

# Pronaći središte

(Doći do središta)

(Zur Mitte finden)

Knjiga za predavača

S njemačkoga preveo i priredio Pavao Madžarević

Đakovo 2024.

## Najprije pročitati

Ovaj DVD-ROM sadrži sve potrebne materijale za provođenje seminara „Zur Mitte finden“ (Doći do središta). Preporučujemo vam kao prvo da pročitate Pregled sadržaja pvpga DVD-ROM-a kako biste na prvi pogled imali dobar pregled. Slijedi kratki pregled:

### Priprava – Jedinica 0

Ovdje se nalazi sve što je vrijedno znati prije nego započnete s tečajem, kao Uvod i Predgovor, Uvodno bogoslužje i Sadržaj.

### Jedinice 1 do 8

Sadrže sve sadržaje i pomoć za provođenje jednoga susreta.

U svakoj jedinici naći ćete uvijek popis materijala, opis cilja, pregled svakoga susreta i Poticaje/Kateheze s PowerPoint-prezentacijama. Slike s lijeve strane teksta upućuju na to da na PowerPoint-prezentaciji slijedi nova slika.

Naputci ili dopunska tumačenja u vezi s temom otisnuti su sitnijim slovima.

### Predložak Flyer

Sadrži uzorak za osobno daljnje oblikovanje pri provođenju vašega seminara.

### Hodčasnička knjiga

(ovdje u Pdf-formatu) služi kao bilježnica za sudionike i sadrži tekstove, slike, vježbe i pjesme u vezi s temama seminara.

Želimo vam pri uporabi ovih materijala puno radosti i vodstvo Duha Svetoga.

Urban Camenzind i Matthias Willauer

Svi materijali su zakonom zaštićeni i podliježu zakonu o pravima izdavača.

# Uvod i Predgovor

## Cilj seminara

Seminar o nutarnjoj molitvi namijenjen je ljudima koji traže i zanimaju se za duhovnost i hoće pokazati nove puteve do susreta s Bogom. „Kršćanin budućnosti će biti mistik, ili ga više neće biti.“ U duhu ove riječi Karla Rahnera DI radi se o novim putevima mistike u svakodnevici.

Jedna takva vrsta mistike nije luksuz, nego zapovijed trenutka. Molitva, shvaćena i življena kao disanje duše (često označena i kao Nutarnja molitva, Molitva počivanja, Molitva srca ili Kontemplativna molitva) daje nam otkriti i iskusiti kako u trajnoj nutarnjoj povezanosti s Kristom možemo neprestano crpiti iz izvorā života.

Seminar na jednostavan i zoran način – uz pomoć praktičnih vježbi i promatranja slike – uvodi u Nutarnju molitvu. Nutarnja molitva može nam u na aktivnost orijentiranu svijetu otvoriti nove dimenzije života. U prvome planu ne stoji čin (djelo), nego pažljivo dopustiti da se dogodi. Molitva postaje tako stvarnim životom kao udisaj i izdisaj.

Naglašujemo da ovaj tečaj nije upravljen samo ljudima s puno molitvenoga iskustva, nego svakom čovjeku. Seminar POV prati ljude u potrazi za Nutarnjom molitvom i pomaže im napredovati na hodočasničkome putu do vlastitog srca.

Često doživljavamo kako u svojoj svakodnevici nailazimo na granice. Razočaranja i neuspjesi troše naš osjećaj vlastite vrijednosti i otimaju nam snagu i motivaciju da svoje svakodnevne zadaće i dužnosti ispunimo (izvršimo) nutarnjom opuštenošću. Tako se zacijelo dogodilo i s dvojicom Isusovih učenika, kad su nakon razapinjanja na Golgoti išli tužni i ojađeni (rezignirani) iz Jeruzalema u Emaus.

U Lukinu Evanđelju (Lk 24,13-53) se pripovijeda kako su se na putu susreli sa strancem. Kako se tijekom susreta pokazuje, to je sam Uskrsnuli. On razočaranim učenicima otvara oči za jedno novo

gledanje njihova života i poziva tako da oni, nakon ovoga susreta „gorućim srcem“ slijede Isusov poziv. Kao tekst u Lukinu Evanđelju polazi i ovaj tečaj od konkretne realnosti, od životne situacije, u kojoj se sudionici nalaze: bilo to s puno nade ili neutješno.

Pripadnost Katoličkoj crkvi nije nikakav uvjet za sudjelovanje; ali je poželjna otvorenost za različite tradicije molitve kršćanskih Crkava.

Blago na njivi

Terezija Avilska misli da mnogi ljude trče kao glupi pastiri površno poljem svoga života ne sluteći ni najmanje koje je dragocjeno blago skriveno u njihovoj nutrini.

Nutarnja molitva – shvaćena kao molitva bez prestanka (neprestana molitva), kao boravljenje i život u Božjoj prisutnosti – spada u dragocjeno blago kršćanske vjere; tko ga jednom otkrije, dogodit će mu se kao i onome čovjeku u Matejevu Evanđelju: *„Kraljevstvo je nebesko kao kad je blago skriveno na njivi: čovjek ga pronađe, sakrije, sav radostan ode, proda sve što ima i kupi tu njivu“ (Mt 13,44).* U našoj duši je skriveno ovo dragocjeno blago, samo ga treba otkriti.

Seminar „Doći do središta (Pronaći središte) – Duhovnost koja oslobađa“ treba biti pomoć i vodstvo na ovome istraživačkom putovanju. Za to vam želim milost i vodstvo Duha Svetoga.

Urban Camenzind-Herzog

## Sadržaj

### Hodočasnički put preko osam postaja

Samo rijetki ljudi naslućuju što je Bog u njihovu nutrinu položio i što bi iz njih mogao načiniti ako bi se potpuno povjerali njegovu vodstvu. Stoga je pronaći put do vlastitoga srca najvažnija čovjekova zadaća. Seminar sadrži osam hodočasničkih postaja (susreta tečaja) sa sljedećim temama:

- |   |                       |
|---|-----------------------|
| 1. On već jest uvijek s tobom<br><i>Molitva kao susret</i>                | <b>Pohod</b>          |
| 2. Ljubav gradi na ulomcima<br><i>Spoznaja sama sebe kao temelj</i>       | <b>Reznacija</b>      |
| 3. Bog traži razgovor s tobom<br><i>Tjelesna dimenzija molitve</i>        | <b>Oracija</b>        |
| 4. Njegovu riječ pokrenuti u srcu<br><i>Značenje ljudskoga nastojanja</i> | <b>Meditacija</b>     |
| 5. Zastati u trenutku<br><i>Prednost božanskoga djelovanja</i>            | <b>Kontemplacija</b>  |
| 6. Ispunjenje čežnje<br><i>Euharistija i molitva sjedinjenja</i>          | <b>Pričest</b>        |
| 7. Ljubav nas Kristova goni...<br><i>Tko ljubi, evangelizira</i>          | <b>Evangelizacija</b> |
| 8. „Kao što mene posla Otac...“<br><i>Poslanje</i>                        | <b>Poslanje</b>       |

### Mogućnosti oblikovanja

Uz svaku jedinicu postoji PowerPoint-prezentacija koju je moguće prema potrebi još više razraditi. Pojedini susreti sadrže meditativne elemente, promatranja slike, molitve i pitanja za

razmjenu u malim grupama. U vezi s time nalaze se i napomene u materijalima za predavača koji upućuju na tišinu, pjesme i glazbu.

Sadržaj DV S\_ROM-a

Pdf i Word-datoteke, kao i PowerPoint-prezentacije

Materijali za predavača

Uz svaku jedinicu naveden je vremenski tijek pojedine jedinice, odgovarajuće pripreme, tekst Poticaja, kao i pitanja za razmjenu u malim grupama

Sve PowerPoint-prezentacije za 8 jedinica seminara.

Promidžba

Predložak formulara s mogućnošću daljnje razrade. NA raspolaganju stoji i Logo seminara.

Uvodno bogoslužje

Predložak propovijedi i izabrani biblijski tekstovi za uvodno bogoslužje u župi za predstavljanje seminara.

Dodatni materijal

Predložak za sudionike u vezi s jedinicom 2, kao i biblijski citati za jedinicu 8 u registru odnosnih jedinica.

Hodočasnička knjiga

Cjelovita knjiga za sudionike „Nije li nam gorjelo srce...“, označena kao „Hodočasnička knjiga“ s tekstom, slikama, brojem stranica i jednom Pdf-datotekom.

Modeli za provođenje seminara

Mogući su različiti načini provođenja:

1. Seminar kao tečaj u nastavcima: Pojedini susreti događaju se redovito (tjedno ili svaka dva tjedna), po mogućnosti istoga dana u tjednu.

2. Seminar nudi dostatno materijala, da se sa malim grupama i tijekom duljega vremena može provesti. Poticaji za pojedine jedinice mogu se tada rasporediti na više susreta i nude mogućnost razgovora. Pojedinačne vježbe se mogu provoditi i višekratno.

Glasovi u vezi sa seminarom

„Moram priznati da sam ovim osmodijelnim seminarom dirnut. Detaljna i praktična priprava, jasna stupnjevita (postupna) struktura, uvjerljiva i ponovljiva metoda, bliskost životu, neprestano zazivanje Duha Svetoga, odnos prema Svetome pismu, primjeri svetaca, okrjepa korak po korak i iscjeljenje itd. vode do otkrića i produbljivanja vjere – sve je to jedinstveno i neponovljivo!

Mogu se samo diviti kako se na ovome seminaru povezuju najrazličitija područja vjere. Tu je nauk o vjeri, duhovnost, moral, obraćenje, iscjeljenje, posvećenje, poslanje! Tu je jednostavno sve!

Budući da je izdavaču (sastavljaču) uspjelo nešto veličanstveno, mnogima to može postati blagoslov!“ (ddr. Peter Egger)

„Spočetka katolkinja, godinama sam se udaljila od Crkve. To više sam u ezoterijskim krugovima i odgovarajućoj literaturi tražila sretan život ispunjen smislom. U jednoj lokalnoj tiskovini naišla sam slučajno na najavu seminara koji održao u susjednoj župi. Od Crkve ustvari nisam više ništa očekivala, ali oglašavanjem seminara – naslov i različite teme – probudilo je u meni zanimanje. Htjela sam barem jednu večer 'izvidjeti' kako je to u oglasu predloženo. Osvrćući se mogu se samo diviti.

Nikada ne bih pomislila da ću napokon u Crkvi pronaći ono što sam godinama na najintenzivniji način tražila izvan nje. Bilo mi je to gotovo nevjerojatno, ali sam pronašla nešto još puno bolje: novi pristup vjeri u živoga Boga, novi način molitve, čak i novi odnos prema Crkvi“ (sudionica, 32).

„Na jednome tečaju o Nutarnjoj molitvi čula sam puno toga što, je meni pobudilo čežnju za intenzivnijim životom s Bogom. Posebno su me se dojmili izričaji i naputci svete Terezije Avilske. Ipak sam tada mislio: Ipak je to previsoko za seljaka, kao što sam ja. Ipak, ohrabren seminarom, uzeo sam si svaki dan vremena da se osvjedočim u Božju prisutnost u mom životu. Danas, tri godine kasnije, smijem reći: Više se ne mogu zamisliti život bez Nutarnje molitve. Što mi se ranije činilo 'previsokim', mogu sve više živjeti u vlastitom životu. Nikada ne bih pomislio da jedna Terezija Avilska može tako spasonosno pokrenuti život jednoga seljaka u trećem tisućljeću“ (sudionik, 45).

Pregled sadržaja ovoga DVD-ROM-a

Najprije pročitati

(Word i Pdf datoteke)

Priprava – Jedinica 0

Uvod i predgovor (Word i Pdf datoteke)

Uvodno bogoslužje (Word i Pdf datoteke)

Pregled sadržaja ovoga DVD-ROM-a (Word i Pdf datoteke)

Jedinice 1 – 8 (kao Word i Pdf datoteke, kao i PowerPoint-prezentacija)

- |   |                      |
|---|----------------------|
| 1. On već jest uvijek s tobom<br><i>Molitva kao susret</i>                | <b>Pohod</b>         |
| 2. Ljubav gradi na ulomcima<br><i>Spoznaja sama sebe kao temelj</i>       | <b>Reznacija</b>     |
| 3. Bog traži razgovor s tobom<br><i>Tjelesna dimenzija molitve</i>        | <b>Oracija</b>       |
| 4. Njegovu riječ pokrenuti u srcu<br><i>Značenje ljudskoga nastojanja</i> | <b>Meditacija</b>    |
| 5. Zastati u trenutku   | <b>Kontemplacija</b> |



- Prednost božanskoga djelovanja*
- |  |                       |
|--|-----------------------|
| 6. Ispunjenje čežnje<br><i>Euharistija i molitva sjedinjenja</i> | <b>Pričest</b>        |
| 7. Ljubav nas Kristova goni...<br><i>Tko ljubi, evangelizira</i> | <b>Evangelizacija</b> |
| 8. „Kao što mene posla Otac...“<br><i>Poslanje</i>               | <b>Poslanje</b>       |

Uzorak Flyer-predložka u vezi s tečajem (Word-dokument)

Hodočasnička knjiga „Nije li nam gorjelo srce“ (Pdf-datoteka)



1.

# On već jest uvijek s tobom – *Molitva kao susret* Pohod

## Priprave

(iste u svakoj jedinici!!!)

- Projekciono platno; Daljinsku upravljač; Prijenosno računalo; Kabel; Dovoljno Hodočasničkih knjiga; Stol (pult) za predavača; Voda i čaše; Cvijeće; Ikone; Svijeće; Kutija za pitanja; Cedulje i pisaljke

### **Napomena u vezi s provođenjem seminara:**

Već je bilo župa i molitvenih grupa koje su seminar održale tako da su svaku jedinicu rasporedili na svije večeri/poslijepodneva i tako na raspolaganju imale dulje vrijeme za tišinu.

**Cilj:** Sudionici prepoznaju da je Bog već uvijek tu. Prije nego mi nešto ostvarimo, naša je prva „aktivnost“ u molitvi Mu dopustiti da nas ljubi. U dubini našega srca čeka Bog na susret s nama.

## Pregled

### **1. Pozdrav**

Pregled tečaja „Pronaći središte (doći do središta)“; Duhovnost koja oslobađa. Molitva kao disanje duše; Seminar za nutarnju molitvu; Organizacijske napomene

### **2. Uvertira**

Probudio sam se kao iz duboka sna; Izuj svoju obuću; Moliti znači biti ljubljen i ljubiti

### **3. Uvodna molitva**

Vježba: Uprisutnjenje Boga; „Bože, ti si tu. Gledaš me i ljubiš. Hvala.“

### **4. Duh Sveti**

Nutarnji Učitelj, naš neprestani Pratitelj; „Gospodine, trebamo te...“; Pjevanje Duhovske Posljednice

### **5. Gospodine, nauči nas moliti**

Obraćanje Isusu Kristu, eventualno hod do ikone Krista; Gospodine, nauči nas moliti: Oče naš; Tišina; Marija; Moliti „Zdravo, Marijo...“

### **6. Temeljni stavovi**

Put do nutarnje molitve; Radosno i zahvalno; Slobodno; U zajednici; Kao dijete; Pregled čitavoga hodočasničkog puta s pojedinim etapama

### **7. Učenici iz Emausa**

Dvojica učenika s gorućim srcima; Bog ide putem zajedno s nama; Na početku stoji ljubav; Moliti znači ljubiti; Pjesma „Hoću ti zahvaliti“

**Pauza**

### **8. Mistika**

Mistika za početnike i uznapredovale; Mistika i svetost; Mistika i „iskustvo Boga“; Disanje tijela i duše

### **9. Okretanje u nutrinu**

Molitva kao vrata do vrta moje duše; Prava molitva je nutarnja molitva

### **10. Nutarnja molitva**

Oznake (karakteristike); Posebno za početnike; Nutarnja molitva kao milosni Božji dar

### **11. Čin izbalansiranosti modernog života**

Što mora učiniti čovjek da bi prihvatio Božji dar?; Bog dariva sama sebe

## 12. Molitva kao postojanje (život)

Molitva kao boravljenje uz prijatelja; Promjena u Božjoj prisutnosti; Vježba za kod kuće: Pijenje kave

## 13. Obraditi pitanja iz kutije za pitanja

## 14. Završetak

Pjesma; Blagoslov

# On već jest uvijek s tobom – *Molitva kao susret* **Pohod**

## 1. Pozdrav

**Slika 1:** Srdačno pozdravljamo sve sudionike i zahvaljujemo vam za dolazak. Bez srama smijete „izvidjeti“ da li vam seminar odgovara.

Eventualno dati potrebne organizacijske napomene.

Skupa polazimo na jedno avanturističko putovanje.

Pitanja koja vas tijekom seminara muče, možete zabilježiti na jednu cedulju i odložiti u kutiju za pitanja. Na njih ćemo se osvrnuti pri sadržajno prigodnoj prilici.

U seminar pripadaju:

Tematski poticaji (Poticaj prve jedinice nešto je dulji), meditacije slike, pjesme, dulja vremena tišine i osobna razmjena.

## 2. Uvertira

Uvertirom (od francuskoga *ouverture*, „otvaranje“) u glazbi se označava predigra jednoga koncertnog programa. Uvodne misli na početku seminara si kao otvarač vrata za susret sa živim Bogom.

### Probudio sam se kao iz duboka sna

**Slika 2:** Započinjem o jednom riječju Bazilija Velikog (330.-379.):

*„Probudio sam se kao iz duboka sna da bih razmatrao čudesno svjetlo istine Evanđelja.“*

Da bi se kršćani Europe, da bismo se mi probudili iz duboka sna, kako bismo prepoznali kakvo nam je čudesno svjetlo darovano u Isusu Kristu i njegovu Evanđelju. O da bismo čudesno svjetlo istine Evanđelja na posve nov način iskusili kao oslobađajuću i krajnje usrećujuću radosnu vijest. Na ovome seminaru hoćemo dopustiti da nas dodirne i preobrazi snaga svetoga Evanđelja, riječi vječnoga života.

Eventualno osobno svjedočanstvo, kako sam smio otkriti čudesno svjetlo Evanđelja.

*„Ovo nutarnje svjetlo je milost Duha Svetoga“, misli Serafim iz Sarova, veliki svetac Istočne crkve. A sveti Augustin (354.-430.) opijeva ovo svjetlo u jednoj molitvi: „Tko poznaje istinu, poznaje ovo svjetlo, i tko poznaje svjetlo, poznaje vječnost. Ljubav to poznaje! O vječna Istino, o istinska Ljubavi, o ljubljena Vječnosti! Ti si moj Bog, za tobom danonoćno žudim.“*

### **Izuj svoju obuću**

**Slika 3:** Bog je pripremio Mojsija, objavljujući mu se u gorućemu grmu, za najsnažniji susret svoga života. To je bilo potrebno, jer Mojsije je htio jednostavno prići i pogledati izvanrednu pojavu: *„'Hajde da priđem'. Reče Mojsije, 'i promotrim ovaj čudni prizor: zašto grm ne sagorijeva.' Kad je Jahve vidio kako prilazi da razmotri. Iz grma ga Bog zovne: 'Mojsije! Mojsije!' 'Evo me!' – javi se. 'Ne prilazi ovamo!' – reče. 'Izuj obuću s nogu! Jer mjesto na kojem stojiš sveto je tlo'“ (izl 3,3-5).*

Terezija Avilska je govorila da je slava Božja svjetlo, „posve različito od onoga što na zemlji vidi. U usporedbi prema ovome božanskom svjetlu i sama jasnoća sunca, koju gledamo, toliko je mračna, da se radi nje ne želi i otvoriti oči.“ Ovo je snažna usporedba! Ako hoćemo susresti Božje svjetlo, potrebna je reakcija kao kod Mojsija kod gorućega grma: *'Izuj obuću s nogu! Jer mjesto*

*na kojem stojiš sveto je tlo' (Izl 3,5).* Moramo svoju normalno budućnost, kako postupamo s ljudima i s Bogom, odložiti i Bogu dopustiti da nam otvori nutarnje oči. Na ovome seminaru uvježbavamo stav strahopoštovanja i klanjanja prema Bogu. Gospodin govori danas i nama: Izuj svoju obuću; jer mjesto na kojem stojiš sveto je tlo.

