

**Jaworski, Romuald / Koczwarą,  
Magdalena**

---

**Duchowość teocentryczna i  
antropocentryczna. Refleksja  
psychologiczna**

---

Studia Płockie 39, 165-182

---

2011

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych oraz w kolekcji mazowieckich czasopism regionalnych mazowsze.hist.pl.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach  
dozwolonego użytku.

*Ks. Romuald Jaworski  
Magdalena Koczwara*

---

## **DUCHOWOŚĆ TEOCENTRYCZNA I ANTROPOCENTRYCZNA REFLEKSJA PSYCHOLOGICZNA**

Duchowa sfera ludzkiej egzystencji coraz częściej staje się przedmiotem rozważań wielu autorów zajmujących się różnymi aspektami życia jednostek i całych społeczeństw. Wśród nich spotyka się nie tylko teologów, czy filozofów, lecz osoby związane w swoim zawodzie ze sztuką i językiem, życiem kulturowym i społecznym, czy uprawianiem sportu. Można więc zauważyć, że pośród zatroskania o materialne zabezpieczenie bytu oraz czerpania przyjemności i satysfakcji z używania dóbr materialnych i społecznych, pojawiają się w człowieku refleksje na temat własnego postępowania, sensu życia i cierpienia. Niektórzy ludzie próbują odnaleźć sens życia w przewyżnianiu siebie, w pracy nad sobą, niesieniu pomocy potrzebującym. Również w psychologii coraz częściej mówi się o wymiarze duchowym człowieka i związanej z nim potrzebą duchowego rozwoju do pełni życia.

Powstaje jednak pytanie, czy ktoś lub coś zdoła całkowicie wypełnić duchową pustkę, która pojawia się w człowieku wskutek zranień spowodowanych brakiem miłości w rodzinie, własnymi słabościami czy utratą najbliższych. Dlatego niektórzy ludzie nie wyobrażają sobie życia niosącego wiele obaw, problemów i konfliktów, bez kontaktu z żywą Osobą Boga, który wspomaga swoją łaską, okazuje miłosierdzie, daje przebaczenie. Życie wiarą prowadzi ich do przekonania, że pod okiem miłującego Boga – Ojca, rozpoznając Jego wolę i realizując ją, z Jego pomocą zdołają pokonać wszelkie trudności i dojść do prawdziwego życia w pełni.

Na podstawie obserwacji i codziennych doświadczeń oraz pojawiających się wypowiedzi na temat duchowej sfery ludzkiego życia, zawartych w literaturze psychologicznej i teologicznej można postawić tezę o istnieniu dwóch typów duchowości: teocentrycznej i antropocentrycznej. Dalsze rozważania będą zmierzały w kierunku odpowiedzi na pytanie, czym charak-

teryzuje się duchowość, która w centrum życia stawia Boga, i czym ona się różni od duchowości skoncentrowanej na człowieku, jego dążeniach, upodobaniach i potrzebach.

### 1. Źródła duchowości teocentrycznej i antropocentrycznej

Źródłem duchowości teocentrycznej jest teza o stworzeniu człowieka na obraz Boży. W. Stinissen prawdę o Bożym obrazie w człowieku określa głębszym wymiarem osoby. Zdaniem tego autora, człowiek zapytany: „Kim jesteś?” – może odpowiedzieć ograniczając się do ujawnienia nazwiska, pozycji społecznej lub cech charakteru, które często nie stanowią o głębi jego osobowości. Określa się człowieka np. jako choleryka nie uwzględniając jego wewnętrznych zmaganií wynikających z pragnienia zmiany charakteru. Nie jest także wyczerpujące rozeznanie struktury własnej osobowości z jej elementami zdrowymi i chorymi, czy docieranie do podświadomości i odnajdywanie przyczyn kompleksów, jakich człowiek nabawił się w życiu. Dopiero odpowiedź: „Najgłębsze źródło mojej osoby dotyka Boga, ponieważ jestem z Boga zrodzony i spoczywam ukryty w Bogu”<sup>1</sup> sięga, według autora, tej podstawowej cząstki w człowieku, która łączy go z Bogiem.

W. Stinissen przypomina, że już Platon uważał pamięć za korzeń wszelkiego życia duchowego. Traktował „odwieczne idee” jako początek wszystkich rzeczy widzialnych, o których człowiek posiada pewną wiedzę, ponieważ oglądał je w czasie swego wcześniejszego istnienia. I chociaż chrześcijanie nie mogą dać wiary temu ostatniemu stwierdzeniu o wcześniejszym istnieniu, to jednak, według autora, Platon powiedział coś, na co św. Augustyn zwrócił szczególną uwagę. Ponieważ człowiek został stworzony na Boże podobieństwo, jest skierowany na Boga. Stąd słowa św. Augustyna: „Stworzyłeś nas bowiem jako skierowanych ku Tobie. I niespokojne jest serce nasze, dopóki w Tobie nie spocznie”. W. Stinissen stwierdza, że głęboko w ludzkiej pamięci znajduje się to fundamentalne skierowanie na Boga, a tęsknota za Nim sprawia, że próby kompensacji tej potrzeby prowadzą do wewnętrznego rozdarcia, ponieważ wtedy człowiek wypiera swoją prawdziwą istotę. A ponieważ Bóg jest miłością, to również „prawdziwą osobowością człowieka jest miłość”<sup>2</sup>. Człowiek w duchowości teocentrycznej jest przekonany, że to Bóg pierwszy wychodzi mu na spotkanie i objawia mu siebie. „Człowiek szukał Boga na zewnątrz, a Bóg pierwszy wychodzi mu na spotkanie na jego własnym poziomie, a więc na zewnątrz, aby wprowadzić go na powrót do jego wnętrza”. Chrystus święty, który umożliwia rozwój chrześcijańskiej duchowości, jest decydującym krokiem

<sup>1</sup> W. Stinissen, *Ani joga ani zen. Chrześcijańska medytacja głębi*. Poznań 2000, s. 41-42.

<sup>2</sup> Tamże, s. 42.

ku temu, by opuścić zewnętrznego człowieka i powrócić do wewnętrznego, stworzonego na Boży obraz<sup>3</sup>.

Na podstawie literatury można stwierdzić, że źródło duchowości antropocentrycznej stanowią niektóre potrzeby człowieka. I tak np. A. H. Maslow<sup>4</sup> mówi o potrzebach uporządkowanych w hierarchiczny system. Wyróżnione przez niego potrzeby braku ustają, natomiast potrzeby rozwoju będące potrzebami wyższego rzędu – nasilają się w miarę ich zaspokajania. Jak pisze S. Głaz, E. Fromm, nie mogąc się pogodzić z myślą Z. Freuda, że religia ma swój początek w bezradności człowieka wobec zewnętrznych sił natury i wewnętrznych sił instynktownych, uznaje na podstawie badań istnienie naturalnej, głęboko w nim zakorzenionej potrzeby autorealizacji. Potrzeba ta zakłada akceptację i przejęcie pewnego systemu wartości, określonego przedmiotu czci oraz kultu, czyli religię. Według Fromma, w religii humanistycznej wiara wywodzi się z własnych wewnętrznych przekonań człowieka<sup>5</sup>. Podobnie P. Tillich (do którego odwołuje się E. Fromm) wykluczając uwarunkowanie transcendentne, czyni czysto ludzką potrzebę źródłem czci, troski ostatecznej i przedmiotu orientacji człowieka. Jest tu również mowa o potrzebie wyrażania i uzewnętrzniania czci dla przyjmowanych wartości<sup>6</sup>.

