

BUVO ĮSAKYTA MYLĖTI! KODĖL NEMYLITE?

Nors budizmas nelaikomas religija, tačiau Vakarų žmones jis traukia. Kas gi vilioja jaunos žmones į ašramus, nors ten labai griežta tvarka, privalomas pasninkavimas, ilgalaikis sėdėjimas tyloje, izoliacija nuo pasaulio „pagundų“. Krikščionybė, priešingai, yra nereikli, sakyčiau net tolerantiška: kada nori eiti į bažnyčią, kada nori meldiesi. Niekas neįsakinėja, nieko nedraudžia. Draudimai liko praeityje. Tačiau bažnyčioje vis dar gali išgirsti visko, priklausomai nuo kunigo. Vieni kunigai kalba apie švelniai, kiti piktoki ir net labai pikti: grasina pragaru, Dievo teismu. Budistai niekada nekalba pikta. Jie kviečia į meditacijos seansus, atvirus pokalbius apie dvasingumą. Buda yra nušvitęs žmogus, mistikas, bet ne dievas. Ar krikščioniams reikia medituoti? Nušvitimas galėtų tapti ne tik budistų, bet ir krikščionių dvasiniu siekiu. Juk buvo pasakyta, kad esame šviesos vaikai.

Belieka apgailestauti, kad krikščionys Šventosios Dvasios savyje neieškojo, išskyrus šventuosius ir mistikus. Panašiai kaip budistai, jie pasninkaudavo, užsidarydavo nuo aplinkinių žmonių, visiškai atsiduodavo Dievui. Bažnyčia neskatinė tikinčiųjų medituoti. Gal kažko bijojo, nes nušvitusieji tampa nepavaldūs jokiems vadovams iš šalies. Jie patys imasi veiklos su visa energija vedami tik Dievo. Nors krikščionybėje žmogus laikomas meilės šaltiniu, bet tuo pat metu jis lyginamas su dulke. Jei esu nieko nevertas, kam man tas tikėjimas, kam man ta Dievo meilė? Jei mirsiu, jei tik vieną kartą gyvensiu, kodėl turiu stengtis gyventi pagal kažkieno taisykles? Šis prieštaravimas sukelia vidinę prieštara. Baisu, kai žmogus pragyvena visą gyvenimą ir neranda savyje nei lašelio meilės nei sau, nei kitam. Baisu, kai santykiai su Dievu ir kitu žmogumi kuriami formaliai, laikantis „moralės normų“, kažkieno kažkada sukurto „dekalogo“, surašyto ne Kristaus. Žmogus ilgisi meilės, vaikšto liūdnas ir piktas, kol pagaliau tampa skeptiku, nihilistu. **Krikščioniškoji tradicija laikyti Dievą Dangaus valdovu, nieko gero krikščionio sielai nedavė.** Tą matome iš visur plaukiančių blogų žinių: krikščionybės krizė, bažnyčios tuščios...Taip, ši krizė jau sena. Krikščionys pernelyg ilgai laukė žadėtos Dievo Karalystės. Užuoť ieškoję Jos savyje, jie visą gyvenimą praleido belaukiant Kristaus Sugrįžimo. O Jis vis negrįžta.

Kunigai pavargę nuo darbų krūvio, užsiėmę visokia veikla, sakramentų dalijimu, krikštijimu, vedybų apeigomis ir net automobilių šventinimu, žinoma, laiko nebeturi niekam ir pyksta ant visų. Kunigams meditacija turėtų tapti „dvasiniu vaistu“ jų sunkiame darbe. Tačiau ne viskas paprasta: meditacija irgi reikalauja laiko. Įveikti proto pasipriešinimą, jį „nukryžiuoti“ – nelengva, tenka išlieti nemažai prakaito. Kai mokiausi medituoti numečiau daug svorio; po meditacijos visi rūbai būdavo šlapi. Matau, kad daugelis kunigų turi viršsvorio, bet ne iš gero gyvenimo, o nuo streso. Tai rodo, kad dvasiniam darbui laiko nelieka. Medituojantis žmogus visada bus lengvas, liesas ir labai gyvybingas. Meditacija – ne proto žaidimai, tai visiškai *kita būseną*, bet dirbti verta. Kalbos apie meditaciją nieko neduos. **Patyręs gilią transformaciją žmogus mylės Dievą, save ir artimą neskirstant žmonių į dorus ir nedorus.**

