

Czy z Bogiem można porozmawiać? Jak kształtować u naszych uczniów umiejętność dojrzałej modlitwy.

W – 217

20.03.2019 r.

Prowadząca:

Bogumiła Rzepnicka

Konsultant ds. nauczania religii
(parter. pok. nr 3)

tel: 86 216 42 17 w. 12

e-mail: b.rzepnicka@cen.lomza.pl

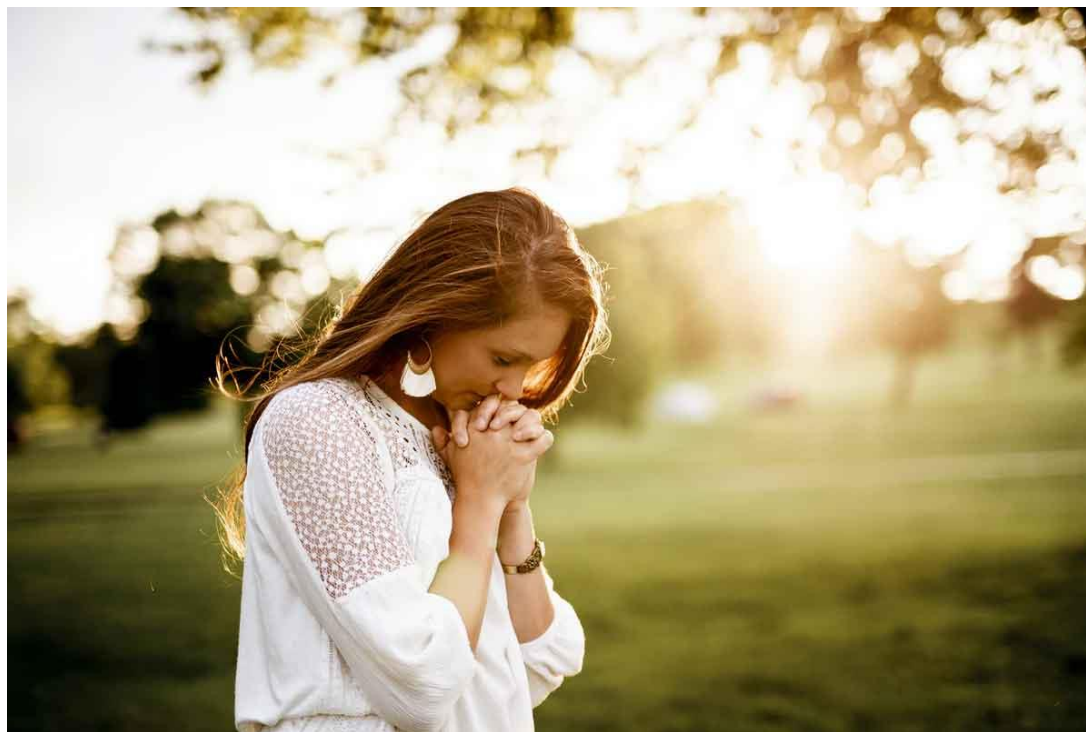


Zagadnienia:

1. Dojrzała modlitwa przejawem dojrzałej religijności.
2. Jezus uczy dojrzałej modlitwy.
3. Niezbędne elementy modlitwy.
4. Rodzaje i formy modlitwy.



Dojrzała religijność to nie ucieczka od życia, lecz osobista więź z Bogiem, która uczy nas sztuki życia tu i teraz.



Dojrzała modlitwa jako przejaw dojrzałej religijności

Człowiek **jako osoba realizuje się** nie tylko przez spotkania z innymi ludźmi, ale **także poprzez spotkanie się z Bogiem**, z tą niezwykłą wspólnotą osób, na której obraz i podobieństwo został stworzony. W perspektywie personalistycznej nie jest wyobrażalne wychowanie, które byłoby pozbawione wymiaru religijnego i które nie pomagałoby wychowankowi w przybliżaniu się do Boga. Dorastanie do dojrzałego kontaktu ze Stwórcą i Zbawicielem – podobnie jak uczenie się dojrzałego kontaktu z ludźmi – nie jest kwestią spontaniczności i nie może być wyłączone z procesu odpowiedzialnego wychowania.



