

URSZULA RĘDZINIAK

## Medytacja na Zachodzie. Szkiec historii pojęcia

W poniższym artykule postaram się uchwycić zmiany znaczenia pojęcia *meditatio* w tradycji zachodniej. Posłużę się metodą Reinharta Kosellecka, którą nakreślił w książce *Dzieje pojęć. Studia z semantyki i pragmatyki języka społeczno-politycznego*. Jej celem jest opisywanie i zanalizowanie „historycznej zmienności zarówno pojęć, jak i ujmowanej przez nie rzeczywistości”<sup>1</sup>. Autor śledzi relacje między pojęciami a wyrażanymi przez nie stanami rzeczy. Wymienia ich cztery rodzaje, a ostatnią relację postaram się przedstawić w tej pracy:

Pierwsza odmiana polega na tym, że zarówno stan rzeczy, jak i pojęcie pozostają przez dłuższy czas stabilne. Druga odmiana opiera się na supozycji, że jednocześnie zmieniają się stan rzeczy i pojęcie: pojęcie i stan rzeczy zmieniają się harmonijnie lub rozchodzą się. Trzecia odmiana przyjmuje, że pojęcia zmieniają się, chociaż nie towarzyszy im zmiana rzeczywistości. W tym przypadku rzeczywistość zostaje skonceptualizowana w nowy sposób. Czwarta i ostatnia odmiana jest prostym przeciwieństwem trzeciej: rzeczywistość zmienia się, podczas gdy pojęcie pozostaje stabilne<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> R. Koselleck, *Dzieje pojęć. Studia z semantyki i pragmatyki języka społeczno-politycznego*, przeł. J. Marecki, Warszawa 2009, s. 62.

<sup>2</sup> *Ibidem*, s. 92.

Każde przeżyte doświadczenie opisujemy za pomocą pojęć, które zastaliśmy w określonym kontekście społeczno-kulturowym. „Możemy odczuwać potrzebę rozpoczęcia opowiadania historii, ponieważ coś się zmieniło. Ale zmianę możemy pojąć tylko wówczas, gdy powtarzają się ogólne, strukturalne warunki tej zmiany”<sup>3</sup>. Jak pisze Koselleck, ową strukturę „przyjmujemy niejako bezrefleksyjnie, jest prawie niezauważalna”<sup>4</sup>. W analizach pojęć tego „myślącego historyka” istotne jest wskazanie kontekstu społecznego, religijnego i kulturowego oraz rozpisanie ich w długich odcinkach czasu. „Historia pojęć pokazuje, że zawarty jest w niej językowy wysiłek, na który musi się zdobyć każdy, kto chce poznać swój świat lub mieć na niego wpływ”<sup>5</sup>.

Dociekania nad zmianą znaczenia medytacji rozpoczynam od pierwszego jej rozumienia, które pojawiło się w Starym Testamencie, a później wraz z przekładem Pisma Świętego na łacinę (Wulgatą). Następnie przejdę do wieku XII, zatrzymam się nad zachodnią tradycją monastyczną, opiszę sposób pojmowania medytacji przez kartuza Guigona II na podstawie jego *Listu o życiu kontemplacyjnym*. Kolejnym istotnym momentem związanym ze zmianą „stanu rzeczy” w pojęciu medytacji będą *Ćwiczenia duchowne* Ignacego Loyoli z XVI wieku. Ostatnim autorem, u którego uchwycę kolejny ruch pojęcia, będzie Kartezjusz i *Medytacje o pierwszej filozofii*. Wybrałam tych trzech myślicieli, ponieważ uważam, że ich dzieła zawierają kluczowe zmiany znaczenia pojęcia *meditatio*, które wywarły wpływ na późniejsze jej rozumienie wśród wspólnot mniszych, księży, świeckich oraz filozofów. W opracowaniu tematu celowo pomijam tradycję antyczną, wczesnochrześcijańską oraz średniowieczną, ponieważ zostało to już dość dobrze zbadane i omówione<sup>6</sup>.

<sup>3</sup> *Ibidem*, s. 59-60.

<sup>4</sup> *Ibidem*, s. 60.

<sup>5</sup> *Ibidem*, s. 57.

<sup>6</sup> Mam świadomość, że pomijam Marka Aureliusza, Jana Kasjana i św. Augustyna, którzy znacznie wpłynęli na zmianę rozumienia medytacji na Zachodzie. Zainteresowanego Czytelnika odsyłam do znanej książki P. Hadot, *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, przeł. P. Domański, Warszawa 1992, oraz do krótkiego opracowania benedyktynów, *Lectio Divina: Boże czytanie*, Kraków 2013.

