

***Lectio divina* – w poszukiwaniu teologicznych implikacji biblioterapii**

Lectio divina – in search of the theological implications of bibliotherapy

„Jeśli ktoś przysłuchuje się tylko Słowu a nie wprowadza go w czyn, podobny jest do mężczyzny oglądającego w lustrze swe naturalne odbicie. Bo przyjrzał się sobie, odszedł i zaraz zapomniał, jak wygląda.” (Jk 1, 23n)

Streszczenie

Artykuł ma na celu wyjaśnienie metody czytania Pisma Świętego, które zrodziło się w średniowiecznych wspólnotach cenobickich. *Lectio divina* to umiejętność czytania Biblii i jej komentarzy wprowadzająca w stan zjednoczenia czytelnika z Bogiem. Tekst artykułu wyjaśnia tło historyczne zgłębiania Biblii oraz wskazuje na Tradycję Kościoła, która przez wieki towarzyszyła wyznawcom Świętej Księgi. Współcześnie Kościół katolicki, poczynawszy od Soboru Watykańskiego II, znów zachęca wiernych do podjęcia trudu zgłębiania Pisma Świętego w celu postępów w rozwoju duchowym. Wydaje się, że praktykowanie *lectio divina* przez osoby wierzące ma duży wpływ na ich kondycję zarówno duchową jak i psychiczną, zatem niewątpliwie można stwierdzić, że metoda czytania *lectio divina* ma również zastosowanie biblioterapeutyczne.

Słowa kluczowe

Biblia, *lectio divina* (pobożne czytanie), *meditatio* (rozmyślanie), *oratio* (modlitwa), *contemplatio* (słuchanie).

Abstract

The article aims to clarify the method of reading the Holy Scripture, which was born in the medieval cenobitic communities. *Lectio divina* is the ability to read the Bible and its commentary that allows the reader to unite with God. The text of the article explains the historical background of exploring the Bible and points to the Tradition of the Church, which has been associated with the followers of the Sacred Scripture for centuries. Nowadays, the Catholic Church, since the Second Vatican Council, again encourages the faithful to take the effort and study the Scripture in order to progress in spiritual development. It seems that the practice of *lectio divina* by the believers has a great influence on their physical and mental condition, so it can be argued that the method of reading *lectio divina* also has a bibliotherapeutic effect.

Keywords

Bible, *lectio divina*, *meditatio* (meditation), *oratio* (prayer), *contemplatio* (listening).

Celem artykułu jest zaprezentowanie metody czytania *lectio divina*, która ma za sobą wielowiekową tradycję monastyczną a jednocześnie będzie to próba poszukiwania implikacji teologicznych w biblioterapii. Przypominamy, że biblioterapia (terapia czytelnicza) to zamierzone działanie korzystania z książki lub materiałów niedrukowanych, które prowadzi do realizacji celów rewalidacyjnych, resocjalizacyjnych, profilaktycznych i ogólnorozwojo-

wych. Należy traktować ją jako kompleksową formę wsparcia w rozwiązywaniu sytuacji trudnych, problemów emocjonalnych i pomoc w rozwoju osobistym oraz samorealizacji. Mechanizm działania biblioterapii jako pierwsza opisała Caroline Shrodes, która w 1949 r. zidentyfikowała trzy wzajemnie zależne fazy jakich doświadczali uczestnicy sesji biblioterapeutycznych: identyfikacja, katharsis i wgląd w siebie (Czernianin, 2008, s. 19). Biblioterapia jest dziedziną interdyscyplinarną, angażującą specjalistów z różnych dziedzin, którzy stosują ją jako efektywną technikę promowania osobistego rozwoju człowieka (Szulc, 2011, s. 9).

