



You have downloaded a document from  
**RE-BUŚ**  
repository of the University of Silesia in Katowice

**Title:** Projekt medytacji chrześcijańskiej według J. Maina w Polsce. Próba oceny dogmatyczno-pastoralnej

**Author:** Przemysław Sawa

**Citation style:** Sawa Przemysław. (2013). Projekt medytacji chrześcijańskiej według J. Maina w Polsce. Próba oceny dogmatyczno-pastoralnej. "Teologia i Moralność" vol. 13, nr 1 (2013), s. 159-178, DOI 10.14746/tim.2013.13.1.10



Uznanie autorstwa - Bez utworów zależnych Polska - Ta licencja zezwala na rozpowszechnianie, przedstawianie i wykonywanie utworu zarówno w celach komercyjnych i niekomercyjnych, pod warunkiem zachowania go w oryginalnej postaci (nie tworzenia utworów zależnych).



UNIwersYTET ŚLĄSKI  
W KATOWICACH



Biblioteka  
Uniwersytetu Śląskiego



Ministerstwo Nauki  
i Szkolnictwa Wyższego

PRZEMYSŁAW SAWA

Uniwersytet Śląski  
Wydział Teologiczny

**Projekt medytacji chrześcijańskiej według J. Maina w Polsce.  
Próba oceny dogmatyczno-pastoralnej**

Christian Meditation by J. Main in Poland.  
An Attempt at Dogmatic and Pastoral Evaluation

Wiosną 2013 roku ożywiła się w Polsce dyskusja na temat medytacji chrześcijańskiej<sup>1</sup> proponowanej przez środowisko Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej (WCCM), skoncentrowanej wokół nauczania benedyktyna o. Johna Maina oraz jego następcy o. Laurence'a Freemana. Rozwijające się grupy medytacyjne w Kościele Rzymskokatolickim i w innych wspólnotach chrześcijańskich oraz zamierzenie promowania medytacji w szkołach stają się okazją do głębszej analizy tej propozycji oraz jej oceny w świetle nauki chrześcijańskiej, jak również badań religioznawczych i psychologicznych.

Punktem wyjściowym owej dyskusji stała się publikacja Ernie Christie *Medytacja chrześcijańska w szkołach. Przewodnik dla nauczycieli i rodziców*, opublikowana przez kieleckie wydawnictwo Jedność w 2012 roku<sup>2</sup>. Szczególne zainteresowanie wzbudziły wypowiedzi biskupa Andrzeja Siemieniewskiego, jezuita Jacka Prusaka oraz innych autorów publikujących w „Tygodniku Powszechnym”. Wobec zaistniałego sporu konieczna staje się rzeczowa analiza treści tekstów środowiska WCCM prowadząca do doktrynalnej i pastoralnej oceny projektu.

<sup>1</sup> Zob. [www.wccm.pl](http://www.wccm.pl) [dostęp 8.04.2013]; J. Augustyn, *Medytacja chrześcijańska szanse i zagrożenia*, [www.mateusz.pl/duchowosc/ja-mch.htm](http://www.mateusz.pl/duchowosc/ja-mch.htm) [dostęp 8.04.2013]; A. Kuryś, „Medytacja chrześcijańska” – czy chrześcijańska?, [www.gosc.pl/doc/1510266.Medytacja-chrzescijanska-czy-chrzescijanska](http://www.gosc.pl/doc/1510266.Medytacja-chrzescijanska-czy-chrzescijanska) [dostęp 8.04.2013].

<sup>2</sup> E. Christie, *Medytacja chrześcijańska w szkołach. Przewodnik dla nauczycieli i rodziców*, tłum. H. Mijas, P. Żak, Kielce 2012.

## 1. DOBRE STRONY PROJEKTU *MEDYTACJA CHRZEŚCIJAŃSKA W SZKOŁACH*

Wypada zacząć od wspomnianej powyżej publikacji E. Christie, która stanowi wezwanie do rozwijania duchowego wymiaru życia człowieka, także dzieci i młodzieży. Niewątpliwie życie wewnętrzne jest istotnym aspektem ludzkiego istnienia, a kontemplacja niezastąpioną formą duchowości. Rzeczony podręcznik-poradnik zawiera więc różnego rodzaju propozycje i uzasadnia je na różne sposoby, poprzez wskazywanie źródeł, owoców i dzielenie się doświadczeniem. Wśród pozytywnych aspektów trzeba wskazać na kilka niżej wypunktowanych.

### 1.1. Konieczność duchowego rozwoju człowieka

WCCM zwraca uwagę na kontemplacyjny wymiar życia człowieka oraz znaczenie ciszy w doświadczeniu Boga<sup>3</sup>. Teologiczno-eklezyjalną podstawą jest wypowiedź Kościoła w *Deklaracji o wychowaniu chrześcijańskim „Gravissimum educationis”* Soboru Watykańskiego II:

Ponieważ zaś święta Matka Kościół celem wypełnienia nakazu otrzymanego od boskiego swego Założyciela, a mianowicie nakazu obwieszczenia misterium zbawienia wszystkim ludziom i odnawiania wszystkiego w Chrystusie, powinien troszczyć się o całe życie ludzkie, również o życie ziemskie, o ile ono łączy się z powołaniem niebiańskim – przeto ma on też swój udział w rozwoju i postępie wychowania (Wstęp)<sup>4</sup>.

W ten sposób medytacja wpisuje się w proces poznawania Boga i stanowi formę powrotu do „duchowego domu”, czym jest doświadczenie miłości Boga i przybliżenie do Jezusa Chrystusa (M. Simon)<sup>5</sup>.

### 1.2. Przyjęcie prawdy o głęboko duchowych doświadczeniach małych dzieci<sup>6</sup>

E. Christie oraz osoby, których wypowiedzi umieszczone są w przewodniku o medytacji, podkreślają zdolność dzieci do przeżywania konkretnych doświadczeń duchowych. Biskup Michael Putney z Australii, mecenas WCCM, zaznaczył w swoim świadectwie, że „małe dzieci mają w sobie niezwykłą otwartość na obecność Boga w ich życiu, a także naturalną gotowość do modlitwy”. W ten sposób, trwając w bezruchu, dzieci otwierają się na przemawiającego Boga oraz na doświadczenie osobistej Jego miłości. Wynika to z daru zbawienia otrzymanego podczas chrztu. Dzieci nie są więc jedynie naczyniami, które trzeba napeł-

<sup>3</sup> A. Ziółkowski, *Wprowadzenie do wydania polskiego*, w: E. Christie, *Medytacja chrześcijańska w szkołach*, s. 6.

<sup>4</sup> E. Christie, *Medytacja chrześcijańska w szkołach*, s. 8.

<sup>5</sup> Tamże, s. 9-10.

<sup>6</sup> Tamże, s. 49.

nić doświadczeniem i wiedzą, ale same mają „kompetencję duchową”, która to umożliwia rozwój wiary<sup>7</sup>.

Wobec tego pojawiają się następujące postulaty dotyczące pracy z dziećmi:

Uznaj, że każde dziecko przychodzi na świat jako istota duchowa. [...] Szanuj każdą relację, jaką dziecko nawiązuje z Bogiem. [...] Dzieci rodzą się w pełni wyposażone do swojej duchowej podróży. Posiadają świadomość i otwartość, które często w miarę dojrzewania odsuwane są na bok<sup>8</sup>.

Dodatkowym argumentem mogą być słowa Madeleine Simon, upowszechniającej naukę medytacji wśród dzieci:

Nasza rola powinna polegać na umożliwieniu dzieciom bycia otwartymi i ufnymi, na stwarzaniu im psychologicznej przestrzeni, w której pozostaną sobą, bez kompleksów i wolne od presji, często wywołującej w nich stan ostrego lęku. Bóg jest aktywny w życiu każdego z nas, zawsze na swój sposób i w swoim czasie, a [...] szczególnie często objawia się to w dzieciństwie<sup>9</sup>.

To sugeruje istnienie naturalnej zdolności do kontemplacji<sup>10</sup>. Praktyka medytacji prowadzi również do odkrycia przez dzieci znaczącej roli ciszy, która staje się nieodłączną częścią codzienności<sup>11</sup> i jest formą kontaktu z Bogiem<sup>12</sup>.

### 1.3. Duchowy wymiar życia

Zasadność podejmowania tej praktyki argumentuje również poprzez wskazywanie jej pozytywnych skutków, które obejmują wymiar duchowy, psychiczny i fizyczny. Znaczenie ciszy, skupienia, otwarcie na Bożą obecność oraz podążanie w kierunku uzdrowienia są pożądanymi rzeczywistościami. E. Christie odwołuje się w swojej argumentacji, oprócz doświadczenia własnego i swojej wspólnoty, do słowa Bożego i średniowiecznego dzieła *Obłok niewiedzy*<sup>13</sup>.

<sup>7</sup> Tamże, s. 42.