W Starym Testamencie *hāgā* (heb. הָגָה) znaczy: wzdychać, westchnąć, szeptać, ale też rozmyślać. Kiedy Biblia hebrajska była tłumaczona na grekę, słowo *hāgā* zastąpiono greckim odpowiednikiem *melētē* (μελέτη), a przy przekładzie na łacinę użyto *meditatio*, od czasownika *meditari*: rozmyślać, rozważać, opracować coś, zastanawiać się, ale też – dumać<sup>7</sup>. „*Hāgā* była sposobem na uzyskanie dostępu do Boga, który objawił się w Prawie”<sup>8</sup>. Greckie *melētē*<sup>9</sup> oznacza „ćwiczenie” i podkreśla ruch do głębi ludzkiego serca<sup>10</sup>, co zostało przyswojone i rozwinięte przez Ojców Pustyni.

W Psalmie 1 czytamy: „Szczęśliwy mąż, który nie idzie za radą występnych, nie wchodzi na drogę grzeszników i nie siada w kręgu szyderców, lecz ma upodobanie w Prawie Pana, nad Jego Prawem rozmyśla dniem i nocą”. Zatem *hāgā* to roztrząsanie, wymawianie, szeptanie i – co się z tym wiąże – zapamiętywanie Prawa. Podkreśla to jeszcze Księga Jozuego: „niech ta Księga Prawa będzie zawsze na twych ustach; rozważaj ją w dzień i w nocy, abys ściśle spełniał wszystko, co w niej jest napisane, bo tylko wtedy powiedzie ci się i okaże się twoja roztropność” (Joz 1, 8). Za sumienną recytacją idzie działanie, znać Prawo to nie tylko pamiętać o nim i rozważać je, ale zgodnie z tym, co zostało przepracowane – działać; co więcej, ta czynność jest warunkiem wszelkiej pomyślności i roztropności. Jeszcze inne znaczenie odsłania się w Psalmie 77 (76):

Jęczę, im bardziej wspominam Boga,  
 duch mój słabnie, im więcej rozmyślam.

<sup>7</sup> A. Filmer-Lorch, *Inside Meditation: In Search of the Unchanging Nature within*, Leicester 2012, s. 8.

<sup>8</sup> L. Cunningham, K.J. Egan, *Christian Spirituality: Themes from the Tradition*, New York–Mahwah NJ 1996, s. 87.

<sup>9</sup> Warto wspomnieć podaną przez Michela Foucault genezę *epimeleisthai heautou* – zajmować się samym sobą, dbać, troszczyć się o siebie. Co ciekawe, jego etymologia odsyła do serii słów: *meletan*, *melete*, *meletai* itd. „*Meletan*, często używane w połączeniu z czasownikiem *gymnadzein*, to ‘ćwiczyć się’, ‘wprawiać’. *Meletai* to ćwiczenia – ćwiczenia gimnastyczne bądź wojskowe”. M. Foucault, *Hermeneutyka podmiotu*, przeł. M. Herrer, Warszawa 2012, s. 96.

<sup>10</sup> L. Cunningham, *Christian Spirituality...*, *op. cit.*, s. 88.

Ty przytrzymujesz powieki mych oczu,  
 jestem wzburzony i mówić nie mogę.  
 Rozważam dni starodawne  
 i lata minione wspominam.  
 Rozmyślałam nocą w sercu,  
 roztrząsam i duch mój docieka:

Czy Bóg odrzuca na wieki  
 i nie jest już łaskawy?

Psalmista rozważa swoją grzeszną przeszłość, która powoduje udrękę, osłabienie oraz onieśmienie. Podkreśla małość i słabość człowieka względem doskonałości Stwórcy. Są to wzorcowe rozmyślenia nad ułomnością człowieka, wielkimi czynami oraz łaskawością, litością i miłosierdziem Boga.

