

czwartek, 05.01.2023

Parę słów o modlitwie

Najogólniej rzecz ujmując, modlitwa to słowa skierowane do Boga. Najbardziej znaną w Polsce definicją modlitwy są słowa św. Teresy z Lisieux: "Modlitwa jest dla mnie wzniesieniem serca, prostym spojrzeniem ku Niebu, okrzykiem wdzięczności i miłości zarówno w cierpieniu, jak i radości". [Św. Teresa od Dzieciątka Jezus: Rękopisy autobiograficzne, C 25 r. cytata za: Katechizmem Kościoła Katolickiego, 2558]. Podobnie modlitwę określał św. Jan Damasceński: "Modlitwa jest wzniesieniem duszy do Boga lub prośbą skierowaną do Niego o stosowne dobra". [Św. Jan Damasceński: De fide orthodoxa, 3, 24: PG 94, 1089 D. cytata za: Katechizmem Kościoła Katolickiego, 2559].

Rodzaje modlitwy

Ze względu na sposób modlenia się wyróżniamy następujące rodzaje:

- Modlitwa werbalna - wypowiedzana na głos w formie recytacji wyuczonego tekstu lub za pomocą własnych słów.
- Modlitwa myślowa - bezgłośna modlitwa, podczas której nie używamy głosu.
- Modlitwa dyskursywna - czyli rozmyślanie lub rozważanie jakiejś konkretnej kwestii związanej z duchowością człowieka.
- Modlitwa medytacyjna - poznawanie prawd duchowych na najgłębszym poziomie.

Ze względu na to, kto się modli, wyróżniamy następujące rodzaje:

- Modlitwa prywatna – stanowi swego rodzaju przygotowanie do liturgii. Jest to bezpośrednio obcowanie z Bogiem. Można powiedzieć, że jest to bardzo osobista rozmowa z Bogiem. 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 ?wi?tej Sacrosanctum Concilium*, nr 12].
- Modlitwa grupowa (liturgiczna) – odmawiana podczas Mszy świętych i przy wszelkiego rodzaju obrzędach kościelnych, np. "Panie, zmiłuj się nad nami". Stanowi ona modlitwę większej grupy wyznawców danej religii.

Ze względu na cel modlitwy wyróżniamy następujące rodzaje:

- Modlitwa uwielbienia – jej celem jest wielbienie i oddawanie czci Bogu. Podczas takiej modlitwy człowiek wielbi Boga bez żadnej dodatkowej intencji. Robi to z samego faktu, że Bóg istnieje.
- Modlitwa dziękczynienia – odmawiana w celu podziękowania Bogu za konkretne dary otrzymane przez człowieka. Modlący się składa dziękczynienie, mając świadomość, że wszystko, co posiada, zostało mu podarowane przez Boga.
- Modlitwa przełaganania – jej celem jest przede wszystkim przeproszenie Boga za popełnione grzechy. W modlitwie tej możemy wyrazić osobistą skruchę i żal za grzechy czy zaniedbania.

Modlitwa prosby. Tym rodzaju modlitwy prosimy Boga o łaskę i dary. Wierzymy, że On może nam pomóc w tej kwestii żadnych ograniczeń. Należy jednak pamiętać, że nie każda prośba musi zostać wysłuchana. Bardzo ważne podczas modlitwy prosby są pokora oraz ufność pokładana w Bogu. Przecież to On wie najlepiej, czego człowiekowi trzeba.

Modlitwa w życiu człowieka

Każdy wierzący (niezależnie od wyznawanej religii) powinien znaleźć równowagę pomiędzy modlitwą a codziennymi obowiązkami. Nie jest dobrze, kiedy człowiek całe swoje życie poświęci modlitwie. Jest to skrajność, która może mu bardziej zaszkodzić niż pomóc. Z drugiej strony, całkowite odrzucenie modlitwy jest również niekorzystne. Oderwanie od wyższego "Ja" czyni człowieka słabym i przestraszonym. Nie może on wówczas osiągnąć pełni szczęścia.

Modlitwa jest mocno związana z życiem. Uczy nas lepiej postępować, wycisza i uwrażliwia. Pomaga zrozumieć wszechświat, Boga, a także samego siebie. Dzięki regularnej praktyce modlitwy możemy się doskonalić i wznosić wyżej na szczeblu osobistego rozwoju.

Jednakże działa to także w drugą stronę. Dobry człowiek potrafi lepiej się modlić. Im solidniej pracuje, tym bardziej rozwija swoje talenty. Za tym idą także umiejętności dobrego modlenia się. Co więcej, na pewnym etapie rozwoju duchowego modlitwą może się stać również praca i każda wykonywana czynność.