

BRACTWO PRZENAJSWIĘTSZEJ KRWI

Ćwiczenia na rok przygotowawczy

Uwagi wstępne

1. *Proponowane tu ćwiczenia duchowe i metody stanowią jedynie niewielki wybór zwyczajów, które są typowe dla Duchowej Rodziny Przenajświętszej Krwi. Poznać je w praktyce podczas spotkań Bractwa, rekolekcji, dni skupienia, uroczystości itp.*
2. *Niektóre z tych metod powstały w tej wspólnotcie, inne zostały z wdzięcznością przejęte od podobnych ruchów i wspólnot. Nie chodzi tu przede wszystkim o oryginalność metod. Liczy się to, na ile dobre nawyki, zwyczaje i obrzędy pomagają w rozwoju wiary i życia chrześcijańskiego...*
3. *Niektóre metody i zwyczaje są tu wyjaśnione i opisane bardziej szczegółowo, aby można je było stosować i przekazywać bardziej świadomie, a przez to także bardziej owocnie.*

Ćwiczenie I.

PANIE, NAUCZ NAS MODLIĆ SIĘ! (15.10.2022)

Kto może rozmawiać z Bogiem?

Rozmowy trzeba się nauczyć. Ile wysiłku wkładają rodzice, aby nauczyć swoje dzieci pierwszych słów! Aby jednak początkowe powtarzanie przerodziło się w prawdziwą rozmowę, człowiek musi nauczyć się zadawać pytania. Jednym z najważniejszych słów jest „dlaczego” ze swoimi różnymi formami wyrazu, takimi jak lament, płacz, wołanie w potrzebie, czy nawet poszukiwanie po omacku, milczące spojrzenie w górę, oczekiwanie....

Podobnie jest z modlitwą. Jak dziecko potrzebuje zaufania w relacji do rodziców, tak samo również dorosły potrzebuje zaufania do Tego, Który go stworzył. To zaufanie może się przejawiać nawet już w pytaniu „dlaczego?”, zrodzonym w doświadczeniu cierpienia – także u tych, którzy nawet nie wiedzą, czy mogą (jeszcze lub znowu) wierzyć. Zaczynamy więc następująco:

Modlić się to znaczy pytać. Jeśli ktoś doświadczył, że modlitewne wołanie „dotarło” – jeśli może nawet doświadczył, że także konieczność cierpienia i czekania może stać się darem – wtedy taki człowiek w odpowiedzi uczy się dziękować i oddawać Bogu chwałę: uwielbiać Boga, uznać Jego wielkość i mądrość... Wraz z tą odpowiedzią wartość i głębia rozmowy z Bogiem osiągają nowy poziom zaufania. Wtedy można powiedzieć:

Modlić się to znaczy odpowiadać. Rozmowa z Bogiem może być jeszcze czymś więcej – czasem nawet bez słów. Jeśli wzrasta komunია z Chrystusem, osoba modląca się ośmiela się również przedstawiać autentyczne prośby. Ponieważ wie, że jest kochana, ośmiela się zanosić prośby swoje i bliźnich przed oblicze Ojca. Jednocześnie jednak zaufanie, które stało się jeszcze głębsze, każe pytać przede wszystkim o wolę Bożą. Najważniejszą modlitwą staje się wówczas – w otwartości na Ducha Świętego – pragnienie jedności z Bogiem – obecnym także w bliźnim i we wspólnotcie. Na tym etapie staje się oczywiste, że:

Modlić się to znaczy kochać. Aby kochać, nie zawsze potrzeba wielu słów. Często wystarczy sama obecność, nawet bez słów można czasem bardziej pomóc i pocieszyć, a nawet uszczęśliwić... Modlitwa bez miłości jest jak lampa bez światła, jak piec bez ognia, jak samochód bez benzyny....

Jak można nauczyć się dobrze modlić?

Na początku nauka modlitwy jest podobna do nauki mówienia: maluch słucha, potem gaworzy, aż wreszcie pojawiają się zrozumiałe dźwięki. Najpierw dziecko po prostu powtarza to, co słyszy, i zachowuje to w pamięci. Stopniowo rozumie coraz więcej. – Podobnie jest z modlitwą. Jezus dał nam Modlitwę Pańską, abyśmy poznali najważniejsze intencje, w których możemy i powinniśmy się modlić. Modlitewniki zawierają wiele sugestii, które mogą nam pomóc w modlitwie, zwłaszcza na początku.

