



MATERIAŁY NA SPOTKANIE FORMACYJNE  
DLA GRUP MODLITWY OJCA PIO

## **Modlitwa myślna według Ojca Pio**

marzec 2019

### **KATECHEZA**

Święty Ojciec Pio był człowiekiem nieustającej modlitwy. Jak wiemy, sam powiedział, że jedynie to potrafi robić. Miał swoje ulubione modlitwy, takie jak dziękczynienie po Komunii świętej, ale przede wszystkim zajmowała go medytacja. Rozmyślał o męce Zbawiciela, o miłości Boga do człowieka, o całej historii zbawienia.

Ojciec Pio zaleca – jako kierownik duchowy – przyzwyczajanie się do wielu modlitw, zwłaszcza myślnych i medytacyjnych. W dzienniku z 1929 roku wymienia poszczególne codzienne pacierze. Są to medytacje wypełniające nie mniej niż cztery godziny, które zazwyczaj dotyczą narodzin, życia, męki i śmierci Jezusa. Gdy Ojciec Pio rozmyślał o udrękach Chrystusowych, cierpił niezmiernie, ale ten ból przynosi mu wielkie dobro. Raduje się pokojem i spokojem, których nie da się wyrazić.

Ojciec Pio wie, że codzienna refleksja nad doskonałym życiem Jezusa znanym z Pisma Świętego i Ewangelii jest konieczna, by okazać się godnym naszego Zbawiciela (czyli upodobnić się do Niego). Z refleksji rodzi się szacunek dla Jego czynów, a z szacunku – pragnienie naśladowania. Trzeba również rozmyślać nad życiem świętych, którzy starali się naśladować Jezusa Chrystusa, a także zastanawiać się nad obowiązkami i świętymi naukami. Jako jeden ze środków doskonałości Ojciec Pio wymienia ciągle studiowanie prawa Bożego. By mieszkało ono w człowieku, konieczne jest czytanie Pisma Świętego, książek o Bogu, słuchanie świętych mówców i spowiedników. Niemożliwe jest przeniknięcie sensu słowa Bożego bez pilnej nad nim medytacji. Sprawia ona, że człowiek jest daleki od grzechu i wciąż dąży do wiecznej doskonałości.

Ojciec Pio przykładą dużą wagę do metody i sposobu prowadzenia medytacji. Chce wiedzieć, jak kierowane przez niego osoby spędzają swój dzień, czy korzystają z praktyki modlitwy myślnych, jak często, w jakich porach dnia, ile czasu jej poświęcają. Jeśli dokładnie nie zrozumie sposobu opisanego przez duchowe dziecko, nie próbuje modlitwy.

Przede wszystkim Ojciec Pio radzi, by uregulować i usystematyzować sposób życia. Z tego względu zaleca czynić rano przygotowanie całego dnia, ofiarując Bogu wszystkie czynności. W ciągu dnia należy ustalić dwie pory na medytację, najlepiej rano przed pójściem do kościoła i wieczorem po różańcu. Pozwala, by medytacja poranna z racji surowej pory roku była odprawiana w łóżku przed wstaniem. Jeśli chodzi o długość tej modlitwy wskazuje, że należy medytować nie mniej niż pół godziny za każdym razem.

Taki plan dnia ma wprowadzić w każdą jego chwilę medytacyjny klimat. Dlatego Ojciec Pio zgadza się na rozmowy tylko wtedy, gdy są one całkowicie niezbędne. Radzi umiłowanie ciszy, bo w wielomówstwie zawsze można znaleźć winę. Poleca, by trzymać się na uboczu, bo w zaciśnięciu

Pan mówi swobodniej do duszy, a ona w większym skupieniu słucha Jego głosu. Stąd dobrze jest zmniejszyć liczbę wizyt i znosić po chrześcijańsku te, które są składane. To cisza Marii ma być modelem i inspiracją bardziej niż aktywność Marty.

Z zewnętrzną i wewnętrzną ciszą łączy się skupienie. Choć zważywszy na warunki, nie jest możliwe permanentne utrzymywanie myśli utkwionej w Bogu, to jednak trzeba czynić wszystko, co możliwe, by trwać w Jego obecności. Trzeba stale pamiętać, że Bóg nas widzi. Dobrze rozważać naszą stałą obecność przed Bogiem, któremu będziemy musieli zdać sprawę z każdego czynu dobrego lub złego. By się postawić w obecności Boga, najlepiej uświadomić sobie, że On wraz z całym dworem niebieskim realnie znajduje się w centrum duszy.