Tak więc zakładamy, że źródłem duchowości antropocentrycznej są potrzeby rozwoju, autorealizacji, posiadania przedmiotu orientacji. Duchowość antropocentryczna nawiązując do psychologii transpersonalnej podkreśla, że człowiek ma potrzebę zaangażowania się w coś większego niż on sam.

## 2. Obraz Boga w duchowości teocentrycznej i antropocentrycznej

*W duchowości teocentrycznej* ważne jest zwrócenie uwagi na dwa aspekty dotyczące obrazu Boga. Pierwszym z nich jest prawda odnosząca się do Boga osobowego. Bóg jest Osobą, z którą człowiek się spotyka, pragnie obdarzać Ją miłością, rozmawia z Nią o swoich radościach i troskach, dziękuje za otrzymane dary, prosi o pomoc w pracy nad sobą i w wypełnianiu obowiązków. Ks. J. Tischner mówi: „Bóg jest Osobą, a zatem żyjącym dobrem najwyższym, najwyższą radością, najwyższym pięknem. Wszelkie dobro, piękno i radość rozsiane w stworzeniu jest jedynie przedsmakiem tego, co się znajduje w Bogu”<sup>7</sup>.

Druga prawda dotyczy Jednego Boga w Trzech Osobach. T. Goffi mówi: „w życiu duchowym wierzącego Osoby Boskie działają w ścisłej zależności od siebie. Bóg Ojciec rodzi nas w Synu mocą Ducha. Przez Ducha sta-

<sup>3</sup> T. Dajczer, *Rozważania o wierze*. Częstochowa 1992, s. 151.

<sup>4</sup> A. H. Maslow, *W stronę psychologii istnienia*. Warszawa 1986.

<sup>5</sup> S. Głaz SJ, *Konstruktywna i destruktywna rola religii w rozwoju jednostki*, w: P. Oleś (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii osobowości*, Lublin 1997, s. 205.

<sup>6</sup> Por. tamże, s. 205.

<sup>7</sup> J. Tischner, *Jak żyć?* Wrocław 1994, s. 8.

jemy się dziećmi Ojca Niebieskiego w Synu, by być w komunii z Ojcem ku Jego chwale”<sup>8</sup>. Dla chrześcijanina ta prawda jest istotna, ponieważ zakłada istnienie relacji pełnej miłości, do której czuje się zaproszony. Za O. W. Stinissenem można stwierdzić, że „przed objawieniem się Boga jako Trójcy, człowiek spoglądał na Boga jak na świat zamknięty. Teraz ów świat się otworzył, a człowiek zyskał wgląd w wewnętrzne życie samego Boga. Równocześnie też zauważył, że Bóg jest jeszcze bardziej niepojęty niż myślał”<sup>9</sup>.

Autor podaje, że chrześcijanin widzi niepojętość Boga na krzyżu, gdzie On oddał za niego swoje życie i umożliwił uczestniczenie w głębi życia duchowego<sup>10</sup>. Człowiek uczestnicząc w pełnym miłości wewnętrznym życiu Trójcy Świętej, może odpowiadać na miłość Boga stawiając Go w centrum życia. Dzięki temu jest zdolny też do budowania bezinteresownych relacji z innymi ludźmi.

*W duchowości antropocentrycznej* Bóg utożsamiany jest z bezosobową siłą i energią oraz traktowany jako symbol tego, czym człowiek powinien się stać. Dlatego obraz Boga może się tu niekiedy łączyć z duchowością New Age, charakteryzującą się następującymi założeniami:

1. Świat jest tym, czym myślisz, że jest.
2. Energia płynie tam, gdzie kieruje się twoja uwaga.
3. Nie ma żadnej mocy w przyszłości i przeszłości. Teraz jest czas mocy.
4. Miłość znaczy być usatysfakcjonowanym.
5. Cała moc pochodzi z wewnątrz. Jakakolwiek inna siła istniejąca poza tobą jest iluzją.
6. Skuteczność jest miarą prawdy<sup>11</sup>.
7. To wszystko, co nas otacza oraz człowiek stanowią fragment jednej rzeczywistości, wszelkie zaś podziały między bytami są pozorne, bo wszystko stanowi integralną jedność i dlatego ostatecznie istnieje tylko jeden byt bezosobowy. Jest to energia (utożsamiana też ze świadomością), która posiada boską naturę<sup>12</sup>.

P. Mc Guire pisze, że New Age traktuje ludzi i kosmos jako utworzonych w swej istocie z Boga i dlatego posiada nieograniczony potencjał. Człowiek, który nie ma żadnych ograniczeń, uosabia całą potęgę, wiedzę i mądrość kosmosu oraz jego boski charakter. Problem człowieka polega na niewystarczającym zdawaniu sobie sprawy z bycia bogiem.<sup>13</sup>

<sup>8</sup> J. W. Gogola, *Teologia komunii z Bogiem*, Kraków 2001, s. 38.

<sup>9</sup> Stinissen, dz. cyt., s. 26.

<sup>10</sup> Tamże, s. 26.

<sup>11</sup> P. McGuire, *Jak ewangelizować New Age?* Toruń 1995, s. 28.

<sup>12</sup> A. Kulik, *Elementy destrukcji w oddziaływaniu New Age*, w: P. Oleś (red.), *Wybrane zagadnienia z psycho-logii osobowości*, Lublin 1997, s. 244.

<sup>13</sup> Mc Guire, dz. cyt., s. 135.

Również R. N. Baer przedstawia poglądy tzw. „humanizmu kosmicznego” (związanego z New Age), którego podstawą jest przekonanie, że człowiek posiada boską naturę i postrzega świecki humanizm jako zaprzeczający istnieniu Boga, oparty na ludzkich, intelektualnych, twórczych i moralnych siłach, „umieszczający człowieka na ziemskim tronie naukowego racjonalizmu, samogenerującej się prawdy, samokreującego się przeznaczenia”<sup>14</sup>.

Przedstawione tu poglądy nawiązują do niektórych humanistycznie zorientowanych koncepcji dotyczących człowieka. Przykładem jest E. Fromm, który podkreśla wartość religii humanistycznych. Autor twierdzi, że Bóg w religiach tych stanowi symbol potencjalnych możliwości człowieka, które człowiek stara się zrealizować w swoim życiu oraz jest obrazem wyższego „ja” i symbolem tego, czym człowiek powinien się stać<sup>15</sup>.

Na podstawie powyższych założeń widoczne są różnice obrazu Boga w duchowości teocentrycznej i antropocentrycznej. W pierwszej z nich Bóg jest Osobą, która zaprasza człowieka do uczestnictwa w Jego misterium, w drugiej obraz Boży w człowieku definiowany jest jako najwyższy poziom ludzkiego rozwoju<sup>16</sup>.

