

## FORMA II – PEŁNY PROGRAM

Zwykły program spotkania w Szkole Modlitwy można ubogacić krótką konferencją wygłoszoną po Mszy Świętej i adoracji. Osobom zainteresowanym można zaproponować pełniejszą formę dnia skupienia, obejmującą:

- Modlitwę wstępną i konferencję o modlitwie.
- Dłuższą adorację Najświętszego Sakramentu.
- Eucharystię z homilią.
- Spotkanie z okazją do rozmowy i wysłuchania świadectw.

### Konferencja

Kończymy trzeci rok spotkań, które zostały określone jako Szkoła Modlitwy. Chodzi w niej nie tylko o wiedzę. Można mieć dużą wiedzę o modlitwie, ale się nie modlić lub czynić to powierzchownie. W Szkole Modlitwy szukamy nie tylko wskazań i zachęt, lecz także mobilizacji i umocnienia. Każda „lekcja” ma bowiem dwa elementy. Jest najpierw rozważaniem słowa Bożego, a następnie troską o wprowadzenie jej w życie. Konieczne są więc także podsumowania i ogólne spojrzenia, a także pytania o szczegóły i przypominanie tematów już rozważanych.

Zanim więc dokonamy pewnej syntezy tegorocznych spotkań, przypomnijmy krótko wymagania, jakie stawia nam Chrystus w słowach i postawach, które rozważaliśmy w poprzednich latach. Jak one wpłynęły na rozwój naszej modlitwy?

#### *Lekcja z Kazania na Górze*

Rozpoczęliśmy od refleksji nad wskazaniami, jakie dał nam Chrystus w Kazaniu na Górze. Jedną z głównych myśli Jego wypowiedzi można ująć z słowa: „Jak się modlisz, to się módl, a nie zajmuj się czym innym”. Chodzi o skupienie na modlitwie i pełne zaangażowanie w nią. Czy w tej sprawie nastąpił jakiś wzrost w naszej modlitwie?

Przypomnijmy słowa Pana Jezusa: „Na modlitwie nie bądźcie jak obłudnicy”. Oni tylko udają, że się modlą, ale myślą tylko o sobie i o tym, co powiedzą lub powiedzieli inni. Po tej przestrodze następuje zachęta: „Ty zaś, gdy chcesz się modlić”. Nasze „chcę” odrywa istotną rolę. Dopóki nie mam wewnętrznej potrzeby modlitwy, dopóki nie pragnę jej całym sercem, nie poradzę sobie z rozproszeniami i innymi przeszkodami.

Skupienie na modlitwie staje się większe, gdy człowiek na serio przyjmuje słowa Jezusa: „Wejdz do izdebki i zamknij drzwi”. Może nią być każde miejsce, na które przychodzę, aby się modlić. Jednak szczególną „izdebką” jest serce, najpierw to moje, do którego zaprosiłem Jezusa, a potem to Jezusowe, do którego On mnie zaprosił. Modlitwa to spotkanie serc prowadzące do zjednoczenia osób. On jest we mnie, a ja w Nim. Pan Jezus mówił do św. Małgorzaty Marii Alacoque: „Szukaj Mnie w sobie”, a potem dodał: „Szukaj siebie we Mnie”. Jedno poszukiwanie przeplata się z drugim. Jesteśmy bowiem zjednoczeni z Jezusem naszą miłością. Wtedy łatwiej „zamknąć drzwi”, a więc oddzielić się od wszystkiego, co utrudnia modlitwę. Są to zarówno zewnętrzne przeszkody jak i rozbiegane myśli.

W skupieniu pomaga również świadomość, że jest przy mnie Ojciec niebieski i uważnie słucha moich słów. Jezus wskazuje na Ojca, zachęca do rozmowy z Nim, wyjaśnia, że jest On wszechmocnym Bogiem i najlepszym Ojcem. Jeśli pamiętam, że jestem „przed obliczem Najwyższego”, to łatwiej o skupienie.

Wracajmy często do słów Pana Jezusa z Kazania na Górze. Znajdujemy w nich nie tylko wskazania dotyczące modlitwy, lecz także moc Ducha, który jest obecny w tym słowie. Prowadzeni przez tego Ducha osiągamy coraz większe skupienie na modlitwie.

