

MIRA JANKOWSKA

 <https://orcid.org/0000-0003-4599-8831>

## KOBIETA XXI WIEKU, CZYLI POWRÓT DO ŹRÓDEŁ

Niniejszy artykuł jest próbą przyjrzenia się kwestii aktualnej oferty służącej formacji kobiet w Kościele katolickim. Inspiracją i treścią owej pracy nad sobą są w tym przypadku dwa elementy: postać św. Hildegardy z Bingen, niezwyklej osobistości średniowiecza, oraz encyklika *Laudato si'* papieża Franciszka.

Można by postawić pytanie, jaka jest łączność między wspomnianą encykliką papieską zwaną ekologiczną, formacją i duszpasterstwem współczesnych kobiet, a żyjącą przed prawie tysiącem lat mistyczką i świętą wizjonerką. Przyjrzyjmy się zatem po kolei każdemu z tych zagadnień, by znaleźć między nimi ewidentną łączność.

### 1. *Laudato si'*

W encyklice *Laudato si'* Franciszek zwraca uwagę na globalny kryzys, jaki dotknął ludzkość we wszystkich wymiarach: osobistego i społecznego życia człowieka oraz natury, którą otrzymał on przez Boskie zrządzenie pod opiekę i zarząd (por. Rdz 1, 28; 1, 31; 2, 15)<sup>1</sup>. Właściwie nie ma przestrzeni, w której człowiek nie uczyniłby krzywdy sobie, drugiemu, albo

---

MIRA JANKOWSKA – dr teologii; filolog polski i teolog (UMK, UKSW). Absolwentka studiów podyplomowych typu MBA Master in Comunicazione e Marketing w Mediolanie oraz Szkoły Dziennikarskiej tygodnika „Polityka”. Studiowała Zarządzanie Ludźmi w Firmie w Akademii L. Koźmińskiego oraz psychoterapię w Stowarzyszeniu Psychologów Chrześcijańskich w Warszawie. Dziennikarka i publicystka, autorka audycji radiowych i telewizyjnych. Interesuje się człowiekiem w różnych aspektach jego życia, jego potencjałem twórczym i przemianami wewnętrznymi, przywództwem, przedsiębiorczością i pracą jako zjawiskami oraz formami ekspresji człowieka, także kulturą i cywilizacją. W ostatnich latach zajmuje się popularyzowaniem wiedzy naukowej i praktycznym wykorzystaniem jej odkryć. Prowadzi vloga [www.mirajankowska.pl](http://www.mirajankowska.pl). e-mail: [mj@mirajankowska.pl](mailto:mj@mirajankowska.pl).

<sup>1</sup> Por. Franciszek, Encyklika *Laudato si'* (LS), 24 V 2015, n. 53, [https://opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/franciszek\\_i/encykliki/laudato\\_si\\_24052015.html](https://opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/franciszek_i/encykliki/laudato_si_24052015.html) [20.09.2021].

przyrodzie, w której żyje i której jest częścią i za którą też odpowiada jako korona stworzenia<sup>2</sup>. „Proces degradacji środowiska ludzkiego i środowiska przyrodniczego zachodzi jednocześnie i nie poradzimy sobie z degradacją środowiska naturalnego, jeśli nie zwrócimy uwagi na przyczyny związane z degradacją człowieka i społeczeństwa”<sup>3</sup> – stwierdza papież.

Wszystkie wymiary życia indywidualnego, rodzinnego, zawodowego, społecznego, przestrzeń spraw wspólnych, jak ekonomia, polityka, a także przestrzeń wirtualna, która zajmuje w świadomości człowieka coraz większy obszar i wreszcie przyroda – wszędzie tam człowiek doświadcza dramatycznego kryzysu i staje nad przepaścią, gdzie zabrnął redukując podarowaną mu wolność do swawoli. Tym zagadnieniom poświęcona jest pierwsza część encykliki<sup>4</sup>.

Pod koniec Franciszek stwierdza: „Jednak nie wszystko stracone, ponieważ człowiek zdolny poniżyć siebie aż do skrajności może również stawić czoło trudnościom, dokonać zwrotu i ponownie wybrać dobro, odrodzić się, niezależnie od narzuconych mu wszelkich uwarunkowań psychicznych i społecznych. Jest zdolny uczciwie spojrzeć na siebie, ujawnić swoją odrazę i podjąć nowe drogi ku prawdziwej wolności. Nie ma systemów, które całkowicie zniweczyłyby otwarcie na dobro, prawdę i piękno czy też zdolność do reakcji, jaką Bóg nieustannie wzbudza w głębi naszych serc. Każdego człowieka na tym świecie proszę, by nie zapominał o swojej godności, której nikt nie ma prawa mu odbierać”<sup>5</sup>.

---

<sup>2</sup> Franciszek cytując Benedykta XVI zauważa, że „stworzenie jest zagrożone tam, gdzie «my sami jesteśmy ostateczną instancją, gdzie wszystko po prostu należy do nas i konsumujemy tylko dla samych siebie. A marnotrawienie stworzenia zaczyna się tam, gdzie nie uznajemy nad sobą żadnej instancji, ale widzimy jedynie samych siebie»”. LS, n. 6.

<sup>3</sup> Tamże, n. 48.

<sup>4</sup> Krytyczną sytuację globu opisuje Franciszek w numerach 1–61 *Laudato si'*. Wymowny pozostaje tu następujący fragment „[...] Nigdy nie traktowaliśmy tak źle i nie okaleczyliśmy tak naszego wspólnego domu, jak miało to miejsce w ciągu ostatnich dwóch stuleci. A jesteśmy wezwani, aby być narzędziami Boga Ojca, żeby nasza planeta była tym, co On wymarzył, stwarzając ją, i by odpowiadała na Jego projekt pokoju, piękna i pełni. Problem polega na tym, że nie mamy jeszcze kultury niezbędnej, by stawić czoło temu kryzysowi, i konieczne jest stworzenie przywództwa, które wskazałoby drogi, usiłując odpowiedzieć na potrzeby obecnych pokoleń, włączając wszystkich, bez narażania przyszłych generacji. Niezbędne się staje stworzenie systemu normatywnego, zawierającego nienaruszalne ograniczenia i zapewniającego ochronę ekosystemów, zanim nowe formy władzy pochodzące z paradygmatu techniczno-ekonomicznego doprowadzą do zniszczenia nie tylko polityki, ale także wolności i sprawiedliwości”. LS, n. 53.

<sup>5</sup> Tamże, n. 205.

Innymi słowy Franciszek zaprasza każdą osobą do takiej weryfikacji własnej postawy, która w nauczaniu chrześcijańskim nazywana jest „nawrócenie”<sup>6</sup>. Nawrócenie to powrót do tego, co jest prawdą, to wejście na właściwą drogę, to zwrócenie się ku Chrystusowi jako temu, który jest drogą, prawdą i życiem<sup>7</sup>. Jako że człowiek to kobieta lub mężczyzna, zatem owo nawrócenie, ów powrót do korzeni własnej tożsamości, zaczyna się zawsze od jednostki, dokonuje się indywidualnie. Może i powinna więc uczynić to konkretna kobieta i konkretny mężczyzna. Oboje.

Gdzie jest owe źródło można by zapytać i jak do niego trafić? Źródło jest jedno. Jest nim Chrystus. Jednak dróg prowadzących doń może być wiele. Tak też jest w tym przypadku. Warto byłoby zatem zasięgnąć rady tych, którzy z owego źródła czerpali, dzięki czemu przeżyli życie w pełni i twórczo, wykorzystując cały potencjał złożonych w nich zdolności i talentów oraz wykorzystując wszystkie okazje, które życie przynosiło na poszczególnych etapach, aby wypełnić zadanie, czyli własną indywidualną i niepowtarzalną misję.

## 2. Kobieta niezwykła – św. Hildegarda z Bingen

Franciszek pisze wprost o potrzebie przywództwa w zdegradowanym świecie<sup>8</sup>. I chociaż ma na myśli działania globalne, to za każdym z nich stoją konkretne osoby. Jest to wyraźny sygnał, że współczesny człowiek ma za zadanie nie tylko szukać lidera wokół siebie, ale takim się stawać.

Jednym z wzorców czy raczej inspiracją do takiego kompletnego życia jest św. Hildegarda z Bingen. Mniszka ta, chociaż żyła w latach 1098–1179, zostawiła taką spuściznę wiedzy i mądrości, że dopiero współczesny człowiek jest w stanie odkrywać i doceniać jej myśl, głębię poznania oraz wierność powierzonymu jej zadaniu. Osoba ta inspiruje zarówno kobiety, jak i mężczyzn. W tym artykule spróbujemy przyjrzeć się jej jako postaci,

<sup>6</sup> Termin „nawrócenie” rozumiany jest jako powrót i jako głęboka wewnętrzna przemiana: „Całkowite zwrócenie się ku Bogu dzięki łasce uświęcającej, prowadzące do zmiany sposobu myślenia, wewnętrznej przemiany całej osoby i kierunku jej życiowej drogi. [...] W Nowym Testamencie nawrócenie to odkrycie królestwa Bożego w Jezusie Chrystusie, powrót do Boga poprzez przemieniające spotkanie z Jezusem i odkrycie w Nim aktywnej obecności Boga – Króla i Ojca”. *Nowy słownik teologii biblijnej*, red. H. Witczyk, Lublin – Kielce 2017, s. 613–616.

<sup>7</sup> Zob. J 14, 6. Prof. Anna Świderkówna w jednym z wywiadów Radia Józef wyjaśniała to zdanie w ten sposób: „Ja jestem drogą, która przez prawdę, prowadzi do życia”. Niestety, stacja ta już nie istnieje i nie sposób dotrzeć do jej archiwum.

<sup>8</sup> Na temat przywództwa zob. LS, n. 53.

która ma do przekazania współczesnemu człowiekowi, a zwłaszcza kobietom, receptę, czy może lepiej mapę, jaką drogą, jakimi sposobami wracać do owego źródła, o którym ona sama pisze i do czego zachęca w swojej encyklice papież Franciszek. Możemy także zobaczyć w niej wzorzec kobiecości wykraczającej niejako poza swoje czasy, męskiej, twórczej, wiernej temu, do czego czuje się powołana<sup>9</sup>. Wiernej też sobie i nietuzinkowej, tym bardziej, że przekroczyła schemat zarezerwowany dla płci pięknej. Hildegarda może być dla współczesnych kobiet punktem odniesienia i inspiracją w poszukiwaniu i realizacji własnego zadania, jakie otrzymała każda z nas. To święta na nasze czasy<sup>10</sup>.

### 2.1. Hildegarda – ekolożka integralna

Hildegarda z Bingen to umysł i osobowość nadzwyczajna i hojnie obdarowana Bożymi łaskami zarówno w sensie bogactwa natury, jak i wiedzy wlanej. Ta pochodząca z rodziny szlacheckiej skromna mniszka to niezwykle wykształcona osoba, zwłaszcza na ówczesne czasy. To w jednej osobie: wizjonerka i mistyczka, teolog, muzyk i kompozytor, przyrodnik i medyk, kosmolog, reformatorka życia monastycznego<sup>11</sup>. Zmarła w opinii świętości. Wpisano ją do Martyrologium jako świętą, a ogłoszono doktorem Kościoła w 2012 r. jako jedną z czterech kobiet w tym gronie<sup>12</sup>.

W kontekście naszych rozważań na pierwszy plan wysuwa się jej poddanie Bogu. Z tej bliskiej relacji płyną niezmiernie łaski, wizje i rozpoznania rzeczy doczesnych i wiecznych. Tu ma źródło jej wiedza o harmonii świata, czyli prawda o tym, że człowiek jest częścią Wszechświata i wszystko, co

<sup>9</sup> Benedykt XVI, *Mistrzynie duchowe*, Poznań 2012, s. 9–14.