Mi se ovdje i sada susrećemo sa živim Bogom – koji neizmjerljivo nadilazi sve naše slike koje o njemu stvaramo!

### **Moliti znači biti ljubljen i ljubiti**

Moliti ne znači ništa drugo, nego ljubiti: On, koji te oduvijek neizmjerljivo ljubi, sada je tu uz te „jer te ljubi ljubav, sam postaješ ljubav“ (Leandre Lachance).

## **3. Uvodna molitva**

### **Napomena uz vezi s „Uvodnom molitvom“**

Ovaj obred može na svakom susretu seminara uslijediti istim tijekom.

- **Mogućnost 1:** Unijeti ikone Krista i Marije – zapaliti svijeću.
- Kod ikona u prvome planu ne stoji umjetnička vrijednost slike. Ikone otvaraju odnos, odnos prema Vječnome, do božanske tajne koja stoji iza slike. „Čast koju se iskazuje slici, svodi se na Pra-sliku“, Bazilije Veliki.
- **Mogućnost 2:** Ikone Krista i Marije pojavljuju se samo na projektoru.
- Eventualno osobno čašćenje ikona, križa...
- Početak znakom križa
- Iznutra se obraćamo Isusu Kristu i molimo ga da nam daruje milost nutarnje, neprestane molitve. Nakon kratke tišine možemo polagano moliti Oče naš. Na kraju zapjevamo Duhovsku Posljednicu i zatim izmolimo Zdravo, Marijo.

### **Vježba: Uprisutnjenje Boga**

Sada se okrećemo (obraćamo) iznutra Bogu. On je ovdje prisutan, očekuje nas, želi nas obdariti. Ali naše je srce često negdje

drugdje. Stoga pokušavamo posvijestiti si da je Stvoritelj svemira, Trojedini Bog koji neizmjereno za mnom čezne, tu i želi me dodirnuti svojom ljubavlju.

### **„Bože, ti si tu...“**

**Slika 4:** Sljedeći tekst je krajnje korisna riječ za pamćenje tijekom čitavoga tečaja: „*Bože, ti si tu. Gledaš me i ljubiš. Hvala.*“

Brat Lovro od Uskrsnuća (1608.-1691.) govorio je (citat eventualno skratiti ili slobodno prepričati ili pak rabiti samo prvu rečenicu):

*„Najsvetija i najvažnija vježba u duhovnome životu jest pomisao na Božju nazočnost.* Ona se sastoji u tome da se navikneš biti rado u društvu s Njim, pritom Mu govoriti jednostavno i iskreno i u ljubavi uza Nj boraviti, bez uređenih pravila i ne morajući paziti na određenu količinu molitve... Moja molitva nije ništa drugo nego misliti na Božju nazočnost... Moramo za vrijeme našega rada i inače za vrijeme naših djelatnosti, čak i kad čitamo ili pišemo, ali i kad se radi o duhovnim stvarima, pa čak i za vrijeme naših pobožnosti i recitiranih molitava, povremeno, koliko god možemo, nakratko zastati da se u dnu svoga srca obratimo Bogu, i da se – posve potajno – osvjedočimo u Njega.

*Ako znate da sve činite pred Božjim ljubećim licem* i da se On nalazi u najdubljim dubinama vašega srca, zašto onda barem povremeno ne prekinete i svoj posao – pa čak i svoje recitirane molitve te se iznutra obratite Njemu i kažete Mu nešto lijepo u pohvalu, za nešto Ga zamolite, stavite preda Nj svoje srce ili Mu pokažete svoju zahvalnost?

Što Bogu može biti milije nego da na ovaj način svako malo tijekom dana pogledamo iz svoje svakodnevice, da bismo navratili u svoju nutrinu i svoje kruženje oko vlastitoga ja, kao što je uobičajeno među stvorenjima, prekinuli, da bi nas nutarnje vraćanje k Bogu vraćalo sve više nama samima i dovelo do slobode...“ (Brat Lovro od Uskrsnuća, 1608.-1691.).



Ovo je moćno i uveseljavajuće u našoj vjeri: da je Bog uvijek s nama, on sam. Ova riječ „Bože, ti si tu. Gledaš me i ljubiš. Hvala“ pratit će nas tijekom čitavoga seminara. Ona ima neke veze s tajnom „molitve kao disanja duše“, da sve više možemo opažati da je Bog stvarno tu. Njemu hoćemo na trenutak otvoriti svoje srce. Radi se o tome da otvorimo svoje nutarnje oči. U vrijeme tišine hoćemo se otvoriti Bogu koji je tu. Zatim zaključujemo tišinu pjesmom: „Hoću ti zahvaliti jer poznaješ moje ime.“ Nekoliko minuta ćemo poći u tišinu. Ja ću gledati na sat. Možete ako to želite zatvoriti oči. Ne moraš se ni jako moliti. Pokušajte jednostavno opažati Boga kao prisutnoga. On je sada tu. **Tišina, Pjesma br. 4 „Hoću ti zahvaliti“**

## 4. Duh Sveti

### Nutarnji Učitelj, naš neprestani Pratelj

**Slika 5:** Hoćemo se iznutra otvoriti i Duhu Svetom. Posve svjesno pozivamo Duha Svetoga. On je naš pratitelj i unutarnji učitelj molitve. On nam pomaže da otkrijemo molitvu kao izvor života. On pomaže svakomu! Ako samo malo za njim čeznemo, on nam priteže u pomoć, da Bog u našem životu smije i može zauzeti jedno novo, najbolje mjesto.

Prorok Ezekiel rekao je u jednoj bezizlaznoj situaciji Božjega naroda: „Tad mi reče: *'Prorokuj ovim kostima i reci im: 'O suhe kosti, čujte riječ Jahvinu!' Ovako govori Jahve Gospod ovim kostima: 'Evo, duh ću svoj udahnuti u vas i oživjet ćete! ... I znat ćete da sam ja Jahve'*“ (Ez 37,4-6).

Ovu riječ bi se moglo reći i o nama i teškoj situaciji današnje Crkve (na Zapadu). Duh Sveti dariva uvijek novi život, on dariva život u punini, premda mi osobno ili pak kao Crkva katkada moramo prolaziti mračne situacije.

Duh Sveti je za nasljedovanje Krista apsolutno potreban (nuždan). On nije tek neki luksuzni predmet. Mi ga egzistencijalno trebamo. Duh Sveti nam omogućuje molitvu kao susret sa živim, svetim, nebeski-pravednim, vječno-ljubećim Bogom.

Duhu Svetom hoćemo se povjeriti u jednom trenutku tišine neka nam pomogne da na ovome seminaru svakomu od nas iznutra sine (postane jasno) nešto; da bismo naslutili kako je Evanđelje još i danas korisno i spasonosno. Tako da bismo svi mogli sami napisati: Da, i ja sam se probudio iz dubokoga sna. Dođemo li u stav da nas Bog smije iznenaditi, premda već toliko toga znademo, tada možemo biti obdareni na posve nov način.

Bog traži ljude koji će mu se klanjati u duhu istini; Ovo bez Dara svih darova, Duha Svetoga, nije moguće.

### **„Gospodine, trebamo te...“**

Za to postoji jedna jednostavna molitva: *„Gospodine, trebamo te. Bez tebe ne možemo ništa. Pošalji nam svoga Duha Svetoga i obnovi nas iz temelja.“*

To je kao ispovijest (priznanje): Mi to ne možemo sami; mi ga trebamo.

Kad sada u Duhovskoj Posljednici molimo pjevajući, tada se to – kao općenito sve na ovome seminaru – treba dogoditi u nutarnjoj slobodi; to znači da pjevati trebaju samo oni koji i inače rado pjevaju. Katkada se moramo malo svladati, zato je po sebi razumljivo također dopušteno prinijeti žrtvu hvale.

Mi dakle posve svjesno zazivamo Duha Božjega, zazivamo ga na nas, da nam pritekne u pomoć i iznutra rasvijetli. Duh Sveti nam pomaže razumjeti koliko je velika snaga molitve i kako su ljudi koji mole velik blagoslov za Crkvu i društvo. **Duhovska Posljednica ili „O dođi, Stvorče, Duše Svet“**

## **5. Gospodine, nauči nas moliti**

### **Obraćanje Isusu Kristu**

**Slika 6:** Sam Isus je naš uzor molitve, on je naš Učitelj, kod molitve gledamo takoreći prema njemu. *„Onih dana iziđe na goru da se pomoli. I provede noć moleći se Bogu“ (Lk 6,12).* U molitvi gajimo odnos prema Bogu. Već je sama molitva odnos s njim. Ako Isus kao

naš Učitelj treba specijalna vremena za molitvu, koliko više to trebamo mi kao njegovi učenici (đaci).

Zato ga hoćemo danas zamoliti: Gospodine, nauči nas moliti! Krist za sebe ali i svakomu od nas govori: *Ja sam Put i Istina i Život: nitko ne dolazi Ocu osim po meni“ (Iv 14,6).*

Pokazana ikona Krista, jedna stara ruska ikona iz 17. stoljeća, nalazi se u Luzernu u crkvi Marije Pomoćnice. Na Evanđelju ikone stoji između ostaloga na crkveno-slavenskom tekst: *„Sve je meni predao Otac moj i nitko ne pozna Sina doli Otac niti tko pozna Oca doli Sin i onaj kome Sin hoće objaviti“ (Mt 11,27).* Zato hoćemo zamoliti Isusa da nam dade dijela na ovoj objavi.

Na ovome seminaru povremeno ću upućivati na Tereziju Avilsku. Ona će nas kao „crkvena učiteljica“ pratiti na putu molitve. Govorila je da je za molitvu jako važno da se usmjerimo na Isusa, i to na Isusa Krista koji je postao čovjekom.

A Frere Roger misli: „Isus Krist, živi čovjek za tebe je slava tvoje prisutnosti i svjetlo među oblacima, jer po njemu tvoj život preko sve četiri strane svijeta dopire do čitave zemlje. Mi smo tu, svatko na svoj način, da budemo ovo svjetlo, koje grije srca ljudi i prenosi Božju radost.“

U ovome trenutku tišine okrećemo se njemu da bi nas on mogao uvesti u nove dimenzije vjere i molitve. Gledamo iznutra na njega. Nakon stanovitoga vremena tišine zajedno ćemo izgovoriti molitvu koju je Isus naučio učenike moliti. Kad gledamo prema gore i govorimo „Abba! Oče!“, radi se o nutarnjoj spoznaji Boga. Terezija Avilska je jednom kazala da nam je Isus već u prvoj riječi „Očenaša“ dao najvišu objavu o Bogu: naime da ga smijemo zvati „Abba! Oče!“ *„A ovo je život vječni: da upoznaju tebe, pravoga Boga i koga si poslao, Isusa Krista“ (Iv 17,3).* U ovoj spoznaji Boga za nas se ne nalazi ništa manje od vječnoga života. U hebrejskome „spoznati“ znači najveći odnos ljubavi koji možemo imati s Bogom. Na to nas on želi pozvati i u tome poučiti. „Pozvati“, jer on nikada vrata ne otvara na silu, on kuca i ulazi ako mu otvorimo i samo onoliko koliko mu otvorimo. Radi se o putu, o hodočasničkom putu. **Tišina, Oče naš**

## Marija

**Slika 7:** Na našem putu posebno nas pazi i Marija. Ona je bila osobita Gospodinova učenica; prva i najbolja. I ona nam može jako puno pomoći. Tu gdje je Bog, tu je čitavo nebo. Nešto se mijenja ako se ovoj nevidljivoj stvarnosti otvorimo.

U *Lk 1,28* čitamo: „*Anđeo uđe k njoj i reče: 'Zdravo, milosti puna, Gospodin s tobom.'*“

Tko ovo može iznutra slijediti, neka s mnom moli: „**Zdravo, Marijo...**“

Abraham je otac svih vjernika: „*otac svih nas – kao što je pisano: Ocem mnoštva narodā ja te postavljam*“ (*Rim 4,16-17*).

Koliko je to više Marija majka svih vjernika. On nam želi pomoći da se na nama dogodi Očeva volja i uči nas kako možemo moliti poniznim, čistim, poučljivim srcem, kako bismo sve više bili pokrenuti Duhom Svetim.

Kad je Isus s križa rekao: „*Evo ti Majke!*“ (*Iv 19,27*), tada to nije bilo jer mu je u posljednjemu trenutku palo na pamet da je još zaboravio regulirati uzdržavanje za svoju majku. Sve ove Isusove posljednje riječi na križu imaju nevjerojatan domet. One su kao oporuka nama.

I sveti Josip je trebao trenutke naknadne pomoći kad je htio Mariju napustiti. Anđeo mu je rekao: „*Josipe, sine Davidov, ne boj se uzeti k sebi Mariju, ženu svoju. Što je u njoj začeto, doista je od Duha Svetoga*“ (*Mt 1,20*). Zato vas hrabrim da Mariju uzmete k sebi, ali jednostavno onako kako vas Bog vodi.

## 6. Temeljni stavovi

**Slika 8:** Da bi se došlo do oslobađajuće duhovnosti, potrebno je nekoliko temeljnih stavova koja ćemo sada pogledati.

Mi idemo hodočasničkim putem

- Radosno i zahvalno
- Slobodno
- U zajednici

- Kao dijete

## Radosno i zahvalno

**Slika 9:** Budući da je kršćanstvo Radosna vijest a molitva treba biti radost, evanđeoski odlomak o molitve bez prestanka započinje s radošću: „*Uvijek se radujte! Bez prestanka se molite! U svemu zahvaljujte*“ *Jer to je za vas volja Božja u Kristu Isusu*“ (1 Sol 5,16-18. Ove zahtjeve hoćemo na seminaru oćutjeti na hodoćasnićkome putu preko 8 postaja. O da rijeći Svetoga pisma pune obećanja za sve nas postanu iskustvo: „*S radošću ćete crpsti vodu iz izvora spasenja*“ (Iz 12,3).

I namjesnik (prorok) Nehemija je rekao: „*Ne žalostite se: radost Jahvina vaša je jakost*“ (Neh 8,10). Radost je znak jedinstva s Bogom i prisutnosti Božje. Majka Terezija misli: Radost je molitva; ona je snaga i ljubav. Ona je ribarska mreža kojom se lovi duše. Srce koje gori ljubavlju radosno je srce.“

## Slobodno

**Slika 10:** Put do nutarnje molitve moguće je izabrati samo slobodno i on nas vodi do najviše moguće, do otkupljene slobode. Johanna Franziska von Chantal, koja je surađivala s Franjom Saleškim, kazala je: „Bog nikada ne nasrće (nasilno) na našu slobodu.“

Put u nutarnju molitvu može ćovjek izabrati samo u slobodi; jer Bog je ne samo ljubav nego i sloboda. U njemu je potpuna sloboda. Ovaj put je izazov da će se u našem životu nešto promijeniti. Mi se u molitvenome životu podvrgavamo terapiji ponašanja. Da bi se to što Bog s nama hoće učiniti moglo dogoditi, moramo pomalo mijenjati i svoje ponašanje – u slobodi.

Možda ovo zvući pomalo izazovno, je to izgleda ovako: Božje sluge i službenice su najslobodniji ljudi na ovoj zemlji. Što ćovjek više živi u poslušnosti prema Bogu, to je slobodniji. Bog nam dariva ne samo mir koji svijet ne poznaje, nego i slobodu, koju nam inaće nitko drugi ne može dati.

Tek kada stvarno susretnemo Boga, započinje istinska, prava sloboda. Isusovac Alfred Delp je govorio: „Trenutak rađanja ljudske slobode je trenutak susreta s Bogom. Da li čovjek sada nekoga čovjek po sebi primorava nadmoću nevolje i patnje, da li ga mami da iziđe iz sebe slikama ljepote i istine, ili ga sama po sebi muči neizmjernom čežnjom, glađu i žeđu za pravednošću, to ej ustvari svejedno. Samo ako je čovjek pozvan i ako se daje pozvati.“

Važna je, i to treba uvijek iznova spomenuti, sloboda pojedinca na njegovu posve osobnome duhovnom putu (**usp. i Hodočasnička knjiga str. 11 o nutarnjoj slobodi**).<sup>1</sup> Nikoga ne treba ni na što primoravati. Naš Bog je ljubav, ali on je i sloboda, zato hoće da mu njegovi sinovi i kćeri odgovore u ljubavi i slobodi. On čini mogućim da se u slobodi i ljubavi možemo razviti u najvećoj mogućoj mjeri. Tu gdje nam Bog dolazi blizu, možemo potpuno postati mi.

Božanska sloboda izaziva čovjeka da postane svjestan svoje odgovornosti i pođe na put do svoje najnutarnjije tajne. Snage duše trebaju biti ravnane vrlo blago, jer hodočasnički put u nutrinu nije ništa nasilno. Terezija Avilska je govorila: „Za svaku dušu, koja se – puno ili malo – posvećuje molitvi, jako je važno da ju se ne tjera u kut i suzuje! Neka ju se pusti da prolazi svim ovim odajama (= različitim područjima duše), gore i dolje i ustranu; jer Bog joj je dao jedno tako veliko dostojanstvo.“

## U zajednici

**Slika 11:** Zajednica, obitelj, Božji narod, Crkva – to je svesvjetski Božji projekt. Premda toga nismo uvijek svjesni: Nasljedovanje Isusa uvijek pretpostavlja zajednicu. Nema solo-kršćanina. Moliti učimo u zajednici i zato ovim hodočasničkim putem idemo u zajednici.

---

<sup>1</sup>Uz nutarnju molitvu nužno i temeljno spada nutarnja sloboda. Ona bitno pripada našem od Boga darovanu dostojanstvu.

*Put nutarnje molitve može se izabrati samo u slobodi i opet vodi do najveće moguće slobode* unutar Božjega poretka stvaranja i ljubavi, ali i unutar crkvenoga života.

Isus je živio i djelovao u savršenu jedinstvu (sjedinenju) sa svojim nebeskim Ocem. I on nas uzima u ovu savršenu zajednicu ljubavi i čini nas jedno s njim i međusobno, tako da živimo sve više u zajedništvu s njim i možemo i smijemo djelovati u zajednici.

Seminar stvara jedan nutarnji i izvanjski prostor da u jednoj preglednoj zajednici vježbamo „hoditi u Božjoj prisutnosti“. Crkva budućnosti bit će sve više nošena ćelijama živih zajednica. Crkva je već tu gdje su dvojica ili trojica sabrana u Isusovo ime: „*Gdje su dvojica ili trojica sabrana u moje ime, tu sam ja među njima*“ (Mt 18,20). e

„Grupe vjere i molitve definitivno nisu program u nišama“, govorio je umirovljeni nadbiskup Robert Zollitsch iz Freiburga. Žive stanične zajednice (obitelji, grupe, u dvoje...) jako su važne za preživljavanje Crkve.

