



P I E R W S Z E
K R O K I
N A M O D L I T W I E



FLOS CARMELI

Poznań 2016

© Copyright for the Polish edition by
FLOS CARMELI, 2016 – wydanie 2

Tytuł oryginału

Fichas de Oracion, Monte Carmelo, Burgos 1998

Tłumaczenie

Antoni Rachmajda OCD

Imprimi potest

Marian Stankiewicz OCD, Prowincjał
Warszawa dn. 10.10.2007; L. dz. 135/P/2007

Imprimatur

Bp Marek Jędraszewski, Wikariusz Generalny
Poznań, dn. 24.10.2007; N. 6713/2007

Nihil obstat

Ks. Prał. dr Marian Piątkowski, Cenzor
Poznań, dn. 22.10.2007

Wydawca

FLOS CARMELI
ul. Działowa 25, 61-747 Poznań
tel.: 61 856 08 34; fax: 61 856 09 47
wydawnictwo@floscarmeli.pl
www.floscarmeli.pl

ISBN: 978-83-65307-18-7

Spis treści

Rozdział 1

Co znaczy modlić się?	9
Modlitwa logiczną konsekwencją wiary	9
Modlitwa doświadczeniem Boga w miłosnej relacji	10
Konsekwencje praktyczne	12
Wskazówki do rozważań	12

Rozdział 2

Modlimy się jak Jezus	19
Modlitwa Jezusa	19
Dlaczego Jezus się modlił?	20
Dlaczego się modlisz?	21
Modlić się w Chrystusie Jezusie	22
Wskazówki do rozważań	23

Rozdział 3

Stawanie w obecności Pana	29
Bóg obecny dzisiaj	29
Problem skupienia	31
Wskazówki do rozważań	33

Rozdział 4

Pod natchnieniem Ducha Świętego	39
Duch Święty i modlitwa.....	40
Oddziaływanie Ducha Świętego na naszą modlitwę	40
Rola Ducha Świętego w modlitwie.....	41
Duch Święty stwarza wnętrze i rodzi komunie	42
Wskazówki do rozważań	43

Rozdział 5

Modlitwa Kościoła.....	55
Modlitwa w Kościele	55
Wszyscy modlą się za jednego	56
Jeden modli się za wszystkich	57
Wszyscy modlą się ze względu na Boga	58
Wskazówki do rozważań	58

Rozdział 6

Słuchanie Słowa Bożego	63
Umiejętność słuchania.....	63
Czytanie Słowa.....	65
Przyjmowanie Słowa.....	66
Wskazówki do rozważań	67

Rozdział 7

Modlitwa osobista.....	71
Wydarzenie ewangeliczne	72
Czym jest modlitwa osobista	73
Wskazówki do rozważań	74

Rozdział 8

Modlitwa w samotności	79
Postanowienie	79
Rozpocznij modlitwę	80
Przyzywaj Ducha Świętego.....	81
Słuchanie Słowa	81
Przejdź do „relacji przyjaźni” z Bogiem	82
Zakończenie i cel każdej modlitwy	83
Wskazówki do rozważań	84

Rozdział 9

Charakter modlitwy chrześcijańskiej	89
Spotkanie osobowe.....	90
Wiara w działaniu	91
Skoncentrowanie na Jezusie Chrystusie	92
Związek z historią Zbawienia	93
Droga Krzyża	94
Włączenie w życie Kościoła	96
Teksty do modlitwy osobistej	98

Rozdział 10

Modlitwa – relacją przyjaźni z Bogiem	103
„Wy jesteście przyjaciółmi moimi”	103
Elementy przyjaźni-modlitwy	105
1. Wzajemne poznanie.....	105
2. Wzajemne zaufanie i wierność	106
3. Miłość wzajemna	106
4. Wymiana darów	107
5. Radość dzielona	107

6. Zjednoczenie	107
Wskazówki do rozważań	108

Rozdział 11

Ważne chwile modlitwy	113
Modlitwa przyjaźnią.....	113
Należy unikać	114
Ideał modlącego się chrześcijanina	116
Wskazówki do rozważań	120

Rozdział 12

Człowiek obdarowany przez Boga	123
Bóg nas wybrał	123
Dlaczego Bóg nas wybrał?	124
Kogo Bóg wybrał?	125
Do czego Bóg nas wybrał?	126
Propozycje modlitwy osobistej	127

Rozdział 1

Co znaczy modlić się?

Każdy wierzy... o ile pewnego dnia spotkał Boga – jak Abraham, Mojżesz, Prorocy, Maria Magdalena, Zacheusz, Paweł, Augustyn, Teresa od Jezusa, Karol de Foucauld... Każdą z tych osób spotkanie to doprowadziło do otwarcia się na Boga, poznania Go i oddania Mu siebie – doprowadziło do przyjaźni z Bogiem.