<sup>8</sup> Tamże, s. 47-49.

<sup>9</sup> Tamże, s. 53.

<sup>10</sup> Owa naturalna zdolność do kontemplacji czy doświadczeń tego, co duchowe, bez skażenia systemem pojęć religijnych jest potwierdzana przez inne praktyki, jak choćby udział dzieci w modlitwach charyzmatycznych.

<sup>11</sup> E. Christie, *Medytacja chrześcijańska w szkołach*, s. 45-46.

<sup>12</sup> Nie można jednak absolutyzować ciszy. „Wszystkie techniki medytacji i pretensjonalności. Modlitwa chrześcijańska nie jest ćwiczeniem się w kontemplacji samego siebie, ciszy i własnej pustki, ale dialogiem miłości, który zakłada postawę nawrócenia, odejścia od ja w kierunku Bożego Ty. Prowadzi do coraz pełniejszego poddania się woli Boga, na mocy której jesteśmy zaproszeni do głębokiej i szczerzej solidarności z naszymi braćmi i siostrami” – Papieska Rada Kultury, Papieska Rada do spraw Dialogu Międzyreligijnego, *Jezus Chrystus dawcą wody życia. Chrześcijańska refleksja na temat New Age*, Kraków 2003, s. 69-70.

<sup>13</sup> E. Christie, *Medytacja chrześcijańska w szkołach*, s. 39. Zob. J. Prusak, *Kasjan i jezuita*, „Tygodnik Powszechny” 21 (3333) 2013, s. 19.

Oczywiście trzeba zauważyć, że owoce medytacji pochodzą od Boga i dojrzejają w czasie przez Niego wybranym. Wszelkie skutki medytacji stanowią dar Boży, wyraz miłości Boga i związane są z Jego działaniem<sup>14</sup>, a więc nie ma mowy o jakimś mechanicyzmie, związaniu jedynie z określoną aktywnością człowieka.

## 2. ZASTRZEŻENIA DO PROJEKTU *MEDYTACJA CHRZEŚCIJAŃSKA W SZKOŁACH*

Projekt medytacji chrześcijańskiej, mimo wskazanych pozytywów, budzi jednak szereg pytań i wątpliwości, których nie można pozostawić bez żadnego komentarza. Samo podkreślenie roli kontemplatywnego wymiaru życia człowieka nie wystarcza jednak, by pozytywnie zaopiniować dane praktyki, gdyż wzbudza ona poważne wątpliwości w wymiarze doktrynalnym, pastoralnym i duchowym.

### 2.1. Rozumienie wiary

E. Christie rozróżnia wiarę od religii. Dla katolickiego czytelnika może to być niezrozumiałe, choć w literaturze wspólnot ewangelikalnych czy zielonoświątkowych taka dychotomia istnieje. Przez wiarę rozumie się osobistą relację z Bogiem, doświadczenie usprawiedliwienia i życie w łasce, a przez religię system doktrynalny, moralny i kulturowy, który niekoniecznie wynika z doświadczenia żywego Boga. E. Christie w związku z tym cytuje Wilfreda Cantwella Smitha, według którego wiara jest

cechą osoby, nienależącą do systemu. Wiara to zorientowanie osoby na siebie, na sąsiada, na wszechświat, całkowite reagowanie, sposób przyjmowania tego, co się widzi, i radzenia sobie z tym, z czym trzeba sobie poradzić, umiejętność życia nie tylko na przyziemnym poziomie; to patrzeć, odczuwanie i działanie w wymiarze transcendentnym<sup>15</sup>.

Pozostając w tym duchu, E. Christie stwierdza, że „wiara to nie to samo, co religia, czyli system doktryn i dogmatów. Wiara to nie przekonanie, czyli utrzymanie pewnych poglądów. Prawdziwa wiara ma w sobie coś z zestrojenia serca. *Sraddha*, hinduskie słowo tłumaczone jako *w i a r a*, oznacza akt umiejscowienia w czymś naszego serca”<sup>16</sup>.

Wydaje się, że bardziej słuszne byłoby rozgraniczenie pomiędzy wiarą żywą, biblijnie rozumianą a pustą zewnętrzną religijnością. Autentyczna wiara jako relacja osobista z Bogiem przez Jezusa Chrystusa w Duchu Świętym zawiera

<sup>14</sup> E. Christie, *Medytacja chrześcijańska w szkołach*, s. 39.

<sup>15</sup> W. Cantwell Smith, *Faith and Belief*, London 1998, s. 21, za: E. Christie, *Medytacja chrześcijańska w szkołach*, s. 10.

<sup>16</sup> Tamże, s. 10-11.

w sobie oprócz osobistego wymiaru również aspekt eklezjalny, sakramentalny i liturgiczny. Przypomina to *Katechizm Kościoła katolickiego*, ucząc, że wiara nie jest aktem wyizolowanym; jest ona przyjęta od innych i winna być dalej przekazywana<sup>17</sup>. W ten sposób staje się aktem kościelnym. „Wiara Kościoła poprzedza, rodzi, podtrzymuje i karmi naszą wiarę. Kościół jest Matką wszystkich wierzących. «Nie może mieć Boga jako Ojca, kto nie ma Kościoła jako Matki»”<sup>18</sup>.

W dalszej części rozważań E. Christie przedstawia co prawda chrześcijańskie rozumienie wiary jako przyłgnięcie do Boga i kroczenie w Jego kierunku<sup>19</sup>, jednak początkowe zdania mogą budzić niepokój. Warto więc w nieco odmienny sposób wyrazić owo konieczne rozróżnienie pomiędzy wiarą a religią. Wobec tego należy sformułować postulat: nie można więc przeciwstawiać wiary i religii, ale należy też we właściwy sposób przedstawiać nadużycia w zakresie jednej i drugiej rzeczywistości, uproszczenia, redukcje.

## 2.2. Pojęcie „chrześcijańska mantra”

W środowisku WCCM używane jest pojęcie mantra bądź chrześcijańska mantra: „Następnie powoli przymykamy oczy i zaczynamy recytować nasze słowo modlitwy – naszą chrześcijańską mantrę” (słowa J. Maina)<sup>20</sup>; „Gdy grupa nabierze pewnego doświadczenia ciszy i bezruchu, można rozpocząć medytację chrześcijańską z mantrą. [...] Następnie można przypomnieć, jak medytujemy z mantrą, i rozpocząć medytację”<sup>21</sup>; „Można poradzić uczniom: Recytujcie mantrę dotąd, aż nie będziecie w stanie dłużej tego robić, a gdy zdacie sobie sprawę, że przestaliście powtarzać mantrę, zacznijcie recytować ponownie”<sup>22</sup>; „Dlatego siedzimy – dzięki temu pozostajemy czujni i koncentrujemy się na mówieniu mantry. [...] Kiedy nasze ciało jest spokojne, spokojny jest również nasz umysł, a wtedy możemy skupić się na powtarzaniu mantry”<sup>23</sup>; „W końcu (wciąż tak robię) zaczynaliśmy medytację od głośnego powtarzania mantry, a kiedy ja przestawałam, one [dzieci] też przerywały powtarzanie na głos i przechodziły do powtarzania w myślach” (Kerry Tatnell)<sup>24</sup>; „Rozmawialiśmy o korzystaniu z mantry i zgodne z zaleceniem ojca Freemana opowiedziałam im o słowie *maranatha*. Tę mantrę najpierw zalecał ojciec John Main”<sup>25</sup>;

<sup>17</sup> KKK 166.

<sup>18</sup> KKK 181.

<sup>19</sup> E. Christie, *Medytacja chrześcijańska w szkołach*, s. 11.

<sup>20</sup> Tamże, s. 14. „Nie myślimy o znaczeniu słowa wtedy, kiedy je wypowiadamy, ponieważ wypowiedzenie tego słowa ma nas zaprowadzić głębiej niż myśl”. – L. Freeman, *Praktyka medytacji chrześcijańskiej. Konferencje, rozmowy, świadectwa*, oprac. J.M. Bereza, Kraków 2004, s. 112.

<sup>21</sup> E. Christie, *Medytacja chrześcijańska w szkołach*, s. 22.

<sup>22</sup> Tamże, s. 23.

<sup>23</sup> Tamże, s. 31.

<sup>24</sup> Tamże, s. 58.

<sup>25</sup> Tamże, s. 70.

Ojciec John Main zaleca, aby nie zmieniać wybranej mantry, ponieważ w ten sposób zakorzenia się ona w naszych sercach i w końcu staje się duchową częścią nas. Aby niniejszy program mógł odnieść sukces, używamy tylko jednej mantry dla wszystkich poziomów. Z naszych doświadczeń wiemy, że wyraz *maranatha* można łatwo wprowadzić jako mantrę dla dzieci w wieku przedszkolnym. [...] Bez względu na to, jaką mantrę wybierzemy, ważne jest, aby pozostawała ona w naszym umyśle i sercu przez cały czas medytacji. [...] Na początku jesteśmy w stanie koncentrować się na mantrze z przerwami. Kiedy zdamy sobie sprawę, że przerwaliśmy powtarzanie mantry, łagodnie do niej wracamy. Modlitwa z mantrą może wydawać się prosta, ale wszyscy, którzy jej próbowali, wiedzą, jaka jest trudna. Trudno jest pozostać skoncentrowanym na mantrze<sup>26</sup>.

