

Uwagi wstępne – Sposób modlitwy

Rozważanie Słowa Bożego

Zbliża się Adwent roku 2020. Każdy z nas bez wyjątku odczuwa, że to nie jest łatwy czas a kiedy był łatwy? Tak wiele trudnych rzeczywistości nas dotknęło. Tym bardziej w tym niełatwym czasie i doświadczeniu proponuję rekolekcje w życiu codziennym. Dla niektórych będzie to nowe doświadczenie, dla innych kolejne bo dobrze znają tę formę przygotowania się na spotkanie z Panem Jezusem.

Te rekolekcje i zaproponowane refleksje mają pomóc nam Wszystkim w relacji ze sobą, z Bogiem i z innymi. Chcemy, poprzez te proste teksty i nie za długie wprowadzenia do modlitwy, by to sam Bóg wkraczał do serc wszystkich modlących się i przemieniał, uzdrawiał, pocieszał serca, wlewając w nie wiarę w Sens, nadzieję na przyszłość i miłość do Boga i bliźnich i do siebie samego. Chcemy, by każdy mógł doświadczyć miłości Boga i Jego prowadzenia w życiu – niezależnie od okoliczności, sytuacji i trudności, jakie się w jego życiu pojawiają.

Jak nie trudno spostrzec, nie wszystkim wszystko idzie jak z płatka; bywa, że gubimy się pośród problemów jakie niesie codzienność, jak choćby ta sytuacja z koronawirusem, albo życie przelatuje nam między palcami; czy też wkrada się w nas jakiś bezsens, albo uciekanie w przyjemności, pracę, bądź głupotę, bywa, że czujemy się gorsi od innych z jakiegokolwiek powodu. Jeżeli doświadczasz tego czy czegoś podobnego, to właśnie te rekolekcje są dla ciebie.

Te rekolekcje są też dla tych, którzy dość dobrze radzą sobie z codziennością, uważają się za "dobrych i poprawnych", którzy w swoim przeżywaniu wiary chcą czegoś więcej, pragną jeszcze bardziej zbliżyć się do Boga i mieć z Nim relację bliską, przyjacielską, taką ciepłą jak Dziecko z Kochanym Tatusiem.

Jeżeli zdecydujemy się uczestniczyć w tych rekolekcjach to na swoją modlitwę w czasie tego Adwentu, w czasie rekolekcji w życiu codziennym, proponujemy znaleźć każdego dnia ok. 30 minut czasu, w którym nikt nie będzie ci przeszkadzał, oraz spokojne do tego miejsce. Zdajemy sobie sprawę, że w domu może być o to trudno, więc niech każdy stworzy takie warunki, jakie w danym momencie jest w stanie stworzyć. Może przy wieńcu adwentowym czy świecy roratce, przy lampionie, czyli tych symbolach jakie używamy szczególnie w tym czasie. Gdyby się okazało, że któregoś dnia trudno znaleźć tyle czasu, to zachęcamy do krótkiego (choć kilkunastominutowego) pomodlenia się zaproponowanymi treściami. Można zapamiętać jedno czy drugie pytanie, które będzie nas potem skłaniać do refleksji i modlitwy przez cały dzień.

Wchodząc w modlitwę przyjmij pozycję wygodną, która będzie sprzyjać zarówno modlitwie, jak i spokojnej refleksji (pamiętaj, że pozycja "zbyt" wygodna doprowadzi raczej do snu niż do spotkania z Bogiem). Może być pozycja siedząca lub klęcząca, godna Osoby-Jezusa, z którym chcesz się spotkać.

Na początku modlitwy uczyni znak krzyża i poprosi Pana Jezusa, aby ci towarzyszył, oraz by posłał swojego Ducha Świętego, który będzie się w tobie modlił. Będzie to potrzebne tym bardziej, jeśli czujesz, że nie umiesz się modlić, że przychodzi ci to z trudem i jesteś rozproszony. Możesz do tej prośby wracać zawsze, kiedy przyjdzie rozproszenie na modlitwie. Rozproszenia są czymś normalnym i nie należy mieć wyrzutów sumienia z ich powodu. Zawsze, ilekroć spostrzeżesz, że *"wypadłeś z modlitwy"*, to po prostu spokojnie do niej powróć.

Kiedy już rozpocznesz, wejdź do swego serca i przyjrzyj mu się. Przeczytaj fragment z Pisma św. przeznaczony na ten dzień. Pytania jakie pojawią się w rozważaniu są one skierowane do ciebie. Jaką odpowiedź dasz na nie swoim życiem? Co chciałbyś z tym zrobić? Co zreformować u siebie (nie u innych) i pamiętaj o konkretności życia a nie o *"pobożnych marzeniach"*, z których nic nie wynika. Nie chodzi o *"bujanie w obłokach"* czy też *"gdybanie"*, wymyślanie scenariuszy, ale o zmianę siebie w rzeczywistości, w której żyjesz!