## *Modlitwy Jezusa*

W drugim roku Szkoły Modlitwy staraliśmy się z uwagą wpatrywać w modlitwę Jezusa. Towarzyszyły nam pytania: Jak i kiedy On się modlił? Co mówią nam słowa modlitw i postawy Jezusa na modlitwie, opisane przez Ewangelistów? Jak możemy naśladować Jezusa w Jego modlitwie?

Każdy, kto sobie te pytania stawia w sercu i autentycznie chce od Jezusa uczyć się modlitwy, nie przechodzi powierzchownie nad żadnym tekstem biblijnym, który może mu pomóc zbliżyć się do Jezusa modlącego się. Teksty te zachowuje w pamięci i w sercu, wraca do nich i dąży do tego, aby „rozpoznać w swojej modlitwie głos Jezusa, a w modlitwie Jezusa rozpoznać swój głos”, do czego wzywa Kościół słowami św. Augustyna.

Podjęliśmy ten temat w dwunastu spotkaniach. U podstaw tej refleksji było doświadczenie Apostołów, którzy patrząc na modlącego się Jezusa, mówili: „Panie, naucz nas modlić się”. Było to podwójne działanie: wpatrywanie się w Jezusa, który się modli oraz prośba o to, aby nas nauczył modlić się.

Kilka spotkań poświęciliśmy tematowi porannej i wieczornej modlitwy, przeżywanej przez Jezusa, co jest dla nas nie tylko wzorem do naśladowania, lecz także radością przeżywania tej modlitwy z Nim. Niektóre z tych porannych i wieczornych modlitw zostały szczególnie wyróżnione przez Ewangelistów. Każdego, kto uczy się modlić, przyciągają ewangeliczne modlitwy uwielbienia, dziękczynienia i prośby, zanoszonej przez Jezusa do Ojca. Gdy dopełniał On swego zbawczego dzieła, tej modlitwy było jeszcze więcej. Poznajemy Jego modlitwę arcykapłańską z Wieczernika, modlitwę w Ogrójcu, a także modlitwy wypowiedane z krzyża. Każda z nich wnosi w nasze życie modlitewne ogrom światła i życia.

Te rozważania w pewien sposób streszczają słowa z listu do Hebrajczyków: „Patrzmy na Jezusa, który nam w wierze przewodzi i ją wydoskonalą” (12,2). On jest naszym Przewodnikiem na wszystkich naszych drogach, także na ścieżkach modlitwy.

### *Przypowieści pomagające przeżywać modlitwę „Ojcze nasz”*

Trzeci rok Szkoły Modlitwy był kontynuacją poprzednich. Rozważaliśmy przypowieści Jezusa w powiązaniu z modlitwą „Ojcze nasz”. Staraliśmy się lepiej zrozumieć i głębiej przeżyć prawdę, że życie Jezusa i Jego nauczanie jest wewnętrznie powiązane z Jego modlitwą i z modlitwą, której On nas nauczył. „Ojcze nasz” jest jedną z najpiękniejszych syntez całego nauczania Jezusa i całej Jego zbawczej działalności.

On jest pierwszym, który mówił do Boga: „Ojcze” i tylko On może nas nauczyć takiej modlitwy. On wskazywał na Ojca, który jest w niebie i nas wszystkich do nieba prowadził. Jego szczególnym pragnieniem było, aby Ojciec był poznany i przyjęty oraz by Jego imię było uznawane za święte. On głosił prawdę o królestwie niebieskim, to królestwo przyniósł na ziemię i do niego nas zaprosił. On wypełnił do końca wolę Ojca i na tę drogę wprowadza każdego z nas. On ukazywał piękno stworzonego świata, znaczenie codziennego chleba i troskę Ojca o swoje dzieci. On prosił Ojca, aby nam grzechy przebaczył i wspiera nas, abysmy umieli przebaczać braciom. On uczy nas walczyć z pokusą i On ratuje nas od Złego.

Świadomość, że za każdą prośbą modlitwy „Ojcze nasz” jest obecne życie Jezusa i Jego nauczanie, że każda wyraża Jego pragnienia i intencje Jego osobistej modlitwy, ma ogromny wpływ na jakość przeżywania tej modlitwy. Odmawiamy ją nie tylko rano i wieczorem, ale także przy wielu innych okazjach, np. w różańcu lub koronce do Miłosierdzia Bożego. Starajmy się pamiętać, że w odmawianiu tej modlitwy nie jesteśmy sami. Z nami modli się Jezus i Jego Najświętsza Matka. Modli się Kościół, którego człowiekowi są dziećmi tego samego Ojca. Niech to będzie płynące z serca dziecięce wołanie do Tego, który nas uczynił swoimi dziećmi.