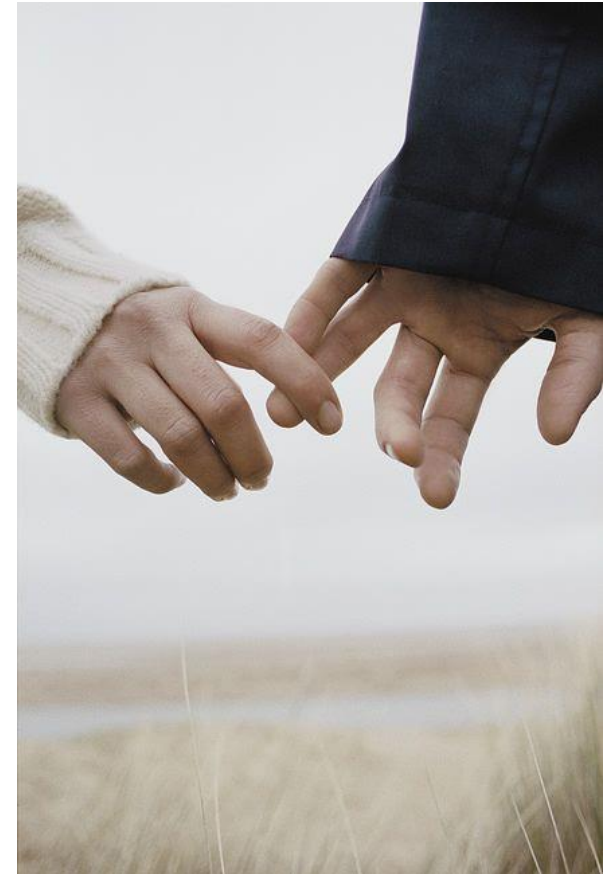
Dojrzała modlitwa jako przejaw dojrzałej religijności



Jan Paweł II powiedział, że w człowieku jest „zmysł religijny”, który ukierunkowuje go ku Istocie wyższej. Życie religijne wyrasta z wyższych potrzeb człowieka i w ramach tych doświadczeń tworzy się obraz Boga.

Dojrzała modlitwa jako przejaw dojrzałej religijności

Podstawowa trudność w nawiązaniu kontaktu z Bogiem, wynika z faktu, że szukamy analogii z kontaktem z człowiekiem. Kontakt z człowiekiem to kontakt z kimś, kogo fizycznie widzę. Tymczasem Bóg pozostaje dla nas niewidzialny. Okazuje się, że niewielu z nas zdaje sobie sprawę z tego, że również więzi z człowiekiem opierają się głównie na tym, co niewidzialne! Warto tłumaczyć dzieciom i młodzieży, że bardzo powierzchowni są ci, których łączy z innymi ludźmi tylko to, co widzialne. Oznacza to jedynie kontakt z cielesnością, z „zewnątrzną powłoką” drugiego człowieka.



Dojrzała modlitwa jako przejaw dojrzałej religijności

Tymczasem podstawą wszelkich więzi międzyosobowych jest to, co niewidzialne, a zatem wewnątrz danej osoby, głębia świata, którą w sobie nosi i pielęgnuje, system wartości, którym się kieruje, jej przeżycia i wrażliwość, jej postawa wobec innych, jej wewnętrzna dyscyplina i osobowość, jej zdolność do miłości i wierności, jej szlachetność i odwaga szukania prawdy, intencje i motywacje, którymi ta osoba się kieruje.



Dojrzała modlitwa jako przejaw dojrzałej religijności

Kolejną z trudności jest fakt, że kontakt z Bogiem opiera się na wierze. Tymczasem chcielibyśmy opierać własne życie i więzi na pewności, na dowodach, na wiedzy naukowej, a nie na zawierzeniu. Warto w tym kontekście uświadamiać sobie fakt, że nie tylko nasze więzi z Bogiem, lecz także nasze więzi z człowiekiem nie są możliwe bez wiary i zaufania. To, że drugi człowiek mnie kocha, że chce mnie chronić i szanować, że jest wobec mnie szczery, że troszczy się o moje dobro – to wszystko nie podlega dowodom. W tej dziedzinie nie można nigdy osiągnąć pewności. Drugi człowiek może mi jedynie dawać znaki swojej przyjaźni czy szczerości, ale jego wnętrze, jego motywacje, jego nastawienie do mnie pozostaje przede mną zakryte. Mogę jedynie uwierzyć w szczerość jego znaków, albo zamknąć się w mojej samotności i nieufności.

Dojrzała modlitwa jako przejaw dojrzałej religijności

Jeszcze poważniejszą trudnością **jest sytuacja, w której człowiek wytwarza sobie błędną, a czasem zupełnie wypaczoną wizję Boga**. W jakimś stopniu każdemu z nas grożą zniekształcone, a nawet całkiem fałszywe wizje Boga. Tego typu wizje związane są z ograniczonością naszego poznania, z otrzymanym wychowaniem, ze specyficzną historią życia, z dominującymi doświadczeniami i emocjami, ze sposobami patrzenia na samego siebie i otaczający nas świat. Zniekształcone spojrzenie na Bożą rzeczywistość bierze się stąd, że człowiek niedojrzały próbuje wyobrazić sobie Boga na własne podobieństwo i dostosować Go do własnych potrzeb, lęków czy magicznych oczekiwań.