Modlitwa logiczną konsekwencją wiary

W związkach międzyludzkich ta relacja przyjaźni może być oczywista, wpływać sama z siebie lub może być domyślna. Dla małżonków, którzy naprawdę się miłują, wszystko co czynią w ciągu dnia staje się okazją do wyrażenia ich wzajemnej miłości. A to bycie i to czynienie dobra sobie nawzajem można określić jako wiarę. Jednocześnie

człowiek pragnie wyrazić to, co kryje w swoim wnętrzu.

Również małżonkowie czekają na taki moment w ciągu dnia, w którym będą mogli bezpośrednio wyrazić sobie miłość. To wzajemne wyrażanie swojej miłości, jako wyrażanie swojej wiary w siebie, można określić jako modlitwę. Dialog miłości oznacza zwyczajne i proste dostrzeganie kontemplacyjne samego siebie w drugim. Dlatego też modlimy się – ponieważ wierzymy.

Modlitwa doświadczeniem Boga w miłosnej relacji

Różne definicje modlitwy zwracają uwagę na niektóre jej aspekty. Ujęcia akcentujące rolę intelektu mówią, że modlitwa jest wzniesieniem umysłu do Boga. Określenia wywodzące się z pobożności ludowej podkreślają, że modlitwa jest prośbą o to, czego potrzebujemy...

Czym więc jest modlitwa? *Modlitwa myślna nie jest niczym innym... jak wyrażaniem [bliskiej relacji] przyjaźni, wielokrotnym ponawianiem [tej relacji] sam na sam z Tym, o którym wiemy, że*

nas miłuje' – przypomina nam św. Teresa od Jezusa. Ż 8,5

Pamiętajmy więc, że:

- * modlitwa jest sprawą dwojgą: Boga, który szuka człowieka i osoby modlącej się, która szuka Boga;
- * na modlitwie istotne jest to, z Kim przebywam lub po prostu z Kim pragnę być; co czynię lub mówię jest mniej ważne;
- * modlitwa jest bardziej miłowaniem niż intelektualnym rozważaniem;
- * modlitwa ma być spotkaniem dwóch osób, a nie czasem załatwiania interesów.

Wszystko, co pomaga w tym przyjacielskim byciu dwóch rozmówców podczas modlitwy, jest bardzo ważne. To przyjacielskie obcowanie:

- * ma wypływać z przekonania, że jest się miłowanym i że należy dołożyć wszelkich starań, aby podjąć sprawę drugiego;
- * ma być wystarczająco częste, ponieważ należy pracować nad przyjaźnią, jak to ma miejsce w każdej historii przyjaźni;
- * może odbywać się w klimacie milczenia i samotności, które doskonale przyjaźń wyrażają.

Konsekwencje praktyczne

Bóg ciebie szuka i puka do twoich drzwi, aby zawrzeć z tobą przyjaźń: Otwórz!

- * każde przyjęcie Go wymaga klimatu – szukaj najlepszego czasu, miejsca i innych okoliczności sprzyjających modlitwie;
- * modlić się oznacza trwać w dialogu, więc porzuć swoje niekończące się „modlitewne monologi”;
- * ucz się trwać przed Nim, słuchać Go, nie lękaj się też odpowiadać.



Wskazówki do rozważań

Dzień 1

Już was nie nazywam sługami, bo sługa nie wie, co czyni pan jego, ale nazwałem was przyjaciółmi, albo wiem oznajmiłem wam wszystko, co usłyszałem od ^{J 15,15} Ojca mego¹.

Jezus nazwał nas przyjaciółmi. Rozpocznij modlitwę od lektury tego tekstu i zapytaj siebie:

Co ja rozumiem przez przyjaźń?

Czy mam przyjaciół? Czy odczuwam ich brak?
Dlaczego?

Czy pragnę Przyjaciela – pisanego wielką literą?
Czy wzrasta we mnie pragnienie Boga jako Przyjaciela?
Jak mogę spowodować wzrost tego pragnienia?



Dzień 2

Chcę zaśpiewać memu Przyjacielowi
pieśń o Jego miłości ku swojej winnicy!
Przyjaciel mój miał winnicę
na żyznym pagórku.
Otóż okopał ją i oczyścił z kamieni
i zasadził w niej szlachetną winorośl;
pośrodku niej zbudował wieżę,
także i tłocznię w niej wykuł.
I spodziewał się, że wyda winogrona,
lecz ona cierpkie wydała jagody.
„Teraz więc, o mieszkańcy Jeruzalem i mężowie
z Judy,
rozsądźcie, proszę, między Mną
a winnicą moją.
Co jeszcze miałem uczynić winnicy mojej,
a nie uczyniłem w niej?
Czemu, gdy czekałem, by winogrona wydała,
ona cierpkie dała jagody?”