### 3. Sposoby realizacji duchowości teocentrycznej i antropocentrycznej

*W duchowości teocentrycznej istotne miejsce zajmuje nawrócenie i pokuta. Przy nawróceniu (grec. „metanoia”) konieczna jest zmiana poglądów i postaw. „Metanoia – przemiana dotyczy całej postawy człowieka, jego myślenia, uczuć, zachowań, (...) polega na odkryciu, że nie jest ważne, co myślą o nas inni, lecz co myśli Bóg”<sup>17</sup>. Ważne wydaje się tu również odkrywanie przez człowieka Bożej miłości, nawiązanie osobowej relacji z Nim i próby szukania Jego woli. Natomiast pokuta wiąże się z wynagrodzeniem za wyrządzone krzywdy Bogu i bliźniemu. Szczególnie cenna jest tzw. pokuta zwyczajna, związana z wiernym wypełnianiem własnych obowiązków stanu<sup>18</sup>.*

W duchowości teocentrycznej człowiek rozwija swoje życie duchowe w oparciu o Bożą łaskę. W ten sposób stara się stawiać Boga w centrum całego swojego życia, dąży do rozpoznawania Jego woli i wypełniania jej, do otwartości i zaufania wobec Boga oraz Jego planów, do uwalniania ducha od nieuporządkowanych przywiązań. „Encyklopedia Katolicka” definiuje postęp duchowy jako „przejście od istniejącego do doskonalszego duchowego stanu człowieka” i jako „proces rozwoju w zakresie intelektualnym, woliowym, emocjonalnym i kulturowym w dziedzinie przyrodzonej, a u czło-

<sup>14</sup> R. N. Baer, *W matni New Age*, Kraków 1996, s. 139.

<sup>15</sup> Por. Głaz, dz. cyt., s. 207.

<sup>16</sup> Jaworski R., *Ku pełni życia. Od zabiegów o przeżycie do osiągnięcia życia w pełni*, Płock 2000.

<sup>17</sup> Tamże, s. 47-48.

<sup>18</sup> Por. Gogola, dz. cyt., s. 345.

wieka religijnego również w dziedzinie nadprzyrodzonej”. Postęp duchowy w duchowości chrześcijańskiej oznacza „nieustanny rozwój doskonałości moralnej i życia nadprzyrodzonego ku Bogu”<sup>19</sup>.

Dlatego można założyć, że w duchowości teocentrycznej stawianie Boga na pierwszym miejscu będzie również oznaczało podporządkowywanie Celowi Ostatecznemu dóbr materialnych, wewnętrznej sfery życia intelektualnego, wolitywnego, emocjonalnego i kulturowego oraz wartości z kręgu dobra, prawdy, miłości, sprawiedliwości.

A. Żychliński mówi o pracy wewnętrznej, która polega na ignacjańskim *agere contra* – działalności przeciwko zakusom i zachciankom egoistycznej natury oraz na *scire Jesum* („umiejętności Chrystusowej”) – chwytniu łaski chwili, gdyż każda chwila niesie nową pomoc łaski, każdy obowiązek, zdarzenie i okoliczność życia związana jest z osobną łaską uczynkową, daną od Boga. To, czy daną łaskę człowiek przyjmie, czy odrzuci, stanowi treść jego życia duchowego<sup>20</sup>.

Zatem człowiek w duchowości teocentrycznej opiera swój rozwój duchowy na współpracy z Bożą łaską. Katechizm Kościoła Katolickiego pokazuje, że „łaska jest uczestnictwem w życiu Boga, wprowadza nas w wewnętrzne życie Trójcy Świętej” oraz „jest przychylnością, darmową pomocą Boga, byśmy odpowiedzieli na Jego wezwanie i stali się dziećmi Bożymi, przybranymi synami, uczestnikami natury Bożej i życia wiecznego”<sup>21</sup>. Rozwój duchowy zakłada odpowiednią aktywność i dyspozycyjność człowieka polegającą na właściwym przygotowaniu i usposobieniu. Grzegorz z Nysy mówił, że życie chrześcijanina musi być ciągłym postępem duchowym, a Augustyn stwierdził, że kto nie postępuje naprzód, ten się cofa. Dlatego warunkiem postępu duchowego jest wyrzeczenie się siebie związane z ascezą, naśladowanie Chrystusa, miłości Boga oraz życie sakramentalne, zwłaszcza pełne uczestnictwo w Eucharystii<sup>22</sup>.

Asceza (z greckiego *askesis*) oznacza „ćwiczenie”, „przygotowywanie się”. L. Cremaschi<sup>23</sup> podaje, że w życiu duchowym stanowi ona metodyczny wysiłek, który ma na celu zapanowanie nad sobą i swoimi skłonnościami oraz wyrobienie w sobie dystansu do wszelkich form przyziemności. Natomiast J. Majkowski mówi, że asceza to trud (duchowy lub fizyczny) podejmowany przez człowieka dla osiągnięcia doskonałości moralnej, zjednoczenia z Bogiem, zbawienia przez opanowanie namiętności, samozapar-

<sup>19</sup> J. Stanisławski, Duchowy postęp, W: R. Łukaszyk, L. Bieńkowski, F. Gryglewicz (red.), Encyklopedia katolicka, tom IV, Lublin 1983, s. 344.

<sup>20</sup> A. Żychliński, Wtajemniczenie w umiejętność świętych, Niepokalanów 1992, s. 11-17.

<sup>21</sup> Por. Gogola, dz. cyt., s. 21-95.

<sup>22</sup> Por. Stanisławski, dz. cyt., s. 334-335.

<sup>23</sup> L. Cramaschi, Asceza, w: ks. H. Witczyk (red.), Encyklopedia chrześcijaństwa, Historia i współczesność. 2000 lat nadziei, Kielce 2000, s. 61.

cie, ograniczanie swych potrzeb życiowych, wyrzekanie się przyjemności i rezygnację z wygod<sup>24</sup>.

Ważne w duchowości teocentrycznej jest również czytanie Bożego Słowa. Szczególny wzór postępowania stanowi dla człowieka życie Jezusa, który będąc Bogiem i człowiekiem, doświadczał w pełni tego co boskie, ale również prowadził autentyczne życie ludzkie i autentycznie przeżywał różne stany duchowe. Możemy założyć u Niego ludzki proces rozwoju, ponieważ był w pełni człowiekiem. Zgłębianie życia Jezusa stanowi dla duchowego życia człowieka ogromne bogactwo. J. W. Gogola mówi, że chociaż chrześcijanin wchodzi dziś w relacje z Jezusem chwalebny, poznaje Go jednak przez Ewangelię, która „jest pierwszym źródłem dobrej i zdrowej duchowości”<sup>25</sup>. Biblia pokazuje człowiekowi, co się stanie, jeśli zaufa Bogu i pozwoli Mu się poprowadzić nawet w trudnych sytuacjach. Z Biblii można się dowiedzieć, jakie bezdroża ominąć, jakie wypełnić zadania i przez jakie przejść stadia. Słowo Boże rozbudza w człowieku nadzieję, np. pewne obrazy zawarte w psalmach przybliżające Boga jako Pasterza, Światło, Moc, Twierdzą i Skałę schronienia, stwarzają przestrzeń, w której następuje dotarcie do siebie, do swoich przeżyć i doświadczeń. Człowiek też poprzez spotkanie z Bogiem uzyskuje dystans wobec tych przeżyć.