Św. Augustyn pisał: Jeślibyś zechciał zbadać wszystkie modlitwy znajdujące się w Piśmie świętym, sądzę, że nie znalazłbyś niczego, co nie mieściłoby się i nie było podane w Modlitwie Pańskiej. Toteż można w modlitwie posługiwać się różnymi słowami, prosząc o te same dary, ale nie można prosić o inne. Takie modlitwy powinniśmy zanosić do Boga za nas samych, za naszych bliskich, a nawet, ponad wszelką wątpliwość, także za nieprzyjaciół”.

#### *Komentarze do modlitwy „Ojcze nasz”*

W liturgii Mszy Świętej wiele razy odczytywane są przypowieści Jezusa. Słyszac je starajmy się odnieść ich treść zarówno do naszego życia, jak też do naszej modlitwy.

Warto również sięgnąć do wybranych komentarzy. Wielu wspaniałych autorów wyjaśniało znaczenie poszczególnych próśb modlitwy „Ojcze nasz”. Ciągłe powstają nowe opracowania pomagające przeżywać tę modlitwę w obecnej rzeczywistości. Wśród nich warto zwrócić uwagę na cytowany w czasie spotkań komentarz bł. Stefana Wyszyńskiego, prymasa Polski, który szczególnie zwraca uwagę na społeczny wymiar każdej z próśb tej modlitwy. Ks. Jan Drozd SDS opracował biblijny komentarz do tej modlitwy. Ojcowie Benedyktyni wydali komentarze Ojców Kościoła do modlitwy „Ojcze nasz” (św. Chromacjusza, św. Ambrożego, św. Augustyna i św. Hieronima).

Kościół wyróżnił komentarz napisany przez św. Cypriana dając go wiernym do rozważania w ramach Godziny czytań. Oto kilka myśli z tych pięknych rozważań.

„Ci, którzy się modlą, niech czynią to w sposób odpowiedni; w skupieniu i ze czcią. Pamiętajmy, że stoimy przed obliczem Boga. Trzeba zatem spodobać się Bogu zarówno postawą ciała, jak i sposobem przemawiania [...].

Bracia ukochani! Ten kto się modli, powinien pamiętać, w jaki sposób modlił się w świątyni celnik obok faryzeusza. Nie podnosił zuchwale oczu, ani nie rozkładał wzniośle rąk, ale bijąc się w piersi i wyznając swoje ukryte grzechy, wzywał na pomoc miłosierdzie Boże. A chociaż faryzeusz był w pełni zadowolony z siebie, to jednak bardziej na usprawiedliwienie zasłużył celnik, który modlił się nie pokładając nadziei w swojej niewinności, bo nikt nie jest wolny od winy. Modlił się z pokorą wyznając grzechy, i wysłuchał go Ten, który pokornym okazuje miłosierdzie.

Chrystus, Nauczyciel pokoju i jedności, nie chce, abyśmy modlili się prywatnie i osobno, to znaczy, aby każdy modlił się tylko za siebie. Nie mówimy: "Ojcze mój, który jesteś w niebie", albo "Chleba mojego powszedniego daj mi dzisiaj". Nikt też nie prosi o odpuszczenie swoich wyłącznie win ani nie błaga, by tylko on sam nie był poddawany pokusie oraz został uwolniony od złego. Nasza modlitwa jest publiczna i wspólnotowa. Kiedy się więc modlimy, nie modlimy się za kogoś jednego, ale za cały lud, ponieważ jako cały lud stanowimy jedno [...].

Bracia najmilsi! Jakże wspaniałe tajemnice zawiera Modlitwa Pańska, jak liczne i jak wielkie - związane w słowach, ale rozległe w działaniu. W naszych modlitwach nie ma niczego, co nie byłoby zawarte w tym krótkim zarysie nauki Bożej. «Módlcie się tak: - powiada - Ojcze nasz, który jesteś w niebie».