Dojrzała modlitwa jako przejaw dojrzałej religijności

1. **Niedojrzały obraz Boga** może zawierać elementy infantylne. Na przykład obraz Boga u dorosłego człowieka może być bliżej nie określoną „Bożą” o niezidentyfikowanych właściwościach osobowych.
2. Może to być **obraz magiczny**, pozbawiony cech racjonalności, skupiający się na niezwykłości oddziaływań czy relacji z wierzącym. Tacy ludzie wyobrażają sobie Boga jako naiwnego i dobrotliwego maga, który w cudowny sposób spełnia wszystkie ich życzenia i który strzeże ich przed wszelkim cierpieniem, nawet jeśli oni sami bardzo błędzą.



Dojrzała modlitwa jako przejaw dojrzałej religijności

3. **Agresywny obraz Boga**, szukający usprawiedliwienia dla przemocy, np. w rozwiązywaniu konfliktów, w wychowaniu czy w życiu społecznym.
4. Obraz Boga **nacechowany sztywną jurydycznością** i bezwzględnością przestrzegania ustanowionych praw. Taki Bóg kojarzy się z kimś, kto nie jest w stanie przebaczyć błędów, grzechów czy słabości, który w człowieku widzi głównie zło i szuka go po to, by go karać – najlepiej od razu i srogo.



Dojrzała modlitwa jako przejaw dojrzałej religijności

5. **Obraz Boga nieobecnego i niezaangażowanego** w sprawy ludzkie powstaje często wtedy, gdy rodziców jakby nie obchodziło życie dziecka.
6. Często też tworzy się u dzieci **niosobowy obraz Boga**, np. wyrażany przy pomocy energii czy siły.



Dojrzała modlitwa jako przejaw dojrzałej religijności

Istotnymi przeszkodami w osiągnięciu dojrzałości religijnej są trudności w zrozumieniu tajemnicy Boga oraz w przyjęciu wymagań, które On nam stawia.

Dojrzała modlitwa jako przejaw dojrzałej religijności

Niezwykle istotnym sprawdzianem więzi człowieka z Bogiem jest osobista modlitwa. Jest ona naturalną konsekwencją życia w Bożej obecności i zaufania wobec Niego.

[...], modlitwa nie jest dodatkiem, możliwością, ale sprawą życia i śmierci. Tylko ten bowiem, kto się modli, a zatem zawiera się Bogu z synowską miłością, może osiągnąć życie wieczne, którym jest sam Bóg.

Benedykt XVI, *Modlitwa w życiu chrześcijanina*, 4 III 2007 — Rozważanie przed modlitwą «Anioł Pański

Dojrzała modlitwa jako przejaw dojrzałej religijności

Warunkiem modlitewnego słuchania jest **wewnętrzna cisza**. Nie jesteśmy zdolni do osobistej, owocnej modlitwy, dopóki w naszych myślach i emocjach jest wiele hałasu i nieporządku. Bóg nieustannie chce nam coś powiedzieć. Jeśli Go nie słyszymy, to dlatego, że wsłuchujemy się zbyt w nas samych, w nasze własne wyobrażenia na temat Boga, w nasze wobec Niego oczekiwania. W czasie modlitwy skupiamy się wtedy na tym, co według nas powinien uczynić Bóg i w jaki sposób powinien do nas przemówić. Między nami a Bogiem pojawia się mur naszych wyobrażeń i oczekiwań.

Dojrzała modlitwa jako przejaw dojrzałej religijności

Dojrzała modlitwa zaczyna się zatem od nasłuchiwania Boga w ciszy i od otwartości na znaki Jego obecności. Taka modlitwa przynosi zaskakujące odkrycia, odsłania nieznane dotąd prawdy, podpowiada nową drogę życia oraz nowe sposoby przewycięzania problemów i trudności. Modlitwa uczy patrzenia w głąb, pomaga w nowy sposób zrozumieć samego siebie oraz tajemnicę życia i miłości. Modlitwa umacnia w dobru i umożliwia dostęp do Bożej mądrości zawartej w Piśmie świętym.



