

Ks. Jerzy SMOLEŃ¹
Akademia Ignatianum w Krakowie
ORCID ID: 0000-0003-1655-1248

PIELGRZYMOWANIE JAKO CZYNNIK ROZWOJU CZŁOWIEKA

PILGRIMAGING AS A COMPONENT OF HUMAN DEVELOPMENT

Abstract

Wandering, travelling from place to place and, using the theological language, pilgrimaging is part of human development. This article, focusing on pilgrimaging understood as a component of overall human development, discusses its selected areas, namely, cognitive, emotional, personality, social and spiritual.

Keywords: pilgrimaging, psychology of pilgrimaging, human development, human needs, human emotional condition

Abstrakt

W rozwój człowieka wpisane jest wędrowanie, przemieszczanie się z miejsca na miejsce, a mówiąc językiem teologicznym – pielgrzymowanie. Niniejszy artykuł, koncentrując się na pielgrzymowaniu jako czynnika rozwoju człowieka, omawia następujące jego obszary: poznawczy, emocjonalny, społeczny, duchowy.

Słowa kluczowe: pielgrzymowanie, psychologia pielgrzymowania, rozwój człowieka, potrzeby człowieka, kondycja psychiczna człowieka

WSTĘP

Wyśłek twórczego włączenia się we własny proces rozwoju znany jest człowiekowi od początku istnienia ludzkości. Jest obszarem żywego zainteresowania naukowców różnych specjalizacji: psychologów, pedagogów, socjologów, filozofów, lekarzy oraz teologów. Zawsze też proces ten stwarzał wiele dylematów (Kobierzycki 1989, 13-60).

¹ Ks. dr Jerzy Smoleń, psycholog, psychoonkolog. Zatrudniony w Katedrze Psychologii Społecznej i Komunikacji Interpersonalnej w Instytucie Psychologii na Wydziale Filozoficznym AI w Krakowie. Zajmuje się, szeroko rozumianą, problematyką relacji międzyludzkich, zarówno w sferze zawodowej, jak i prywatnej. E-mail: jerzy.smolen@ignatianum.edu.pl.

Rozwój najbardziej kojarzy się ze wzrostem, podążaniem ku czemuś, co daje pozytywną zmianę w czasie (Sujak 2006, 9-14). Tymczasem z opracowań encyklopedycznych wynika, że rozwój może być nie tylko „progresywny – przebiegać w kierunku coraz lepszego własnego funkcjonowania w środowisku, może być stagnacją, gdy ulega zatrzymaniu, regresją, gdy ulega zmianom wstecznym, lub podążać w kierunku negatywnym, gdy przynosi coraz większe szkody zarówno jednostce, jak i społeczeństwu” (*Encyklopedia psychologii* 1998, 739).

Chcąc zatem zrozumieć zachowanie człowieka, jego strategie bycia i stawiania się Człowiekiem (*Człowiek i człowieczeństwo* 2002, 231-346), należy poszukiwać przyczyn, tych wewnętrznych sił, tkwiących w każdej jednostce ludzkiej, które ukierunkowują i stymulują ją do odpowiedniego działania, zachowania, rozwoju. Zwykle w psychologii określa się te wewnętrzne siły terminem „potrzeby” (Obuchowski 1983, 71-101; Obuchowski 2000, 78-98). Odgrywają one istotną rolę w życiu jednostki żyjącej i działającej w danym środowisku i grupie społecznej. Większość współczesnych psychologów uważa potrzeby psychiczne za siły nadające ludzkemu zachowaniu energię i kierunek, za czynniki dynamizujące jego działanie i potencjał rozwojowy. Potrzeby są dane jednostce ludzkiej z natury i tworzą hierarchię, w której zaspokojenie potrzeb podstawowych jest warunkiem rozwoju potrzeb nadrzędnych. Na tej zasadzie powstała piramida potrzeb Masłowa (1986; 1990), która składa się z pięciu kategorii: potrzeby fizjologiczne, potrzeby bezpieczeństwa, potrzeby przynależności i miłości, potrzeby prestiżu i uznania, potrzeby samoaktualizacji. Maslow ponadto wylicza potrzeby: poznawczą i estetyczną, jednak nie tworzy z nich oddzielnych grup, uważając, że potrzeby te są narzędziami w zaspokajaniu pięciu wymienionych już podstawowych grup potrzeb.