W XII wieku kartuz Guigo II podejmuje refleksję nad życiem duchowym mnicha; jej efekty odnajdziemy w „liście z ok. 1150 roku, jest on skierowany do brata Gerwazego, przeora kartuzji Mont-Dieu koło Reims”<sup>11</sup>. Czytelnik zwraca uwagę na porządek listu. Mnich definiuje pojęcia, szczegółowo je analizuje, zbiera najważniejsze punkty, na nowo podejmuje punkty sporne i niejasne oraz wyciąga wnioski z całego listu. Przyjrzyjmy się zatem bliżej, jak Guigo rozumie medytację. Podczas pracy ręcznej mnich myśli o życiu wewnętrznym i przychodzi mu do głowy jego cztery stopnie; są to: „czytanie (*lectio*), rozmyślanie (*meditatio*), modlitwa (*oratio*), kontemplacja (*contemplatio*). Po tej drabinie mnisi wznoszą się z ziemi do nieba”<sup>12</sup>. Wymienione etapy różnią się nie tylko nazwą i kolejnością, ale też wartością dla życia wewnętrznego, w którym liczy się „zasada”: „tym bliżej Boga, im dalej od pierwszego stopnia”<sup>13</sup>:

<sup>11</sup> Guigo II, *List o życiu kontemplacyjnym*, przeł. R. Witkowski, E. Skibiński, Tyniec 2001, s. 255.

<sup>12</sup> *Ibidem*, s. 258.

<sup>13</sup> *Ibidem*, s. 273.

Czytanie jest to pilne wnikanie skupionym duchem w Święte Pisma. Rozmyślanie jest wnikliwym działaniem ducha, badającym treść ukrytej prawdy przy pomocy własnego rozumu. Modlitwa jest skierowaniem ku Bogu oddanego serca celem oddalenia zła lub uzyskania dobra. Kontemplacja jest jakimś uniesieniem ponad siebie ducha zakotwiczonego w Bogu, jest zakosztowaniem radości wiekuistej słodyczy<sup>14</sup>.

Guigo umieszcza *meditatio* pomiędzy czytaniem a modlitwą oraz podkreśla aktywność rozumu podczas jej trwania. Pisze też, że „czytanie i rozmyślanie należy zarówno do dobrych i złych”<sup>15</sup>. Czytanie i rozmyślanie wzajemnie się warunkują i dopełniają, zła Księga powoduje błędne rozmyślenia oraz odwrotnie – właściwe słowa przyczynią się do dobrego rozważania. Kto jest uprawniony do podjęcia stopni wymienionych przez Guigo? Słowa listu kierowane są do mnichów, od których oczekuje się na pierwszym stopniu aktywności, na drugim – spostrzegawczości, a trzecim – pełnego oddania. Wspomniani są też filozofowie pogańscy; kierowani rozumem, przy jego pomocy doszli do tego, na czym polega najwyższa prawda i dobro, ale mnich zarzuca im wyniosłość i zarozumiałość. Oddanie się lekturze i poświęcenie jej czasu ma określony cel; ma „wyciągnąć sok”, to znaczy rozważyć swój własny stan i czynić tak, jak w opisanych historiach, aby zbliżyć się do Boga. Nie chodzi tutaj o rozmyślanie dla niego samego i dla siebie, ale jest ono wstępnym etapem do modlitwy i kontemplacji.

Jak Guigon opisuje szczebel *meditatio*? Posługuje się paletą różnorodnych metafor: rozmyślanie znajduje słodycz życia szczęśliwego, „żuje i rozdrabnia”<sup>16</sup>, jest mięszem<sup>17</sup> (podczas gdy czytanie łupiną), przypomina woń olejku z rozbitego alabastrowego flakonu. Dalej przytoczę dłuższy, istotny fragment:

---

<sup>14</sup> *Ibidem*, s. 258.

<sup>15</sup> *Ibidem*, s. 261.

<sup>16</sup> *Ibidem*.

<sup>17</sup> *Ibidem*, s. 259.

Czytanie niby fundament występuje pierwsze. Ono podsunąwszy temat, prowadzi nas do rozmyślenia. Rozmyślanie z większą pilnością bada to, czego należy pragnąć; i jakby kopiąc, poszukuje i znajduje skarb, i ukazuje go. Ale nie mogąc samo z siebie tego osiągnąć, prowadzi nas do modlitwy<sup>18</sup>.

Stosowane powyżej metafory odnoszą nas „do porządku wewnętrznego rozpoznania”<sup>19</sup>. Wskazują na doświadczanie i przeżywanie rozmyślenia, na wewnętrzne roztrząsanie, drobienie, przeżuwanie, które są nieustanną i mozolną pracą, czekającą na spełnienie. Można powiedzieć, że są etapem dojrzewania dobrze znanego owocu, którego nie można zjeść.