Terezija Avilska je govorila: „Svima koji vježbaju nutarnju molitvu, posebno početnicima, savjetujem da potraže prijateljstva s onima koji isto tako vježbaju ovu molitvu. To je jako važno. Velika je šteta ako si u ovoj situaciji sam.“

Veliki Božji projekt, koji je on u Isusu Kristu nanovo uzeo u ruke jest uspostaviti zajedništvo među ljudima. Mi vjerujemo u jednoga Boga koji je svima nama Otac. Mi smo proročki narod: po nama se Bog želi objaviti svima: „*I bit ću Bog njihov, a oni narod moj*“ (Jr 31,33).

Stoga ćemo jedan dio puta gajiti molitvu u zajednici. Često će nas molitva preko drugih ljudi učiti. Mi primamo molitvu iz zajednice, ali su istodobno potrebna i vremena osobne molitve.

## **Kao dijete**

**Slika 12:** Za susret s Bogom koji nas dodiruje i mijenja, potrebno je otvoreno, djetinje srce i jedno novo, božansko razmišljanje.

Isus je rekao: „*Ako ne postanete kao djeca...*“ (Mt 18,3). Djeca su – ako smiju zdravo odrastati – otvorena za život, ovisna o Bogu i ljudima, potrebna ljubavi, znaju se diviti, kreativna su, spremna učiti (Ali da djeca znaju lijepo i plačljivo moljakati, vikati, svađati se, bučiti

i zahtijevati, svi to i predobro znamo!). Ovaj stav trebamo uvježbati. Terezija Avilska je govorila: *Nijedan čovjek nije tako velik da ne bi imao potrebu kao dijete sisati na majčnim grudima.*“ Ona treba ovdje sliku zajedništva, povjerenja, hranjenosti.

Hodočasnički put traži moju nepodijeljenu angažiranost, istinoljubivost, odlučnost, ustrajnost, odricanje, povjerenje, odvažnost za blamažu, humor.

I ovi stavovi spadaju ovamo. Premda je to dar, potrebna je sva naša angažiranost. Potrebno je zdravo nutarnje pomirenje ovih elemenata.

*Istinoljubivost* znači da smo iskreni. Pred Bogom ne možemo glumiti kazalište. On vidi iza svake pozornice, iza svake maske. Dakle možemo ih odmah skinuti i odložiti. Biti istinoljubiv znači biti pravi, biti ona osoba koja jesmo. Jer Bog nas ljubi onakvima kakvi smo upravo sada. Ne onakvima kakvima mislimo da Bog želi da budemo. Često mislimo da bi nas Bog ljubio više da smo onakvi kakvima nas on želi. Ali nije tako. On započinje ondje gdje smo sada i uzima nas na ovome putu dalje sa sobom jer želi da njegovom nenamjernom ljubavlju koja nas prihvaća onakvima kakvi jesmo, više ne moramo ostati kakvi smo!

Potrebno je i stanovito *odricanje*. Jedan pravoslavni biskup savjetuje da na putu molitve ugradimo jedno malo odricanje. Ovdje se mogu osloboditi nečega što me sprječava, Želim li naučiti živjeti polazeći od Božjeg utjecaja, odricanje je kao uvježbavanje da više ne činim samo ono što želim. To je jedno nutarnja zamjena polova, ne radi odricanja, nego da bih postao ovisnijim o Bogu.

Potrebno je i *povjerenje* da će me Bog na mome putu dobro voditi. Najveća i najgora kongregacija vjere jest to što drugi o meni misle. Stoga je potrebna *odvažnost za blamažu*.

Mi na ovome putu nismo sami. Prate nas Marija i naš anđeo čuvar; a na ovome seminaru prate nas specijalno i učenici iz Emausa. Mi se hoćemo uvježbavati postajati sve više svjesni nevidljive stvarnosti oko nas. Bog želi naše srce i naše misli učiniti prostranima



i širokima. Stoga je potreban i *humor*. Katkada postoji opasnost da uporno ostanemo pri nečemu. Ali to nije Bog, jer Bog ima humor. Inače me ne bi stvorio. Potrebna je jedna nutarnja opuštenost. Nije to neka stroga stvar, nego nešto što nas treba pratiti stanovitom opuštenošću.

Pregled čitavoga hodočasničkog puta s pojedinim etapama

**Slika 13:** Naš se hodočasnički put raščlanjuje u sljedeće etape:

- |   |                       |
|---|-----------------------|
| 1. On već jest uvijek s tobom<br><i>Molitva kao susret</i>                | <b>Pohod</b>          |
| 2. Ljubav gradi na ulomcima<br><i>Spoznaja sama sebe kao temelj</i>       | <b>Rezignacija</b>    |
| 3. Bog traži razgovor s tobom<br><i>Tjelesna dimenzija molitve</i>        | <b>Oracija</b>        |
| 4. Njegovu riječ pokrenuti u srcu<br><i>Značenje ljudskoga nastojanja</i> | <b>Meditacija</b>     |
| 5. Zastati u trenutku<br><i>Prednost božanskoga djelovanja</i>            | <b>Kontemplacija</b>  |
| 6. Ispunjenje čežnje<br><i>Euharistija i molitva sjedinjenja</i>          | <b>Pričest</b>        |
| 7. Ljubav nas Kristova goni...<br><i>Tko ljubi, evangelizira</i>          | <b>Evangelizacija</b> |
| 8. „Kao što mene posla Otac...“<br><i>Poslanje</i>                        | <b>Poslanje</b>       |

Polazimo na hodočasnički put koji će nas jedne uz druge voditi na različitim sadržajnim postajama molitvenoga života, koje sve iznutra pripadaju kupa.

**Slika 14:** Sada započinjemo s prvom postajom:

## **7. Učenici iz Emausa**

**Slika 15:** Današnja je jedinica obilježena riječju „Pohod“. Ova latinska riječ „visitatio“ znači „posjet, susret, pohod“. Radi se o jednome susretu s onime koji je već uvijek tu. Samo mi često nismo potpuno u njegovoj prisutnosti. Bog nije tu tek kao promatrač.

Belgijski svećenik Andre Louf (umro 2010.) je rekao: „Ponovno pronaći put do svoga srca najvažnija je čovjekova zadaća. U potrazi za nutarnjim, još nepoznatim prostranstvima on je na hodočasničkom putu do vlastitoga srca, do svoje prave biti.“

Molitva dakle znači susret s onim Bogom, koji me je oduvijek ljubio, i kao je kao „Ja sam koji jesam“ uvijek bio uza me, jest uza me i ostat će uza me. Ovaj Bog me je od vječnosti htio i ljubio. Pomisao da me stvori ispunjala ga je neizrecivo velikom radošću.

O jednom posebno pohodu (posjetu) – o jednoj vizitaciji – pripovijeda nam biblijski izvještaj o učenicima iz Emausa.

*„I gle, dvojica su od njih toga istog dana putovala u selo koje se zove Emaus, udaljeno od Jeruzalema šezdeset stadija. Razgovarahu međusobno o svemu što se dogodilo. I dok su tako razgovarali i raspravljali, približi im se Isus i pođe s njima. Ali prepoznati ga - bijaše uskraćeno njihovim očima (Lk 24,13-16).*

### **Dvojica učenika s gorućim srcima**

Dvojica Isusovih učenika putovali su nakon razapinjanja na Golgoti rezignirani iz Jeruzalema u Emaus. U Lukinu Evanđelju (Lk 24,13-53) se pripovijeda kako su se putem susreli sa strancem. Kako se pokazalo, bio je to sam Uskrsnuli. Ovaj je rezigniranim učenicima otvorio jedno novo gledanje na njihov život i njihov poziv tako da su poslije toga „gorućim srcem“ slijedili Isusov poziv. Učenici iz Emausu bili su na putu udvoje. Udvoje – ne svaki za sebe – i „na putu“. I premda to zvuči pomalo neugodno, ali Božji je narod uvijek na putu. Nasljedovanje Isusa je suprotnost ostati ugodno kod kuće sjediti u gnijezdu. Tko hoće nasljedovati Isusa pozvan je poći prema novim obalama, ostaviti iza sebe stare navike i različite „imetak“; pozvan je

dušom i tijelom upustiti se u Isusa. Na to nas poziva hodočasnički put preko 8 postaja.

### **Bog ide putem zajedno s nama**

Mi na našem putu molitve nikada nismo sami. Trojedini Bog je uvijek tu. Isus je bio s učenicima iz Emausa davno prije nego su oni primijetili njegovu prisutnost i ostao je s njima i nakon što je iščeznuo njihovim ljudskim očima. Bog je tu. Isus, Uskrsnuli je tu: „*I evo, ja sam s vama u sve dane do svršetka svijeta*“ (Mt 28,20). Duh Sveti koji nas uzima sve dublje u tajnu trojstvene Božje ljubavi, je tu: „*I ja ću moliti Oca, i on će vam dati drugoga Branitelja da bude s vama zauvijek*“ (Iv 14,16).

Krist je tu, vječni Otac je tu, Duh Sveti je tu, Isusova Majka je tu, anđeli i sveti su tu! „*Zato i mi, okruženi tolikim oblakom svjedokā, odložimo svaki teret i grijeh koji nas sapinje i postojano trčimo u borbu koja je pred nama*“ (Heb 12,1).

Uvijek smo okruženi nebom, ali naše su oči možda po danu slijepe, kao oči sove.

U jednoj zornoj molitvi stoji ova misao: „Bože, ti si tu. Tvoja nas prisutnost ovija i prožima kao zrak koji dišemo, bez kojega ne možemo živjeti. Daj da ti potpuno vjerujemo i živimo bez straha. To te molimo po Isusu Kristu Gospodinu našem.“

### **Na početku stoji ljubav**

**Slika 16:** Smijemo Ivanov Proslov „*U početku bijaše Riječ*“ malo izmijeniti riječima Prve Ivanove poslanice 4,8 („Bog je ljubav“) i reći: „*U početku bijaše ljubav. I ljubav je bila kod Boga, jer Bog je ljubav. Sve postade po ljubavi. U ljubavi bijaše život i svaki život bijaše skriven u ljubavi.*“

Božja ljubav stoji na početku svake molitve i života. I ovaj je ljubav već uvijek tu u našem životu. Ovako je to formulirala engleska mističarka Julijana iz Norwicha (1342.-1413.): *Bog nikada nije počeo ljubiti nas, mi smo bez početka poznati i ljubljeni!*“

Još prije nego smo postojali Bog nas je nosio u svome srcu. Ljubav je stajala na početku našega života i ona će stajati na kraju

našega života. Bog čezne za najprisnijim zajedništvom s nama ljudima. Augustin je rekao: „Božja čežnja je čovjek!“

**Slika 17:** Mehtilda iz Magdeburga misli: „Bog oduvijek boluje od ljubavi za mnom.“ Terezija iz Lisieuxa govori ovako: „Bog je bolestan od ljubavi.“ Stoga možemo zaključiti: „*Moliti znači ljubiti.*“

On koji te oduvijek neizmerno ljubi, sada je tu uza te a budući da te ljubi Ljubav, ti postaješ ljubav.

**Slika 18:** Budući da me Ljubav ljubi, ja postajem ljubav. Bit ćemo slični Bogu (1 Iv 3,2). Ja se poistovjećujem (prilagođujem) onome što ljubim.

Angelus Silesius je rekao: „Čovječe pretvorit ćeš se u ono što ljubiš. Postat ćeš Bog ljubiš li Boga, a zemlja ljubiš li zemlju.“ Ono u što se upuštamo, započinje obilježavati nas (prožimati) i preobražavati.

Budući da je Božja ljubav na početku i na kraju svakoga života, on traži odnos ljubavi od srca k srcu. U Isusu Kristu se očituje Božja ljubav; u njemu nam se približava najnutarnija tajna Božje ljubavi. Njegova srdačnost u ophođenju s ljudima, njegovo ljubavlju ranjeno i na križu otvoreno Srce daje nam naslutiti veličinu Božje ljubavi prema nama. Središte univerzuma: jedno ljubavlju ranjeno Srce! Božje Srce kuca za nas. Za svakoga od nas.

## **Moliti znači ljubiti**

**Slika 19:** Moja prva „aktivnost“ u molitvi dakle glasi: dopustiti Ljubavi da me ljubi. Nutarnja molitva znači dar „spoznaje da sam ljubljen“.

Moja prva aktivnost u molitvi nije služiti Bogu ili nešto za njega učiniti, i nije vježbati se u tišini ili žrtvovati vrijeme za Boga. Nego je ono prvo i najvažnije dopustiti uvijek prisutnome Bogu – i u meni – da me ljubi i preobražava.

Božje djelovanje u meni događa se neovisno o mome aktualnome stanju svijesti (ali ne bez moga voljnoga Da), stoga Duh u meni moli i noću u snu i izvan svakoga „vremena molitve“; tako živim Bogu na čast, također i u onim vremenima također u kojima

na njega ne mislim svjesno. **Pjesma „Hoću ti zahvaliti jer poznaješ moje ime“**

## 8. Mistika

### Mistika za početnike i uznapredovale

**Slika 20:** Sadržaj seminara o molitvi moglo bi se opisati sa: „*Mistika za početnike i uznapredovale*“ – „*predah umjesto stresa*“: radi se o tome da si uzmemo i priuštimo vremena. Mnogi ljudi koji su angažirani i izgaraju za nešto su u opasnosti da sagore (da se potroše). Moramo ponovno pronaći pravi ritam udisaja i izdisaja. Vremena tišine i vremena angažiranosti. Inače postoji opasnost da sagorimo.

Mistika uopće nije mistično-nebulozna, kako si neki zamišljaju, nego nešto vrlo jednostavno.

**Slika 21:** Grčka riječ *myein* znači „zatvoriti oči“. Za neko vrijeme poći u nutrinu; ali ne da bismo se okrenuli od svijeta, nego da bismo mogli na svijet gledati drukčije. Bog pritom sve više otvara naše oči i za nevolje (potrebe) u svijetu. Mistika crpi iz neposredna odnosa s Bogom.

Poznati isusovac Karl Rahner je rekao: „Pravu kršćansku pobožnost moguće je održati životnom i snažnom samo krajnjim neposrednim susretom čovjeka s Bogom! Ovaj susret sa živim Bogom je moguć, budući da se Bog oduvijek već priopćio u povijesti spasenja i objave i približio nam se na jedinstven način u Isusu Kristu.“

### Mistika i svetost

**Slika 22:** Mistici i sveci pripadaju skupa. Majka Terezija je govorila: „Bog nas može ispuniti ljubavlju i nježnošću samo ako težimo za svetošću. *Svetost nije luksuz manje nekolicine, ona je dužnost svih krštenih, vas i mene.* Svijet upravo danas treba ljubav i nježnost. Ono najvažnije jest: 'sveti budite!.' Po molitvi postajemo ono što jesmo: sveci. Ali možda opet samo u prvoj godini učenja. Ali

to je naš temeljni poziv. Radi se o kvaliteti života koju nam Bog želi darovati iz ove povezanosti. Ponovno Majka Terezija: „Početak svetosti je molitva.“ Mi postajemo ono što ljubimo. Suobličujemo s s onime s čime kontaktiramo. Imamo li kontakt sa svetim, susrećemo li se sa svetim, tada to automatski prelazi na nas. Tko se izlaže suncu, pocrni. Ne radi se o učinku, nego o tome da se otvorimo jednoj novoj dimenziji i primimo ju. „Početak svetosti je molitva. Plod molitve je produbljenje vjere. Plod vjere je ljubav. Plod ljubavi je otkupljenje.“ Sveci nisu sa zemlje izdignuti kipovi s kojih treba obrisati prašinu, nego ljudi, koji su se susreli s božanskim Suncem i neprestano crpe iz nepresušiva izvora. Zato mogu prenositi više od svih drugih jer su puni vode života.

### **Mistika i „iskustvo Boga“**

**Slika 23:** Mistika nije nikakav luksuzni hobi, nego zapovijed trenutka. Crkva u Europi treba nužno više svetaca i mistika. Da imamo više svetih bankara, gospodarski sustav bi izgledao drukčije.

Karl Rahner je dobro definirao: „Kršćanin budućnosti će biti mistik, ili ga više neće biti.“ Ova je budućnost već započela. Mi smo danas izazvani crpiti i živjeti iz naših kršćanskih izvora. Kriterij za ispravnost nove kršćanske mistike vidi Karl Rahner u tome, znade li čuvati baštinu mudre kršćanske tradicije, baštinu životnoga duhovnoga iskustva stoljećā.

Bitna, egzistencijalna čovjekova iskustva, ono što obilježuje i mijenja njegovu osobnost i njegov karakter, jesu iskustva odnosa, jer svakome znanju prethodi odnos: „Svaki stvarni život je susret“, rekao je židovski filozof religije Martin Buber. Potrebni su ljudi, koji mogu privući Boga na svoje srce, da im nešto posreduje, da ih pošalje, kako bi pravi život mogao još više doći u ovaj svijet.

Velike mističarke i mistici živjeli su svaki trenutak potpuno u Božjoj prisutnosti. Oni su sve više pripuštali da Bog smije na njima i preko njih djelovati. Za nas kao naučnike to znači da se nalazimo na putu na kojemu živimo sve manje mimo Boga. Ako se osvrnete na

današnji dan: kako često ste primijetili da je Bog uz vas? Mi želimo doći na okus Boga, što znači živjeti s Bogom. Krist dolazi kao Uskrsnuli i ide uvijek i posvuda zajedno sa mnom. Radi se o tome kako se sada ovome strujanju snage i spasenja, koji od njega izlaze, možemo još više otvoriti. Da njegovu utjecaju izmičemo sve manje. Arški župnik je rekao, da ako bismo uvijek živjeli u Božjoj prisutnosti, više ne bismo mogli sagriješiti.

Kao onima, koji misle da mistika vjerojatno nije ništa za njih, posvećen je sljedeći citat: „Mistična teologija tumači molitvu sjedinjenja. Ali ja ne poznajem pojmove ove znanosti. Ne znam ni što je razum i kako se on razlikuje od duše, ili od duha. Za mene je to jedno te isto.“

Čini se da ova osoba ne razumije puno o mistici. Ali nitko nije drukčiji od velike mističarke i crkvene učiteljice iz Avile! Za razliku od Ivana od Križa, koji je snažno polazio od teologije, Terezija je crpila prije svega iz svojih vlastitih duhovnih iskustava, koja ona tumači i prenosi dalje. Govorila je da njezine bilješke nisu tek za pobožne, nego „za ljude koji su na putu ulicama svijeta“. Nije toliko važno da li sve razumijemo u glavi. Kao što je govorio Ignacije Loyolski: „Ne siti dušu puno znanja, nego kušanje stvari iznutra.“ Radi se o kušanju: „*Po čuvenju tek poznavah te dosad, ali sada te oči moje vidješe*“ (Job 42,5). Ovaj mistični put je dakle za sve nas, jer je povezan s našim životom.

### **Disanje tijela i duše – jedna usporedba**

**Slika 24:** Duh Sveti je disanje života, disanje ljubavi. *Ruah*, Božji Duh lebdio je u početku nad vodama i dao stvorenju njegovo lice. Sada je poslan sve obnoviti; lice zemlje i i Crkve: „On nastavlja Isusovo djelo na zemlji i izvršava svako posvećenje“ (usp. 4. Euharistijska molitva). On nam u rađanju „odozgor“ dariva novo srce, jedan nov način kako živjeti i ljubiti i moliti srcem. Sama ljubav ljubi i moli u meni.