Tymczasem mantra jest pojęciem obecnym w buddyzmie czy hinduizmie i oznacza formułę, zadanie lub sylabę stanowiące element praktyki duchowej. Wielokrotne powtarzanie mantry prowadzi do opanowania umysłu, zaktywizowania jego energii, uspokojenia i oczyszczenia. Ważne jest również to, by mantra była ustnie przekazana przez nauczyciela medytacji (to nadaje jej odpowiednią moc).

W tym kontekście propagowania mantry ważne jest podkreślenie, że nie można jej ograniczyć jedynie do aktywności pozaumysłowej, powiązanej z ćwiczeniem oddechu. Michaela Pawlik zwraca uwagę, że

uczestnicy takiej modlitwy nie zdają sobie sprawy, że wprowadzają się w trans tak, jak poganie przy zastosowaniu mantry. Należy wiedzieć, że mantra hamuje działanie intelektualne, tłumi działanie kory mózgowej. Jest więc błędem, by człowiek, który się modli, tłumił swoje myślenie, a niestety mantra je tłumi<sup>27</sup>.

Dlatego niezasadne jest używanie tego terminu do modlitewnych formuł znanych w chrześcijaństwie. Ojcowie pustyni, nauczyciele modlitwy serca, np. modlitwy Jezusowej, mówili o *formule modlitwy* i tego pojęcia powinni używać chrześcijanie. W obecnym czasie zamętu religijnego, promocji treści New Age i wyraźnej ekspansji w Europie praktyk buddyjskich czy hinduskich czytelność i jednoznaczność pojęć jest szczególnie potrzebna. Sformułowanie *chrześcijańska mantra* może sugerować tożsamość w istocie duchowej praktyki z buddyzmem, a jedynie odmienną w zakresie samego powtarzanego w medytacji słowa. W konsekwencji może rodzić się wniosek, że buddyzm i chrześcijaństwo spotykają się we wspólnym duchowym działaniu – medytacji z użyciem mantry. Takie podejście wyrażałoby pewien rodzaj synkretyzmu.

---

<sup>26</sup> Tamże, s. 111.

<sup>27</sup> M. Pawlik, *Zasadzki złudnych duchowości*, Magdalenka 2009, s. 43.

### 2.3. Rozumienie terminu „medytacja”. Zapożyczenie praktyk buddyjskich czy hinduskich

Środowisko WCCM promuje termin *m e d y t a c j a*, ewentualnie *m e d y t a c j a c h r z e ś c i j a ń s k a* czy *m e d y t a c j a z m a n t r ą*. Co prawda jest to umiejscowione w kontekście modlitwy chrześcijańskiej, jednak akcentowana jest praktyka medytacji, bardzo podobnie jak w przypadku jogi czy w buddyzmie. Tymczasem w chrześcijańskim świecie termin *m e d y t a c j a* znajduje źródłosłów w łacińskim *meditatio*, oznaczającym rozważanie, namysł, zagłębianie się w myślach. Na oznaczenie praktyki zbliżonej do proponowanej przez WCCM stosowane były i są określenia typu: *modlitwa serca*, *modlitwa nieustanna*, zgodnie z praktyką hezychazmu.

W związku z tym rodzi się potrzeba przemyślenia właściwego nazewnictwa, gdyż istnieje ryzyko pomieszania pojęć chrześcijańskich i dalekowschodnich. Publikacje i praktyki WCCM niosą niebezpieczeństwo synkretyzmu religijnego, zwłaszcza chrześcijańsko-buddyjskiego, a przynajmniej mogą takie rozwiązanie sugerować. Można tu wskazać następujące przykłady: promowanie pozycji zbliżonej do pozycji kwiatu lotosu, co związane jest z praktyką jogi (medytacji *pranajamy*)<sup>28</sup>; wielokrotne używanie pochodzącego z sanskrytu terminu *mantra*; możliwość używania gongu do skupienia przy medytacji<sup>29</sup>, co jednoznacznie nawiązuje do praktyk buddyjskich; przeakcentowanie ludzkich owoców medytacji<sup>30</sup>.

### 2.4. Oczekiwane owoce medytacji

Książka *Medytacja chrześcijańska w szkołach* prezentuje kilka ważnych zauważanych owoców praktyki medytacji wśród dzieci.

Pierwszym skutkiem jest osobisty dobrostan psychiczny i harmonia. Znajduje to wyraz w następujących wskaźnikach: obniżeniu poziomu kortyzolu, hormonu stresu, obniżeniu objawów niepewności i depresji, podniesieniu morale, obniżeniu niepewności, poczucia samotności i braku zadowolenia z życia, umiejętności radzenia sobie w życiu, obniżeniu nadużywania substancji psychoaktywnych, poziomu ciśnienia krwi, wyrównaniu rytmu serca, obniżeniu napięcia mięśniowego, zwiększeniu pojemności płuc, co polepsza absorbowanie tlenu, wzmocnieniu systemu odpornościowego przez podniesienie poziomu interleukiny-6, przyśpieszeniu fizycznego gojenia ran po operacjach chirurgicznych, wzmocnieniu zdolności do uwagi i koncentracji, przewyciężaniu rozproszeń<sup>31</sup>.

<sup>28</sup> E. Christie, *Medytacja chrześcijańska w szkołach*, s. 20, 23, 101, 102.

<sup>29</sup> Tamże, s. 20.

<sup>30</sup> Co zostanie zaprezentowane poniżej.

<sup>31</sup> E. Christie, *Medytacja chrześcijańska w szkołach*, s. 35-36.



Drugim skutkiem medytacji ma być samowiedza i akceptacja, czyli szeroko rozumiane lepsze poznanie siebie; E. Christie powołuje się tu na słowa św. Bernarda „wspinaczka do Boga to wejście w głąb siebie”, odkrywanie swojej pełni w Chrystusie (J. Main). Wśród argumentów prezentuje wyniki badań naukowych, które dowodzą, że regularne praktykowanie medytacji pozwala stworzyć szczęśliwszy obraz siebie oraz daje poczucie spokoju i szczęścia. Dodatkowo wśród pozytywnych konsekwencji medytacji wskazuje się wzrost poczucia bycia uzdrowionym, zintegrowanym oraz budowanie poczucia bycia całością w harmonii z Bogiem i sobą<sup>32</sup>. W podobnym duchu wypowiada się Bogdan Białek, koordynator Szkoły Medytacji WCCM w Polsce i Europie, stwierdzając, że medytacja pozwala oderwać się od obsesyjnego przylegania do siebie, koncentracji uwagi na własnych brakach, potrzebach i problemach, a dokonuje się to przez dyscyplinę duchową i pokorę<sup>33</sup>.

To wszystko prowadzi do doświadczenia miłości Boga i odbicia Boga w sobie samym, co z kolei skutkuje większą pewnością siebie, poczuciem bezpieczeństwa, dobrostanem psychicznym i budowaniem wiary w dobroć innych. Ma to być obiecany przez Jezusa życiem w obfitości (J 10,10). Realizuje się to również w doświadczeniu wspólnoty, budowanej przez wspólne milczenie podczas medytacji, co wiedzie do przeżywania współzależności i wspólnotowości<sup>34</sup>.

Wśród kolejnych owoców medytacji E. Christie wskazuje następujące: zachwyty – bojaźń (co ma nadać religijny charakter życiu człowieka i budzić świadomość własnej małości przy jednoczesnym doświadczeniu wielkości Boga), radość, skupienie, pokorę, bezruch, ciszę, ufność, bezinteresowność, pokój, jedność z Bogiem i innymi, wytrwałość, uzdrowienie, wdzięczność Bogu, otwarcie na bezwarunkową miłość Boga, życzliwość, współczucie i empatię dla innych<sup>35</sup>.

Wspomniane owoce medytacji obejmują więc wymiar psychiczny, emocjonalno-uczuciowy, fizjologiczny czy społeczny. Jest to interesujące i godne przemyślenia<sup>36</sup>. Nie można jednak pominąć pytania o duchowy i religijny wymiar modlitwy. Poza kilkoma zdaniem o poznaniu siebie we własnej relacji do Boga E. Christie nie rozważa zasadniczego celu modlitwy, jakim jest doświadczenie Boga, nawrócenie, budowanie świadomej i coraz bardziej dojrzałej relacji z Ojcem, co osadza się na życiu sakramentalnym i eklezjalnym, wznoszonym na solidnym fundamencie słowa Bożego. Oczywiście, autor nie neguje tego wszystkiego, ale zupełnie pomija ten istotny wymiar chrześcijaństwa. Tymczasem życie

---

<sup>32</sup> Tamże, s. 37.