W duchowości teocentrycznej ważne miejsce zajmuje sięganie do życia świętych. Ich sposób życia, postrzeganie świata, duchowe trudności i zmagania, może człowiek skonfrontować z własną sytuacją, uczuciami i postawami.

Człowiek z duchowością teocentryczną kieruje się pewnymi zasadami życia duchowego, które pozwalają mu odnaleźć drogę do Boga oraz uzyskać wewnętrzną wolność i radość będącą wynikiem spełniania w woli Bożej. Przykładem jest zasada rozumnego używania środków do celu św. Ignacego Loyoli, która poleca korzystać z ziemskiej rzeczywistości, jeśli jest potrzeba, i rezygnować z niej, jeśli stanowią przeszkodę do doskonałości. Kolejna zasada – obojętności – mówi o potrzebie uwolnienia ducha od nie uporządkowanych przywiązań i lęków. Natomiast o zasadzie maksymalizmu można powiedzieć, że przedstawia ona konieczność ciągłego postępu duchowego i realizowania tego, co lepsze i co będzie ku większej chwale Bożej (*ad maiorem Dei gloriam*)<sup>26</sup>.

To całe zaangażowanie człowieka dokonuje się w duchowości teocentrycznej przez modlitwę, rozumianą jako sposób komunikacji i budowania osobowej więzi między Bogiem i człowiekiem. Według C. G. Junga modlitwa wprowadza człowieka w dwoistość wobec „ja” i znajdującego się

<sup>24</sup> J. B. Soiniski, Elementy autodestrukcji w ascezie chrześcijańskiej, w: P. Oleś (red.), Wybrane zagadnienia z psychologii osobowości. Lublin 1997, s. 200.

<sup>25</sup> Gogola, dz. cyt., s. 45-46.

<sup>26</sup> J. Misiurek, W. Słomka, Ćwiczenia duchowe Ignacego Loyoli, w: R. Łukaszuk, L. Bieńkowski, F. Gryglewicz (red.), Encyklopedia katolicka, tom III., Lublin 1979, s. 962-963.



po drugiej stronie „Ty”. Ta dwoistość pozwala człowiekowi wyrwać się ze swojego małego „ja”, by spojrzeć na siebie z innego punktu, w sposób bardziej obiektywny<sup>27</sup>.

W. Stinissen mówiąc o modlitwie, przypisuje dużą rolę medytacji chrześcijańskiej, która nie ogranicza się jedynie do technicznego ćwiczenia wywołującego spokój i odprężenie. Medytacja ta bowiem zakłada relację człowieka Boga polegającą na akcji i reakcji, pytaniu i odpowiedzi. Autor nazywa ją chrześcijańską medytacją głębi, która musi mieć charakter religijny<sup>28</sup>. W duchowości teocentrycznej służy ona przygotowaniu człowieka na działanie Boga w darze kontemplacji.

W. Stinissen dużą wagę przypisuje postawie ciała, oddychaniu, czy też otwieraniu i zamykaniu oczu podczas modlitwy: „Kiedy wydechasz powietrze, to rezygnujesz z siebie, zwalniasz uścisk wokół siebie samego. Swoje życie składasz w ręce Boga, zawierzasz siebie, powierzasz się Jemu. U Niego czujesz się bezpiecznie. I dlatego pozwalasz powietrzu wychodzić z ciebie, całkowicie i w pełni, bez lęku. Wraz ze swoim „ja” wydechasz swoje problemy – wszystkie swoje troski przerzucasz na Niego (1 P 5, 7)”<sup>29</sup>. Jednak pokój stanowiący owoc modlitwy chrześcijańskiej nie jest wynikiem samej techniki, która wprawdzie może uczynić człowieka chłonnym i dyspozycyjnym, nie może wymusić reakcji Boga. Jeśli potem objawi się Pan, uczyni to niezależnie od nas. M. Daniluk podaje, że św. Teresa od Jezusa, której duchowość charakteryzowała się głęboką analizą psychologiczną, potwierdza to mówiąc: „Bóg chętnie, (choć nie zawsze) udziela łaski kontemplacji duszom przygotowanym przez myślną modlitwę i heroiczną praktykę różnych cnót, która całkowicie odrywa duszę od stworzeń”<sup>30</sup>.

Dlatego w duchowości teocentrycznej modlitwa prowadzi do osobowego spotkania człowieka z Bogiem. W ten sposób rozwija się modlitwa wewnętrzna – od rozważania życia Jezusa, poprzez budzenie się potrzeby większego milczenia i trwania w ciszy, do czynnego uczestniczenia w przekazywaniu Bożej miłości poprzez własne świadectwo życia, dzielenie się wiarą, współpracę i pomoc ofiarowaną innym ludziom. „Owoce zaś ducha jest: miłość, radość, pokój, cierpliwość, uprzejmość, dobroć, wierność, łagodność, opanowanie” (Ga 5, 22-23)<sup>31</sup>.

W duchowości teocentrycznej człowiek uzgadnia z Bogiem kierunek swojej drogi i życiowego powołania, korzystając z rachunku sumienia. J. W. Gogoła mówi o duchowym rachunku sumienia, który – w przeciwieństwie do moralnego, gdzie oddziela się dobre czyny od złych – polega na konfron-

<sup>27</sup> A. Grün, *O duchowości inaczej*, Kraków 1997, s. 18.

<sup>28</sup> Por. Stinissen, dz. cyt., s. 12-15.

<sup>29</sup> Tamże, s. 83.

<sup>30</sup> M. Daniluk, *Duchowość chrześcijańska*, w: R. Łukaszuk, L. Bieńkowski, F. Gryglewicz (red.), *Encyklopedia katolicka*, tom IV., Lublin 1983, s. 322.

<sup>31</sup> Por. Stinissen, dz. cyt., s. 8, 14-17, 28-29.

tacji zachowania człowieka z Bożym działaniem w konkretnych sytuacjach. W ten sposób człowiek uwrażliwia się coraz bardziej na obecność Boga w swoim życiu<sup>32</sup>.

Duchowość człowieka skoncentrowana na Bogu, kształtuje się we wspólnocie Kościoła poprzez modlitwę liturgiczną i życie sakramentalne. „Symbolika sakramentów otwiera nasze oczy na transcendentny wymiar istnienia: najmniejsza rzecz może nas pociągnąć i wynieść”<sup>33</sup>. C. G. Jung mówi o rytuale Mszy Świętej, który ogarnia sytuację człowieka i zmienia ją w kierunku punktu kulminacyjnego, jakim jest *consecratio*. Jest ono wydarzeniem cudownym „i nie sposób wyjaśnić na podstawie rzekomo znanej natury człowieka, ani jak to się dzieje, ani jaka jest przyczyna tego, że człowiek poczuł się zniewolony uwierzyć w ten sposób i dać świadectwo swej wierze. Musi istnieć jakaś posiadająca ową zniewalającą siłę przyczyna tego stanu rzeczy, siły tej nie sposób jednak znaleźć w potocznym doświadczeniu”<sup>34</sup>.

Człowiek w duchowości teocentrycznej ma również świadomość, że w drodze do Boga nie jest sam. Towarzyszy mu wspólnota Kościoła, składająca się z takich jak on ludzi, których łączy ta sama wiara i cel zbawienia.

