

se sjećao, koje je susretao ili s kojima je radio.

»Kršćanska sadašnjost« izdala je knjigu *Kako danas moliti*, autora Jörga Zinka (prijevod Leonarda Oreča) koja nudi put kojim treba ići do dobre i savršene molitve. Jer, moliti treba neprekidno. Treba naime neprekidno biti svjesno smješten u Božju prisutnost. Treba neprekidno, uvijek Boga tražiti, Boga promatrati, Boga slušati. No, tako moliti treba naučiti. Tako se moliti, *svugdje* (u sobi, na ulici, u bogomolji, pred oltarom) i *stalno* (kroz cijeli dan), želi čitatelja naučiti ova knjiga.

U knjizi se susljedno na jednoj stranici obrađuje jedna od svagdanjih ljudskih tema, a na drugoj stranici pisac pokušava na tu temu spontano izreći molitvu Bogu. To je istinski razgovor s Bogom, razgovor prijatelja s prijateljem. Razgovor za koji inače i nisu potrebne zvukovne riječi.

Tako je to: »moliti ne znači slušati sebe kako govoriš; moliti znači utihnuti, šutjeti i čekati dok nas Bog ne čuje« (Sören Kierkegaard). »Na svijetu postoji samo jedan jedini problem: kako ljudima vratiti duhovni smisao, duhovni nemir; kako na njih izliti nešto kao gregorijanski koral! Vidite, više nije moguće živjeti od hladnjaka i politike, od bilancâ i križaljki. Više to nije moguće!« (Antoine de Saint-Exupery: Iz »Pisma jednom generalu«).

Knjiga je zbirka molitvenih bisera. Bisere treba skupljati, gledati ih, promatrati sa svih strana. Pisac je proniknuo u sve ljudske probleme, u sva ljudska pitanja. O svemu govori, o svemu razmišlja, za sve moli; sve Bogu prinosi i sve pred Bogom gleda Božjim očima. Nadahnut je biblijskim osjećanjem, biblijskim jezikom, biblijskim slikama. Moli biblijski, izlaže biblijski, govori biblijski. Zato je knjiga vrlo vrijedna. Preporučamo je svakome da je uzme kao *drugi* svoj Časoslov, kao knjigu koju će trebati uz Časoslov.

*Adalbert Rebič*

*Klemens Tilmann, MEDITACIJA — TEMELJNA LJUDSKA DIMENZIJA.* Preveli P. Badurina i K. Prendivoj. Izdanje »Kršćanske sadašnjosti«, PAKS, Zagreb 1975, Stranica 327. Cijena 150 dinara. Naručuje se kod »Kršćanska sadašnjost«, Marulićev trg 14, 41000 Zagreb.

Ovu vrijednu knjigu izdala je »Kršćanska sadašnjost« u svom nizu »Katehetski priručnici«, i to posve opravdano. Meditacija, razmatranje, jest doista temeljna dimenzija ljudskog života; potrebna za čovjekov rast do zrelosti, do njegove duhovno-tjelesne integracije i njegova unutarnjega sklada, što ga sve čini sposobnim za istinski susret s Drugim i sa svime što jest (iz Riječi hrvatskog izdavača). Klemens Tilmann je svećenik oratorijanac, poznati njemački pedagog, katehetičar i plodni pisac mnogih studija sa stručnog područja katehetike. On se u zadnje vrijeme, kako se vidi iz njegovih objavljenih spisa u Njemačkoj, mnogo bavi problemom meditacije i nastoji našu kršćansku meditaciju obogatiti elementima iz istočnih meditacija. Posebno je u tu svrhu proučavao meditacije zen i jogi.

Danas je meditacija ponovno u modi među ljudima koji traže životnu ozbiljnost i osmišljenje te nastoje ispravno i uspješno susretati Drugoga u svome životu. Danas i mnogi kršćani posežu sa dalekoistočnim meditativnim metodama (jogi, zen) kako bi što dublje ušli u se i što bolje sebe sama spoznali. Knjiga želi svima pomoći da dođu do plodne i učinkovite meditacije, pokazujući im prokušane putove meditacije. Želi razotkriti tajnu meditacije i pokazati kako su prilazi do njezine dubine jednostavni i naravni.

Knjiga je svojim sadržajem vrlo bogata i donosi uistinu nove i zanimljive spoznaje, koje je pisac stekao na temelju studija i svog osobnog iskustva kao voditelj brojnih tečajeva sa ljudima različite životne dobi i životnih okolnosti. Materijal koji je ušao u knjigu neiscrpiv je. Uz teoretske upute ima vrlo mnogo

praktičnih vježbi i domaćih zadata, što knjigu čini vrlo korisnom. Ona je stoga tu prvenstveno za one koji hoće druge upućivati u dubine i u tajne meditacije, za one kojima je povjeren odgoj ljudi, osobito mlađi.