W ten, symbolicznie zarysowany, świat ludzkich potrzeb wpisuje się pielgrzymowanie, które trwale związane jest z polskim katolicyzmem, i nie tylko (Kośmicki 2014), gdyż „wędrowki do uświęconych miejsc odbywały się niemal od początków historii człowieka” (Jackowski 2004, 5). Szacuje się, że w Polsce rocznie do sanktuariów, a jest ich ponad 500, pielgrzymuje ponad 7 milionów pątników. Godny zauważenia jest fakt, że liczba ta z roku na rok wzrasta. Natomiast w skali światowej to około 250 milionów osób rocznie, w tym chrześcijan – około 150 milionów (Przeciszewski 2017).

Opisując zjawisko pielgrzymowania jako czynnik rozwoju człowieka, trzeba wyraźnie i jednoznacznie zaznaczyć, że pielgrzymka jest przede wszystkim aktem religijnym, który przybiera jedną z trzech form: pokutną, dziękczynną, błagalną. Nie wolno zatem zapominać, że istotnie różni się ona od każdego rodzaju wycieczki turystyczno-krajoznawczej. Pielgrzymka „to nie tylko pokonanie drogi do jakiegoś miejsca, to przede wszystkim podróż w głąb samego siebie. Oderwanie się od ustalonego rytmu dotychczasowego życia otwiera nowe widoki, pozwala spojrzeć na siebie i swoje życie z innej perspektywy. Pielgrzymka to odpowiedź na wewnętrzny głos, który wzywa do wyruszenia w drogę do ukrytych zakamarków naszego życia, do odkrywania i lepszego zrozumienia swojej osoby. Pielgrzymka nie jest więc turystycznym rajdem, który ma głównie dostarczać emocji. Turysty-

ka także rozwija, ale pielgrzymowanie nie jest samym zaspokajaniem ciekawości i szukaniem wrażeń. Jest otwarciem się na nowe, z czym musi wiązać się pewne wyrzeczenie. To poświęcenie często rodzi skruchę i chęć dokonania zmiany w życiu. Wtedy mówimy, że pielgrzymka przyniosła owoce” (*Pielgrzymowanie* 2018).

Obok tego zasadniczego, religijnego przesłania pielgrzymowania, niemniej ważny jest również aspekt psychologiczny. Bowiem istotę ludzką tworzy intrapersonalna triada, na którą składa się zarówno świat fizyczny, psychiczny, jak i duchowy. Tej triady nie da się rozdzielić. Dopiero jej harmonijne współistnienie daje człowiekowi poczucie komfortu funkcjonowania i istotnie wpływa na jego osobowy rozwój.

1. PIELGRZYMOWANIE A ROZWÓJ SPOŁECZNY CZŁOWIEKA

Pomimo wielkiego rozwoju technik komunikowania się we współczesnym świecie, które czynią ten świat globalną wioską, obserwuje się u człowieka XXI wieku ogromne poczucie samotności i osamotnienia. Wydawałoby się, że przy współczesnej technologii komunikacyjnej człowiek nie może czuć się samotny czy osamotniony. A jednak rzeczywistość jest zdecydowanie inna, gdyż tak naprawdę, to człowiekowi najbardziej potrzeba drugiego człowieka – człowieka bliskiego i to nie w obszarze wirtualnym, ale w rzeczywistości. Nic nie jest w stanie zastąpić tego wyjątkowego spotkania *twarzą w twarz*, które daje człowiekowi niepowtarzalne poczucie bliskości.

Zjawisko samotności dotyka zarówno dzieci jak i ludzi młodych, w wielu przypadkach nawet mocno zaangażowanych zawodowo, a także starszych, chorych, w wieku emerytalnym, dla których często jedynym kontaktem ze światem, poza sporadycznymi odwiedzinami bliskich czy znajomych, stają się Internet, radio, telewizja, telefon komórkowy czy obecność w świątyni na nabożeństwach. Dla nich samotność przybiera z czasem postać koszmaru, z którego za wszelką cenę pragną się wyzwolić. W wielu przypadkach samotność przyczynia się do powstania epizodów depresyjnych czy wręcz depresji – i to niezależnie od wieku. To z samotności często rodzą się myśli suicydalne, jako jedyny sposób na zerwanie z koszmarnym dziś, koszmarnym jutro, bez nadziei na zmianę danej sytuacji (Smoleń 2014, 86-89; Smoleń 2015, 271-290).

