

Modlitwa
w szkole
św. Ignacego
Loyoli

KRZYSZTOF OSUCH SJ

Modlitwa
w szkole
św. Ignacego
Loyoli

Wydawnictwo WAM

© Wydawnictwo WAM, 2001

Wydanie czwarte, 2018

Opieka redakcyjna Klaudia Adamus

Redakcja Ingrid Kraińska-Rogała

Projekt okładki Emilia Pyza

ISBN 978-83-277-2029-0

NIHIL OBSTAT. Prowincja Polski Południowej Towarzystwa Jezusowego
ks. A. Żak SJ, prowincjał. Kraków, dnia 23 XI 00 r., l.dz. 292/2000

WYDAWNICTWO WAM

ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków

tel. 12 62 93 200 • faks 12 42 95 003

e-mail: wam@wydawnictwowam.pl

DZIAŁ HANDLOWY

tel. 12 62 93 254-255 • faks 12 62 93 496

e-mail: handel@wydawnictwowam.pl

KSIĘGARNIA WYSYŁKOWA

tel. 12 62 93 260

www.wydawnictwowam.pl

Druk: K&K • Kraków

Publikację wydrukowano na papierze iBOOK Extra 65 g wol. 2.0
dostarczonym przez IGEPA Polska Sp. z o.o.

WPROWADZENIE¹

„Panie, naucz nas modlić się!” Na tę nagłą prośbę uczniów tylko Jezus mógł prawdziwie odpowiedzieć, dając swego Ducha i swoje słowa, aby każdy człowiek mógł osobiście zwrócić się do Ojca jako syn!

Ta prośba występuje dziś w wielu formach w tym świecie zgłodniałym sensu i fundamentów. To nam, uczniom, powierzone jest zadanie, aby dostarczyć naszym braciom środków małych i konkretnych, z pomocą których można upodobnić się do Chrystusa, doświadczyć Boga, będącego źródłem i celem życia codziennego, i w Bogu ugruntować podejmowane decyzje.

Z pewnością *Ćwiczenia duchowe* nie są w pierwszym rzędzie szkołą modlitwy, lecz dynamiczną drogą, która prowadzi do ofiarowania siebie Panu w odpowiedzi na Jego wezwanie. Jednak to poprzez modlitwę – z właściwymi jej ramami i sposobami postępowania oraz przedmiotami medytacji lub kontemplacji (życie, Pismo Święte) dokonuje się

¹ Jest to opracowanie (wolne tłumaczenie oraz pewne rozwinięcia czy przypisy) oparte na: *Progressio*, w: Bethy Oudot, *Jalons pour prier. À L'école d'Ignace de Loyola. Suppléments*. Nr 47. 48. 49. Novembre 1997 (WzCH/CVX), s. 45–52.

owa „godna podziwu zamiana” wól dwóch wolności, woli osoby na wolę jej Boga. Ta zamiana zmierza do tego, żeby być jedynie dialogiem i komunią, „kolokwium”, w którym Słowo Boga wypowiada się w słowie człowieka.

Któż by przypuszczał, że to całe „oprzyrządowanie” *Ćwiczeń* (niech św. Ignacy wybaczy to określenie!) – metoda i treść różnych ćwiczeń – zmierza i doprowadza do scalenia osoby, która w wypowiedzanym słowie angażuje się w służbę świata i Boga! Jak uczynić tę drogę żywą w codzienności? Niniejsze opracowanie jest próbą odpowiedzi.

Z pewnością nie wszystkim ludziom potrzebna jest ta droga, aby znaleźć Boga, lecz każdy człowiek potrzebuje konkretnych środków, które sposobią do szukania i znalezienia Boga. Można je znaleźć w obfitości w skarbcu ignacjańskiej duchowości.

WSTĘPNE WARUNKI MODLITWY

Spotkanie jest czymś, co się przygotowuje! Przewiduje się godzinę, miejsce, przedmiot rozmowy i to, jak ją zacząć, pytania, które się zada, propozycje. Następnie przysposabia się serce, wyrusza się i przybywa na miejsce. Być może po drodze należałoby zadbać o to, by druga osoba oczekiwała na mnie i też się przygotowała!

Jest to obraz, ale także rzeczywistość chrześcijańskiej modlitwy. Udać się na modlitwę – to rzeczywiście iść na spotkanie, które dotyczy dwóch osób: Pana i mnie, a pośrednio wszystkich innych.

Modlitwa jest w pierwszym rzędzie i zasadniczo dziełem Ducha Świętego w nas, jednak nie dokonuje się ono bez nas. Winniśmy zatem usposobić się, przygotowując modlitwę i przygotowując siebie.