Lecto divina z łaciny tłumaczymy jako Boże, czy też pobożne, duchowe czytanie, to metoda podkreślająca konieczność zgłębiania tekstów, zachęcająca do czytania, słuchania oraz do przemiany duchowej pod wpływem wnikliwej lektury. Opiera się głównie na fragmentach biblijnych a jej celem jest wprowadzenie w najprostszy sposób czytelnika w relację z Bogiem. Księga Rodzaju przypomina, że pierwszym stopniem tej relacji było stworzenie człowieka na obraz Boży (Rdz. 1 26-31, 2 4b-7). Obietnice i wewnętrzna dynamika Starego Testamentu są skierowane ku doskonałej jedności między Bogiem i człowiekiem. Nowość przymierza w Nowym Testamencie polega natomiast na wcieleniu się Słowa i zamieszkaniu Boga wśród ludzi (J 11-18). Tradycja czytania Pisma, w którym człowiek spotka Boga, ma swój początek oczywiście w judaizmie, Tora¹ była dla Żydów jedynym podręcznikiem wychowania młodzieży, zasadą rządzenia, umiłowaniem przedmiotem medytacji mędrców. Każdy religijny Żyd był zobowiązany studiować Torę i stosować jej nauki w życiu codziennym. W celu umożliwienia Żydom życia zgodnego z Torą, uczeni i mędrcy żydowscy przez wszystkie wieki wyjaśniali, komentowali i przybliżali ją wiernym. Pierwszym wielkim komentarzem do Tory był Talmud, który jest najbardziej reprezentatywnym dziełem judaizmu (Kameraz – Kos, 2008, s. 11-18). W liturgicznym czytaniu Tory i w jego wyjaśnianiu w synagogach brał również udział Jezus i Apostołowie, podobnie czynili też uczniowie i ich następcy.

Objawienie Nowego Testamentu dotarło do nas przez uczniów Jezusa, którzy nauczali nie szafując zbyt słowem pisanym i stąd niewiele zachowało się pism pochodzących z czasów pierwszych pokoleń chrześcijan. Uczniowie Apostołów i ich uczniowie kierowali się ustną tradycją zanim zaczęli ją zapisywać, systematyzować i dzielić. Pierwsi pisarze chrześcijańscy to Ojcowie Apostolscy działający na przełomie I i II wieku, można powiedzieć, że to od ich czasów w Kościele zaczyna funkcjonować literatura teologiczna, czy ogólniej mówiąc religijna, chrześcijańska, a następnie na niej oparta jest dalsza refleksja teologiczna (Pietras, 1991, s. 6-8). Jednakże początków metody *lectio divina* należy szukać w późniejszym czasie, jej korzenie tkwią w egzegezie biblijnej i sięgają okresu Ojców Kościoła (IV-V w.). Szczególnie zasługi dla rozwoju właśnie tej formy czytania Biblii należy przypisać Orygenesowi (185-245) i św. Grzegorzowi z Nyssy (ok. 335-395) na Wschodzie oraz św. Grzegorzowi Wielkiemu (540-604) i św. Bernardowi z Clairvaux (1090-1153) na Zachodzie. Orygenes zakładał, że całe Pismo Święte jest potrzebne i pożyteczne dla chrześcijan, chociaż

¹ *Tora* (hebr., dosł.: Nauczanie, Pouczenie; jid. *Tojre*) – podstawowe pojęcie żydowskiej religii. W najwęższym, podstawowym sensie, jest to *Pięcioksiąg Mojżeszowy* (hebr. *Chamisha Chumsze(j) Tora*; Chumaszy; jid. *Chumesz*), czyli pierwsza część Biblii Hebrajskiej (*BH*), obejmująca *Księgi: Rodzaju* (hebr. *Be-reszit*), *Wyjścia* (hebr. *Szmot*), *Kapłańską* (hebr. *Wa-jikra*), *Liczb* (hebr. *Be-midbar*), *Powtórzonego Prawa* (hebr. *D(e)warim*). W szerszym sensie jest to cała *BH*, zw. w chrześcijaństwie *Starym Testamentem*, a w jeszcze szerszym – tradycyjne prawo religijne (*halacha*) i cała literatura rabiniczna. Zwój Tory (hebr. *Sefer Tora*; jid. *Sejfer tojre*) z wypisanym – zgodnie ze starożytną tradycją – tekstem *Pięcioksięgu* jest najświętszym obiektem rytualnym judaizmu (za <http://www.jhi.pl/psj/Tora>)

