

Cisza

Miejsce dla myśli, twórczości i rozwoju.

mgr Joanna Skrzypkowska

nauczyciel religii

Szkoła Podstawowa nr 6 w Rumi

Data: 20-03-2019

Dzisiaj cisza jest luksusem, ponieważ hałas opanował świat ¹

Trudno nam wyobrazić sobie dzień w pracy, w szkole, w sklepie bez dźwięków dochodzących z wszystkich stron. Myślę, że można zaryzykować stwierdzenie, iż hałas stał się częścią naszego życia. Dlatego, gdy nagle znajdziemy się w miejscu do którego nie dochodzą dźwięki, czujemy się nieswojo, brak nam czegoś.

Psychika jednak nie znosi pustki, dlatego ten brak zapełnia hałasem: naszej pamięci, pokus, łakomstwa, smutku, gniewu, nieuporządkowanych myśli.

Hałas tak dalece wpisał się w naszą codzienność, że nie umiemy bez niego żyć.

Dzieci, młodzież, dorośli wychodząc z domu, szkoły, pracy natychmiast zakładają słuchawki by zagłuszyć ciszę.

Czy cisza jest nam potrzebna?

Myślę, że większość młodych ludzi nie odczuwa jej braku.

Moje obserwacje wskazują raczej na uzależnienie młodego pokolenia od hałasu.

Czy potrzebne jest nam milczenie?

W tym miejscu nasuwa mi się podobna refleksja.

Mówimy dużo, głośno, jakbyśmy chcieli kogoś przekrzyczeć, zagłuszyć. Może siebie...?

Tymczasem cisza i milczenie są nam niezbędne do życia.

Największe i najpiękniejsze rzeczy dokonują się w ciszy². Bez niej nie potrafimy skupić myśli,

¹ Por. J. Konior, „Cisza, najstarsza modlitwa świata”, Wydawnictwo M, Kraków 2018, s.5.

² Por. tamże..

tworzyć i rozwijać się.

W tym kontekście przypominam sobie o moich uczniach posiadających orzeczenia Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej o specjalnych wymaganiach edukacyjnych, którzy na zajęciach wyraźnie domagają się ciszy. Twierdzą wręcz: „Tu się nie da pracować. Jest za głośno.”

Czy mają oni specjalne wymagania?

Czy domagają się niesłusznie?

Wręcz przeciwnie, ich żądania są uzasadnione. To reszta uczniów zachowuje się nieodpowiednio. Hałas, chaos, jaki wprowadzają uczniowie uniemożliwia rozwój czyli przyswajanie wiedzy i wprowadzanie jej w życie. Wychowani w zgiełku, szumie, domu opanowanym przez media, nie potrafią żyć inaczej.

Nie wiedzą, że można żyć inaczej. Nikt nie dał im szansy aby żyć inaczej.

Wśród hałasu ginie to co wartościowe.

Twórczość, kreatywność potrzebuje ciszy.

Cisza wyraża się na wiele sposobów: w milczeniu, kontemplacji, medytacji. Każdy z nich pełni rolę w budowaniu relacji społecznych, a także w relacji młodego człowieka do siebie samego. Istota ciszy jest związana z potrzebą odkrywania i kształtowania własnej osobowości³.

Papież Benedykt XVI podkreślał fakt, iż „żyjemy w społeczeństwie, w którym wydaje się, że każda przestrzeń, każdy moment muszą być wypełnione inicjatywami, działaniem, dźwiękami; często brak czasu nawet na to, żeby posłuchać i porozmawiać. (...) Nie bójmy się ciszy wokół nas i w nas samych, jeśli chcemy, żeby nam się udało usłyszeć nie tylko głos Boga, ale i głos tych, którzy żyją obok nas, głos innych ludzi”⁴.

Milczenie jest potrzebne by usłyszeć.

Kiedy młody człowiek nie chce zamilknąć, nigdy nie usłyszy. Bez usłyszenia nie zrozumie, nie nawiąże relacji i nie rozwinie się. Tylko cisza daje przestrzeń dla rozwoju.

