisane w Katechizmie:

Najczęstszą i najbardziej ukrytą pokusą jest nasz brak wiary. Objawia się on nie tyle przez wyznane niedowiarstwo, co przez faktyczny wybór. Gdy zaczynamy się modlić, natychmiast tysiące prac i kłopotów, uznanych za bardzo pilne, wchodzi na pierwsze miejsce; i znowu jest to chwila prawdy serca i wyboru miłości. Zwracamy się do Pana jako do naszej ostatniej ucieczki: ale czy naprawdę w to wierzymy? Albo bierzemy Pana za sprzymierzeńca, ale serce ciągle jeszcze pozostaje zarozumiałe. W każdym przypadku nasz brak wiary ukazuje, że nie jesteśmy jeszcze w postawie serca pokornego: „beze Mnie nic nie możecie uczynić” (J 15, 5) (2732).

Ten strumień nieustannych logismoi, jak to nazywali starożytni mnisi, jest sposobnością do wewnętrznych wyborów: albo iść za nimi, czyli budować nasze ego, w którym nieustannie pragniemy potwierdzenia naszych pragnień i ambicji, albo stale wybierać Chrystusa, walcząc z wszystkimi rozproszeniami przez nieustanny powrót do Boga i bycia przed Nim. W Katechizmie jest napisane o nim: *Od strony pozytywnej walka przeciw naszemu zaborczemu i władcemu „ja” polega na czuwaniu, na prostocie serca* (2730).

Podczas medytacji tę walkę podejmujemy przez powrót do słowa, które nas na nowo zwraca ku Bogu. Robimy to w rytm oddechu, aby nie dawać miejsca rozproszeniom. Można je bowiem odepchnąć od siebie jedynie przez skoncentrowanie się na słowie zwracającym nas do Boga. [...]

2. Jest naszym ukrytym centrum, nieuchwytnym dla naszego rozumu ani dla innych; jedynie Duch Boży może je zgłębić i poznać.

To zdanie może nas zaskakiwać, gdyż zazwyczaj myślimy, że wiemy, kim jesteśmy, o co nam w życiu chodzi, co jest dla nas dobre. Kiedy jednak się na tym skupimy w refleksji, dochodzimy do wniosku, że tego wszystkiego nie wiemy. Sami dla siebie jesteśmy misterium. Nie jest to jednak prosta zagadka do rozwiązania, która, gdy ją poznamy, pozwala zacząć całkowicie panować nad sobą. Jest to misterium, czyli głębia, która przerasta nasze zdolności poznania, misterium, które poznawane coraz bardziej odsłania swoją głębię. Tak jest ze względu na prawdę, że jesteśmy stworzeni na obraz i podobieństwo Boga. W naszym sercu odbija się głębia samego Boga i dlatego „jedynie Duch Boży może je zgłębić”. Jest ono darem, który nas zdumiewa, ale jednocześnie jest dla nas zadaniem, abyśmy stali się w naszym życiu i działaniu na obraz i podobieństwo samego Boga, czyli abyśmy żyli miłością do końca, jak ją nam pokazał Pan Jezus:

Jak Mnie umiłował Ojciec, tak i Ja was umiłowałem. Wytrwajcie w miłości mojej! Jeśli będziecie zachowywać moje przykazania, będziecie trwać w miłości mojej, tak jak Ja zachowałem przykazania Ojca mego i trwam w Jego miłości. To wam powiedziałem, aby radość moja w was była i aby radość wasza była pełna. To jest moje przykazanie, abyście się wzajemnie miłowali, tak jak Ja was umiłowałem. (J 15,9–12).

Ta prawda odnosi się do naszego prawdziwego serca, którego nasze ego nie jest w stanie ogarnąć. Nasze prawdziwe serce niesie w sobie harmonię spotkania z Bogiem, zawierzenia Mu i przyjęcia tego, co do nas kieruje, czyli wypełniania Jego przykazania miłości. Natomiast ego kreuje sobie inne centrum, serce fałszywe, którym rządzi. W nim jednak nie ma życia.

Jakże Duch Święty może być „naszym Życiem”, jeśli nasze serce jest od Niego daleko? (2744).

[...] Sama modlitwa jest określana w Katechizmie jako „życie nowego serca”:

*Modlitwa jest życiem nowego serca. Powinna ożywiać nas w każdej chwili. Tymczasem zapominamy o Tym, który jest naszym Życiem i naszym Wszystkim. Dlatego więc mistrzowie życia duchowego, zgodnie z tradycją ksiąg Powtórzonego Prawa i Proroków, kładą nacisk na modlitwę jako „pamięć o Bogu”, częste budzenie „pamięci serca”: „Trzeba przypominać sobie o Bogu częściej, niż oddychamy” Św. Grzegorz z Nazjanzu, *Orationes theologicae*, 1, 4: PG 36,*

Na modlitwie nie chodzi bowiem o myślenie o Bogu, ale o osobową więź z Nim, o bliskość. Czas poświęcony jedynie na modlitwę jest szczególnie intensywną modlitwą, niemniej modlitwa jest życiem i albo nieustannie się modlimy, albo nie modlimy się wcale.

16 B. Nie można jednak modlić się „w każdym czasie”, jeśli pragnąc takiej modlitwy, nie modlimy się w pewnych chwilach: są to szczególnie momenty modlitwy chrześcijańskiej, jeśli chodzi o intensywność i trwanie (2697).

Katechizm wskazuje w ten sposób konkretny program pracy nad naszym sercem, czyli „zstępowania do serca”, nawiązując do pierwszego zdania z określenia serca. Zasadniczo nasz wysiłek powinien iść w kierunku nieustannej modlitwy: „Modlitwa ... powinna ożywiać nas w każdej chwili”. Natomiast jest to możliwe jedynie wówczas, gdy w pewnych chwilach poświęcamy się tylko i wyłącznie modlitwie, czyli gdy rezerwujemy w naszym dniu czas, który poświęcamy tylko Bogu i niczemu innemu. Chwile medytacji są, jak chrust rzucający na ogień, żeby podsycać żar, aby ten żar się nieustannie tlił. Celem nie są zatem same momenty modlitwy, ale życie modlitwy – czyli modlitwa nieustanna.