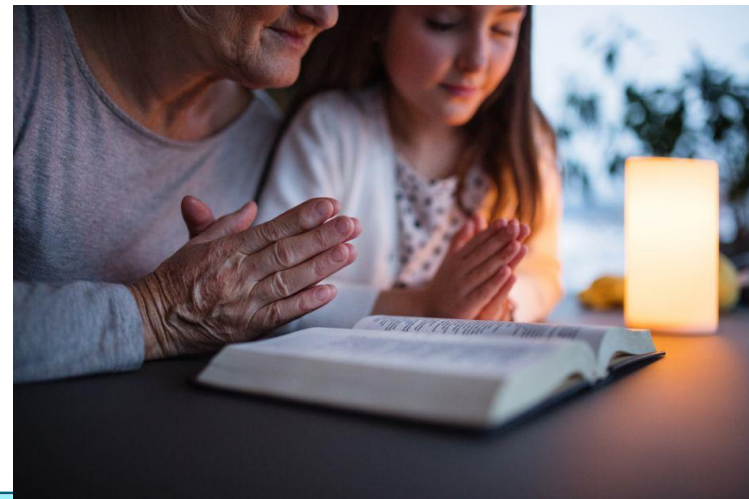
Jezus uczy dojrzałej modlitwy

Czym ma się cechować moja modlitwa? To pierwsze pytanie, jakie zadajemy sobie, gdy zastanawiam się nad kwestią modlitwy w naszym życiu. Okazuje się, że Biblia w wielu miejscach mówi na ten temat. Wystarczy tylko pochylić się nad tekstem Pisma Świętego, aby dowiedzieć się o tym. Dzięki jego lekturze mogę zobaczyć, jakimi cechami powinna się charakteryzować moja modlitwa.



Jezus uczy dojrzałej modlitwy

Pochylając się nad Biblią odkrywamy, że dialog z człowiekiem zainicjował Bóg. Jedną z form wejścia człowieka w dialog z Bogiem jest modlitwa, w której ów dialog jest kontynuowany na płaszczyźnie wiary i dotyka wszystkich wymiarów życia ludzkiego.



Jezus uczy dojrzałej modlitwy



Pierwszym Nauczycielem jest sam Jezus Chrystus, którego widzimy na kartach Ewangelii nie tylko nauczającego na temat modlitwy, ale przede wszystkim dającego wspaniały przykład modlitwy w różnych sytuacjach, spędzającego nieraz całą noc na modlitwie (por. Łk 6,12). Jego postawa na modlitwie musiała być przekonująca, skoro uczniowie odważyli się prosić Jezusa, aby nauczył ich się modlić (por. Łk 11,1). Jakie wskazówki dotyczące modlitwy zawiera Pismo święte? **Czym powinna się charakteryzować dobra modlitwa?**

Niezbędne elementy modlitwy – Łk 18, 35-43

Kiedy przybliżał się do Jerycha, jakiś niewidomy siedział przy drodze i żebrał. Gdy usłyszał przeciągający tłum, wypytywał się, co to się dzieje. Powiedzieli mu, że Jezus z Nazaretu przechodzi. Wtedy zaczął wołać: «Jezusie, Synu Dawida, ulituj się nade mną!» Ci, co szli na przedzie, nastawali na niego, żeby umilkł. Lecz on jeszcze głośniejsze wołał: «Jezusie, Synu Dawida, ulituj się nade mną!» Jezus przystanął i kazał przyprowadzić go do siebie. A gdy się przybliżył, zapytał go: «Co chcesz, abym ci uczynił?» On odpowiedział: «Panie, żebym przejrzał». Jezus mu odrzekł: «Przejrzyj, twoja wiara cię uzdrowiła». Natychmiast przejrzał i szedł za Nim, wielbiąc Boga. Także cały lud, który to widział, oddał chwałę Bogu.



Niezbędne elementy modlitwy – Mt 15,21-28

Potem Jezus odszedł stamtąd i podążył w stronę Tyru i Sydonu. A oto kobieta kananejska, wyszedłszy z tamtych okolic, wołała: «Ulituj się nade mną, Panie, Synu Dawida! Moja córka jest ciężko dręczona przez złego ducha». Lecz On nie odezwał się do niej ani słowem. Na to podeszli Jego uczniowie i prosili Go: «Odpraw ją, bo krzyczy za nami!» Lecz On odpowiedział: «Jestem posłany tylko do owiec, które poginęły z domu Izraela». A ona przyszła, upadła przed Nim i prosiła: «Panie, dopomóż mi!» On jednak odparł: «Niedobrze jest zabrać chleb dzieciom a rzucić psom». A ona odrzekła: «Tak, Panie, lecz i szczenięta jedzą z okruszyn, które spadają ze stołów ich panów». Wtedy Jezus jej odpowiedział: «O niewiasto wielka jest twoja wiara; niech ci się stanie, jak chcesz!» Od tej chwili jej córka była zdrowa.