Patarčiau paskaityti dar vieną knygą „*Nežinojimo debesys*“*, kurią 14 a. parašė nežinomas autorius, kontempliatyvus vienuolis. Knygoje rašoma: „**....kontempliacija, kuri prasideda šiame gyvenime ir tęsiasi amžinybėje, yra būdas pažinti Dievą per meilę atsisakius racionalių svarstymų.**“ Autorius aptaria daugybę realijų, su kuriomis susiduria kontemplančiasis: nuodėmę, nuolankumą, tobulumą, perspėja apie kelyje tykančius pavojus, taikliai pašiepia įvairias klaidas. Manoma, kad tai pats naudingiausias ir praktiškiausias kada nors parašytas vadovas ieškantiems dvasinės vienybės su Dievu, stebėtinai aktualus ir šiandien...Labai norėčiau šią knygą pristatyti plačiau, bet geriau būtų, kad jūs patys ją perskaitytumėte. O aš dar pacituosiu ištraukėlę: „**....kiekviena protinga būtybė, angelas ar žmogus, pasižymi ir galia pažinti, ir galia mylėti. Nors šias abi galias sukūrė Dievas, bet pirmoji, pažinimo galia, Jo suvokti negali, o antroji, meilės galia, gali Jį pažinti iki galo. Todėl tik mylinti siela pajėgia pažinti tą, kuris ją pripildo ir, be abejonės, yra už ją didesnis, pripildantis visas žmogiškas sielas ir visus angelus. Tai begalinis ir nuostabus meilės stebuklas, nes Dievas visada mus mylės ir niekada nesiliaus mylėjęs**“.

Daugelis nežino apie galias meditacijos šaknis krikščioniškame pavelde. Nuo Jėzaus bendrystės su Dievu akimirkų iki dykumos tėvų ir motinų praktikos 3a. – atsiskyrėlių, asketų ir vienuolių gyvenime buvo praktikuojama meditacija. Šie vyrai ir moterys padarė įtaką tokiems lyderiams kaip Šv. Augustinas ir Šv. Grigalius Didysis. Per visą istoriją yra daugybė liudininkų, kurie praktikavo ir rašė apie krikščionišką meditaciją. Per savo turtingą istoriją ši dvasinė praktika buvo žinoma įvairiais pavadinimais: Jėzaus malda, sutelkimo malda, tyli malda, poilsio malda, kontempliatyvi malda ir kt. Nepaisant nuomonių įvairovės, dvasinė patirtis veda į savo būties šerdį, kur susiduriama su Dievo buvimu.“

O žinote, kad JAV veikia virš 200 meditacijos centrų.** Lietuvoje atvirų meditacijos centrų didesniai ratui lankytojų apskritai nėra, išskyrus mažas grupeles, kurios vykdo privatų verslą. Kokie ten vyksta apmokymai, niekas neanalizavo ir niekam tai nerūpi. Jokių psichologinių apklausų nevyksta. Tai tiesiog „ezoterinės grupelės“ darbui „su energijomis“.

