



Piotr Lorek

Modlitwa a rozwój osobisty

Można wyróżnić trzy główne formy modlitwy*. Pierwszą z nich jest *modlitwa ustna*, podczas której wypowiadamy czy to w myśli, czy na głos, słowa do Boga. Drugą jest *rozmyślanie* nad danym tekstem, obrazem, stworzeniem, historią czy własną sytuacją. Trzecią, najtrudniejszą do zdefiniowania, formą modlitwy jest *kontemplacja*, w której w ciszy zmierzamy do zjednoczenia się z Bogiem.

Bez względu na to, która z form modlitwy towarzyszy nam w życiu, najczęściej każdą z nich można potraktować jako *zwrot w kierunku Boga*, czy to poprzez słowa, czy też poprzez namysł nad czymś, czy wreszcie poprzez „czyste”, nieoparte na żadnym działaniu, przebywanie z Bogiem. Modlitwę jednak można rozumieć również jako *zwrot do samego siebie*, a przez to traktować ją jako element rozwoju osobistego. Jeśli będziemy wystarczająco uważni, świadomi siebie podczas modlitwy, to okaże się, że modlitwa może być wyjątkową inwestycją w samego siebie.

Gdy modlisz się modlitwą ustną, zastanów się nad tym, dlaczego prosisz o te, a nie inne rzeczy, przepraszasz za te, a nie inne przewinienia, dziękujesz za te, a nie inne działania Boga, wstawiasz się za tymi, a nie innymi osobami, wychwalasz Boga za te, a nie inne jego cechy. Gdy praktykujesz modlitwę nastawioną na rozmyślanie nad danym tekstem biblijnym lub nawet nad informacjami z pierwszych stron gazet, za-

trzymaj się na chwilę i uzmysłów sobie to, co pobudza twoje myśli, uczucia i pragnienia. Gdy spędzasz czas przed Bogiem, próbując całkowicie się wyciszyć, zauważ, jakie obrazy przelatują Ci przed oczyma, jakie myśli kłębią Ci się w głowie, jakie twarze najczęściej widzisz.

Ciągła autorefleksja podczas modlitwy to prawdziwa lokata w samego siebie. Samoświadomość, zdobywanie wiedzy o sobie to nieoceniona lekcja wyływająca z życia duchowego. W modlitwie osobistej nie jesteśmy wyrafinowani, nie udajemy tak

W modlitwie osobistej nie jesteśmy wyrafinowani, nie udajemy tak mocno jak w interakcjach z innymi, dzięki temu możemy dogłębnie poznawać siebie

mocno jak w interakcjach z innymi, dzięki temu możemy dogłębnie poznawać siebie. Poznajemy swoje lęki i troski, uczymy się o swoich pragnieniach i marzeniach, dowiadujemy się, na czym nam zależy i z czym powinniśmy się zmierzyć.

Posiadanie wglądu w siebie to korzyść, ale i wyzwanie. Nie zawsze bowiem chcemy zmierzyć się z sobą samym, przekonać się o naszych niedoskonałościach i błędach. Dzięki modlitwie mamy możliwość popatrzenia sobie w twarz, a ta nieraz nie jest

taka, jaką chcielibyśmy widzieć. Nasze troski nieraz zdradzają nasz egoizm, nasze zachowania, nasze słabości, a nasze słowa brak poczucia bezpieczeństwa. Dzięki uważnej modlitwie mamy szansę stanąć do walki z samym sobą.

Modlitwa stymulująca rozwój osobisty nie przychodzi łatwo. Naturalną pokusą może być potraktowanie modlitwy mechanicznie, tak jak nieraz zdarza się nam prowadzić rozmowę z kimś, samemu myślami zaś będąc zupełnie gdzie indziej. Taka modlitwa jest niepoprawna zarówno w stosunku do Boga, jak i do nas samych. Ogołacamy naszą relację z Bogiem z autentycznego bycia *tu i teraz całym sobą w kontakcie z Drugim*, a także nie korzystamy osobiście z tego wyjątkowego momentu samopoznania. Prawdziwa rozmowa z drugim, jest jednocześnie prawdziwym kontaktem z sobą samym.

Modlitwa rozumiana jako zwrot człowieka we własnym kierunku, może stać się elementem rozwoju osobistego także dla najmniej religijnych spośród nas, takich, którzy mają wątpliwości co do istnienia Boga bądź też jego reakcji na zanoszone modlitwy. Dla bardziej religijnych zaś uważna refleksja nad własnym życiem modlitewnym i treściami w nim występującymi nie tylko pomoże rozwijać relację z Bogiem, ale może stać się samą odpowiedzią na niejedną zanoszoną prośbę.

Uzmysłów sobie dlaczego i kiedy się modlisz, jakich słów używasz, nad czym medytujesz, jak sobie radzisz w bezruchu i ciszy, a zobaczysz kim jesteś.

Piotr Lorek (Wiara i Mundur Nr 2/2014)

* Katechizm Kościoła Katolickiego, Pallottinum, Poznań 2002, s. 619-623



Leon Krzemieniecki

Przesłanie Psychiczny stan

Ewangelia Jana 14,20; 15,4; 16,23-24 17,26

W świątyni Opatrzności Bożej,
w godzinę śpiewu o Królu

Myśl zadaje pytanie:

Gdzie przebywasz Wspaniały Chrystusie?

Sięgnij w głąb siebie.

Jeżeli dojrzyysz białą kartę,

odpowiedz: Panie, jesteś we mnie.

Soczysta zieleń lipki,
obsypana wróblami.

Drzewko i drobne ptactwo miastowe.

Przechodnie syci wygod

mkną do tramwajów.

Tylko poeta przystanął:

Kwiliccie, drodzy moi,

wolniejsze ode mnie.

7 lipca minie pięć lat od śmierci Leona Krzemienieckiego, niezwyklego poety, który stał się jedną z twarzy Słowa Parafialnego. Choć nie należał do naszego Kościoła (luteranką była żona), był wielkim sympatykiem ewangelicyzmu i naszej parafii. Wyrażał to nie tylko w wierszach. Napisał także sztukę specjalnie na jubileusz 500-lecia urodzin Marcina Lutra.

Choć pięć lat temu został powołany do wieczności, jest wśród nas obecny poprzez swoją poezję. Serdecznie dziękuję córce Iwonie Krzemienieckiej, która nadal wybiera i udostępnia nam wiersze swego ojca. Leon Krzemieniecki zostawił po sobie bardzo wiele myśli i refleksji. Dziękujemy Bogu za jego życie i bogactwo wiary, którą możemy odkrywać w poetyckiej twórczości. (mo)