

## Marek Mariusz Tytko (UJ)

**Pielgrzymka jako metoda terapeutyczna**, ang. pilgrimage (pilgrims; group of devotes on a pilgrimage) as a therapeutic method. Definicja (określenie) przedmiotu. Pielgrzymka jest rodzajem praktyki religijnej, związanej z ruchem w przestrzeni ku wytyczonemu celowi (np. sanktuarium), praktyka ta ma charakter rekolekcji w drodze, co może być wykorzystane do celów terapeutycznych. Pielgrzymka polega na przemieszczaniu się indywidualnym człowiekiem wierzącym lub przemieszczaniu się zbiorowym grup osób wierzących, w przestrzeni ku określonej celowi, jakim jest np. określona świątynia (kościół, klasztor, cerkiew, zbór, meczet, synagoga, siakram, pagoda etc.), zwykle w innej miejscowości, czasem bardzo odległej. Charakterystyka przedmiotu. Pielgrzymka była znana od czasów starożytnych, opisywana w Biblii (np. coroczna pielgrzymka Żydów do świątyni w Jerozolimie na Święto Paschy, tj. Pesach, na które również chodził Jezus Chrystus, wg świadectwa Ewangelii). W okresie średniowiecza w chrześcijaństwie pielgrzymka rozpowszechniła się jako pobożna praktyka religijna. Ponieważ jednak Jerozolima (Ziemia Święta) była wówczas w rękach muzułmańskich, w Kościele zaczęto wyznaczać sanktuaria ekwiwalentne, do których można było zastępczo pielgrzymować, uzyskując określone odpusty (odpuszczenie grzechów, odpuszczenie win za grzechy, odpuszczenie kar doczesnych za popełnione grzechy, odpuszczenie było tu rozumiane jako oczyszczenie duszy obciążonej uczynionym świadomościem złem, złymi uczynkami). Pielgrzymka miała nie tylko znaczenie *stricte* religijne, ale również ubocznie - terapeutyczne (przeżycie *katharsis*), poznawcze (poznawanie nowych krajów, ludzi) i przygodowe (doznanie przygód w drodze). Pielgrzymki do Rzymu (siedziby papieża, następców Jezusa Chrystusa), stały się najbardziej popularne w zachodnim chrześcijaństwie. Innymi popularnymi miejscami pielgrzymowania stały się miejscowości objawień maryjnych, uznanych przez Kościół (np. Loreto, Lourdes, La Salette, Gietrzwałd, Fatima), lub oficjalnie nieuznawanych (np. ostatnio od lat 80. XX w. - Medjugorje). Pielgrzymki mogą być związane z miejscami kultu cudownych obrazów, słynących łaskami (np. Jasna Góra – ikona Matki Boskiej Częstochowskiej, Wilno - obraz Matki Boskiej Ostrobramskiej) lub w związku z obecnością określonych relikwii osób świętych lub błogosławionych (np. w Polsce - relikwii św. Kingi w Starym Sączu, grobu bł. ks. Jerzego Popiełuszki w Warszawie-Żoliborzu) albo określonych symboli (np. Góra Krzyży na Litwie k. Wilna, gdzie umieszczono setki tysięcy krzyży od indywidualnych pielgrzymów jako wotum). Proces oczyszczenia duchowości w trakcie pielgrzymki jest połączony z rekolekcjami (zbiorowymi lub indywidualnymi) odbywanymi w drodze oraz z przyjęciem określonych sakramentów (pokuty i komunii św.). Proces wewnętrznego oczyszczenia ducha jest związany z zasadą utrudzenia (umartwienia) ciała w celu religijnym (dla pokuty), stąd popularność licznych pielgrzymek pieszych, np. w Polsce najdłuższa piesza pielgrzymka kaszubska z Helu na Jasną Górę oraz dalej do krzyża na Giewoncie w Tatrach liczy ok. tysiąc km i trwa ok. półtora miesiąca. Długi czas pielgrzymki pozwala na zastanowienie się nad sobą, nad własnym życiem, nad relacją osobową człowieka wierzącego w odniesieniu do bliźnich i do Boga. Pielgrzymowanie rodzinne buduje wspólnotę, umacnia więzi, pogłębia wiarę w rodzinie. W Polsce pieszy sezon pielgrzymkowy zaczyna się zwykle w maju a kończy we wrześniu, z uwagi ciepłą porę roku (uwarunkowania klimatyczne). Pielgrzymka piesza pozwala na zbliżenie się do Boga-Stwórcy poprzez obcowanie z przyrodą (dziełem stworzenia). Bliski kontakt z naturą, jej kontemplacja przybliża człowieka do Boga, co w połączeniu z działaniami podjętymi przez pielgrzymów (wędrówka do określonego celu), wspólne modlitwy, śpiewy (muzyka wokalna z towarzyszeniem instrumentów, np. gitary) tworzy niepowtarzalny klimat, nastrój modlitewny, sprzyjający *metanoi* (nawróceniu), pogłębieniu wiary. Zakres przedmiotu. W pielgrzymce mogą uczestniczyć wszyscy, którzy chcą, począwszy od małych dzieci (rodzice niosący niemowlęta w nosidelkach), poprzez młodzież, dorosłych po osoby starsze, w podeszłym wieku. W pielgrzymce mogą uczestniczyć chorzy (np. pielgrzymki do Porąbki Uszewskiej czy do Lourdes) lub zdrowi, pełnosprawni lub niepełnosprawni (np. na wózkach inwalidzkich), kobiety i mężczyźni, ludzie różnych ras, narodowości i światopoglądu. Zakres osobowy nie ma granic, pielgrzymka jest dla każdego, kto chce głębiej przeżyć i poznać siebie w relacji do Boga. Terapeutyczny rezultat pielgrzymki jest funkcją wtórną samej pielgrzymki, ponieważ jej funkcją pierwotną jest cel religijny. Metody przedmiotu. Praktyczne sposoby organizowania pielgrzymek są znane duchownym, podobne są do metod rekolekcyjnych (pielgrzymka to rodzaj 'misji ludowych' w drodze). Duszpasterskie metody prowadzenia wiernych ku wyznaczonemu celowi np., pieszego