Niezbędne elementy modlitwy – Łk 18, 1-8

Opowiadał im też przypowieść o tym, że zawsze powinni się modlić i nie ustawać: «W pewnym mieście żył sędzia, który Boga się nie bał i nie liczył się z ludźmi. W tym samym mieście żyła wdowa, która przychodziła do niego z prośbą: „Obroń mnie przed moim przeciwnikiem!” Przez pewien czas nie chciał; lecz potem rzekł do siebie: „Chociaż Boga się nie boję ani z ludźmi się nie liczę, to jednak, ponieważ naprzykrza mi się ta wdowa, wezmę ją w obronę, żeby nie nachodziła mnie bez końca i nie zadręczała mnie”». I Pan dodał: «Słuchajcie, co mówi ten niesprawiedliwy sędzia. A Bóg, czyż nie weźmie w obronę swoich wybranych, którzy dniem i nocą wołają do Niego, i czy będzie zwlekał w ich sprawie? Powiadam wam, że prędko weźmie ich w obronę. Czy jednak Syn Człowieczy znajdzie wiarę na ziemi, gdy przyjdzie?»



Niezbędne elementy modlitwy – Mk 14, 35-36

I odszedłszy nieco do przodu, padł na ziemię i modlił się, żeby – jeśli to możliwe – ominęła Go ta godzina. I mówił: «Abba, Ojczy, dla Ciebie wszystko jest możliwe, zabierz ten kielich ode Mnie. Lecz nie to, co Ja chcę, ale to, co Ty [niech się stanie]».



Niezbędne elementy modlitwy – Łk 6, 26-28

Biada wam, gdy wszyscy ludzie chwalić was będą. Tak samo bowiem przodkowie ich czynili fałszywym prorokom. Lecz powiadam wam, którzy słuchacie: Miłujcie waszych nieprzyjaciół; dobrze czyńcie tym, którzy was nienawidzą; błogostawcie tym, którzy was przeklinają, i módlcie się za tych, którzy was oczerniają.



Niezbędne elementy modlitwy – Mt 5, 21-24

Słyszeliście, że powiedziano przodkom: Nie zabijaj; a kto by się dopuścił zabójstwa, podlega sądowi. A Ja wam powiadam: Każdy, kto się gniewa na swego brata, podlega sądowi. A kto by rzekł swemu bratu: „Raka”, podlega Wysokiej Radzie. A kto by mu rzekł: „Bezbożniku”, podlega karze piekła ognistego. Jeśli więc przyniesiesz dar swój przed ołtarz i tam wspomnisz, że brat twój ma coś przeciw tobie, zostaw tam dar swój przez ołtarzem, a najpierw idź i pojednaj się z bratem swoim. Potem przyjdź i dar swój ofiaruj!



Niezbędne elementy modlitwy – Rz 8, 26-28

Podobnie także Duch przychodzi z pomocą naszej słabości. Gdy bowiem nie umiemy się modlić tak, jak trzeba, sam Duch przyczynia się za nami w błaganiach, których nie można wyrazić słowami. Ten zaś, który przenika serca, zna zamiar Ducha, [wie], że przyczynia się za świętymi zgodnie z wolą Bożą. Wiemy też, że Bóg z tymi, którzy Go miłują, współdziała we wszystkim dla ich dobra, z tymi, którzy są powołani według [Jego] zamiaru.



Niezbędne elementy modlitwy – Jk 4, 2-3

Pożądacie, a nie macie, żywicie morderczą zazdrość, a nie możecie osiągnąć. Prowadzicie walki i kłótnie, a nic nie posiadacie, gdyż się nie modlicie. Modlicie się, a nie otrzymujecie, bo się źle modlicie, starając się jedynie o zaspokojenie swych żądz.



Niezbędne elementy modlitwy – Jk 5,15-16

A modlitwa pełna wiary będzie dla chorego ratunkiem i Pan go podźwignie, a jeśli by popełnił grzechy, będą mu odpuszczone. Wyznawajcie zatem sobie nawzajem grzechy, módlcie się jeden za drugiego, byście odzyskali zdrowie. Wielką moc posiada wytrwała modlitwa sprawiedliwego.