Czym jest owa nieustanna modlitwa? W Katechizmie czytamy: *Bóg pragnie, abyśmy Go pragnęli* (KKK 2560). W tym pragnieniu najlepiej wyraża się nieustanna modlitwa. Na modlitwie nie chodzi bowiem o myślenie o Bogu, ale o osobową więź z Nim, o bliskość. Czas poświęcony jedynie na modlitwę jest szczególnie intensywną modlitwą, niemniej modlitwa jest życiem i albo nieustannie się modlimy, albo nie modlimy się wcale. Jeżeli w ciągu dnia nie pamiętamy o Bogu, to nie potrafimy Go potem ściągnąć z zaświatów na chwilę, którą poświęcamy na modlitwę. Bóg nie może być na marginesie naszego życia. On musi być w centrum, albo Go w naszym życiu w ogóle nie ma. [...].

Włodzimierz Zatorski OSB

Fragment wystąpienia z 24 kwietnia 2013 r. do uczestników „Wieczoru z medytacją chrześcijańską” zorganizowanego przez krakowską grupę medytacyjną WCCM. Całość na www.wccm.pl.

O. WŁODZIMIERZ ZATORSKI OSB do klasztoru wstąpił w roku 1980 po ukończeniu fizyki na Uniwersytecie Jagiellońskim. Pierwsze śluby złożył w 1981 r., święcenia kapłańskie przyjął w 1987 r. Założyciel i do roku 2007 dyrektor wydawnictwa Tyniec. W latach 2005–2009 przeor klasztoru, w latach 2002–2009 prefekt oblatów świeckich przy opactwie. Rok spędził w pustelni na Mazurach oraz w klasztorze benedyktyńskim Dormitio w Jerozolimie. Autor książek o tematyce duchowej, między innymi: *Przebaczenie, Otworzyć serce, Milczeć, aby usłyszeć i in.*

MEDITATIO - MOSKWA 2013



foto: Альберт Захаров

Maria i Albert ze Lwowa spisali swoje refleksje z Meditatio w Moskwie:

8 - 10 maja w Moskwie odbyła się 3-dnienna konferencja „MEDITATIO-Moskwa” z o. Lorensem Freemanem OSB, dystancyjnie organizowana przez ekipę ukraińskiego WCCM - Marję i Alberta Zacharowych.

Też w przygotowaniu i prowadzeniu konferencji my otrzymaliśmy duże wsparcie Josephine von Zitzewitz, która jest oblatką z Londyna (i za to wsparcie chcielibyśmy wysłowić jej dużą wdzięczność). Fizycznie przez cały czas przygotowania do konferencji my zostawiali się we Lwowie (a Josephine w Londynie). Rozwiązanie tego problemu, również jak i cały proces organizacyjny, stało też dla nas wrażliwym doświadczeniem wspólnoty - nawet trzy osoby, które medytują razem, - to już wspólnota, a więc, wielka siła, która może coś zmieniać w świecie według wewnętrznego doświadczenia kontemplacji. I takiej wspólnocie nie mogą zaszkodzić żadne odległości geograficzne: kiedy my spotykamy się w ciszy na poziomie Ducha, znajdujemy tę wspólną podstawę, tę jedność, w której udaje się każda sprawa, dlatego że robi się nie na terenach „ego”, a w przestrzeni duchowej. I do tego zostaje się dodać tylko trochę technologii współczesnych. I oczywiście, że chcemy też podziękować o. Lorensovi i Paulinie Peters za wsparcie, pomoc i współpracę, które zrobili nasze plany rzeczywistością.

Otóż, spróbujemy opowiedzieć o tym, jakiej stała pierwsza podzieja naszej wspólnoty w Rosji. W trakcie naszego moskiewskiego Meditatio odbyło się kilka seminarów na temat medytacji chrześcijańskiej w naszej tradycji i działalności WCCM. Głównym tematem konferencji była idea o tym, że modlitwa kontemplatywna i medytatywna praktyka prezentuje taki poziom świadomości, na któ-

rym niema żadnych ramek i przeszkód, a zwłaszcza tych, o złudności których uczył nas Jezus, i o których mówi św. Paweł: „Wszyscy, ... przyoblekliście Chrystusa. Odtąd nie ma już żyda ani poganina, niewolnika ani wolnego człowieka, nie ma już mężczyzny ani niewiasty. Wszyscy bowiem jesteście żywą jednością w Chrystusie Jezusie.” Organizacja tej podziei w Moskwie stała ilustracją kosmopolitycznego charakteru naszej wspólnoty, celem której jest medytatywna praktyka, skierowana na uniwersalność świadomości Chrystusa.

Pierwsze plany o tej konferencji pojawili się u nas jeszcze w r.2011, od razu po tym, jak my przywoziliśmy o. Lorenasa do Kijowa, gdzie wtedy odbył się niewielki seminar w klasztorze oo. Dominikanów. W ciągu jakiegoś czasu szukaliśmy partnerów, których mogła by zainteresować podzieja w Moskwie. Tak trwało wprawie dwa lata, jednak w końcu udało się znaleźć ludzi, zainteresowanych w przyjeździe o. Lorenasa do Moskwy, i też nam udało się skoordynować to z kilkoma dniami wolnymi w szczelnym kalendarzu o. Lorenasa. W ciągu trzech dni w Moskwie odbyło się trzy konferencje, skierowane na różne rodzaje publiczności.

Pierwsza konferencja odbyła się w legendarnym dla Moskwy miejscu - centrum kulturowym „Pokrowska brama”, który, będąc rezultatem współpracy katolickich i prawosławnych kół, już wiele lat jest miejscem spotkań i dialogu ekumenicznego. Pierwszy seminar odbył się pod tytułem: „Medytacja chrześcijańska: mądrość starożytna dla współczesnego świata” i trwał trzy godziny. W sali konferencyjnej zebrała się maksymalna ilość ludzi szerokiej konfesjonalnej i nacjonalnej różnorodności. Odczuwało się duże zainteresowanie, chociaż spoczątku słuchacze przygotowywali się do wykładów z dokładną poważnością. O. Lorens zaczął z charakterystycznego brytyjskiego humoru, czym stopniowo zmienił nasrój na sali, i do momentu medytacji wspólnej słuchacze doszli już w stanie spokojnym i z uśmiechem na twarzy. Potem, po dzwonku w końcu medytacji, my jeszcze koło godziny wysłuchiwaaliśmy pytania z sali. Te pytania stosowali się rzeczy bardzo poważnych: psychologii, szczegółów metodów medytacji, i po nim było widać, że każdy, kto przyszedł na konferencje, odczuwa mocny interes i pragnienie do praktyk kontemplacji, jednak, jak to kiedyś pokazał bohater literatury rosyjskiej Obłomow, droga do dyscypliny praktyki leży przez pustelę nieskończonych emocjonalnych rozdarć i umysłowych refleksji.