<sup>10</sup> Chodzi tu zwłaszcza o dominujący nurt kulturowy postmodernizmu, z jego ideologiami neomarksistowskimi, m.in. gender, a także globalizacją i technicyzacją życia, eksperymentami inżynierii genetycznej itp. Por. M.A. Peeters, *Globalizacja zachodniej rewolucji kulturowej. Kluczowe pojęcia, mechanizmy działania*, Warszawa 2010; G. Kucharczyk, *Chrystofobia. 500 lat nienawiści do Jezusa i Kościoła*, Warszawa 2020; R. Dreher, *Opcja Benedykta. Jak przetrwać czas neopogaństwa*, Kraków 2018. Na temat tendencji laicyzacyjnych w Polsce zob. numer czasopisma „Społeczeństwo. Studia, dokumenty, prace badawcze z zakresu nauki społecznej Kościoła”, 30(2020), nr 4(152) zatytułowany *Niebezpieczeństwo laicyzmu polskiego społeczeństwa*.

<sup>11</sup> Pisma Hildegardy: *Scivias (Poznaj ścieżki Pana)*, *Scito vias Domini (Usłysz Pana)*, *Liber Vitae (Księga zasług życia)*, *Liber Divinorum Operum (Księga dzieł Bożych)*, *Ordo Virtutum (O sztuce cnoty)*.

<sup>12</sup> *Nowi doktorzy Kościoła: święci Jan z Ávila i Hildegarda z Bingen*, [http://ekai.pl/wydarzenia/ostatnia\\_chwila/x59347/nowi-doktorzy-kosciola-swieci-jan-z-avili-i-hildegarda-z-bingen/](http://ekai.pl/wydarzenia/ostatnia_chwila/x59347/nowi-doktorzy-kosciola-swieci-jan-z-avili-i-hildegarda-z-bingen/) [09.09.2021].

istnieje w przyrodzie może i powinno mu służyć<sup>13</sup>. Jego zadaniem jest tę wiedzę odkrywać i stosować z pokorą i wdzięcznością. Papież Benedykt XVI tak pisał o tej mniszce „[...] Hildegarda wykazuje wszechstronność zainteresowań i kulturową aktywność żeńskich klasztorów Średniowiecza na przekór przesądom panującym jeszcze na temat tej epoki. Hildegarda zajmowała się medycyną i naukami przyrodniczymi, jak również muzyką, jako że była obdarzona talentem artystycznym. Komponowała między innymi hymny, antyfony i pieśni, które zostały zebrane pod tytułem *Symphonia Harmoniae Caelestium Revelationum* (*Symfonia harmonii objawień niebieskich*); wykonywano je radośnie w jej klasztorach, szerząc pogodną atmosferę, a przetrwały one aż do naszych czasów. Dla niej całe stworzenie jest symfonią Ducha Świętego, który sam jest radością i weselem”<sup>14</sup>.

W ostatnich dziesięcioleciach coraz większe znaczenie ma wiedza Hildegardy związana z medycyną i odżywianiem. W tym kontekście Święta jest postacią, która udowadnia ludziom XXI wieku prawdę, że tylko w powrocie do korzeni wiary i w świadomym oraz rozumnym korzystaniu z dóbr natury tkwi szansa utrzymania dobrostanu człowieka, jego zdrowia fizycznego, psychicznego i duchowego<sup>15</sup>, integralności, harmonii wewnętrznej i zewnętrznej ze światem. Wskazuje na to zachęta do prostoty odżywiania, korzystania z obfitości ziół, warzyw i owoców, spożywania ich w odpowiednich porcjach, o właściwych porach i z należyтым szacunkiem dla płodów ziemi

---

<sup>13</sup> Zerwanie więzi ze Stwórcą wprowadza dysharmonię w całym stworzeniu. Pisze o tym Hildegarda w ten sposób: „O tym, że człowiek powstał przeciw Bogu, dlatego tworzenie najpierw podane sprzeciwiło mu się. I tak wszystkie oto elementy świata, które trwały wcześniej w wielkim spokoju, wpadały w ogromne poruszenie ukazując wielki przestach. Bo to stworzenie, które powstało by służyć człowiekowi, nie odczuwało żadnej wrogości skierowanej przeciw niemu. Kiedy zaś człowiek dopuścił się tak wielkiego nieposłuszeństwa, że sprzeciwił się samemu Bogu i opuścił spokój, a oddał się przestachowi, przyniosło to wszystkim ludziom ogromne i bardzo liczne przeciwności. Gdyż człowiek sam skłonił się ku gorszym rzeczom, by one go ujarzmiły. Co to znaczy? Człowiek zbuntował się w tym miejscu rozkoszy i dlatego także stworzenie, które było mu oddane na służbę, sprzeciwiło mu się”. Hildegarda z Bingen, *Wizje, czyli poznaj drogi Pana*, cz. 2, roz. 27, [https://www.youtube.com/watch?v=QF6\\_ng1AGyI](https://www.youtube.com/watch?v=QF6_ng1AGyI) [13.09.2021].

<sup>14</sup> Benedykt XVI, *Mistrzynie duchowe*, s. 12.

<sup>15</sup> W. Strehlow, *Św. Hildegarda z Bingen. Leczenie chorób duszy*, Kraków 2014; H. Strickerschmidt, *Hildegarda z Bingen. O duszy, ciele i zmysłach. Cnoty i wady*, Ełk 2014; G.H. Heepen, *Zdrowe Życie z Hildegardą z Bingen*, Kielce 2020; A. Walkowska, *Powrót do harmonii*, Legnica 2015, s. 9–29; B. Schmidle, B. Pregenzer, *Zdrowe i proste gotowanie ze św. Hildegardą z Bingen*, Kraków 2016; ciż, *Kuchnia świętej Hildegardy*, Kraków 2007.

i dla własnego organizmu<sup>16</sup>. O ciele Hildegarda mówi jako o tunice, którą należy w momencie śmierci oddać Stwórcy w jak najlepszym stanie<sup>17</sup>.

Koresponduje to z przesłaniem tak zwanej „ekologicznej” encykliki Franciszka, w której pojawiają się analogiczne wątki: powrotu do natury, do samego siebie, a przede wszystkim do Boga jako Stwórcy całej rzeczywistości, w której funkcjonuje człowiek<sup>18</sup>. W tym sensie Hildegarda jest doskonałą przewodniczką, która wskazuje nam w drobiazgach jak tę więź z naturą odbudowywać. W swoich pismach Hildegarda zwraca także uwagę na relacje międzyludzkie, a zwłaszcza te między mężczyzną a kobietą, również te intymne. Pisze wprost o jakości związków intymnych i powodach, dla których należy uszanować płodność w sobie i drugiej osobie<sup>19</sup>. Jest świadoma tego, że człowiek istnieje jako element natury na globie ziemskim, który jest częścią Kosmosu. Na ten temat również zabiera głos, mimo że nie miała wiedzy współczesnych nam astronomów, kosmologów i nie korzystała z sond kosmicznych ani teleskopów sięgających w głąb galaktyki. Jej muzyka oddaje muzykę sfer niebieskich<sup>20</sup>.

---

<sup>16</sup> *Podstawowe produkty medycyny klasztornej św. Hildegardy z Bingen* [broшуra], <https://docplayer.pl/104801424-Podstawowe-produkty-medycyny-klasztornej-sw-hildegardy-z-bingen-z-leksykonu-ziol-swietej-hildegardy.html> [13.09.2021]. Zarówno w Polsce, jak i w innych krajach Europy (Niemcy, Austria) powstają gospodarstwa rolnicze wdrażające jej wskazówki i rozwiązania. W miastach zakładane są z kolei firmy handlujące produktami ekologicznymi z pierwotnych, zdrowych odmian zbóż (orkisz, samopsza, płaskurka), uprawiane ekologicznie, bez pestycydów i nieobciążone chemią, bądź GMO. Zob. *Czy warto siać stare gatunki pszenic?*, <https://www.kalendarzrolnikow.pl/6039/czy-warto-siac-stare-gatunki-pszenic> [18.09.2021]. Ilość oprysków i chemicznych nawozów na polach do tego stopnia zabezpiecza ziarno przed zepsuciem, że nie ma potrzeby jego dalszej konserwacji. Świadczy to natomiast o maksymalnym zatruciu upraw chemią. Tym karmi się zwierzęta. To z nich powstaje potem chleb i inne wyroby, które są spożywane przez ludzi. Por. *Zadowolona świnia i ludzki mózg, który się boi, czyli wiedź, co jesz* – wywiad z Olgą Pietkiewicz, cz. 2, <https://soundcloud.com/fundacjaenarche/zadowolona-swinia-i-ludzki-mozg-ktory-sie-boi-czyli-wiedz-co-jesz> [11.09.2021].

<sup>17</sup> Ciało jako tunika, zob. *Św. Hildegarda z Bingen*, cz. 1: *Rozwój*, <https://profeto.pl/sw--hildegarda-z-bingen-cz--1---rozwoj> [20.09.2021].

<sup>18</sup> Warto zauważyć, że w naszych czasach nie tylko jesteśmy zagrożeni przez GMO, ale także ziemia uprawna jest skażona i to wielokrotnie. Por. *Cztery nogi stołu i otyły anemik* – wywiad z Olgą Pietkiewicz, cz. 1, <https://soundcloud.com/fundacjaenarche/cztery-nogi-stolu-i-otyly-anemik> [07.09.2021]; *Zadowolona świnia i ludzki mózg, który się boi*.

<sup>19</sup> Wskazania dotyczące seksualności zostały opisane choćby w *Wizjach*, cz. 1, rozdz. 11 *Co czynić i czego unikać w małżeństwie*, <https://www.youtube.com/watch?v=VoZymiHmgws>, cz. 20:20-nn. [11.09.2021].

<sup>20</sup> Kompozycje muzyczne Hildegardy są odtwarzane także dziś: Hildegard von Bingen, *O Tu, Suavissima Virga (Responsorium)*. *Sequentia*, <https://www.youtube.com/watch?v=5WvsNf-QM44> [19.09.2021]; a także, *Ave Maria*, [https://www.youtube.com/watch?v=6ZVhNkQLro&list=OLAK5uy\\_kaBawGpUPb-ezH7316rlCPTsRjPjYhRVAY](https://www.youtube.com/watch?v=6ZVhNkQLro&list=OLAK5uy_kaBawGpUPb-ezH7316rlCPTsRjPjYhRVAY) [19.09.2021].

W pismach Mniszki pojawia się też kwestia piękna jako wartości boskiej i dbałości zarówno o siebie, jak i o otoczenie<sup>21</sup>. Hildegarda była kobietą aktywną – doprowadziła do oddzielenia gałęzi żeńskiej od męskiej zakonu, w którym złożyła śluby (benedyktynów) i zachęcała mniszki do edukacji i rozwoju intelektualnego.

Święta ta, choć żyła w średniowieczu, może być dla współczesnej kobiety punktem odniesienia jako przykład szeroko rozumianej realizacji formacji integralnej, całościowej, w której aspekt indywidualny jest połączony ze zbiorowym, horyzontalny z wertykalnym, a nauka i wiedza o świecie z głęboką wiarą<sup>22</sup>. I temu zagadnieniu chcemy poświęcić kolejną część tych rozważań, gdyż kobiecie naszych czasów – mężczyźni zresztą również – trzeba powrotu do Źródła, czyli Chrystusa, ale też wiedzy o tym, jak to zrobić, by w drodze stać się zintegrowaną osobą żyjącą w przyjaźni z naturą i Kosmosem. Temu wątkowi poświęcimy ostatnią część naszego artykułu – formacja kobiet XXI wieku, proponując zarys programu działania, czyli obok teorii konkretne *praxis*.

---

Zob. też „*Studia Hildegardiana Sariensia*”. Pierwszy zeszyt czasopisma jest wynikiem rozwoju festiwalowej oferty, a także propozycją skierowaną do szerokiego grona osób zainteresowanych pograniczem sztuki i teologii. „*Studia Hildegardiana Sariensia*”, 1(2014), 77 s. Zob. też M. Kierska-Witczak, *Studia Hildegardiana Sariensia – nowy rocznik poświęcony muzyce kościelnej*, <https://hildegarda.edu.pl/wp-content/uploads/2015/10/SHS-1-Kierska-Witczak.pdf> [11.09.2021].