*Człowiek w duchowości antropocentrycznej* stawia siebie w centrum życia. Poznawanie samego siebie, własnych zależności uznaje za jeden z punktów wyjściowych do duchowego rozwoju, prowadzący do trwałej przemiany życia. P. Socha korzystając z pracy Z. Zaborowskiego dotyczącej nieświadomości, zdaje się to potwierdzać mówiąc, że dopiero spojrzenie na samego siebie umożliwia jednostce ujrzenie siebie w relacji do świata i innych ludzi, rozpoznanie własnych doznań i przeżyć, samokontrolę, samoobserwację, samorozwój. P. Socha dodaje, że źródłem egzystencjalnych dramatów człowieka jest uświadomienie sobie własnej ograniczoności<sup>35</sup>.

W duchowości antropocentrycznej człowiek jest przekonany, że jest jedynym twórcą swojego życia, że własnymi siłami może osiągnąć pełny rozwój duchowy. Niekiedy może uznawać istnienie Boga, lecz w realizowaniu swoich życiowych celów nie liczy na Jego pomoc lub układa swoje życie według własnych planów i założeń. Wewnętrzne życie intelektualne, wolitywne i emocjonalne próbuje podporządkować osobistym potrzebom rozwoju i autorealizacji. Dlatego poszukuje wrażeń estetycznych w teatrze, poezji, muzyce, dużo wysiłku wkłada też w zdobywanie i przeżywanie wartości, m. in. prawdy, dobra, miłości i piękna.

Ważne miejsce w tej duchowości zajmuje też zabieganie o poczucie własnej godności i wartości. Według J. Kozielskiego<sup>36</sup> poczucie godności jest

<sup>32</sup> Por. Gogola, dz. cyt., s. 362-363.

<sup>33</sup> Por. Stinissen, dz. cyt., s. 29-30.

<sup>34</sup> C. G. Jung, *Symbol przemiany w mszy*, Warszawa 1992, s. 69.

<sup>35</sup> Por. Socha, dz. cyt., s. 19.

<sup>36</sup> J. Kozielski, *Człowiek wielowymiarowy*. Warszawa 1996, s. 175.

sądem sformuowanym przez osobę na temat własnego postępowania. W zakresie moralności człowiek stara się o uczciwość wobec siebie i innych, i w tym celu może posługiwać się kryterium sprawiedliwości, odpowiedzialności, troski, itp. Dbą również o przestrzeganie określonych zasad postępowania, konsekwentnie dąży do realizacji swoich postanowień.

W duchowości antropocentrycznej można wyróżnić pewne metody i techniki, które człowiek traktuje jako pomoc umożliwiającą lepszą znajomość własnych pragnień, tkwiących w nim możliwości i ograniczeń oraz kontrolę własnego postępowania i ćwiczenie swej woli. W ostatnich dziesięcioleciach wzrosły zainteresowania naturą świadomości, samoregulacją procesów psychicznych, psychologią Wschodu, technikami zmiany świadomości. S. Siek w swojej książce „Formowanie osobowości”<sup>37</sup> przedstawia technikę kształcenia charakteru w ujęciu Mieczysława Kreutza. Wydaje się, że niektóre przykłady zawarte w tej koncepcji można wykorzystać do przedstawienia sposobów kształtowania się duchowości antropocentrycznej.

Według M. Kreutza samokontrola stanowi jeden z najważniejszych elementów pracy nad formowaniem charakteru. Człowiek bowiem myśląc o swym postępowaniu, oceniając i wartościując je jako dobre i złe, skłania się do wykonywania lub powstrzymywania się od pewnych czynności. Codzienna kontrola pomaga człowiekowi stwierdzić, czy w pracy nad sobą czyni postępy, czy też jego wysiłek nie przynosi żadnych rezultatów. Wydaje się, że ważne jest tu również wieczorne rozliczanie się przed sobą z własnych postanowień, zwracanie uwagi na poprawne wykonywanie codziennych obowiązków oraz analizowanie okoliczności, w których nie udało się wykonać powziętych postanowień. Ta wewnętrzna samokontrola ma służyć lepszemu poznaniu siebie, swych wad i zalet. Zdaniem M. Kreutza powinna ona łączyć się z tzw. codziennymi rozmyślaniami dotyczącymi odpowiedzi na pytanie: „jaki stawiam sobie ogólny cel życia?”, „jakie środki prowadzą do osiągnięcia tego celu?”<sup>38</sup>. Źródłem wiedzy o sobie jest porównywanie siebie z innymi i analiza zachowań ludzi, którym się nie powiodło. Ważne jest też posiadanie dobrego przyjaciela, który reprezentuje dojrzałość psychiczną i wysoki poziom etyczny.

M. Kreutz uważa też, że dobór odpowiedniej lektury i obcowanie z odpowiednimi ludźmi pomaga w kształtowaniu charakteru: „książki, zwłaszcza powieści, biografie i opowiadania historyczne przedstawiają pewne wzory, przykłady postępowania, które później naśladujemy świadomie lub bezwiednie (...) Lektura wytwarza w dużej mierze nasz pogląd na świat, nasze przekonania, ona przyczynia się do wyrobienia pewnej postawy życiowej, tzn. „stylu życia”<sup>39</sup>.

<sup>37</sup> S. Siek, *Formowanie osobowości*. Warszawa 1986.

<sup>38</sup> Por. tamże, s. 126-129.

<sup>39</sup> Cyt. za Siek, dz. cyt., s. 131.

Korzystając z powyższych stwierdzeń można zakładać, że człowiek z duchowością antropocentryczną dba o kontakt z wartościowymi ludźmi mobilizującymi go do pracy nad sobą. Stara się też o dobór odpowiedniej lektury, która pozwala mu kształtować właściwą postawę wobec życia. Stara się o rozwój duchowy poprzez ćwiczenie się w cierpliwości i panowaniu nad sobą. Jednym z podawanych tu elementów techniki samokontroli jest odwracanie uwagi od tego, co człowieka pociąga, a czego nie chciałby robić. Stosowanie autoperswazji polega na mówieniu do siebie: „uspokój się, odpręż się”<sup>40</sup>.

Innymi metodami, które w przekonaniu wielu autorów ułatwiają kontrolowanie siebie, są autosugestia i wizualizacja. C. W. Coe i Brucknera określają autosugestię jako technikę, w której człowiek sugeruje sobie pewne sposoby zachowania w określonych sytuacjach lub przypisuje sobie jakieś właściwości. Dzięki tej technice nabywa umiejętność koncentrowania się, odprężania i uzyskiwania stanów głębokiego relaksu. Natomiast wizualizacja według S. Sieka „polega na dokładnym, bardzo szczegółowym i konkretnym wyobrażaniu sobie, przedstawianiu swojego działania takiego, jakie ono powinno być, takiego, jakie chcielibyśmy, aby było”<sup>41</sup>.

Można więc założyć, że człowiek stawiający w centrum życia samego siebie i zabiegający o doskonalenie się w sferze ducha, będzie skłonny posługiwać się tego rodzaju metodami, aby maksymalizować swoje możliwości, czy też rozładować wewnętrzne konflikty.

Metodą pracy nad sobą w duchowości antropocentrycznej jest też medytacja, która może być traktowana jako ćwiczenie uwagi, sposób relaksacji i koncentracji, czy też dążenie do poznania własnego „ja”.