Ojciec Pio pozostawia swobodę w prowadzeniu medytacji z książką lub bez niej. Trzeba jednak stwierdzić, że sam wiele miejsca poświęca lekturom, które ściśle wiążą się z medytacją: poprzez książki Bóg mówi do duszy, a podczas medytacji dusza mówi do Boga. Razem stanowią dwa najbardziej użyteczne środki do uzyskania doskonałości chrześcijańskiej.

Trzeba jednak pamiętać, że jakakolwiek prawda świętej religii może i powinna być przedmiotem medytacji nawet bez odpowiednich książek. Ma ona zazwyczaj krążyć wokół życia, męki, śmierci i zmartwychwstania oraz wniebowstąpienia naszego Pana Jezusa Chrystusa. Cierpiące człowieczeństwo Chrystusa ma tu pierwszeństwo. Medytowanie Jego Męki, podobnie jak w życiu św. Franciszka, coraz mocniej rozpala pragnienie cierpienia dla miłości Jezusa.

*Roman Rusek OFM Cap*

Pytania do dzielenia w grupach:

- Czy praktykuję modlitwę myślną, kiedy w myślach rozmawiam z Bogiem?
- Czy zwłaszcza po Komunii Świętej jestem wdzięczny za dar Jego obecności?
- Czy czytam Pismo Święte, rozmyślając nad skierowanym do mnie słowem Boga?

## MEDYTACJA BIBLIJNA

Strzeżcie się, żebyście uczynków pobożnych nie wykonywali przed ludźmi po to, aby was widzieli; inaczej nie będziecie mieli nagrody u Ojca waszego, który jest w niebie. Kiedy więc dajesz jałmużnę, nie trąb przed sobą, jak obłudnicy czynią w synagogach i na ulicach, aby ich ludzie chwalili. Zaprawdę, powiadam wam: ci otrzymali już swoją nagrodę. Kiedy zaś ty dajesz jałmużnę, niech nie wie lewa twoja ręka, co czyni prawa, aby twoja jałmużna pozostała w ukryciu. A Ojciec twój, który widzi w ukryciu, odda tobie. Gdy się modlicie, nie bądźcie jak obłudnicy. Oni lubią w synagogach i na rogach ulic wystawać i modlić się, żeby się ludziom pokazać. Zaprawdę, powiadam wam: otrzymali już swoją nagrodę. Ty zaś, gdy chcesz się modlić, wejdź do swej izdebki, zamknij drzwi i módl się do Ojca twego, który jest w ukryciu. A Ojciec twój, który widzi w ukryciu, odda tobie. Na modlitwie nie bądźcie gadatliwi jak poganie. Oni myślą, że przez wzgląd na swe wielomówstwo będą wysłuchani. Nie bądźcie podobni do nich! Albowiem wie Ojciec wasz, czego wam potrzeba, wpierw zanim Go poprosicie. (Mt 6,1-8)

Jakakolwiek nasza czynność może być wykonywana według dwóch przeciwstawnych sposobów: dla własnego zadowolenia, by otrzymać pochwałę i zdobyć uznanie u ludzi albo też dla spodobańia się Temu, który od zawsze nas chwali i uznaje za dzieci.

Człowiek odczuwa potrzebę uznania: jego tożsamość jest taka, jak ją widzi inny. Stąd pojawia się „służba dla oka”, która czyni nas niewolnikami spojrzeń innych, próżnej chwały. Tylko ten, kto potrafi być dzieckiem Bożym, umiłowanym nieskończone jest wolny od próżnej chwały, gdyż posiada prawdziwą chwałę. Wiara jest poznawaniem tej chwały. Dlatego nie może prawdziwie wierzyć w Boga ten, kto szuka chwały ludzi.

Dzieła, nawet „same z siebie” dobre, są dobre „dla mnie” tylko wówczas, kiedy są dokonywane w miłości i pokorze „przed Bogiem”. W przeciwnym razie, jeśli są czynione „przed ludźmi” - dla próżnej chwały - nie są dobre.

«Gdy się modlicie», zwracajcie się do Ojca swojego w ukryciu, mówi Jezus. Fragment ten uczy, jak się modlić, by być zauważanym nie przez ludzi, lecz przez samego Boga.

Modlić się to być sobą, istotą skończoną i otwartą na Nieskończonego. Żadne zwierzę nie kłęka, by się modlić, nie pyta się o swoje pochodzenie i przeznaczenie czy też o krótkość życia. Jest to akt ludzki i tylko ludzki.