<sup>21</sup> Piękno jako przymiot boski było eksponowane w wiekach średnich: „Klasztory, które początkowo były oazami wstrzeźliwości i wyrzeczenia, stały się miejscami, w których piękno stanowiło nie tylko ozdobę, ale także niejako duchową konieczność. Przez piękno rozumie się również dekoracje, uprzejmość i harmonię”. L. Tancredi, *Hildegarda z Bingen*, Warszawa 2015, s. 120.

<sup>22</sup> Benedykt XVI zachęca kobiety współczesne by czerpały z tego „światlanego wzorca”, jakim jest Hildegarda „[...] również kobiety mogą wnieść w teologię szczególnie wkład, ponieważ zdolne są one mówić o Bogu i o tajemnicach wiary z właściwą sobie inteligencją i wrażliwością. Zachęcam więc wszystkie kobiety pełniące tę posługę, by czyniły to w głębokim duchu eklezjalnym karmiąc swoją refleksję modlitwą i uwzględniając wielkie i częściowo jeszcze niezbadane bogactwo średniowiecznej tradycji mistycznej, zwłaszcza tej reprezentowanej przez światlane wzorce, jak właśnie Hildegarda z Bingen”. Benedykt XVI, *Mistrzynie duchowe*, s. 10; Jan Paweł II zwraca uwagę na dwa skrzydła poznawania rzeczywistości: „Wiara i rozum (*Fides et ratio*) są jak dwa skrzydła, na których duch ludzki unosi się ku kontemplacji prawdy. Sam Bóg zaszczerpił w ludzkim sercu pragnienie poznania prawdy, którego ostatecznym celem jest poznanie Jego samego, aby człowiek – poznając Go i miłując – mógł dotrzeć także do pełnej prawdy o sobie”. Jan Paweł II, Encyklika *Fides et ratio* (FR), [https://opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/jan\\_pawel\\_ii/encykliki/fides\\_ratio\\_0.html#pm1](https://opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/jan_pawel_ii/encykliki/fides_ratio_0.html#pm1) [19.09.2021].

### 3. Kobiętę dzielną któż znajdzie, czyli współczesna Polka w Kościele katolickim

Nietrudno zauważyć, że rozkład wielu form życia społecznego w tym podstawowej jego komórki – rodziny, to efekt potężnych zmian kulturowych i cywilizacyjnych. Podstawą tego procesu i jego zwornikiem jest człowiek. Skoro ta dysharmonia przebiegając przez wszystkie porządki istniejącej rzeczywistości i życia społecznego dotyka człowieka, to zawsze oznacza to konkretnego mężczyznę i konkretną kobietę. Innymi słowy każdy człowiek jest narażony na doświadczenie skutków tego procesu. Patrząc na to z odwrotnej perspektywy to konkretny człowiek, czyli konkretna kobieta i konkretny mężczyzna, ma również wpływ na to, żeby ten proces zatrzymać i go odwracać. O tym właśnie pisze i do tego zachęca papież Franciszek w *Laudato si'*<sup>23</sup> i to udowadnia swoim życiem, odkryciami i pismami wielka święta, Hildegarda z Bingen. Wykorzystajmy te dwa źródła.

Zechciejmy się teraz skoncentrować na wyzwaniu, jakie stoi przed współczesną kobietą, Polką, która jak nowa Ewa i uczennica Maryi ma prawo i obowiązek nie tylko być obecną w procesie tych przemian, ale być w nich twórczo aktywną. Chodzi bowiem o to, by kobieta świadoma siebie, swojego posłannictwa wynikającego z natury i z łaski realizowała to zadanie na miarę potrzeb współczesnych czasów.

Trzeba więc do tego kobiet świadomych, przygotowanych, odważnych i dobrze uformowanych. Warto zauważyć, że w rzeczywistości świeckiej, istnieją liczne i różnorodne oferty zadbania o rozwój osobisty kobiet. Tymczasem w przestrzeni Kościoła katolickiego sporadycznie pojawiają się propozycje mające na celu formację płci pięknej. Mowa tu na przykład o działaniach Opus Dei czy Ruchu Światło-Życie, środowiska Dzielnych Niewiast, Urzekającej i innych. Zasadniczo jednak, jeśli mowa o rozwoju osobistym czy formacji realizowanych przez Kościół, to zazwyczaj dotyczą one obu płci (rzadko bywa formacja rozdzielna, osobna dla kobiet i osobna dla mężczyzn); po drugie nakierowane są na relacje małżeńskie, bądź rodzinne, choć coraz więcej osób wieździe życie w pojedynkę; i po trzecie, koncentrują się raczej wyłącznie na obszarze ducha, a człowiek jest bytem cielesnoduchowym. Zasadniczo jednak nie ma formacji prawie wcale, a tym bardziej w przestrzeni życia parafialnego<sup>24</sup>. Brakuje zwłaszcza oferty integralnej formacji człowieka,

<sup>23</sup> LS, n. 205.

<sup>24</sup> Tej problematyce poświęcona była praca doktorska autorki niniejszego artykułu pt. Rola integralnej formacji dorosłych w duszpasterstwie parafialnym w Polsce. Studium pastoralne



zresztą zarówno kobiet, jak i mężczyzn. Być może lukę tę choć w części zapewni powstałe Duszpasterstwo Kobiet Kościoła katolickiego<sup>25</sup>, którego opiekunem z ramienia Episkopatu Polski jest ks. bp Wiesław Szlachetka. Tym bardziej, że czas nagli. Przemiany kulturowe następują bowiem dzięki technologii szybciej niż dotąd. Po wtóre, młodzież nie mając wzorców przekazanych przez dobrze uformowanych starszych, wypełnia się tym, co jest według młodych jest atrakcyjne, choć często puste i zgubne.

Poniższa propozycja stara się korespondować z tym, do czego zaprasza papież Franciszek w encyklice *Laudato si'* oraz z postawą życiową, typem osobowości, różnorodności zainteresowań, bogactwem praktycznej wiedzy wprost do stosowania w życiu przekazanymi przez Hildegardę z Bingen.

#### 4. Duszpasterstwo kobiet i propozycja integralnego programu formacyjnego

Czego zatem potrzeba współczesnej kobiecie, uczennicy Chrystusa w XXI wieku, by śmiało stawiała czoła wyzwaniom współczesności, które ma na wyciągnięcie ręki i by zagrzewała do walki o podstawowe wartości inne kobiety i mężczyzn będąc jednocześnie tych wartości strażniczką i ucieleśnieniem? Zanim odpowiemy na to pytanie, przyjrzyjmy się zatem stanowi rzeczy, czyli sytuacji na początku lat dwudziestych XXI wieku.

##### 4.1. *Status quo*, czyli jak jest obecnie

Fundamentalną potrzebą człowieka jest spotkanie, bycie z innymi, we wspólnocie, a oznacza to budowanie relacji i dbałość o wię-

---

napisanej pod kierunkiem ks. prof. dr. hab. Jana K. Przybyłowskiego w Katedrze Teologii Pastoralnej i Nauk Pomocniczych UKSW w Warszawie. Zob. też M. Stępniaik, *Duszpasterstwo i nowa ewangelizacja jako dwa kierunki misji Kościoła katolickiego w Polsce. Perspektywa teologiczno-socjologiczna*, „Łódzkie Studia Teologiczne”, 24(2015), nr 1, s. 91–101.

<sup>25</sup> „Bp Wiesław Szlachetka, delegat Konferencji Episkopatu Polski ds. Duszpasterstwa Kobiet, zaznaczył, że w czasie pandemii wszyscy doświadczamy odosobnienia, niepokoju, smutku i lęku. «Poczucie samotności i obawa towarzyszyły także Słudze Bożemu kard. Stefanowi Wyszyńskiemu, kiedy był internowany i więziony. On wówczas +wszystko postawił na Maryję+. Idąc za jego przykładem, pragniemy zaprosić przedstawicielki duszpasterstw kobiecych i diecezjalnych duszpasterzy kobiet na Jasną Górę, by w domu Czarnej Madonny ponownie odkryć, że nie jesteśmy sami» – napisał”. *Modlitewne spotkanie kobiet „Nie jesteś sama”*, <https://www.ekai.pl/modlitewne-spotkanie-kobiet-nie-jestes-sama/> [19.09.2021]; *Krajowa Rada ds. Duszpasterstwa Kobiet obradowała o roli kobiet w wychowaniu synów*, <https://www.niedziela.pl/artukul/46038/Krajowa-Rada-ds-Duszpasterstwa-Kobiet> [19.09.2021].

zi<sup>26</sup>. Im one bliższe i życzliwsze, im takich jest więcej, tym lepsza kondycja i dobrostan człowieka<sup>27</sup>. Sytuacja pandemicznego doświadczenia – lockdownów, spirali strachu<sup>28</sup>, licznych, często sprzecznych komunikatów, którymi byliśmy i jesteśmy zarzucani, a jednocześnie oddzielenia ludzi od siebie i przysłówiowego już „trzymaj dystans” – przynagla do tego, by owe relacje odbudowywać i pogłębiać.

#### 4.2. Co i jak robić, czyli cele i sposoby

Spotkanie z innymi jest możliwe, gdy człowiek najpierw spotka się ze sobą. Pierwsza więź, o którą trzeba dbać, to ta z własnym „ja”. Nierzadko jest ona zaniedbana, a to ona stanowi o samoakceptacji. Tu pojawia się potrzeba i zadanie rozpoznawania siebie, czyli tego kim jestem, po co żyję i wreszcie jaka jest moja indywidualna, życiowa misja<sup>29</sup>. Konsekwencją zdania sobie

<sup>26</sup> Człowiek jest jednością, człowiek jest integralny. Człowiek staje się i spełnia poprzez spotkanie. Na temat wartości spotkania i budowania relacji międzyludzkich M. Maliński, *Temperamenty. Rozwój charakteru*, cz. 1–4 [CD], Wrocław 2021.

<sup>27</sup> Na temat dobrostanu człowieka i poczucia szczęścia, zob. *World Happiness Report 2019*, <https://worldhappiness.report/ed/2019/#read> [16.09.2021]; *Co sprawia, że jesteśmy szczęśliwi?*, <http://dobrewiadomosci.net.pl/9660-co-sprawia-ze-jestesmy-szczesliwy-oto-wynik-badania-trwajacego-75-lat/> [16.09.2021] oraz film dokumentalny *Happy Movie*, reż. R. Belic, 2011, <https://www.youtube.com/watch?v=-Sc0qJeszoI&feature=youtu.be> [16.09.2021].

<sup>28</sup> Na temat uczucia strachu jako podstawowej emocji człowieka, sposobów na opamiętanie go i o zarządzaniu tłumem poprzez strach w nagraniu *Dogadaj się ze swoim organizmem i prowadź się zdrowo* – wywiad z Olgą Pietkiewicz, cz. 3, <https://soundcloud.com/fundacjaenarche/dogadaj-sie-ze-swoim-organizmem-i-prowadz-sie-zdrowo> [16.09.2021].

<sup>29</sup> Por. wskazanie na temat zadania człowieka „poznaj samego siebie” w encyklice *Fides et ratio*: „Wiara i rozum (*Fides et ratio*) są jak dwa skrzydła, na których duch ludzki unosi się ku kontemplacji prawdy. Sam Bóg zaszczerpił w ludzkim sercu pragnienie poznania prawdy, którego ostatecznym celem jest poznanie Jego samego, aby człowiek – poznając Go i miłując – mógł dotrzeć także do pełnej prawdy o sobie (por. Wj 33, 18; Ps 27 [26], 8–9; 63 [62], 2–3; J 14, 8; 1J 3, 2). [...] 1. Zarówno w dziejach Wschodu, jak i Zachodu można dostrzec, że człowiek w ciągu stuleci przebył pewną drogę, która prowadziła go stopniowo do spotkania z prawdą i do zmierzenia się z nią. Proces ten dokonał się – nie mogło bowiem być inaczej – w sferze osobowego samopoznania: im bardziej człowiek poznaje rzeczywistość i świat, tym lepiej zna siebie jako istotę jedyną w swoim rodzaju, a zarazem coraz bardziej naglące staje się dla niego pytanie o sens rzeczy i jego własnego istnienia. Wszystko, co jawi się jako przedmiot naszego poznania, staje się tym samym częścią naszego życia. Wezwanie «poznaj samego siebie», wyryte na architrawie świątyni w Delfach, stanowi świadectwo fundamentalnej prawdy, którą winien uznawać za najwyższą zasadę każdy człowiek, określając się pośród całego stworzenia właśnie jako «człowiek», czyli ten, kto «zna samego siebie». [...] ludzie równocześnie zaczęli stawiać sobie podstawowe pytania towarzyszące całej ludzkiej egzystencji: «Kim jestem? Skąd przychodzę i dokąd zmierzam? Dlaczego istnieje zło?

z niej sprawy jest gotowość dawania siebie światu, czyli wpływania na rzeczywistość, jej przeobrażania<sup>30</sup>. W tym też wyraża się nasze podobieństwo do Boga i udział we współtworzeniu rzeczywistości wokół nas<sup>31</sup>.