Drugi seminar, który miał dłuższy program, odbył się w centrum kulturowym „Białe obłoki”. Tym razem miejsce



for. Альберт Захаров

spotkania miało kompletnie inny format: to było jedno z tych miejsc, gdzie przychodzą mieszkańcy Moskwy, szukające prawdy absolutnej, środków dla oczyszczenia chakr i produktów wegetariańskich, a także chcą szybko i łatwo oswoić treść wszystkich nauczzeń wschodu i starożytności. Ale wyglądało tak, że o żadnych formach mistycyzmu chrześcijańskiego tutaj jeszcze nie mówili, i o. Lorens został pierwszym, kto opowiadał gościom „Białych obłoków” o kontemplacyjnych wymiarach Ewangelji. W trakcie tej drugiej konferencji

odbyło się trzy wykłady i dwie medytacje. Różnorodność odwiedzających była jeszcze większa, niż w pierwszy dzień: tutaj było widać i młodych przedstawicieli ruchów subkulturowych, siedzących na matach dla jogi i poduszkach dla medytacji koło katolików i prawosławnych. Dobra ilustracja, że medytacja tworzy wspólnotę, a kontemplacja jest uniwersalnym методом przekazania prawd wiecznych.

Trzecia konferencja, która stała kulminacją i zakończeniem Meditatio w Moskwie, odbyła się w moskiewskiej kurji Rzymsko-katolickiej i stała częścią naukowej konferencji „Pogląd na tradycyjne praktyki kontemplacji i zdrowie psychiczne człowieka”, która była organizowana przez naszych partnerów, centrum „Tradycji ziemi”. W trakcie seminarium odbyła się sesja dialogu międzyreligijnego, w którym uczestniczyli o. Lorens, o. Timothy Curtis (ksiądz prawosławny z Wielkiej Brytanii, psycholog i specjalista z hesychazmu), uczeń Dalaj-Lamy Czigodny Tenzin Prijardarsi, a także kilka innych specjalistów - znanych pisarzy i psychologów. Głównym elementem programu stała rozmowa trzech pierwszych uczestników o chrześcijańskim i buddyjskim rozumieniu takich podstawowych pojęć, jak Niebiosy i Nirwana. Oczywiście, my nie mieliśmy wystarczająco czasu na to, żeby uczestnicy dialogu mogli bym dokładnie i szczegółowo omówić takie głębokie pojęcia, które są samą podstawą tych dwóch wielkich światowych

tradycji. Dyskusja trwała około dwóch godzin. Główna idea - omówienie obrazów najwyższej rzeczywistości w chrześcijaństwie i buddyzmie. Pierwszy z nich - to Niebiosy, jak niedualistyczna rzeczywistość związku człowieka i Boga, jak Królestwo Niebieskie. Drugi - to, odpowiednio, Nirwana - buddyjski termin, pochodzący od sanskryckiego „nirguna” (to, co wychodzi za ramki jakości materialnych) - ten termin ukazuje na teren ultymatywnej rzeczywistości, która jest źródłem wszystkiego. To może stać pewnym mostem, miejscem dla dialogu pomiędzy abrahamicznymi i dharmicznymi poglądami, zwłaszcza rozpatrując takie sfery mistycyzmu chrześcijańskiego, jak Rainski mistycyzm albo teologia apofatyczna. Niestety, rozmowa nagle przesunęła się na tematy Niebios a Piekła, a w takim przypadku znaleźć coś wspólne między tradycjami już bardzo ciężko.

Dialog zaczął się z zaproponowanej o. Lorensem medytacji, która trwała 10 minut. To zadało wszystkim obecnym odczucie spokoju wewnętrznego. I nawet nie zważając na szczegóły, które wyniknęły w trakcie dialogu, dane spotkanie, kiedy mnich benedyktyński, mnich buddyjski szkoły Gelug i angielski ksiądz prawosławny spokojnie i skoncentrowanie wymieniali się opiniami w sali konferencyjnej katolickiej Kurji, pokazuje nam, że rozmowa, która pochodzi z głębi milczenia kontemplatywnego, może stać drogą do pokoju. I w tym pokoju wszyscy, kto uczestniczy w dialogu, nie gubiąc swoich własnych cech, mogą zaświadczyć o tym, że każda opinia, każda droga zasługuje uwagi i szacunku. Było coś niewidzialne, co jednoczyło tych ludzi w czarnych, białych i czerwonych szatach. O czymś podobnym mówił też niedawno zmarły filozof rosyjski Grigorij Pomeranc (http://en.wikipedia.org/wiki/Grigory_Pomerants): „głębia każdej religii jest bliżej do głębi innej wielkiej religii, niż do własnej powierzchni”.

Nam wydaje się, że głównym w tej podzieji było to, że ona stała symbolem świadomości, przeciwległej tym tendencjom, które opanowali Rosje i niektóre inne kraje w ostatni kilka lat. Po dwadzieścia lat po Związku Radzieckim sama idea poszukiwania Boga (która wydawała się tak pożądaną i tak wyrafinowaną w czasach komunizmu), teraz znów i znów stała wykorzystywać się jak narzędzie przemocy i w celach egoistycznych, jak nie więcej niż środki dla procesów nacjonalnych, politycznych a nawet ekonomicznych. Wiele ludzi w takim środowisku znów zostali oddzieleni od możliwości przeżywać obecność Boga, a najwięcej obcymi w takim „duchowym” klimacie odczuła siebie młodzież non-konformistyczna i inteligencja twórcza. I w takich okolicznościach Meditatio w Moskwie, możliwie, założyło początek całkiem innemu stylowi refleksji duchowo-społecznej, która bierze początek w doświadczeniu ciszy i koncentracji na wła-



фот. Альберт Захаров

snych głębiach, a także ma celem współpracę i gotowość „przyjąć innego”, nie gubiąc przy tym „siebie”. Niech ten początek otrzyma swój rozwój i przedłużenie przez tych ludzi, które odczuwają w sobie gotowość i potrzebę być siłą odnowienia i wzrostu, poszukiwania autentycznej rzeczywistości nie „tutaj czy tam” (Ewangelia Łukasza), nie „w niebie czy w morzu” (Ewangelia Tomasza, apokryficzna), a w naszym własnym sercu, pośród nas.