Amerikoje tie centrai siūlo platų informacijos spektrą. Vienas centras* savo atvirame portale rašo, kad jame galima rasti „įkvepiančių istorijų, eilėraščių ir įvairios informacijos, kuria galite dalintis, skaityti, klausytis ar žiūrėti, kad palaikytumėte norą gyventi Kristuje, mūsų Viešpatyje. Šis centras vysto biblioteką, kurią kuria patys krikščionys, krikščioniškos meditacijos centro bendruomenės nariai.“ Man patiko mintis: „**Kai tik priimame ir pripažįstame Išganymą, ateinantį per Jėzų Kristų, esame kviečiami į transformacijos ir atsinaujinimo procesą, kuris apima perėjimą nuo gyvenimo savo karalystėje prie gyvenimo Dievo karalystėje. Šventoji Dvasia pati atliks tuos pokyčius. Tiesa yra mūsų vadovas, Ji atneša mums pilnatvę ir laisvę.**“



Krikščionių meditacijos centras Amerikoje* Tačiau, mano nuomone, tokioje nepatogioje kėdėje medituoti tikrai negalima. Žmogus negali apsipalaiduoti. Jo krūtinė suspausta, kvėpavimas negilus.

„Meditacija – ne laikas žodžiams, kad ir kokie gražūs ir nuoširdūs jie bebūtų. Visi mūsų žodžiai yra visiškai neveiksmingi, kai ateiname į šią gilią ir paslaptingą bendrystę su Dievu. Norėdami įeiti į šią šventą ir paslaptingą bendrystę su mumyse gyvenančiu Dievo žodžiu, pirmiausia turime turėti drąsos vis labiau tylėti. Gilioje, kūrybingoje tyloje mes sutinkame Dievą tokiu būdu, kuris pranoksta visas mūsų intelekto ir kalbos galias. Turime klausytis, susikaupti, dalyvauti, o ne galvoti“, – rašo kun. John Main OSB, „Žodis į tylą“.*

Kol žmogus neatranda savyje gyvojo Dievo, jis yra neapsaugotas su nuodėmių, tokių kaip pyktis, godumas, neapykanta, žiaurumas, prievarta, gašlumas, nes jo siela yra alkana ir pikta. Tik Gyvasis Dievas gali patenkinti žmogų ir nuraminti. Psichologiniai triukai žmogaus sielos neišgydys.

KAIP BŪTI KRISTUJE?

Jn 14

¹⁰ *Nejau tu netiki,
kad aš esu Tėve ir Tėvas yra manyje?!
Žodžius, kuriuos jums kalbu, ne iš savęs kalbu.
Manyje esantis Tėvas daro savuosius darbus.*

¹¹ *Tikėkite manimi,
kad aš esu Tėve ir Tėvas manyje.
Tikėkite bent dėl pačių darbų!*

¹⁹ *Dar valandėlė, ir pasaulis manęs nebematys.
O jūs mane matysite,
nes aš gyvenu ir jūs gyvensite.*

²⁰ *Tai dienai atėjus, jūs suprasite,*

*kad aš esu savo Tėve,
ir jūs manyje, ir aš jumyse.
²¹ Kas pripažįsta **mano įsakymus** ir jų laikosi,
tas tikrai **mane myli**.
**O kas mane myli, tą mylės mano Tėvas,
ir aš jį mylėsiu ir jam apsireikšiu.**“*

Paklauskite bet kurio tikinčiojo, ar jis atsakys į klausimą, **KAIP BŪTI KRISTUJE?** Krikščionis TO nežino, nesupranta. Tačiau nereikia už tai tikinčiųjų kaltinti nuodėme, – reikia jiems paaiškinti, **KAIP** mylėti. Nors Kristus daug kartų kartojo savo žodžius „būkite manyje“, bet **KAIP būti** – nepaaiškino. Niekas nesuprato, o gal sąmoningai ignoravo, tą Esminį Kristaus Žodį. BŪTI. Po Kristaus Prisikėlimo, šventieji tėvai įklimpo į filosofijas...ir visiškai užtemdė sakralių žodžių prasmę. Tik krikščionių mistikai per Dievo Malonę ar intuiciją atrado Dievą SAVYJE .