<sup>33</sup> B. Białek, *Po pierwsze słuchaj*, „Tygodnik Powszechny” 14 (3326) 2013, s. 5.

<sup>34</sup> E. Christie, *Medytacja chrześcijańska w szkołach*, s. 38-39.

<sup>35</sup> Tamże, s. 89-94.

<sup>36</sup> Warto w tym miejscu wskazać na słowo Boże, które obwieszcza, że „w nawróceniu i spokoju jest wasze ocalenie, w ciszy i ufności leży wasza siła” (Iz 30,15b).

wierzącego nie zawiera jakiegos bezkształtnego doświadczenia Absolutu i nie buduje się w jakiejś wspólnotcie, ale na doświadczeniu miłości Boga Ojca objawionej w stworzeniu, a najpełniej, najwyraźniej i najskuteczniej w wydarzeniu Jezusa Chrystusa, ukrzyżowanego i zmartwychwstałego, dzięki Duchowi Świętemu, prowadzącemu do budowania wspólnoty wiary (Kościoła), a to, zgodnie z nauką katolicką, rozumiane jest jako wspólnota wiary (kerygmat i katecheza), służby Bożej, jedności urzędu oraz życia miłością. Wszelkie duchowe działania, aby mogły być uważane za w pełni chrześcijańskie, winny uwzględniać te wszystkie aspekty tożsamości Ludu Bożego. W przeciwnym razie będzie mowa o bliżej nieokreślonej duchowości.

Można w tym kontekście zadać pytanie o to, czym wobec tego różni się medytacja chrześcijańska od medytacji buddyjskiej, a czym mantra używana przez chrześcijan od mantry dalekowschodniej? Czy to tylko kwestia sylab, brzmienia i niesionej przez to treści? Oczywiście nie jest to tylko zewnętrzna odmiennosc, ale różnica na wskroś istotna. Dlatego konieczne jest wyraźne rozróżnienie pomiędzy odmiennymi duchowościami i filozofiami (teologiami).

## 2.5. Nauczyciele medytacji

Ważnym zagadnieniem jest również kwestia osób uczących medytacji i promujących ją. Wśród wymaganych cech wyróżnione jest własne doświadczenie medytacyjne<sup>37</sup>. W projekcie nie znajdują się żadne wskazania co do duchowych kwalifikacji przewodników medytacji. Konsekwentnie rodzi się wobec tego pytanie o to, czy chrześcijańskiej medytacji może uczyć osoba, która nie prowadzi życia sakramentalnego i nie uczestniczy w życiu Kościoła, a jedynie zna z własnej praktyki medytację. To nie byłoby zgodne ze strukturą duchowo-pastoralną chrześcijaństwa – życie z życia<sup>38</sup>.

<sup>37</sup> E. Christie, *Medytacja chrześcijańska w szkołach*, s. 52.

<sup>38</sup> Warto przywołać kilka fragmentów biblijnych ukazujących, że przed dzieleniem się wiarą i tym, co duchowe, konieczne staje się osobiste doświadczenie zbawienia w Jezusie Chrystusie. Święty Jan wyznał: „To wam oznajmiamy, co było od początku, cośmy słyszeli o Słowie życia, co ujrzeliśmy własnymi oczami, na co patrzyliśmy i czego dotykały nasze ręce – bo życie objawiło się: myśmy je widzieli, o nim zaświadczyliśmy i oznajmiamy wam życie wieczne, które było w Ojcu, a nam zostało objawione – cośmy ujrzeli i usłyszeli, oznajmiamy także wam, abyście i wy mieli współuczestnictwo z nami” (1 J 1,1-3a). Z kolei w *Dziejach Apostolskich* znajduje się proste wyznanie Piotra i Jana wobec Sanhedrynu: „Bo my nie możemy nie mówić tego, cośmy widzieli i słyszeli” (Dz 4,20).

### 3. ZASTRZEŻENIA TEOLOGICZNE DO PROJEKTU MEDYTACJI WEDŁUG WSKAZAŃ O. JOHNA MAINA

Powyższe rozważania, szczególnie związane z podręcznikiem E. Christie i przedstawionymi dotąd poglądami, należy osadzić na głównych założeniach nauczania J. Maina i pozostałych liderów tego środowiska. Wśród stosowanych podstawowych założeń (i pojęć) znajdują się następujące rzeczywistości: tzw. duchowość uniwersalna, mantra, duchowo-fizyczne cele medytacji, nawiązywanie do praktyk buddyjskich i hinduskich oraz ukierunkowanie na dialog międzyreligijny.

#### 3.1. Pojęcie duchowości uniwersalnej. Mantra

W publikacjach związanych z ruchem medytacyjnym J. Maina pojawia się sformułowanie *duchowość uniwersalna*. L. Freeman, współczesny przewodnik wspólnot medytacyjnych, formułuje następującą myśl: „Medytacja jest uniwersalną praktyką duchową, znaną we wszystkich wielkich religiach rodziny ludzkiej. Nie dziwi więc, że odnajdujemy ją także w chrześcijaństwie”<sup>39</sup>. W innym miejscu natomiast stwierdza: „Medytacja jest uniwersalną praktyką duchową, która prowadzi nas w ów stan modlitwy, będący stanem modlitwy Chrystusa. Wprowadza nas w ciszę, bezruch i prostotę, posługując się metodą, która sama w sobie jest cicha, pełna spokoju i prostoty”<sup>40</sup>.

Tymczasem duchowość powinna wynikać z wiary, która jest formą budowania osobistej relacji z Bogiem. Trudno więc mówić o uniwersalnej duchowości. Kościół przypomina, że

w aktualnej debacie nie zawsze takie rozróżnienie jest zachowywane i dlatego często utożsamia się wiarę teologalną, która jest przyjęciem prawdy objawionej przez Boga Trójjedynego, z wierzeniem w innych religiach, które jest doświadczeniem religijnym poszukującym dopiero absolutnej prawdy i nie wyrażającym jeszcze przyjęcia objawiającego się Boga. Jest to jeden z motywów, dla których dąży się do umniejszenia, a czasem nawet do zatarcia różnic między chrześcijaństwem a innymi religiami<sup>41</sup>.

<sup>39</sup> L. Freeman, *Pielgrzymka wewnętrzną. Podróż medytacyjna*, tłum. A. Ziółkowski, Kraków 2007, s. 9.

<sup>40</sup> Tenże, *Medytacja chrześcijańska. Twoja codzienna praktyka*, tłum. A. Ziółkowski, Kraków 2006, s. 24. „Zauważmy, że współczesne rozumienie medytacji jako aktywności nie-dyskursywnej i nie-wyobrażeniowej nie odnosi jej bezpośrednio ani do konkretnych treści, *nad którymi* się medytuje, ani nawet do żadnej konkretnej tradycji religijnej. Owa swoista *bezprzedmiotowość* medytacji w drugim znaczeniu tego słowa wzbudza w wielu ludziach podejrzenia, czy praktyka taka może mieć rzeczywiście chrześcijański charakter”. – P. Sikora, *Cisza serca*, „Tygodnik Powszechny” 14 (3326) 2013, s. 4. Zob. A. Goc, M. Żyła, *Pst, oni tam się modlą*, „Tygodnik Powszechny” 14 (3326) 2013, s. 6.

<sup>41</sup> Kongregacja Nauki Wiary, *Deklaracja „Dominus Iesus” o jedyności i powszechności zbawczej Jezusa Chrystusa i Kościoła*, 7.

Tymczasem środowisko WCCM, promując pojęcia *duchowość uniwersalna* czy *duchowość globalna*, odróżniając je od globalnej religii, wskazuje, że owa duchowość i związane z nią słowa, symbole, religijne pojęcia stają się wyznacznikami bardziej jednoczącymi niż dzielącymi. Poszczególne religie z kolei rozumie się jako lokalne bogactwo, które należy szanować. Pomocą w tym względzie ma służyć medytacja jako wspólny element ludzkiego doświadczenia religijnego<sup>42</sup>. Współgra to ze słowami Dalajlamy, który w przedmowie do jednej z książek Freemana napisał: „Niezachwianie wierzę, że potrzebujemy odmiennych tradycji religijnych, ponieważ żadna z nich sama w sobie nie mogłaby zaspokoić różnorodnych potrzeb i wystarczyć różnym typom umysłowości ogromnie zróżnicowanych istot ludzkich”<sup>43</sup>. Konsekwentnie Freeman, nawiązując do słów św. Wincentego z Lerynu, iż „trzymamy się tego, w co się wszędzie wierzy, zawsze i przez wszystkich ludzi; bo to jest prawdziwe i całkowicie katolickie”, formułuje wniosek, że katolicyzm zawiera w sobie wszelką uniwersalność<sup>44</sup>. Zdanie to jednak jest nieortodoksyjne, gdyż sugeruje możliwość współistnienia odmiennych poglądów, praktyk, prawd w tym, co zasadnicze.