Powyższe dane wskazują na rozszerzające się dążenie człowieka w kierunku samodoskonalenia i samorozwoju. Psychologia transpersonalna zwraca uwagę na religijno-duchowy wymiar człowieka i stany niezwykle, które tradycyjna psychologia traktowała do tej pory jako bezsensowne i patologiczne. Nowego znaczenia nabrały techniki kontroli i zmiany świadomości. Rozwijające się szkoły propagują tzw. kursy szybkiego uczenia się, analizy astrologiczne, terapię gestaltowską, trening rodzinny Gordona, terapię ruchową, rebirthing, uzdrawianie esoteryczne, metafizyczne doświadczanie samego siebie, medytację transpersonalną, eneagram, itp.<sup>42</sup>. Te sposoby pracy nad własną świadomością często powiązane są z psychologią Wschodu i duchowością New Age. S. Tokarski określa niektóre z nich jako „autostrady szybkiego ruchu do błyskawicznego raję”<sup>43</sup>. Przeanalizowanie wszystkich metod wykracza poza możliwości tej pracy, dlatego przybliżone zostaną tylko niektóre spośród nich.

<sup>40</sup> Tamże, s. 156-159.

<sup>41</sup> Tamże, s. 187.

<sup>42</sup> Por. Jaworski, dz. cyt., s. 82-85.

<sup>43</sup> Por. Kulik, dz. cyt., s. 246.

Na przykład „medytacja” może być traktowana jako pewne wewnętrzne skupienie polegające na braku myśli, obrazów i uczuć. Duchowość New Age proponuje medytację transpersonalną (MT) uważaną za sposób poszerzania świadomości. J. Allan i M. C. Burrell opisują tę metodę jako „doświadczenie doprowadzenia umysłu do stanu »neutralności«, zminimalizowania świadomej aktywności mózgu i powolnego poznawania swej wewnętrznej jaźni” oraz wyjaśniają, że jej ostatecznym celem jest „osiągnięcie stanu świadomości, który usprawiedliwi każde działanie”<sup>44</sup>. A. Kulik mówi, że efektem MT – według jej zwolenników – jest np. zwiększenie energii, podniesienie możliwości twórczych, zmniejszenie napięcia i obniżenie ciśnienia krwi.

Inną techniką przedstawianą przez A. Kulik jest rebirthing. Autorka opisując ją opiera się na pracy H. Platty i M. Schneidera. Metoda ta zakłada, że podstawowym traumatycznym przeżyciem, które może doprowadzić do długotrwałych zaburzeń, np. poczucia niższej wartości, klaustrofobii, są narodziny. Człowiek więc powinien powrócić do godziny narodzin, ponownie ją przeżyć i narodzić się na nowo. Według zwolenników tej metody jej duchowy wymiar oddziaływania polega na poszerzaniu świadomości i umożliwianiu spotkania z boskością. Wykorzystywane są tu np. różne formy hipnozy.

A. Kulik, nawiązując do opracowania J. Drane, opisuje też tzw. terapię kolorem opartą na założeniu, że człowiek jest tylko inną formą wyrażania się energii. Zgodnie z przedstawioną tu koncepcją światło jest głównym nośnikiem energii we wszechświecie i przepuszczane przez pryzmat daje efekt tęczy – harmonię kolorów. Zwolennicy tej metody twierdzą, że kolor otaczający człowieka wpływa na stan jego zdrowia fizycznego i psychicznego a podstawowe kolory światła odpowiadają głównym ośrodkom sił duchowych (zwanym czakrami), rozmieszczonym wzdłuż kręgosłupa. Człowiek mógłby wpływać na swój stan zdrowia, dobierając odpowiednie kolory w swoim otoczeniu i odpowiedni kolor mógłby pomóc mu w osiągnięciu zamierzonych celów i w realizacji własnych planów<sup>45</sup>.

W duchowości antropocentrycznej jednostka może cenić powyższe metody i inne techniki cielesne służące kontroli procesów psychicznych i poszerzania świadomości oraz traktować je jako sposób kontrolowania własnej świadomości, dobre ćwiczenie relaksacyjne umożliwiające koncentrację i panowanie nad własnymi uczuciami, rozumem i wolą. Człowiek posługujący się nimi jest przekonany, że wzbogaci sferę ducha o nowe doświadczenia i umiejętności, które pomogą mu zrealizować osobiste plany i życiowe cele oraz wykorzystać tkwiące w nim potencjalne możliwości.

Człowiek z duchowością antropocentryczną stara się na miarę własnych możliwości otwierać na potrzeby innych ludzi. Podejmuje próby przekraczania swojego egocentrycznego ja, w kierunku drugiego człowieka stara się

<sup>44</sup> Tamże, s. 249.

<sup>45</sup> Tamże, s. 250.

rozwijać w sobie wrażliwość na ludzkie potrzeby, a pomaganie innym sprawia mu wiele satysfakcji<sup>46</sup>.

#### 4. Cele duchowości teocentrycznej i antropocentrycznej

*Człowiek z duchowością teocentryczną* dąży do świętości, bo najważniejszym celem jego życia jest zjednoczenie z Bogiem. O. J. W. Gogola<sup>47</sup> mówi, że świętość jest tym większa, im człowiek bardziej zbliży się do Boga. Dana osoba może być święta tylko dzięki uczestnictwu w świętości Boga. Dalej autor cytuje św. Jana od Krzyża, który kreśli ideał doskonałej zgodności woli człowieka z wolą Bożą, aby w ten sposób skierować wierzącego ku celowi, jakim jest zjednoczenie z Bogiem: „Zjednoczenie to [upodobniająca] dokonuje się wtedy, gdy dwie wole, to jest wola duszy i wola Boga, są zupełnie zgodne i nic ich nie dzieli. Gdy więc dusza odrzuci to wszystko, co sprzeciwia się woli Bożej i nie jest z nią zgodne, wówczas będzie przemieniona w Boga przez miłość”<sup>48</sup>.

Opierając się na stwierdzeniach W. Stinissena można powiedzieć, że duchowość teocentryczna zakłada posłuszeństwo człowieka wobec Boga. Człowiek zdążający drogą wyznaczoną przez Chrystusa dopuszcza możliwość spotkania się z cierpieniem i niezrozumieniem, co sprawi, że stanie się podobny do ukrzyżowanego Pana<sup>49</sup>.

Dlatego duchowość teocentryczna obok poczucia szczęścia, radości i pokoju płynącego z kontaktu z Bogiem, uwzględnia też możliwość cierpienia. V. E. Frankl mówi, że celem religii jest zbawienie duszy, chociaż może też służyć jej leczeniu, czy też oddziaływać korzystnie na odzyskanie równowagi duchowej i zdrowia. Jednak nie zawsze religia zabezpiecza spokojne życie i psychiczną higienę. Zdążanie do zbawienia może wprawiać człowieka w psychiczne napięcia i konflikty<sup>50</sup>.