Kiedy dziecko dorasta, zaczyna się zastanawiać i formułuje własne teksty, wiersze, wypracowania, listy... Tak może być również w przypadku modlitwy. Z czasem uczymy się zwracać do Boga własnymi słowami – dziękując, prosząc, chwając, wołając... Wszystkie wydarzenia, przeżycia, potrzeby i radości mogą stać się modlitwą. I czekamy na odpowiedź, na rozmowę. Ale trzeba też nauczyć się słuchać. Ci, którzy nie potrafią

słuchać i rozważać, przestaną na mówieniu. Dobra rozmowa polega nie tylko na mówieniu, ale także – a może nawet przede wszystkim – na słuchaniu, milczeniu....

Później człowiek uczy się mówić wiele nawet za pomocą niewielu słów, np. „kocham cię”, „wyrazy współczucia”, „gratulacje”... a czasem najwięcej mówi się przez znak, np. kwiat lub uścisk dłoni w milczeniu. Modlić się można także poprzez mowę ciała (stojąc, klęcząc, siedząc, podnosząc ręce, tańcząc...), poprzez światło i dekoracje, muzykę i ciszę... Wszystko może stać się przesłaniem dla Boga i od Boga, darem serca.

Co to jest uwielbienie?

Jest to nasza wdzięczna i radosna odpowiedź na odkrycie piękna i mądrości Boga w Jego stworzeniu i we wszystkim, co On sprawia i co dopuszcza. W tym, czego (jeszcze) nie rozumiemy i w godzinach ciemności i bólu wiara pozwala nam nadal dziękować, zachować pokój i radość oraz czuć się pewnie, ponieważ ufamy Jezusowi bardziej niż komukolwiek innemu, a ON powiedział, że Jego uczniowie muszą również uczestniczyć w Jego krzyżu, aby wzrastać głębiej w Jego miłości!

RACHUNEK SUMIENIA DOTYCZĄCY ŻYCIA MODLITWY

1. PYTANIA DLA MŁODYCH

- Czy jesteś gotów uczyć się modlitwy, nawet jeśli czasem jest to trudne i nie widać efektów?
- Czy myślisz, że poradzisz sobie sam w życiu bez relacji z Tym, który cię stworzył?
- Czy znasz tylko modlitwy, których nauczyłeś się w dzieciństwie, czy też szukasz form odpowiednich dla twojego wieku?
- Czy starasz się szanować i wspierać formy modlitwy innych osób we wspólnocie (rodzina, grupa, nabożeństwo w kościele...)?
- Czy rozważasz swoje sprawy życiowe (rodzice, rodzeństwo, przyjaciele, praca...) także przed Bogiem i z Bogiem?
- Czy jesteś wdzięczny, że twoi rodzice... nauczyli cię również modlitwy?

2. PYTANIA DLA RODZICÓW

- Czy modlicie się wspólnie jako rodzice w radościach i smutkach małżeństwa i rodziny?
- Jaką rolę odgrywa modlitwa w rodzinie?
- Czy uczycie swoje dzieci modlitwy od najmłodszych lat?
- Czy najpierw modlicie się ze swoimi dziećmi, gdy jest jakiś problem do omówienia?
- Czy rozmawiacie ze swoimi dziećmi o Bogu tak jak o codziennych sprawach, czy też Bóg jest w rodzinie czymś dziwnym, odległym, niewygodnym?
- Czy troski i wysiłki rodziny również powierzacie Bogu wspólnie w codziennej modlitwie?
- Czy dajecie swoim dzieciom odczuć, że są kochane przez Boga?
- Czy dajecie dorastającym dzieciom wystarczająco dużo przestrzeni, aby znalazły własne formy modlitwy?

3. PYTANIA DLA NAS WSZYSTKICH

- Czy modlisz się tylko wtedy, gdy jesteś w potrzebie, czy także wtedy, gdy jest ci dobrze?
- Czy twoja modlitwa zna tylko osobiste prośby, czy także dziękczynienie, uwielbienie, adorację – czy obejmuje także radość i potrzeby wszystkich ludzi?
- Czy na modlitwie pytasz o wolę Bożą?
- Czy w rozmowie z Bogiem potrafisz też słuchać, czekać i milczeć?
- Czy twoja postawa na modlitwie jest wyrazem szacunku wobec Boga?
- Czy znajdujesz czas na modlitwę i pogłębianie swojej wiary poza uczestnictwem we Mszy Świętej...?
- Czy wierzysz, że twoja modlitwa jako wyraz miłości jest pomostem dla wszystkich ludzi – także dla zmarłych?

Na pogłębienie:

Katechizm Kościoła Katolickiego, p. 2623-2649

Duchowa Rodzina Przenajświętszej Krwi. Modlitwy Wspólnoty

W. Wermter, *Eucharystia na drodze do wolności*, s. 29-37 (*Wzór modlitwy*)

W. Wermter, *Imieniny taty. O rodzajach modlitwy*, <https://polen.blut-christi.de/o-rodzajach-modlitwy/>