Guigo udziela szczegółowych rad, jak rozważać Pismo, cytuje: „Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą” (Mt 5, 8). Następnie pokazuje, jak rozwijać i prowadzić myśl, która „zagłębia stopę, wchodzi do wnętrza, jedno po drugim bada dokładnie”<sup>20</sup>. „Pragnąc zatem pełniejszego wyjaśnienia, zaczyna ona żuć i rozdrabniać to winogrono, umieszcza je niby w tłoczni, a potem pobudza umysł do badania tego, czym jest owa cenna czystość i jak ją można osiągnąć”<sup>21</sup>. Wybrany wers czy temat z Pisma Świętego mnich rozwija, opowiada tę samą historię na różne sposoby, analizuje słowo po słowie, odnosi każde z nich do swojego wnętrza, rozszerza znaczenie. Całą „drogę” Guigo tak podsumowuje: „Widzisz jak wiele soku wypłynęło z tego małego winogrona, jak wielki ogień powstał z tej iskry? (...) A jakże jeszcze mogłaby się rozszerzyć, gdyby do tego zabrał się ktoś biegły?”<sup>22</sup> W medytację wpisana jest nieustanna aktywność, doskonalenie się, wprawianie, ulepszanie, poświęcenie, których cel stanowi uzyskanie sprawności w odczytywaniu Pisma. Ten mozolny wysiłek nieustannie wspomaga modlitwa.

<sup>18</sup> *Ibidem*, s. 269.

<sup>19</sup> *Ibidem*, s. 269.

<sup>20</sup> *Ibidem*, s. 259.

<sup>21</sup> *Ibidem*, s. 259.

<sup>22</sup> *Ibidem*, s. 261.

*Meditatio* u Guigona jest dokładnym analizowaniem, rozdrabnianiem słów Pisma Świętego, odnoszeniem ich do życia ascetycznego, sprawnością przeznaczoną dla mnichów oraz szczeblem prowadzącym do modlitwy i kontemplacji. W tej wizji „czytanie bez medytacji jest jałowe, rozmyślanie bez czytania – narażone na błędy, modlitwa bez rozmyślania – oziębła, rozmyślanie bez modlitwy – bezowocne”<sup>23</sup>.

W renesansie – epoce reformacji, humanizmu i druku – pojęcie medytacji znów zmienia znaczenie. W XVI wieku Ignacy Loyola dokonuje uporządkowania, ułożenia i uściślenia jej reguł. Zgodnie z uwagą 1: „Pod nazwą ćwiczenia duchowne rozumiemy każdy rachunek sumienia, rozmyślanie, kontemplację, modlitwę ustną i myślną oraz wszystkie inne czynności duchowe (...), ćwiczenia duchowne to przygotowywanie i usposobienie duszy po to, żeby się *pozbyć nieuporządkowanych przywiązań* [podkr. UR]”<sup>24</sup>. Medytacje trwają trzydzieści dni i składają się z czterech części; pierwsza z nich zajmuje się rozważaniem i kontemplowaniem grzechów. Medytacja ignacjańska jest traktowana jako część modlitwy, a jej pierwszy etap to „rachunek sumienia”. Ignacy Loyola rozszerza grono osób mogących ją praktykować, są to nie tylko mnisi i kapłani, ale wszyscy chrześcijanie, prości i wykształceni. Ćwiczenia należy dobierać odpowiednio do usposobienia człowieka, jego wieku, wykształcenia i uzdolnień. Jednak podstawowym rozróżnieniem w przydzielaniu zadań i rozmyślań jest podział na tych, którzy zajmują się jedynie medytacją, oraz na pochłoniętych sprawami publicznymi. Przytoczę ćwiczenia dla tych drugich:

Niech przez trzy dni każdego ranka odprawia godzinne rozmyślanie o pierwszym, drugim i trzecim grzechu [45-53], przez następne trzy dni o tej samej porze rozmyślanie o grzechach własnych [55-61], wreszcie przez następne trzy dni ciągle o tej samej porze, takie samo godzinne rozmyślanie o karach odpowiadających grzechom [65-72]. Do tych trzech rozmyślań trzeba mu podać dziesięć uwag dodatkowych [73-90].

<sup>23</sup> *Ibidem*, s. 271.

<sup>24</sup> I. Loyola, *Ćwiczenia duchowne*, przeł. J. Ożóg, Kraków 1996, s. 2.

Podobnie trzeba postąpić z tajemnicami z życia Chrystusa, naszego Pana, co szeroko wyjaśnimy w dalszym ciągu tych ćwiczeń<sup>25</sup>.