Ovu molitvu srca možemo usporediti s disanjem tijela. Koliko sati prosječno dišete u jednome danu? Što, 24 sata? I disanje vas ne umara? Načinite li katkada pauzu, recimo za jedan ili dva sata? Naravno da Ne! Augustin je uspoređivao molitvu s disanjem tijela; govorio je o molitvi kao disanju duše. Disanje nas ne umara, ono nas osvježuje i održava na životu (što ne znači da disanje starenjem može biti i otežano). Isto je tako i s molitvom. Ona nas osvježava, daje nam životnu snagu i moguća je 24 sata na dan. Pri tome se ne radi o duhovnome činu visokoga učinka, nego samo o tome da ovaj Božji dar uzmemo. Ali znati gdje i kako, to je umijeće molitve i to je sadržaj našega seminarara.

Na ovome seminaru razlikujem između „molitve“ kao djelatnosti i „molitve“ kao bivstvovanja. Molitvu kao djelatnost dobro poznajemo, ali nešto manje molitvu kao bivstvovanje. Postoji vrijeme, kad se posve svjesno povlačimo na molitvu i vježbamo u tome da uvijek živimo u Božjoj prisutnosti: To se misli pod molitvom srca.

I stoga ju rado opisujem sa: Molitva kao disanje duše; molitva koja se, i nesvjesno, događa u Duhu i koja je uvijek moguća. Kao što uvijek možemo i moramo disati, tako treba biti i s molitvom. .

## **9. Okretanje u nutrinu**

U svakodnevici vrlo često živimo prema van (izvanjski), a kad se radi o duši tapkamo u mraku. Kod nutarnje molitve radi se o obratu (okretanju) u nutrinu. S nutarnjom molitvom mi polazimo na hodočasnički put do našega najnutarnijeg središta. U molitvi se razvija sposobnost opažanja našega nutarnjeg života. Mi sve više i više prepoznajemo „veliko dostojanstvo i ljepotu naše duše kao dvorac koji se sastoji iz jednog jedinog dijamanta ili vrlo jasna kristala“ (Terezija Avilska).

### **Molitva kao vrata do vrta moje duše**



**Slika 25:** Budući da Bog u nama stanuje, radi se o ovome okretanju prema unutra. Terezija je molitvu nazivala „vrata“ (ulaz); vrata do nutarnjega dvorca, vrata do vrta moje duše. Vrata koja vode unutra. Molitva je kao vrata do vrta naše duše.

Zapanjujuće tajne nalaze se u središtu naše duše: „Jer stvarno, ja vidim tajne u samomu sebi koje me vrlo često zbunjuju. A koliko više mora još postojati! Moj Gospodine i moj Bože, kako su veličanstvene tvoje veličajnosti! A mi trčimo uokolo kao naivni pastiri jer vjerujemo da o tebi shvaćamo nešto što vjerojatno mora biti koliko i ništa, štoviše, da su tu u nama samima skrivene velike tajne koje mi ne proziremo.“

**Slika 26:** Veliki obrat u Terezijinu molitvenome životu bio je kad je otkrila da Bog nije samo izvan nje, nego da stanuje u njoj. Bog je u meni! Ona je u vezi s time napisala jedan krasan tekst:

„O dušo, potraži sebe u meni, dušo, potraži mene u sebi.

Ljubav te je otisnula u mome biću vjerno i jasno;

ni jedan slikar, dušo, ne bi tako divno čitao tvoje crte.

Ako te je ljubav izabrala kao najljepši ukras moga srca;

bila izgubljena, dušo, potraži sebe u meni.

U dubini svoga srca nosim tvoj portret,

vjerodostojno naslikan.

Kad bi vidjela kako zrači životom

umuknulo bi svako mučno pitanje.

I kad me tvoja čežnja ne nađe,

tada ne traži tamo i ne traži ovdje;

sjeti se što te vezuje u najdubljoj dubini,

i, dušo, potraži me u sebi.

Ti si moj dom i moje sklonište,

moja trajna nastamba.

Uvijek kucam na tvoja vrata

da te od mene ne bi otjerala nikoja težnja.

I misliš li da sam daleko odavde, zovi me i shvatit ćeš

da te ni jedan korak neću napustiti:

i, dušo, potraži me u sebi.

*(Tekst: Terezija Avilska, prepjevala Erika Lorenz)*

Mi smo kršteni na ime Trojedinoga Boga. Bog se nastanio u nama. Pitanje je: kako ga često posjećujemo? Augustin je primijetio da je Bog uvijek bio uz njega, ali da je on sam bio često izvan. Mi smijemo naučiti tražiti Božje prebivalište u nama. Molitva nas dovodi u dodir s našom dušom kao Božjim stanom (prebivalištem). Naša duša čezne za Bogom jer ona dolazi od njega. U našoj budnoj svijesti, u našem svakodnevnom životu mi smo ovu čežnju često prekrili. Ali ona je tu. Prisutna. Iza svake neumjerene težnje krije se čežnja. Mi čeznemo za ljubavlju, za prihvaćenošću. Ovaj izvor je u Bogu. Zato možemo sa psalmistom govoriti: „*Žedna mi je duša Boga, Boga živoga*“ (Ps 42,3). Kad primijetim da u sebi ne ustanovljujem čežnju, tada mogu za ovu čežnju moliti, budući da je ona – skrivena – već tu. Možemo za ovu čežnju moliti i jedni za druge. Kad naučimo Bogu se još više povjeriti, tada on može izdjelovati nečuveno velike stvari.

### **Prava molitva je nutarnja molitva**

**Slika 27:** Prava molitva uvijek je nutarnja molitva, inače ona ne bi bila ništa drugo doli izvanjsko brbljanje. Isus govori o molitvi: „*Kad molite. Ne blebećite kao pogani. Misle da će s mnoštva riječi biti uslišani*“ (Mt 6,7).

Nutarnja molitva je ponajprije Božji dar (milost) po kojemu se danonoćno osjećamo da nas trojedini Bog, koji nama prebiva u čitavome našem ljudskom životu prihvaća i ljubi.

Ovo znanje da smo ljubljeni neovisno je od toga kako se trenutačno osjećamo. Ono ne ovisi o stanju naše svijesti ili stanju naše duše, o našim pogriješkama, grijesima i slabostima. Da nas Bog ljubi takve kakvi smo upravo sada, vječno je važeća realnost o svim našim prošlim iskustvima realnosti.

„*A ovo je život vječni: da upoznaju tebe, jedinoga istinskog Boga, i koga si poslao – Isusa Krista*“ (Iv 17,3).

U duhu ove Isusove riječi znači nutarnja molitva spoznaju Boga u ljubavi. Ne radi se samo o znanju o Isusu, nego o spoznaji Isusa po odnosu ljubavi. Boga, Isusa, kao osobu u biblijskome smislu naučiti „poznavati“ znači s njime gajiti jedan posve osobni, intimni odnos.

## 10. Nutarnja molitva

### Oznake (karakteristike)

Pod nutarnjom molitvom označuje se jedan krajnje životan i dinamičan događaj, koji istodobno sadrži više, međusobno neodvojivo povezanih istina; o njima na ovome seminaru postupno razmatramo.

**Slika 28:** Postoje različita obilježja za nutarnju molitvu: mistična molitva, motrenje, kontemplativna molitva, meditativna molitva, molitva bez prestanka, molitva počivanja (u Duhu), molitva srca, molitva smirenosti, sveta šutnja, molitva sjedinjenja, misliti na Boga, boravljenje u Božjoj prisutnosti, ljubeća pažnja ili ljubeće opažanje... Različiti duhovni pisci rabe različita obilježja za istu realnost. Pojmovi kao mistika, kontemplacija i kršćanska meditacija mogu, ovisno o tradiciji i praksi, imati ili ne-imati isto značenje kao „nutarnja molitva“. U različitim jezicima govori se primjerice o: „inner prayer“ (engleski); „oracion“ (španjolski); „oraison mentale“ (francuski).

Terezija Avilska tumačila ju je na sljedeći način: „Nutarnja molitva, to sam već govorila, znači razmišljati o tome i sebi posvijestiti što molimo, s kime razgovaramo i tko smo mi koji se odvažujemo približiti se jednom tako velikom Gospodinu... Govoriti jedan Oče naš ili Ave Maria ili inače neku drugu omiljenu molitvu, nazivali smo usmenom molitvom (molitvom usana). Sada vidite kako bi bijedna glazba bila ova usmena molitva ako bi joj nedostajala nutarnja molitva!“

Također svrstavanje nutarnje molitve u određeni stupanj molitve, Terezija ne bi bez daljnega prihvatila: „Sada si možete dobro objasniti u čemu se sastoji

razlika između kontemplacije i unutarnje molitve... Ne zamišljajte pod njom nešto kao teški strani jezik i ne prestrašite se imena!... Kod usmene i unutarnje molitve možemo sami činiti nešto – razumije se uz Božju pomoć – u kontemplaciji, o kojoj sada govorim, pak baš ništa: Ovdje sve čini Njegovo Veličanstvo. Kontemplacija je potpuno Njegovo djelo, ona nadilazi sve sposobnosti naše naravi.“

Pojmovi „nutarnja molitva“ ili „nutarnje moljenje“ ili pak „molitva srca“ rabimo na ovome seminaru kao sinonime. Tijekom seminara govorit ćemo o različitim polazištima i shvaćanju „nutarnje molitve“, odnosno „molitve srca“ u Zapadnoj i Istočnoj crkvi.

### **Posebno za početnike**

Važno: Nutarnja molitva nije samo nešto za uznapredovale (napredne), nego za sve, posebno za „početnike“! „Neiskusni misli da je Molitva Isusu stvar naprednih, duhovnih ljudi; to ne stoji. Svaki čovjek ju može i mora vježbati ako teži za nutarnjim napretkom i promjenom svoje naravi“ (**Molitva srca bez prestanka, str. 62**).

Terezija nas hrabri: „Netko, tko je započeo s nutarnjom molitvom, neka ju više ne napušta, činio on ne znam koliko loših stvari... Ali onaj tko još nije započeo s nutarnjom molitvom, neka – radi Gospodinove ljubavi ga molim – nikako ne propusti jedno tako veliko dobro. Ovdje se nema što izgubiti nego samo zadobiti (steći).“

### **Nutarnja molitva kao milosni Božji dar**

**Slika 29:** Nutarnja molitva ponajprije znači milosni Božji dar. Budući da se u nutarnjoj molitvi radi o odnosu ljubavi, u konačnici se ne može raditi ni o nekoj metodi.

U ovoj se molitvi radi o življenoj, trostrukoj zapovijedi ljubavi: o ljubavi prema Bogu, ljubavi prema samomu sebi i ljubavi prema bližnjemu. Katkada se pritom ljubav prema samomu sebi prešućivalo. Rezultat je bio jedna krnja pobožnost. Istina je: radi se samo o ljubavi prema Bogu i bližnjemu, ali je isto tako istina, da prenositi mogu samo ono što sam i sam iskusio, primio i prihvatio.

I premda ne postoji nikakva metoda da se dar nutarnje molitve primi, ipak postoje metodičke napomene i pomoć u različitim duhovnim tradicijama, koje nam mogu pomoći kako se možemo otvoriti daru nutarnje molitve; kako do nje doći.

U stanovitim tradicijama prednost se daje određenoj pomoći za otvaranje i produbljenje nutarnje molitve. (Primjerice kod Karmela Oraison (molitva) kao tiho boravljenje; ili u istočnoj tradiciji Molitva Isusu kao neprestano ponavljanje jedne unaprijed zadane, usmene molitve). Pri otkrivanju i raspakirivanju ovoga dara (kao slikovita usporedba) uz nas stoji Duh Sveti. On daje da nam „obdarenost“ ovim darom postane iskustvo. Pavao je rekao: „*A mi, mi ne primismo duha svijeta, nego Duha koji je od Boga, da znamo čime nas je obdario Bog*“ (1 Kor 2,12).

## 11. Čin izbalansiranosti modernog života

**Slika 30:** Moderni je čovjek opterećen i i do krajnjih granica iskorišten mnogim drugim stvarima. Jedan čitav normalni radni dan danas se sastoji iz tisuću malih poslova (bavljenja). Vrijeme je novac – dakle mora moderni čovjek proizvesti sve veći učinak u sve kraćem vremenu i zato trčimo uokolo: planiramo, organiziramo, idemo od jednog termina do drugog. Kupiti boju, promijeniti gumu, ispuniti poreznu prijavu, obrtnička komora, podnijeti zahtjev za doplatak, prikupiti informacije za sljedeće glasanje, kupiti hranu a zatim još i kuhati, na sreću postoje štandovi brze hrane; Sastaviti godišnji plan, provesti promjenu adresa, objavit će časopis, planirati godišnji odmor, u hodu obaviti nekoliko telefonskih razgovora, u autobusu ili vlaku odgovoriti na nekoliko mailova, objesiti rublje, odvesti djecu u sportski centar ili glazbenu školu i vratiti kući, riješiti probleme s računalom... umoran i iscrpljen pasti u krevet i radi nesanice imati u vidu sljedeći termin kod liječnika.

Čin izbalansiranosti između karijere i obiteljskog života, između tradicije i moderne, između vjere i sekularnoga multikulturalnog

društva priličan je izazov. U mobilnome društvu sve više ljudi imaju zdravstvenih problema radi premalo kretanja.

Pored izvanjskih stvari dolaze k tomu i nutarnji (brige, strahovi, krize u odnosu i vezi, rastava i drugo...). Mnogo toga nas pritišće, muči.

A sada još i Bog s jednim darom!

Što činimo sada s ovim Božjim darom?

Pitanje sudionicima: Što učiniti da bismo ovaj dar primili?

### **1. Ogledati se – Okrenuti se Bogu/Kristu**

Traži se naše obraćenje, radi se o putevima obraćenja.

### **2. Sve ostaviti, pustiti iz ruku**

**Slika 31:** Ovaj asketski put naziva se „visa purgativa“. Radi se o „uvježbavanju ostavljanja“.

Da bismo mogli primiti ovaj dar, moramo određene stvari odložiti. U mistici postoji jedan početak: „*Moj Gospodine i moj Bože, uzmi od mene sve što me sprječava k tebi*“ (Brat Klaus).

U duhovnoj tradiciji govori se tro-stupnjevitu putu: Molitva čišćenja (via purgativa), molitva prosvjetljenja i molitva sjedinjenja. Duhovni put započinje s čišćenjem (askezom). Radi se o tome da se obratimo, da odložimo ono što nas sprječava. Ostaviti ono što nas lažno vezuje. Ne moramo dakle ostaviti sve, nego samo ono što nas sprječava k njemu!

Nutarnja molitva znači postati svjestan dara ljubljenosti. Prva „aktivnost“ na putu nutarnje molitve nije nešto činiti, nego sebe prepustiti. U tišini uzmimo vremena i dopustimo da nas se ljubi. Ne moramo kao prvi korak za Boga nešto učiniti ili se vježbati u tišini, nego dopustiti Bogu da nas ljubi. Da bi ovo proželo čitavo naše biće, trebamo vremena u kojima možemo uvježbavati ovu istinu. Nutarnja molitva je naš ljudski Da božanskoj ljubavi, otvaranje našega ljudskog srca Božjemu daru koji je on sam.

### **3. Prihvatiti dar**

Dopustiti da budem obdaren (Put prosvjetljenja – via illuminativa i put sjedinjenja – via unitiva). Radi se o procesu sazrijevanja u ljubavi.

### **Bog dariva sama sebe**

**Slika 32:** *Što je sada ovaj dar koji nam Bog želi dati? Bog dariva sama sebe. On nam dariva svoga Sina.*

Dar koji nam Bog želi dati, nije tek nešto, neka stvar: On nam dariva svoga Sina. On dariva sama sebe i traži odnos od srca k srcu. Naš se duhovni put bitno sastoji u odnosu ljubavi prema jednoj osobi, prema jednome konkretnom čovjeku, prema Bogočovjeku Isusu Kristu. (Izazov, možda čak sablazan za mnoge ljude koji traže u ezoteriji).

**Slika 33:** Postavljanjem prioriteta, donošenjem odluka (riječ koja se kod Terezije često nalazi), obećanje postaje istinito: „*A onima koji ga primiše podade moć da postanu djeca Božja*“ (1 Iv 1,12).

Onima koji ga primaju on pomaže da iskuse ono što znači biti Božji sin i kći. Mi smo njegovi sinovi i kćeri! To je najveća diploma koju možemo postići. A tek to dobivamo na dar. To sačinjava naše nutarnje i krajnje dostojanstvo.

O ovome se radi u nutarnjoj molitvi: Biti obdaren Božjom ljubavlju i prijateljstvom.

**Slika 34:** Duh Sveti nam omogućuje molitvu kao susret sa živim, sveti, vječno ljubećim Bogom. Bez Duha Svetoga ne znamo kako na ispravan način moliti: „*Doista, ne znamo što da molimo kako valja, ali se sam Duh za nas zauzima neizrecivim uzdasima*“ (Rim 8,26).

Štoviše, nutarnja molitva znači: *više ne molim ja, nego Duh Božji u meni moli: „Živim, ali ne više ja, nego živi u meni Krist“ (Gal 2,20).*

## **12. Molitva kao postojanje (život)**

### **Molitva kao boravljenje uz prijatelja**

Isus nas poziva: „*Dođite k meni svi vi, izmoreni i opterećeni, i ja ću vas odmoriti*“ (Mt 11,28). Isus nas želi odmoriti, također u vrijeme naše svakodnevice. On nas u ovome odmoru želi odmoriti. Ovo je

naša glavna aktivnost u molitvi. Terezija Avilska definira molitvu na sljedeći način:

**Slika 35:** „Molitva nije ništa drugo nego boravljenje uz prijatelja s kojim se sami često i rado sastajemo, jednostavno da uza nj budemo (da s njim razgovaramo), jer smo sigurni da nas ljubi.“

Ovo je krasna definicija molitve, u kojoj molitva prosijava kao „bivanje“, ne kao „činjenje“. „Bivanje“, biti skupa s Bogom, boravljenje, uživanje u njegovoj prisutnosti. Molitva je uvijek osobna. Isus traži prijatelje na ovoj zemlji, ne slugu, ne ljude koji će za njega najprije raditi i nešto za njega polučiti. „Često i rado“: molitva nije nikakva vježba dužnosti, „moram“, „još bih trebao“. Katkada nam molitva može izgledati kao vježba dužnosti, možda nam je kao takva i posredovana. Moram pokušati osloboditi se ove dužnosti, postati slobodan i zreo. On traži ljude koji prihvaćaju ponudu prijateljstva. Poželio bih da započnete svakodnevno sebi uzimati neko vrijeme da biste počivali i boravili na Isusovu srcu.

### **Bivanje u Božjoj prisutnosti**

**Slika 36:** Molitva je kao bivanje, kao boravljenje skupa s Bogom, boravljenje uza nj, život iz i sa njim, svjesno boravljenje kod njega, da bismo i nesvjesno živjeli 24 sata u njegovoj prisutnosti. Stoga se ovaj način molitve naziva i „*boravljenje u Božjoj prisutnosti*“.

*Zašto s njime ne popiti sljedeću kavu/čaj?*

- **Podijeliti Hodočasničku knjigu.**

**Slika 37:** Hodočasnička knjiga „Nije li nam gorjelo srce“ sadrži mnoge slike, sažetke predavanjā, kao i različite vježbe, koje pomažu produbiti ono što smo u svakodnevicu čuli i iskusili: toga je ova knjiga korisna i važna pratiteljica na seminaru. Hodočasnička knjiga je kao kuharica: naputak koji traži praktičnu primjenu. S kuharicom nije moguće utoliti glad. „**Domaća zadaća**“: **Otvoriti vježbu 1 na str. 54**



Pozvani smo živjeti u Božjoj prisutnosti, čineći svjesno nešto pred Božjim očima, primjerice, kukičanje, heklanje, pijenje kave i slično. Vježbati otprilike četvrt sata.