czasami trudno to zauważyć w warstwie słownej tekstu, stąd konieczność szukania sensu duchowego. „Potrójnie więc należy zapisywać w swej duszy myśli Pism bożych, aby człowiek prosty czerpał zbudowanie jak gdyby z ciała Pisma, bo tak nazywamy zwyczajne rozumienie, aby ten, kto poczynił pewne postępy, budował się z jego duszy, i aby człowiek doskonały [...] czerpał zbudowanie z prawa duchowego, które zawiera cień przyszłych dóbr. Jak więc człowiek składa się z ciała, duszy i ducha, tak samo i Pismo udzielone przez Boga dla zbawienia ludzi” („O zasadach” IV, 2, 4). Podobnie św. Bernard znajdował inspirację dla swojej doktryny w Piśmie Świętym, konkretnie w rozważaniu i czytaniu komentarzy biblijnych Orygenes, św. Hieronima (347-419), św. Augustyna (354-430) i św. Grzegorza Wielkiego. Św. Bernard kładł nacisk w swym nauczaniu na konieczność postępu w rozwoju duchowym, apostoł w jego rozumieniu, musi być zainteresowany uświęceniem własnej duszy przez studiowanie Pisma Świętego, nim poświęci się uświęcaniu innych (Aumann, 1993, s. 115-120, Trzaskawka, n.d.).

Tak jak wspomniano, korzeni metody *lectio divina* można szukać w egzegezie biblijnej, mającej na celu uaktualnianie znaczenia tekstów Pisma Świętego, dzięki nim lektura Biblii zagościła w tradycji chrześcijańskiej i osiągnęła swój rozkwit w usystematyzowanym średniowieczu. W późniejszym okresie nowożytnym, pobożne czytanie ustąpiło miejsca tzw. modlitwie myślniej aby znów odrodzić się w XX wieku zwłaszcza jako forma modlitwy zakonnej ale nie tylko. Dokumenty Soboru Watykańskiego II (1965 r.) w Konstytucji dogmatycznej o Objawieniu Bożym (*Dei Verbum*) zalecają wspomnianą formę modlitwy wszystkim wiernym „Albowiem w księgach świętych Ojciec, który jest w niebie, spotyka się miłościwie ze swymi dziećmi i prowadzi z nimi rozmowę. Tak wielka zaś tkwi w słowie Bożym moc i potęga, że jest ono dla Kościoła podporą i siłą żywotną, a dla synów Kościoła utwierdzeniem wiary, pokarmem duszy oraz źródłem czystym i stałym życia duchowego” (DV 21).

Pierwszy oficjalny opis metody czytania Pisma Świętego *lectio divina* pojawił się w „Drabinie mnichów” (*Scala claustralium*) spisanej w XII wieku przez przeora kartuzów La Grande Chartreuse – Guigo II zwanego Anielskim (zm. 1193). Jest to list o życiu kontemplacyjnym zawierający wskazówki doskonałego życia oraz zalecenia właściwego przygotowania do lektury tekstów biblijnych. Metoda składa się z czterech do dziś aktualnych elementów: *lectio* (czytania), *meditatio* (rozmyślania), *oratio* (modlitwy serca) oraz *contemplatio* (słuchania Boga). Należy traktować ją jako pomoc w odnalezieniu i podjęciu osobowego dialogu z Bogiem, dlatego zakłada konieczność odpowiedniego przygotowania się. Niezbędne jest wycofanie, odejście od zajęć codziennych oraz znalezienie właściwego miejsca i czasu na jej przeprowadzenie. Proces ten skierowany jest na przekształcenie świadomości i całego życia osoby, która wchodzi w dialog ze Słowem. „Czytanie jest to pilne wnikanie skupionym duchem w Święte Pisma. Rozmyślanie jest wnikliwym działaniem ducha, badającym treść ukrytej prawdy przy pomocy własnego rozumu. Modlitwa jest skierowaniem ku Bogu oddanego serca celem oddalenia zła lub uzyskania dobra. Kontemplacja jest jakimś uniesieniem ponad siebie ducha zakotwiczonego w Bogu, jest zakosztowaniem radości wiekuistej słodyczy.” – czytamy u Guigo II („Drabina mnichów” s. 91). Różne szkoły duchowości i tradycje zakonne praktykowały i propagowały *lectio divina* przez wieki kładąc nacisk na wybrane aspekty metody, jednak w swej istocie pozostaje ona podobna. Współcześnie *lectio divina* znów ma wielu zwolenników również wśród osób świeckich. Bez wątpienia przyczynił się do tego Sobór Watykański II, który miał na celu odrodzenie życia chrześcijańskiego. Tema-