Loyola pisze, że większy pożytek z ćwiczeń będzie wówczas, kiedy odbędą się w odosobnieniu. Dodatkowym elementem wspierającym medytację jest regularny udział we mszy świętej i nieszpórach. Każde rozmyślanie zaczyna się modlitwą przygotowawczą, później są dwa wprowadzenia:

[47] Wprowadzenie 1. Polega na wyobrażeniu sobie miejsca. Mówię o miejscu materialnym, na przykład o świątyni lub o górze, gdzie się znajduje Jezus Chrystus lub Nasza Pani [Maryja], odpowiednio do tego, co chcę kontemplować. [Jeżeli przedmiot kontemplacji lub rozmyślenia jest] niewidzialny – tak jak tutaj: o grzechach – wyobrażenie miejsca będzie polegało na popatrzeniu na moją duszę, jakby była uwięziona w tym mogącym się zepsuć ciele.

[48] Wprowadzenie 2. Prosić Boga, naszego Pana, o to, czego chcę i czego pragnę.

Kolejnym etapem rozważań są główne punkty; jest ich zazwyczaj kilka. Można je nazwać medytacją właściwą: punkty są poprowadzeniem myśli, roztrzásają grzechy, wady czy tematy z Pisma Świętego. Zgodnie z uwagą 3, „posługujemy się rozumem, kiedy [treść] roztrzásamy”<sup>26</sup>, a „wołą, kiedy wyraża się uczucia i rozmawia ustnie bądź myślnie z Bogiem”. Każde rozważanie wieńczy rozmowa z Chrystusem jak z przyjacielem.

Medytacje ignacjańskie poszerzają paletę tematów do roztrzásania: są nimi słowa Pisma, ale też własne grzechy, rozmyślania o piekle, stanach życia, rozważania nad pychą i wyniosłością, podejmowaniem wyborów, o poprawie i reformie własnej egzystencji. Na uwagę zasługuje czwarte ćwiczenie [64]: to zebranie tego, co było w trzecim, „mówię o zebraniu, ponieważ rozum, nie błąkając się po bezdrożach,

<sup>25</sup> *Ibidem*, s. 5.

<sup>26</sup> *Ibidem*.



rozważa starannie przez wspomnianie tego, co kontemplował w minionych ćwiczeniach”.

Rygoryzm, dyscyplina i skrupulatność przekładają się na uporządkowany, powoli i stopniowo zmieniany dobór tematów do medytacji:

W całym tym tygodniu i w pozostałych powinienem czytać to, co dotyczy tajemnicy (...), aby rozmyślanie nad jedną tajemnicą nie zakłócało rozważania nad inną<sup>27</sup>.

W addycjach czyli uwagach dodatkowych Loyola podaje szereg szczegółowych zasad, których należy przestrzegać podczas rekolekcji. Są nimi: unikanie myślenia o tym, co przyjemne, lepiej dla duszy odczuwać żal. Loyola zaleca zamknięcie okien i drzwi, aby nie wpuszczać żadnego światła. Jezuita pisze też, że nie wolno się śmiać, a wzrok należy mieć spuszczoney. Wspomnę jeszcze o drugim sposobie modlitwy [249], który polega na tym, że człowiek, klęcząc bądź siedząc, z oczyma zamkniętymi bądź wzrokiem utkwionym w jednym punkcie, wypowiada słowo „Ojcze” i rozważa je tak długo, aż odnajdzie znaczenie, smak bądź pociechę. Tutaj medytacja jest jednocześnie modlitwą i kontemplacją; widzimy, że Loyola inspirował się hezychazmem.

Na zakończenie nasuwa się pytanie: jaka jest różnica pomiędzy medytacją a kontemplacją w *Ćwiczeniach*? Wydaje się, że kontemplacja będzie braniem z roztrząsanej treści (z medytacji) tego, co najbardziej istotne. Zaznaczę, że w czwartym tygodniu rekolekcji w miejsce medytacji pojawia się i przeważa kontemplacja, np. [230] kontemplacja dla uzyskania miłości. Zatem, chodzi w niej o wewnętrzne przyswojenie i odczucie treści, „przecież nie ogrom wiedzy napełnia i nasycza duszę, lecz raczej wewnętrzne rozumienie rzeczy i smakowanie w nich”<sup>28</sup>.

Reasumując, medytacja ignacjańska jest dostępna dla wszystkich, to istotna część modlitwy i rekolekcji. Jej reguły są szczegółowo określone – Ignacy „włożył w gorset” nie tylko sposób czytania Pisma, ale też porządek dnia, sposób myślenia i prowadzenia życia.