pielgrzymowania wymagają także orientacji w terenie, umiejętności czytania mapy etc., zaprawy fizycznej i duchowej. Metody pedagogii religijnej i moralnej stosowane podczas pielgrzymki zależą od indywidualnego wyboru, mogą być standardowe lub niestandardowe (np. dodatkowe atrakcje - pielgrzymka rowerowa lub konna). Środki przedmiotu. Podczas pielgrzymki pieszej stosowane są różne pomocnicze środki techniczne (np. samochody ciężarowe wiozące sprzęt biwakowy, namioty, plecki), instrumenty muzyczne (gitary, grzechotki etc.), sprzęt nagłaśniający (mikrofony, głośniki przenośne, tzw. 'tuby'). Pielgrzymi posiadają ze sobą egzemplarze Pisma Świętego (Biblii) oraz modlitweniki i śpiewniki, przewodniki pielgrzymy, mapy, nadto przedmioty nabożne (ikony, obrazki, krzyże, szkaplerze, medaliki), książkę natomiast posiada ze sobą podstawowe paramenty liturgiczne, potrzebne do sprawowania Eucharystii (np. ornat, stuła, alba, kielich, mszał). Duszpasterze jako środka zasadniczego używają jednak indywidualnego dialogu z pielgrzymami, wspólnej modlitwy, liturgii, wspólnotowego wsparcia duchowego, wykazując się przy tym znajomością psychiki ludzkiej, aby pomóc w momentach kryzysu. Proces pielgrzymowania rozciągnięty w czasie pozwala na różnicowanie środków i metod, aby przeciwdziałać znużeniu fizycznemu i psychicznemu. Wszystkie środki i metody mają prowadzić wiernych ku jednemu celowi: odnowie duchowej, wzmocnieniu hartu ducha, charakteru, wzmocnienia woli, odwrócenia się od dotychczasowego zła moralnego w życiu osobistym, a skierowania się ku dobru moralnemu, którego symbolicznym uobecnieniem jest nie tylko wytyczony cel pielgrzymki: dane sanktuarium, ale drugi człowiek (bliźni we wspólnocie) i Bóg. pogłębieniu życia duchowego (życia wewnętrznego), zbliżenie człowieka do Boga poprzez drogę. Teoria naukowa budująca dany przedmiot: teologia (teologia modlitwy, eklezjologia, nauczanie społeczne Kościoła o laikacie w świecie współczesnym), socjologia religii, psychologia religii, pielgrzymkoznawstwo, geografia pielgrzymkowa (geografia turystyki). Podmioty – uczestnicy – osoby (relacje międzypodmiotowe – międzyosobowe): kapłani (osoby duchowne), wierni (osoby świeckie). Rodzaje przedmiotu – podział przedmiotowy rzeczy. Pielgrzymki mogą być: jednodniowe lub wielodniowe (trwające nawet kilka miesięcy), indywidualne (np. poprzez wytyczone szlaki pielgrzymkowe do Santiago de Compostella w Hiszpanii, z siecią tzw. *albergów*, czyli domów dla pielgrzymów w drodze; we