Kunigai per mišias skaito Šventraščio tekstus, o žodžiai širdies nepaliečia. Pabuvę bažnyčioje visi išsiskirstome savais takais...Bažnyčia reikalinga tik sąžinės nuraminimui: buvau. Bažnyčia psichologiniam komfortui? Gaila ir skaudu, kad Kristaus Dvasia netapo krikščionio savastimi, BŪTIMI.

BAŽNYČIA NEIŠMOKĖ, KAIP RASTI DIEVĄ SAVO ŠIRDYJE.

Jeigu ji mūsų to neišmokė, imkime mokytis patys. Galima prašyti budistų pagalbos, kad įveiktume didžiausią užsklandą kelyje į Dievą – protą. Kaip būtų pasikeitęs mūsų gyvenimas, jei mes tai būtume žinoję anksčiau, nuo mažų dienų...Nepaisant praradimų ir klaidų, budiste aš netapau. Meditacijų dėka suvokiau, kad negaliu siekti ramybės tik sau pačiai, lyg nebūtų To, kuris mane sukūrė. Meditacijos metu patirta Šviesa mane atvedė prie Kristaus, kurio nepažinojau. Budistui Dievo gal ir nereikia. Man reikia. Lenkiu galvą prieš visus apaštalus ir krikščionių mistikus, kurie padėjo išsaugoti Gyvąjį Dievą ir perdavė gyvus žodžius mums.

Mano gyvenimas eina į pabaigą. Aš jums sakau: mokykitės Meilės dabar. Neatidėliokite to Darbo rytdienai. Telydi jus Dieviškoji Šviesa. Nešvaistykite savo dienų tuštybei. Nurimkite. Paskaitykite knygų apie meditaciją. Nepykite ant bažnyčios, juk ji tokia kaip ir mes. Keiskitės patys ir bažnyčia pasikeis. Nenuolaidžiaukite abejingumui – didžiausiam blogiui. Jei katalikų bažnyčia jums neatvers durų, belskitės į kitas bažnyčias, jų daug. Kas nors jus priims, gal išmokys meditacijos ar kontempliacijos meno. Tokių bažnyčių kituose kraštuose jau yra labai daug. Mes atsiliškame.

TIKINTIEJI PRIVALO MEDITUOTI

Norintiems išmokti meditacijos nebūtina keisti tikėjimą ar tapti krišnaitu. Siekiant pažinti Gyvąjį Dievą pirmiausia nurimkite. Neleiskite protui nuolat zyzti dėl šio pasaulio problemų. Skaitykite, domėkitės. Literatūros šiuo klausimu yra daug. Meditacija nėra jokios religijos

nuosavybė. Nei budizmo, nei krikščionybės, nei islamo. Tai jūsų turtas, duotas dovanai ryšiui su Vienatiniu Dievu. Skaitykite knygas. Neįdėsite asmeninių pastangų, nesistengsite – nepatirsite. Dievas yra jumyse, kaip ir jūs Jame. Jis pripildys jūsų širdis šviesos ir meilės.

Meditacija be Dievo – egoistiška, netikra. BŪTI vienybėje su Viskuo – tai BŪTI KRISTUJE. Nėra jokio prieštaraavimo tarp dzen ir krikščioniškos meditacijos. Prieš meditaciją reiktų pasimelsti. Evangelijoje pagal Joną yra daug nuostabių minčių, kurios gali tapti jūsų malda. Išmokite mintinai:

**Jn. 1 Pradžioje buvo Žodis. Tas Žodis buvo pas Dievą,
ir Žodis buvo Dievas.**

2 Jis pradžioje buvo pas Dievą.

3 Visa per jį atsirado,
ir be jo neatsirado nieko,
kas tik yra atsiradę.

4 Jame buvo gyvybė,
ir ta gyvybė buvo žmonių šviesa.

5 Šviesa spindi tamsoje,
ir tamsa jos neužgožė.