Aby to wszystko mogło się stać, potrzeba pewnej propozycji całościowego programu rozwoju osobistego. Innymi słowy kompendium integralnego procesu formacyjnego w obszarze natury i ducha, cielesności i duchowości, a jeszcze szerzej to określając psychofizyczno-intelektualno-duchowego z nakierowaniem na społeczne zaangażowanie. To podejście bliskie było Hildegardzie, o takim mówi społeczna nauka Kościoła, a także Franciszek<sup>32</sup>.

Inspiracją może być film o życiu i działalności profesora Stefana Swieżawskiego wybitnego tomisty, który wspominał swoją działalność w przedwojennej Sodalitacji Mariańskiej<sup>33</sup>, stowarzyszeniu, które kładło nacisk nie

---

Co czeka mnie po tym życiu?» [...] Wspólnym źródłem tych pytań jest potrzeba sensu, którą człowiek od początku bardzo mocno odczuwa w swoim sercu: od odpowiedzi na te pytania zależy bowiem, jaki kierunek winien nadać własnemu życiu. Ten proces poszukiwania nie jest – i nie może być – obcy Kościołowi”. FR, n. 1–2.

<sup>30</sup> „A wreszcie rzekł Bóg: «Uczyńmy człowieka na Nasz obraz, podobnego Nam. Niech panuje nad rybami morskimi, nad ptactwem powietrznym, nad bydłem, nad ziemią i nad wszystkimi zwierzętami pełzającymi po ziemi!» Stworzył więc Bóg człowieka na swój obraz, na obraz Boży go stworzył: stworzył mężczyznę i niewiastę. Po czym Bóg im błogosławił, mówiąc do nich: «Bądźcie płodni i rozmnażajcie się, abyście zaludnili ziemię i uczynili ją sobie poddaną; abyście panowali nad rybami morskimi, nad ptactwem powietrznym i nad wszystkimi zwierzętami pełzającymi po ziemi». I rzekł Bóg: «Oto wam daję wszelką roślinę przynoszącą ziarno po całej ziemi i wszelkie drzewo, którego owoc ma w sobie nasienie: dla was będą one pokarmem. A dla wszelkiego zwierzęcia polnego i dla wszelkiego ptactwa w powietrzu, i dla wszystkiego, co się porusza po ziemi i ma w sobie pierwiastek życia, będzie pokarmem wszelka trawa zielona». I stało się tak. A Bóg widział, że wszystko, co uczynił, było bardzo dobre” (Rdz 1, 26–31). Por. LS, n. 63–100.

<sup>31</sup> „Pan Bóg wziął zatem człowieka i umieścił go w ogrodzie Eden, aby uprawiał go i doglądał” (Rdz 2, 15).

<sup>32</sup> *Franciszek o ekologii integralnej: trzeba działać już dziś!*, <https://www.vaticannews.va/pl/papiez/news/2020-10/franciszek-o-ekologii-integralnej-trzeba-dzialac-juz-dzis.html> [20.09.2021].

<sup>33</sup> O Sodalitacji Mariańskiej, jakości i komplementarności formacji, w której uczestniczyli wybitni Polacy, pisze Tomasz Ponikło: „[...] we Lwowie Stefan Swieżawski wychowywał się i dorastał. Tam związał się jako nastolatek z popularną wówczas Sodalitacją Mariańską, a z czasem – od 1925 roku – z lokalnym oddziałem organizacji katolickiej młodzieży akademickiej Odrodzenie. Swieżawski odnotował w swych zapiskach, że wraz z kolegami szukali «chrześcijaństwa autentycznego». Odrodzenie w tamtym akurat rejonie skupiało się na formacji religijnej i społecznej jednocześnie. Uczestnicząc w nim, Swieżawski zaprzyjaźnił się z jedną z ważniejszych postaci Kościoła w Polsce w okresie międzywojnia, ks. Władysławem Kornilowiczem. Ks. Kornilowicz zapoznał młodego studenta filozofii i historii na lwowskim

tylko na rozwój duchowy, ale także na formację duchową, intelektualną, kulturalną, estetyczną, sportową, jednym słowem kompletną. Jak ważne jest takie działanie, dość powiedzieć, że tego typu praca wsobna wydała tak wybitnych ludzi jak Wojtyła, Korniłowicz, Woroniecki i inni<sup>34</sup>.

### 4.3. Spotkania małe i duże – wspólna, twórcza obecność

Owa harmonia człowieka, w tym przypadku mówimy bardziej o kobietach, ale dotyczy też to „płci brzydszej”, może zachodzić wtedy, kiedy osoba uczestniczy w pewnym procesie transformacji. Konieczne są do tego spotkania cykliczne (comiesięczne lub cotygodniowe na miarę potrzeb) w małym kręgu – kilku, kilkunastu osób. Liczniejsze spotkania wymagałyby niejako „rozmnożenia” takiej grupy-komórki<sup>35</sup>. W niektórych miastach już istnieją mniej lub bardziej prężne zawiązki tej inicjatywy. Jednakże bez spójnego programu energia idei Duszpasterstwa Kobiet może ulec rozproszeniu. Warto też, aby raz na rok odbywały się spotkania ogólnokrajowe, a co pół roku spotkania lokalne, czyli diecezjalne z profesjonalnie przygotowanym programem działania. Służyłyby one poznawaniu się osób, wymianie doświadczeń, rozwijaniu i nawiązywaniu kolejnych istniejących relacji.

---

Uniwersytecie Jana Kazimierza z pismami francuskiego personalisty Jacquesa Maritaina. Wtedy też poznał Swieżawski ojca Jacka Woronieckiego, dominikanina, autora *Katolickiej etyki wychowawczej* zmarłego przed 60 laty, którego proces beatyfikacyjny rozpoczął się w 2004 roku. [...] Bardzo wiele o Swieżawskim mówią słowa jego odpowiedzi na pytanie «Jak współczesny człowiek ma sobie radzić z Apokalipsą dziejącą się każdego dnia?», które mu zadano w *Rozmowach na koniec wieku*: «Życ według Ewangelii – tyle. Odpowiedź jest w błogostawieństwach, w Kazaniu na górze. Dekalog to są wartości ogólnoludzkie – przyjmuję je jako człowiek, a jako wierzący przyjmuję Kazanie na górze, ze wszystkimi jego konsekwencjami». T. Ponikło, *5. rocznica śmierci Stefana Swieżawskiego*, <https://www.tygodnikpowszechny.pl/5-rocznica-smierci-stefana-swiezawskiego-136546> [19.09.2021].

<sup>34</sup> Na temat życia prof. S. Swieżawskiego powstał film zrealizowany przez Tadeusza Lampkę pod tytułem „Profesor Stefan Swieżawski”, który w 27-ciu około 9-minutowych odcinkach opisuje losy profesora. Kanwą tej opowieści jest wywiad-rzeka z tytułowym bohaterem. Pomimo ogromnej wartości tego dzieła nigdy nie ukazało się ono w żadnej telewizji. Jest natomiast dostępne jako zapis wideo. Warto dodać, że obejrzenie choćby jednego odcinka przenosi odbiorcę w tak inną rzeczywistość i tak harmonijną, że pozostawia to silne znamie w pamięci widza i tęsknotę za dobrym, uporządkowanym światem i podobnie ukształtowanymi ludźmi [Archiwum autorki].

<sup>35</sup> W podobny sposób działa mediolański System Komórek Parafialnych Służących Ewangelizacji w parafii św. Eustorgiusza, w której to parafii autorka spędziła ponad rok doświadczając dobrodziejstwa i skuteczności tej metody ewangelizacyjnej wpisanej do skarbca Kościoła katolickiego, <https://www.cellule-ewangelizzazione.org/> [20.09.2021].

Spotykając się z innymi ludźmi będącymi w podobnym procesie formacji i przeglądając się w nich, człowiek doświadcza niejako przejrzania się w „lustrze” innych osobowości. Jest to inspirujące i budujące. Z jednej strony zachowany byłby tu element towarzyskości, a z drugiej element ukierunkowanej refleksji i wiedzy praktycznej, skierowanej na pytanie o siebie: jaka jest moja rola w rzeczywistości, w jakiej funkcjonuję. W sposób naturalny osoba jest wówczas zachęcona do rozpoznawania własnego potencjału, szukania odpowiedzi na pytania: kim jestem, co jest moim zasobem czy wyposażeniem intelektualnym, duchowym i materialnym, do czego mnie to prowadzi, jak tym zarządzać i czemu to ma służyć. Znalezienie odpowiedzi na te pytania nie tylko przenosi człowieka z przyziemnego, egzystencjalnego poziomu myślenia i działania, ale wzbudza większą wiarę w siebie, w swoje możliwości i wzmacnia poczucie własnej wartości. A tego większości Polek i Polaków brakuje. Tak wzmocniony człowiek gotów jest brać większą odpowiedzialność za siebie i innych. A do tego nawołuje Franciszek<sup>36</sup>.

#### 4.4. Natura i duch – dwa skrzydła, czyli konkretne sposoby działania

Główną osnową pracy nad sobą są dwie przestrzenie: natura i duch. I choć człowiek jest rzeczywistością nierozdzieloną<sup>37</sup>, to dla potrzeb tych rozważań użyjmy klasycznego podziału na ciało-duszę i ducha, a w arystotelesowo-tomaszowym ujęciu na ciało – umysł – duch. W praktyce umysłowość obejmuje psychikę i intelekt<sup>38</sup>.

---

<sup>36</sup> „Przyjaciele, Jezus jest Panem ryzyka, tego wychodzenia zawsze poza. Jezus nie jest Panem komfortu, bezpieczeństwa i wygody. Aby pójść za Jezusem, trzeba mieć trochę odwagi, trzeba zdecydować się na zamianę kanapy na parę butów, które pomogą ci chodzić po drogach, o jakich ci się nigdy nie śniło ani nawet o jakich nie pomyślałeś; po drogach, które mogą otworzyć nowe horyzonty, nadających się do zarażania radością, tą radością, która rodzi się z miłości Boga, radością, która pozostawia w twoim sercu każdy gest, każdą postawę miłosierdzia” – cytuje papieża Franciszka P. Żyłka. Podaje też w punktach konsekwencje takiej postawy: 1) Wcale nie chodzi o to, żeby więcej ludzi chodziło do kościoła, 2) Radykalizm miłości w naprawę prostych rzeczach, 3) Polska fundamentalnie katolicka, 4) Trzeba sobie ubrudzić ręce. P. Żyłka, *Zamieńmy kanapę na wyczynowe buty*, <https://deon.pl/kosciol/komentarze/zamienmy-kanape-na-wyczynowe-buty,403055> [20.09.2021].

<sup>37</sup> Maliński, *Temperamenty. Rozwój charakteru*.