1.1. Rozwój relacji interpersonalnych

Czas pielgrzymowania daje możliwość nawiązania kontaktów z innymi, jak też uczy sposobów budowania wzajemnych relacji. I nie chodzi tutaj o tymczasowe, przelotne kontakty, ale o kontakty z perspektywą wsparcia, przyjaźni i rozwoju osobowego. Sprzyja temu zarówno sam fakt pielgrzymki a nie wycieczki, a więc ten sam obszar świata wartości, wspólny cel pielgrzymiej drogi, jak również wspólnota trudu, wspólnota modlitwy, a w wielu przypadkach i wspólnota problemów, które pątnicy zabierają na pielgrzymi szlak. Doświadczenie uczy, że ten ostatni aspekt, wspólnota problemów, jest chyba najbardziej wiążący. Świadomość, że problemy takie jak mam ja, mają jeszcze inni i że można z nimi o tym porozmawiać, odczuć zrozumienie po stronie rozmówcy, staje się wielkim darem i kluczem do nawiązywania prawdziwie

przejacielskich relacji interpersonalnych. Ta spontanicznie zawiązana grupa wsparcia staje się autentycznym wsparciem na drodze niesienia trudnych spraw.

Zatem całość atmosfery sprzyja nawiązywaniu relacji, które procentują już na samej trasie, a w okresie popielgrzymkowym trwają dzięki korespondencji, odwiedzinom, modlitewnemu wsparciu. Przecież to takie ważne nie tylko z punktu widzenia psychologicznego. Widać to dobrze na organizowanych spotkaniach popielgrzymkowych, na które byli pątnicy przyjeżdżają bardzo chętnie i wspominają wspólny czas pielgrzymowania i którymi autentycznie się cieszą. To daje im również poczucie przynależności do pewnej, nieformalnej, grupy społecznej, pozwala na identyfikację z nowym środowiskiem, nową grupą osób, pozwala również na zdobywanie wiedzy na temat radzenia sobie z sytuacjami trudnymi, sposobów rozwiązywania problemów i dylematów, które niesie życie.

Trzeba zaznaczyć, że wśród młodzieży, która bardziej preferuje pielgrzymowanie piesze niż autokarowe, procentuje to również pięknymi związkami małżeńskimi. Wspólny świat wartości, ten sam styl organizowania czasu, stają się natchnieniem do budowania życia we dwoje. Wielu nawet związek małżeński zawiera właśnie na pielgrzymim szlaku.

1.2. Rozwój aktywności allocentrycznej

Działanie człowieka, obok charakteru egocentrycznego, ma również charakter interakcyjny, to znaczy nastawione jest na drugiego człowieka, na jego dobro (Jarymowicz i Szuster 2014, 87-180). Wiele osób, nie tylko starszych, skarży się, że czują się w gronie najbliższych niepotrzebne, nie mają bowiem żadnych obowiązków, nie powierza się im załatwienia nawet najprostszych spraw. To wywołuje u nich poczucie pustki, frustracji, zniechęcenia czy wręcz znużenia życiem (Pichalski 2016, 90-128). Szukają wówczas okazji, by wyrwać się z tego smutnego kręgu (Steuden 2011, 82-100).

Pielgrzymi szlak stwarza im szereg okazji do działania dla innych. Angażując się w budowanie pielgrzymkowej atmosfery, w codzienną wzajemną pomoc, szybko mogą dostrzec swoją użyteczność. Każdy dzień dostarcza im nowych okazji do tego, by pokazać, że są w stanie jeszcze wiele zrobić dla innych, że można im zaufać, można na nich liczyć i powierzać odpowiednie zadania, jak chociażby przygotowanie liturgii. Dla wielu z nich ta liturgiczna czynność jest życiowym marzeniem. A cóż dopiero powiedzieć o cierpliwym znoszeniu trudów pielgrzymowania i ofiarowania ich za innych, nie tylko tych z grona przyjaciół czy rodziny, ale nawet za ludzi pierwszy raz spotkanych na pielgrzymim szlaku. Świadomość takiego daru dla innych jest dla nich ogromną radością. A najmniejsze nawet słowo serdecznej wdzięczności wręcz uskrzydla ich do empatycznego działania i na długo pozostaje w pamięci.