**6 Buvo Dievo siųstas žmogus,
vardu Jonas.**

7 Jis atėjo kaip liudytojas,
kad paliudytų šviesą
ir kad visi per jį įtikėtų.

8 Jis pats nebuvo šviesa,
bet turėjo liudyti apie šviesą.

9 Buvo tikroji šviesa,
kuri apšviečia kiekvieną žmogų,
ir ji atėjo į šį pasaulį.

10 Jis buvo pasaulyje,
ir pasaulis per jį atsiradęs,
bet pasaulis jo nepažino.

11 Pas savuosius atėjo,
o savieji jo nepriėmė.

12 Visiems, kurie jį priėmė,
jis davė galią tapti Dievo vaikais –
tiems, kurie tiki jo varda,

13 kurie ne iš kraujo
ir ne iš kūno norų
ir ne iš vyro norų,
bet iš Dievo užgimę.

14 Tas Žodis tapo kūnu
ir gyveno tarp mūsų;
mes regėjome jo šlovę –
šlovę Tėvo viengimio Sūnaus,
pilno malonės ir tiesos.

12 „Aš – pasaulio šviesa.
Kas seka manimi,
nebevaikščios tamsybėse,
bet turės gyvenimo šviesą”.

.....

POPIEŽIUS PRANCIŠKUS APIE MEDITACIJĄ**

„MEDITACIJA SKIRTA VISIEMS.

BET KRIKŠČIONIS JI TURI VESTI PAS JĖZŲ“.

Tai Popiežius Pranciškus pareiškė per bendrąją audienciją Apaštališkųjų rūmų bibliotekoje Vatikane 2021 m. balandžio 28 d. Popiežius apmąstė meditacijos temą, tęsdamas savo kalbą apie maldą ciklą.

Brangūs broliai ir seserys, labas rytas!



Popiežius Pranciškus

Šiandien kalbėsime apie maldos formą, vadinamą meditacija. Krikščioniui „medituoti“ reiškia ieškoti prasmės: tai reiškia atsidurti prieš didžiulį Apreiškimo stebuklą, kad pabandytume jį padaryti savu ir pilnutinai priimti. Ir krikščionis, priėmęs Dievo Žodį, nelaiko jo uždaryto savyje, nes tą Žodį reikia sutikti su „kita knyga“, kurią katekizmas vadina „gyvenimo knyga“ (plg. Katalikų Bažnyčios katekizmas, 2706). Štai ką mes stengiamės daryti kiekvieną kartą, kai apmąstome (medituojame) Žodį. Meditacijos praktika pastaraisiais metais sulaukė daug dėmesio. Apie tai kalba ne tik krikščionis: meditacijos praktika egzistuoja beveik visose pasaulio religijose. Tačiau ši praktika taip pat plačiai paplitusi ir tarp žmonių, neturinčių religinio požiūrio į gyvenimą. Mums visiems reikia medituoti, reflektuoti, atrasti save – tai yra žmogaus dinamika. Ypač nepasotinamame Vakarų pasaulyje žmonės ieško meditacijos, nes tai yra didelė apsauga nuo kasdienio streso ir tuštumos, tvyrančių visur kur. Štai čia yra jaunuolių ir suaugusiųjų, sėdinčių meditacijos padėtyje, tyloje, pusiau užmerktomis akimis, vaizdas...Bet ką šie žmonės daro, galime paklausti? Jie medituoja. Tai reikšiny, į kurią reikia žiūrėti palankiai: iš tiesų mes nesame sukurti tam, kad nuolat kažkur lėktume. Mes turime vidinį gyvenimą, kurio ne visada galima

nepaisyti. Todėl medituoti reikia visiems. Medituoti reiškia stabtelėti ir įkvėpti gyvybės. Sustoti ir pabūti ramiai. Meditacijos metodai yra keliai, kuriais reikia keliauti, kad pasiektumėte susitikimą su Jėzumi, bet jei sustosite kelyje, tai kelią paversite „dievu“. Tačiau mes suprantame, kad krikščioniškame kontekste priimtas šis terminas įgauna išskirtinumo, kurio negalima panaikinti. Meditavimas yra būtinas žmogiškasis matmuo, tačiau krikščioniškame kontekste – tarp mūsų, krikščionių – meditavimas eina toliau: tai dimensija, kurios negalima panaikinti.