<sup>38</sup> Przywołajmy autorską definicję formacji integralnej, którą autorka poniższych rozważań zastosowała w swojej dysertacji doktorskiej: „Dla potrzeb niniejszej pracy proponujemy własną definicję formacji integralnej. W naszym rozumieniu wynika ona ze złożenia dwóch nurtów myśli ludzkiej: klasycznej koncepcji człowieka w ujęciu arystotelesowo-tomaszowym, polegającej na dostrzeganiu w człowieku trzech porządków: fizycznego, umysłowego i duchowego (w Biblii odpowiada im triada: ciało – dusza – duch). Jednakże to narzędzie

Wspomniane wyżej comiesięczne spotkania w małych grupach powinny mieć charakter praktyczny, czyli uczestniczki powinny móc od razu wykorzystać wiedzę zawartą w teściach danego spotkania (dalej przykładowe propozycje). Podstawą praktyki jest jednak dobra teoria, zatem fundament teorii dotyczący danego zagadnienia oraz umiejętność i gotowość do zastosowania tej wiedzy w praktyce w codzienności dopiero stanowi całość procesu formacji, inaczej pozostaje ona w przestrzeni intelektu, a nazywając to obrazowo... w sferze pobożnych życzeń.

#### 4.5. Propozycja programu formacyjnego – zarys

Spróbujmy skonstruować zarys roboczej propozycji formacyjnej odpowiadającej tego typu potrzebie. Podzielimy ją adekwatnie na trzy przestrzenie w człowieku, z których dwie przynależą do natury (fizyczna i umysłowa), a trzecia do ducha.

##### 4.5.1. Cieleśność

Obszar cieleśności obejmuje zagadnienia związane z fizycznością i ciałem, czyli zdrowie, kondycję, ruch, odżywianie, wygląd itp. Odniesienia do tej przestrzeni i pewne konkretne odpowiedzi daje Hildegarda. W swoich pismach pisze przecież o odpowiedzialności za ciało i o tym, że dostaliśmy je w zarząd, więc mamy tę „tunikę”, jaką jest nasza cieleśność, oddać Bogu w stanie jak najmniej zużytym w momencie przejścia do życia wiecznego<sup>39</sup>.

Patrząc od strony czysto praktycznej im dłużej człowiek jest sprawny i zdrowy, tym mniej obciąża swoich bliskich, społeczeństwo, ale też tym bardziej czuje się przydatny społecznie – w pewnym rozumieniu tego słowa. Rzecz jasna, osoby, które niosą na sobie jarzmo choroby czy niesprawności, absolutnie nie są wykluczone. Otrzymały raczej w darze krzyż towarzyszenia

---

wykorzystane samodzielnie nie wystarczyłoby do próby opisanego osoby ludzkiej, a tym bardziej pokuszenia się o zaproponowanie dla niej integralnej formacji. Przy tak rozległej wiedzy na temat człowieka, którą przynoszą współczesne nauki szczegółowe rozkwitające od czasów oświecenia (przyrodnicze, społeczne, humanistyczne, a także ścisłe) nie sposób nie skorzystać z ich osiągnięć. Dlatego mówiąc o holistycznej i ciągłej formacji człowieka dorosłego pragniemy sięgać do każdej z nich, by w jak najbardziej komplementarny sposób przyglądać się człowiekowi, jego aktywności i ją komentować. Co więcej, wiedzę tę pragniemy zastosować praktycznie, czyli przykładając ją do konkretnych osób w ich «tu i teraz»". Jankowska, Rola integralnej formacji osób dorosłych. Studium pastoralne.

<sup>39</sup> Zob. J. Wróbel, *Teologiczne podstawy medycyny i postu wg św. Hildegardy*, [http://hildegarda.edu.pl/wp-content/uploads/2016/09/Filozoficzne\\_podstawy\\_medycyny.pdf](http://hildegarda.edu.pl/wp-content/uploads/2016/09/Filozoficzne_podstawy_medycyny.pdf) [19.09.2021].

Zbawicielowi w dopełnianiu cierpień Chrystusa (Kol 1, 24)<sup>40</sup> – uczestniczenia w odkupianiu świata właśnie w ten sposób<sup>41</sup>. Nie zmienia to jednak faktu, że na ile to możliwe mamy troszczyć się w sposób rozsądny o cielesność i traktować ją jako dar od Boga. Nie tylko w polszczyźnie funkcjonuje przecież powiedzenie, że w zdrowym ciele, zdrowy duch. Warto tu zaznaczyć też, że nie chodzi o admirację cielesności kosztem ducha, co w kulturze ostatnich dziesięcioleci doprowadzono do absurdu, np. kobiety, które coraz częściej stosują operacje plastyczne oraz nagminne i powszechne tatuowanie się<sup>42</sup>. Pomińmy tu zmiany płci, czy inne drastyczne i niebezpieczne interwencje we własną cielesność<sup>43</sup>.

Hildegarda pisze nie tylko o sposobie odżywiania, co związane jest z wiedzą wlaną, nie miała bowiem możliwości poznania tak głęboko świata w sensie ówczesnych możliwości weryfikacji naukowej, ale także zwraca uwagę na kondycję: na ruch i sposób życia. Ówczesny człowiek siłą rzeczy był bardziej ruchliwy<sup>44</sup>. Nasz styl życia, zagwarantowane wygody, samochód, winda, dostępność pożywienia na wyciągnięcie ręki, nadmiar żywności,

<sup>40</sup> Por. Z. Niemirski, *Niedostatki udręk Chrystusa*, <https://www.gosc.pl/doc/5717059>. Niedostatki-udrek-Chrystusa [19.09.2021].

<sup>41</sup> Matka Teresa mawiała, że jej aktywność wśród ludzi potrzebujących i skuteczność osadzona jest na wsparciu osób cierpiących.

<sup>42</sup> Coraz mniej pamięta się o genezie tatuazu symbolu czasów pogańskich. W Księdze Kapłańskiej znajdujemy wyraźny zakaz tatuowania ciała „Nie będziecie się tatuować” (Kpł 19, 28). W nowożytności z jednej strony jest to pamiątka czasów niewolnictwa. Niewolnik był w ten sposób oznaczany jako przynależny do pana. Z drugiej strony tatuaz jest językiem środowiska przestępczego. Hitlerowcy wykorzystali tę praktykę do celów statystycznych w obozach koncentracyjnych, tatuując numery więźniów na ich przedramieniu. Por. *Tatuaz*, w: *Encyklopedia PWN*, <https://encyklopedia.pwn.pl/haslo/tatuaz;3985684.html> [19.09.2021] oraz *Historia tatuazu od średniowiecza do współczesności*, <https://inknews.co/historia-tatuazu-sredniowiecze-wspolczesnosc/> [19.09.2021]. W chrześcijaństwie tatuaz jest rozumiany jako ingerencja w piękno stworzenia przez Stwórcę. Były co prawda przypadki zalecania wytatuowania znaku krzyża, np. w Egipcie czy Bośni i Hercegowinie, jako środka zapobiegawczego przed przejściem na islam. I choć Kościół nie zakazuje radykalnie tej praktyki, to zaleca daleko idącą powściągliwość w tym względzie. Ciekawe podejście prezentuje w tym względzie ks. Jacek Kędzierski, *Tatuaz o treści religijnej*, <https://www.przewodnik-katolicki.pl/Archiwum/2014/Przewodnik-Katolicki-34-2014/Poradnik-duchowy/Tatuaz-o-tresci-religijnej> [19.09.2021].

<sup>43</sup> Warto wziąć pod uwagę, że młode pokolenie, na którym wywiera się presję seksualizacji nawet w szkole, a tym bardziej poprzez internet, może mieć zachwianą pewność własnej tożsamości płciowej. Tego typu propozycje edukacyjne i kulturalne nie pozwalają ukształtować się młodemu człowiekowi we właściwy, spójny z naturą, sposób. W przyszłości będzie on tym bardziej nieodporny na oferty godzące w jego integralność i godność. Zob. portal <https://stop-seksualizacji.pl/> [19.09.2021].

<sup>44</sup> Por. *Zadowolona świnia i ludzki mózg*.

przejadanie się, brak ruchu, tkwienie w pozycji siedzącej przez większą część doby przekłada się na choroby cywilizacyjne.

Dodajmy do tego wspomniane w encyklice papieża Franciszka i powszechnie znane dane na temat zniszczenia środowiska naturalnego, z którego czerpiemy pożywienie i w którym żyjemy i oddychamy<sup>45</sup>, a zobaczymy, że jest to nie dzwonek, ale strażacka syrena nawołująca do przebudzenia. Zatem powrót do prostych zasad, zarówno dbałości o ciało, jak i odżywiania się, jest powrotem do zdrowia, do źródła, do prawdy i piękna, czyli do miłości. Miłości siebie, miłości innych i miłości Boga, dawcy wszelkich dóbr.

#### 4.5.2. Piękno

Skoro mowa o cielesności nie sposób pominąć dbałości o estetykę, o własny wygląd, ale też przestrzeń, w jakiej funkcjonujemy. Człowiek został stworzony dobry i piękny. Kobiecie przypada w tym darze szczególny udział. Nie na darmo badania wskazują na fakt, że mężczyźni reagują na kobiece piękno, ale też praktyka dnia codziennego to potwierdza<sup>46</sup>. Piękno kojarzy nam się z dobrem. To pokłosie zapisu z Księgi Rodzaju. Wszystko co stworzał Bóg, było dobre. W rozumieniu klasycznym, greckim zwłaszcza, dobro jest analogiczne z pięknem, a piękno z dobrem<sup>47</sup>.

Widząc piękną osobę mamy automatyczne przekonanie, że jest ona też dobra. Obecnie te dwie kategorie coraz częściej bywają rozłączne. Piękno nie polega na atrakcyjności zewnętrznej i hołdowaniu takim czy innym modom, czy kanonom urody lub wyglądu. W ciągu dziejów bywało różnie, co pokazują chociażby dzieła sztuki od zamierzchłej starożytności, przez antyk, średniowiecze, aż po nowożytność i czasy współczesne. Piękno jest zakodowane jako harmonia tego, co wewnętrzne i zewnętrzne. Rozbicie jej sprawia, że dostrzegamy coś jako dysharmonię, brzydotę, niespójność<sup>48</sup>. W środowisku polskich katoliczek coraz częściej kobiety starają się dbać

<sup>45</sup> Zob. LS, rozdział 3.

<sup>46</sup> Jak ważne jest piękno kobiece, mówią sami mężczyźni, zob. M. Jankowska, *Kobieta w życiu mężczyzny*, w: *Geniusz mężczyzny*, red. P. i M. Zakrzewscy, Warszawa 2015, s. 107–136.

<sup>47</sup> „*Kalokagatia* to starogrecki ideał łączący w sobie prawdę dobro i piękno. *Kalokagatia* to jedność cnót rozumu, serca i ciała. Duchowość i fizyczność zarazem”. J. Lipiec, *Kalokagatia. Szkice z filozofii sportu*, Warszawa – Kraków 1988, s. 7. Zob. też A. Suszanowicz-Williamson, *Piękno a dobro, jaka jest ich geneza*, <http://www.suszanowicz.com/pl/blog/historia-i-sztuka/23-piekno-a-dobro-jaka-jest-ich-geneza> [19.09.2021].

<sup>48</sup> O grzechu jako dysharmonii pisze też R. Jaworski, *Harmonia i konflikty*, Warszawa 2006.



o wygląd. To wskazuje na harmonizowanie tego, co niesiemy w przestrzeni ducha z tym, co wyrażamy na zewnątrz.

#### 4.5.3. Seksualność

Kolejna kwestia, która wydaje się konieczna do poruszenia, to zagadnienia seksualności. Żyjemy w czasach z jednej strony rozpasania i nadużyć w tym obszarze, z drugiej strony blokad i niedomówień. Pojawia się pytanie, kto, gdzie i jak miałby omawiać te tematy. Tym bardziej, że są one niezwykle delikatne, a każdy człowiek ma w tym obszarze jakieś swoje doświadczenia, nierzadko bolesne<sup>49</sup>. I nie chodzi tu tylko o relacje małżeńskie, gdyż coraz więcej osób żyje w stanie wolnym jako single, ale też jako wdowcy czy rozwodnicy. Jeśli tego nie zaczniemy nadrabiać, także tę przestrzeń zacznie wypełniać postkultura z jej wieloma ideologiami, która jak taran w ostatnich latach wdziera się w każdą przestrzeń życia indywidualnego i społecznego, także w życie Kościoła<sup>50</sup>. Wiele podpowiedzi można znaleźć w pracach Hildegardy<sup>51</sup>, która wprost i otwarcie pisze o cielesności i relacjach intymnych kobieta – mężczyzna<sup>52</sup>.