tem, który wielokrotnie powracał w dokumentach soborowych, było powołanie wszystkich chrześcijan do świętości, dlatego to, co dawniej wydawało się zarezerwowane dla wybranych, dziś możliwe jest dla wielu. W ostatnich latach wśród chrześcijan świeckich zainteresowaniem cieszy się duchowość ignacjańska, która popularyzuje metodę ćwiczeń duchowych opartych w pewnej mierze również na starej metodzie *lectio divina*. Analogie z procesem biblioterapeutycznym wspomnianych ćwiczeń opisali Wiktor i Halina Czernianin w artykule *Filozofia jako terapia w perspektywie biblioterapii*. Podkreślili znaczenie etapu „wglądu” ćwiczeń jako możliwości odkrywania i pogłębiania wewnętrznego świata czytelnika w kontakcie z dziełem (Czernianin, 2015, s. 21-26).

Drogę *lectio divina* należy rozpocząć od wezwania Ducha Świętego. Dawne zwyczaje monastyczne opisywały, że gdy mnich miał przystąpić do *lectio*, z należną czcią brał Pismo Święte aby wejść w obecność Boga. Ascezy zatem wymagało zapewnienie sobie czasu na czytanie, gdyż w przypadku *lectio* nie może to być czas przypadkowy. W *lectio divina* chodzi o czas, który sprzyja samotności, staje się „mieszkaniem”, czy jak mówi Stary Testament – Namiotem Spotkania – chodzi o przestrzeń odosobnienia i ciszy, to jakby krok dalej na drodze spotkania z Bogiem (Wj 33, 7-11). Odosobnienie staje się udziałem człowieka podejmującego trud podróży wewnętrznej, podczas której pokonuje ograniczoność własnej natury (Kłoczowski, 2001, s. 87-94). Ascezy, jak zaznaczali mnisi, wymaga również przygotowanie tekstu, potrzebna tu ciągła i ustawiczna cierpliwość. Innym jeszcze ascetycznym wysiłkiem jest nastawienie serca na cierpliwe trwanie przy Słowie, zwłaszcza gdy okazuje się ono trudne, niezrozumiałe i niepokojące. Warunkiem pogłębianego czytania i słuchania Pisma Świętego jest w końcu także wybór takiego stylu życia, w którym będzie ono w centrum życia zarówno fizycznego, psychicznego jak i duchowego. Trzeba świadomie rezygnować ze wszystkiego, co zagłusza pokój serca. Mistrzowie *lectio divina* podkreślali, że drogą do czuwania, czyli do postawy otwartych oczu, umysłu i serca jest post, gdyż niedosyt fizyczny otwiera na niedosyt duchowy. Tak rozumiany post prowadzi do *katharsis*, czyli do stałego oczyszczania serca, które jest nieodzownym warunkiem *lectio divina*. Mnisi zwracali także uwagę na osiem wad głównych, które są przyczyną roztargnień i braku skupienia w obcowaniu z Pismem Świętym, są to łakomstwo, nieczystość, chciwość, smutek, złość, acedia, próżność i pycha [np. Jan Kasjan (ok. 360-435), Ewagriusz z Pontu (345-399), cytując za Wons, 2004]. Mnich przystępujący do *lectio divina* musiał być zatem mocno przygotowany, świadomy swojej słabości i gotowy na przemianę.

