

MARZEC 2018. KONFERENCJA: MODLITWA

1. **Panie, naucz nas modlić się** – słowa uczniów, którzy widzieli jak Jezus modli się i poczuli, że ich modlitwa jest niedostateczna. Zapewne dobrze się modlili, ale my wiemy, że modlitwy trzeba się uczyć, nawet przez całe życie. **Modlitwa jest naszym życiem, jest koniecznością, jest oddechem ludzkiego ducha Bożym Duchem.** Gdy człowiek otworzy serce i zaprosi Jezusa jako Pana i Zbawiciela, pierwszą reakcją jest modlitwa, która nie jest odmawianiem formułek, zbiorem zaklęć, czy monologiem oczekiwania, ale jest **dialogiem miłości między Bogiem a człowiekiem.** Modlitwa staje się koniecznością i pragnieniem serca. Jest też sztuką, której człowiek uczy się przez całe życie. Modlitwa jest różnorodna, rodzi się w naszym sercu. Jest modlitwą ustną, gdy wypowiadamy ją ustami lub śpiewamy w pieśniach chwały, ale modlitwa może być i powinna być też medytacją, gdy rozważamy w sercu Słowa Pana. Modlitwa to też kontemplacja, gdy w ciszy serca człowiek przylgnie do Pana w miłosnym uścisku.

2. **Modlitwa jest konieczna we wspólnocie.** Bez modlitwy nie ma wspólnoty. Dlatego gdy gromadzimy się we wspólnocie stajemy w obliczu Pana i modlimy się wspólnie, uczymy się takiej modlitwy żmudnie wciąż na nowo, bo przychodzą do wspólnoty nowi ludzie i potrzebują pouczenia i wejścia w modlitwę, zachęty i nauczania się jak modlić się wspólnie. Taka modlitwa wspólnotowa jest podstawowa i najważniejsza, bo tu stajemy przed Panem, który jest i zgromadził nas i z Nim spotykamy się – wielbimy Go, dziękujemy, prosimy, ale też słuchamy Pana. On mówi do nas przez Słowo Boże, przez Słowo odczytane w trakcie spotkania, ale mówi też do nas wersetami pieśni, którymi się modlimy, mówi też do każdego z nas osobiście w głębi serca. Dlatego modląc się musimy słuchać. Słuchać tak, aby usłyszeć Jego Słowo. Modlitwa we wspólnocie kształtuje się i rozwija przez całe lata i może przechodzić kryzysy, znów się odnawia i nie jest oderwana od naszego życia. Gdy przychodzisz na spotkanie wspólnoty musisz wiedzieć, że przychodzisz tu, aby się modlić, wielbić Pana, dziękować, powinieneś być do tego przygotowany, przychodzisz tutaj ze względu na Pana i dla Niego. Tworzymy wspólnotę, w której jest Duch Święty i który uzdalnia nas do modlitwy, przychodzi nam z pomocą, modli się w nas. Wszyscy modlitwę wspólnotową tworzymy i dlatego ważne jest, abyś nie był tylko biernym słuchaczem, czy odtwarzaczem czegoś, ale Twoja obecność na spotkaniu ma być otwarta i twórcza. Trzeba, abyś śpiewał, ale nie tylko śpiewał, ale modlił się śpiewem. Trzeba, abyś modlił się w językach, jeśli jeszcze tego nie robiłeś to otwórz usta i zacznij. Duch chce modlić się w tobie w taki sposób. Trzeba, abyś włączył swoje intencje w spontaniczną modlitwę uwielbienia, dziękczynienia, próśb. I słuchaj Pana. Bądź otwarty i twórczy.