#### 4.5.4. Umysłowość – intelekt i psychika

Dotykamy tutaj kolejnej sfery człowieczego „ja”, a mianowicie umysłowości. Arystoteles dzielił ją na *ratio* i *mens*. *Ratio* związany jest w uproszczeniu z funkcjonowaniem kory mózgowej, racjonalnością. To analiza, skojarzenia, wyciąganie wniosków, nabywana wiedza. *Mens* zaś oznacza świat wewnętrznych doznań człowieka. Można tu mówić o doświadczeniach, przeżyciach, marzeniach, wrażeniach i wspomnieniach. Od tego słowa pochodzi termin „mentalność”. W naszych czasach mówimy o przestrzeni *psyche*, czyli psychice<sup>53</sup>. W tym obszarze warto byłoby zawrzeć to, co odnosi się nie tylko

<sup>49</sup> O. Florant, *Nie psujcie sobie przyjemności, jest święta! Liturgia seksualności*, Poznań 2018.

<sup>50</sup> M. Jankowska, *Jak katolik miłuje siebie i co z tego wynika*, „Warszawskie Studia Pastoralne”, 13(2018), nr 2(39), s. 83–100; taż, *Od kochania siebie do kochania innych. Mistrzowska Akademia Miłości jako uniwersytet szczęśliwego życia*, w: *Teologia stosowana bliżej człowieka*, Warszawa 2016, s. 181–200 (*Biblioteka Teologii Pastoralnej*, t. 12).

<sup>51</sup> O seksualności i pożyciu intymnym zob. „Wizje” św. Hildegardy z Bingen (*Doktora Kościoła*): cz. 2, [https://www.youtube.com/watch?v=QF6\\_ng1AGyI](https://www.youtube.com/watch?v=QF6_ng1AGyI) [20.09.2021].

<sup>52</sup> Ciało i dusza oraz relacje intymne opisane są w: Hildegarda z Bingen, *Wizje, czyli poznaj drogi Pana*, Kraków 2011, [Wizja 4, s. 16–17].

<sup>53</sup> Na temat emocji, uczuć i relacji także w kontekście doświadczeń sfery ducha wypowiedzieli się m.in.: J. Augustyn, zob. <https://www.cfd.sds.pl/?d=more,862,155> [19.09.2021]; K. Grzywocz, <http://www.kskrzysztofgrzywocz.pl/pl/publikacje/teksty> [19.09.2021]; M. Maliński, Ks. Mirosław Maliński „Malina”. *Człowiek a Bóg. Wierzący a ateści. Kościół*

do wiedzy, nauki i kultury, jej wartościowych propozycji, ale też do świata uczuć, emocji, przeżyć, wrażeń i doznań.

Przykładowymi narzędziami, którymi można byłoby się tu posłużyć są na przykład: Mapa Życia, zwracająca uwagę na newralgiczne momenty w życiu<sup>54</sup>, test temperamentów wraz z poszerzonym opisem dający pojęcie o czterech klasycznych typach temperamentalnych (choleryk, sangwinik, melancholik, flegmatyk), ich zaletach i polach rozwoju (wadach)<sup>55</sup>, wiedza o zdolnościach, zwłaszcza talentach<sup>56</sup>, np. Test Talentów Instytutu Gallupa<sup>57</sup>, test Kompas Kariery Fundacji Crown<sup>58</sup> czy test Dynamika Bogactwa (*Welles Dynamic*)<sup>59</sup> i inne.

Oprócz tego typu wiedzy na własny temat, która stanowi bazę do poznawania wpięrw siebie, wartościowe byłoby przybliżenie zagadnień typu: etapy życia człowieka i ich znaczenie<sup>60</sup>, świat emocji<sup>61</sup>, wewnętrzne dziecko<sup>62</sup>, kwestia budowania relacji – analiza transakcyjna<sup>63</sup>, model ko-

---

a apostazja, <https://www.youtube.com/watch?v=G984fZkz6SA> [19.09.2021]; R. Jaworski, *Wpływ czynników osobowościowych na życie rodzinne*, w: *Rodzina jako Kościół domowy*, red. A. Tomkiewicz, W. Wieczorek, Lublin 2010, s. 467–482.

<sup>54</sup> G. Grochowski, *Metoda Mapa życia*, [www.talentologia.pl](http://www.talentologia.pl) [19.09.2021].

<sup>55</sup> Więcej na temat temperamentów: F. Littauer, M. Littauer, *Układanka osobowości*, Warszawa 2000; F. Littauer, *Twoje drzewo osobowości*, Warszawa 2013; taż, *Osobowość plus*, Warszawa 2014; taż, *Osobowość plus dla rodziców*, Warszawa 2005.

<sup>56</sup> Ośrodek Rozwoju Edukacji, Zespół ds. Budowania Krajowego Systemu Wspierania Zdolności i Talentów, *Wybrane definicje zdolności, uzdolnień, talentu*, <http://www.npseo.pl/data/documents/3/238/238.pdf> [12.09.2021].

<sup>57</sup> *Test Talentów*, <https://www.gallup.com/cliftonstrengths/en/home.aspx> [12.09.2021] oraz *Strengths Test*, <http://www.strengthstest.com> [12.09.2021]. Więcej na ten temat M. Buckingham, D.O. Clifton, *Now, Discover Your Strengths*, London 2005. Zob. też [www.talentologia.pl](http://www.talentologia.pl), [www.talentologia.pl](http://www.talentologia.pl) [19.09.2021].

<sup>58</sup> *Kompas Kariery*, <https://careerdirect-ge.org/explore/whatis> [12.09.2021].

<sup>59</sup> *Wealth Dynamics*, <http://www.wealthdynamics.com/> [18.09.2021]. Zob. też J.M. Berent, *8 dróg do bogactwa. Drogi twórcy, supporterka albo lorda pomoga?*, <https://www.focus.pl/artykul/8-drog-do-bogactwa> [13.09.2021] oraz *Dynamika Talentów*, <http://liberso.pl/wp-content/uploads/2017/05/Accumultor-opis-profilu.pdf> [12.09.2021].

<sup>60</sup> M. Sękowska, *Neopsychoanalityczna koncepcja rozwoju psychospołecznego Erika H. Eriksona*, w: *Duchowy rozwój człowieka. Fazy życia, osobowość, wiara, religijność*, red. P. Socha, Kraków 2000, s. 101–144.

<sup>61</sup> Wśród wielu autorów łączących tematykę emocji z duchowością są m.in. A. Grün, K. Grzywocz, M. Maliński, J. Augustyn i in.

<sup>62</sup> A. Łastik, *Wewnętrzne dziecko*, Warszawa 2008.

<sup>63</sup> K. Frużyńska, *Dziecko, rodzic, dorosły – analiza transakcyjna dla trenerów, liderów i rodziców*, <http://www.zblyskiemwoku.pl/2015/03/dziecko-rodzic-dorosly-analiza/> [19.09.2021].

munikowania się według zasad Porozumienia bez Przemocy<sup>64</sup> itp. W tym obszarze istnieją liczne propozycje warsztatów, czyli działania aktywnego, a nie tylko szkoleń, które są propozycją bierną. Częstokroć kobiety będące w gronie uczestniczek Duszpasterstwa Kobiet prowadzą z dużym sukcesem zawodowo tego typu zajęcia. Można byłoby zrobić listę tego typu „zasobów ludzkich”, które są niejako w zasięgu ręki i z nich korzystać, dzieląc się tym, co kto umie najlepiej.

Jako przykłady takich skarbów zaproponujemy: Polskie Towarzystwo Przyjaciół św. Hildegardy<sup>65</sup> oraz Elżbieta Ruman<sup>66</sup> czy Jolanta Zajdler<sup>67</sup> i promotorki Hildegardy i jej nauki, Irena Neumeuler i Fundacja *Status Feminae* (cykl wykładów i warsztatów na temat kobiet w Biblii w różnych aspektach ich funkcjonowania i budowania relacji)<sup>68</sup>, Edyta Gronowska (Stowarzyszenie Towarzystwo Edukacyjne Lokomotywa, wychowanie, edukacja, patriotyzm, cnoty i wartości społeczne)<sup>69</sup>, Ewelina Chełstowska (Urzekająca)<sup>70</sup>, Izabela Antosiewicz (talenty Gallupa, relacje z dziećmi, portal Przytulam)<sup>71</sup>, społeczność kobieca Dzielne Niewiasty<sup>72</sup> i pisząca te słowa Mira Jankowska<sup>73</sup> (sceniczne widowiska edukacyjne Mistrzowskiej Akademii Miłości i nagrania z nich oraz warsztaty np. „Nieodgadniona, czyli jak rozwijać kobiecość”, z obszaru temperamentów, fotografia terapeutyczna kobiet) oraz wiele innych środowisk i osób.

Niektóre warsztaty mogliby poprowadzić mężczyźni, którzy mają wypracowane i sprawdzone metody, np. prof. Grzegorz Grochowski (Mapa Życia)<sup>74</sup>, ks. prof. Romuald Jaworski<sup>75</sup>, psycholog (UKSW), program „Wreszcie żyć

<sup>64</sup> O metodzie Marshalla Rosenberga *Porozumienie bez Przemocy – NVC Nonviolent communication*, <https://nvclab.pl/o-nvc/> [19.09.2021].

<sup>65</sup> Polskie Towarzystwo Przyjaciół św. Hildegardy, <https://hildegarda.edu.pl/> [20.09.2021].

<sup>66</sup> Centrum św. Hildegardy w Józefowie, <https://centrum-hildegarda.pl/> [20.09.2021].

<sup>67</sup> SunVita, <https://www.sklephildegarda.pl/> [20.09.2021].

<sup>68</sup> Fundacja *Status Feminae*, <http://www.statusfeminae.savio-cms.pl> [18.09.2021].

<sup>69</sup> Stowarzyszenie „Towarzystwo Edukacyjne „LOKOMOTYWA” powstało z inicjatywy kilku małżeństw, które postanowiły – dla swoich dzieci – stworzyć przedszkole będące przedłużeniem ich domu i wyznawanych wartości. [www.lokomotywa.edu.pl](http://www.lokomotywa.edu.pl) [18.09.2021].

<sup>70</sup> [www.urzekajaca.pl](http://www.urzekajaca.pl) [18.09.2021].

<sup>71</sup> [www.przytulam.pl](http://www.przytulam.pl) [18.09.2021].

<sup>72</sup> [www.dzielneniewiasty.pl](http://www.dzielneniewiasty.pl) [18.09.2021].

<sup>73</sup> *Mistrzowska Akademia Miłości*, [www.mistrzowska.pl](http://www.mistrzowska.pl) oraz [www.MiraJankowska.pl](http://www.MiraJankowska.pl) i [www.mirajankowska.pl/category/fotografia](http://www.mirajankowska.pl/category/fotografia) [18.09.2021].

<sup>74</sup> Grzegorz Grochowski, teolog i pedagog, społecznik, [www.Talentologia.pl](http://www.Talentologia.pl) [18.09.2021].

<sup>75</sup> Romuald Jaworski, teolog, psycholog, psychoterapeuta, superwizor. Współtwórca Stowarzyszenia Psychologów Chrześcijańskich w Polsce. Profesor psychologii na Uniwersy-

– 12 kroków ku wolności. Warsztat rozwoju duchowego”<sup>76</sup>, Rafał Porzeziński, „Ocaleni” (TVP)<sup>77</sup> i inne. W prosty, wręcz oczywisty sposób, korzystając z dostępnych zasobów ludzi i ich profesji, można byłoby przekazywać ich wiedzę i doświadczenie. Szczegółowe rozpisanie działań formacyjnych wymagałoby zebrania danych o tego typu praktykach i zaproponowania konkretnych rozwiązań.