<sup>27</sup> *Ibidem*, s. 20.

<sup>28</sup> *Ibidem*.

Kartezjusz był wychowankiem jezuitów: „od 1613 zaczął pogardzać książkami (...). Jego nauczyciele obiecali mu zbyt wiele. Zapewniali, że Pismo da mu jasną i pewną znajomość wszystkiego, co jest potrzebne w życiu”<sup>29</sup>. Zdobywszy wiedzę uniwersytecką, porzucił studiowanie i wziął udział w wojnie trzydziestoletniej. Jako żołnierz odstawał od innych, bowiem w wolnej chwili, jak pisze:

Siedziałem przez cały dzień zamknięty sam w ciepłej izbie, mając pełną swobodę zajmowania się swoimi myślami. Wśród nich jedną z najdonioślejszych był pomysł, aby rozważyć fakt, że często dzieła poskładane z wielu osobno powstałych części i wykonywane ręką rozmaitych mistrzów mniej są doskonałe niż te, nad którymi pracował tylko jeden człowiek<sup>30</sup>.

Można powiedzieć, że od samotnych rozmyślań jednego człowieka zaczęła się zmiana rozumienia medytacji na Zachodzie. Na dodatek, w XVII wieku „filozofia odrywa się od religii. Zmierza ona do laicyzacji dawnych zagadnień, nad którymi rozmyśla w dalszym ciągu”<sup>31</sup>. Znajomi Kartezjusza – jezuiti – w jego *Medytacjach* widzieli „przejawy niebezpiecznego nowatorstwa”<sup>32</sup>. Rozważanie u Kartezjusza uwalnia się od teologii i staje się, przede wszystkim, rozmyślanie człowieka nad sobą oraz wszystkim, co go otacza. Należy też wspomnieć, że „pierwszymi kartezjańczykami stali się przedstawiciele wykształconego mieszczaństwa”<sup>33</sup>.

Zwrotem w życiu Kartezjusza było opracowanie metody, która ściśle łączyła się z medytacją. Nie chodziło w niej o poznanie, które dokona się dzięki modlitwie i interwencji Boga, ale o takie, które zależy od obranej metody prowadzenia myśli i badań. W dużym

<sup>29</sup> H. Lefebvre, *Kartezjusz*, Warszawa 1950, s. 35-36.

<sup>30</sup> Kartezjusz, *Rozprawa o metodzie*, cz. II.45, <https://wolnelektury.pl/katalog/lektura/rozprawa-o-metodzie.html>, [25.06.2014].

<sup>31</sup> H. Lefebvre, *Kartezjusz*, *op. cit.*, s. 23.

<sup>32</sup> Kartezjusz, *Medytacje o filozofii pierwszej*, przeł. M. i K. Ajdukiewiczowie, Kęty 2001, s. 13.

<sup>33</sup> H. Lefebvre, *Kartezjusz*, *op. cit.*, s. 35.

skrócie, *Rozprawa o metodzie* miała ścisły plan: jej część pierwsza przedstawiała dzieje myśli oraz krótką biografię autora. Druga była wyłożeniem czterech reguł metody: mówią one, że każdą rzecz trzeba badać w całości, unikać pośpiechu i uprzedzeń, aż rzecz pojawi się umysłowi jasno i wyraźnie<sup>34</sup>. Podejmowane zagadnienie należy dzielić na części, porządkować myśli, zaczynając od przedmiotów najprostszycych po trudniejsze. Kartezjusz zaleca robić dokładne wyszczególnienia i przeglądy ogólne, aby niczego nie pominąć. Podejmuje tutaj odważny postulat, że nauka powinna być przebudowana. W trzeciej części *Rozprawy* omawia moralność tymczasową, a w czwartej zakreśla podstawę nauki: *cogito ergo sum*<sup>35</sup>. Jak pisze, dzięki tak prowadzonym badaniom:

oswobadzałem się pomalą z wielu błędów, które mogą zaciemniać nasze światło przyrodzone i osłabiać naszą zdolność pojmwania<sup>36</sup>.

Co więcej, ćwicyłem się wciąż w metodzie, jaką sobie przypisałem; poza tym bowiem, iż starałem się na ogół prowadzić wszystkie moje myśli wedle jej reguł<sup>37</sup>.

Od tego momentu medytacja to tyle, co metodyczne, wątpliwe myślenie podmiotu o sobie, Bogu oraz świecie.