3. **Ale każdy z nas modli się osobiście** i powinien modlić się regularnie, codziennie i nie może to być modlitwa krótka, zdawkowa, pacierz szybko wyrecytowany. Modlitwa jest jak oddech, jest tlenem Ducha, potrzebą naszego serca, aby żyć, kochać i być twórczym misjonarzem Jezusa Chrystusa. **Namiot Spotkania**, który codziennie Wam proponujemy i przekazujemy Słowo, które mamy rozważać w Nim, jest przestrzenią

osobistej modlitwy, bycia z Bogiem sam na sam. Namiot Spotkania był na pustyni, gdy Mojżesz wędrował do Ziemi Obiecanej. Mojżesz przychodził do Namiotu Spotkania, aby rozmawiać z Bogiem twarzą w twarz, jak z przyjacielem. Trzeba modlić się na różne sposoby, aby unikać pewnej rutyny i schematyzmu. Dobrze jest modlić się na różańcu, koronką do Miłosierdzia Bożego, litaniami, czy też liturgią godzin (jutrznia, nieszpory). Modlitwa powinna być wytrwała, regularna i pokorna, gdy modlimy się osobiście postawa naszego ciała musi wyrażać modlitwę, a więc szacunek wobec Boga. Powinniśmy modlić się w postawie stojącej, klęczącej, gdy rozważamy Słowo Boże może być to postawa siedząca, ale nigdy leżąca. Jeżeli siedzimy na modlitwie to siedzimy w postawie zasadniczej, która wyraża szacunek wobec Osoby, z którą rozmawiamy, a rozmawiamy z Bogiem. Modlitwę zaczynamy od wyciszenia się i stanięcia przed Bogiem, który tu jest, jest blisko i czeka. Następnie prosimy, aby Pan oczyścił nasze serce i aby Duch Święty przyszedł nam z pomocą i modlił się w nas. Teraz módl się w językach, uwielbiaj Boga, niech Duch Święty modli się w tobie, mocno głośno i odważnie. Dobrze jest posługiwać się na modlitwie psalmami, które powoli odczytujemy, bo psalmy to modlitwy natchnione przez Ducha Świętego. Tam znajdujemy wersety, które mogą głęboko zagościć w nasze serce jak refren, którym wołamy do Boga. Modlitwa w językach oczyszcza nas i wprowadza w głębszą relację z Bogiem tak, aby posługując się psalmami usłyszeć, co Pan mówi do nas, czy też odczytując tekst Pisma Świętego usłyszeć Słowo Pana skierowane do nas. Dlatego też w naszej modlitwie konieczne jest poza psalmami, posługiwanie się Biblią to jest Słowem Pana, czyli odczytywanie pewnych fragmentów Pisma Świętego. Cisza i słuchanie modlitewne – Pan mówi do ciebie, słuchaj uważnie. Wreszcie trzeba dziękować i wielbić Pana zawsze z radością, nawet gdy są ciężkie dni, nawet na przekór sobie. Na modlitwie nie ustawajcie. Jezus mówi, że modlitwa jest najlepszą częścią Twojego życia. A więc nie praca, nie miłe imprezy, spotkania z ludźmi, różne interesy, to modlitwa jest priorytetem. Przypomnij sobie Jezusa w domu Marii i Marty. Marta krzątała się wokół wielu spraw, a Maria usiadła u stóp Pana i słuchała – Maria obrała najlepszą część, której nie będzie pozbawiona. Musisz mieć w swoim życiu czas na wyłączną modlitwę - stajesz przed Panem i jest to namiot spotkania i to musi być codziennie. Wykorzystuj różna miejsca, gdzie możesz oddawać Panu różne sprawy, wielbić Pana i dziękować Mu, np. środki komunikacji, jadąc tramwajem, idąc ulicą, wędrując z półki na półkę w markecie, pracując, czy odpoczywając zawsze można wzbudzić akt miłości, bliskości, zaufania do Boga. Pamiętaj, że masz nieustannie napełniać się Duchem Świętym i dlatego w różnych miejscach i okolicznościach powtarzaj: **„Jezu ufam Tobie. Przyjdź Duchu Święty!”** Gdy masz odbyć ważną rozmowę, podjąć jakąś decyzję, jechać gdzieś samochodem, czytać Pismo Święte – zawsze przywołuj Ducha Świętego. On chce modlić się w naszym sercu, On przychodzi nam z pomocą, daje światło rozeznania, aby podjąć dobrą decyzję i aby rozmawiając z drugim człowiekiem mówić to co jest dobre, budujące i w danym momencie wskazane. Dobrze jest często modlić się w językach. Ten rodzaj modlitwy nie jest dla wybranych, to jest najmniejszy charyzmat i dany jest każdemu, nie trzeba się tego uczyć. Modlitwa

w językach daje wolność serca i poznanie, tu mogą rodzić się słowa prorocze, tu może rodzić się rozeznanie, o co modlić się w modlitwie wstawienniczej, gdzie powinienem pójść i co powinienem zrobić.