Kategoria uczestnictwa, o której tu mowa, nie oznacza egzystowania człowieka na poziomie tylko „udziału”, bo to tylko przyznanie, że człowiek jest członkiem jakiejś grupy, wspólnoty, ale chodzi o zaangażowanie na poziomie osobowo-twórczym, które daje możliwość znajdowania celów godnych osoby. Innym przejawem tej allocentrycznej potrzeby aktywności jest dostrzeganie na pielgrzymich szlakach i tych, którzy

wówczas posługują, którzy pracują na rzecz pozostałych pielgrzymów. Dostrzeganie również biednych, potrzebujących (Konwent 2001, 103-113).

Włączenie aktywnego uczestnictwa w perspektywę myślenia o człowieku na pielgrzymim szlaku jako towarzyszu drogi, współbracie, kimś, kto jest obok, kto jest moim bratem, mimo że widzę go po raz pierwszy, jest gwarantem budowania cywilizacji miłości, braterstwa, współistnienia, solidarności na obszarach popielgrzymkowych, tworzonych przez prozę codziennego życia, zarówno małżeńskiego, rodzinnego, jak i zawodowego. Prowadzi również do „odkrycia samego siebie i innych jako jednostek i jako społeczności zanurzonych w rozległej historii rodzaju ludzkiego, dziedziców i solidarnych współmieszkańców świata znanego i zarazem obcego. Rodzi się stąd nowa wizja innych, która pozwala uniknąć groźby zasklepienia się w sobie” (Jan Paweł II 2001, 3).

2. PIELGRZYMOWANIE A ROZWÓJ EMOCJONALNY CZŁOWIEKA

Tempo życia, ogrom spraw, doświadczeń, problemów, przeżyć z przeszłości, które jak cień idą za człowiekiem, wyzwała silną tęsknotę za poczuciem bezpieczeństwa potrzebnego, by po prostu nie odejść od zmysłów. Szukając pomocy u różnych specjalistów, często odchodzi on rozczarowany nieskutecznością medycznych działań. Zapomina on, że nie wszystkie dolegliwości można uleczyć farmakologicznie czy terapeutycznie. Jest bowiem obszar ludzkich przeżyć, doświadczeń, który domaga się sakramentalnej obecności. Czasami jednak, z różnych przyczyn, trudno jest po tę sakramentalną obecność sięgnąć. A życie w ciągłym psychicznym napięciu nie jest możliwe.

Ten podstawowy dylemat albo konflikt pomiędzy siłami obronnymi a siłami rozwoju ma charakter egzystencjalny i zakorzeniony jest w najgłębszej istocie natury ludzkiej. Abraham Maslow przedstawia go schematycznie w następujący sposób: *BEZPIECZEŃSTWO* ← *OSOBA* → *ROZWÓJ*. W tym kontekście proces zdrowego rozwoju Maslow postrzega jako „niekończącą się serię sytuacji wolnego wyboru, w których jednostka musi wybierać pomiędzy gratyfikacjami płynącymi z bezpieczeństwa i rozwoju, zależności i niezależności, regresji i progresji, niedojrzałości i dojrzałości. Człowiek rozwija się, jeśli przyjemności związane z rozwojem i obawy związane z bezpieczeństwem są większe niż obawy związane z rozwojem i przyjemności związane z bezpieczeństwem” (Maslow 1990, 53).

Poczucie bezpieczeństwa, bez wątpienia, daje wspólne wędrowanie po miejscach naznaczonych obecnością Tego, dla którego „nie ma nic niemożliwego” (Łk 1,37). Dotykając tego, co Boże, tego, co święte, człowiek ma nadzieję na przemienienie swojej sytuacji. Jakże ważne dla człowieka jest wówczas źródło wypływające spod skały, które wskazała Maryja, i pragnienie, by się w nim obmyć. Jakże ważne jest dotknięcie relikwii świętego, pozostawienie kartek z intencjami przy jego grobie, pokutne wędrowanie na kolanach przez Maryjny Plac albo wokół kaplicy z cudowną figurą Fatimskiej Madonny. Patrząc na te praktyki z boku, można mieć wrażenie magii, ale jeżeli te gesty wywołują zachowania polegające na przewartościowaniu życia, to czy

można mówić o magii? Wyjątkowość pielgrzymich miejsc, znaki obecności Stwórcy, spontanicznie domagają się gestu ze strony pielgrzymów. Taki gest jest więc zachowaniem jak najbardziej właściwym. Trudno nawet wyobrazić sobie człowieka, który nie komunikowałby się również za pomocą gestów. Gesty potrzebne są człowiekowi do prawidłowego funkcjonowania. Są istotnym dopełnieniem komunikacji werbalnej. W gestach wyraża się również wewnątrz człowieka, to, kim on jest naprawdę.