Chcielibyśmy skończyć ten tekst proroczymi słowami benedyktyna o.Bedy Griffitsa OSB: „Ludzkość teraz podeszła do momentu, kiedy wszystko jest postawione na kartę, kiedy musi odbyć się globalna transformacja świadomości na poziomie całego świata, we wszystkich społeczeństwach i wyznaniach, - i tylko tak świat zmoże przetrwać. Jeżeli ludzkie życie nie zostanie zorientowanym na uświadomienie Rzeczywistości Transcendentnej, która ogarnia całe człowieczeństwo i cały Wszechświat, ale w tym samym momencie przenika nasz teraźniejszy poziom życia i świadomości, to nie mamy nadziei na przyszłość. (...) Takie czasy, jak nasze, zmuszają patrzeć na Boga i zmiany z powagą. Jestem przekonany, że gdziekolwiek by na Bóg nie prowadził, On sam pomaga nam przejść przez wszystko, jeżeli kochamy, oddajemy samych siebie, podejmujemy ryzyko i odkrywamy się w mierze wystarczającej” („Czas Boga” Rozmowa z Andrew Harvey, grudzień 1992).

Zapraszamy wszystkich do oglądania materiałów moskiewskiego «Meditatio 2013»:

http://www.wccm.ru/meditatio_ru_2013_report.html

Мария і Альберт Захаров
WCCM.RU / WCCM.ORG.UA

RAZEM Z ROSJANAMI

Już na spotkaniu medytacyjnym w 2011 roku w Kijowie, kiedy dowiedzieliśmy się z moim mężem Michałem, że w przyszłości planowane jest takie samo wydarzenie w Moskwie, podjęliśmy decyzję, że zrobimy wszystko, żeby w nim uczestniczyć. Tymczasem okazało się to wcale nie takie łatwe - odmówiono nam wiz i dopiero po odwołaniu je otrzymaliśmy. Cały ten pobyt w Moskwie był dość zwariowany, ale dał nam wspaniałe poczucie jedności z Rosjanami. META OSOBA DUCHA ŚWIĘTEGO jednoczyła nas w ciszy.

Można śmiało zaryzykować stwierdzenie, że Meditatio w Moskwie w dniach 08-10.05.2013 było kamieniem milowym w historii WCCM. Mimo, że nie zgromadziło tłumów słuchaczy, to w realiach rosyjskich, uczestnictwo około dwustu osób, które przyszły na kilka ze spotkań, było bardzo widocznym znakiem czasu.

Rzeczywistość polityczna Moskwy nie sprzyja wprowadzaniu medytacji chrześcijańskiej do Rosji. Putin bezkompromisowo uznaje tylko równiówkę Jednego Patriarchatu Moskiewskiego i wszelki ruch ekumeniczny jest widziany jako zagrożenie dla władzy. Tym bardziej uważam, że seminaria medytacyjne, które zorganizowali Maria i Albert, to przełomowe wydarzenie!

Zewnętrzna szata tych spotkań daleka była od kontem-

platywnej aury, jaką znam z innych światowych spotkań WCCM.

Ale duch i atmosfera na sali były takie same, jak wszędzie – dowodzi to raz jeszcze siły Wewnętrznego Człowieka i mocy kontemplatywnej ciszy. Dla wielu zgromadzonych osób było to pierwsze spotkanie z medytacją w ogóle, nie wspominając nawet medytacji chrześcijańskiej. Uczestnicy reprezentowali różne wyznania. I tak, przyszli prawosławni z grupy, która regularnie przyjeżdża w okolice Białegostoku na sesje dialogu prawosławnych z katolikami, protestanci, którzy tworzą jedyną medytującą grupę w Moskwie oraz katolicy. Po spotkaniu z o. Freemanem istnieje duża szansa, że do grupy medytacyjnej protestantów dołączą moskiewscy katolicy. Drugiego dnia, kiedy prezentowano działalność WCCM w świecie, powiedziałam o historii WCCM i o tym co robimy w Polsce, przekazując jednocześnie serdeczne pozdrowienia od medytujących Polaków dla Rosjan. Wywołało to spontaniczną radość i oklaski zebranych Rosjan, w przerwie nastąpiła wielka wymiana adresów.

Michał i ja zapewniliśmy nowych moskiewskich przyjaciół, że nasze grupy medytacyjne i nasze domy, są zawsze dla nich otwarte.

Maria Katarzyna Serafinowska - Gabryel, Wrocław

MEDYTACJA A UZALEŻNIENIA



foto: Wojciech Sarma

Medytacja a uzależnienia - spotkanie z o. Joe Pereirą - tak nazywała się konferencja zorganizowana 7 czerwca 2013 r. w Centrum Kultury Katowice im. Krystyny Bochenek przez katowicką grupę medytacyjną Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej WCCM. Konferencja odbyła się w dniu, w którym Kościół katolicki świętuje Uroczystość Najświętszego Serca Pana Jezusa. Dla osób uzależnionych, którzy wzięli w niej udział był to termin znamienny - wszak to dzięki płynącemu z Bożego Serca miłosierdziu uzyskali trzeźwość, którą mogą obecnie utrzymywać w swym życiu.

Spotkanie rozpoczęło się o godzinie 10.00. Wzięło w nim udział około 100 uczestników, których przywitał Andrzej Ziółkowski - koordynator Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej w Polsce. Andrzej przybliżył sylwetkę o. Joe Pereiry, księdza z archidiecezji bombajskiej w Indiach, mającego duże doświadczenie z pracy na rzecz ludzi uzależnionych, chorych na AIDS, głównie w ramach Fundacji Kripa, której jest założycielem.

W swym pierwszym wystąpieniu ojciec Joe wprowadził obecnych w praktykę medytacji chrześcijańskiej, opartej na nauczaniu ojca Johna Maina OSB.

Następnie odbyła się wspólna medytacja, a po niej został przedstawiony film z serwisu YouTube, prezentujący działalność Fundacji Kripa. Po filmie rozpoczął się blok konferencji, rozdzielony przerwami na kawę i lunch.