### 13. Pitanja

Ako u kutiji već ima pitanja, moguće je na njih sada odgovoriti – ukoliko ne pristaju bolje uz neku drugu jedinicu.

### 14. Završetak

Završavamo jednom pjesmom i zatim molimo Boga za njegov blagoslov. **Pjesma i blagoslov:** Blagoslovio nas i pratio trojedini Bog, Otac, Sin i Duh Sveti.

2.

## Ljubav gradi na ulomcima *Spoznaja sama sebe kao temelj* Rezignacija

### Priprave

- Projekciono platno; Daljinsku upravljač; Prijenosno računalo; Kabel; Dovoljno Hodočasničkih knjiga; Stol (pult) za predavača; Voda i čaše; Cvijeće; Ikone; Svijeće; Kutija za pitanja; Cedulje i pisaljke; Listići „Ulomci“ (Materijal za predavača jedinica 2)

**Cilj:** Sudionici si posvješćuju da sve smije biti onakvim kako jest. Pred Bogom se ne moramo predstavljati, nego mu smijemo predati svoje ulomke. Tada on može stvoriti novo.

### Pregled

#### 1. Pozdrav i uvodna molitva

Pozdrav; Božji pogled ljubavi; Jedna molitva za sve

## **2. Duh Sveti**

„Gospodine, trebamo te...“; „Pošalji Duha svojega, Gospodine...“; Pjesma „Dođi, Duše Presveti“; Hram Duha Svetoga; Marija

## **3. Kratki osvrt**

Mistici u prvoj godini učenja; Učenici iz Emausa; Božji dar usred naših poslova; Molitva kao boravljenje uz prijatelja; Molitva u skrovitosti; Tri „Obavezne lektire“

## **4. Učenici iz Emausa**

Slomljeno (Slomljene stvari) u našem životu

## **5. Spoznaja samoga sebe i poniznost**

Sve smije biti; Slika o samomu sebi i poželjna slika; Poniznost

**Pauza**

## **6. Grijeh**

„Gospodine, nisam dostojan...“; Izvanjski i nutarnji zakon; Grijeh kao odbijanje Božje ljubavi; Roj misli u tišini

## **7. Prava svetost?**

Svetost kao temeljni poziv; „Moram podnijeti sebe...“

## **Razmjena u malim grupama**

## **8. Završetak**

Život u punini; Pjesma; Blagoslov

**Ljubav gradi na ulomcima**  
***Spoznaja sama sebe kao temelj***  
**Rezignacija**

## **1. Pozdrav i uvodna molitva**

**Slika 1:** Radujem se što zajedno s vama ponovno idem jedan djelić hodočasničkoga puta: 8 postaja na putu do molitve srca.

Započinjemo znakom našega spasenja: U ime Oca i Sina i Duha Svetoga. Amen.

## Božji pogled ljubavi

Ulazimo u uvodnu molitvu koju ću svaki puta proći zajedno s vama. Najsvetija i najvažnija vježba u duhovnome životu prema Lovri od Uskrsnuća jest „pomisao na Božju prisutnost“. Pomisao na to da je Bog sada tu.

**Slika 2:** „Bože, ti si tu. Gledaš me i ljubiš. Hvala.“ Ovaj izričaj ustvari nije molitva, nego ceduljica kao podsjetnik: Da posvuda – ili barem u svoje srce – možemo upisati „Bože, ti si tu“. On je tu, i to posve drukčije nego sve moje dosadašnje predodžbe, koje su možda moj put k njemu do sada zatvarale: Slike, koje imam o Bogu, ili iskustva koja sam stjecao, u mome djetinjstvu, mladosti, možda i preko Crkve... Ali Bog je još jednom potpuno drukčiji. I ovaj Bog je sada tu, među nama. Gleda nas pun ljubavi. Njegov nam pogled dariva život.

Na jednom seminaru sudjelovala i jedna mlada žena s malom bebom, koju je još dojila, u dječjim kolicima. Samo da ste vidjeli: svaki put kad bi majka pogledala na dječja kolica, vidjela bi nožice koje se od radosti praćakaju. Pogled majke koja ljubi, koji djetetu dariva

Životnu radost. Jedan takav pogled ljubavi dariva Bog nama danas. Zato hoćemo sada na trenutak utihniti i posvijestiti si – koliko je to moguće – da je Bog sada tu. „Bože, gledaš me i ja želim pokušati otvoriti se tvojoj prisutnosti.“

Ostat ćemo nekoliko minuta u tišini i vježbati se u ovom uprisutnjivanju Boga.

Ugodno se smjestite i zatvorite oči, ako vam to odgovara. Pokušajte iznutra opažati (postajati svjesni) Božju prisutnost. **Oko 3 minute tišine**

## Jedna molitva za sve

Molitva srca, rekao sam to već posljednji put, molitva je za sve: za ženu, muškarca, mlado i staro. Postoji jedna knjižica Bernharda Hubera, reformiranoga župnika iz Kantona St. Gallen. On je molitvu srca širio južnoistočnom Indijom. I piše: „Pastirica ili pekar, mlado ili

staro, nebrojeni su se upuštali u to i stjecali iskustva koja su im pomogla produbiti svoju vjeru“ (Samo da sam znao da si tako blizu... Uvod u molitvu srca, Johannis Verlag 2009., str. 9). U pojedinačnim svjedočanstvima pripovijedaju ljudi kako je njihov život postao nov. Između ostaloga postalo je ovo snažnim pokretom i među prosjacima Indije, koji su ovdje mogli uzeti kao priliku za svoj život, koju ranije nisu imali. Dojmljivo je čitati kako su prosjaci smjeli otkriti snagu molitve srca. I mi smo pozvani doći do jednoga takvog otkrića.

## 2. Duh Sveti

### „Gospodine, trebamo te...“

**Slika 3:** Serafim iz Sarova, jedan od velikih svetaca Istočne crkve je rekao: „Među djelima, koja se radi Krista vrše, molitva nam najlakše pribavlja milost Duha Svetoga jer nam uvijek stoji na raspolaganju. Molitva stoji na raspolaganju svima. Svatko ju može obavljati, bogataš kao i siromah, znalac i neznalica, jaki i slabi, bolesni i zdravi, grješnik, kao i pravednik. Njezin je učinak(djelovanje) uvijek je sljedeći: Više od svega drugoga daje nam ona steći milost Duha Svetoga. Dakle moramo moliti, sve dok u nas ne prodre Duh Sveti i ne smijemo prestati moliti, nakon što je on već u nama i s nama.“

Stoga u našu uvodnu molitvu spada i to da zazovemo Duha Svetoga i zamolimo ga da nas vodi i nama ravna (upravlja). Donio sam ovu kratku molitvu koju će na kraju svi najvjerojatnije znati napamet:

**Slika 4:** *„Gospodine, trebamo te. Bez tebe ne možemo ništa. Pošalji nam svoga Svetoga Duha i obnovi nas iz temelja. Amen.“*

### „Pošalji Duha svojega, Gospodine...“

Katkada pjevamo riječi psalma: „Pošalji Duha svojega, Gospodine, i obnovi lice zemlji.“ I mi smijemo postati novi ako se otvorimo Duhu Svetomu. On je stvarno veliki nutarnji Učitelj. Svjesno sam izabrao ovu sliku o Duhu Svetom (Duhovi, Oltar u

Osnabrücku oko 1370. Godine, Willraf-Richartz-Museum). Ovo je specijalan prikaz gdje apostoli zajedno s Marijom sjede za okruglim stolom. Duh Sveti nosi jednu bijelu krišku kruha u njihovo središte; što simbolizira ni manje ni više nego Isusovu prisutnost u tijelu hostije i istodobno u tijelu zajednice sestara i braće. Duh Sveti čini prisutnim njega, euharistijskog Gospodina, u našoj sredini i iz nas čini zajednicu sestara i braće; on iz nas oblikuje Mistično Kristovo Tijelo. Tako hoćemo sada zajednički zazvati Duha Svetoga i iznutra se usmjeriti na Isusovu prisutnost i u našoj sredini. Duha Svetoga koji u nama moli i pomaže nam moliti, njega hoćemo zazvati. **Pjesma „Dođi, Duše Presveti“**

### **Hram Duha Svetoga**

Jedna molitva na početku može nam pomoći da se posve svjesno povjerimo Bogu, da se otvorimo da bismo tijelo kao hram Duha Svetoga predali njemu:

**Slika 5:** „*Gospodine Isuse Kriste, Sine Božji + budi u mojim mislima da posvuda na tebe mislim. Gospodine Isuse Kriste, Sine Božji + budi na mojim usnama, da te u svako vrijeme slavim. Gospodine Isuse Kriste, Sine Božji +budi u mom srcu da te u svako vrijeme ljubim.*“

Unaprijed formulirane molitve mogu biti pomoć. Ali se ne mora tako moliti. Moguće je započeti posve drukčije. Možete kao što to čini Anselm Grün, raširiti svoje ruke i reći: „Gospodine, ovdje sam. Uzmi me takvim kakav jesam.“ Tako se ovom molitvom posvećujemo Bogu: „Gospodine Isuse Kriste...“

Drugi dio ove molitve glasi:

**Slika 6:** „*Sveti Bože, oprosti mi sve moje grijehе. Daruj mi za proslavu tvoga imena milost neprestane molitve.*“ Zatim činimo znak križa na čitavome tijelu: „*Ti, Bože, Oče, po Sinu, u snazi Duha Svetoga. Amen.*“

Radi se o tome da si posvijestimo: naše tijelo je hram koji stavljamo pred Boga.

Odlomak „Duše Sveti, oprosti mi sve moje grijehе“ već smo umetnuli, jer Terezija iz Avile je govorila da ovu molitvu treba započeti s Confiteor, priznanjem svojih grijehа. Ako molitva znači gajiti zajedništvo s Bogom, prirodno je i dobro, da ono što bi još moglo stajati između njega i nas, povjerimo njegovu opraštenju. **Molimo ovaj drugi dio: „Duše Sveti...“**

Ako bih vas sada pitao zašto ste došli na ovaj tečaj, dobio bih zacijelo mnoge različite, opravdane odgovore. Najvažniji razlog, zbog čega nas Bog osposobljuje za molitvu jest da u susretu s njim smijemo iskusiti ispunjenje naših najdubljih čežnji za životom, ljubavlju, radošću... i naš život postaje sve više i više proslava Boga.

### **Marija**

**Slika 7:** I danas se želim zajedno s vama povjeriti Mariji. Ona je čula anđelov pozdrav: „*Zdravo, milosti puna, Gospodin s tobom*“ (Lk 1,28). Ona nas prati na hodočasničkom putu do molitve srca i zato ju želim pozdraviti. Tko ovo može slijediti iznutra, neka zajedno sa mnom moli jednu „Zdravomariju“, koja se osim završne prošnje sva sastoji iz biblijskih riječi: **Moliti „Zdravo, Marijo“**

## **3. Kratki osvrt**

Ovdje sada možete ubaciti slike iz jedinice 1; ukoliko ih još jednom želite u osvrtu pokazati.

### **Mistici u prvoj godini učenja**

**Slika 8:** Posljednji puta smo pokušali slijediti ono što se često naziva i molitvom srca. Ovaj dječak ovdje, praćen svojim psom, čini se da je uronjen u molitvu. Ukazujem na to da se put do nutarnje molitve često označava i kao „mistični put“. Mnogi kod riječi „mistika“ misle: ovo sigurno nije ništa za mene. Suprotno tomu želim sebi – zajedno s Terezijom Avilskom – da svi ljudi mogu otkriti da je nutarnja molitva dar koji Bog želi dati svim ljudima; ne samo nekolicini darovitih. Da se sami ne bismo osjećali duhovno stresno, rekao sam da smo „mistici prve godine učenja“. Bog nas izaziva i

poziva na nove, nepoznate puteve, ali nas nikada ne preopterećuje. Preopterećujemo sami sebe ili zahtjevi drugih.

## Učenici iz Emausa

**Slika 9:** Naš hodočasnički put vodi nas preko osam postaja: Pohod, Rezignacija, Oracija, Meditacija, Kontemplacija, Pričest, Evangelizacija, Poslanje.

Posljednji puta smo se već susreli s učenicima iz Emausa iz Lukina Evanđelja: *„I gle, dvojica su od njih toga istog dana putovala u selo koje se zove Emaus, udaljeno od Jeruzalema šezdeset stadija. Razgovarahu međusobno o svemu što se dogodilo. I dok su tako razgovarali i raspravljali, približi im se Isus i pođe s njima. Ali prepoznati ga – bijaše uskraćeno njihovim očima (Lk 24,13-16).* Kod učenika postojao je jedan trenutak kad su postali svjesni Isusove prisutnosti, premda je on i prije već bio tu. Oni ga nisu vidjeli. Tako možemo reći: On je uvijek tu, prati nas uvijek, premda ga mi svjesno uvijek ne opažamo.

## Božji dar usred naših poslova

Nutarnja molitva znači ponajprije milosni dar koji nam Bog daje. Ne radi se o specijalnoj metodi ili tehnici molitve, nego o daru koji nam daje Bog, ali koji mi sami moramo uzeti; dar koji treba prihvatiti.

**Slika 10:** Na ovoj karikaturi vidimo jednoga modernog čovjek, koji sa sobom nosi puno toga čime se svakodnevno bavi. Naš se izazov sastoji u tome da se otvorimo onome što nam Bog u sve to želi darovati. Ponajprije je potrebno da se okrenem od sebe i i okrenem ovom daru.

**Slika 1:1** Ali ovaj dar nije *nešto*, nego Bog dariva sama sebe. Iz ovoga iskustva moguće je ostaviti pojedine stvari i postaviti nove prioritete. Nutarnja molitva znači ponajprije dar, duboko u sebi znati da me Bog ljubi. U prvome se koraku radi o tome da se otvorimo ovoj Božjoj ljubavi.

„Budući da te ljubi Ljubav, postaješ ljubav.“ Na ovom seminaru hoćemo se otvoriti ovoj ljubavi.

### **Molitva kao boravljenje uz prijatelja**

**Slika 1:2** „*Molitva nije ništa drugo nego boravljenje uz prijatelja s kojim se često i rado sami sastajemo, da bismo s njim razgovarali (ili prevedeno drukčije: da bismo jednostavno bili uza nj), jer smo sigurni da nas ljubi.*“

**Slika 13:** Boraviti uz prijatelja s kojim primjerice pijemo kavu? Možete li si za to uzeti vremena? Supruga jednog reformiranog župnika misli da je pomisao s Isusom popiti kavu „revolucionizirala“ njezin molitveni život, nevjerojatno ju pozitivno promijenio; postala je svjesna koliko je desetljećima zaostajala u određenim, dobronamjernim oblicima molitve. Katkada smo u našim obredima molitve kao „zatočeni“ pa je potrebno ostavljanje, da bismo uistinu mogli ući u njegovu prisutnost, odnosno postali svjesni njegove prisutnosti.

Eventualno iznijeti: Primjer žene koja odlazi pravoslavnome episkopu, Hodočasnička knjiga, str. ?

### **„Vaše Veličanstvo“**

**Slika 14:** Unatoč ovome intimnom, prijateljskome ophođenju s Isusom važno je da ga ne gledamo samo tek kao kolegu. Danas postoji opasnost od prikazivanja Boga bezazlenijim. Isus nije nikakav mekušac! Terezija Avilska obraćala mu se i sa „Vaše Veličanstvo“. Bog je i Sveti. Susret s njim traži stav strahopoštovanja i klanjanja.

Tako Terezija primjerice piše: „Sjetite se dakle kad stupate pred Gospodina tko je taj s kojim hoćete razgovarati ili kojemu govorite. Tisuće života ne bi bili dovoljni da shvatimo koji iskazivanje časti zaslužuje ovaj Gospodin, pred kojim i anđeli dršću. On povrh svega jamči da može sve, njegova volja je već izvršenje.“



## Molitva u skrovitosti

Prva Isusova napomena u vezi s molitvom govori da se kod molitve trebamo povući u sobu da bismo u skrovitosti bili kod Boga (*usp. Mt 6,6*). U alegorijskome smislu naša je nutarnja soba mjesto gdje Bog u nama stanuje i gdje smo mi njegov hram.

Terezija Avilska daje da nam Isus govori: „Ne traži me u dalekoj daljini, kad sam ti u svako vrijeme blizu. Dovoljan mi je tvoj zov čežnje i već si me našla. Ne traži me nigdje drugdje nego u sebi.“ Kod Terezije Avilske („Dvorac duše“) sve se radi o putu do susreta s Bogom u našem najnutarnijem srcu. Ovo mjesto je prostor u koji inače nitko drugi nema pristupa. Ovdje susrećemo Boga na posve osobit način. Ovdje naše biće – koje je mnogočime u životu bilo možda ranjavano – postaje ponovno ono što ustvari jest. Polazeći od naše najnutarnije nutrine naš ranjeni život ponovno ozdravlja. Stoga je jako važno da se damo u potragu za ovom nutarnjom odajom do koje pristup ima samo Bog.

### Tri „Obavezne lektire“

Naše tri „Obavezne lektire“ hodočasničkoga puta jesu:

- *Stvorenje*: **Slika 15**:

To je velika knjiga koju trebamo meditirati. Stvorenje nosi crte pisma Božje ljubavi. Ovdje naslućujemo nešto od Boga (prirodna spoznaja Boga). „Sve je po njemu i za njega stvoreno“ (*Kol 1,16*).

- *Križ*: **Slika 16**:

Mi meditiramo Isusov život do njegova predanja na križu. Kad je jedan mladi čovjek iz Burgdorfa došao bratu Klausu i pitao ga kako na putu kontemplacije treba razmatrati Kristovu muku, rekao je da mu Bog može darovati da mu ovo razmatranje izgleda kao da odlazi na ples. Razmatrati Isusovu muku – prihvaćenu iz neizmjerne ljubavi prema nama - , može postati izvorom duboke nutarnje radosti. Križ postaje izvorom snage i radosti.

- *Sveto pismo*: **Slika 17**:

„Ne živi čovjek samo o kruhu nego o svakoj riječi koja izlazi iz Božjih usta“ (*Mt 4,4; Pnz 8,3*). Sveta Mala Terezija je govorila da je živjela

još jedino sa Svetim pismom. Ono je bilo knjiga njezina života i molitve. „*Riječi koje sam vam govorio, duh su i život su*“ (Iv 6,63).

Slika 18:

## 4. Učenici iz Emausa

**Slika 19:** O učenicima iz Emausa čitamo: „*Oni se snuždeni zaustave*“ (Lk 24,17). Učenici su najprije međusobno razgovarali, zatim su iskusili da je Isus prisutan i Isus ih upita: „*Što to putem pretresate među sobom?*“ (Lk 24,17). Isus primjenjuje specijalnu pedagogiju molitve. Zašto pita nešto što ionako već zna? Očito je važno da učenici svoju tugu i rezignaciju pred njim izreknu. U mnogim odlomcima su učenici poslije Isusove smrti opisani kao rezignirani. Isus hrabri učenike da ove osjećaje posve svjesno iznesu na svjetlo i o njima s njim razgovaraju.

### Slomljeno (Slomljene stvari) u našem životu

**Slika 20:** I u našem životu može biti puno toga slomljeno. Možemo se pitati: Gdje sam rezignirao, u odnosu na sama sebe, na svoju obitelj, na ljude oko mene, na svoje bližnje, na moje životne okolnosti, na Crkvu? Koje su eventualno moje frustracije, povrjede, strahovi, brige, samoća, bespomoćnost, nepomirljivosti, prekinute veze (odnosi), bolesti...?