4. **Modlitwa liturgiczna**, tzw. brewiarz jest szczególną modlitwą, którą nie raz posługujemy się na rekolekcjach, np. odmawiamy jutrznię, czy nieszpory. Jest to modlitwa kościoła i niektórzy mają obowiązek odmawiania brewiarza, ale ta modlitwa nie jest tylko dla księży, czy zakonnic. Teksty Liturgii Godzin - bo tak ona się nazywa - można znaleźć w Internecie w odpowiedniej aplikacji i zachęcam was, abyście modlili się bądź rano jutrznią, albo wieczorem nieszporami. Można też posługując się liturgią godzin między psalmami modlić się w językach, a do prośb, które są w brewiarzu można dodać swoje prośby i wstawiennictwa.

5. Codziennie stając przed Bogiem mamy dziękować. **Dziękczynienie** jest bardzo ważne w modlitwie, oczyszcza nas z narzekania i uzalania się nad sobą, krytykowania innych – oczyszcza naszą wiarę i stosunek do ludzi. Dziękując Bogu uczymy się jak dziękować ludziom za dobro, jak wyrazić akceptację i afirmację naszym bliskim. Gdy wielbisz Pana zanurzasz się w Jego Miłości – **uwielbienie** jest szczytem modlitwy chrześcijańskiej. Trzeba wielbić Pana w przeciwnościach – gdy dopadają nas choroby, gdy coś nam nie wyszło, gdy jest jakaś porażka lub cierpienie. W uwielbieniu Duch Święty przenika nas swoją miłością i uzdrawia nas. **Prośba** nie może koncentrować się wokół naszych niedostatków i potrzeb, ma być raczej modlitwą wstawienniczą, którą z wiarą zanosimy do Pana, a umotywowanie naszej prośby powinniśmy odnajdywać w Słowie Bożym. Bóg daje hojnie, a nawet więcej niż prosimy, uzdrawia, podnosi, daje łaskę przebaczenia i pojednania, gasi spory i wojny – trzeba modlić się wytrwale i nie zniechęcać się, nie widząc rezultatów naszej modlitwy od razu. **Modlitwa przebłagalna** jest modlitwą grzesznika, który przeprasza, uznaje swój grzech i prosi o przebaczenie, albo solidaryzując się z innymi błaga Boga o miłosierdzie. Bardzo Was zachęcam, aby w Waszej modlitwie nie zabrakło uwielbienia, dziękczynienia, przebłagania i wstawiennictwa. Całe nasze życie powinno być przeniknięte modlitwą – a więc gdy jedziemy do pracy, na uczelnię, w czasie przerwy w zajęciach, gdy jesteśmy z kimś, podejmujemy rozmowę, jakimś westchnieniem, oddaniem Panu tego czasu i tego zajęcia, tej osoby, z którą mamy rozmawiać, te sprawy, które będziemy poruszać, ludzi, których spotykamy w tramwaju, na przystanku, mijamy na ulicy – wszystko przeniknięte modlitwą i Obecnością Boga. To jest żywa wiara i będziemy odczytywali, co Bóg do nas mówi w tych miejscach i okolicznościach. Na modlitwie mogą przychodzić różne trudności, najczęściej rozproszenia, nie raz senność, nie należy tym się przejmować. Rozproszenie nie niweluje naszej modlitwy, a gdy wchodzimy w senność też w ten sposób możemy wielbić Pana. Zachęcam, abyście rozważali Słowo Boże na każdy dzień i pisali listy miłosne do Jezusa. Ten rodzaj modlitwy jest bardzo dobry, nauczyłem się go w seminarium i uważam, że nie jest zarezerwowany tylko dla kleryków i księży. **Adoracja** przed Najświętszym Sakramentem jest modlitwą obecności, w której patrzymy na Pana, a On patrzy na nas. Cisza Adoracji to szczególnie

sposób modlitwy kontemplacyjnej. Zachęcam Was abyście przynajmniej raz w tygodniu odbyli Adorację przed Najświętszym Sakramentem przez przynajmniej 15 minut. Tu modlitwa za oikos – ludzi z twojego środowiska.