1. PRZYGOTOWAĆ MODLITWĘ

Przewidzieć porę i czas trwania

Najpierw należy przezwyciężyć takie podejście, które uzależnia podjęcie modlitwy od tego, czy ona mnie

pociąga i bierze. Nie należy mówić sobie: „modłę się, gdy mi to odpowiada”! Takie podejście oznaczałoby, że mieszam Boga z moimi chęciami i zmiennymi humorami. Nie znajdując w modlitwie niczego przyjemnego, musiałbym popaść w smutek i ją porzucić. Błędem przy ustalaniu czasu na modlitwę byłoby także uzależnianie się od liczby zajęć. Po prostu należy zdecydować, że będę się modlił, bo inaczej czas zawsze będzie zajęty.

Miarą długości modlitwy nie należy czynić smaku. Tracąc smak i odczuwając znudzenie, musiałbym powiedzieć: „Dziękuję! Kończę, Boże!”. Krótko mówiąc, nie mogę sobie powiedzieć, że modłę się, kiedy mi się chce. Chodzi o to, by trwać na modlitwie dla Pana, a nie dla własnej przyjemności. Właściwe podejście wyraża się w tym, że pewne minimum czasu – w skali dnia czy tygodnia – z góry przeznaczam dla Pana; daję Panu szansę nawrócenia mnie i odkrycia w Nim mojego źródła i istoty życia.

Właściwą rzeczą jest to, by przewidzieć porę modlitwy i czas jej trwania! Dlaczegożby nie wpisać czasu modlitwy do swego kalendarza, tak jak wpisujemy inne spotkania? Winienem przewidzieć porę, w której jestem wewnętrznie bardziej dysponowany do spotkania. Należy też ustalić wystarczającą ilość czasu; jeśli podstawą modlitwy ma być jakiś tekst, to konieczny jest czas 20-30 minut, ale nie więcej niż jedna godzina. Czas zbyt krótki pozwala (zaledwie) wejść w modlitwę, tymczasem dobrze jest trochę pobyc w modlitwie i ją odpowiednio zakończyć.

Przewidzieć miejsce

„Ty zaś, gdy chcesz się modlić, wejdź do swej izdebki, zamknij drzwi i módl się do Ojca twego, który jest w ukryciu” (Mt 6,6).

Najlepiej jest urządzić sobie miejsce, które pomaga się skupić. Można posłużyć się prostymi środkami, które podtrzymują modlitwę; może to być krzyż, obraz, świeca. Można skorzystać z jakiejś kaplicy, jeśli znajduje się ona blisko miejsca pracy czy zamieszkania.

Jeśli modłę się przy biurku, blisko telefonu lub tego, co mi przypomina o rzeczach do zrobienia, to nie należy się dziwić, że pojawiają się rozproszenia i cały wewnętrzny zgiełk.

Przewidzieć to, co wspiera modlitwę

Dobłą rzeczą jest stawać w obecności Boga, pobudzając swe serce i wzbudzając akt wiary; jednak byłoby rzeczą zgubną wchodzić w modlitwę, nie mając obiektywnego oparcia np. w scenie z Ewangelii, w psalmie, w przeżyciu z dnia, w jakimś wydarzeniu bądź w modlitwie Kościoła (*Chwała na wysokości Bogu, Ojciec nasz...*). Zatem jako zasadę należy traktować to, by:

- ♦ Wybrać z góry, „czym” chcę się modlić.
- ♦ W oparciu o jaki tekst?
 - Czytania liturgii codziennej lub niedzielnej włączają w rytm modlitwy Kościoła.
 - Podjęcie znanej modlitwy Kościoła pozwala lepiej odczuć jej sens.

- Można wybrać sobie tekst biblijny, ulubiony lub rozważany w ciągu tygodnia, lub taki jeszcze, który może oświecić moje aktualne przeżycia i problemy.
- ♦ Nie wahajmy się podjąć tego samego tekstu wiele razy (powtórki).
- ♦ Wybrany tekst należy wcześniej przeczytać, np. w przeddzień; przygotować sobie punkty, przy których, jak się wydaje, byłoby dobrze się zatrzymać; pomyśleć również o tym, o jaką łaskę będę prosić. Przeczytanie przypisów w Piśmie Świętym (lub dłuższego komentarza) do danej perykopy również niejako pomaga od razu wejść w samą modlitwę!
- ♦ Zadbaj o punkt oparcia dla modlitwy – to znaczy:
 - Po prostu uznać swoją ludzką naturę i wyrazić przekonanie, że Bóg wypowiada się w sposób pośredniczony (przez coś).
 - Przedkładać obiektywność wiary Kościoła ponad moje odczucia, moje zwyczaje czy też własny subiektywizm.
 - Nawet modlitwa adoracji, z serca do serca, może być przeżywana owocnie jedynie przy zastosowaniu naprzemiennego rytmu ciszy i słów, ram i kreatywności, aktywności i bierności.
 - Jeśli Pan zechce, jeśli takiej udzieli nam łaski, to możemy zostać wyprowadzeni znacznie dalej poza tekst sam w sobie.

2. PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO SPOTKANIA

Przysposobić serce i ruszyć w drogę

„Przez czas jednego *Ojczy nasz* stanąć na jeden lub dwa kroki od miejsca, gdzie mam kontemplować lub rozmyślać, a wzniosłszy umysł ku górze rozważać, jak Bóg, Pan nasz, patrzy na mnie itd. i wykonać akt uszanowania lub uniżenia się przed Bogiem”². (ĆD 75)

Warto praktykować ten krótki czas zatrzymania się na samym początku! Chodzi o to, aby nie przystępować do modlitwy jak do jakiejś innej rzeczy, którą mamy zrobić w ciągu dnia; w tym krótkim zatrzymaniu się na progu modlitwy uświadamiamy sobie wielkość Tego, do którego przychodzimy.

Chodzi o żywe spotkanie z Panem, który żyje. Nie jest On ani przedmiotem, ani „kolegą”, ani też moim lustrem; jest On Inny, jest Panem, Przyjacielem... Bogiem, Ojcem-Synem-Duchem. On jest tym, który jako pierwszy „patrzy na mnie”, a ja spotykam się z Jego spojrzeniem.

Staram się zebrać w jedno całe moje jestestwo i skoncentrować się na Bogu.

Każdy jest zaproszony do tego, żeby stworzyć swoją małą liturgię, która najlepiej poprowadzi go na spotkanie ze swym Bogiem; gestem lub słowem można Pana powitać i pozdrowić.

² Cytaty z *Ćwiczeń duchowych* (ĆD) pochodzą z polskiego tłumaczenia M. Bednarza SJ, w: Ignacy Loyola, *Pisma wybrane*, Wydawnictwo Apostolstwa Modlitwy, Kraków 1968.

Obrać odpowiednią postawę

Ta postawa powinna z jednej strony najlepiej wyrazić szacunek dla Boga, a z drugiej strony uwzględnić mój stan fizyczny bądź psychiczny.

Nie o to chodzi, żeby przez cały czas modlitwy podejmować wysiłek ascetyczny; to byłoby zadanie na inne ćwiczenie. Należy też unikać czegoś w rodzaju rozsiadania się w rajskich ogrodach Pana!

Nie można również dać się zablokować czy jakby spaliżować, trwając w obranej postawie przez cały czas modlitwy. Modlitewna postawa nie oznacza zamienienia siebie w sopel lodu bądź lodówkę. Modląc się – jak najbardziej żyjemy! Prosto i pokornie.

Chodzi po prostu o to, żeby modlić się przy pomocy ciała, w nim czy też poprzez nie; by obrać środki najlepiej dostosowane do tego, czego szukam, czego chcę i pragnę.

Uciszyć siebie fizycznie (miejsce, oddychanie)

Chodzi o ciszę właściwą dla spotkania. Oto ja pełen szacunku – jestem naprawdę tu ze wszystkim, co mnie stanowi. Jestem obecny i do dyspozycji, jak ziemia stojąca otworem... Taki, jaki jestem, a nie taki, jakim chciałbym być w moich marzeniach.

Nieobecność zewnętrznego hałasu nie wystarczy. Jego brak może zresztą odsłonić wrzawę wewnątrz nas. To iluzja – spodziewać się, że jakimikolwiek wstępnymi technikami usuniemy z duszy to wszystko, co ją wypełnia i krępuje. Modlić się to nie znaczy zaszerwować sobie

pustkę! Być prawdziwym i obecnym – raczej o to chodzi! Przychodzę do Boga żywego – ja taki, jaki jestem; przynoszę wszystko, co mnie stanowi. Bóg nie spotyka się i nie jednoczy się z nami w miejscu aseptycznym, wolnym od nas samych. Chodzi zatem o to, żebym się uspokoił, uciszył i – w wierze – znów stał się świadomy obecności Tego, z Którym pragnę zjednoczyć się w miłości.

3. STAWIĆ SIEBIE W OBECNOŚCI BOGA

Jest rzeczą zaskakującą, jak św. Ignacy mówi o „stawianiu się w obecności Boga”. To, co on ma na myśli i do czego doprowadza w wieloraki sposób, jest w modlitwie rzeczą zasadniczą i centralną. Najpierw uczy nas tego, że należy modlitwę przygotować (poprzez punkty do modlitwy, zatrzymanie się na progu modlitwy – por. ĆD 73, 74, 75, 131, 239); następnie uczy nas z wielką starannością rozpoczynać modlitwę przy pomocy kilku działań (wstępów), które później dokładniej omówimy (chodzi tu o modlitwę przygotowawczą, przypomnienie historii, kompozycję miejsca i prośbę o łaskę). Ten sposób postępowania ma tę wielką zaletę, iż unaocznia głęboki sens stawienia się w obecności Boga.

Nie chodzi tu o akt jednorazowy, uczyniony na początku. Stawianie się w obecności Boga to wewnętrzne skierowanie, wewnętrzne pragnienie, które wciela się we wspomniane wstępne działania. Oczywiście ten wewnętrzny zwrot i pragnienie, skierowane ku Bogu, przenikają całą modlitwę.