Možda se naš život u ponekom pogledu nije odvijao onako kako bismo to mi željeli. Ovdje smijemo naučiti svoj život Bogu predati takav kakav jest. Blaise Pascal je rekao:

*„Nezamislivo je što Bog može načiniti iz ulomaka tvoga života, samo ako mu ih potpuno prepustiš.“*

Ovo je kao sažetak onoga što znači Evanđelje uzeti ozbiljno i sebe povjeriti Isusu.

Netko je rekao: „Što je brodolom moga života ako je more u koje tonem Božja neizmijerna ljubav.“

Isus je rekao svetoj sestri Faustyni sljedeće riječi: „Što je veći grješnik, to je veće njegovo pravo na Božju ljubav i milosrđe.“ Ali mi često mislimo upravo suprotno: Što sam više zatajio, to sam manje zaslužio njegovu ljubav. Ali kada dijete treba najviše ljubav roditelja? Onda, kad ju je najmanje zaslužilo! Bog nam dariva prihvaćanje bez uvjeta. Tko se može otvoriti ovoj za kršćansku vjeru temeljnoj istini, primjećuje kako njegova svakodnevnica postaje opuštenija i smirenija.

## 5. Spoznaja samoga sebe i poniznost

### Sve smije biti

**Slika 21:** Sve što je u našem životu smije ponajprije jednostavno biti. U najboljem slučaju znamo svoje talente, svoju originalnost, dostojanstvo i ljepotu, ali sa stanovitim činjenicama, događajima, okolnostima našega života možda ipak nismo zadovoljni; na nekim područjima smo moguće rezignirali. Može nam pomoći ove stvari napisati i staviti ih pred Boga. Isus ništa od svega toga ne stavlja pod tepih nego nas želi učiniti slobodnima, želi nas osloboditi svega što nas opterećuje i darovati nam jedan novi početak. Često smo u opasnosti da nosimo *masku*: pokazujemo se drukčijima nego što jesmo. Pred Bogom ne treba biti tako. Njemu ništa ne moramo nabajati (glumiti) ili pred njim skrivati (*stavljati pod tepih*). U jednom domu za umirovljenike stoji na zidu napisano: „Voli ljude takve kakvi jesu, drugih naime nema!“

**Slika 22:** Što god u našem životu bilo: smijemo predati njemu. Spoznaja samoga sebe u Božjoj ljubavi temeljna je za nutarnju molitvu.

Ali ova samospoznaja često je iskrivljena. U ogledalu se prepoznaje svoje izvanjsko lice; U ogledalu svojih misli i osjećaja prepoznaje čovjek kakav je iznutra. Pomanjkanje samospoznaje ne da mnogima napredovati, jer samima sebi, drugima pa i Bogu nešto predbacuju. Pokazuju se drukčijima nego što su u stvarnosti. Ali pravo ogledalo u kojemu se trebamo ogledati (promatrati) nije

ogledalo kupaonice niti ispit savjest koji dolazi izvana, nego Isusovo lice. U njegovu pogledu prepoznajemo same sebe, njegov nam pogled dariva ugled, dostojanstvo, praštanje, životnu radost.

U **Slika 23:** njemu vidimo sebe onakvima kakve nas je Bog zamislio. Molitva je dakle avantura istraživanja sebe i otkrivanja samoga sebe u svjetlu Duha Svetoga. To je nešto potpuno drukčije od „kopkanja“ o svome vlastitom životu.

### **Slika o samomu sebi i poželjna slika**

**Slika 24:** Smijem se iskreno pitati: Što ja u najdubljoj dubini mislim o samomu sebi? Odgovara li moja slika o meni vlastitoj poželjnoj slici ili poželjnoj slici drugih? Definiram li sebe svojim radom, svojim učinkom, svojom ljepotom, svojim zdravljem, svojim uspjehom ili suprotnim od svega toga? Ili iskusujem nešto od bezuvjetne Božje ljubavi koja me ljubi bez prethodnoga učinka? Kod njega sve smije biti kako jest, da ne mora ostati kako jest!

Samospoznaja je prema Tereziji Avilskoj svagdanji kruh: „Razmatranje naših grijeha i samospoznaja su kruh koji na putu molitve uz svu još tako dragocjenu hranu moramo uživati. Ali sve se mora dogoditi umjereno. Hod u nutrinu nije ništa nasilno; snage duše moraju biti upravljane blago. Za dušu je jako važno da ju se ne gura u kut ili suzuje. Niti ju se sili na to da dugo vremena ostane u jednoj jedinoj odaji, pa ni u odaji samospoznaje.“

### **Poniznost**

**Slika 25:** Pretpostavke (preduvjeti) za nutarnju molitvu sastoje se dakle u određenim raspoloživostima srca kao primjerice u poniznosti. Terezija Avilska potvrđuje: „Čitava zgrada nutarnje molitve utemeljena je na poniznosti.“ Ova nas riječ hoće ohrabriti da budemo oni koji jesmo. Prava poniznost je sposobnost miroljubivo prihvatiti svoje krajnje siromaštvo sa svim ograničenjima, budući da u Boga polažemo sve svoje povjerenje.

Riječ „poniznost“ dolazi od latinske riječi „humilitas“ u kojoj se nalazi riječ „humus“. Radi se o tlu, o prizemljenosti. Poniznost stoji

na tlu na kojemu stojimo, ne drugdje. Poniznost puna pouzdanja znači: Smijem biti takav kakav jesam i takav se pred Bogom pojaviti (Ali to ne znači da tako opravdavamo sve što jest). Humus bitno služi plodnosti.

Samospoznaja u svjetlu Božje ljubavi vodi do prizemljene duhovnosti. Već je Isus uvrijedio svoje drugove u vjeri kad je bio u zajednici s grješnicima. Ali Isus je potvrdio da je došao upravo radi onih koji poznaju svoje granice i grješnost: „*Ne dođoh zvati pravednike nego grješnike na obraćenje*“ (Mk 2,17). Ako njemu povjerimo sebe onakve kakvi stvarno jesmo, tada započinje proces gdje nas on može promijeniti. Stoga je za molitveni put potrebna istinska samospoznaja u odnosu na naše sposobnosti i granice.

Mi katkada obmanjujemo sami sebe. Iluzija je opasnost na molitvenome putu. Kako brzo kažemo: „Ljubim svoga bližnjega“, premda moja ljubav uistinu mnoge bližnje odbacuje, osuđuje i isključuje (ignorira). Na molitvenome putu vodi nas Bog dublje u našu stvarnost da nas uspostavi takve da se radujemo kad pogledamo u ogledalo i same sebe u njegovu svjetlu otkrijemo.

## 6. Grijeħ

**„Gospodine, nisam dostojan...“**

**Slika 26:** Na početku molitve smijemo svoje siromaštvo, krivnju i slabosti jednostavno staviti pred Boga, kao, što to činimo prije primanja svete pričesti: „Gospodine, nisam dostojan da uniđeš pod krov moj, nego samo reci riječ i ozdravit će duša moja.“

Mnogi suvremenici, koji ovu biblijsku molitvu ne mogu su-moliti, imaju moguće jedan dobar psihološki osjećaj vlastite vrijednosti. Ipak ono što im nedostaje jest produbljena samospoznaja u svjetlu Božjem. Papa Pio XII. Reкао je 1946: „Najveći grijeh danas jest da su ljudi izgubili osjećaj za grijeh.“ Ako uistinu stupamo u Božju prisutnost, naslućujemo – kao jedno nutarnje iskustvo – razliku između Boga i njegova stvorenja, povrh toga naslućujemo da smo na stanovitim područjima još uvijek zaostali i da njegovu ljubav još

uvijek nismo posvuda prihvatili. Ova molitva nije izraz osjećaja manje vrijednosti, nego povjerenja u Božju dobrotu i milosrđe koji su jači od mojih slabosti.

Radi se o samospoznaji u svjetlu milosrdne Božje ljubavi a ne u svjetlu lažne procjene sebe i drugih. Jedno je sigurno: moje siromaštvo i nesavršenost Boga nikada ne odbija, naprotiv – privlači ga.

Njemačka riječ za grijeh (Sünde) etimološki je povezana s riječju „Sund“, starom sjeverno njemačkom riječi koja znači (morski) „tjesnac“ i tada se rabila za razdvajanje (nesavladivi tjesnac) između Boga i čovjeka. Grijeh znači biti odvojen, živjeti odvojeno od Božje ljubavi i prisutnosti. Grijeh je ono što nas odvaja, rastavlja od Božje ljubavi a time i od nas samih i od bližnjega. Ovo može dovesti do toga da još kružim jedino oko sama sebe.

Spasonosno je Bogu priznati da sam živio ispod vrijednosti koju sam od njega dobio. Isus nas želi ozdraviti od onoga što nam je ugrabilo izvor Božje ljubavi, što je spriječilo ostvarenje Božjega plana: Smetnje u odnosu na različitim područjima, sve što izolira od zajednice i zajedništva, stvorenja i Stvoritelja.

### **Izvanjski i nutarnji zakon**

Deset zapovijedi možemo označiti kao „izvanjski zakon“: one su putokazi, zaštita i svjetlo za uspjeti život (vidi grafiku). Duh Sveti je „unutarnji zakon“ do ispunjenoga života. On nam kao prvo objavljuje istinu božanske ljubavi i kao drugo otkriva nam što je grijeh, jer čovjek samo po sebi ne zna što je njegov najdublji grijeh.

„Zakon ljubavi“ Novoga zavjeta nutarnji je zakon, i puno je profinjeniji od svakoga izvanjskog zakona (ali ga u sebi sadrži). Između nutarnjega zakona duha i izvanjskog pisanog zakona nema proturječja ni nesporazuma; radi se o neograničenoj suradnji. Novo srce omogućuje držati se Božjeg zakona: „*Duh svoj udahnut ću u vas da hodite po mojim zakonima i da čuvate i vršite moje naredbe*“ (Ez 36,27). I Isus u istome smislu govori: „*Ako me tko ljubi, čuvat će moju riječ*“ (Iv 14,23). Tko njega ljubi kadar je držati sa zakona. Isto tako argumentira apostol

Pavao: „Obeskrjepljujemo li, dakle, Zakon po vjeri? Nipošto! Naprotiv, Zakon utvrđujemo“ (Rim 3,31). Isus je došao Zakon dopuniti (izvršiti) (Mt 5,17 i dalje).

## Grieh kao odbijanje Božje ljubavi

**Slika 27:** Isus nam govori u čemu se u najdubljoj dubini grijeh sastoji: „A kad on dođe, dokazat će da je svijet u bludnji – glede grijeha... glede grijeha – da ne vjeruju u mene“ (Iv 16,8-9). Ne radi se u prvome redu o kršenju zapovijedi, nego o pomanjkanju vjere, o nedostatnu povjerenju. Vjerovati znači pouzdati se kao dijete: „Isuse, uzdam se u tebe.“

A za to je potreban dvostruki Da: Jedan Da vlastitoj nemoći i jedan Da svemoći Božje ljubavi. Karmelićanka Elizabeta Dijonska (1880.-1906.) izrazila je to ovako: „Bacimo se puni povjerenja na tlo dvostrukoga ponora: Božje neizmjernosti i vlastitog ništavila. Tada će se naša hvala uzdizati savršenije i veličati slavu Svemogućega.“ Jednoj su-sestri koja je sumnjala kazala je: „Sestrice, poznaješ li svoje bogatstvo? Jesi li ikada izmjerila ponor (bezdan) ljubavi? Hoću ti objaviti nepromjenjivu nježnost koja danonoćno lebdi nad tvojom dušom.“

Leandre Lachance je rekao: „Ne trati vrijeme s time da razmatraš sama sebe ili si postavljaš pitanja. Drži svoj pogled usmjeren na Oca, razmatraj (promatraj) njegovu dobrotu, razmatraj njegovo milosrđe i razmatraj njegovu ljubav. Ne pokušavaj se smatrati ni dostojnim ove ljubavi niti pokušavaj zaslužiti ju: to je nemoguće, jer nikada nećeš biti dostojan jedne takve ljubavi i nikada nećeš moći zaslužiti jednu tako savršenu ljubav. Prihvati njegovu dobrotu, njegovo milosrđe i njegovu ljubav, prihvati je jer On tako hoće.“

Istina nježne Božje ljubavi lebdi u Isusovim riječima: „Uistinu, Bog je tako ljubio svijet te je dao svoga Sina Jedinorođenca da ni jedan koji u njega vjeruje ne propadne, nego da ima život vječni“ (Iv 3,16). Samo onaj tko se otvori ovoj nevjerojatnoj povijesti ljubavi, počinje naslućivati što je grijeh a što znači zatvoriti se ovoj ljubavi. Grijeh dakle nije u prvome redu prijestup zapovijedi, nego zatvaranje pred Božjom ljubavi objavljenoj u Isusu. To je ona bolest koja nas sprječava postati svjestan Božje prisutnosti u nama i oko nas, a koja nas sprječava dopustiti Bogu da u nama i preko nas djeluje.

## **Roj misli u tišini**

Kad stupimo u Božju prisutnost (ili bolje rečeno: kad se otvorimo Božjoj prisutnosti), često ponajprije susrećemo same sebe. Tada se u nama javljaju kojekakve moguće i nemoguće misli. Ali to ne mora biti nikakva zapreka, samo ako gajimo ispravan odnos prema njima. To što dolazi, smije doći. Isus je poučio učenike iz Emausa da s njim razgovaraju o onome što ih u njihovoj nutrini pokreće (muči).

Starac Siluan, jedan istočnjački učitelj je rekao da je dugo vremena pokušavao boriti se protiv svojih misli koje su se javljale za vrijeme molitve. Ali borbi nije bilo kraja. Jednoga je dana prestao boriti se protiv njih i od tada se smirio u upokojio. Ako sada još jednom pođemo u tišinu, ne igra nikakvu ulogu koje se misli u nama javljaju. Mi jednostavno pokušajmo biti tu, a sve što jest, smije biti. Jednostavno to gledajmo u Božjoj prisutnosti. Mi stojimo na obali rijeke i promatramo brodove kako prolaze. Jednostavno iz opažamo.

To hoćemo sada pokušati nekoliko minuta. **Tišina (oko 7 minuta)**

Terezija Avilska je govorila da uopće nije bila nadarena za tišinu. Nije mogla Bogu se iznutra predstaviti. A ova žena je postala učiteljica Crkve! Ona nam daje nekoliko naputaka na put koje ćemo tijekom seminara još upoznati. Njezino glavno oruđe bila je svijest da sve smije biti onakvim kako jest. I ovo smijem zatim staviti u Božje ruke.

## **7. Prava svetost?**

### **Svetost kao temeljni poziv**

Molitva nas želi ozdraviti iznutra, učiniti nas cjelovitima i spašenima. Ovo nazivamo i „svetost“.

**Slika 28:** Na ovoj slici vidimo redovnice kako puše. Možda nam to iznutra izgleda proturječno. Ali sve da redovnice i puše: to nije nikakva zapreka za svetost. Imamo slike kako su izgledali sveci. I tada mislimo: tu za mene nema mjesta. Ali to je krivo.



**Slika 29:** Majka Terezija je govorila da je svetost naš temeljni poziv. To nije najviša stepenice visokih ljestava, nego najniža (donja). Naš život započinje na kršenju *posvećujućom* milošću.

**Slika 30:** „Bog te u Isusu Kristu ljubi neovisno o tvojoj životnoj situaciji, o tvojim pogriješkama, slabostima i grijesima. I ti možeš biti potpuno siguran u njegovu ljubeću privrženost. Jer Bog na savršen način ljubi nesavršeno, krhko (lomno). Tvoj život smije ostati ulomak (fragment) (Urban Camenzind).

### **„Moram podnijeti sebe...“**

**Slika 31:** Terezija iz Lisieuxa je formulirala što je za nju prava svetost: „Moram sebe podnijeti (izdržati) takvu kakva jesam. Sa svim svojim nedovoljnostima. Štoviše, dovoljno je sebe poniziti i svoje nesavršenosti s ljubavlju podnositi. U tome se sastoji prava svetost.“ Ako smo u ovome stavu pred Bogom i prihvatimo ovu ljubav koju nam on dariva, postat ćemo sve više i više spašeni (zdravi, sveti).

Možda u mome životu ima stvari zbog kojih se radi sebe samoga i radi drugih osjećam loše. I to smijem pripustiti. Naš život može postati nov, može postati zdrav i spašen, Bog čak i iz ulomaka može načiniti nešto cjelovito, samo ako mu to predamo. U Bogu djeluje ova snaga ljubavi da smijem biti takav kakav jesam i – to je sada radosna vijest – upravo zato ne moram ostati onakav kakav jesam. Jer ova božanska ljubav nas mijenja, polazeći od onoga što jesmo.

U *Otkrivenju 21,5* stoji: „*Tada Onaj što sjedi na prijestolju reče: 'Evo, sve činim novo!' I doda: 'Napiši: Ove su riječi vjerne i istinite.'*“ Ono što predamo Bogu počinje se pod njegovom rukom preobražavati. Postaje novo.

## **Razmjena u malim grupama**

Ovdje postoji mogućnost za razmjenu o temi poticaja u malim grupama od po 6 do 8 osoba. pritom se ne radi o raspravama, nego o mjestu na kojemu sudionici mogu u povjerljivu ozračju su-priopćiti što ih pokreće (muči).

**Slika 32:** Moguća pitanja za razmjenu u malim grupama:

1. Kako mi je bilo prošloga tjedna? Je li nešto od prvoga susreta ostalo nejasno?
2. Što me od današnjega poticaja pokrenulo? Što pak kod mene nailazi na otpor?
3. Koja iskustva i osjećaje povezujem s riječima „grijev“ i „svetost“?

## 8. Završetak

Život u punini

**Slike 33, 34, 35:** S violinom se daje učiniti nekoliko stvari: Primjerice igrati golf, ili naoštriti zid.

**Slike 36, 37:** Ali ona je ipak namijenjena za muziciranje.

Violina u ovoj usporedbi predstavlja naš život.

**Slika 38:** Isus govori: „*Ja dođoh da život imaju, u izobilju da ga imaju*“ (Iv 10,10). U nutarnjoj molitvi može se naš život pod Božjom ljubavi preobraziti u ono za što je ustvari zamišljen. Radost u vjeri izdjeluje duboku radost života.

Sveti župni Arški misli: „Kad bismo bili pravo prožeti svetom Božjom prisutnošću, vrlo lako bi nam bilo suprotstaviti se neprijatelju. Nikada ne bismo sagriješili ako promislimo da nas Bog gleda.“ Stoga je potreban jedan Da vlastitoj nemoći i istodobno jedan Da Božjoj svemogućoj ljubavi.

- **Hodočasničku knjigu eventualno podijeliti novim sudionicima.**
- **Napomena uz vježbu 2 u Hodočasničkoj knjizi, str. 68: Pred Bogom možemo svoje ulomke razraditi i predati mu ih. Pitanja na istoj stranici mogu nam pritom pomoći.**

- Podijeliti listić „Ulomci“: na njega smijemo napisati naše ulomke i donijeti ih na susret 7.
- Pjesma.
- Izmoliti Očenaš

A sada zamolimo Boga za njegov blagoslov: Blagoslovio nas i pratio dobri Bog: Otac, Sin i Duh Sveti. Amen. .

3.