Ważnym momentem jest wydanie *Meditationes de prima philosophia*, czyli medytacji metafizycznych lub rozważań nad filozofią pierwszą. Autor tak pisze o celu, który sobie stawia w tej rozprawie:

<sup>34</sup> Kartezjusz w *Medytacji IV* precyzuje rozumienie poznania jasnego i wyraźnego: „Ponieważ każde jasne i wyraźne ujęcie jest bez wątplenia czymś (rzeczywistym i pozytywnym), a zatem nie może powstać z niczego, lecz Bóg musi być jego twórcą, ów Bóg najdoskonalszy – powiadam – którego istota wyklucza, by był zwodzicielem; dlatego każde jasne i wyraźne pojęcie jest niewątpliwie prawdziwe”. Kartezjusz, *Medytacje o filozofii pierwszej*, *op. cit.*, s. 80.

<sup>35</sup> H. Lefebvre, *Kartezjusz*, *op. cit.*, s. 57.

<sup>36</sup> Kartezjusz, *Rozprawa...*, cz. I.44.

<sup>37</sup> *Ibidem*, cz. III.63.

przytaczam je nie dlatego, żebym je uważał za bardzo pożyteczne dla udowodnienia tego właśnie, czego one dowodzą (że mianowicie rzeczywiście istnieje jakiś świat i że ludzie posiadają ciało itp.; o czym nikt o zdrowych zmysłach nigdy na serio nie wątpił), lecz dlatego, że rozważając owe racje, poznaje się, że nie są one ani tak silne, ani tak oczywiste jak te, dzięki którym dochodzimy do poznania naszego umysłu i Boga. W ten sposób staje się widoczne, że te są najpewniejsze i najoczywistsze ze wszystkich, jakie może znać duch ludzki. Udowodnienie tego właśnie postawiłem sobie za cel niniejszych *Medytacji*<sup>38</sup>.

Zawierają one sześć medytacji, podejmujących następujące tematy: medytacja I – *O czym można wątpić*, medytacja II – *O naturze umysłu ludzkiego, że jest on bardziej znany niż ciało*, III – *O Bogu, że istnieje*, IV – *O prawdzie i fałszu*, V – *O istocie rzeczy materialnych i raz jeszcze o Bogu, że istnieje*, VI – *O istnieniu rzeczy materialnych i o realnej różnicy między umysłem a ciałem*. Najprawdopodobniej treść *Medytacji* została napisana przed *Rozprawą o metodzie*, ale napięta sytuacja religijna i spory teologiczne uniemożliwiały wydanie rozprawy. „Mersenne zarzuca ze swej strony *Medytacjom* niezgodność pomiędzy treścią i tytułem, zaznaczając, że tekst *Medytacji* nie zawiera zapowiedzianych w tytule rozważań na temat nieśmiertelności duszy”<sup>39</sup>.

Przyjrzyjmy się trudowi pracy myśli, konsekwentnie podążającej za wybraną metodą. W medytacji II czytamy:

Wczorajsze rozważania pogrążyły mnie w takich wątpliwościach, że nie mogę już o nich zapomnieć ani nie widzę, jakby je należało rozwiązać, lecz tak dalece straciłem równowagę, jak ktoś, co wpadłszy nagle w głęboki wir, ani dna dosięgnąć, ani też na powierzchnię wypłynąć nie może. Chcę jednak wydobyć się z tego i spróbuję ponownie iść tą samą drogą, na którą wczoraj wkroczyłem<sup>40</sup>.

<sup>38</sup> Kartezjusz, *Medytacje...*, *op. cit.*, s. 41.

<sup>39</sup> *Ibidem*, s. 10.

<sup>40</sup> *Ibidem*, s. 48.

Droga do uzyskanie jasnego i pewnego sądu jest niezwykle uciążliwa, medytacja jako wątpienie, rozsadzanie własnych myśli, podkopywanie, wymaga ryzyka, wysiłku, odwagi oraz upor. Pomimo oporu przedmiotu, należy na nowo podejmować tę samą, zdyscyplinowaną drogę myślenia. W końcu Kartezjusz dochodzi do stwierdzenia:

Czymże więc jestem? Rzeczą myślącą; ale co to jest? Jest to rzecz, która wątpi, pojmuje, twierdzi, przeczy, chce, nie chce, a także wyobraża sobie i czuje<sup>41</sup>.