<sup>42</sup> L. Freeman, *Droga do rzeczywistości według ojca Johna Maina prowadzi przez paradoks*, „Chrześcijańska Medytacja” (edycja polska) 2 (2008), s. 4. „[...] zasadnicze elementy medytacji, jako modlitwy serca: wewnętrzność, cisza, ufność, wyciszenie, odpoczynek i uwaga – istota wszystkich form modlitwy we wszystkich religiach. Sedno wszelkich prawdziwie duchowych form modlitwy sprowadza się do skupienia na tym, co znajdujemy w piąście koła, naszym własnym sercu. Tym, co czyni nasze modlitwy chrześcijańskimi, jest osadzenie ich w Chrystusie jako centrum” – L. Freeman, *Pielgrzymka wewnętrzna. Podróż medytacyjna*, tłum. A. Ziółkowski, Kraków 2007, s. 18. Warto zauważyć, że w jednym zdaniu wyrażona jest prawda, iż medytacja w istocie koncentruje na własnej głębi, a w drugim, iż centrum jest Chrystus. Nie jest to jedynie spór o słowa. Chodzi bowiem o określenie celu i specyfiki duchowej aktywności. Chrześcijaństwo mówi wyraźnie o przyjmowaniu miłości Ojca, budowaniu osobowej relacji ze zmartwychwstałym Jezusem, życiu w Duchu Świętym i coraz większym wkorzeniu się w Kościół.

<sup>43</sup> Dalajlama, *Przedmowa*, w: L. Freeman, *Jezus – wewnętrzny nauczyciel*, tłum. E.E. Nowakowska, Kraków 2007, s. 9. W tym kontekście Freeman zauważa: „Miłość do własnej religii i lojalność względem niej to wielki i cenny dar. Ale tak jak miłość do jednej osoby wiąże się z dorastaniem w miłości do całej ludzkości, tak miłość do własnej religii otwiera nas na wyzwanie, jakie stawia jej uniwersalność” – tamże, s. 322.

<sup>44</sup> L. Freeman, *Przebaczenie*, „Chrześcijańska Medytacja” (edycja polska) 13 (2010), s. 5. Autor wyjaśnia własne rozumienie katolicyzmu: „Tak rozumiem katolicyzm – świadomość, która wychodzi do innych bez uprzedzeń i przymusu ich kontroli. Taka świadomość automatycznie chce przygarnąć, zamiast odrzucać, nawet wtedy, gdy między nią a drugim istnieje różnica poglądów, której się lęka”. Freeman usiłuje pokazać paralele między chrześcijaństwem a buddyzmem. Myśl swoją formułuje w następujący sposób: „Praktykującemu zen nakazuje się, by w razie napotkania Buddy na swej drodze, zabił go. Kiedy już po Zmartwychwstaniu dwaj uczniowie spotkali Jezusa w drodze do Emaus, nie rozpoznali Go, dopóki nie przełamał się z nimi chlebem. Wtedy, w Eucharystii, otworzyły się im oczy i ujrzeli Go. Tak więc spotykając Jezusa uczeń chrześcijański nie zabija Go. Zabito Go już wcześniej. Być może odpowiednikiem praktyki buddyjskiej jest spożycie Go” – L. Freeman, *Jezus*, s. 55.

### 3.2. Cel medytacji

Ważną rzeczywistością w duchowej aktywności jest określenie celu modlitwy. W powyższej analizie podręcznika E. Christie wykazano wiele owoców modlitwy obejmujących różne wymiary życia człowieka, ukazując głęboką jedność ducha, duszy (emocji, uczuć, psychiki) i ciała. Nie wyczerpuje to całości nauczania WCCM w tym zakresie.

L. Freeman naucza, że cel medytacji to „coraz głębsze wejście w codzienność i poprzez to odkrycie jej absolutnej niezwykłości, obecności w niej Boga, faktu, że codzienność jest przeniknięta cudownością”<sup>45</sup>. W ten sposób człowiek odkrywa konieczność medytacji dla równowagi dnia, co prowadzi wręcz do widzenia w niej najważniejszego wydarzenia dnia<sup>46</sup>, a ona sama nie jawi się już jako forma modlitwy, ale sposób na życie<sup>47</sup>. To jednak jest dosyć niebezpieczne stwierdzenie, gdyż może sugerować związanie jedynie z praktyką. Konieczne jest jednoznaczne podkreślanie roli Boga jako centrum życia, działania, codzienności. W rozumieniu chrześcijańskim każda praktyka duchowa jest jedynie środkiem, drogą i nie można jej samej przypisać rodzącego sens znaczenia<sup>48</sup>.

Dalej Freeman odwołuje się do biblijnej listy owoców Ducha (Ga 5,22-23a), widząc w nich skutki medytacji (miłość, radość, pokój, cierpliwość, uprzejmość,

<sup>45</sup> L. Freeman, *Medytacja chrześcijańska*, s. 57.

<sup>46</sup> Tamże, s. 58.

<sup>47</sup> Tenże, *Droga do rzeczywistości*, s. 6. „Medytacja pociąga, gdy w nią wejdiesz, a raczej gdy ona w ciebie wejdzie. Poczujesz, że nie możesz się doczekać na kolejne spotkanie, to chyba tak, jak zakochanie” – J. Kiziewicz, *Jesienne Rekolekcje Medytacji Chrześcijańskiej „Aby we wszystkim był Bóg uwielbiony – żyć Regułą Św. Benedykta”*, „Chrześcijańska Medytacja” (edycja polska) 21 (2012), s. 15. Medytację rozumie się również jako formę podążania wąską drogą, o której mówił Jezus w Ewangelii (Mt 7,14): „[Jezus] mówił, że do życia prowadzi wąska droga. Powtarzanie mantry, medytowanie każdego rana i wieczora, czy masz na to ochotę czy nie, jest niczym innym, jak pokornym podążaniem taką wąską ścieżką” – L. Freeman, *Pielgrzymka wewnętrzna*, s. 29-30.

<sup>48</sup> „Sposób, w jaki chrześcijanin zbliża się do Boga, nie opiera się na żadnej *technice* w ścisłym znaczeniu tego słowa. Byłoby to sprzeczne z duchem dziecięctwa, wymaganym przez Ewangelię. Prawdziwa mistyka chrześcijańska nie ma nic wspólnego z techniką; zawsze jest darem Bożym, którego otrzymujący go czuje się niegodny”. – Kongregacja Nauki Wiary, *Orationis formas. List do biskupów Kościoła katolickiego o niektórych aspektach medytacji chrześcijańskiej*, 23. Święty Jan Kasjan, mówiąc o formule modlitwy i dojściu do ciągłej jedności z Bogiem, napisał: „jeśli chcecie zawsze pamiętać o Bogu, powtarzajcie nieustannie następujące wezwanie: Boże, wejrzyj ku wspomżeniu memu; Panie, pospiesz ku ratunkowi memu! [...] z całego skarbcza Pisma Świętego wybrano właśnie to jedno, albowiem mieszczą się w nim wszystkie uczucia, jakie rodzą się w człowieku [...]. Jest w nim miłość i płomienne przywiązanie [...], przypomina nam, że Ten, do kogo się zwracamy, widzi nasze zmagania i blisko jest wszystkim, którzy Go wzywają”. – Jan Kasjan, *Rozmowa z Abba Izaakiem*, X, 10, 10, w: *Rozmowy z ojcami*, t. I, tłum. A. Nocoń, „Źródła Monastyczne” 28, Kraków 2002, s. 431-432. Ważna jest więc formuła modlitwy, gdyż ma prowadzić do spotkania z żywym Bogiem. Zob. W. Harmless, *Chrześcijaństwo pustyni. Wprowadzenie do literatury wczesnego monastycyzmu*, tłum. M. Höffner, Kraków 2009, s. 453-461.

dobroć, wierność, łagodność, opanowanie). Są one uwalniane w miarę, jak wzrasta się we wsłuchiwanie się w język serca poprzez medytację<sup>49</sup>.

Przez medytację, zdaniem Maina i Freemana, dokonuje się też proces wewnętrznego uzdrowienia poprzez wejście na nowy poziom świadomości, dotarcie do utrwalonych życiowych wspomnień, doświadczeń. To prowadzi do wewnętrznej integracji, mimo największych zranień<sup>50</sup>. Dokonuje się to dlatego, że medytacja jest pielgrzymką w głąb siebie, do najświętszego miejsca w człowieku; przyrównywane to jest do podążania ruchem okrężnym w kierunku środka labiryntu. To ma prowadzić do nawrócenia (choć brakuje definicji tego pojęcia), uwolnienia skrytych uczuć i wspomnień, przebijania się przez różne duchowe opory, a to wszystko owocuje doświadczeniem ubóstwa w duchu<sup>51</sup>, uniwersalnym doświadczeniem życia w wolności ukierunkowanej na miłość, wyzwoleniem z lęku<sup>52</sup>.