Konferencja ojca Pereiry nosiła tytuł: „Świadomość ciała w Medytacji Chrześcijańskiej pomocą w praktyce 11 kroku”. Ojciec Joe mówił, między innymi, o wykorzystywanym w Kripie dorobku Programu 12 kroków Wspólnoty

Anonimowych Alkoholików, która jako pierwsza zwróciła uwagę na potrzebę traktowania alkoholizmu, jako choroby trzech sfer - ciała, umysłu i duszy. Doświadczenia AA sprawdziły się w przypadku innych uzależnień - narkomanii, hazardu, obżarstwa itp. Na bazie aowskich 12 Kroków powstały analogiczne programy zdrowienia Wspólnoty Anonimowych Narkomanów, Anonimowych Hazardzistów, Anonimowych Żarłoków itp. Ojciec Pereira podkreślił, że w dzisiejszych czasach najskuteczniejsze efekty leczenia ludzi uzależnionych przynosi wspólne oddziaływanie medycyny (ciało), psychoterapii (umysł) i rozwoju duchowego (dusza). Tego typu działanie praktykowane jest w Fundacji. O jego skuteczności mogą świadczyć coraz liczniej powstające ośrodki Kripy na całym świecie.

11 krok Programu Wspólnoty AA brzmi: „Dążyliśmy poprzez modlitwę i medytację do coraz doskonalszej więzi z Bogiem, jakkolwiek Go pojmujemy, prosząc jedynie o poznanie Jego woli wobec nas oraz siłę do jej spełnienia”. Medytacja jest jednym z głównych wskazań tego kroku. W Kripie, dużą wagę przykładana się do zachęcania ludzi, którzy praktykują medytację do przyjaznego traktowania swego ciała. Służy ku temu metoda opracowana przez nauczyciela jogi B.K.S. Iyengara, traktowana przede wszystkim jako element rozwoju duchowego, a nie li tylko jako ćwiczenie fizyczne. Ojciec Pereira podkreślał, że stosowanie jej ma niezwykle korzystny wpływ na ciało - przywraca mu zdrowie, sprawność, wrażliwość. W ten sposób ciało bardziej godnie wypełnia swe przeznaczenie - bycie świątynią Ducha Świętego.

W dzisiejszych czasach nauka coraz częściej zwraca uwagę na korzyści płynące z praktyki medytacyjnej, do których zalicza się między innymi - poprawa stanu zdrowia fizycznego i psychicznego. Wielu psychoterapeutów zaleca swym pacjentom stosowanie medytacji oraz wywodzących się z niej ćwiczeń relaksacyjnych. Był to temat kolejnej konferencji pt: „Rola ćwiczeń relaksacyjno-koncentrujących i medytacji w utrzymaniu abstynencji”. Prelegentem była Katarzyna Serafinowska-Gabryel - specjalista Unii Europejskiej d/s uzależnień, psycholog i psychoterapeuta, która w swym wystąpieniu dowodziła słuszności stosowania medytacji i ćwiczeń relaksacyjnych przez osoby wychodzące z nałogu. Teorię zobrazowała między innymi przykładem osób - trzeźwiejących alkoholików z Wrocławia - którzy po mitingach lub w domach praktykują z powodzeniem ćwiczenia relaksacyjne i widzą ich efekty w swym życiu. Obecni na sali konferencyj-



fot. Wojciech Sarna

nej słuchacze mogli również przekonać się o ich wartości - poprowadzeni przez panią Katarzynę odbyliśmy krótką sesję ćwiczeń.

Kolejną osobą, którą mogliśmy wysłuchać na konferencji była mjr. Urszula Wojciechowska-Budzikur, zastępca dyrektora Aresztu Śledczego w Częstochowie, psycholog i psychoterapeuta. Pani Urszula jest inicjatorką realizowanego od 2009 roku w Areszcie Śledczym w Częstochowie oraz podlegającym mu Oddziale Zewnętrznym w Wąsoszu Górnym programu „Medytacja. Szansa na wewnętrzną wolność”, umożliwiającego osadzonym praktykę medytacji chrześcijańskiej, według nauczania ojca Johna Maina. Dodajmy, że program wspierali wolontariusze z katowickiej grupy medytacyjnej. Wprowadzenie programu spotkało się z dużym zainteresowaniem innych jednostek penitencjarnych. Dzisiaj, grupy medytacji chrześcijańskiej, działają już w kilku innych zakładach karnych: w Cieszynie, Raciborzu oraz w Areszcie Śledczym w Poznaniu. Kilka kolejnych jednostek zainteresowanych jest utworzeniem podobnych grup u siebie. Co ciekawe, wśród ludzi medytujących w więzieniach są również osoby należące do więziennej subkultury - tak zwani „grypsujący”, którzy w dużym stopniu ograniczeni są przez obowiązujące w ich środowisku zasady. Pokazuje to, że pragnienie medytowania ma moc, pozwalającą przekraczać wszelkie bariery stworzone przez umysł.

W grupie medytacyjnej podobnie, jak i we wspólnotach skupiających ludzi uzależnionych, istnieje duża więź. O relacjach międzyludzkich, wzajemnym zaufaniu i otwarciu na pomoc z zewnątrz mówił ostatni prelegent na konferencji - Bogdan Białek, założyciel i redaktor naczelny magazynu psychologicznego „Charaktery”, posiadający w swej karierze zawodowej również okres pracy z uzależ-

nionymi od alkoholu. Zawarte w tytule jego konferencji przesłanie - „Po pierwsze słuchaj” wskazuje na jeden z najważniejszych czynników, umożliwiających wychodzenie z nałogów. Dosadnie wyrażony on jest w powiedzeniu AA - „Wyjmij watę z uszu i włóż ją do ust”. Otwarcie się na łaskę Bożą oraz pomoc ludzi, którzy wyszli z piekła spowodowanego alkoholizmem, narkomanią czy hazardem, może sprawić, że można odbić się od dna w stronę trzeźwości. Zresztą to powiedzenie można odnieść do wielu innych sytuacji życiowych, niekoniecznie związanych z nałogami.

Po bloku konferencyjnym wszyscy prelegenci odpowiadali na pytania z sali. Poruszone zostały różne tematy, między innymi: sprawy związane z praktyką medytacyjną, działalnością Fundacji Kripa czy też funkcjonowaniem grup medytacyjnych w zakładach karnych.

Część merytoryczno/praktyczną katowickiej konferencji zamknęły warsztaty z ojcem Joe Pereirą, który przybliżył nam praktykę jogi B.K.S. Iyengara. Oczywiście w ograniczonym zakresie. Ojciec Joe skupił się na kilku podstawowych, bardzo przydatnych w praktyce medytacyjnej ćwiczeniach, pozwalających uelastyczyć kończyny dolne czy pogłębić oddech (oddychajmy jak orły, a nie jak kurczaki!). Poznaliśmy również proste sposoby wzmacniające serce, wśród których znalazł się również spacer (wzmacniając tydki, wzmacniamy serce!).