W duchowości teocentrycznej ważny jest problem wieczności. Człowiek wierzy, że jego życie nie kończy się w chwili śmierci, że kiedy umrze pojeđnany z Bogiem i obdarowany Jego łaską, będzie mógł zobaczyć Go twarzą w twarz w niebie. Katechizm Kościoła Katolickiego podaje, że „niebo jest celem ostatecznym człowieka, stanem najwyższego i ostatecznego szczęścia. Żyć w niebie oznacza „być z Chrystusem”. Wybrani żyją „w Nim”, ale zachowują i – co więcej – odnajdują tam swoją prawdziwą tożsamość, swoje własne imię”<sup>51</sup>. Wiara w Boga pozwala człowiekowi zrozumieć otaczający go świat oraz nadaje sens jego życiu. Człowiek żyje w pełni, jeśli zakotwiczy

<sup>46</sup> Por. Socha, dz. cyt., s. 21.

<sup>47</sup> Por. Gogola, dz. cyt., s. 101-104.

<sup>48</sup> Jan od Krzyża, *Dzieła*. Kraków 1995, s. 197.

<sup>49</sup> Por. Stinissen, dz. cyt., s. 30-31.

<sup>50</sup> Por. Głaz, dz. cyt., s. 210.

<sup>51</sup> Katechizm Kościoła Katolickiego, Poznań 1994, nr 1024.

swoje życie w wieczności. Wtedy przewyżczy lęk związany z przemijalnością i będzie realizował w czasie te wartości, których czas nie zniszczy<sup>52</sup>.

*W duchowości antropocentrycznej* człowiek za cel życia stawia sobie urzeczywistnienie własnych ideałów. Pragnie on stworzyć taki system wartości, który pomoże mu zaspokoić osobistą potrzebę rozwoju i autorealizacji. W centrum zainteresowań osoby stoi również dążenie do samospelnienia i niezależności. Wydaje się, że aspiracje te można odnaleźć w teorii E. Fromma, według którego celem człowieka w religii humanistycznej jest „osiągnięcie największej siły, a nie największej bezsilności, cnotą jest samourzeczywistnienie, a nie posłuszeństwo”<sup>53</sup>. Zdaniem autora jednym z najlepszych przykładów religii humanistycznych jest buddyzm. Celem człowieka zdaje się tu być osiągnięcie nirwany jako najwyższego stanu umysłu i ducha, który nie jest stanem ludzkiej bezradności i poddania się, lecz najwyższych zdolności, jakie można osiąść.

Należy też wspomnieć o filozofii New Age, która może mieć wiele wspólnego z duchowością antropocentryczną. Według New Age celem człowieka jest połączenie z kosmiczną rzeczywistością, rozpoznanie w sobie boskiej natury i doświadczenie jedności z innymi bytami.

### Podsumowanie

Duchowość człowieka w ujęciu teocentrycznym i antropocentrycznym przedstawia wiele istotnych różnic dotyczących jej źródeł, obrazu Boga, sposobów realizacji i celów. Można stwierdzić, że w duchowości antropocentrycznej nie ma miejsca na łaskę i moc Boga. W doskonaleniu siebie i rozwoju duchowym człowiek obciążony jest zobowiązaniem do samotnego wysiłku. Natomiast w duchowości teocentrycznej człowiek osiąga pełnię życia dzięki współpracy z daną mu od Boga łaską, a samorealizacja nie stanowi celu samego w sobie.

Poniższe zestawienie wydobywa różnice między obydwoma typami duchowości.

<sup>52</sup> Por. Jaworski, dz. cyt., s. 40.

<sup>53</sup> Por. Głaz, dz. cyt., s. 205; 208.

	DUCHOWOŚĆ TEOCENTRYCZNA	DUCHOWOŚĆ ANTROPOCENTRYCZNA
ŹRÓDŁO	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Boże Objawienie.</li> <li>2. Powołanie człowieka przez Boga, stworzenie go na Boży obraz i podobieństwo.</li> <li>3. Sakrament chrztu świętego.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Potrzeba rozwoju, autorealizacji, posiadania przedmiotu orientacji, wyrażania czci dla wartości.</li> <li>2. Potrzeba angażowania się w coś większego, niż sam człowiek /psychologia transpersonalna/.</li> </ol>
OBRAZ BOGA	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bóg jako Osoba.</li> <li>2. Prawda o Trójcy Świętej.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bóg jako bezosobowa siła, energia.</li> <li>2. Bóg symbolem tego, czym człowiek powinien się stać.</li> </ol>
SPÓSOB REALIZACJI	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pokuta i nawrócenie.</li> <li>2. Modlitwa. <ul style="list-style-type: none"> <li>– medytacja jako przygotowanie na działanie Boga</li> <li>– modlitwa kontemplacji jako dar od Boga</li> <li>– sposób komunikacji i budowania osobowej więzi między Bogiem i człowiekiem</li> </ul> </li> <li>3. Działanie Bożej łaski.</li> <li>4. Wypełnienie Duchem Świętym.</li> <li>5. Naśladowanie. <ul style="list-style-type: none"> <li>– życie Jezusa wzorem postępowania</li> <li>– wzór życia Świętych</li> </ul> </li> <li>6. Czytanie Słowa Bożego</li> <li>7. Rachunek sumienia</li> <li>8. Modlitwa liturgiczna i życie sakramentalne.</li> <li>9. Stawianie Boga w centrum życia. <ul style="list-style-type: none"> <li>– uzgadnianie własnych życzeń z życzeniami Boga; rozpoznawanie Jego woli</li> <li>– odnoszenie prawdy, dobra, piękna, miłości i sprawiedliwości do Boga</li> <li>– podporządkowywanie dóbr materialnych i sfery życia intelektualnego, wolitywnego, emocjonalnego i kulturowego Celowi Ostatecznemu</li> </ul> </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozpoznawanie wewnątrzpsychicznych zależności jako główny sposób trwałej przemiany życia.</li> <li>2. Medytacja jako: <ul style="list-style-type: none"> <li>– wewnętrzne skupienie polegające na braku myśli, obrazów, uczuć</li> <li>– ćwiczenie uwagi</li> <li>– sposób relaksacji i koncentracji</li> <li>– dążenie do poznania własnego „ja”</li> </ul> </li> <li>3. Własny wysiłek.</li> <li>4. Pigulki, używki, techniki cielesne, techniki kontroli procesów psychicznych oraz zmiany i poszerzania świadomości.</li> <li>5. Obcowanie z odpowiednimi ludźmi.</li> <li>6. Dobór odpowiedniej lektury.</li> <li>7. Kontrola własnego postępowania (samokontrola). <ul style="list-style-type: none"> <li>– codzienne rozmyślenia</li> <li>– techniki autosugestii i wizualizacji</li> </ul> </li> <li>8. Stawianie siebie w centrum życia. <ul style="list-style-type: none"> <li>– poszukiwanie wrażeń estetycznych: dobra, piękna, miłości i prawdy</li> <li>– dbanie o poczucie godności i własnej wartości</li> <li>– przestrzeganie określonych zasad</li> <li>– stałość postępowania</li> </ul> </li> </ol>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>– uwalnianie ducha od nieuporządkowanych przywiązań</li> <li>– dążenie do otwartości i zaufania wobec Boga</li> </ul> <p>10. Miłość bliźniego.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– własne świadectwo, dzielenie się wiarą</li> <li>– otwieranie się na potrzeby innych, pomoc i współpraca</li> </ul> <p>11. Życie we wspólnocie Kościoła.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– doskonalenie siebie w sferze życia moralnego w oparciu o własne siły</li> <li>– ćwiczenie swej woli</li> <li>– wykonywanie wartościowych działań</li> <li>– próby zrozumienia siebie, własnego miejsca w świecie, własnych potencjalności i ograniczeń</li> <li>– realizacja potrzeby autorealizacji i rozwoju duchowego w zakresie intelektualnym, wolitywnym, emocjonalnym i kulturowym bez odniesienia do Boga</li> <li>– realizacja swoich potencjalnych możliwości</li> </ul> <p>9. Dobre czyny.</p>
CEL	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zjednoczenie z Bogiem.</li> <li>2. Zbawienie i życie wieczne.</li> <li>3. Doskonałość i świętość.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Urzeczywistnienie własnych ideałów.</li> <li>2. Samorealizacja, samospelnienie, niezależność.</li> <li>3. Akceptacja określonego systemu wartości.</li> <li>4. Zaspokojenie własnych potrzeb.</li> <li>5. Połączenie z kosmiczną rzeczywistością i doświadczenie jedności z innymi bytami /filozofia New Age/.</li> </ol>