Niezbędne elementy modlitwy – Łk 2,8-20

*«Wielbi dusza moja Pana,
i raduje się duch mój w Bogu, moim Zbawcy.
Bo wejrzał na uniżenie Służebnicy swojej.
Oto bowiem błogosławić mnie będą odtąd wszystkie pokolenia,
gdyż wielkie rzeczy uczynił mi Wszechmocny.
Święte jest Jego imię -
a swoje miłosierdzie na pokolenia i pokolenia [zachowuje] dla
tych, co się Go boją.
On przejawia moc ramienia swego,
rozprasza [ludzi] pyszniących się zamysłami serc swoich.
Strąca władców z tronu, a wywyższa pokornych.
Głodnych nasycza dobrami, a bogatych z niczym odprawia.
Ujął się za sługą swoim, Izraelem,
pomny na miłosierdzie swoje -
jak przyobiecał naszym ojcom -
na rzecz Abrahama i jego potomstwa na wieki».*



Niezbędne elementy modlitwy – Łk 2,19

*Lecz Maryja zachowywała
wszystkie te sprawy i
rozważała je w swoim sercu.*



Konkluzja



Biblia zawiera całe bogactwo podpowiedzi na temat mojej modlitwy. Nie sposób ich „strawić” za jednym razem. Warto, abym kiedyś powrócił także do innych tekstów biblijnych o modlitwie, szczególnie tych ze Starego Testamentu. Niektóre z nich, jak chociażby Psalmy, są już same w sobie modlitwą.

Na kartach Biblii spotykamy tak wiele ciekawych postaci, ludzi wiary i prawdziwego kontaktu z Bogiem. Warto, abym zapatrzył się w ludzi modlitwy, o których mówi Pismo Święte. Te postacie mogą mnie wiele nauczyć nas dobrej modlitwy.

Modlitwa buduje moją relacje z Bogiem

Najważniejsza motywacja do modlitwy to świadomość, że jest ona kluczem do budowania mojej intymnej więzi z Jezusem Chrystusem. Chrześcijaństwo to nie zbiór reguł. To relacja. Stajemy się chrześcijanami przyjmując do naszego życia Jezusa, który kocha nas, umarł za nas i żyje w nas każdego dnia. Tym, czego potrzebujemy jest więc umacnianie relacji z Nim.

Muszę nauczyć się pozwalać, by Jezus troszczył się o mnie i wskazywał mi moje potrzeby (i to, jak może je zaspokoić). Potrzebuję wstuchania się w Jego głos i niezmiernie potrzebuję rozmowy z Nim .



Modlitwa pomaga przetrwać pokusę

Jezus mając świadomość, że Apostołowie będą potrzebowali męstwa, zwraca się do nich: „módlcie się, abyście nie ulegli pokusie”. Co ma na myśli? Modlitwa miała być dla nich antidotum na uleganie pokusom, które przyjąć miały wraz ze strachem, zniechęceniem i przerażeniem. Modlitwa miała umocnić ich chwiejną odwagę i wiarę. Skąd Jezus o tym wiedział? Ponieważ On również zmierzył się z tym, co czekało Go: obraźliwe słowa, tortury, przybicie do krzyża. Co więcej jednak, miał wziąć na siebie grzechy całej ludzkości. Swoją modlitwę rozpoczął słowami: „Ojczy, jeśli chcesz, zabierz ode Mnie ten kielich!”. Jednak pogodziwszy się z wolą Ojca zakończył ją słowami: „Jednak nie moja wola, lecz Twoja niech się stanie!”. Modlitwa była dla Niego narzędziem zwycięstwa.



Modlitwa jest kluczowa w rozpoznawaniu woli Bożej

Najważniejszą rolą modlitwy w szukaniu woli Bożej jest to, że pozwala ona naszej woli pozbyć się wszelkiej stronniczości. Kiedy nasza wola pozbawiona zostaje wszelkich osobistych skłonności, możemy usłyszeć głos Boga, który przedstawia naszemu umysłowi powody, dla których warto lub nie warto podążać w konkretnym kierunku. Najważniejszą funkcją modlitwy jest więc w tym przypadku pozbycie się naszych skłonności, uprzedzeń i preferencji.

Spędzając czas z Bogiem na modlitwie, dajemy Mu szansę, by podsuwał nam pomysły, myśli, powody, fragmenty Pisma Świętego, które będą nam objawiać Jego wolę. Może to zająć dni, tygodnie, a czasem miesiące... ale by poznać Bożą wolę musimy rozmawiać z samym Bogiem.



A więc, kiedy wołamy do Boga o pomoc, to pytanie brzmi: czy szukamy drogi wyjścia z sytuacji, czy raczej tego, by zostać zbawieni? Zamiast modlić się, „Boże, proszę, zabierz tę sytuację ode mnie”, to powinno się modlić: „Boże, pokaż mi, z czego mogę zostać zbawionym i dlaczego doprowadziłeś mnie aż tutaj!”. Na przykład Bóg może nam pokazać nasze braki w miłości do drugich, niecierpliwość, zazdrość, zatroskanie, czy inne rzeczy, które są w naszej naturze. Motywem, jaki kieruje naszymi modlitwami, powinno być wykonywanie woli Bożej – przede wszystkim w nas samych a także w naszych modlitwach o innych.