Umysły pobudzone w czasie konferencji, sesji pytań i warsztatów wyciszyły się w czasie medytacji, po której mogliśmy przeżyć kontemplatywną Mszę Świętą, odprawioną przez o. Joe i o. Wojciecha Drążka.

Miejmy nadzieję, że wiedza zdobyta w czasie konferencji pomoże uczestniczącym w niej psychoterapeutom, księżom, przedstawicielom jednostek penitencjarnych, lepiej poznać ideę wykorzystania medytacji w zdrowieniu ich podopiecznych. Myślę też, że ludziom uzależnionym, obecnym na konferencji, pomoże ona w drodze, która mieści się w przestrzeni wyrażonej słowami Pana Jezusa: „Tak samo w niebie większa będzie radość z jednego grzesznika, który się nawraca, niż z dziewięćdziesięciu dziewięciu sprawiedliwych, którzy nie potrzebują nawrócenia” (Łk. 15,7).

Grzegorz Płonka
Katowice

PS. Wyrazy uznania i podziękowanie dla organizatorów.
Było super!

SPOTKANIE ZESPOŁU DORADCZEGO WCCM



Członkowie Guiding Board. Od lewej: Cathrine ChARRIERE (Szwajcaria), Elisabeth King (Chiny), EURENE Bebebau (USA), Pauline Peters (Australia), Fergal McLaughlin (Irlandia), Jose Pype (Belgia), Andrzej Ziółkowski (Polska). fot. Leonardo Correa

W dniach 20.03 – 23.03.2013 r. odbyło się coroczne posiedzenie Zespołu Doradczego (Guiding Board) WCCM.

Spotkanie otworzył Dyrektor WCCM-u, o. Laurence Freeman OSB, sprawozdaniem za rok 2012. Ojciec Freeman podkreślił, że miniony rok był szczególnie ważny w życiu Wspólnoty. W wielu krajach medytacja chrześcijańska stała się zwyczajną praktyką modlitewną wspólnot parafialnych, przy czym tego naturalnego procesu akceptacji medytacji nie można w żaden sposób przyspieszyć. Można jedynie, tak w Kościele jak i w zsekularyzowanym świecie, być świadomym świadkiem medytacji.

Rada otrzymała z całego świata ponad 60 stron komentarzy dotyczących programowego dokumentu "The way forward" („Droga naprzód” - polska Wspólnota omówiła go szczegółowo podczas spotkania liderów grup w październiku 2012r. w Lubiniu - przyp. tłum.), w którym zostały omówione założenia rozwojowe Wspólnoty na kolejne trzy lata. Komentarze te ukazały dynamizm, specyfikę i wielobarwność krajowych wspólnot.

W 2013 roku zakończyły się pierwsze trzy lata programu "Meditatio", przekazywania owoców medytacji zsekularyzowanemu światu. Rada zapoznała się z dorobkiem programu i jednomyślnie zaakceptowała jego główne założenia na następne trzy lata. Wszystkie zebrane doświadczenia i materiały pomocnicze będą udostępnione krajowym wspólnotom.

Następnie Rada omówiła struktury zarządzania WCCM-u, wskazała na rolę powierników, ciał doradczych, zespo-

łów wykonawczych i etatowych dyrektorów poszczególnych programów. Omówiono także potrzebę i metody efektywnej komunikacji w sytuacji globalnej lokalizacji poszczególnych członków tych gremiów. Celem tej części programu było ułatwienie podejmowania decyzji o. Freemanowi i odciążenie go od bieżących spraw administracyjnych.

Pauline Peters z Australii, odpowiedzialna za łączność z krajowymi koordynatorami przedstawiła zbiorczy raport dotyczący kondycji i potrzeb z 46 wspólnot. Był to inspirujący dokument pokazujący, pomimo wielorakich potrzeb, stały wzrost Wspólnoty. Ilość grup zwiększyła się przez ostatnie 5 lat z 1642 w roku 2007 do 2175 w roku 2013. Podstawowe potrzeby krajowych wspólnot nie zmieniły się znacznie: istnieje ciągła potrzeba tłumaczeń z języka angielskiego (przy braku tłumaczy), wolontariu-szy organizacji wydarzeń Wspólnoty, prowadzenia stron internetowych, redagowania kwartalników... Towarzyszą temu ograniczenia finansowe, szczególnie wśród wspólnot z uboższych materialnie regionów świata. Stąd potrzeba dzielenia się środkami materialnymi.

Rada pożegnała ze swego grona Fergala McLaughlina (Irlandia), którego mandat wygasł w tym roku. Jednocześnie Rada przyjęła nowego członka, koordynatora krajowego z Polski, Andrzeja Ziółkowskiego, którego zadaniem będzie wsparcie koordynatora europejskiego, Jose Pype'a z Belgii. Roger Layet z Wielkiej Brytanii został ponownie wybrany na przewodniczącego Zespołu Doradczego, a Ana Fonseca z Brazylii została wiceprzewodniczącą.

Trzy dni intensywnych obrad, w które były wplecione codzienne 3 okresy 30 minutowej medytacji, upłynęły bardzo szybko i rozjechaliśmy się planując kolejne spotkanie za rok. Dziękuję wszystkim za przybycie i za wspólnie spędzony czas, ten podczas obrad jak i ten w ciszy medytacji.

Roger Layet
Londyn, maj 2013

ROGER LAYET mieszka wraz ze swą żoną Shelagh w Bristolu. Mają troje dorosłych dzieci i wiele wnuków i wnuczek. Shelagh odkryła Medytację Chrześcijańską w 1985 i "wciągnęła" w nią, z początkowymi oporami, Rogera. Roger jest od 2001 roku na emeryturze. Należy do grupy medytacyjnej w Nailsea, koło Bristolu. W latach 2005 – 2008 był koordynatorem krajowym w Wielkiej Brytanii. Obecnie pełni rolę przewodniczącego Zespołu Doradczego WCCM.

KALENDARIUM

SZCZEGÓŁY I ZAPISY WWW.WCCM.PL

> MEDITATIO 2013

Termin: 5 - 7 lipca 2013 r.