Medytacja ma również wspierać znajomość Biblii. Freeman jednak zauważa następującą prawidłowość: „Medytacja pozwala nie tylko na bardziej owocne przeżywanie Biblii, lecz również otwiera nas na świętą mądrość zawartą w pismach innych religii”<sup>53</sup>. Niepokojące jest sformułowanie *ś w i ę t a m ą d r o ś ć*, sugerujące świętość pozabiblijnych tekstów. Oczywiście, w innych religiach mogą być obecne *p i e r w i a s t k i p r a w d y*, ale wyznając świętość jedynie Boga objawionego oraz tego, co z Nim jest związane, nie wolno upatrywać świętości w czymkolwiek innym. Chrześcijanie więc we właściwy sobie sposób pojmują świętość, która wyraża odmiennność Boga, Jego łaskę, wszechmoc, wielkość, wolność od zła i nieproporcjonalność wobec stworzenia.

Medytacja w jakimś sensie nie spełnia wymogów chrześcijańskiego rozumienia modlitwy, która definiowana jest jako rozmowa czy bycie z Bogiem. Choć Main i Freeman nie negują dyskursywnych form modlitwy, to jednak w ich publikacjach znajdują się sformułowania sugerujące wyższość niedyskursywnego sposobu kontaktu z Bogiem, gdyż w modlitwie, ich zdaniem, nie powinno chodzić o powiadamianie Boga o potrzebach, o wielomówstwo i prośenie Boga<sup>54</sup>.

<sup>49</sup> L. Freeman, *Medytacja chrześcijańska*, s. 58-60.

<sup>50</sup> Tenże, *Pielgrzymka wewnętrzna...*, s. 41-47. Mówiąc o uzdrowieniu wspomnień, Freeman używa pojęcia *karma* zapożyczonego z religii dharmicznych (m.in. hinduzimu, buddyzmu), co rodzi dwuznaczności. „Podobnie jak jej [psychologii zachodniej] odpowiedniki w kontemplacyjnych tradycjach Zachodu, mądrość azjatycka poważnie traktuje skutki przeszłych czynów (*vasanas*), które odciskają się na umyśle i charakterze, stając się w nich utartymi wzorcami zachowań [...]. W umyśle tkwią niezliczone *vasanas*, spowodowane przeszłą karmą – wszystkim, co zostało pomysłane, powiedziane i uczynione” – tenże, *Jezus*, s. 273.

<sup>51</sup> Tamże, s. 63, 65-69.

<sup>52</sup> Tenże, *Droga do rzeczywistości*, s. 5-6.

<sup>53</sup> Tenże, *Medytacja chrześcijańska*, s. 38-71.

<sup>54</sup> Tenże, *Jezus*, s. 246-245; tenże, *Medytacja chrześcijańska*, s. 12-13, 30-31; tenże, *Pielgrzymka wewnętrzna*, s. 16-18.

### 3.3. Powiązania z praktykami buddyjskimi i hinduistycznymi

Ważnym momentem w życiu J. Maina było jego osobiste doświadczenie duchowe u boku hinduskiego mnicha z aśramu na przedmieściach Kuala Lumpur, który wprowadzał go w arkana medytacji; miało to miejsce jeszcze przed wstąpieniem do benedyktynów. Ów mnich został przez niego uznany za człowieka świętego, oświeconego, który siłę do zaangażowania w kwestie charytatywne czerpał z głębokiego doświadczenia duchowego<sup>55</sup>. Nie negując tego przeżycia hinduisty, nie można jednocześnie zapominać o tym, że dla chrześcijanina podejmowanie praktyk w aśramach jest formą apostazji i może nieść duchowe zagrożenie, a nawet późniejsze trudności w podejmowaniu modlitwy chrześcijańskiej<sup>56</sup>.

Wspomniane nawiązania do niechrześcijańskich praktyk wyrażone są również w szukaniu inspiracji dla praktyk opanowywania ciała. L. Freeman wprost odwołuje się do doświadczeń joginów: „Pozycje jogi i ćwiczenia oddechowe są znakomitą szkołą duchowości ciała. Nauczają cię szacunku dla twego ciała, jako daru i świątyni Boga. Są idealnym przygotowaniem do medytacji”<sup>57</sup>. Dodatkowo ćwiczenia fizyczne, jogging, joga, spacerowanie na łonie przyrody, aktywność artystyczna mogą przybrać formę aktywności duchowej. To prowadzi do postulatu inkluzywności w wymiarze form modlitwy<sup>58</sup>.

Tymczasem trudno temu przypisać ortodoksyjną poprawność. Jak zauważa Jacques-Marie Verlinde, joga nie jest jedynie ćwiczeniem, ale niesie duchową rzeczywistość, związaną ze skuteczną religijnością<sup>59</sup>. Warto wiedzieć, że pozycje ciała oraz kontrola oddechu przynależą do ćwiczeń przygotowawczych medytacji i stanowią dwa pierwsze człony z ośmiu etapów jogi jako duchowej drogi<sup>60</sup>.

Niepokojące są poza tym różne sformułowania, które można odczytać jako negujące jedyną zbawczą Jezusa Chrystusa, a co za tym idzie, Jego niepowtarzalność i specyfikę. L. Freeman wyznaje, że „Chrystus jest jeden w swym uniwersalnym zbawczym działaniu wobec każdej ludzkiej istoty, ale w s p o s ó b

<sup>55</sup> Tenże, *Medytacja chrześcijańska*, s. 38-40; tenże, *Jezus*, s. 251. J. Main, *Chrześcijańska medytacja*, tłum. G. Kowalewski, R. Ranus, Poznań 1995, s. 11-14, 42.

<sup>56</sup> Znamienne jest doświadczenie porzucenia chrześcijaństwa oraz wejścia w praktyki buddyjskie przez J.-M. Verlinde'a, który przeżył duchowe rozbitcie związane z pobytem w aśramie buddyjskim, praktyką medytacji transcendentnej oraz różnych nadnaturalnych możliwości. Zob. tenże, *Bóg wyrwał mnie z ciemności. Okultyzm a chrześcijaństwo*, tłum. M. Pieńkowska, Warszawa 1998, s. 11-54, 65.

<sup>57</sup> L. Freeman, *Medytacja chrześcijańska*, s. 48.

<sup>58</sup> Tenże, *Pielgrzymka wewnętrzna*, s. 11.

<sup>59</sup> J.-M. Verlinde, *Bóg wyrwał mnie z ciemności*, s. 70-81; tenże, *Zakazany owoc. Z aśramu do klasztoru*, tłum. M. Perek, Kraków 1999, s. 47-65, 287-290.

<sup>60</sup> Tenże, *Zakazany owoc*, s. 47. Zob. M. Pawlik, *Zasadzki*, s. 22-51.

tajemniczy – taki, którego w żaden sposób ani instytucja, ani dogmaty nie mogą określić ani kontrolować”<sup>61</sup>.

Inspiracje dalekowschodnie można również odczytać w propagowaniu rycin Jezusa ukrzyżowanego, który bardzo przypomina medytującego Buddę<sup>62</sup>, oraz dekoracji wiążącej posążek Buddy z obrazami Jezusa i Maryi<sup>63</sup>. Jest to praktyka stosowana również w hinduistycznych sanktuariach, gdzie obraz Serca Pana Jezusa umieszcza się w pobliżu wizerunku boga prorocztwa i rodziny Ganesza<sup>64</sup>.

Wobec tego słuszny wydaje się wniosek biskupa Andrzeja Siemieniewskiego, który w krytycznym głosie odnośnie do medytacji według J. Maina napisał: „Tak więc wcale nie jest prawdą, jakoby starożytni chrześcijanie modlili się tak, jak uczy tego o. Freeman oraz szkoła WCCM. Wydaje się raczej, że jest to zupełna nowość na terenie chrześcijańskim. I że jest to nowość bazująca bardziej na tradycji hinduizmu niż na tradycji chrześcijańskiej”<sup>65</sup>.

### 3.4. Dialog międzyreligijny

Środowisko medytacji chrześcijańskiej skoncentrowanej wokół osoby i twórczości J. Maina widzi praktykę medytacji w perspektywie dialogu międzyreligijnego, a nawet pojednania pomiędzy religiami świata. L. Freeman przywołuje odczucie J. Maina, że „pojednanie między wielkimi religiami świata tylko wtedy może stać się faktem, jeżeli przedstawiciele każdej z religii zbliżą się do siebie, wychodząc z głębi duchowego doświadczenia przekazywanego przez ich własne tradycje”<sup>66</sup>. Wypowiedzi te sytuują skutek dialogu międzyreligijnego w jedności<sup>67</sup>. To jednak jest niemożliwe ze względu na różne rozumienie boskości, a co za tym idzie, człowieka i całej istniejącej rzeczywistości. Celem tego dialogu jest współpraca w istotnych dla świata zagadnieniach. Wyraża to jednoznacznie Sobór Watykański II w *Deklaracji o stosunku Kościoła do religii niechrześcijańskich*<sup>68</sup>.