Mówimy następnie: «Święć się Imię Twoje». Mówimy tak nie dlatego, że życzymy Bogu, aby uświęcały Go nasze modlitwy, ale dlatego, że błagamy Pana, by Jego Imię było w nas uświęcane. Bo zresztą któż mógłby uświęcać Boga, skoro przecież tylko Bóg uświęca? Ponieważ zaś sam powiedział: «Świętymi bądźcie, bo i Ja jestem święty», dlatego właśnie prosimy i błagamy, abyśmy uświęceni przez chrzest, na zawsze pozostali tym, czym być zaczęliśmy. I o to właśnie prosimy każdego dnia. Potrzebujemy bowiem codziennego uświęcania: skoro bowiem każdego dnia grzeszymy, powinniśmy przez ustawiczne uświęcanie oczyszczać się z grzechów [...].

Mówimy z kolei: «Przyjdź królestwo Twoje». Prosimy, aby przyszło do nas królestwo Boże, podobnie jak błagamy, aby Imię Boga było w nas uświęcone. Kiedyż bowiem Bóg nie jest Królem albo kiedy rozpoczęło się w Nim to, co było zawsze i nigdy nie ustało? Toteż my prosimy, aby

nadeszło nasze królestwo, obiecane nam przez Boga, a wysłużone Męką i Krwią Chrystusa, abyśmy, gdy zapanuje ostatecznie Chrystus, my również, niegdyś niewolnicy tego świata, otrzymali królestwo zgodnie z Jego obietnicą: «Pójdźcie, błogosławieni Ojca mojego, weźmijcie w posiadanie królestwo przygotowane wam od założenia świata» [...].

Mówimy dalej: «Bądź wola twoja jako w niebie, tak i na ziemi». Prosimy zaś nie o to, aby Bóg mógł czynić to, co chce, lecz abyśmy my potrafili to, czego Bóg chce. Któż zresztą zdołałby przeszkodzić Bogu w myślach i uczynkach, dlatego prosimy i błagamy, aby spełniła się w nas Boża wola. Aby to się stało, potrzeba nam woli Bożej, to jest Bożego wsparcia i opieki. Nikt bowiem o własnych siłach nie jest dość mocny, ale dopiero łaskawość i miłosierdzie Boże czynią go bezpiecznym [...]. Wołą Bożą jest to, co Chrystus wypełniał i czego nauczał: pokora w postępowaniu, stałość w wierze, powściągliwość w słowach, prawość w działaniu, miłosierdzie w uczynkach, ład w obyczajach; wołą Bożą jest niezdolność wyrządzania krzywdy, zdolność znoszenia krzywdy wyrządzonej, zachowanie pokoju z braćmi, miłowanie Boga całym sercem, miłowanie Go dlatego, że jest Ojcem, lękanie się, bo jest Bogiem, nieprzekładanie niczego ponad Chrystusa, bo i On niczego ponad nas nie przekładał [...].

W dalszym ciągu Modlitwy Pańskiej prosimy: «Chleba naszego powszedniego daj nam dzisiaj». Słowa te można zrozumieć zwyczajnie, a także na sposób duchowy. Jedno i drugie rozumienie w zamiarze Bożym odnosi się do zbawienia. Chrystus bowiem jest chlebem życia, a chleb ten nie jest chlebem wszystkich, ale naszym. Podobnie więc, jak mówimy «Ojciec nasz», ponieważ Bóg jest Ojcem tych, którzy Go znają i wierzą, tak też wołamy: «chleba naszego», ponieważ Chrystus jest chlebem tych, którzy należą do Jego Ciała, to jest nas wszystkich [...].

Następnie tymi słowami prosimy o odpuszczenia win: «Odpuść nam nasze winy, jako i my odpuszczamy naszym winowajcom». Po przedstawieniu prośby o pożywienie prosimy o darowanie win. Jakże koniecznie, jak zbawiennie i jak opatrnościowo przez zachętę do prośby o odpuszczenie win przypomina się nam, że jesteśmy grzesznikami. Aby więc nikt nie wynosił się z powodu swej sprawiedliwości, a wynosząc jeszcze bardziej się nie gubił, wezwanie do codziennej modlitwy o odpuszczenie grzechów przypomina nam, iż każdego dnia upadamy [...]. Do prośby o odpuszczenie grzechów Chrystus dodał wyraźnie jakby prawo, zobowiązujące nas trwałym układem i obietnicą, abyśmy prosili o odpuszczenie win w takim stopniu, w jakim my sami odpuszczamy je naszym winowajcom [...].

