Z Bogiem przez codzienność



R achunek sumienia, o którym była mowa tamtym razem, nie ogranicza się do jednej formy. Powiedzieliśmy już o przeglądzie dnia, a dziś bliżej poznamy modlitwę miłującej uwagi.

Najpierw trzeba zaznaczyć, że ignacjańskie podejście do wykorzystywania tych czy innych praktyk modlitewnych charakteryzuje się elastycznością. Chodzi o to, że przekazując nam pewne porady duchowe, w istocie św. Ignacy proponuje narzędzia do twórczego użycia w konkretnych warunkach i sytuacjach życiowych. † Do odnalezienia swojego sposobu i formy rachunku sumienia, potrzeba uwagi i świadomości celu drogi. Wyobraźmy sobie, że jesteśmy kierowcami na nieznajomym – natchnienie Ducha Świętego nieraz kieruje do niewiadomych miejscowości – szlaku, który powinien doprowadzić do celu. Wydaje się, że znamy drogę, lecz z powodu pewnych przyczyn mijamy ważny zakręt i musimy długo szukać sposobu, by wrócić na potrzebne skrzyżowanie.

Czy ten kierunek, którym podążamy w trakcie życiowej wędrówki, przybliża nas do Boga? Czy prowadzi do głębszej wiary, nadziei, miłości? Może pora przystanąć i zastanowić się nad tym?

Umieć się zatrzymać w naszych czasach nie jest aż takie łatwe, a jednak bardzo potrzebne. Robić przerwy można nie tylko wieczorem przed snem, lecz także w ciągu dnia, przynajmniej przez pięć minut, aby rozejrzeć się dookoła i posłuchać swego serca – najlepszego „nawigatora" pod względem duchowym. „Według Biblii centrum człowieka stanowi serce, w którym spotykają się wszystkie jego wymiary: ciało i duch; głębia osoby oraz jej otwarcie na świat i na innych; rozum, wola i uczucia.

Otóż, jeśli serce zdolne jest zespalać razem te wymiary, to dzieje się tak dlatego, że jest ono miejscem, gdzie otwieramy się na prawdę i miłość i zezwalamy, aby one w głębi dotknęły nas i przemieniły" (Papież Franciszek, Lumen Fidei).

Intonacje miłości dla każdego są niepowtarzalne. Jednak nieraz nie zauważamy, w jaki sposób Bóg mówi o „miłości i prawdzie", ponieważ nasze wady osłabiają wzrok. Modlitwa miłującej uwagi zawiera trzykrotną prośbę o światło. „Panie, pokaż mi...". Dary, łaski, dobra, ale też niedociągnięcia, błędy, przewinienia. Jednak i to nie wszystko – prosimy o pokazanie, w jaki sposób można naprawić wyrządzone przeze mnie zło, odnowić relacje, dać radę z cierpieniem, mocniej pokochać Boga i bliźnich.

Warto też podkreślić, czego szukamy przede wszystkim, za co dziękujemy Stwórcy. Wiadomo, mamy nadzieję na odnalezienie wyjścia z trudnych sytuacji. Jednak modlitwa jest cudowną możliwością po prostu podziękować za to, że jest dobrze! Powodów mamy rzeczywiście wiele. Dlatego też nie lęk powinien przymuszać nas do przystanięcia, lecz miłość. To ona dąży do zauważenia i uszanowania każdego przejawu Bożej dobroci i prawdy.

O. William Lambert SJ, autor książek o du- chowości ignacjańskiej, proponuje następujący schemat modlitwy miłującej uwagi:

 1. Prośba do Boga o umiejętność dostrzeżenia i przyjęcia Jego dobrodziejstw.
Spojrzenie na dobrodziejstwa.
 Podziękowanie za dostrzeżone dobrodziejstwa.
2. Prośba do Boga o dostrzeżenie swoich grzechów i uwolnienie od nich.
Spojrzenie na grzechy.
Podziękowanie za przebaczające uwolnienie przez Boga, zawstydzenie.
3. Prośba do Boga o znalezienie nowej drogi chrześcijańskiego życia.
Spojrzenie na możliwości przemiany własnej wolności, która jest warunkiem nowego postępowania.
Podziękowanie w modlitwie nadziei, która jest pewna Bożej pomocy. Na zakończenie można pomodlić się „Ojcze nasz”.

Tę troistość pomnożoną przez trzy łatwo zapamiętać i mieć w głowie, zmęczonej czy wypoczętej, a także wtedy, gdy wirują uczucia lub panują okresy przygnębienia i oschłości. Samotne „przeglądanie” przeżyć, wątpliwości, niepokojów a analizowanie ich w Bożej obecności istotnie się różnią. Prośba o otworzenie naszych oczu daje możliwość dostrzeżenia prawdy i zmiany zgubnego kierunku, nauczenia się pokory i radosnej wdzięczności.

Dla każdego z nas jest bardzo ważne, wręcz niezbędne, trafić do domu Ojca, gdzie będziemy spotkani jako długo oczekiwane umiłowane dzieci. Boże spojrzenie towarzyszy nam, Jego ręka pomaga kroczyć naprzód. Jednak jeśli nie będziemy zwracali na Niego żadnej uwagi, nie zdołamy odróżnić dobrego kierunku od złego, będziemy tracili cenny czas, wydostając się z kolejnych tarapatów. Jezus Chrystus nazywa drogą siebie (por. J 14, 6). Niech więc modlitwa miłującej uwagi pomaga nam odnajdować Go jak najszybciej i trzymać się jak najbliżej!