Metoda zaczyna się od *lectio /czytania*. Ten etap wchodzenia w relację z Bogiem poprzez tekst biblijny ma na celu przeczytanie nawet kilkakrotne wybranego fragmentu Pisma. Wskazane jest, żeby czytanie odbywało się powoli, słowa lektury mogą być czytane szeptem aby można je było nie tylko widzieć ale i słyszeć, z należną uwagą i wiarą, że są kierowane od Boga, można je też zapisywać. W pierwszej fazie czytający powinien uchwycić ogólny sens danej perykopy biblijnej (wybranego fragmentu). Powinien pozwolić przyciągnąć się przez tekst, zaangażować uczucia, wyobraźnię, pamięć, umysł, wolę i serce. Czytanie ma przypominać spotkanie, należy zatrzymywać się na treściach, które najbardziej poruszają i przemawiają. Ważne są postacie, miejsca, czas, wydarzenia czy też inne towarzyszące informacje. Warto przeczytać sigła biblijne (przypisy), żeby sprawdzić, czy dany tekst nie jest przez biblistów porównywany z innym lub czy nie występuje w innym kontekście. Należy rozumieć tekst we właściwym mu kontekście i formie, a unikać wszelkiego subiektywizmu

i introspekcji. Trzeba zastanowić się nad indywidualnym rozumieniem tekstu w kontekście tradycji interpretacyjnych Kościoła. *Meditatio* / **rozmyślanie** natomiast to etap, w którym czytający podobnie jak biblijny Ezechiel, który *zjadł zwój i nasycił nim swoje wnętrze* (Ez 3, 1-3) „przeżuwa” tekst. Na tym etapie można pozwolić sobie na subiektywizm, czytający może szukać odpowiedzi na to, co dla niego osobiście znaczy przeczytany tekst, na jakie jego obecne pytania odpowiada. Warto powrócić do fragmentów, które szczególnie poruszyły czytającego, które wzbudziły uczucia. Otwiera się serce, żeby zrozumieć, co Bóg przez ten tekst mówi bezpośrednio czytającemu. Kolejnym etapem jest *oratio* / **modlitwa**, w trakcie którego czytający odpowiada na to co objawiło mu się w *lectio i meditatio*. To czas odpowiedzi na usłyszane słowo, zakłada pogłębienie żywej relacji z Bogiem. Bardzo ważne jest wejrzenie w swoje serce, oddanie Bogu wszystkich poruszeń, które pojawiły się w trakcie czytania i rozmyślenia. Modlitwa może być podobna do Mojżeszowego trwania w obecności Boga w Namiocie Spotkania czyli twarzą w twarz. Prawdziwe zaangażowane *oratio* prowadzi do *contemplatio* / **słuchania**, czyli ostatniego etapu *lectio divina*, momentu kiedy modlitwa przechodzi w stan, w trakcie którego ważniejsza od słów modlącego jest obecność Boga i Jego słowa, które wybrzmiewają w sercu kontemplującego. Jest to stan intymnej więzi, podobny do tego, kiedy człowiek trwa w zachwycie nad pięknem. Na tym etapie ważne jest, aby człowiek z własnej woli trwał przy Bogu całym sobą, jest to czysta modlitwa, która wywołuje pełne zaangażowanie. Rozmodlony zawiesza wszelkie myślenie o sobie, wszelkie autorefleksje i jednoczy się z Bogiem. Oznacza to, że Słowo pochłonęło i ukształtowało kontemplującego, otworzyło przestrzeń Bogu, by przekształcić serce i świadomość osoby przystępującej do *lectio* (Trzaskawka, n.d.; Wons, 2004; Gałka, 2008; Jankowski, 2013; Pennington, 2013). Dla wyznawców Słowa jest zatem modlitwą zgłębianie Pisma Świętego i życie według Słowa. Guigo II Anielski podaje ważne uwagi dla praktykujących *lectio divina* „lektura bez medytacji jest jałowa; rozmyślanie bez czytania – narażone na błędy; modlitwa bez rozmyślenia – oziębła; rozmyślanie bez modlitwy – bezowocne; modlitwa pełna oddania dochodzi do kontemplacji, osiągnięcie zaś kontemplacji bez modlitwy zdarza się rzadko lub jest cudem.” („Drabina mnichów”, s. 106).