Poczucie bezpieczeństwa, pokoju, wyciszenia, odnajduje człowiek w sakramentach, a zwłaszcza w sakramencie pojednania. Pielgrzymowanie służy takim sakramentalnym spotkaniom. Nowe miejsce, anonimowość, atmosfera sacrum, brak pośpiechu, intymność ciszy i subtelność łąy. W takiej atmosferze można odnaleźć poczucie bezpieczeństwa, kiedy jedną łąą, jednym żalem, jedną spowiedzią św., jedną rozmową, jednym spotkaniem można tak wiele zamknąć, a czasami wszystko i to raz na zawsze. Z takiego spotkania, z takiego dotyku człowiek rodzi się na nowo, uwolniony od strachu, lęku i wewnętrznego chaosu. Ten psychiczny komfort, to psychiczne uwolnienie się od niepokoju, daje siły do patrzenia z nadzieją w każde jutro. Człowiek, po prostu, przestaje się bać.

Odkrywając nowe miejsca i krajobrazy, spotykając się z ludźmi innych kultur, poznając ich historię, a także ich dzieła sztuki, człowiek poszerza horyzonty wiedzy i horyzonty myślenia. Ten wysiłek sprawia, że staje się on świadkiem historii, wydarzeń, przez co wyżej ceni wszystko to, co go otacza, i głębiej uświadamia sobie, że należy to chronić i przekazywać następnym pokoleniom (Winiarski i Zdebski 2008, 71-85).

Przez pielgrzymowanie człowiek doświadcza faktu bycia istotną częścią społeczeństwa, w którym i on ma swoją rolę do spełnienia. Czas pielgrzymowania staje się również inspiracją do pogłębiania, rozwijania czy nawet studiowania swoich dotychczasowych zainteresowań, pasji, a także do studiowania nowych obszarów poznanych podczas pielgrzymiego szlaku. Uczy to również zagospodarowywania czasu wolnego (Ostrowski 1996, 329-388; Migdał 2011, 178-188).

3. PIELGRZYMOWANIE A ROZWÓJ OSOBOWOŚCI

Człowiekiem się jest, a osobowością się staje (Mina 2004, 13-14). A to stanie się nie jest czymś epizodycznym, lecz procesem, który trwa do końca życia człowieka. Nie może on stwierdzić deklaratywnie w żadnym momencie swego istnienia, że jego rozwój się zakończył, że jest już dojrzały osobowościowo. Jest bowiem tyle sytuacji, które mogą go zaskoczyć, które mogą być dla niego trudnym doświadczeniem i nie wie, jak wówczas się zachowa, dojrzałe czy nie. Uczy się zatem siebie, rozwija się codziennie. Dlatego wszystkie obszary aktywności człowieka mają znaczenie dla jego rozwoju, również pielgrzymowanie.

W rozwoju osobowości człowieka bardzo ważna jest akceptacja siebie, którą psychologowie odnoszą do wyłącznie subiektywnej oceny zadowolenia z własnego usytuowania w nowej rzeczywistości (Fila-Jankowska 2009, 147-184). Mieć świadomość, że dokonało się czegoś wielkiego, pomimo wieku, pomimo trudności czy

to zdrowotnych czy finansowych, pomimo odległości mierzonych w tysiącach czy setkach tysięcy kilometrów, to wielka osobista satysfakcja. Taki życiowy wyczyn budzi szacunek i podziw ze strony innych, a przez to również wysoko podnosi samoocenę i ułatwia akceptację siebie. Zarówno młodzi jak i starsi, pokonując trudy pielgrzymowania, docierając do zamierzonego celu, odczuwają wewnętrzną satysfakcję, radość, dumę, które stają się nową motywacją do dalszych działań i przedsięwzięć. To natomiast istotnie poprawia ich kondycję psychofizyczną.

Kolejnym aspektem rozwoju osobowości jest aktualizacja siebie. Ta wrodzona dążność w procesie rozwoju idealnego wzorca dojrzałości osobowej daje nową perspektywę w widzeniu człowieka, zwracając uwagę na możliwość jego rozwoju w ciągu całego życia. Akcentuje rolę potencjalności, nieodkrytych możliwości tkwiących w każdym człowieku bez wyjątku. Jest to koncepcja, która w praktyce psychologicznej, jak również pedagogicznej, terapeutycznej i samowychowawczej, znajduje szerokie zastosowanie w odniesieniu do osób w różnym wieku i kondycji. Stąd pojęcie samoaktualizacji zostało przejęte przez nauki społeczne i humanistyczne. Gdy pojawia się u człowieka świadomość możliwości rozwojowych i wola ich realizowania u siebie i u innych – mówi się wówczas o osobowej aktualizacji siebie (Uchnast 2000, 139-150). Osobowej – gdyż wiąże się ona z wyborem określonego sposobu własnego działania, indywidualnej organizacji własnego zachowania.