Temat: Nowe winnice Chrystusa

Prowadzenie: Laurence Freeman OSB

Miejsce: Szkoły Salezjańskie ul. Ku Słońcu, Szczecin

Ewangelie otwierają zupełnie nowy rozdział w historii i kulturze. Polityczne rewolucje zazwyczaj kończą się porzuceniem swych ideałów, ale Duch Święty jest gwarantem, że Kościół pozostanie wierny Chrystusowej wizji świata, pomimo naszych ludzkich błędów i lęków przed zmianą. Ojciec Laurence rozważy jak Medytacja Chrześcijańska usposabia nas byśmy stali się „nowymi bukłakami” dla „nowego wina” - Chrystusa. Podczas rekolekcji będziemy słuchać wykładów, wspólnie medytować, uczestniczyć w kontemplatywnej mszy świętej i dzielić się swym medytacyjnym doświadczeniem.

> GRUPA MEDITACYJNA W LUBLINIE ZAPRASZA NA WAKACYJNE REKOLEKCJE MEDITACYJNE

Termin: 19 - 24 sierpnia 2013 r.

Temat: „Ojciec twój, który widzi w ukryciu, odda tobie (da tobie w nadmiarze)” (Mt 6,6)

Miejsce: Dom rekolekcyjny Sióstr Urszulanek, ul. Mickiewicza 10 Milanówek/k. Warszawy

Prowadząca: s. Bogumiła Kucharska USJK

Koszt: 50 zł za dzień /w tym nocleg i wyżywienie/

Zakwaterowanie: Pokoje dwuosobowe, nowe łazienki w korytarzach

Prosimy o zabranie poduszek lub stołków medytacyjnych.

Zgłoszenia przyjmujemy do 15.07.2013r. na:

grodecka.ewa@gmail.com lub tel.: 665 299 112.

Ilość miejsc ograniczona.

O rekolekcjach z s. Bogumiłą czytaj w Kwartalniku Nr 12 i Nr 20

Ten, kto wchodzi i zamyka drzwi, zostawia za sobą reflektory świata i pozostaje w ukryciu, gdzie nie jest widziany przez nikogo z zewnątrz: pozostaje jedynie pod spojrzeniem Tego, który widzi w ukryciu.

s. Bogumiła, urszulanka od roku 1980. Na drogę medytacji wprowadzona przez Hugo Makibi Enomiya Lasalle SJ w Dietfurt w Niemczech w roku 1987, po jego

meditatio
2013

śmierci kontynuowała praktykę medytacji pod kierownictwem Willigisa Jaegera OSB. Poznała taniec sakralny w tradycji szkoły Marii - Gabriele Wosien i uczy go jako formy medytacji. S. Bogumiła prowadzi w Lublinie grupę medytacji WCCM. Pod jej duchowym przewodnictwem grupa ta odbywa coroczne rekolekcje medytacyjne. Z wykształcenia psycholog i psychoterapeuta, pracuje z młodzieżą akademicką w domu akademickim KUL.

Proszę

Panie

Który jesteś w ciszy

I poza nią

Panie

Który jesteś ciszą

I wszystkim we wszystkim

Proszę pomóż

Proszę usłysz

W ciszy nocy

Gdy budzi mnie

Ciężar smutku i niemocy

Chcę doświadczyć tego

Boże

Że koniec moich możliwości

Jest początkiem Twoich

Aleksandra Błahut-Kowalczyk
nocą 15/16 września 2012

ALEKSANDRA BŁAHUT-KOWALCZYK ur. w 1954r. w Cieszynie, teolog luterański i diakon w Kościele Ewangelicko-Augsburskim w RP; ukończyła w 1977r. Chrześcijańską Akademię Teologiczną w Warszawie, w latach 1999-2002 odbyła studia licencjacko-doktoranckie z zakresu teologii pastoralnej na Wydziale Teologii Uniwersytetu Opolskiego uzyskując stopień licencjata rzymskiego; obecnie mieszka w Cieszynie, zajmuje się działalnością publicystyczną, duszpasterską i biblijną wśród kobiet, radiową („Głos życia” w radiu Katowice, „Po prostu” w radiu CCM). Żona duchownego, matka dorosłych: syna i córki; ma dwóch wnuków. Jest autorką rozważań biblijnych wydanych w książkach : „Otulić się Tobą, Panie” (2004), „Do domu” (2005), „Nieuchronność” (2006), „W drodze – 30 dni z Bożym Słowem” (2007), „Przy źródle – Psalm 25. w miniaturach biblijnych” (2009); współautorka pozycji zbiorowych : „Duchowa przypadłość” (Poznań 2007), „Drogi chrześcijaństwa” (Warszawa 2008), „Biblijny alfabet kobiet” (Bielsko-Biała 2009), „Szlak cieszyńskich kobiet” (Cieszyn 2010), „Cały rok blisko” (Dziegielów 2011), „Kobieta w Kościele” (Kraków 2011), „Frauen und Reformation” (Wien 2012).

meditatio 2013

„Nowe winnice Chrystusa” o. Laurence Freeman OSB

Szczecin, Szkoły Salezjańskie Ku Słońcu. W programie koncert Chóru Kameralnego Concertino.

Piątek 05.07.2013

16.00 - 17.00 rejestracja uczestników
17.00 - 17.15 otwarcie Meditatio i powitanie
17.15 - 17.45 koncert Chóru Kameralnego Concertino
17.45 - 18.30 wprowadzenie w medytację i medytacja
18.30 - 19.00 kolacja
19.15 - 21.00 konferencja 1 [Tłumacz]
21.15 - 21.45 medytacja i cisza nocna

Sobota 06.07.2013

07.30 - 08.00 medytacja
08.15 - 08.55 śniadanie
09.00 - 10.30 konferencja 2 [Tłumacz]
10.30 - 11.00 przerwa kawowa
11.00 - 11.35 film Medytacja w szkołach
11.40 - 12.10 medytacja
12.30 - 13.30 obiad

13.30 - 14.30 odpoczynek
14.30 - 16.00 konferencja 3 [Tłumacz]
16.00 - 16.30 przerwa kawowa
16.30 - 18.00 spotkania w grupach
18.00 - 19.00 kolacja
19.00 - 20.30 konferencja 4
20.40 - 21.40 Msza św. z medytacją [Tłumacz]

Niedziela 07.07.2013

07.30 - 08.00 medytacja
08.15 - 08.55 śniadanie
09.00 - 10.30 prezentacja Wspólnoty WCCM
10.30 - 11.00 przerwa kawowa
11.00 - 11.45 Pytanie i odpowiedzi [Tłumacz]
11.45 - 12.15 medytacja
12.15 - 13.15 obiad
13.30 - zakończenie



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 wpływającą 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, wewnątrz, 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 spostrzeżesz „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.