Modlenie się to stawanie przed Bogiem, którego jestem obrazem i podobieństwem. Przed Nim jestem tym, kim jestem. Stojąc daleko od Niego, nie jestem tym, kim jestem - jestem daleko od siebie.

Modlitwa nie jest zamykaniem się w sobie, patrzeniem w swój pępek, czy własne urojenia wewnętrzne. Jest to otwarcie się na Innego, który pozwala mi być sobą.

Modlitwa nie jest mówieniem o Bogu, lecz rozmową z Nim. Nie jest przeglądaniem menu wyszukanych potraw, tylko ich spożywaniem. Bez modlitwy wiara jest pustą ideologią, działaniem rozprasającym człowieka i niszczącym rzeczywistość.

Modlitwa jest rozmową: odpowiadam przez „Ty” temu, kto wypowiada moje imię. Wychodzę ze swej skorupy, by urzeczywistniać się w darze Innego, zapominam o sobie, ażeby zapamiętać Go,

mieć Go w sercu. Modlić się to cieszyć się Bogiem, którego kocham. Staje się On moim życiem. Żyję coraz pełniej w Jego pełni, którą jest obecność, rozmowa, miłowanie, dar, przebaczenie.

Modlitwa nieprawdziwa, czyniona po to, by pojawić się „przed ludźmi”, nie przed Bogiem, fałszuje prawdę mojego istnienia. Prawdziwa jest oddechem życia. Dlatego jest rzeczą konieczną ciągle się modlić, w każdym czasie i w każdym miejscu, ażeby zawsze i wszędzie - na płaszczyźnie świadomości i wolności - wyrażało się to, czym w rzeczywistości jesteśmy.

Modlitwa to nie czynienie czegoś. Jest natomiast „nicnierobieniem”, przeżywanym w wypoczynku szabatowym, który pozwala rozważać, że zostaliśmy uczynieni przez Pana, przeznaczającego nas do „zamieszkania ziemi”. Bezbożni, przeciwnie, są zawsze zaniepokojeni, jak wzburzone morze, którego fale wyrzucają muł i błoto.

### Interpretacja tekstu

w. 1: «Strzeżcie się, żebyście uczynków pobożnych nie wykonywali przed ludźmi po to, aby was widzieli...». My zwracamy zbyt dużą uwagę na coś przeciwnego: działamy zazwyczaj wówczas, gdy jesteśmy widziani i uznawani. Nawet ukrywamy się po to, byśmy byli zauważeni. Człowiek znajduje się zawsze „przed oczami”, „w obliczu” kogoś. Pragnie podobać się, ponieważ wydaje mu się, że jest taki, jakiego widzą go ludzie. Oko drugiego człowieka jest jego pierwszym lustrem. Od naszego wyboru zależy, przed kogo oczyma stanąć: innych czy Boga.

w. 2: «Gdy więc wspierasz potrzebującego...». Wspieranie potrzebującego, danie czegoś własnego temu, kto jest w potrzebie, nie jest przejawem nadmiernej dobroci, lecz koniecznością sprawiedliwości. Kto jest dzieckiem, jest również bratem i siostrą. Nikt nie może miłować Boga, którego nie widzi, jeśli nie miłuje brata, którego widzi (1J 4,20). Syn uzna nas przed Ojcem, jeżeli my Go rozpoznamy w braciach najmniejszych (Mt 25,31nn).

W Biblii ziemia ze wszystkim, co w niej i na niej się znajduje, jest własnością Boga (Ps 24), jest darem Ojca danym dzieciom. Jeżeli tymi dobrami dzielimy się po bratersku, żyjemy na ziemi. Jeśli postępujemy po pańsku, zaczyna się wygnanie: „ziemia” ogrodu Eden zamienia się w pustynię, raj w piekło. Takie jest orędzie proroków, dla których kult religijny staje się obrzydliwością, kiedy staje się przykrywką niesprawiedliwości (Iz 1,13n).

«nie trąb o tym przed sobą». We wszystkich „pobożnych dziełach” znajduje się galeria z obrazami dobroczyńców. Gdyby dobro nie było pokazywane przy dźwięku trąb, odsłanianiu kamieni czy portretów, kto by je czynił? Kto by udzielał pomocy drugiemu, gdyby nikt - nawet on sam - nie zauważał tego? Czy robienie czegoś „na pokaz” nie jest zasadniczą przyczyną spełniania naszych dobrych uczynków?