Knjiga ima osam dijelova. U *prvom* dijelu razrađuje se meditacija u naše vrijeme (stanje naše okoline, meditacija u crkvenom prostoru, zadata meditacije, vođenje voditelja). U *drugom* dijelu nudi se čitatelju uvod u razumijevanje meditacije (i to pomoću iskustva, opisivanjem). Razrađuje se i sam pojam meditacije, razmatranja, pounutarnjenja i pružaju se različiti načini meditacije i različiti (zapadnjački i istočnjački) putovi do meditacije. U *trećem* dijelu opisano je vježbanje u osnovama meditacije. Opisuju se osnovne vježbe, kao držanje tijela, disanje, popratne riječi, tok osnovne vježbe i, na kraju, jedna domaća zadaća. Posebna važnost pridana je ispravnu odnosu prema tijelu kao temelju meditacije (sudjelovanje tijela, tijelo kao ulazna vrata, tijelo kao izlazna vrata, tijelo kao simbol, produhovljavanje tijela, unutarnja osjetila). Govori se o opuštenosti i o disanju kao o preduvjetima ispravne meditacije (disanje kao općeljudska pojava, uzajamno djelovanje disanja i meditacije, upućivanje u disanje ošitom, djelovanje ošitnog disanja, pravilno disanje kao priprema za meditaciju). Važno je i držanje tijela za vrijeme meditacije. Daje se osnovno pravilo za držanje tijela i navode neki primjeri iz zen-budizma. Iznosi se potom način kako doći do temeljnog duševnog raspoloženja (biti sâm, imati vremena, biti odlučan, biti miran, smirenost i predanost, odricanje, nenamjernost, tišina i šutnja, budnost i pripravnost, sabranost i prisutnost). U *četvrtom* dijelu pisac upućuje u pojedinu vrstu meditacije te daje upute za samostalno meditiranje (mjesto, vrijeme, trajanje meditacije, popis tema, uvod, uvodni tekstovi i sl.). U *petom* dijelu pisac daje gradivo naravne meditacije (stvarnost pri-

rode kao gradivo za meditaciju, poredba naravne i vjerske meditacije, Bog i meditacija) te razlaže meditiranje o vlastitu životu. Ovaj je dio veoma bogato obrađen i ima više poglavlja: rad kao razvojna mogućnost i osnova meditacije, uvođenje u meditaciju o stvarnostima prirode, meditiranje o simbolima, meditacija o umjetničkim djelima i značajnim tekstovima, meditiranje o svijetu tehnike, meditacija o bližnjemu, meditacija kao put za pronalaženje sebe i ostvarivanje sebe, meditiranje o vlastitoj egzistenciji. U *šestom* dijelu pisac govori o bestematskoj meditaciji. Najprije govori o zen-budističkoj meditaciji a zatim navodi osnovne vježbe kao samostalnu meditaciju. U nastavku tumači što je to »hara«, odnosno ispravno osnovno raspoloženje. Pri kraju tog poglavlja govori o bestematskoj meditaciji i kršćanskoj tajni (»U Isusu Kristu«, Smrt i uskrsnuće, Druge riječi i sl.). U *sedmom* dijelu pisac iznosi oblike meditacijskih tečajeva (oblici zajedničkog upućivanja, o voditelju, o pretpostavkama i opasnostima, uzorak tečaja na kraju tjedna za početnike, uzorak meditacijskog tečaja, meditacijski tečajevi za djecu). U *osmom* su dijelu navedeni tekstovi i primjeri za meditaciju. Na kraju knjige je pridodan opsežan popis literature.

Knjiga po iznesenom sadržaju sama sebe preporučuje. Ona može dušobrižnicima uistinu postati udžbenik.

A. Rebić

René Voillaume, *DUHOVNE VJEŽBE U VATIKANU, Metanoja 35—38*, Kršćanska sadašnjost, Marulićev trg 14, Zagreb 1974. Stranica 196.

Ova knjižica sadrži duhovne vježbe koje je René Voillaume, od Male braće Isusove, održao godine 1968. papi Pavlu VI. i njegovoj pratnji u Vatikanu. U ovoj su knjizi prvi put javnosti objavljene duhovne vježbe u Vatikanu za papu i njegove najbliže suradnike. Tako su prvi put i ostalim svećenicima, redovnicima