Didžiosios durys, pro kurias praeina pakrikštyto žmogaus malda – dar kartą prisiminkime save – yra Jėzus Kristus. Krikščioniui meditacija įeina pro Jėzaus Kristaus duris. Šiuo keliu eina ir meditacijos praktika.

„Medituoti, – sako Šv. Tėvas, reiškia eiti, vadovaujantis fraze iš Šventojo Rašto, iš Žodžio, į susitikimą su Jėzumi mumyse. Per visą istoriją terminas „meditacija“ buvo vartojamas įvairiomis reikšmėmis“.

Krikščioniui meditacija įeina pro Jėzaus Kristaus duris. Šiuo keliu eina ir meditacijos praktika. Ir čia nurodomas kelionės bendražygis, vedlys – Šventoji Dvasia. Be Šventosios Dvasios krikščioniškoji meditacija negalima. Būtent ji veda mus į susitikimą su Jėzumi. Jėzus mums tarė: „Aš atsiųsiu jums Šventąją Dvasią. Ji jus pamokys ir jums paaškins. Jis jus pamokys ir jums paaškins.“ Meditacijoje ji taip pat yra vedlys, lydintis mus kelyje į susitikimą su Jėzumi Kristumi.

Popiežius įspėja, kodėl visada dera atminti, kad metodas yra kelias, o ne tikslas; bet koks maldos metodas, jei tai yra krikščioniškas metodas, yra *Sequela Christi* dalis ir tai yra mūsų tikėjimo esmė. Meditacijos metodai yra keliai, kuriais reikia keliauti, kad pasiektumėte susitikimą su Jėzumi, bet jei sustosite kelyje ir tiesiog pažvelgsite į kelią, niekada nerasite Jėzaus. Jūs paversite kelią „dievu“. „Dievas“ ten tavęs nelaukia, tavęs laukia Jėzus. Ir kelias yra tam, kad nuvestų tave pas Jėzų“.

„Mums, krikščioniams, meditavimas yra būdas susisiekti su Jėzumi. Ir šitaip, tik šitaip mes atrandame save. Taigi krikščioniškosios maldos malonė šiuo atžvilgiu yra tokia: Kristus nėra toli, bet visada yra santykiyje su mumis“.

Dvasios vadovaujama krikščioniškoji meditacija veda mus į šį dialogą su Jėzumi. Nėra Evangelijos puslapio, kuriame mums nebūtų vietos. Mums, krikščionims, meditavimas yra būdas susisiekti su Jėzumi.

Ir šitaip, tik šitaip mes atrandame save. Tačiau tai ne pasitraukimas į save, ne, ne: tai yraėjimas pas Jėzų ir iš Jėzaus, atrandant save išgydytus, prisikėlusius ir sustiprėjusius Jėzaus malonės dėka. Tai yra susitikimas, taip pat ir mano susitikimas, su Jėzumi, visų Gelbėtoju. Ir visa tai pasiekama Šventosios Dvasios vadovavimo dėka.

Ačiū.

.....

Kai knyga buvo jau parengta spaudai, netikėtai internete pamačiau džiugią informaciją: kunigas jėzuitas Mindaugas Malinauskas šv. Kazimiero bažnyčioje veda krikščioniškos meditacijos vakarus. Daugiau informacijos rasite kunigo Mindaugo Malinausko SJ puslapyje. Jėzuitai visada vedė krikščionis į šviesą. Sektinas pavyzdys katalikams.

.....

*Tekstas patrumpintas. CNS photo/Vatican Media