Lectio divina nie oznacza zatem po prostu czytania, chociaż takie jest literalne tłumaczenie, nie jest to też siedzenie nad książką. Mówimy tu o drodze duchowości chrześcijańskiej a jej centrum stanowi Słowo, które zmienia życie. Nie należy czytać Biblii, jako źródła intelektualnego poznawania, prawdziwe *lectio divina* zakłada odpowiedź na usłyszane / przeczytane słowo. Przemiana jest więc również efektem osobistego wysiłku i zaangażowania czytającego, opierającego się na głębokim zaufaniu Bogu. Życie chrześcijańskie jest stałym wysiłkiem i byciem w drodze, a teksty Pisma Świętego muszą być ciągle konfrontowane z codziennością. Relacja zachodząca pomiędzy człowiekiem a Bogiem jest relacją wiary nie tyle w jakieś abstrakcyjne prawdy, ile relacją wiary osobowej, wiary Komuś (Groeschel, 1998). W religii biblijnej samotnikiem nie jest ani Bóg, ani człowiek. „Toteż dla wszystkich jasne jest, że wszyscy chrześcijanie jakiegokolwiek stanu i zawodu powołani są do pełni życia chrześcijańskiego i do doskonałości miłości, dzięki zaś tej świętości chrześcijan, także w społeczności ziemskiej rozwija się bardziej godny człowieka sposób życia. Na osiągnięcie tej doskonałości wierni obracać powinni swe siły otrzymane według miary obdarowania Chrystusowego, aby idąc w Jego ślady i upodabniając się do wzoru, jakim On sam jest dla

nich, posłuszni we wszystkim woli Ojca, z całej duszy poświęcali się chwale Bożej i służbie bliźniemu.” (LG 40).

Czy zatem proces *lectio divina* można uznać za terapeutyczny i czy metoda ma zastosowanie biblioterapeutyczne? Anselm Grun, współczesny benedyktyński mnich opisuje terapeutyczny potencjał tkwiący w czytaniu Pisma Świętego (Kondracka, 2013; Czernianin, 2014, s. 21-30) a jego refleksje potwierdzają badania przeprowadzone przez Martę Kondracką, opisane przez nią w artykule *Pismo Święte jako utwór terapeutyczny?* (2013, s. 16-50). Autorka zauważa, że wielu ankietowanych przez nią czytelników Biblii znalazło otuchę lub podpowiedź, jak rozwiązywać swoje problemy. Uważa też, że prawdopodobnie wiele zmian zaszło w nich między innymi dzięki temu, że nastąpił typowy proces biblioterapeutyczny – zaczynający się od identyfikacji. Następnie dzięki przeżytemu katharsis czytelnicy Pisma Świętego umieli spojrzeć na siebie i swój problem inaczej i w rezultacie pokonać zniechęcenie i rozpacz, a nawet znaleźć siłę do walki z nałogiem. Lektura dawała im możliwość wglądu w siebie i wspierała w budowaniu poprawnych relacji z otoczeniem (Kondracka, 2013). Metodę *lectio divina* można zatem traktować jako formę wsparcia w rozwiązywaniu sytuacji trudnych, problemów emocjonalnych ale przede wszystkim jako pomoc w rozwoju osobistym i samorealizacji. *Lectio divina*, jak pokazuje tradycja monastyczna jest bezcenną pomocą w rozwoju duchowym.