Aktualizacja siebie obejmuje – w ujęciu Zenona Uchnasta (2000,139-150) – dwa różne style. Są to: styl personalny – wyrażający się osobistym zaangażowaniem (inicjatywą i uczestnictwem) w aktualizację innych przy poszanowaniu ich indywidualności oraz styl apersonalny – wiążący się z przedmiotowym traktowaniem siebie i innych oraz ze stosowaniem technik manipulacyjnych.

Obiektywnie trzeba przyznać, że zarówno jeden jak i drugi styl aktualizacji siebie może zaistnieć na pielgrzymim szlaku. Bowiem zawsze tam, gdzie jest człowiek, występuje różnorodność jego zachowań, czasem nawet trudnych do wytłumaczenia. Pielgrzymie wędrowanie w atmosferze obcowania z tajemnicą wiary, bliskością osób, które łączy wspólnota celu i wartości, sprzyja – co prawda – osobowej aktualizacji siebie w stylu personalnym. Jednak ostatecznie to od konkretnego człowieka, uczestnika pielgrzymowania, zależeć będzie to, czy skorzysta on z przygotowanych warunków rozwojowych, czy też nie. Ważne jest również, by organizatorzy pielgrzymek, znając różnoraki świat ludzkich potrzeb, w którym i sami uczestniczą, tworzyli taką atmosferę współlistnienia, która pozwoli wszystkim bez skrupowania budować dojrzałość osobową u siebie i u innych.

Pielgrzymowanie stwarza również możliwości do rozwoju osobowości eklezjalnej. Wiele miejsca temu zagadnieniu poświęcił Jozafat Nowak (2000, 39-74; 2005, 94-157). Również dokumenty nauczania Kościoła katolickiego wskazują na elementy pielgrzymki, które sprzyjają budowaniu osobowości eklezjalnej (*Duszpasterstwo pielgrzymów i turystów* 2003, 183-187; Ostrowski 2005, 278-281). Człowiek podczas pielgrzymowania uczy się autotranscendencji, czyli przekraczania siebie w dążeniu do ja idealnego, w którym zawierają się ideały ja i ideały instytucji

do której przynależy – Kościoła. Czas pielgrzymowania służy pogłębionej refleksji nad byciem człowiekiem Kościoła, nad zdolnością budowania interakcji z innymi osobami w społeczności Kościoła, nad zdolnością przyjmowania łaski Bożej (Konwent 2001, 27-55). To kolejny wyjątkowy aspekt pielgrzymowania, który istotnie odróżnia pielgrzymkę od wycieczki krajoznawczej.

4. PIELGRZYMOWANIE A ROZWÓJ DUCHOWY CZŁOWIEKA

Czas pielgrzymowania jest wyjątkowym czasem dla rozwoju duchowego człowieka. Służą temu zarówno nawiedzane miejsca kultu religijnego, jak i sam program pielgrzymki, który zawsze dostosowywany jest do potrzeb duchowych pielgrzyma poznawanych podczas spotkań przedpielgrzymkowych (Konwent 2001, 55-103; Ostrowski 2005, 79-115).

Celem pielgrzymki jest poszukiwanie Boga, nawiązywanie i budowanie z Nim duchowego kontaktu na modlitwie. Można powiedzieć, że pielgrzymka to szkoła modlitwy, która posiada wymiar zarówno indywidualny jak i wspólnotowy. Modlitwa wspólnotowa posiada natomiast ukierunkowanie zarówno wertykalne (od ludzi do Boga) jak i horyzontalne (łączy ludzi między sobą).

Człowiek, który na co dzień modli się sam, albo z braku czasu zaniedbuje modlitwę, na pielgrzymce doświadcza wielkiej łaski siły modlitwy wspólnotowej. Jest to także okazja do odnowienia życia modlitewnego, jak i sposobność do zadośćuczynienia za zaniedbane dotychczas życie modlitewne. Modlitwa na pielgrzymce uświadamia wielu, jak dużo stracili, zaniedbując ten dar, tę łaskę. Pogłębiając osobistą modlitwę, człowiek odnajduje na nowo ten wyjątkowy sposób zmagania się z doświadczeniami dnia codziennego.