<sup>61</sup> L. Freeman, *Droga do rzeczywistości*, s. 1.

<sup>62</sup> Tenże, *Pielgrzymka wewnętrzna*, s. 1, 7, 21, 35, 39, 55, 65, oraz okładka książki; tenże, *Medytacja chrześcijańska...*, s. 1, 9, 17, 27, 35, 45, 55, 61, 66, oraz okładka książki.

<sup>63</sup> „Chrześcijańska Medytacja” (edycja polska) 13 (2010), s. 13.

<sup>64</sup> L. Freeman, *Jezus*, s. 302.

<sup>65</sup> A. Siemieniewski, *Medytacja „chrześcijańska” na manowcach*, „Pastores” 59 (2) 2013, s. 155.

<sup>66</sup> L. Freeman, *Medytacja chrześcijańska*, s. 40.

<sup>67</sup> „Wyróżnioną metodą tego dialogu pozostaje medytacja, która pozwala w ciszy działać Bogu w każdym z medytujących i jest *przestrzenią*, która szanuje granice odrębnych tożsamości religijnych. Zdaniem członków WCCM, dialog międzyreligijny pozwala na *obopólną korektę i pogłębienie własnej tradycji*, dzięki spojrzeniu na siebie *oczami drugiego*”. – J. Prusak, *Nie bój się medytacji*, „Tygodnik Powszechny” 17-18 (3329-3330) 2013, s. 22.

<sup>68</sup> „Od pradawnych czasów aż do naszej epoki znajdujemy u różnych narodów jakieś rozpoznanie owej tajemniczej mocy, która obecnie jest w biegu spraw świata i wydarzeniach ludzkiego



Trzeba więc stanowczo wyznawać jedyność Jezusa Chrystusa oraz to, że zbawienie jest tylko w Nim i dzięki Niemu<sup>69</sup>. W tym kontekście trudno mówić o jakimś pojednaniu na bazie duchowych doświadczeń, gdyż jedność wiary musi być zorientowana wokół Jezusa Chrystusa wyznawanego jako jedynego Zbawiciela i Pana<sup>70</sup>. Nie chodzi więc jedynie o uznanie Jezusa za nauczyciela prawdy, mądrości, człowieczeństwa, bez rozstrzygnięcia Jego jedyności czy bycia jednym z wielu<sup>71</sup>, ale o uznanie Jego jedyności, boskości i zbawienia, które tylko w Nim jest zawarte<sup>72</sup>.

Dodatkowo w środowisku WCCM akceptowane są wspólne medytacje wyznawców różnych religii<sup>73</sup>, uczenie się medytacji przez chrześcijan od nauczy-

---

życia; nieraz nawet uznanie Najwyższego Bóstwa lub też Ojca. Rozpoznanie to i uznanie przenika ich życie głębokim zmysłem religijnym. Religie zaś związane z rozwojem kultury starają się odpowiedzieć na te same pytania za pomocą coraz subtelniejszych pojęć i bardziej wykształconego języka. Tak więc w hinduizmie ludzie badają i wyrażają boską tajemnicę poprzez niezmierną obfitość mitów i wnikliwe koncepcje filozoficzne, a wyzwolenia z udręk naszego losu szukają albo w różnych formach życia ascetycznego, albo w głębokiej medytacji, albo w uciekaniu się do Boga z miłością i ufnością. Buddyzm, w różnych swych formach, uznaje całkowitą niewystarczalność tego zmiennego świata i naucza sposobów, którymi ludzie w duchu pobożności i ufności mogliby albo osiągnąć stan doskonałego wyzwolenia, albo dojść, czy to o własnych siłach, czy z wyższą pomocą, do najwyższego oświecenia. Podobnie też inne religie, istniejące na całym świecie, różnymi sposobami starają się wyjść naprzeciw niepokoju ludzkiego serca, wskazując drogi, to znaczy doktryny oraz nakazy praktyczne, jak również sakralne obrzędy.

Kościół katolicki 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. Głosi zaś i obowiązany jest głosić bez przerwy Chrystusa, który jest «drogą, prawdą i życiem» (J 14,6), w którym ludzie znajdują pełnię życia religijnego i w którym Bóg wszystko z sobą poєднаł.

Przeto wzywa synów swoich, aby z roztropnością i miłością przez rozmowy i współpracę z wyznawcami innych religii, dając świadectwo wiary i życia chrześcijańskiego, uznawali, chronili i wspierali owe dobra duchowe i moralne, a także wartości społeczno-kulturalne, które u tamtych się znajdują» (DRN 2).

<sup>69</sup> *Dominus Iesus*, 13-14.

<sup>70</sup> Warto w tym miejscu przypomnieć prawdę, że błędne są twierdzenia rozdzielające misję Syna Bożego (Logosu) i Ducha Świętego lub przypisywanie dziełu Ducha Świętego bardziej uniwersalnego charakteru. Zob. *Dominus Iesus*, 11-12.

<sup>71</sup> L. Freeman, *Jezus*, s. 302.

<sup>72</sup> Freeman, mówiąc o potrzebie zbawienia, nie akcentuje wyzwolenia z grzechu, panowania szatana, ale wspomina jedynie o wyzwoleniu do miłości, o akcie powszechnego uzdrowienia przez krzyż Jezusa. Samo zbawienie zaś określa mianem „bycia cierpliwie kochanym” – tenże, *Jezus*, s. 304-318.

<sup>73</sup> „Otrzymaliśmy zaproszenie do wspólnej medytacji *on-line* w ramach Doksanprojekt, gdzie niezależnie od wyznawanej religii czy filozofii możemy usiąść do wspólnej medytacji, poza podziałami, pozostając jednak wiernym własnej drodze chrześcijańskiej” – „Chrześcijańska Medytacja” (edycja polska) 13 (2010), s. 3.

cieli zen, dążenie do unii cywilizacji<sup>74</sup>. Konsekwentnie proponuje się wobec tego wyzbycie się fanatyzmu i przejście od dialogu do wspólnej modlitwy oraz do wspólnego doświadczenia nawrócenia w stronę miłości i współczucia<sup>75</sup>.

Bazą tego wszystkiego jest bezdogmatyczność buddyźmu i uczenie *upayi*, czyli „zręcznych środków”, rozumianych jako prawdy pragmatyczne, a nie absolutne. Przy takim podejściu Nowy Testament i pisma różnych religii będą dla buddysty pomocą w drodze w kierunku oświecenia, które osiąga się poza słowami, myślą, rozumowaniem. Takie założenia prowadzą do postulatu rezygnacji z fundamentalizmu i uznania większości chrześcijańskiego nauczania za *prawy pragmatyczne*<sup>76</sup>.

John Main więc, zdaniem Adalberta de Vogüé, stał się budowniczym mostu pomiędzy chrześcijaństwem a światem niechrześcijańskim na wzór działania Jana Kasjana w tworzeniu pomostu pomiędzy wschodnim i zachodnim chrześcijaństwem<sup>77</sup>. To porównanie i idące za tym usprawiedliwienie podejmowanych praktyk kryje jednak błąd w rozumieniu kierunku działań starożytnego Kasjana i współczesnego Maina. Czymś innym jest przecież działanie zmierzające do współistnienia i zbliżenia odmiennych tradycji w obrębie chrześcijaństwa, które kształtuje się dzięki mentalności i specyfice konkretnych ludzi, wyznających jednak tę samą wiarę w Jezusa Chrystusa, niż próby pojednania religii zupełnie różnie ujmujących prawdę o Bogu, człowieku, świecie, duchowości. Preferowanie więc rzeczonych określeń może sugerować synkretyzm religijny, a od strony chrześcijaństwa tamować zaangażowanie misyjne.

Powiązania chrześcijaństwa z innymi religiami zauważa się również w nauczaniu o Filozofii Wieczystej, będącej, zdaniem zwolenników, podstawą wszystkich systemów religijnych i filozoficznych. Kim Nataraja twierdzi, że w każdym człowieku istnieje wymiar esencjonalnie tożsamy z Najwyższą Rzeczywistością,

<sup>74</sup> W. Johnston, *Droga od nienawiści do miłości*, tłum. A. Ziółkowski, „Chrześcijańska Medytacja” (edycja polska) 13 (2010), s. 9.

<sup>75</sup> Tamże, s. 11. „W tym inkluzywizmie religijnym widzi się podstawy do oskarżeń członków WCCM o synkretyzm religijny bądź relatywizm. Ci, którzy to czynią, wychodzą bowiem z założenia, że katolicy nie muszą się uczyć od nikogo, i sam taki pomysł jest *diabelski*, bowiem Kościół katolicki przechowuje w pełni *depozyt wiary*” – J. Prusak, *Nie bój się medytacji*, „Tygodnik Powszechny” 17-18 (3329-3330) 2013, s. 22.