6. Modlitwa wstawiennicza jest bardzo potrzebna we wspólnocie i każdemu z nas, kiedy prosimy innych albo ktoś prosi nas, abyśmy modlili się w jakiejś ważnej sprawie, mamy ludzi przeszkolonych i przygotowanych do posługi modlitwy wstawienniczej i we wspólnocie ludzie korzystają z takiej możliwości, ale każdy z nas może otrzymać maila na liście dystrybucyjnej, że ktoś potrzebuje modlitwy w takiej czy innej sprawie. Od razu oddaj Panu w krótkiej modlitwie tę sprawę, nie odkładaj do jutra, powierz Panu tę intencję, ale możesz też odpisać krótko temu, który prosi „Jestem z Tobą. Amen.”, „Przyjdź Duchu Święty.” Może ktoś zadzwonić do Ciebie, bo ma ważną rozmowę kwalifikacyjną, egzamin, jakieś badanie albo operację, pomódl się od razu razem z nim przez telefon, krótko, oddaj to Panu. Spotykacie się w waszej komórce, małej grupie i modlicie się za siebie wstawienniczo. Dobrze jest pamiętać o sobie w trakcie tygodnia i modlić się za siebie, za całą wspólnotę lub z osobą, która została Ci powierzona. Możesz uczestniczyć w rekolekcjach ewangelizacyjnych i będziesz mógł podjąć modlitwę wstawienniczą, zrób to chętnie, pamiętaj, że w takiej modlitwie Duch Święty będzie działał przez Ciebie, będzie umacniał, budował. Może ktoś przyjdzie do Ciebie i będzie się wyżałał, mówiąc o swojej chorobie, konflikcie, trudnościach. Rozmowę zakończcie modlitwą w tej sprawie, pozwól niech Duch Święty przez Ciebie działa. Pamiętaj, że jesteś powołany do modlitwy wstawienniczej, wszyscy w różnych okolicznościach i sytuacjach mamy wstawiać się, nawet jeśli nie należymy do diakonii wstawienniczej we wspólnocie i nie przeszliśmy specjalistycznego szkolenia.

7. Szczytem modlitwy jest Eucharystia. Uczmy się częstego uczestniczenia w Eucharystii, a nawet codziennego uczestniczenia. Eucharystia to Jezus i Jego ofiara miłości. Tak niewiele trzeba, aby pójść na Mszę Świętą nawet w zwykły ponury, deszczowy dzień. Zapewne wiesz, że wielu ludzi we wspólnocie czyni to codziennie i to się opłaca, bo Eucharystia jest źródłem i szczytem pełni życia.

8. Kończąc proszę Was, abyście wśród swoich priorytetów postawili modlitwę na pierwszym miejscu. Dzień rozpoczynaj od znaku krzyża, wyznania, że Jezus jest Twoim Panem i Zbawicielem, modlitwy do Ducha Świętego i śpiewu w językach, i oczywiście śpiewu „Każdy dzień jest zwycięstwem”. Dziękuj za wszystko co będzie, co się wydarzy w tym dniu, proś aby Duch Święty się Tobą posługiwał i biegnij szybko na Eucharystię tak, aby się nie spóźnić. W kościele pamiętaj, że jest to przestrzeń sakralna, wyłącz telefon i miej świadomość, że wchodzisz w najświętszą przestrzeń Boga i stajesz pod samym krzyżem. Po komunii świętej i po błogosławieństwie zostań jeszcze w kościele przez 5 minut w adoracji Jezusa w Twoim sercu i uwielbieniu. Zawsze miej przy sobie różaniec, w pewnym momencie będziesz mógł go wyjąć i pomodlić się na nim, np. w tramwaju, na ulicy, w drodze. Wieczorem trzeba, abyś stanął przed Panem, podziękował za wszystko, co było w tym dniu, pomodlił się wstawienniczo za sprawy Ci powierzone, odczytał Słowo Boże na następny dzień i pomyśl o ty, co Pan do Ciebie