Naturalne jest również i to, że praktyk religijnych w czasie pielgrzymki jest zdecydowanie więcej niż na co dzień. Tego oczekują sami pielgrzymi, wybierając ten styl spędzania wolnego czasu. Obok codziennej Eucharystii, śpiewu Godzinek o Niepokalanym Poczęciu Najświętszej Maryi Panny, modlitwy różańcowej czy drogi krzyżowej, pielgrzymi uczestniczą w katechezach, codziennych homiliach, medytacjach, adoracji Najświętszego Sakramentu. Wielki nacisk położony jest również na życie sakramentalne podczas pielgrzymowania, czyli przystępowanie do Komunii Świętej, tak aby każdy z pielgrzymów mógł każdego dnia, spełniając odpowiednie warunki, zyskać odpust zupełny, a więc darowanie kary za grzechy. Wielu niektóre z tych praktyk zaczyna wprowadzać konsekwentnie w rytm dnia codziennego, tak że po pielgrzymce stają się świadkami wiary w środowisku rodzinnym i zawodowym.

Poznając, podczas pielgrzymowania, życie Jezusa Chrystusa, doświadczając wyjątkowej bliskości świętych i błogosławionych w miejscach naznaczonych ich obecnością, jak i poznając nauczanie Kościoła rzymskokatolickiego, pielgrzymi pogłębiają swoją wiarę. Na rodzące się pytania, wątpliwości, niepokoje, otrzymują odpowiedzi, które stają się podstawą do zmiany ich stylu życia, do zmiany zachowania, do ustalenia na nowo priorytetów. Pielgrzymując, człowiek doświadcza

misterium Boga, a zachwycając się Nim, chce właściwie odpowiedzieć na to Boże objawienie. Przejawia się ta odpowiedź, między innymi, w postawie zaangażowania się w życie wspólnot parafialnych, do których przynależy. Wielu pielgrzymów, z upływem czasu, staje się liderami życia duchowego pośród świeckich.

ZAKOŃCZENIE

Czas pielgrzymowania jest wielkim darem i zadaniem. Darem, gdyż pomimo wielkich chęci, starań i tęsknot, nie wszyscy mogą się na nią wybrać. Różne są tego powody. Nie budzi jednak żadnej wątpliwości fakt, że pielgrzymowanie zawsze służy rozwojowi człowieka, zarówno na płaszczyźnie fizycznej, duchowej, psychicznej, emocjonalnej jak i społecznej. Religia może pomóc w zminimalizowaniu lub usunięciu psychicznych dyskomfortów. Dzięki niej galaktyka ludzkich potrzeb zostaje właściwie określona i uporządkowana, a człowiek przekracza samego siebie. Wracając ze szlaku, na którym to, co ludzkie, łączy się z tym, co Boskie, człowiek staje się mocniejszy i odważniejszy do tworzenia każdego *dziś* i każdego *jutro*. Ma w sobie więcej determinacji do budowania dojrzałej osobowości, skoncentrowanej na rozwijaniu pewności w sobie, a nie pewności siebie (Zaborowski 2002, 119-131).

Każda trasa pielgrzymkowa zawsze ma swój początek i swój koniec. Również ta pisana życiem, której koniec nastąpi z chwilą ostatniego oddechu. Świadomość tego rodzaju pielgrzymowania jest również istotna dla rozwoju człowieka. Potrafi znacząco zmienić jego świat wartości, jego postępowanie, jego życie.

BIBLIOGRAFIA:

- Człowiek i człowieczeństwo. Strategie bycia i stawania się Człowiekiem*, red. Halina Romanowska-Łakomy i Halina Kędzierska. 2002. Olsztyn: Ośrodek Badań Naukowych im. Wojciecha Kętrzyńskiego w Olsztynie.
- Duszpasterstwo pielgrzymów i turystów. Wybór wypowiedzi i dokumentów kościelnych*, red. Maciej Ostrowski. 2003. Kraków: Wydawnictwo św. Stanisława BM Archidiecezji Krakowskiej.
- Encyklopedia psychologii*, red. Włodzimierz Szewczuk. 1998. Warszawa: Fundacja Innowacja.
- Fila-Jankowska, Aleksandra. 2009. *Samoocena autentyczna. Co ukrywamy sami przed sobą*. Warszawa: Wydawnictwo Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej „Akademica”.
- Jackowski, Antoni. 2004. *Pielgrzymowanie*. Wrocław: Wydawnictwo Dolnośląskie.
- Jan Paweł II. 2001. *Orędzie na XXII Światowy Dzień Turystyki*.
- Jarymowicz, Maria i Anna Szuster. 2014. *Rozmowy o rozwoju osobowym. Od koncentracji na sobie i swoich do otwartości na świat i altruizmu*. Warszawa: WUW.
- Kobierzycki, Tadeusz. 1989. *Osoba. Dylematy rozwoju. Studium metakliniczne*. Bydgoszcz: „Pomorze”.

