Малітва любячай увагі

Аўтар: Тэрэса Клімовіч
30.06.2019 00:00

З Богам праз штодзённасць



Рахунак сумлення, аб якім размова была мінулым разам, не абмяжоўваецца адной формай. Мы ўжо пагаварылі аб праглядзе дня, а сёння бліжэй пазнаёмімся з малітвай любячай увагі.

Спачатку трэба адзначыць, што ігнацыянскі падыход да выкарыстання тых ці іншых малітоўных практык характарызуецца гнуткасцю. Гэта значыць, што св. Ігнацый, даючы нам пэўныя духоўныя парады, па сутнасці прапануе інструменты для творчага ўжывання ў канкрэтных умовах і жыццёвых сітуацыях. † Каб знайсці свой спосаб і форму рахунку сумлення, патрэбны ўважлівасць і ўсведамленне мэты ўласнага шляху. Уявім сябе кіроўцамі на незнаёмай – а натхненні Духа часта кіруюць у невядомыя мясціны – дарозе, якая павінна прывесці да мэты. Мы нібыта ведаем маршрут, але па нейкіх прычынах прапускаем важны паварот і вымушаны доўга шукаць, як вярнуцца на патрэбнае скрыжаванне.

Ці той кірунак, у якім мы рухаемся па жыццёвым шляху, набліжае нас да Бога? Ці вядзе да глыбейшай веры, надзеі, любові? Можа, пара спыніцца і паразважаць над гэтым?

Умець затрымацца ў наш час не так проста і ўсё ж вельмі патрэбна. Прычым рабіць паўзы можна не толькі ўвечары перад сном, але і цягам дня, хаця б на 5 хвілін, каб аглядзецца навокал і паслухаць сваё сэрца – найлепшы духоўны “навігатар”. “Цэнтрам чалавека, паводле Біблii, з’яўляецца сэрца, у якім сустракаюцца ўсе яго вымярэнні: цела і дух; глыбіня асобы і яе адкрыццё на свет і іншых; розум, воля і пачуцці.

Вось жа, калі сэрца здольнае яднаць гэтыя вымярэнні, то дзеецца так таму, што яно з’яўляецца месцам, дзе мы адкрываемся на праўду і любоў і дазваляем, каб яны ў глыбіні закранулі нас і перамянілі” (Францішак, Lumen Fidei).

Інтанацыі любові непаўторныя для кожнай асобы. Але вельмі часта мы не заўважаем, якім чынам прамаўляе Бог аб “любові і праўдзе”, бо нашы слабасці абмяжоўваюць зрок. Таму ў малітве любячай увагі тройчы звяртаемся з просьбай аб святле. “Пане, пакажы мне...”. Дары, ласкі, даброты, але не толькі: недахопы, памылкі, правіны. Аднак і гэта не ўсё – просім падказаць, як выправіць крыўды, аднавіць сувязі, даць рады з цярпеннем, мацней любіць Бога і бліжніх.

Не лішнім будзе падкрэсліць, што ў першую чаргу мы шукаем, за што падзякаваць Богу. Вядома, спадзяёмся знайсці выйсце ў складаных сітуацыях. Але малітва з’яўляецца цудоўнай магчымасцю проста падзякаваць за тое, што ўсё ідзе добра! Нагод для гэтага сапраўды шмат. Таму ўсё ж такі не страх павінен прымушаць нас затрымлівацца, але любоў. Гэта яна імкнецца заўважыць і ўшанаваць кожную праяву Божай міласці і праўды.

А. Уільям Ламберт SJ, аўтар кніг па ігнацыянскай духоўнасці, прапануе наступную

траістую схему для малітвы любячай увагі:

- **1. Просьба** да Бога аб здольнасці заўважыць і прыняць Яго дары.
  Позірк на дары.
- **Падзяка** за ўсе даброты і ласкі, якія заўважыў.
  2. Просьба да Бога аб усведамленні сваіх грахоў і вызваленні ад іх.
  Позірк на грахі.
  Падзяка за прабачальнае Божае вызваленне; жаль за грахі.
  3. Просьба да Бога аб адшуканні новых шляхоў хрысціянскага жыцця.
  Позірк на магчымасці ўзрастання ва ўнутранай свабодзе, якая з'яўляецца ўмовай змены паводзін.
  Падзяка ў малітве, поўнай надзеі на Божую дапамогу. *На завяршэнне можна памаліцца "Ойча наш...".*

Гэтую траістасць, памножаную на 3, лёгка запомніць і трымаць у галаве, стомленай ці легкадумнай, а таксама тады, калі віруюць пачуцці або наступаюць перыяды прыгнечанасці і сухасці. Ёсць розніца паміж самотным "пракручваннем" перажыванняў, сумневаў, трывог і праглядам іх у Божай прысутнасці. Просьба прасвятліць нашы вочы дае магчымасць убачыць праўду і змяніць згубны накірунак, навучыцца пакоры і радаснай удзячнасці.

Кожнаму з нас вельмі важна, а нават жыццёва неабходна, трапіць у дом Айца, дзе мы – доўгачаканыя любімыя дзеці. Божы позірк суправаджае нас, Яго рука дапамагае рухацца наперад. Але калі не будзем звяртаць на Яго ніякай увагі, то не навучымся адрозніваць добрыя накірункі ад благіх і будзем губляць каштоўны час, выбіраючыся з чарговай калатнечы. Езус Хрыстус называе дарогай сябе (параўн. Ян 14, 6). Няхай жа малітва любячай увагі дапамагае нам знаходзіць Яго як мага хутчэй і трымацца як мага бліжэй!