Modlitwa pozwala mi dokonywać Bożych dzieł

Z jednego z najwspanialszych stwierdzeń Jezusa wynika wniosek, który powinien każdego chrześcijanina motywować do modlitwy. *„Zaprawdę, zaprawdę, powiadam wam: Kto we Mnie wierzy, będzie także dokonywał tych dzieł, których Ja dokonuję, owszem, i większe od tych uczyni, bo Ja idę do Ojca”* (J 14:12-14). Właśnie przez modlitwę możliwe są te większe dzieła! Każdy z nas może uklęknąć i modlić się. Możemy modlić się prosząc Jezusa, by dotykał serc zagubionych milionów ludzi i pozwolił im się poznać. Modląc się, możemy być częścią Chrystusowego uzdrawiania, którego dokonuje na całym świecie zarówno przez świat medyczny, jak i w sposób cudowny. Każdy z nas może modlić się, prosząc Jezusa o nadejście Bożego Królestwa na ziemi. Każdy z nas może uczestniczyć w tych dziełach przez modlitwę!



Modlitwa jest narzędziem walki duchowej

Modlitwa jest głównym narzędziem walki duchowej. Św. Paweł w Liście do Efezjan Ef 6,10-20 przypomina nam, że naszych zmaganiach nie toczymy z ludźmi i tym, co widzimy, ale z potężnymi istotami i siłami duchowymi. Widzimy tu, że trwa wojna. Życie chrześcijanina to nie plac zabaw. To pole bitwy.



Ef 6,10-20

„Na koniec bądźcie mocni w Panu – siłą Jego potęgi. Przyobleczcie pełną zbroję Bożą, byście mogli się ostać wobec podstępnych zakusów diabła. Nie toczymy bowiem walki przeciw krwi i ciału, lecz przeciw Zwierzchnościom, przeciw Władzom, przeciw rządcom świata tych ciemności, przeciw duchowym pierwiastkom zła na wyżynach niebieskich. Dlatego przywdziejcie pełną zbroję Bożą, abyście się zdołali przeciwstawić w dzień zły i ostać, zwalczwszy wszystko. Stańcie więc [do walki], przepasawszy biodra wasze prawdą i przyoblókszycy pancerz, którym jest sprawiedliwość, a obuwszy nogi w gotowość [głoszenia] dobrej nowiny o pokoju. W każdym położeniu bierzcie wiarę jako tarczę, dzięki której zdołacie zgasić wszystkie rozżarzone pociski Złego. Weźcie też hełm zbawienia i miecz Ducha, to jest słowo Boże – wśród wszelakiej modlitwy i błagania. Przy każdej sposobności módlcie się w Duchu! Nad tym właśnie czuwajcie najusilniej i proście za wszystkich świętych i za mnie, aby dane mi było słowo, gdy usta otworzę, by jawnie i swobodnie głosić tajemnicę Ewangelii, dla której sprawuję poselstwo jako więzień – żebym jawnie ją wypowiedział, tak jak winienem”.



Rodzaje i formy modlitewne

Uwzględniając różnorodność form modlitewnych, możemy mówić o wielowymiarowości i różnorodności dialogu modlitewnego. W publikacjach, omawiających różne rodzaje modlitwy, najpierw wymienia się modlitwę wspólnotową (liturgiczną) i modlitwę indywidualną (prywatną). Podziału tego dokonujemy **ze względu na podmiot modlitwy** (tego, kto się modli).



Rodzaje i formy modlitewne

Modlitwę liturgiczną – jest to modlitwa Kościoła, publiczny akt ludu Bożego. Włączamy się w tę modlitwę poprzez:

- ✓ udział w Eucharystii oraz przyjmowanie sakramentów św. i sakramentaliów;
- ✓ udział w różnych obrzędach, które są wyrazem modlitwy Kościoła;
- ✓ Liturgię godzin (breviarz).