mówi. Przeprós Pana za zaniedbania (rachunek sumienia) i uwielbiaj Go, możesz odmówić nieszpory albo kompletę. Pamiętaj o Adoracji, przynajmniej raz w tygodniu i o tym, że każde spotkanie z człowiekiem, rozmowa powinna być zakończona modlitwą, nawet jeśli ten ktoś nie jest ze wspólnoty. Być może się zdziwi, ale miej pokorę i odwagę, aby krótko z nim się pomodlić. To jest też rodzaj ewangelizacji.

Lektura:

Katechizm Kościoła Katolickiego: część 4. Modlitwa chrześcijańska 2558-2865.

Gabriel Bunge OSB. Modlitwa Ducha. Tyniec Wydawnictwo Benedyktynów.

James Martin SJ. Jezus i ty. Wydawnictwo WAM.

Jim Manney. Prosta modlitwa, która zmienia życie. Wydawnictwa WAM.

Maximiliano Herraiz OCD. Modlitwa – historia przyjaźni. Wydawnictwo Karmelitów Bosych.

Salvatore Tumino. Jezus uzdrawia twoje serce – od smutku do radości. Wydawnictwo Homo Dei.

PLAN SPOTKANIA

1. **UWIELBIENIE** – modlitwa do Ducha Świętego – Ruah, nie siłą...
Odczytać -> Ef 3, 17 i śpiew: Dziś jest czas, by oddać Bogu chwałę...
Ps 42, 2-3
Pieśń: Jak łania pragnie wody...
Modlitwa w językach, uwielbienie spontaniczne
Pieśń: Chcę wywyższać Imię Twe...
Słowo: Wj 33, 7-11
Pieśń: Godzien, o godzien nasz Bóg siedzący na tronie...

2. **DZIELENIE**
Co Jezus zrobił dla mnie, co ja dla Jezusa? (20 min.)
Pieśń: Łaską jesteśmy zbawieni...

3. **SŁOWO BOŻE i KONFERENCJA:**
Słowo: 1Tes 5, 16-22
Konferencja ks. Romana (wysłuchać nagrania)

4. **POGŁĘBIENIE:**
 1. Jak rozwija się modlitwa w moim życiu na tle mojej obecności we wspólnocie – czy modłę się regularnie, ile czasu poświęcam na modlitwę?
 2. Jakie przeżycia, czy doświadczenia łączę się z moją praktyką modlitwy – wpływ modlitwy na moje postępowanie, na moje życie.
 3. Jakie trudności pojawiają się w przestrzeni mojej modlitwy?
 4. Czy i w jaki sposób jestem zaangażowany w naszą modlitwę wspólnotową?

5. **DZIĘKCZYNIENIE I PROŚBY**
Pieśń: Jak dobrze jest dziękować Ci, Panie...
Modlitwa dziękczynna spontaniczna wokół treści konferencji:
Pieśń: Niech nas ogarnie łaska Panie Twa...
prośby spontanicznie wg rozeznania serca...
modlitwa wstawiennicza za osoby o Ducha Świętego – w kręgu po prawej
Jezu, jedyny pasterzu Twojej owczarni...
OJCZE NASZ i benedykcja...
– **OGŁOSZENIA:**
21 kwietnia odbędzie się Rejonowy Dzień Wspólnoty, jest to sobota i w Twoim rejonie, w jakiejś parafii mamy przygotować spotkanie. Zaangażuj się w to, zobacz do jakiego rejonu przynależysz, weź udział w przygotowaniach, konieczna jest Twoja obecność.