## Bog traži razgovor s tobom

### *Tjelesna dimenzija molitve*

### Oracija

#### Priprave

- Projekciono platno; Daljinsku upravljač; Prijenosno računalo; Kabel; Dovoljno Hodočasničkih knjiga; Stol (pult) za predavača; Voda i čaše; Cvijeće; Ikone; Svijeće; Kutija za pitanja; Cedulje i pisaljke; Listići „Ulomci“ (Materijal za predavača jedinica 2)

**Cilj:** Sudionici iskusiju da nutarnja molitva sadrži i jedan aktivni dio. Ovamo pripada naše tijelo. Različiti oblici vode nas u veliki razgovor s Bogom.

## Pregled

### 1. Pozdrav i uvodna molitva

Pozdrav; „Bože, ti si tu“; Tvoj pogled liječi (ozdravlja); Tišina; Pjesma

### 2. Duh Sveti

„Gospodine, trebamo te...“; Pjesma „Dođi; Duše Presveti; Obraćanje Isusu; Marija

### 3. Kratki osvrt

Samospoznaja i poniznost; Ulomci

### 4. O velikom razgovoru s Bogom

Učenici iz Emausa; Oracija; Boravljenje uz prijatelja

### 5. Usmena molitva tijelom

Molitva kao djelatnost; Hram Duha Svetoga

### Pauza

### 6. Odlučujuća je odluka

Tiho vrijeme s Bogom; „Priveži svoga magarca“; „Daj mi svoje vrijeme“

### 7. Različiti oblici oracije

Usmena molitva; Oblici; Dvije vježbe: Tiho boravljenje i molitva jednom riječju; Krunica; Ruminatio

### Razmjena u malim grupama

### 8. Završetak

Ovažnost za odluku; Pjesma: Ostani s nama“; Blagoslov

**Bog traži razgovor s tobom**  
***Tjelesna dimenzija molitve***

# Oracija

## 1. Pozdrav i uvodna molitva

**Slika 1:** Radujem se što mogu zajedno s vama poći još jedan dio hodočasničkoga puta. Danas dolazimo do treće postaje na putu do molitve srca ili do molitve kao disanje duše. Današnji susret stoji pod motom: „Oracija – Bog traži razgovor s tobom – *Tjelesna dimenzija molitve*“. Razmišljamo što znači moliti tjelesno (tijelom)

### „Bože, ti si tu“

**Slika 2:** Ponovno najprije započinjemo našom uvodnom molitvom. Možda našu ceduljicu kao podsjetnik znadete već napamet: „Bože, ti si tu. Gledaš me i ljubiš. Hvala.“ Za trenutak se hoćemo otvoriti ovome krasnom daru naše vjere: da je Bog tu.

Terezija Avilska govori u vezi s time: „Premda stojimo pred Bogom, čine to – vjerujem – oni koji mole iznutra, na drugi način, budući da su svjesni da ih Bog gleda.“

Ljudi na ovome putu molitve postaju dakle sve više i više svjesni da je Bog tu. Ovaj Bog nam želi biti puno više blizu nego si mi možemo zamisliti. Isus nam objavljuje Očevo Božje srce! Naš put: Navraćanje, obraćenje, povratak u njegovo naručje. Isus je zaručnik koji svoju zaručnicu strastveno ljubi, štoviše cjeliva ju. (Svaki zaručnik cjelovom iskazuje svoju ljubav prema zaručnici). Za nas to znači zaljubiti se u Isusa, dopustiti mu da nas zagrlji, privine k srcu, štoviše cjeliva.

„Dijete moje, dođi i priljubi se u moje naručje; U meni možeš uvijek naći mir, radost, vedru opuštenost i sreću. Svaki put kad se tvoje misli udalje od mene, započinješ zadavati si brige a katkada se i plašiti. Budući da te moja ljubav preplavljuje, hoću da budeš potpuno sretan. Ali to možeš biti samo u mojoj prisutnosti, ako me susretneš u dubini svoga bića“ (Leandre Lachance, Mojim izabranicima, svezak 1, br. 69).

## Tvoj pogled liječi (ozdravlja)

Ova molitva pojašnjava (tumači) ovo:

„Gospodine, proničeš me svega i poznaješ, ali tvoj pogled ne boli. On je pun osjećaja nježnosti. Opraštaš, ali ne jednom nego sedamdeset puta sedam. Ne bojim se pokazati pred tobom svoju bijedu. Tvoj pogled liječi, ovija me ljubavlju koja se ne nameće. Sve zaboravljam u tvojoj prisutnosti.“ (Iz: Gdje započinje šutnja. Meditacije uz tekstove Ivana od Križa od Waltraud Herbsrith, Neue Stadt).

Zato ćemo se sada na trenutak smiriti i pustiti da ova istina da je on u našoj sredini i ljubazno nas gleda na nas djeluje. **Tišina, 1 do 2 minute. Pjesma?**

## 2. Duh Sveti

### „Gospodine, trebamo te...“

Moliti iznutra znači, trenutak za trenutkom svjesno ili nesvjesno boraviti u Božjoj blizini, u Božjoj ljubavi, prepustiti se njegovoj ljubavi. Nutarnja molitva prethodi svakom obliku molitve (tužaljka, slavljenje, zahvaljivanje, klanjanje, prošnja; ples, pjesma... u tišini, slobodno formuliranoj ili liturgijski unaprijed formuliranoj; sam ili u zajednici).

**Slika 3:** Radi se o temeljnome činu molitve, o nutarnjem obraćanju skriveno prisutnome Božjemu Ti, o raspoloživosti srca, o biti, koje je ispred svakoga čina. Pritom uz nas stoji jedan Pomoćnik koji nas pokreće iznutra. Njemu se molimo: „*Gospodine, trebamo te. Bez tebe ne možemo ništa. Pošalji nam svoga Svetoga DUHA I OBNOVI NAS IZ TEMELJA. Amen.*“ Tko može ovo slijediti iznutra smije sada s nama moliti: „Gospodine, trebamo te...“

U Katekizmu pod brojem 2672 stoji: „Duh Sveti, čije nam pomazanje prožima cijelo biće, unutarnji je Učitelj kršćanske molitve. On je tvorac žive molitvene tradicije. Doista, toliko ima molitvenih puteva koliko ima molitelja, ali isti je Duh

koji djeluje u svima i sa svima. Kršćanska molitva je molitva u Crkvi snagom zajedništva Duha Svetoga.“

Sersafim Sarowski (1759.-1833.) je čak govorio: „Pravi smisao našega kršćanskog života sastoji se u doživljaju (postignuću) Duha Svetoga.“ Duh Sveti je prijeko potreban za naš život, za našu molitvu (Serafim iz Sarova u razgovoru o Duhu Svetom s Nikolajem Motowilowim). **Pjesma „Dođi; Duše Presveti“**

### **Obraćanje Isusu**

Nakon obraćanja Duhu Svetom povjeravamo se potpuno svjesno i Isusu. On je svoje učenike naučio moliti, on pomaže i nama da molitvu smijemo otkriti kao praizvor snage za naš život.

**Slika 4:** „Gospodine Isuse Kriste, Sine Božji + budi u mojim mislima da posvuda na tebe mislim. Gospodine Isuse Kriste, Sine Božji + budi na mojim usnama, da te u svako vrijeme slavim. Gospodine Isuse Kriste, Sine Božji + budi u mome srcu da te u svako vrijeme ljubim.“

**Slika 5:** Velikim znakom križa molimo: „Duše Sveti, oprosti mi sve moje grijehе i daruj mi u proslavu tvoga imena milost moliti bez prestanka. Ti, Bog, Otac, po Sinu u Duhu Svetom. Amen.“

**Slika 6:** Kao učenici hoćemo moliti Isusa: Gospodine, nauči nas moliti! Zato molimo kako nas je on naučio moliti: **Oče naš**

### **Marija**

**Slika 7:** U vjerovanju ispovijedamo: „Začet po Duhu Svetom, rođen od Marije Djevice...“ Marija je bila bitna za ispunjenje Božjega plana spasenja. Duh Sveti je stvorio ljudsko Isusovo tijelo u Marijinu krilu. Hoćemo obratiti joj se i pozdraviti ju. **„Zdravo, Marijo...“**

## **3. Kratki osvrt**

Kratko ćemo se osvrnuti na zadnju jedinicu „Rezignacija – Ljubav gradi na ulomcima.“

Ovdje možete umetnuti slike iz jedinice 2, koje u svakom slučaju u osvrtu želite još jednom pokazati.

## **Samospoznaja i poniznost**

**Slika 8:** Nutarnja zgrada molitve gradi se na spoznaji istine tko smo mi. Prava poniznost je sposobnost miroljubivo prihvatiti svoje krajnje siromaštvo jer se sve svoje povjerenje stavlja u Boga. Za to je potrebna prava samospoznaja: mi trebamo sebe gledati onakvima kakvi jesmo, bez pretvaranja i bez maski.

Terezija Avilska kazala je nešto vrlo važno: „Razmatranje naših grijeha i samospoznaja su svagdanji kruh, koji na putu molitve uza svu ne znam kako dragocjenu hranu moramo dodatno uživati. Ipak se sve mora dogoditi s mjerom. Hod u nutrinu nije ništa nasilno. Snagama duše treba ravnati nježno (blago). Vrlo važno za svaku dušu koja se puno ili malo posvećuje molitvi, jest da ju se ne gura u kut i ne suzuje. Niti ju se primorava na to da dugo ostane u jednoj jedinjoj odaji, pa ni u odaji samospoznaje.“ Nutarnja sloboda je od središnjega značenja.

Također je važno, u slučaju krivnje milosrdno postupati sa samim sobom., pomiriti se s time da svako malo padamo. „Ako pogriješim, ja ne činim ništa drugo nego priznam pogriješku i Bogu govorim: 'Nikada neću postupati drukčije ako me prepustiš meni samome.' Zatim se više ne uznemirujem zbog toga što sam uradio krivo... Ne razmišljam ni o smrti ni o mojim grijesima, ni o nebu ni o paklu, nego mislim jedino na to da činim male stvari iz ljubavi prema Bogu, budući da nisam u stanju činiti velike (stvari). Neka sve bude onako kako se Bogu sviđa. Ja o tome više ne brinem“ (Brat Lovro od Uskrsnuća, 1608.-1691, karmelićanin u Parizu).

I sveti Franjo Saleški, izvanredno dobri i mudar dušobrižnik, preporučuje u postupanju s pogriješkama i grijesima blagost prema samomu sebi: „Vjeruj mi, ako su očeve opomene smirene i srdačne, puno ćemo više pomoći djetetu da ih popravi nego ako se srdimo i kipimo bijesom. Tako je i kod nas; Ako nam je srce počinilo neku pogriješku i mi ga mirno i ljubazno opomenemo, prema njemu pokažemo više sućuti nego strastvenosti da se popravi, kajanje će tada prodrijeti puno dublje u srce od rasrđena, srdita i burna kajanja.“

Sveta Elizabeta Dljonska (1880.-1906.), karmelićanka, kazala je jednoj susestri koja je jako sumnjala u samu sebe i sebi predbacivala: „Sestrice, poznaješ li svoje bogatstvo? Jesi li ikada izmjerila ponor (bezdan) ljubavi? Objavit ću ti nepromjenjivu nježnost koja danonoćno lebdi nad tvojom dušom.“ Ovdje osjećamo ovu novu duhovnost nježnosti koja se provlači Karmelom. Sve do danas naglašuju mistici ovu nježno-ljubeću stranu Boga.



## Ulomci

**Slika 9:** Smijemo svoje ulomke, svoje krhotine, svoje lomnosti, položiti u Božje ruke i on će iz njih učiniti nešto čudesno. Ove ulomke možemo napisati na list papira koji smo zadnji pod podijelili. Tko nije bio nazočan, može ovaj list danas uzeti sa sobom. Ne radi se o tome da grčevito kopkamo (rujemo) po našoj prošlosti, nego da postanemo svjesni što hoćemo staviti pred Boga za preobrazbu. Donesimo, molim, ovaj listić na 7. susret.

„Na ruševinama i ulomcima može Bog krasno graditi“, govorila je Louisa Jacques (1901.-1942.). Ovo vrijedi za svakoga osobno, ali i za Crkvu kao cjelinu. U povijesti je uvijek bilo fazā procvata i fazā odumiranja. Ali Božji D>uh stvara uvijek iznova novo i želi nas uključiti u svoje planove. Svi smo mi pozvani na izgradnju Crkve i širenje Božjega Kraljevstva. Bog računa i s nama i s doprinosom svakoga od nas za uspjeh njegovih planova. *Ecclesia semper reformanda* – Crkvu je uvijek potrebno reformirati (obnavljati). Život se razvija, otvara i širi.

Različite dimenzije molitve, koje ćemo sada pogledati, sve su jednako važne. Danas se radi o značenju tijela u molitvi: Oracija.

**Slika 10:**

## 4. O velikom razgovoru s Bogom

### Učenici iz Emausa

**Slika 11:** Premda se kod nutarnje molitve radi o intimnome, unutarnjem, osobnom odnosu s Bogom, naše tijelo igra pritom jednu važnu ulogu.

Isus pita učenike iz Emausa: „Što to putem pretresate među sobom?“ (Lk 24,17)). Isus (Bog) je taj koji započinje razgovor. Učenicima iz Emausa lakše je odgovoriti jer Isus traži razgovor s njima. On, koji već sve zna, smatra važnim da učenici svoje rezignirane misli i osjećaje opažaju (rezignacija) i pred njim izreknu (oracija), iznesu na svjetlo (na vidjelo). Tako njihove misli i osjećaji postaju tema razgovora s Bogom, postaju molitva, oracija. Tako da

svoju rezignaciju izrekne pred Bogom i svoje ulomke preda nj iznesemo, postaju oni molitva.

## **Oracija**

Latinski „Oratio“, „molitva“ znači ponajprije – neovisno o načinu molitve (slobodno-spontana, liturgijski uobličena, glasna, tiha...) i neovisno o dubini molitve (više izvanjska, više nutarnja) – djelatnost, čin volje, odluka. Radi se o aktivnome dijelu molitve, o vremenu u kojemu se svjesno povlačimo na molitvu, o vremenu u kojemu se svjesno okrećemo Bogu.

## **Boravljenje uz prijatelja**

**Slika 12:** Terezija Avilska označavala je svoj život kao jedan „veliki razgovor s Bogom“. Ivan Zlatousti (349.-407.) je govorio: „Nema ništa moćnije od molitve i ništa s njom nije moguće usporediti.“ A Serafim iz Sarova: „Silna je snaga molitve, jer jače od svega privlači Duha Svetoga, a kako ju ipak svatko može jednostavno prikazati.“

Moglo bi se reći: Molitva je specijalno vrijeme u danu kada se vježbamo dopustiti da čitav život postane molitva. I Isus je uvijek iznova tražio tišinu da bi bio s Bogom.

**Slika 13:** Već smo čuli kako je to formulirala Terezija Avilska, velika učiteljica nutarnje molitve: „Molitva nije ništa drugo nego boravljenje uz prijatelja s kojim se rado i često sami sastajemo, jednostavno da budemo s njim (ili: da s njim razgovaramo), jer smo sigurni da nas ljubi.“

Ona nas hrabri na putu u našu nutrinu: „Tko se potrudi (tko nastoji), zatvoriti se u malo nebo svoje duše, gdje stanuje Stvoritelj neba i zemlje, i navikne se na to da osim njega ne gleda ništa drugo i ne moli na mjestima, gdje bi se izvanjska osjetila mogla rastresti, smije biti uvjeren da je na pravome putu i da će uskoro dospjeti onamo gdje može piti vodu iz samoga izvora.“ Ona dušu uspoređuje i sa dvorcem. Ali mnogi ljudi bi se bavili samo izvanjskim bedemima,

pri čemu se ipak radi o tome da se kroz različite odaje prodre u nutrinu dvorca gdje ga očekuje Bog.

**Slika 14:** Učitelj Eckhart je govorio: „U našoj najdubljoj nutrini, tu Bog hoće biti s nama. Samo ako nas naše kod kuće i ako duša sa svojih pet osjetila nije izišla.“ Naša osjetila su Božji dar. Ali njima treba ravnati iznutra. Mi trebamo biti pokretani polazeći od Pratemelja ljubavi.

Jedna sudionica tečaja formulirala je to ovako: „Bože, ne vidimo li te jer si nam prišao toliko blizu? Jer si ušao u nas, jer stanuješ u nama? Koje li spoznaje? Tražimo te u zvijezdama, u prirodi, u bližnjemu, u crkvama a nalazimo te u nama. S tobom u nama nosimo te u crkve, k bližnjima, u prirodu, gore prema zvijezdama“ (Jutta Cecile Dublane).

## 5. Usmena molitva tijelom

**Slika 15:** Put do nutarnje molitve uvijek je povezana i s našom vanjštinom. U knjizi „Riječi s gore Atosa“ govori Starac: „Najprije moraš svoje tijelo i svoje usne naviknuti na molitvu. Možeš stajati pred ikonom Krista ili Bogorodice, činiti naklone, glasno ponavljati Isusovo ime, zazivati ga kao slijepac i carinik. Molitva srca je Božji dar. Dat će ti se kada Bog to hoće. Za to se vrijeme možeš pripremiti na primanje ovoga Božjeg dara, prikazati mu svoje tijelo, svoje usne i svoje misli. I on će iz tebe učiniti hram svoga Duha. Kvaliteta molitve ne ovisi o nama. Ona je Božje djelo. Ali kvaliteta, množina molitava, ovisi o nama. Moliti se uči samo moleći.“

Da naučimo plivati, možemo poslušati predavanja o plivanju; ali da bismo uistinu naučili plivati, nužno je sići u vodu.

### Molitva kao djelatnost

**Slika 16:** Sveti Teofan (1815.-1894.), poznati ruski Starac, je rekao: „Na početku, a katkada i tijekom dugo vremena, molitva nije ništa drugo nego djelatnost kao i sve druge djelatnosti. Ali ona s vremenom ulazi u intelekt i naposljetku pušta korijene u srcu.“ Ili

Ivan Klimakos (579.-649.) je rekao: Molitva je najplemenitija čovjekova djelatnost.“ Molitva je djelatnost, čin volje, odluka.

Mi smijemo i trebamo jednostavno početi moliti. Nutarnja molitva započinje s izvanjskom molitvom; uzimajući si vremena da molimo usmeno, formulirajući molitve. Svi učitelji naglašuju važnost uzeti si vremena.

**Slika 17:** Radi se o molitvi od srca k srcu. To, što me u srcu pokreće (muči), treba biti temelj moje molitve, kao kod Don Camilla, glavne figure u romanima Giovannina Guareschija: On izražava ono što ga iznutra pokreće. Don Camillo predstavlja jedan vrlo izravan, iskren, srdačan odnos prema Isusu.

### **Hram Duha Svetoga**

**Slika 18:** Tijelo je Božji stan, mjesto na kojem stanuje Bog. „*Ili, zar ne znate? Tijelo vaše hram je koji je u vama... Proslavite dakle Boga u tijelu svome! (1 Kor 6,19 i dalje).* Mi trebamo proslaviti Boga svojim tijelom. „*Zaklinjem vas, braćo, milosrđem Božjim: prikazite svoja tijela za žrtvu živu, svetu, Bogu milu – kao svoje duhovno bogoslužje*“ (Rim 12,1). Predanje našega tijela je molitva.

Mi nismo čista duhovna bića; u naše čovječstvo bitno spada tijelo sa svim svojim osjetilima. Dualizam u smislu razdvajanja tijela i duše nije kršćanski. Da bi bio zajedno sa mnom Bog je izabrao moje tijelo kao mjesto susreta.