Rodzaje i formy modlitewne

Modlitwa prywatna – oznacza ona po prostu osobiste obcowanie z Bogiem sam na sam, osobistą rozmowę z Nim. Sobór Watykański II naucza w tej kwestii: „Życie duchowe nie ogranicza się jednak do udziału w samej liturgii. Choć bowiem chrześcijanin powołany jest do wspólnej modlitwy, powinien także wejść do swego mieszkania i w ukryciu modlić się do Ojca, a nawet, jak uczy Apostoł, powinien modlić się nieustannie”



Konstytucja o liturgii świętej *Sacrosanctum Concilium*, nr 12

Rodzaje i formy modlitewne

Ze względu na cel modlitwy wyróżniamy:

Modlitwę uwielbienia – jest to forma modlitwy, której celem jest uwielbienie Boga. W niej człowiek uwielbia Boga dla Niego samego, dlatego, że On jest, że jest Panem i Stwórcą. Uwielbia Jego majestat, doskonałość, wielkość. Taką formę modlitwy widać:

- ✓ w niektórych psalmach: sławiących Boga lub wzywających narody do uwielbienia Go;
- ✓ w modlitwie liturgicznej: „Chwała na wysokości Bogu” podczas Mszy św. czy w hymnie odmawianym w brewiarzu „Ciebie Boga wystawiamy”;
- ✓ w modlitwie „Ojcze nasz”: „święć się imię Twoje”.



Rodzaje i formy modlitewne

Modlitwę dziękczynienia – jej celem jest dziękowanie Bogu za otrzymane dary. Człowiek mając świadomość otrzymania darów od Boga, dziękuje Mu za nie. W każdej Eucharystii, która oznacza właśnie „dziękczynienie”, kapłan wypowiada słowa: „Dzięki składajmy Panu Bogu naszemu”, na co lud odpowiada: „Godne to i sprawiedliwe”. Św. Paweł w swych listach wzywa do dziękczynienia:

- ✓ „W każdym położeniu dziękujcie, taka jest bowiem wola Boża w Jezusie Chrystusie względem was” (1 Tes 5,18);
- ✓ „Trwajcie gorliwie na modlitwie, czuwając podczas niej wśród dziękczynienia” (Kol 4,2).



Rodzaje i formy modlitewne

Modlitwę przebłagania – jej celem jest przeproszenie Boga za popełnione grzechy, zaniedbania, niewykorzystane łaski. Modlitwa ta wyraża naszą skruchę, uniżenie przed Bogiem i żal z powodu grzechów. Ta forma modlitwy obecna jest:

- ✓ w modlitwie „Ojcze nasz”: „odpuść nam nasze winy”;
- ✓ w modlitwie liturgicznej: „Spowiadam się... że bardzo zgrzeszyłem...” (Confiteor), „Panie, zmiłuj się nad nami”.



Rodzaje i formy modlitewne



Modlitwę prośby – jej celem jest prośba skierowana do Boga o różne rzeczy. Gdy prosimy o coś Boga, wyrazamy swą zależność od Niego, Jego wyższość. W kierowaniu próśb do Boga ważna jest ufność, pokora i poddanie się woli Bożej, gdyż Bóg jako nieskończenie dobry i mądry wie lepiej, czego nam tak naprawdę potrzeba. Pan Jezus zachęca nas również: „*Proście, a będzie wam dane*” (Mt 7,7). Trzeba pamiętać, że istnieje hierarchia próśb: „najpierw Królestwo, następnie to, co jest konieczne, by je przyjąć i współdziałać w jego przyjściu” (KKK 2632).

Rodzaje i formy modlitewne

Ze względu na sposób wyróżniamy:

- ✓ Modlitwę ustną
- ✓ Modlitwę myślną



Rodzaje i formy modlitewne

W modlitwie słownej często posługujemy się pewnymi formułami, których treść chcemy uczynić przedmiotem modlitwy. Często mówimy, że je odmawiamy. Stąd taka modlitwa dość szybko staje się schematyczna i nie jest przeżywana jako dialog z Bogiem.

Rodzaje i formy modlitewne

Niezależnie od tego podziału wyróżnia się także:

- ✓ **Modlitwę dyskursywną (rozważanie lub rozmyślanie)** – to rozważanie jakiejś prawdy. Odprawiana jest zazwyczaj w myślach, rzadziej ustnie. Podczas tej modlitwy główną rolę odgrywa intelekt.
- ✓ **Modlitwę medytacyjną** – jest to przyłgnięcie do poznanej prawdy. Główną rolę odgrywa tu sfera afektywno-wolitywna.
- ✓ **Modlitwę kontemplacyjną** – objawem autentycznej kontemplacji będzie zmiana postrzegania rzeczywistości. Celem jest patrzenie na świat oczami Jezusa. Człowiek smakujący Słowa Bożego włącza je w swoje życie i zachodzi w nim głęboka przemiana. Pomocą jest cnota nazywana przez scholastyków *docilitas*. Jest ona umiejętnością dostrzegania Bożego działania w świecie i historii swojego życia.



Bibliografia:

1. Ks. Marcin Wylęzek, Modlitwa Słowem Bożym - Sposoby i formy modlitwy (CD).
2. John Chapman OSB, Listy o modlitwie