Bóg chce się spotkać z *"całym człowiekiem"*, dlatego w modlitwę trzeba zaangażować wszystkie swoje siły: wolę, emocje, wyobraźnię, nastawienie... twoja modlitwa, relacja ze Stwórcą i Panem nie może być *"byle jaka"*. Podczas spotkania z Bogiem mogą pojawić się różne emocje, rozmaite uczucia, przyjemne i nieprzyjemne. Będą one reakcją na to, co Duch Święty ci pokaże. Pozwól im się pojawiać, wypłynąć z ciebie. Bóg chce rozmawiać z tobą takim, jakim jesteś, tym bardziej jeśli czujesz różne negatywne, nieprzyjemne odczucia: jak złość, gniew, rozgoryczenie, małą wiarę, niezadowolenie, smutek itp. Nie lekceważ tych uczuć, ale staraj się je nazywać i wypowiedzieć przed Bogiem. Możesz pomodlić się nimi: np: "Panie, czuję do Ciebie, i do siebie, i do innych, żal, złość, zawód, itd.... tak mam, to ze mnie wychodzi – uczyni z tym coś". Możesz tak się modlić. Podobnie jak przed samym sobą jest ci głupio, bo twoje zachowanie nie licuje z byciem chrześcijaninem. Nie bój się tych emocji! Wypowiedz również z czym te uczucia (żal, złość lub też pokój, radość...) są związane. Taka modlitwa jest bardzo cenna, bo jest prawdziwa i twoja.

Pamiętaj, że nie musisz *"przerabiać"* całego wprowadzenia do modlitwy. Jeżeli coś cię zatrzymało *"w pół drogi"*, mocno poruszyło cię jakieś Słowo, czy pytanie, pozostań na tym pytaniu i nie idź dalej. Zostań w tym miejscu, niejako *"smakuj to"*, rozważaj, odpowiadaj na te pytania, czy na jedno pytanie, niech cię to porusza, dotyka serca... Kiedy upłynie czas przeznaczony na modlitwę po prostu ją zakończ w miejscu, do którego doszedłeś. Jak rozważanie nie będzie trafione a wystarczy ci sama Ewangelia z dnia pozostań przy Słowie.

Ostatnie pięć minut modlitwy przeznacz na jej podsumowanie. Zwróć się do Boga z tym, co masz aktualnie w sercu. Własnymi słowami podziękuj Panu

za ten czas, za to, że się z tobą spotkał, że dotykał twojego serca (również miejsc bolesnych - to bardzo ważne!). Dziękuj za to, co zrodziło się na modlitwie. Kiedy poczujesz wezwanie do przebaczenia to przebaczone sobie i innym. Jeśli na modlitwie okazało się, że potrzebujesz Boga za coś przeprosić, to przeproś. Jak masz coś uczynić to zrób to. Na samym końcu porozmawiaj z Jezusem jak przyjaciel z Przyjacielem.

Zachęcam gorąco, by podczas rekolekcji prowadzić swój mały "dziennik duchowy", w którym po każdej skończonej modlitwie będziesz zapisywać swoje refleksje, światła, uczucia, słowa, postanowienia, które chodziły ci po głowie. Warto prowadzić taki dziennik, gdyż jest zapisem twojego dialogu z Bogiem, twojej drogi duchowego wzrostu. Warto do niego powracać po rekolekcjach.

Więcej na temat sposobu modlitwy można przeczytać na:

https://drive.google.com/file/d/1GfWe9zeri6OT3zn_RvluISsh5YzYB6e/view – jest tam tekst „namiot spotkania”. Można także odsłuchać konferencji z naszej parafialnej strony internetowej w zakładce Duchowość „Szkoła modlitwy”: <https://bytom.jezuici.pl/sm/>

Zachęcam także do odsłuchania cyklu konferencji na temat: „Czy każda msza św jest taka sama”. Strona naszej Parafii, zakładka „Duchowość” Oto link: <https://bytom.jezuici.pl/czy-kazda-msza-sw/>

Gdyby ktoś chciał otrzymywać teksty do modlitwy na swoją pocztę, to proszę pisać na adres: rekolekcjeadwent@gmail.com

Rozmyślenia, teksty do modlitwy na te rekolekcje Adwentu 2020 będą w oparciu o Ewangelię z danego dnia. Słowo z dnia będzie nas prowadzić przez ścieżki Adwentu w tym roku. Każdy dzień ma swój rytm i każdy dzień ma jedno rozmyślenie, rozważania tego fragmentu Ewangelii jaka jest czytana w kościele w danym dniu. Niech stanie się ta właśnie rzeczywistość, aby "Twoje słowo jest lampą dla moich kroków i światłem na mojej ścieżce" (Ps 119, 105). Pozwólmy prowadzić się Słowu.

Dla tych, którzy są w dołku. Może myślisz, że już nikt i nic ci nie pomoże... że już jest tak źle, że nie może być gorzej... Ale zawsze jest szansa, zawsze jest nadzieja – bo ta nigdy nie umiera. Nadzieja nigdy nie umiera sama z siebie – tylko my mamy władzę, by ją uśmiercić w sobie. Nie czyn tego! **Pozwól Bogu cię odnaleźć.** Pozwól Mu objąć cię w pełnym ciepła i miłości uścisku, jakim Ojciec wita od dawna oczekiwanego syna, jak Mama czeka na swoją córeczkę. Nie zamykaj się! Daj sobie i Jezusowi szansę. Niech Słowo Boże nas prowadzi swoimi drogami. Owocnego czasu Adwentu 2020, czynnego czekania na Pana.

o. Maciej Konenc SJ