#### 4.5.6. Sfera ducha

I wreszcie kwestia *stricte* duchowej przestrzeni, a zwłaszcza wiedzy o różnych szkołach duchowości, próby praktykowania ich reguł czy zasad, np. benedyktyńskiej, franciszkańskiej, dominikańskiej, karmelitańskiej, ignacjańskiej, wskazań samej Hildegardy itp. Warto byłoby skorzystać z doświadczenia osób zajmujących się tymi obszarami, na przykład s. prof. M. Borkowska<sup>78</sup>, Małgorzata Chmielewska<sup>79</sup>, Wspólnota Chleb Życia, Ogniska Miłości<sup>80</sup>, s. Jolanta Głapka, Fundacja Pasja Życia<sup>81</sup>; prof. Krzysztof Leśniewski, teolog duchowości katolickiej i prawosławnej (KUL)<sup>82</sup>; o. Jacek Wróbel, ruch hildegardiański<sup>83</sup> i inne.

Warto byłoby przekroczyć schemat i pokazywać przy okazji ciekawe inicjatywy niosące przemianę duchową, ale też społeczną. Spotkania z tego typu osobowościami poznanie ich zmagania, trudów, obserwowanie rozwoju danego dzieła sprawia, że łatwiej byłoby rozpoznawać osobiste zadanie życiowe, ale też uświadamiać sobie znaczenie wytrwałości i wierności owej misji, niezależnie od tego, czy jest nią małżeństwo i rodzina, dzieło społeczne na miarę lokalną, czy też ogólnopolskie lub międzynarodowe przedsięwzięcie, bądź też cicha kontemplacyjna obecność lub cierpienie związane np. z cho-

---

tecie Kardynała Stefana Wyszyńskiego. Kapłan katolicki diecezji płockiej w Polsce, <https://psycholog-uslugi.pl/> [20.09.2021].

<sup>76</sup> *Wreszcie żyć – 12 kroków ku wolności. Warsztat rozwoju duchowego*, <https://www.12krokow.com.pl/warsztaty.html> [20.09.2021].

<sup>77</sup> R. Porzeziński, *Ocaleni*, <https://vod.tvp.pl/website/ocaleni,36487103> [20.09.2021].

<sup>78</sup> S. Małgorzata Borkowska, [https://pl.wikipedia.org/wiki/Ma%C5%82gorzata\\_Borkowska](https://pl.wikipedia.org/wiki/Ma%C5%82gorzata_Borkowska) [20.09.2021].

<sup>79</sup> S. Małgorzata Chmielewska, *Wspólnota Chleb Życia*, <https://chlebzycia.org/> [20.09.2021].

<sup>80</sup> *Ogniska miłości Marty Robin*, <http://www.ogniskomilosci.pl/> [20.09.2021].

<sup>81</sup> Prezesem Fundacji Pasja Życia jest s. Jolanta Głapka, <https://www.siostry-sc.pl/aktualnosci/archiwum1/11792-aktualnosci-z-fundacji-pasja-zycia-w-legionowie> [20.09.2021].

<sup>82</sup> *Krzysztof Leśniewski*, [https://pl.wikipedia.org/wiki/Krzysztof\\_Le%C5%9Bniewski](https://pl.wikipedia.org/wiki/Krzysztof_Le%C5%9Bniewski) [20.09.2021].

<sup>83</sup> Wróbel, *Teologiczne podstawy medycyny i postu wg św. Hildegardy*.

robą. To wszystko należy ogarniać indywidualną i wspólną modlitwą. Tego typu komplementarne podejście sprawia, że uczymy się doceniać cudze zmagania, cieszyć sukcesami innych i wspierać się w momentach trudnych, kryzysowych bądź przełomowych.

Powyższy zarys przykładowych inicjatyw lub osób wartych przedstawienia jest tylko próbą ujęcia tego, czego współczesny człowiek, w tym przypadku kobieta, potrzebuje do stawania się „lepszą wersją siebie”, czyli przeżywania swojego człowieczeństwa w pełni i odpowiedzialnie. Zastosowany tu podział na sferę fizyczną, umysłową i duchową jest tylko technicznym zabiegiem. Człowiek jest bowiem całością psychofizyczno-duchową i nie da się oddzielić w nas tego, co fizyczne od tego, co duchowe, gdyż zajmując się jednym działamy na pozostałe.

\* \* \*

Czasy, w których żyjemy, niebywale przyspieszyły swój bieg<sup>84</sup>. Globalność zjawisk z jednej strony zachwyca, z drugiej przeraża. Papież Franciszek wskazuje na jeden i drugi aspekt. Zachęca do koncentracji na tym, co jest do zrobienia na miarę indywidualnych możliwości i od zaraz, co oznacza rozpoczęcie zmiany od siebie, by objąć nią własne środowiska<sup>85</sup>.

Druga postać tych rozważań, św. Hildegarda z Bingen, która zdumiewała bogactwem osobowości nie tylko jej współczesnych, ale i zdumiewa nas, ludzi XXI wieku, podpowiada, co i jak można w tej sytuacji robić. Rozmach jej myślenia i patrzenia na człowieka, jego relacje, świat, w którym on istnieje i Kosmos, którego jest częścią, wreszcie zamknięcie tego wszystkiego w Bogu – takie właśnie holistyczne ujęcie może być rodzajem przewodnika z mapą, która różnymi drogami będzie prowadziła do Źródła odnowy życia, czyli Chrystusa.

Jak to robić krok po kroku i w konkretach – musimy rozpoznawać i rozstrzygać sami. Niewątpliwie jednak oba te głosy są dla nas zaproszeniem do tego, by nie zwlekać, nie bać się i ponownie szeroko otworzyć drzwi Chrystusowi, czyli wypłynąć na głębię, dać się porwać i ponieść Duchowi, który nie zna ograniczeń. Jediną przeszkodą jest dla Niego zamknięte lub

<sup>84</sup> Człowiek w historii nigdy nie był wystawiony na tak szybkie i liczne zmiany, na taką ilość bodźców jak obecnie. Po raz pierwszy w dziejach ludzkości pokolenie młodych przejmuje stery prowadzenia świata, a kulturę postfiguratywną zastępuje prefiguratywna. Zob. M. Mead, *Kultura i tożsamość. Studium dystansu międzypokoleniowego*, Warszawa 2000.

<sup>85</sup> *Zrównoważony rozwój w świetle encykliki „Laudato si”*, Warszawa 2016.

złodowaciałe ludzkie serce. Ale Bóg zaprasza swoich uczniów także dziś do poszukiwania ludzi zagubionych i niechętnych Mu i składa część odpowiedzialności na barki tych, którzy Go już poznali. Być może powyższa propozycja choć w części przyda się do opracowania integralnych działań formacyjnych dla kobiet lub mężczyzn. Jeśli stałaby się inspiracją czy podpowiedzią w tym względzie, spełniłaby swoje zadanie.

### STRESZCZENIE

Artykuł jest próbą przyjrzenia się kwestii aktualnej oferty służącej formacji kobiet w Kościele katolickim. Inspiracją i treścią owej pracy nad sobą są w tym przypadku dwa elementy: postać św. Hildegardy z Bingen, niezwyklej osobistości średniowiecza, oraz encyklika *Laudato si'* papieża Franciszka. Jaka jest łączność między wspomnianą encykliką papieską zwaną „ekologiczną”, formacją i duszpasterstwem współczesnych kobiet, a nauczaniem żyjącej przed tysiącem lat mistyczki i świętej wizjonerki? Autorka analizuje wszystkie trzy wątki i wysnuwa awangardową propozycję integralnej formacji katolicki XXI wieku, opartą na nauczaniu Franciszka i św. Hildegardy, a odpowiadającą na potrzeby naszych czasów.

**Słowa kluczowe:** papież Franciszek, Hildegarda z Bingen, *Laudato si'*, ekologia, postmodernizm, kobieta, formacja, duszpasterstwo, integralność, cielesność, seksualność, piękno, duchowość.

### ABSTRACT

An article is an attempt to look at the issue of the current offer of women's formation in the Church. An inspiration and the content of this work on ourselves are, in this case, two elements: the figure of St. Hildegard of Bingen – an extraordinary personality of Middle Ages, and pope Francis' encyclical – *Laudato si'*. What possible link is there between the pope's encyclical, called “ecological”, the formation and ministry, and the teaching of a mystic and holy visionary who lived one thousand years ago? The author analyses all the three threads and she makes an avantgarde idea of an integral formation of the catholic woman of the 21<sup>st</sup> century, based on the teaching of Francis and St. Hildegard, responding to the needs of our times.

**Key words:** Pope Francis, Hildegard of Bingen, *Laudato si'*, ecology, post-modernism, woman, formation, ministry, integrity, corporality, sexuality, beauty, spirituality.

## BIBLIOGRAFIA

- Jan Paweł II, Encyklika *Fides et ratio*, 14 IX 1998, [https://opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/jan\\_pawel\\_ii/encykliki/fides\\_ratio\\_0.html#pm1](https://opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/jan_pawel_ii/encykliki/fides_ratio_0.html#pm1) [19.09.2021].
- Benedykt XVI, *Mistrzynie duchowe*, Poznań 2012.
- Franciszek, Encyklika *Laudato si'*, 24 V 2015, [https://opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/franciszek\\_i/encykliki/laudato\\_si\\_24052015.html](https://opoka.org.pl/biblioteka/W/WP/franciszek_i/encykliki/laudato_si_24052015.html) [20.09.2021].
- Buckingham M., Clifton D.O., *Now, Discover Your Strengths*, London 2005.
- Dreher R., *Opcja Benedykta. Jak przetrwać czas neopogaństwa*, Kraków 2018.
- Florant O., *Nie psujcie sobie przyjemności, jest święta! Liturgia seksualności*, Poznań 2018.
- Heepen G.H., *Zdrowe Życie z Hildegardą z Bingen*, Kielce 2020.
- Hildegarda z Bingen, *Wizje, czyli poznaj drogi Pana*, Kraków 2011.
- Jankowska M., *Jak katolik miłuje siebie i co z tego wynika*, „Warszawskie Studia Pastoralne”, 13(2018), nr 2(39), s. 83–100.
- Jankowska M., *Kobieta w życiu mężczyzny*, w: *Geniusz mężczyzny*, red. P. i M. Zakrzewscy, Warszawa 2015, s. 107–136.
- Jankowska M., *Od kochania siebie do kochania innych. Mistrzowska Akademia Miłości jako uniwersytet szczęśliwego życia*, w: *Teologia stosowana bliżej człowieka*, Warszawa 2016, s. 181–200 (*Biblioteka Teologii Pastoralnej*, t. 12).
- Jankowska M., *Rola integralnej formacji dorosłych w duszpasterstwie parafialnym w Polsce. Studium pastoralne*”, Warszawa 2018 [praca doktorska, UKSW].
- Jaworski R., *Harmonia i konflikty*, Warszawa 2006.
- Jaworski R., *Wpływ czynników osobowościowych na życie rodzinne*, w: *Rodzina jako Kościół domowy*, red. A. Tomkiewicz, W. Wieczorek, Lublin 2010, s. 467–482.
- Kucharczyk G., *Chrystofobia. 500 lat nienawiści do Jezusa i Kościoła*, Warszawa 2020.
- Łastik A., *Wewnętrzne dziecko*, Warszawa 2008.
- Lipiec J., *Kalokagatia. Szkice z filozofii sportu*, Warszawa – Kraków 1988.
- Littauer F., Littauer M., *Układanka osobowości*, Warszawa 2000.