«tak bowiem robią obłudnicy (hipokryci)». Jest to słowo często używane przez Mateusza. Hipokryta jest aktorem, człowiekiem zamaskowanym, dyrygentem. Życie jest inscenizacją, podczas której każdy kłóci się, by przewodzić. Nie jest to piękny widok ani piękne życie. Wybija się zawsze ten, kto jest najbardziej gwałtowny i bez skrupów albo tragicznie śmieszny. Pozory usiłują być duszą wszystkiego. Istnieje tylko to, co jawi się, a to, co się jawi, właściwie nie istnieje! Odnosi się wrażenie, że jest to wystawa próżności.

«aby ich ludzie chwalili». Ostatecznie moje działanie jest uznaniem drugiego, który staje się wobec mnie despotą. Kompleksy wyższości/nizszości, udręki i przemoc wypływają z naszego odczucia, że nie jesteśmy przyjmowani, dlatego czynimy wszystko, by raczej sprawić dobre wyobrażenie o sobie, po to by być zaakceptowanym.

w. 3-4: «aby twój czyn pozostał w ukryciu...». Tym ukrytym miejscem, którego nikt nie widzi, jest twoje serce, gdzie jesteś zawsze w obecności Boga, a Bóg jest przed tobą. Tam Bóg jest ci Ojcem, a ty jesteś Mu synem. Tam Jego widzenie i miłowanie ciebie jest twoim byciem sobą. A to widzenie ciebie tam sprawia, że stajesz się tym, kim jesteś.

w. 5: «Gdy się modlicie, nie postępujcie jak obłudnicy». Obłudnik szuka samego siebie. Kto szuka swojego „ja”, nie znajduje Boga. Tylko ten, kto wyrzeknie się siebie, Nim się napełni.

Obłudnik posługuje się wszystkim, nawet Bogiem, by pokazać się ludziom. Lecz istnieje jeszcze głębsza obłuda: pokazanie się wobec Niego. Tymczasem w modlitwie nie my jesteśmy protagonistami. To On działa. Bóg sprzeciwia się pysznym (Jk 4,6; 1P 5,5), a napełnia łaską pokornych, jak Maryja. Modlitwa pokornego przenika chmury, a jego serce staje się świątynią, na którą spogląda Bóg i w której zamieszkuje.

«modła się chętnie». Obłudnik „lubi” się modlić. Oczywiście wobec innych, w zaułkach placów, jak to ma miejsce na Bliskim Wschodzie.

«aby zwrócić na siebie uwagę». Taka modlitwa jest objawianiem się mojego „ja”, a nie Boga. Zamiast stać przed Nim i promieniować Jego chwałą, stoi się przed ludźmi, by z upodobaniem przesyłać im swój dobry wizerunek. Również w Bogu szuka się własnego „ja”!

w. 6: «Gdy ty się modlisz». Negatywne napomnienie występuje w liczbie mnogiej, ponieważ wszyscy mu podlegamy: „Gdy się modlicie, nie postępujcie jak obłudnicy”. Napomnienie pozytywne jest w liczbie pojedynczej, byś przynajmniej ty, kiedy się modlisz, nie uczestniczył w tym błędzie.

«wejdź do swego mieszkania». Ma to być pomieszczenie wewnętrzne bez okien, gdzie przechowuje się zapasy. Znajduje się we mnie miejsce wewnętrzne, oddzielone od zewnątrz, które zapewnia mi życie. Jest w nim ciemno, lecz ono samo jest źródłem światła: jest moim oknem na Boga, od którego bierze początek moje „ja”. Tam jestem sobą a Bóg jest dla mnie kimś więcej niż ja. W tym „sekretnym” miejscu jestem tym, kim jestem, ponieważ znajduję się przed „Ja-Jestem” (Wj 3,14). Tam czerpię to, co służy życiu, więcej, czerpię z samego źródła życia.

Modlitwa dokonuje się w tym miejscu, które jest głębią lub okiem duszy, wierzchołkiem albo szczytem Ducha - mówią mistycy - gdzie jestem sobą w zjednoczeniu z Bogiem i z wszystkimi, obecny wobec Obecności, która sprawia, że wszystko istnieje.

W tej spiżarni otrzymuję mannę ukrytą i sekret mojego imienia oraz Boga. Tu jestem synem, a Duch, niewyraźnymi wzdychaniami, w wielkiej ciszy świetlanej nocy, woła: „Abba, Ojcze!”. Takie jest Słowo, które objawia Ojca i Syna w Duchu. Wypowiedziane przez nas w Synu, wprowadza nas w łono Trójcy: wprowadza świat w Boga, niosąc Boga w świat.