Więc dobrze! Pokażę wam,
co uczynię winnicy mojej:
rozbiorę jej żywopłot, by ją rozgrabiono,
rozwalę jej ogrodzenie, by ją stratowano.
Zamienię ją w pustynię,
nie będzie przycinana ni plewiona,
tak iż wszędzie osty i ciernie.
Chmurom zakazę spuszczać na nią deszcz”.
Otóż winnicą Pana Zastępów
jest dom Izraela,
a ludzie z Judy szczepem Jego wybranym.
Oczekiwał On tam sprawiedliwości,
a oto rozlew krwi,
i prawowierności, a oto krzyk grozy’.

Iz 5,1-7

Co więcej mogę uczynić dla mojej winnicy?
Pewnego dnia, przez usta proroka Izajasza, Bóg skierował to pytanie do ludu Izraela. Przeczytaj kilkakrotnie przytoczony tekst i spytaj siebie: czy czuję się miłowany przez Boga, czy czuję się przez Niego *pieszczony*? A może swoje powodzenie przypisuję jedynie *łutowi szczęścia*? Postaraj się przypomnieć sobie wszystkie łaski, jakimi Pan ciebie obdarzył.

Wyraź swoje uwielbienie i wdzięczność takiemu Przyjacielowi.



Dzień 3

Mów, Panie, bo sługa Twój słucha¹.

1 Sm 3,10

Przeczytaj ten tekst i rozmyślaj nad nim. Nie zapominaj, że modlimy się nie po to, aby Bóg realizował nasze projekty, ale po to, aby poznać zamiary Boga i mieć siłę do ich realizacji. A to wymaga umiejętności słuchania i dialogu. Czy mam tę umiejętność wobec ludzi? A może uważam, że zawsze mam rację? Czy jestem uważny na głos Boga, mówiącego do nas przez Pismo Święte, Urząd Nauczycielski Kościoła, każde wydarzenie życia... Ucz się umiejętności słuchania!



Dzień 4

A zatem, mówiąc teraz o tych, którzy rozpoczynają bycie sługami z miłości (gdyż nie wydaje mi się być niczym innym to zdeterminowanie siebie do pójścia po tej drodze modlitwy za Tym, który tak bardzo nas umiłował), jest to tak wielka godność, ¹ że [sama] myśl o niej [napelnia] mnie niesamowitą rozkoszą. Albowiem jeśli [już] w tym pierwszym stanie postępujemy tak, jak należy postępować, służalczy lęk natychmiast idzie precz¹.

Ż 11,1

Powracaj w modlitwie do tych słów św. Tere-
sy i pytaj siebie: czy naprawdę uznaję za zaszczyt
to, że mogę rozmawiać *sam na sam z Bogiem*?
Czy to naprawdę napawa mnie dumą? Dlaczego?
A z drugiej strony, czy jeszcze lękam się Boga?
Jakie inne lęki zniewalają mnie w czasie modli-
twy?



Dzień 5

Bardzo wielkie miłosierdzie czyni [Bóg] temu, komu
daje łaskę i hart duszy do zdeterminowania się o za-
bieganie ze wszystkich swoich sił o to dobro. Gdyż
jeśli wytrwa, Bóg nie odmawia siebie nikomu. On po
trochu uzdalnia ten hart duszy tak, aby [człowiek]
osiągnął to zwycięstwo. Mówię hart duszy, gdyż liczne
są rzeczy, które demon podsuwa w początkach (aby tak
naprawdę nie rozpoczęli tej drogi... potrzeba [tu] nie
byłe jakiego, ale bardzo wielkiego hartu duszy, aby się
nie wycofać i wielkiego wsparcia [ze strony] Boga¹.

Zrób rachunek sumienia. Z jaką odwagą roz-
poczynasz swoje życie modlitwy? Co cię do niej
najbardziej mobilizuje? Jakie są twoje największe
trudności? Przypomnij sobie to wszystko ze spo-
kojem i przedstaw Panu! I nie trać odwagi!



Dzień 6

Panie, naucz nas modlić się¹.

Łk 11,1

Mój ojciec miał wielkie zamiłowanie do czytania dobrych książek... [Już to samo], razem z troską naszej mamy o zachęcanie nas do modlitwy i nabożeństwa do Naszej Pani i niektórych świętych, zaczęło przebudzać mnie...¹

Ż 1,1

Przytoczony fragment Ewangelii oraz wyznanie św. Teresy od Jezusa mówią nam, w jaki sposób rozpoczęła się droga modlitwy uczniów Pana i droga modlitwy św. Teresy. Zatrzymaj się na chwilę nad twoją drogą modlitwy i pomyśl, do jakiego stopnia zażyłości z Panem doszedłeś?

Na modlitwie spotykasz się z samym Bogiem Poświęć dłuższą chwilę kontemplując oba te „elementy”: „kim jesteś ty” i „Kim jest On”.