Upomina nas Pan, byśmy koniecznie dodawali w modlitwie także to: «I nie wódź nas na pokuszenie». Pragnie On byśmy we wszystkim posłusznie i z całą pobożnością zwracali się ku Bogu, gdyż w pokusach niczego złemu nie wolno, o ile od Boga nie ma zezwolenia. Nic nie może przeciwnik przeciwko nam uczynić, jeśli Bóg tego nie dopuścił [...]. Władza złego przeciwko nam może być mu dana w dwojaki sposób, albo za karę, gdy grzeszymy, albo na chwałę Bożą, gdy jesteśmy doświadczani [...]. Pan w Ewangelii mówi w czasie męki: «Nie miałbyś żadnej władzy nade Mną, gdyby ci jej nie dano z góry» (J 19,11). Kiedy zaś prosimy, byśmy nie ulegli pokusie, stajemy w pokorze przed Panem. Staramy się niczego nie przypisywać sobie, również wiary, która jest łaską darmo daną [...].

Na koniec prosimy: «Ale nas zbaw od złego». W tych słowach zamykamy wszystkie nasze prośby i modlitwy. Rozumiemy bowiem, z jak wieloma pokusami powstaje na tym świecie przeciw nam nieprzyjaciel i jak słabi wobec niego jesteśmy. Jedynie silną i pewną obronę wobec złego mamy wówczas, gdy Bóg nas uwalnia, gdy proszącym i błagającym Go użycza pomocy. Gdy zaś mówimy «zbaw nas od złego», nie pozostaje nam już nic więcej. Uprosiwszy Bożą pomoc i obronę jesteśmy pewni i bezpieczni w tym wszystkim, co diabeł i świat czynić usiłuje. Czegóż może się bać ten, dla kogo na tym świecie Bóg jest obrońcą i opiekunem?».

### *Ogień rzucony na ziemię*

Pan Jezus przyszedł ogień rzucić na ziemię. Bardzo pragnie, aby on zapłonął. Ma objąć całe życie, również modlitwę. Pragnienie Jezusa spotyka się z naszym pragnieniem. My również chcemy modlitwy pełnej zaangażowania, płomiennej, podobnej do modlitwy Jezusa.

Wierzimy, że ogniem rzuconym przez Jezusa w nasze serca jest Duch Święty. Papież Jan Paweł II w encyklice „Dominum et Vivificantem” (nr 65) uczy: „Gdziekolwiek ktoś modli się na świecie, tam jest Duch Święty... Owo tchnienie życia Bożego, Duch Święty, daje o sobie znać – w swej najprostszej i najpowszechniejszej zarazem postaci – w modlitwie. Piękna i zbawienna jest myśl, że gdziekolwiek ktoś modli się na świecie, tam jest Duch Święty, ożywcze tchnienie modlitwy. Piękna i zbawienna jest myśl, że jak szeroko rozprzestrzenia się modlitwa na całym okręgu ziemi, w przeszłości, teraźniejszości i przyszłości, tak rozległa jest obecność i działanie Ducha Świętego, który «tchnie» modlitwę w serce człowieka” (Św. Jan Paweł II, Dominum et Vivificantem, 65).

Otwierajmy się na obecność i działanie Ducha Świętego. Niech dzięki Niemu nasza modlitwa, a szczególnie „Ojcze nasz” będzie przez nas przeżywana z całym zaangażowaniem serca, w którym płonie ogień dziecięcej miłości do Ojca niebieskiego.

### **Eucharystia**

Myśli do homilii, a także tekst modlitwy powszechnej znajdują się powyżej.

### **Adoracja Najświętszego Sakramentu**

Adoracja Najświętszego Sakramentu w czasie dnia skupienia powinna trwać dłużej. Przygotowują ją członkowie diakonii modlitwy. Treść rozważań może stanowić wybór modlitw odmawianych w kolejnych adoracjach w ciągu roku. Zawsze należy pamiętać o zachowaniu odpowiednich chwil ciszy.

### **Rozmowa i świadectwa**

Wskazane jest, aby program dnia skupienia przewidywał czas na rozmowę i świadectwa. Chętni mogą podzielić się swoimi doświadczeniami w życiu modlitewnym, także tymi ze Szkoły Modlitwy. Można wtedy postawić pytania, a także zgłosić gotowość włączenia się w diakonię modlitwy, przygotowującą niedzielne spotkania w kolejnym roku.