<sup>76</sup> W. Johnston, *Droga od nienawiści do miłości*, s. 8-10. „Nasza dotychczasowa bezkompromisowość, która ma zasadniczo podłoże religijne – wspólne dla tradycyjnego judaizmu, chrześcijaństwa i islamu – rozciąga się na całą zachodnią szkołę myślenia. Ona też miała swój udział w zagładzie Hiroszimy” – tamże, s. 10. Na Seminarium Johna Maina w 1994 roku Dalajlama, komentując Ewangelie, zauważył, że „Zmartwychwstanie stanowi jedyny w swoim rodzaju element wiary chrześcijańskiej, dla którego nie istnieje bezpośredni odpowiednik w buddyźmie. Zmartwychwstania nie da się w pełni przełożyć na pojęcia reinkarnacji lub Boddhisattwy” – L. Freeman, *Jezus*, s. 322.

<sup>77</sup> Tenże, *Droga do rzeczywistości*, s. 4.

co stanowi podstawę zjednoczenia z pominięciem jakiegokolwiek formy. Ta Rzeczywistość, zgodnie z nauczaniem Mistrza Eckharta i hinduskich *Upaniszad*, nazywana jest Bytem, Świadomością, Szczęśliwością. Do niej można dojść nie poprzez zmysły, język, wyobrażenie, ale przez medytację i wejście na głębsze stany świadomości<sup>78</sup>.

#### 4. ZAKOŃCZENIE

Podsumowując, można sformułować następujące wnioski:

a) Środowisko WCCM wnosi w rzeczywistość duchowości chrześcijańskiej, zwłaszcza w Kościele w społeczeństwach zlaicyzowanych bądź jedynie tradycyjnie religijnych (ukierunkowanych na rytualizm), ważny element kontemplacyjny, który stanowi istotny aspekt życia wiary. Może to również motywować do dbałości o duchowy wymiar osobistego życia człowieka. W ten sposób cała rzeczywistość skupiona wokół WCCM daje społeczeństwom skoncentrowanym na konsumpcji, pragmatyzmie i doczesności wyraźny impuls o znaczeniu tego, co „ponad”, co duchowe, wyrastające z serca.

b) Nie można jednak przejść obojętnie wobec wyraźnych lub pośrednich zapożyczeń z praktyk buddyjskich czy jogicznych. Duchowość chrześcijańska i praktyki dalekowschodnie mają bowiem zupełnie inny punkt wyjścia i punkt dojścia. Dla ochrzczonych jakakolwiek modlitwa, w tym również medytacja, jest darem Boga, sposobem budowania osobistej relacji z Trójjedynym, a cel stanowi jedność z Nim, przy zachowaniu autonomii i tożsamości dwóch relacyjnych podmiotów – Boga i człowieka. Tymczasem w praktykach buddyjskich czy jogicznych istotna jest aktywność człowieka (dojście do bezruchu, zapanowanie nad myślami, działaniem ciała), a cel określony jest jako doświadczenie pokoju, harmonii, jedności ze sobą, całym światem, siłą wszechświata. Nie można więc mówić o jedności z Bogiem, co zresztą wynika z założeń metafizycznych buddyzmu czy hinduizmu.

W związku z tym wszystkim trudno czegoś uczyć się od tych tradycji filozoficzno-religijnych, a w czasach zamętu i wyraźnej promocji New Age oraz związanych z tym praktyk i treści z Dalekiego Wschodu postawa chrześcijan winna być zdecydowanie jednoznaczna. Właściwe rozumienie dialogu międzyreligijnego zakłada wierność Ewangelii i duchowości sakramentalno-charyzmatycznej,

---

<sup>78</sup> „Chrześcijańska Medytacja” (edycja polska) 13 (2010), s. 7-8. Prowadzi to wszystko do zamętu pojęciowego i próby zamiennego stosowania pojęć z różnych religii. Dla Freemana celem życia jest pełne poznanie siebie, a określane jest mianem nieba, nirwany, wyzwolenia, zbawienia, oświecenia – L. Freeman, *Jezus*, s. 238.

zakorzenionej w życiu i nauce Kościoła, będącego strażnikiem i depozytariuszem objawienia.

c) Rodzi się postulat jednoznacznego powiązania medytacji chrześcijańskiej z życiem sakramentalno-eklezyjalnym. Każda chrześcijańska duchowa aktywność prowadzi przecież do nawrócenia, do głębiej przeżywanego doświadczenia sakramentalnego oraz wrastania w Kościół jako określoną społeczność wierzących skoncentrowanych wokół zmartwychwstałego Jezusa i Bożego objawienia.

d) Należy wyraźnie rozgraniczyć dialog i współdziałanie między religiami w rozwiązywaniu problemów świata oraz w zakresie pomocy człowiekowi od podejmowania prób filozoficznego czy teologicznego, a co za tym idzie, duchowego pojednania religii. Trudno przecież mówić o drodze do jedności, skoro ma się różne rozumienie Boga i duchowości. Odmienne punkty wyjścia i dojścia uniemożliwiają duchowe współdziałanie czy współobdarowanie. Środowisko WCCM nie zauważało tych odmienności, co jest konsekwencją twierdzeń o uniwersalnej duchowości, która ma ukonkretniać się w różnych systemach religijnych.

e) Rodzi się postulat przepracowania materiałów WCCM, głębszego ich osadzenia w doktrynie chrześcijańskiej oraz oczyszczenia z ukierunkowania na praktyki hinduistyczne czy buddyjskie. Jest to zgodne z obowiązującą w Kościele starożytną zasadą *lex orandi, lex credendi*. Słuszne są więc następujące oczekiwania, które wobec WCCM wniósł Jacek Prusak, broniący medytacji według J. Maina, a mianowicie to, że członkowie WCCM muszą

przedstawiać medytację chrześcijańską jej *własnym językiem*, jakim jest duchowość apofatyczna, a nie psychologia transpersonalna czy duchowość Dalekiego Wschodu. Po drugie, być lepiej przygotowanym teologicznie do dialogu z wyznawcami innych religii i nie ulegać *chrześcijańskiemu kompleksowi* wschodnich medytacji. Po trzecie, nie myśleć o sobie jako o duchowej elicie Kościoła – tak, jakby sama medytacja gwarantowała jakieś *przywileje* względem Boga [...] <sup>79</sup>.

f) W obliczu konieczności wniesienia w dzisiejszy świat i Kościół wymiaru kontemplatywnego warto zwrócić się w kierunku doświadczeń Kościołów prawosławnych, by odkryć głębię medytacyjnej modlitwy Jezusowej, osadzonej na objawieniu, wyrażającej kerygmat i związanej z życiem eklezyjalnym.

---

<sup>79</sup> J. Prusak, *Nie bój się medytacji*, „Tygodnik Powszechny” 17-18 (3329-3330) 2013, s. 22.

## SUMMARY

Meditation groups developing according to J. Main's teaching become an opportunity for a deeper analysis of this proposal and its assessment in the light of Christian doctrine, as well as for examination from the perspective of religious and psychological studies. The starting point for the discussion on this topic was the publication of E. Christie's „Christian Meditation in schools. A guide for teachers and parents”, distributed by the Polish milieu of The World Community for Christian Meditation (WCCM).

The idea of ??meditation, in the reality of the modern world, especially in secularized societies, consumerist ones or only traditionally religious (oriented towards ritualism), is undoubtedly an important impulse in the field of contemplation. However, one cannot remain indifferent to the explicit or indirect borrowings from Buddhist and yogic practices that are present in the teaching of WCCM. Christian spirituality and practices of the Far East have, in fact, a completely different basis (point of departure) and point of arrival. For people who are baptized, any prayer – including meditation, is a gift from God, a way to build a personal relationship with the Triune and the aim is to be in union with Him, still maintaining the autonomy and the identity of the two entities in this relation – God and man. Meanwhile, in Buddhist and yogic practices it is the human activity that is important (achieving a state of motionlessness, mastering one's thoughts, and actions of the body), and the target is defined as an experience of peace, harmony, unity with oneself, with the whole world, with the force of the Universe.

Therefore, it is difficult to learn something from these philosophical and religious traditions in the spiritual dimension, and in times of confusion and explicit promotion of New Age, practices related to it and contents arriving from the Far East, the attitude of Christians should be unequivocal.

For this reason, the following postulates arise towards the WCCM milieu: a clear link between meditation and sacramental-ecclesial life; abandoning the practices of meditating together with Buddhists; purification of the teaching from the contents that suggest syncretism; renunciation of drawing from non-Christian spirituality; a deeper embedding of teaching in the doctrine and life of the Church.

**Key words**

meditation, interreligious dialogue, syncretism, spirituality