Lekcja prowadzona w ciszy to prawdziwa przyjemność dla nauczyciela i intrygująca odmiana dla ucznia. Takie zajęcia naprawdę dają satysfakcję, ponieważ efekty są widoczne. Uczniowie zadają przemyślane pytania, pod wpływem nabytej wiedzy skłonni są zmieniać swoje poglądy, dyskutują i są szczerzy. Taka atmosfera zbliża do prawdy i wartości, których pragną.

Cisza sprzyja prawdzie i prowadzi do jej odkrywania, pozwala wejść w swoje wnętrze i rozpoznawać w nim to co dobre i piękne. Tak rodzą się piękne myśli, dzieła i projekty.

Na zajęciach arteterapeutycznych, które prowadzę z małą grupką uczniów, zachęcam do postawy wyciszenia, skupienia i słuchania. W takim klimacie dzieci potrafią uważnie obserwować, ze zrozumieniem wykonywać polecenia i całe serce wkładać w pracę twórczą. Efektem tych zajęć zadziwiają niejednego dorosłego. Stworzone na zajęciach ikony zaskoczyły najpierw samych twórców – dzieci. Wyrażały zaskoczenie, że same stworzyły coś tak pięknego. Ich dzieła napępniały je radością,

³ Por tamże, s. 15.

⁴ Benedykt XVI, „Świętość nigdy nie wychodzi z mody”, homilia podczas Mszy św. w Sulmonie, 4 lipca 2010, „L'Osservatore Romano”, wyd. polskie, 2010 nr 8 – 9, s.25.

satysfakcją oraz chęcią podzielenia się swoim sukcesem. Dzieci chętnie pokazywały innym swoje prace, niektóre z nich obdarowały własnoręcznie wykonanymi ikonami swoich najbliższych. Przede wszystkim jednak dały im poczucie szczęścia i wielką radość.

Mam nadzieję, że to doświadczenie pracy w ciszy, milczeniu i uważności pomoże im w dalszym życiu i zachęci do korzystania z daru ciszy oraz pozwoli harmonijnie się rozwijać.

Cisza, milczenie, słuchanie są ważniejsze od głośnego manifestowania własnych racji.

To prawda trudna do przyjęcia, ale jeśli uważamy się za dojrzałych ludzi to pozwólmy naszym dzieciom na doświadczanie ciszy, nauczmy jej wartości. Nie zagłuszajmy jej mediami, krzykiem, reklamą, promocją i materialnymi substytutami radości.

Dajmy naszym dzieciom szansę na rozwój, trwałą radość i szczęście.

„Lepiej jest milczeć i być, niż mówić i nie być. Dobrze jest uczyć, jeśli ten, kto mówi, działa...”⁵.

Możemy tworzyć wielkie rzeczy lecz do tego potrzebujemy ciszy⁶.

„Cisza pozwala nam lepiej postrzegać i lepiej słyszeć, otwiera naszą wewnętrzną przestrzeń”⁷.

tytuł: Cisza - miejsce dla myśli, twórczości i rozwoju.

autor:

Joanna Skrzypkowska

opublikowane: 2019-03-20

⁵ Św. Ignacy Antiocheński, „Do Kościoła w Efezie”, XV.1-2, w: „Pierwsi świadkowie. Wybór najstarszych pism chrześcijańskich”, SIW Znak, Kraków 1998, s. 130 – 140.

⁶ Por. kard R. Sarah, N. Diat „Moc milczenia”, Warszawa 2017, s.95.

⁷ Tamże, s. 283.

Bibliografia

1. J. Konior, „Cisza, najstarsza modlitwa świata”, Wydawnictwo M, Kraków 2018, s.5.
2. Benedykt XVI, „Świętość nigdy nie wychodzi z mody”, homilia podczas Mszy św. w Sulmonie, 4 lipca 2010, „L'Osservatore Romano”, wyd. polskie, 2010 nr 8 – 9, s.25.
3. Kard R. Sarah, N. Diat „Moc milczenia”, Warszawa 2017, s.95.
4. Św. Ignacy Antiocheński, „Do Kościoła w Efezie”, XV.1-2, w: „Pierwsi świadkowie. Wybór najstarszych pism chrześcijańskich”, SIW Znak, Kraków 1998, s. 130 – 140.