Tymczasem aż dziwi mnie, że umysł mój tak bardzo skłonny jest do błędu, bo chociaż rozważania me prowadzę w milczeniu, nie wydając głosu, to jednak nie mogę się uwolnić z więzów samych słów i niewiele brakuje, żebym się dał uwieść przez zwykły sposób mówienia: mówimy bowiem, że widzimy sam wosk; gdy jest on przed nami, a nie, że sądzimy na podstawie barwy i kształtu, że jest on obecny. A z tego skłonny byłbym zaraz wyprowadzić wniosek, że poznaję wosk przez działanie wzroku, a nie przez wgląd samego umysłu<sup>42</sup>.

Oderwanie się od poznania zmysłowego sprawia filozofowi wiele trudności, pomimo tego nie rezygnuje. Zdaje się na umysł, którego jasne poznanie jest szczytem i spełnieniem medytacji.

Od Kartezjusza medytacja została włączona do filozofii jako metodyczne rozważania podmiotu. W medytacjach kartezjańskich główną rolę odgrywa umysł ludzki, to on przeprowadza dowodzenie na istnienie Boga.

Warto wspomnieć, że od lat siedemdziesiątych i osiemdziesiątych XIX wieku medytacja na Zachodzie została ponownie odkryta w dwóch formach: po pierwsze, jako praktyka religijna pochodząca ze Wschodu i kojarząca się z jogą oraz szeregiem buddyjskich praktyk opierających się na niej. Po drugie, jako „świecka medytacja”, której celem są

<sup>41</sup> *Ibidem*, s. 51.

<sup>42</sup> *Ibidem*, s. 54.

terapeutyczne właściwości, tj. redukcja stresu, odprężenie, samodoskonalenie; w takiej formie jest poddawana badaniom naukowym<sup>43</sup>. Powyższe rozumienie przysłoniło bogatą historię i oryginalność zachodniej *meditatio*. Wiedząc o tym problemie, Hans Waldenfels pisał:

Medytacja jest magicznym słowem naszych dni; „magicznym”, ponieważ człowiek rozgląda się za uzdrawiającymi mocami, które uwolniłyby od zagrożenia jego ludzką egzystencję i świat, do którego należy<sup>44</sup>.

Mam nadzieję, że to zaciemnione znaczenie pojęcia „medytacja” na Zachodzie zdołałam choć trochę „odczarować”, oczyścić, pokazać, jak wiele różnych doświadczeń konceptualizuje i opisuje.

W tym artykule została pokazana zmiana znaczenia pojęcia medytacja – od szeptania, zapamiętywania i rozważania Prawa w Starym Testamencie, po przeżuwanie słów Pisma Świętego, traktowanych jako wprowadzenie do modlitwy u Guigona II, poprzez medytację jako część modlitwy oraz szczegółową i wymagającą praktykę religijną ujętą przez Ignacego Loyolę, aż po medytację Kartezjusza, pojmowaną jako wąpiące i metodyczne myślenie podmiotu, zmierzające do jasnego i precyzyjnego poznania naturalnego.

## BIBLIOGRAFIA

Biblia Tysiąclecia, Poznań 2000.

L. Cunningham, K.J. Egan, *Christian Spirituality: Themes from the Tradition*, New York–Mahwah NJ 1996, s. 87.

A. Filmer-Lorch, *Inside Meditation: In Search of the Unchanging Nature within*, Leicester 2012.

Guigo II, *List o życiu kontemplacyjnym*, przeł. benedyktyni tynieccy, Tyniec 2001.

<sup>43</sup> A. Filmer-Lorch, *Inside Meditation...*, *op. cit.*, s. 10.

<sup>44</sup> H. Waldenfels, *Medytacja na Wschodzie i Zachodzie*, przeł. A. Bronk, Warszawa 1984, s. 7.

- Kartezjusz, *Medytacje o filozofii pierwszej*, przeł. M. i K. Ajdukiewiczowie, Kęty 2001.
- Kartezjusz, *Rozprawa o metodzie*, <https://wolnelektury.pl/katalog/lektura/rozprawa-o-metodzie.html>, [25.06.2014].
- R. Koselleck, *Dzieje pojęć. Studia z semantyki i pragmatyki języka społeczno-politycznego*, przeł. J. Marecki, Warszawa 2009.
- H. Lefebvre, *Kartezjusz*, Warszawa 1950.
- I. Loyola, *Ćwiczenia duchowne*, przeł. J. Ożóg, Kraków 1999.
- H. Waldenfels, *Medytacja na Wschodzie i Zachodzie*, przeł. A. Bronk, Warszawa 1984.



Foto: Kuba Szczęśniak 2013