Duchowość skoncentrowana na Bogu prowadzi człowieka do życia w pełni. Przekonanie to potwierdza K. Wiśniewska-Roszkowska<sup>54</sup> mówiąc o ascezie. Według autorki naturalna asceza, np. zdrowotna, mająca charakter pozareligijny, może prowadzić do pewnego udoskonalenia zgodnie z przyjętą przez danego człowieka hierarchią wartości. Jednak tylko asceza religijna i moralna, która wskazuje na wartości ostateczne, będzie oddziaływać na niego w sposób pozytywny. Również J. B. Soiński mówiąc o ascezie rad ewangelicznych twierdzi, że jeśli wyrzeczenie się jakiegoś naturalnego dobra nie prowadzi do wyższej wartości, wówczas będzie autodestruktywne. Kiedy jednak ktoś potraktuje ascezę głębiej, jako postawę rodzącą się z relacji pomiędzy dwoma kochającymi się osobami – człowiekiem i Bogiem, wówczas zmienia się jego stosunek do świata materialnego. Staje się możliwa pełna integracja życia chrześcijańskiego<sup>55</sup>.

<sup>54</sup> K. Wiśniewska-Roszkowska, *Asceza, moralność, zdrowie*, Warszawa 1980.

<sup>55</sup> Por. Soiński, dz. cyt., s. 224-226.

Niektórzy autorzy podają też negatywne skutki stosowania technik, które zostały wymienione w duchowości antropocentrycznej. A. Kulik przestrzega przed stosowaniem metod oddziaływania na własną świadomość: rebirthingu, medytacji transcendentalnej, terapii kolorem. Autorka, opierając się na opracowaniu M. Schneidera, podaje, że rebirthing może doprowadzić pacjenta do zniekształcenia świadomości i regresji, a następnie do depresji i psychotycznych zaburzeń. Korzystając z pracy J. Allana i M. Burrell pisze o wynikach posługiwania się medytacją transcendentalną, wskazujących na obniżenie możliwości myślenia twórczego, fizjologiczne reakcje uboczne i wzrost egocentryzmu<sup>56</sup>.

Aby zrozumieć, jak ważne w duchowości jest istnienie relacji między człowiekiem a Bogiem, można przedstawić różnice dotyczące medytacji zen i medytacji chrześcijańskiej. Stinissen podaje świadectwo pewnego trapisty, który poświęcał wiele czasu na medytację zen, a po spostrzeżeniu własnego błędu powiedział: „Modlitwa (...) jest w istocie osobowym odniesieniem do Boga, naszego Ojca. Zapewne zen prowadzi do przeżyć mistycznych. Wydaje się, że nie ma tu różnicy. A jednak ona jest. Jaka? Taka sama jak pomiędzy podróżą poślubną, a wyjazdem samemu, choć obiera się tę samą drogę. Podróż poślubną spędza się razem z umiłowaną osobą: wszystko stoi pod znakiem miłości. Natomiast samotną podróż podejmuje się na własną rękę – za nią nikomu nie trzeba być wdzięcznym”<sup>57</sup>.

Z drugiej jednak strony w duchowości teocentrycznej człowiek dążący do zjednoczenia z Bogiem, doświadcza własnej słabości i grzechu. Stąd nie do końca skoncentrowany jest na Bogu. Także u osób z duchowością teocentryczną dostrzega się pewien poziom duchowości antropocentrycznej, choć o wiele niższy. Im człowiek bardziej zbliża się do Boga, tym mniej skoncentrowany jest na sobie. Na drodze oczyszczenia duchowego, przy współpracy z Bożą łaską, człowiek stara się unikać grzechu z motywu bojaźni Bożej i uczy się opanowywać złe skłonności osłabiające miłość do Boga. Zaczyna dostrzegać, jak bardzo jego duchowość skoncentrowana była na własnym „ja”, jakie ma braki w uzgadnianiu własnych dążeń z życzeniami Boga. Zaczyna się dopiero uwalniać od schematów działań, pomijających Boga i ludzi oraz dystansować od tych pragnień, w których siebie stawiał na pierwszym miejscu. Stopniowo, dla Chrystusa decyduje się na cierpienie i niepowodzenia, aby uchronić się przed grzechem ciężkim pozbawiającym go więzi z Bogiem. W ten sposób Bóg kieruje człowieka na drogę oświecenia, gdzie ćwiczy się on jeszcze gorliwiej w pełnieniu dobra, zwalczaniu niedoskonałości i naśladowaniu Chrystusa.

Przedstawione powyżej różnice odnoszące się do duchowości teocentrycznej i antropocentrycznej prowadzą do problemu dotyczącego ludzkich war-

<sup>56</sup> Por. Kulik, dz. cyt., 1997.

<sup>57</sup> Por. Stinissen, s. 19.

tości. Nasuwa się pytanie, czy osoby z duchowością teocentryczną i antropocentryczną wybierają i realizują podobne wartości, czy też odmienne. Zagadnienia związane z wartościami i wartościowaniem ma bowiem istotne znaczenie w duchowości. Ale ta kwestia wymaga empirycznej weryfikacji.

### **Zusammenfassung**

Im vorliegenden Beitrag wurden zwei Typen von Spiritualität dargestellt. Die theozentrische Spiritualität basiert auf der tiefen Überzeugung, dass der Mensch von Gott erschaffen wurde, durch Ihn und mit Ihm und in Ihm lebt, und dass er sich dank der Gnade Gottes weiterentwickelt. Der anthropozentrischen Spiritualität nach konzentriert sich der Mensch auf seine persönliche Entfaltung und sein persönliches Heranreifen durch seine eigene Kraft. Die beiden Typen von Spiritualität unterscheiden sich voneinander. Die Unterschiede zeigen sich in einer ganz anderen Vorstellung von Gott, in unterschiedlich gesetzten Zielen und in ganz anderen Wegen, menschliche Reife zu erzielen. Auf dem Weg der theozentrischen Spiritualität sorgt sich der Mensch um sein ewiges Heil, das er durch Glauben, Gebet und Sakramente zu erlangen sucht; auf dem Weg der anthropozentrischen Spiritualität konzentriert er sich hingegen auf die gegenwärtigen, eher diesseitige Wirklichkeit.