Francji domy noclegowe dla pielgrzymów noszą nazwę franc. *foyer*) lub zbiorowe (np. w Polsce do sanktuariów na Jasną Górę czy Górę Grabarkę – w określone święta), powszechne (dla wszystkich) lub specjalistyczne (dla określonej grupy zawodowej, np. górników, czy dla określonej płci, np. pielgrzymka mężczyzn do Piekar na Górnym Śląsku, dla określonego wieku, np. dla młodzieży, szkolne pielgrzymki maturzystów na Jasną Górę, pielgrzymki młodzieżowe na Lednicę). Możliwe są podziały pielgrzymek wg środka lokomocji, np. piesze, rowerowe, konne, motocyklowe (zwł. tzw. pielgrzymki 'gwiazdziste'), autobusowe itd., przeznaczone dla określonego środowiska ponadzawodowego (np. coroczne pielgrzymki Rodziny Radia Maryja na Jasną Górę), jednorazowe (okolicznościowe) lub coroczne (cykliczne, np. Warszawska Pielgrzymka Piesza na Jasną Górę liczy już sobie ponad trzysta lat tradycji), do sanktuariów lokalnych (np. do Turzy k. Wodzisławia Śląskiego, na Górę św. Anny, do Piekar Śląskich) lub ogólnopolskich (np. do Lichenia, na Jasną Górę). Doświadczenia pielgrzymów pobudzają do świadectwa życiem (świadectwa własną osobą wobec innych o Bogu). Wychowanie religijne, włączone w obszar pedagogiki kultury, aplikowane do rekolekcji w drodze (pielgrzymek) wzmacnia skuteczność metod pracy z wiernymi, pod warunkiem umiejętnego stosowania i łączenia elementów bytowo-socjalnych (np. zakwaterowanie, wyżywienie, opieka medyczna), estetycznych (np. koncerty muzyki religijnej na postojach i w drodze), moralnych (wychowanie moralne, kształcenie charakteru) i religijnych (wychowanie liturgiczne, posługa sakramentalna).

**Marek Mariusz Tytko**

### **Wybrana bibliografia:**

- Ks. Józef Makselon** (red.), *Psychologia dla teologów*, Wydawnictwo Naukowe PAT, Kraków 1990 [wyd. 2, Kraków 1995].  
**Ks. Józef Makselon**, *Relacje między psychologią a religią*, Polskie Towarzystwo Teologiczne, Kraków 1988.  
**Anna Matusiak** (red. i oprac.), *Przewodnik pielgrzymy. rady pielgrzymy-praktyka, sanktuaria i inne miejsca kultu w Polsce, teksty modlitw i pieśni*, Wydawnictwo eSPe, Kraków 2005.  
*Szczerze opowieści pielgrzymy przedstawione jego ojcu duchownemu*, tłum. Andrzej Wojnowski, W Drodze, Poznań 1993.

**Raniero Cantalamessa**, *Wejście na górę Synaj. W poszukiwaniu Boga Żywego*, przeł. Andrzej J. Zębik, Wydaw. Siostr Loretanek, Warszawa 1996.

**Norbert Ohler**, *Życie pielgrzyma w średniowieczu. Między modlitwą a przygodą*, przeł. Magdalena Ruta, Wydawnictwo WAM, Kraków 2000.