Tym miejscem modlitwy jest nasze serce, gdzie znajduje się człowiek wewnętrzny, Chrystus, który przez wiarę przebywa w naszych sercach (Ef 3,16n).

«zamknij za sobą drzwi». Po wejściu należy zamknąć drzwi na zasuwę. Wchodzimy tam z miłością do Jezusa, który stoi przed drzwiami i puka, byśmy Mu otworzyli i wieczerzali z Nim, a On z nami (Ap 3,20). Zasuwa jest z naszej strony. Szczęśliwy, kto Mu otworzy, wchodzi, zamyka, i pozostaje tam, czyniąc z jego mieszkania Swoje. My natomiast wchodzimy i wychodzimy ciągle, bez zatrzymywania się.

By otworzyć, trzeba wejść w siebie. Normalnie jesteśmy poza sobą, rozczłonkowani tu i tam przez rozliczne zajęcia, jak Marta (Łk 10,41). Znalazłszy się w końcu w środku, należy zamknąć się od wewnątrz, pozostawiając na zewnątrz tysiące głosów, jakie nas rozpraszają.



«w ukryciu». Modlenie się do Ojca trwa w ukryciu. Sekretным ukryciem jest sam Syn, ukryty w ludzkim sercu w Duchu.

«twój Ojciec, który widzi także to, co ukryte». Jego serce jest zawsze tam, gdzie znajduje się Jego skarb: Jego Syn. Modlitwa nie jest działaniem, lecz trwaniem w Jego spojrzeniu - patrzeniem, jak Bóg patrzy na mnie, odwiecznie ukochanego przez Ojca w Synu.

«nagrodzi ciebie». Nagrodą dawaną temu, kto nie oczekuje wynagrodzenia, jest „oddanie”, jakie Ojciec czyni ze siebie, by uczynić go synem, napełnionym Jego Chwałą w miejsce pustki spowodowanej próżną chwałą.

w. 7: «Gdy się modlicie, nie mówcie wielu słów». Nie trzeba mnożyć słów paplaniem, które nic nie przekazuje, poza obawą powiedzenia czegoś.

Można powtarzać jedną sylabę w rytm oddechu czy uderzenia serca, wpadać w ekstazę i mieć wizje. Techniki tego rodzaju mogą służyć do wywoływania wewnętrznych doznań, ale nie mają nic wspólnego z modlitwą. Szukanie swojego „ja” nie jest poszukiwaniem Boga. Może wprowadzać w pustkę, ogłupiające samozadowolenie, fałszywe oświecenie, które niszczy prawdziwe „ja”. Tymczasem „ja” jest odniesieniem „do” i urzeczywistnia się w miłości. Modlitwa jest dialogiem i obopólnością, mówieniem i podobaniem się Innemu, a nie monologiem i „wsobnością”, mówieniem i podobaniem się sobie.

Powtarzanie słów może być także formą magii, lub „zamęczaniem bóstwa”, by wymusić to, co chcemy, by być zauważonym przez nie, w przeświadczeniu, że jesteśmy dla nich kimś nieznanym.

«jak poganie». Taka jest modlitwa „pogańska”, właściwa temu, kto stara się uczynić sobie dobro Boga, którego zresztą lekceważy.

«że będą wysłuchani». Zazwyczaj to my chcemy być wysłuchani przez Boga, tymczasem powinniśmy Go słuchać. Pragniemy, by On okazał nam przychylność w sprawie, na której nam zależy, nie interesując się Nim zbyt. Jest to największa obraza Boga, który nas miłuje - mowa „twarda” w Jego oczach.

w. 8: «gdyż wasz Ojciec wie». Bóg jest Ojcem i wie. Jako Bóg widzi i może. Jako Ojciec zaopatruje. To ja nie wiem, co jest mi potrzebne.

Jednak przedstawiam Mu swoje prośby, wiedząc o tym, że poza tym, o co proszę, rzeczą ważną jest to, że do Niego się zwracam. Dziecko, nawet gdy prosi o rzeczy niepotrzebne lub szkodliwe, zawsze zwraca się do matki, a nie do obcego. Właśnie to zwrócenie się do Niego z ufnością stanowi istotę modlitwy, zawsze miłą Jego sercu.

*Na podstawie książki Silvano Fausti „Wspólnota czyta Ewangelię według św Mateusza”  
opracował Tomasz Duszczyk OFM Cap*