Bibliografia

- Aumann, J. (1993), *Zarys historii duchowości*, Wydawnictwo Jedność, Kielce.
- Czernianin, W. (2008), *Teoretyczne podstawy biblioterapii*, Oficyna Wydawnicza ATUT, Wrocław.
- Czernianin, W., Czernianin, H. (2012), *Literatura i terapia*, Wydawnictwo Smak Słowa, Sopot.
- Czernianin W., Czernianin H. (2015), *Filozofia jako terapia w perspektywie biblioterapii*. „Przegląd Biblioterapeutyczny” R. 5, nr 2, s. 11-31.
- Czernianin W., Czernianin H. (2014) *O funkcji terapeutycznej i wychowawczej dzieła literackiego w badaniach biblioterapeutycznych – na przykładzie psychoanalitycznych interpretacji baśni Bruno Bettelheima oraz interpretacji Pisma Świętego z pozycji psychologii głębi Anselma Gruna*. „Przegląd Biblioterapeutyczny” R.4, nr 2, s. 11-32.
- Galka, M. (2008), *Lectio divina, czyli spotkanie ze Słowem*. „Posłaniec” nr 10. <http://mateusz.pl/wam/poslaniec/0810-1.htm>
- Groeschel, B. J. (1998), *Rozwój duchowy: psychologia a mistyka*. Wydawnictwo Księży Marianów, Warszawa.
- Guigo II Anielski, (2013), *Drabina mnichów* [w:] *Lectio divina: Boże czytanie*, Tyniec, Wydawnictwo Benedyktynów, Wyd. 3, s. 87-112.
- Jankowski, A. (2013), *Lectio divina – czytanie Pisma Świętego* [w:] *Lectio divina: Boże czytanie*, Tyniec, Wydawnictwo Benedyktynów, Wyd. 3, s. 9-42.
- Kameraz-Kos, N. (2008), *Święta i obyczaje żydowskie*, Wydawnictwo Cyklady, Warszawa.
- Kłoczowski, A. J. (2001), *Drogi człowieka mistycznego*, Wydawnictwo Literackie, Kraków.

- Kondracka, M. (2013) *Pismo Święte jako utwór terapeutyczny?* „Przegląd Biblioterapeutyczny” R. 3, s. 16-50.
- Konstytucja dogmatyczna o Kościele (*Lumen Gentium – LG*), Sobór Watykański II, Dekrety, Deklaracje. (1968) Pallottinum, Poznań.
- Konstytucja dogmatyczna o Objawieniu Bożym (*Dei Verbum – DV*), Sobór Watykański II, Dekrety, Deklaracje. (1968) Pallottinum, Poznań.
- Orygenes, (1979) *O zasadach*, PSP 23, ATK, Warszawa.
- Pennington, B.M. (2013), *Chrześcijańska droga przemiany* [w:] *Lectio divina: Boże czytanie*, Tyniec, Wydawnictwo Benedyktynów, Wyd. 3, s. 113-130.
- Pietras, H. (1991), *By nie milczeć o Bogu – zarys teologii Ojców Kościoła*, Wydawnictwo Ma-szachaba, Kraków.
- Pismo Święte: Stary i Nowy Testament w przekładzie z języków oryginalnych* (2006) (red. Mi-chęła Petera, Mariana Wolniewicz), Księgarnia św. Wojciecha, Poznań.
- Szulc, W. (2011), *Biblioterapia. Powrót do źródeł*. „Przegląd Biblioterapeutyczny” R. 1, s. 6-29.
- Trzaskawka, T. (n.d.), *Wprowadzenie w praktykę lectio divina*. www.mateusz.pl/mt/lectio
- Wons, K. (2004), *Lectio divina szkołą słuchania*. „Życie Duchowe” nr 37. <http://www.zycie-duchowe.pl/art-144.lectio-divina-szkola-sluchania.htm>
- <http://www.jhi.pl/psj/Tora>