- Konwent, Czesław. 2001. *Eklezjalny wymiar pielgrzymek*. Porąbka Uszewska: Drukarnia Triada.
- Kośmicki, Maciej. 2014. *Pielgrzymowanie wczoraj i dziś. Socjologiczno-antropologiczna analiza zjawiska*. Dostęp: 22.07.2018. <http://krytyka.org/pielgrzymowanie-wczoraj-i-dzis-socjologiczno-antropologiczna-analiza-zjawiska/>.
- Maslow, Abraham H. 1986. *W stronę psychologii istnienia*, tłum. Irena Wyrzykowska. Warszawa: Wydawnictwo PAX.
- Maslow, Abraham H. 1990. *Motywacja i osobowość*, tłum. Paula Sawicka. Warszawa: Wydawnictwo PAX.
- Migdał, Kazimierz. 2011. *Psychologia czasu wolnego*. Warszawa: ALMAMER Szkoła Wyższa.
- Mina, Claudio. 2004. *Kształtowanie osobowości. Przewodnik psychologiczny*, tłum. Bruno Adam Gancarz. Kraków: Wydawnictwo OO. Franciszkanów.
- Nowak, Jozafat. 2000. *Identyfikacja Postaw*. Lublin: Redakcja Wydawnictw KUL.
- Nowak, Jozafat. 2005. *Psychologia eklezjalna*. Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Obuchowski, Kazimierz. 1983. *Psychologia dążeń ludzkich*. Warszawa: PWN.
- Obuchowski, Kazimierz. 2000. *Galaktyka potrzeb. Psychologia dążeń ludzkich*. Warszawa: PWN.
- Ostrowski, Maciej. 2005. *Jesteśmy pielgrzymami przed Tobą. Posługa duszpasterska wśród Pielgrzymów*. Kraków: Wydawnictwo Naukowe PAT.
- Pichalski, Ryszard. 2016. *Psychospołeczne uwarunkowania funkcjonowania osób w podeszłym wieku*. Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek.
- Pielgrzymowanie*. Dostęp: 20.07.2018. <http://idzieczlowiek.pl/pielgrzymowanie/>.
- Przeciszewski, Marcin. 2017. *Polska pielgrzymuje. Fenomen na skalę europejską*. Dostęp: 10.06.2018. <https://ekai.pl/fenomen-polskiego-pielgrzymowania/>.
- Smoleń, Jerzy. 2014. Cierpienia człowieka trzydzieści lat po Salvifici Dolores. W: *Świat ludzkiego cierpienia*, red. Jan Bartoszek i Jerzy Smoleń, 85-106. Tarnów: Wydawnictwo BIBLOS.
- Smoleń, Jerzy. 2015. Kryzys życia. Psychospołeczne aspekty samobójstwa. W: *Wartość i jakość ludzkiego życia w ujęciu transdyscyplinarnym*, red. Jan Bartoszek, 271-291. Tarnów: Wydawnictwo BIBLOS.
- Steuden, Stanisława. 2011. *Psychologia starzenia się i starości*. Warszawa: PWN.
- Sujak, Elżbieta. 2006. *Rozważania o ludzkim rozwoju*. Lublin: Gaudium.
- Uchnast, Zenon. 2000. Style aktualizacji siebie. W: *Człowiek przełomu Tysiącleci. Problemy psychologiczne*, red. Józef Makselon i Borys Jacek Soiński, 139-153. Kraków: Wydawnictwo Naukowe Papieskiej Akademii Teologicznej w Krakowie.
- Winiarski, Ryszard i Janusz Zdebski. 2008. *Psychologia turystyki*. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.
- Zaborowski, Zbigniew. 2002. Koncepcja pewności siebie. *Studia Psychologica*, 3, 119-131.