- Littauer F., *Osobowość plus dla rodziców*, Warszawa 2005.
- Littauer F., *Osobowość plus*, Warszawa 2014.
- Littauer F., *Twoje drzewo osobowości*, Warszawa 2013.
- Maliński M., *Temperamenty. Rozwój charakteru*, cz. 1–4 [CD], Wrocław 2021.
- Mead M., *Kultura i tożsamość. Studium dystansu międzypokoleniowego*, Warszawa 2000.
- Nowy słownik teologii biblijnej, red. H. Witczyk, Lublin – Kielce 2017.
- Peeters M.A., *Globalizacja zachodniej rewolucji kulturowej. Kluczowe pojęcia, mechanizmy działania*, Warszawa 2010.
- Schmidle B., Pregoner B., *Kuchnia świętej Hildegardy*, Kraków 2007.
- Schmidle B., Pregoner B., *Zdrowe i proste gotowanie ze św. Hildegardą z Bingen*, Kraków 2016.
- Sękowska M., *Neopschoanalytyczna koncepcja rozwoju psychospołecznego Erika H. Eriksona*, w: *Duchowy rozwój człowieka. Fazy życia, osobowość, wiara, religijność*, red. P. Socha, Kraków 2000, s. 101–144.
- Stępnia M., *Duszpasterstwo i nowa ewangelizacja jako dwa kierunki misji Kościoła katolickiego w Polsce. Perspektywa teologiczno-socjologiczna*, „Łódzkie Studia Teologiczne”, 24(2015), nr 1, s. 91–101.
- Strehlow W., *Św. Hildegarda z Bingen. Leczenie chorób duszy*, Kraków 2014.
- Strickerschmidt H., *Hildegarda z Bingen. O duszy, ciele i zmysłach. Cnoty i wady*, Ełk 2014.
- Tancredi L., *Hildegarda z Bingen*, Warszawa 2015.
- Walkowska A., *Powrót do harmonii*, Legnica 2015.
- Zrównoważony rozwój w świetle encykliki „Laudato si”*, Warszawa 2016.
- Augustyn J., <https://www.cfd.sds.pl/?d=more,862,155> [19.09.2021].
- Berent J.M., *8 dróg do bogactwa. Drogi creatora, supportera albo lorda pomogą?*, <https://www.focus.pl/artykul/8-drog-do-bogactwa> [13.09.2021]
- Centrum św. Hildegardy w Józefowie*, <https://centrum-hildegarda.pl/> [20.09.2021].
- Co sprawia, że jesteśmy szczęśliwi?*, <http://dobrewiadomosci.net.pl/9660-co-sprawia-ze-jestesmy-szczesliwy-oto-wynik-badania-trwajacego-75-lat/> [16.09.2021]



- Cztery nogi stołu i otyły anemik* – wywiad z Olgą Pietkiewicz, cz. 1, <https://soundcloud.com/fundacjaenarche/cztery-nogi-stolu-i-otyly-anemik> [07.09.2021].
- Czy warto siać stare gatunki pszenic?*, <https://www.kalendarzrolnikow.pl/6039/czy-warto-siac-stare-gatunki-pszenic> [18.09.2021].
- Dogadaj się ze swoim organizmem i prowadź się zdrowo* – wywiad z Olgą Pietkiewicz, cz. 3, <https://soundcloud.com/fundacjaenarche/dogadaj-sie-ze-swoim-organizmem-i-prowadz-sie-zdrowo> [16.09.2021].
- Dynamika Talentów*, <http://liberso.pl/wp-content/uploads/2017/05/Accumulator-opis-profilu.pdf> [12.09.2021].
- Dzielne Niewiasty.pl*, [www.dzielneniewiasty.pl](http://www.dzielneniewiasty.pl) [18.09.2021].
- Encyklopedia PWN*, <https://encyklopedia.pwn.pl/haslo/tatuaz;3985684.html> [19.09.2021].
- Franciszek o ekologii integralnej: trzeba działać już dziś!*, <https://www.vatican-news.va/pl/papiez/news/2020-10/franciszek-o-ekologii-integralnej-trzeba-dzialac-juz-dzis.html> [20.09.2021].
- Frużyńska K., *Dziecko, rodzic, dorosły – analiza transakcyjna dla trenerów, liderów i rodziców*, <http://www.zblyskiemwoku.pl/2015/03/dziecko-rodzic-dorosly-analiza/> [19.09.2021].
- Fundacja *Status Feminae*, <http://www.statusfeminae.savio-cms.pl> [18.09.2021].
- Grochowski G., *Metoda Mapa życia*, [www.talentologia.pl](http://www.talentologia.pl) [19.09.2021].
- Grzywocz K., <http://www.kskrzysztofgrzywocz.pl/pl/publikacje/teksty> [19.09.2021].
- Happy Movie*, reż. R. Belic, 2011, <https://www.youtube.com/watch?v=-Sc0qJesz0I&feature=youtu.be> [16.09.2021].
- Hildegard von Bingen, *O Tu, Suavissima Virga (Responsorium)*. *Sequentia*, <https://www.youtube.com/watch?v=5WvsNf-QM44> [19.09.2021];
- Hildegarda z Bingen, *Ave Maria*, [https://www.youtube.com/watch?v=6ZVhNkQlLro&list=OLAK5uy\\_kaBawGpUPb-ezH7316rlCPTsRjYhRVAY](https://www.youtube.com/watch?v=6ZVhNkQlLro&list=OLAK5uy_kaBawGpUPb-ezH7316rlCPTsRjYhRVAY) [19.09.2021].
- Hildegarda z Bingen, *Wizje, czyli poznaj drogi Pana*, [https://www.youtube.com/watch?v=QF6\\_ng1AGyI](https://www.youtube.com/watch?v=QF6_ng1AGyI) [13.09.2021].
- Historia tatuazu od średniowiecza do współczesności*, <https://inknews.co/historia-tatuazu-sredniowiecze-wspolczesnosc/> [19.09.2021].

- <https://psycholog-uslugi.pl/> [20.09.2021].
- <https://www.cellule-evangelizzazione.org/> [20.09.2021].
- <https://www.siostry-sc.pl/aktualnosci/archiwum1/11792-aktualnosci-z-fundacji-pasja-zycia-w-legionowie> [20.09.2021].
- Kędzierski J., *Tatuaż o treści religijnej*, <https://www.przewodnik-katolicki.pl/Archiwum/2014/Przewodnik-Katolicki-34-2014/Poradnik-duchowy/Tatuaż-o-tresci-religijnej> [19.09.2021].
- Kierska-Witczak M., *Studia Hildegardiana Sariensia – nowy rocznik poświęcony muzyce kościelnej*, <https://hildegarda.edu.pl/wp-content/uploads/2015/10/SHS-1-Kierska-Witczak.pdf> [11.09.2021].
- Kompas Kariery*, <https://careerdirect-ge.org/explore/whatis> [12.09.2021].
- Krajowa Rada ds. Duszpasterstwa Kobiet obradowała o roli kobiet w wychowaniu synów*, <https://www.niedziela.pl/artukul/46038/Krajowa-Rada-ds-Duszpasterstwa-Kobiet> [19.09.2021].
- Krzysztof Leśniewski, [https://pl.wikipedia.org/wiki/Krzysztof\\_Le%C5%9Bniewski](https://pl.wikipedia.org/wiki/Krzysztof_Le%C5%9Bniewski) [20.09.2021].
- Maliński M., *Ks. Mirosław Maliński „Malina”. Człowiek a Bóg. Wierzący a ateści. Kościół a apostazja*, <https://www.youtube.com/watch?v=G984fZkz6SA> [19.09.2021].
- Mistrzowska Akademia Miłości*, [www.mistrzowska.pl](http://www.mistrzowska.pl) [18.09.2021].
- Modlitewne spotkanie kobiet „Nie jesteś sama”*, <https://www.ekai.pl/modlitewne-spotkanie-kobiet-nie-jestes-sama/> [19.09.2021].
- Niemirski Z., *Niedostatki udrek Chrystusa*, <https://www.gosc.pl/doc/5717059.Niedostatki-udrek-Chrystusa> [19.09.2021].
- Nowi doktorzy Kościoła: święci Jan z Ávili i Hildegarda z Bingen*, [http://ekai.pl/wydarzenia/ostatnia\\_chwila/x59347/nowi-doktorzy-kosciola-swieci-jan-z-avili-i-hildegarda-z-bingen/](http://ekai.pl/wydarzenia/ostatnia_chwila/x59347/nowi-doktorzy-kosciola-swieci-jan-z-avili-i-hildegarda-z-bingen/) [09.09.2021].
- Ogniska miłości Marty Robin*, <http://www.ogniskomilosci.pl/> [20.09.2021].
- Ośrodek Rozwoju Edukacji, Zespół ds. Budowania Krajowego Systemu Wspierania Zdolności i Talentów, *Wybrane definicje zdolności, uzdolnień, talentu*, <http://www.npseo.pl/data/documents/3/238/238.pdf> [12.09.2021].
- Podstawowe produkty medycyny klasztornej św. Hildegardy z Bingen* [broszura], <https://docplayer.pl/104801424-Podstawowe-produkty-medycyny-klasztornej-sw-hildegardy-z-bingen-z-leksykonu-ziol-swietej-hildegardy.html> [13.09.2021].

- Polskie Towarzystwo Przyjaciół św. Hildegardy*, <https://hildegarda.edu.pl/> [20.09.2021].
- Ponikło T., *5. rocznica śmierci Stefana Swieżawskiego*, <https://www.tygodnikpowszechny.pl/5-rocznica-smierci-stefana-swiezawskiego-136546> [19.09.2021].
- Porozumienie bez Przemocy – NVC Nonviolent communication*, <https://nvclab.pl/o-nvc/> [19.09.2021].
- Porzeziński R., *Ocaleni*, <https://vod.tvp.pl/website/ocaleni,36487103> [20.09.2021].
- Przytulam.pl, [www.przytulam.pl](http://www.przytulam.pl) [18.09.2021].
- S. Małgorzata Borkowska, [https://pl.wikipedia.org/wiki/Ma%C5%82gorzata\\_Borkowska](https://pl.wikipedia.org/wiki/Ma%C5%82gorzata_Borkowska) [20.09.2021].
- S. Małgorzata Chmielewska, *Wspólnota Chleb Życia*, <https://chlebzycia.org/> [20.09.2021].
- Stop seksualizacji*, <https://stop-seksualizacji.pl/> [19.09.2021].
- SunVita, <https://www.sklephildegarda.pl/> [20.09.2021].
- Suszanowicz-Williamson A., *Piękno a dobro, jaka jest ich geneza*, <http://www.suszanowicz.com/pl/blog/historia-i-sztuka/23-piekno-a-dobro-jaka-jest-ich-geneza> [19.09.2021].
- Św. Hildegarda z Bingen, cz. 1: *Rozwój*, <https://profeto.pl/sw--hildegarda-z-bingen--cz--1---rozwoj> [20.09.2021].
- Test Talentów*, <https://www.gallup.com/cliftonstrengths/en/home.aspx> [12.09.2021].
- Urzekająca.pl*, [www.urzekajaca.pl](http://www.urzekajaca.pl) [18.09.2021].
- Wealth Dynamics*, <http://www.wealthdynamics.com/> [18.09.2021].
- „Wizje” św. Hildegardy z Bingen (*Doktora Kościoła*), cz. 2, [https://www.youtube.com/watch?v=QF6\\_ng1AGyI](https://www.youtube.com/watch?v=QF6_ng1AGyI) [20.09.2021].
- World Happiness Report 2019*, <https://worldhappiness.report/ed/2019/#read> [16.09.2021].
- Wreszcie żyć – 12 kroków ku wolności. Warsztat rozwoju duchowego*, <https://www.12krokow.com.pl/warsztaty.html> [20.09.2021].
- Wróbel J., *Teologiczne podstawy medycyny i postu wg św. Hildegardy*, [http://hildegarda.edu.pl/wp-content/uploads/2016/09/Filozoficzne\\_podstawy\\_medycyny.pdf](http://hildegarda.edu.pl/wp-content/uploads/2016/09/Filozoficzne_podstawy_medycyny.pdf) [19.09.2021].

[www.lokomotywa.edu.pl](http://www.lokomotywa.edu.pl) [18.09.2021].

[www.MiraJankowska.pl](http://www.MiraJankowska.pl) [18.09.2021].

[www.mirajankowska.pl/category/fotografia](http://www.mirajankowska.pl/category/fotografia) [18.09.2021].

*Zadowolona świnia i ludzki mózg, który się boi, czyli wiedz, co jesz* – wywiad z Olgą Pietkiewicz, cz. 2, <https://soundcloud.com/fundacjaenarche/zadowolona-swini-i-ludzki-mozg-ktory-sie-boi-czyli-wiedz-co-jesz> [11.09.2021].

Żyłka P., *Zamieńmy kanapę na wyczynowe buty*, <https://deon.pl/kosciol/komentarze/zamienmy-kanape-na-wyczynowe-buty,403055> [20.09.2021].