Adresy grup medytacyjnych:

BIAŁYSTOK

Kontakt: Katarzyna Bogusz,
tel. 667 982 210, kbogusz27@op.pl
www.swmc.alleluja.pl
środa, godz. 19:30

BIELSKO - BIAŁA

Parafia Trójcy Przenajświętszej ul. Sobieskiego 10a
Kontakt: Malwina Okrzesik,
tel. 502 127 588 (po 14), medytacja.bielsko@gmail.com
środa, godz. 19:00
(wprowadzenie do praktyki medytacji godz. 18:45)

CIESZYN

Biuro WCCM ul. Polna 3c
Kontakt: Maksymilian Kapalski,
tel. 727 903 601, maks.benedyktyni@gmail.com
czwartek, godz. 18:00

GLIWICE

Kościół Parafialny
p.w. Matki Boskiej Częstochowskiej na Tryнку
Kontakt: Paweł Fraś
tel. 506 800 840, pawel@ciel.pl
piątek, godz. 17:45

JASZENICA MAZOWIECKA (k. Ostrowi Mazowieckiej

– kierunek Andrzejewo)
ul. Pawła Jasienicy 30 wikariat plebanii
Kontakt: ks. Rafał Figiel
tel. 603 855 778, rafalfigiel@op.pl
wtorek, godz. 19:30

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
poniedziałek, godz. 20:00 i piątek, godz. 18:15

KIELCE

Kościół św. Franciszka z Asyżu, ul. Warszawska 33,
sala św. Klary
Kontakt: Bogdan Białek
bogdan.bialek@charaktery.com.pl
Anna Białek
tel. 606355320
czwartek, godz. 19:30
(wprowadzenie do praktyki medytacji godz. 19:10)

KOMORÓW (k. Pruszkowa)

Plebania kościoła parafialnego
pw. Narodzenia NMP ul. 3-go Maja 9
Kontakt: Marian Brzozowski
tel. 605 068 753, brzozowskim@wp.pl
wtorek, godz. 19:15

KRAKÓW

Parafia Bożego Ciała i Bazylika Bożego Ciała Zakonu
Kanoników Regularnych Laterańskich,

ul. Bożego Ciała 26

Kontakt: Urszula Jajkowska
tel. 602 740 911, ulek1109@interia.pl,
medytacjakrakow@gmail.com
czwartek, godz. 18:30

LUBLIN

**Żeński Dom Studencki KUL /kaplica/
ul. Konstantinów 1 D**
Kontakt: s. Bogumiła Kucharska SJK
bogmila.ka@gmail.com
Ewa Grodecka,
tel. 665 299 112, grodecka.ewa@gmail.com
2 i 4 czwartek miesiąca, godz. 18:30

ŁÓDŹ

Parafia Chrystusa Króla (dom parafialny)
Kontakt: ks. Kazimierz Woźniak
tel. 42 688 72 54, kazek@toya.net.pl
środa, godz. 19:15

MYSZKÓW

Parafia p.w. Św. Piotra i Pawła Apostołów
Kontakt: Urszula Wojciechowska-Budzikur
tel. 609 234 460
sobota, godz. 8:00

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
codziennie godz. 20:00; środa, godz. 18:30

OSTRÓWEK (k.Łochowa)

Plebania kościoła parafialnego p.w. NMP Królowej
Polski, ul. Broniewskiego 34
Kontakt: Grzegorz Sówka
tel. 512 345 511, grzegorz519@interia.pl
czwartek, godz. 19:30

SZCZECIN

www.szczecin.dominianie.pl/grupy.html
Klasztor Dominikanów, Plac Ofiar Katynia 1
Kontakt: o. Przemysław Dymowski,
przemod@dominikanie.pl
Paulina Leśniak,
tel. 601 70 28 29
piątek, godz. 19:30
(wprowadzenie do praktyki medytacji godz. 19:15)

TARNÓW

Kontakt: Agnieszka Leśniewska
tel. 608 301 952, al@hornet.pl

WARSZAWA

Klasztor Dominikanów, ul. Freta 10,
wejście boczne od furty w podcieniach
Kontakt: Monika Jędrzejewska
tel. 607 610 388
niedziela, godz. 18:00

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)
Kontakt: Małgorzata Łakomska
tel. 608 492 255, mlakomska@o2.pl
www.medytacja-chrzescijanska-warszawa.xn.pl
środa, godz. 19:30

KONTAKT W JĘZYKU POLSKIM ZA GRANICĄ

WIELKA Brytania, Londyn
Kontakt: Konrad Bonczko - Pioro
konradbonczko@gmail.com

IRLANDIA PÓŁNOCNA, Magherafelt

Kontakt: Marcin Gryszkiewicz,
tel. +44 (0) 78 955 165 81
marcin.gryszkiewicz@onet.eu

LITWA, Wilno

Kontakt: Waldemar Chmielewski
tel. +370 685 35874
v.chmielewski@gmail.com

UKRAINA, Lwów i Kijów

Kontakt: Maria Zakharova,
info@wccm.org.ua
www.christian-meditation.com.ua

NIEMCY, Hamburg

Kontakt: Hubert Strzyżewski,
meditation@strzyzewski.org

PROGRAMY MEDYTACJI CHRZEŚCIJAŃSKIEJ

OBŁACI BENEDYKTYŃSCY WCCM

koordynator Maksymilian Kapalski:
maks.benedyktyni@gmail.com

MEDYTACJA W SZKOLE

koordynator Andrzej Ziółkowski:
medytacja.szkoły@wccm.pl

MEDYTACJA W RESOCJALIZACJI

koordynatorka Urszula Wojciechowska-Budzikur:
urszula.wojciechowska-budzikur@sw.gov.pl

WSPÓLNOTY DWUNASTOKROKOWE (11. KROK)

koordynator Grzegorz Zdrzałek: gzdrzalek@interia.pl

www.wccm.pl

Cotygodniowe spotkanie w grupie daje wsparcie i za-
chęcę dla tych, którzy tego potrzebują lub napotyka-
ją trudności na swej ścieżce. Każdy z nas potrzebuje od
czasu do czasu zachęty, którą zyskuje przypadając się
wierze innych oraz ich wierności praktyce.