Srdačnost prema tijelu prosijava i kod Terezije Avilske kad govori: „Učini svome tijelo neko dobro kako bi tvoja duša imala volje u njemu stanovati.“ To je oslobađajuća duhovnost. Nutarnja molitva ne može prijeći preko tijela, ne može ga zaobići. Augustin je s humorom primijetio: „Čovječe, nauči plesati! Inače anđeli u nebu neće znati što s tobom započeti.“

**Slika 19:** Uzmemo li tijelo ozbiljno kao Božji hram, podupiru nas geste, stavovi, držanja, ceremonije ne samo u molitvi, nego oni sami postaju ili već jesu molitva. Jedna gesta tijela – ispružen na podu – postaje molitva predanja, sklopljene ruke govore molitvu prošnje, udaranje u prsa postaje vapaj za Božjim milosrđem, podignute ruke

postaju slavljenje, klečanje postaje klanjanje, pljeskanje zahvalnost, ples postaje radosnom pjesmo klicanja. Roger Schutz, osnivač Tezejske zajednice, misli: „Ne znam kako bih molio bez tijela. U neko vrijeme imam dojam da više molim s tijelom, nego razumom.“

## 6. Odlučujuća je odluka

**Slika 20:** Jedno od temeljnih načela u Zapadnoj crkvi glasi: „Ljubi i čini što hoćeš“ (Augustin). U istočnjačkoj duhovnosti bi se više kazalo: „Moli i čini što te volja!“ (Ruski hodočasnik). Oboje naravno pripada skupa, jer tko ljubi, moli a tko moli, ljubi. Uza sve izvanjsko kod molitve se ne radi samo o tehnici, nego se radi ponajprije o pitanju ljubavi.

### Tiho vrijeme s Bogom

**Slika 21:** Kao u svakom odnosu, tako i za nas dolazi trenutak kad se moramo odlučiti za molitvu, za jedno vrijeme molitve. U konačnici se radi o odluci za Boga. Na koji se kućni oltar odnosi moj prvi prioritet? Bog ili računalo, mobitel, televizija itd.? Možda na svome popisu prioriteta moramo nešto promijeniti. Za ono što nam je važno nalazimo uvijek vremena. Kod klasičnoga puta mistike – čišćenja, prosvjetljenja i sjedinjenja – spada odluka za molitvu u proces čišćenja. Jednu takvu odluku možemo označiti kao jedan oblik askeze: moramo neke stvari ostaviti, nečega se odreći da bismo prvi prioritet dali molitvi, radi se o uvježbavanju jednoga novog ritma života, jednoga novog stila života.

Terezija Avilska govori u vezi s time: „Puno, štoviše jako puno ovisi o našoj čvrstoj odluci. Može doći što mu drago, muka i patnja, ogovaranje (govorkanje), smrtna opasnost, klonulost, štoviše, može propasti čitav svijet: ništa nas ne smije zadržati na putu nutarnje molitve.“ Snažnije od ovoga jedva da je moguće reći. Ne smijemo dopustiti da nas bilo što odvraća od molitve. Važnim mi se čini da je jedna odluka nešto drugo nego reći: „Da, pokušat ću.“ Odluka znači značajnu promjenu s posljedicama.

**Slika 22:** Stoga si svakoga dana uzmi dovoljno, unaprijed određenoga i najboljeg vremena da budeš sam zajedno s Bogom. Uzmi si – inače će ti ono biti uzeto. Često si ne možemo uzeti najbolje vrijeme, ali onda barem najbolje moguće. Dovoljno vremena znači (ne-dogmatski, zamišljeno!): u molitvi boraviti onoliko dugo dok i sam Bog ne dođe do riječi. A ovo često traje nešto dulje jer također smije biti da ja ništa ne čujem. Uzimam sebi unaprijed određeno vrijeme da se ograničim. Mogu postaviti budilicu kako ne bi morao stalno gledati na sat. Ako mi prije toga pomaže jedna šalica kave, nemam ništa protiv. I to pristaje u moju svakodnevicu. Možda je dobro započeti sa četvrt sata dnevno. Radije manje, ali zato dosljednije. Za ovo vrijeme otkazujem sve termine da bih tražio prostranstva i tišinu. I djeca mogu (ovisno o dobi) naučiti uvažavati ovo vrijeme roditelja.

Neki ljudi koji polaze na put molitve, stječu iskustvo da im ne uspijeva držati se vremena molitve. I započinju sebe optuživati ili se ljutiti. „Evo, opet nisam uspio!“ Ovo iskustvo možemo protumačiti i drukčije, korisnije: „Isuse, vidio si koliko sam danas čeznuo za tobom. Danas ću ti darovati ovu čežnju. Hvala!“ I svaki put kad otkrijemo da nismo uzeli vremena za molitvu, možemo ovo uzeti kao priliku da zahvalimo Isusu za čežnju koju je u naše srce položio za molitvom. Sve započinje s čežnjom! U ovome pozitivnom temeljnom stavu molimo tada ponovno za milost odlučnosti.

### **„Priveži svoga magarca“**

**Slika 23:** Na početku imajmo u vidu jedan dobar savjet Terezije Avilske: „Priveži svoga magarca!“ Svaki put kad je odlazila u tišinu, dolazile su joj mnoge dobre ideje, što bi umjesto tišine sada još inače mogla učiniti. Tko to ne poznaje? Moramo najprije „privezati“ svoje tijelo, to znači naviknuti na Božju prisutnost. Premda trebamo moliti u slobodi, katkada se moramo malo i disciplinirati i nadvladati. Svaki odnos živi od obvezatnosti.

**Slike 24, 25:** Jedna djevojka je nakon tečaja Terezijino iskustvo s „privezati magarca“ prikazala u slikama...

### **„Daj mi svoje vrijeme“**

Pater Raniero Cantalamessa, propovjednik papinskoga dvora, rekao je jednom: „Jedino za što nas Duh Sveti moli jest da mu darujemo svoje vrijeme. I makar se ono spočetka činilo izgubljenim vremenom: Nikada neću zaboraviti lekciju koja mi je jednoga dana u ovoj stvari dana. Rekao sam Bogu: Gospodine, daj mi revnost i ja ću tebi darovati sve vrijeme koje ti hoćeš za molitvu. U svome srcu pronašao sam odgovor:

**Slika 26:** Raniero, daj mi svoje vrijeme i ja ću tebi dati svu revnost koju u molitvi želiš.“ Molitva dakle započinje s vremenom koje joj mi darujemo. Vrijeme molitve treba biti i vrijeme radosti. Majka Terezija je govorila: „Molitva je radost. Molitva je sunčev sjaj Božje ljubavi. Molitva je nada, vječno blaženstvo. Molitva je gorući plamen Božje ljubavi, za tebe i za mene. Molimo jedni za druge da ovo bude najbolji put da jedni druge ljubimo. Budi danas sunčev sjaj Božje ljubavi.“ Ovo zvuči prilično prirodno. Stoga Terezija Avilska govori: „Od kiselih svetaca sačuvaj nas, Gospodine!“

## **7. Različiti oblici oracije**

### **Usmena molitva**

**Slika 27:** I unaprijed zadana molitva – primjerice Oče naš – može nas dovesti do najvišega stupnja kontemplacije. Kad je redovnicama bila dopuštena samo usmena molitva, Terezija je 1559. kazala: „Usmena molitva bez sudjelovanja duha i duše nema nikakva smisla.“ Također bi se moglo reći: *„Ovaj mi narod samo ustima pristupa i samo me usnama časti, a srce mu je daleko od mene“ (Iz 29,13).* Postoji stanovita opasnost da se naša molitva iscrpi u pukim riječima, da molitva ostane govorenje usnama bez srca.

„Svaka prava usmena molitva sadrži već i meditativno-kontemplativnu dimenziju. Sve dimenzije molitve trebaju kao temelj nutarnju molitvu. Iz klijanja (klice) usmenoga razvija se kraljevsko stablo kontemplativne molitve“ (Terezija Avilska).

Životni sok dolazi iz korijena u stablo. Božji >Duh daje svakoj molitvi nutarnju kvalitetu, svejedno o kojemu se obliku radi. Ponovno Terezija: „Čak i iz usmene molitve možeš polučiti veliku dobit. Kod molitve Očenaša ili neke druge molitve u svakom slučaju je moguće kao sam po sebi doći u nutarnju molitvu.“ U njezino je vrijeme bio poznat prije svega model triju stupnjeva; usmena molitva, meditativna molitva, kontemplativna molitva. Što je stupanj više postignut, to više napreduje molitelj. Ali Terezija je jasno pokazala da je nutarnja molitva preduvjet za svaku molitvu. Svaka prava molitva ima i meditativni i kontemplativni karakter. Terezija je jednom susrela neku staricu koja je bila dospjela do najvišega stupnja mistike. A ova je žena znala samo moliti Očenaš.

## **Oblici**

**Slika 28:** Postoje različiti oblici oracije: Tjelesne geste, kretnje, stavovi (sjediti, stajati, klečati, ležati, hodati, načiniti znak križa, nakloni, sklopiti ruke, stav-orante, udariti se u prsa). Naša liturgija puna je takvih tjelesnih kretnji koje su izraz cjelovitosti molitve.

U različite oblike oracije spadaju nadalje usmena molitva (govoriti Očenaš, Krunica, Molitva Isus i drugo), sudjelovanje na bogoslužju, moliti nogama (hodočastiti), ples, glazba, umjetnost (slike, arhitektura), šutnja, post, sakramentali (blagoslovljena voda, svijeće, medalje, ikone, križevi, blagoslovi).

Iz ovoga molitvenog blaga smijemo i trebamo redovito crpiti!

## **Dvije vježbe:**

Učinimo sada zajedno jednu vježbu. Najprije tumačenje:

Zapjevajmo pjesmu „Šuti i slušaj“ (221). Zatim ostajemo 6 minuta u šutnji (tišini). Na kraju ćemo ponovno zapjevati pjesmu i opet ostati 6 minuta u tišini i iznutra ponavljati jednu riječ, jednu molitvu.

## **Slika 29:**

- a) 6 minuta samo tišina (a da svjesno ne molimo). Jednostavno svoje tijelo odložiti kod Isusa. Primjerice, slika Isus i Ivan. Takoreći gledamo (promatramo) što se događa iznutra kad



se smirujemo. Molimo bez riječi, to znači, jednostavno smo tu. Kao uvod možemo primjerice moliti: „Biti tu pred tobom, Gospodine, to je sve. Oči moga tijela zatvoriti i smiriti se (biti tiho). Oči moje duše zatvoriti i čekati. Biti tebi prisutan, biti u tvojoj nazočnosti, pred tobom vječno prisutnim. Izložiti sebe tebi, koji si se izložio meni“ (Michel Quoist).

- b) U drugoj vježbi tiho ponavljamo – oblikovano usnama – jednu „svetu riječ“. Tijekom 6 minuta iznutra zazivamo ime „Isus“. Možemo posve jednostavno moliti: Isuse, Isuse, Isuse, ili: Isuse, zahvaljujem ti; Isuse, lijepo je da si tu; Isuse, ti si tako dobar prema meni; Isus, ljubim te...

Toliko što se tiče tumačenja. Sada vježbamo ove dvije vježbe.

- c) Razmjenjujemo: Kako vam je bilo? Jeste li ustanovili kakvu razliku? Koju? Ponovno sve smije biti onako kako jest (molim, ne vrjednovati.). → *Skupiti odgovore.*

Oboje su važne dimenzije molitve: tiho boravljenje, bez riječi ili molitva jednom „svetom riječi“. Na našem putu molitve moramo iznutra osjetiti što je sada u određenom vremenu molitve ili jednoj životnoj fazi upravo na redu; može to biti i kombinacija jednoga i drugoga: Ući u molitvu s jednom riječi i na kraju tiho boravljenje. Prijeko je potrebno razlučivanje i opuštenost.

## Krunica

**Slika 30:** Krunica je jedan vrlo raširen oblik oracije, oruđe za nutarnju molitvu. Ona nije samo usmena, repetitivna molitva, nego i mistična. Pokrenuti Duhom Svetim na Marijinu naručju razmatrati Isusov život – to je bit u Zapadnoj crkvi raširene Krunice.

Uz pomoć jedne molitvene vrpce, koju se isto tako naziva „krunica“, meditiramo velike događaje povijesti spasenja kako nam ih donosi Novi zavjet. Ljubeće razmatranje otajstava krunice vodi do iskustva Boga. Čovjek koji moli i sam doživljava što je Bog u Isusu

Kristu za njega učinio i još uvijek čini. Pri tome se ne radi o tome da svaku riječ izgovaramo svjesno.

Krunica ili jednostavna „sveta riječ“ može me dovesti mu prisutnost svetoga Boga koji stanuje u meni. Usmena molitva može biti pomoć da ljudsko razmišljanje ograniči i otvori se božanskim mislima. Tako se stvara prostor u kojemu susrećemo Boga. A za to je potrebna stanovita vježba.

## Ruminatio

**Slika 31:** Također možemo moliti prebirući u određenoj situaciji jednu riječ Biblije, primjerice „*Tvojim sam modricama iscijeljen (prema 1 Pt 2,24)*“. Prebirući ovu riječi sam smijem iskusiti ozdravljenje. Ovu riječ ponavljam tako dugo dok ona za mene ne postane životna. Pojedine riječi ovoga retka mogu i različito naglašavati, ili čak pjevati. Crkveni su oci ovo prebiranje nazivali „ruminatio“, žvakanje. I za Mariju stoji: „*Marija u sebi pohranjivaše sve te događaje i prebiraše ih u svome srcu*“ (Lk 2,19). Možemo također moliti: „*Ostani sa mnom, Gospodine, jer zamalo će večer*“ (prema Lk 24,29). Takve molitve sadrže svoju ozdravljujuću snagu i s obzirom na karakterne slabosti ili druge „ulomke“. Božja riječ uvijek čini ono za što je poslana (usp. Iz 55,11). Ona ima moć promijeniti, preobraziti.

**Slika 32:** O Bratu Klausu se pripovijeda da je uvijek u rici držao jednu molitvenu vrpču („Bätti“); zato ga se često prikazuje s molitvenom vrpcom. Pritom se tada još nije radilo o krunici, nego o tzv. „Očenaš-vrpci“ (Paternoster-vrpca). Ona je bila namijenjena laicima koji nisu mogli moliti čitav časoslov samostanā. Umjesto 150 psalama oni su molili primjerice 150 Očenaša.

Brat Klaus je jednom hodočastio u Einsiedeln. Govori se da je putem izmolio samo jedan jedini Očenaš. Sigurno su Bratu Klausu dodijeljen je posve osobite milosti. I za nas vrijedi: ne radi se o broju molitava. Ipak ima smisla uzeti si stanovitu vrijeme; ali to ni u kojem slučaju ne treba i ne smije dovoditi do molitvenoga stresa. U našem

užurbanom i brzu vremenu mi smo dakako više ugroženi da za molitvu odvojimo malo vremena. Često smo zadovoljni s malo.

Zamolimo Boga da nam pomogne ispravno postaviti naše prioritete.

## Razmjena u malim grupama

Moguća pitanja za razmjenu u malim grupama: **Slika 33:**

1. Kako mi je bilo prošloga tjedna? Jesam li već mogao uvježbati nutarnju molitvu?
2. Moliti tijelom – što ova misao u meni izaziva?
3. Što su moja iskustva s tišinom? Koje doživljaje imam s „magarcem“ koji treba biti privezan?

## 8. Završetak

### Odvažnost za odluku

Već smo ranije čuli, Bog nas želi motivirati za odluku. Za ono što nam je važno nalazimo i vremena. Ali moramo se za to odlučiti. Pozivam vas da ovoga tjedna donesete jednu takvu odluku. Uzmite si svakodnevno jedno određeno, unaprijed planirano vrijeme da budete s Bogom.

Jedna od mogućnosti da ovo vrijeme oblikujete naći ćete i u Hodočasničkoj knjizi, vježba 3, str. ?

Preko Molitve Isusu, nastale u istočnjačkoj tradiciji možemo boraviti s Bogom. Neprestano ponavljamo: „Gospodine Isuse Kriste, Sine Božji, smiluj mi se.! **Pjesma „Ostani s nama...**

Na zagovor Bogorodice, svetog Brata Klauza i svete Terezije Avilske neka nam podari milost da sve više – svjesno i nesvjesno – živimo u njegovoj prisutnosti: Bog, Otac, Sin i Duha Sveti. Amen.

**Pjesma: Ostani s nama“; Blagoslov**



4.

Njegovu riječ pokrenuti u srcu  
*Značenje ljudskoga nastojanja*  
**Meditacija**

# Priprave

- Projekciono platno; Daljinsku upravljač; Prijenosno računalo; Kabel; Dovoljno Hodočasničkih knjiga; Stol (pult) za predavača; Voda i čaše; Cvijeće; Ikone; Svijeće; Kutija za pitanja; Cedulje i pisaljke; Listići „Ulomci“ (Materijal za predavača jedinica 2)

**Cilj:** Sudionici trebaju shvatiti da se u kršćanskoj meditaciji ne radi o kojekakvim difuznim sadržajima meditacije i praksama opuštanja, nego o susretu s onim Bogom, koji dolazi u svoje stvorenje da se objavi čovjeku. Vrhunac ove objave jest dolazak Sina Božjega u ovaj svijet!

## Pregled

### 1. Pozdrav i uvodna molitva

Pozdrav; „Bože, ti si tu“; Tišina; Pjesma

### 2. Duh Sveti

Pjesma „Dođi, Duše Presveti“; Obraćanje Isusu; Marija

### 3. Kratki osvrt

Posjet i rezignacija; Oracija kao djelatnost; Tjelesna dimenzija; Odlučujuća je odluka; Dopuna: Jedna stvarna, korisna pripovijest; Molitva i socijalna angažiranost

### 4. Njegovu riječ prebirati (pokrenuti) u srcu

Meditacija znači vježbati; Kršćanska meditacija; Meditiranje Božjeg stvorenja; Učenici iz Emausa; Slušati Božju riječ; Vježba: slušati Boga; Pjesma; Kako govori Bog

### Pauza

### 5. Pomoć da bolje upoznamo Krista

Tišina; Značenje duhovnih knjiga; Meditiranje Božje riječi

## 6. Ljudsko nastojanje

Različiti načini moljenja; Tri primjera

## 7. Molitva kao krik (vapaj) Bogu

Bartimej; Egzistencijalna molitva

## Razmjena u malim grupama

## 8. Završetak

„Tko je žedan...“; Blagoslov

# Njegovu riječ pokrenuti u srcu Značenje ljudskoga nastojanja Meditacija

## 1. Pozdrav i uvodna molitva

**Slika 1:** Na našem putu do molitve kao disanja duše, do „nutarnje molitve“ okrećemo se danas temi „Meditacija – Njegovu riječ pokrenuti u srcu“. Razmišljamo o snazi Božje riječi i značenju našega ljudskog činjenja na putu nutarnje molitve.

### „Bože, ti si tu“

**Slika 2:** Ponovno započinjemo uvodnom molitvom i startamo s prvim korakom na putu do nutarnje molitve: s *uprisutnjivanjem Boga*. Posvješćujemo si: „Bože, ti si tu. Gledaš me i ljubiš.“ A budući da je tomu tako, imamo uvijek razloga reći „Hvala!“ Pozivam vas da nekoliko minuta ostanemo u tišini. Pokušavamo – koliko je to moguće – postati svjesni njegove prisutnosti, otvoriti mu se.

Molimo zajedno: „Bože, ti si tu. Gledaš me i ljubiš. Hvala!“  
**Tišina, 5 minuta; Oče naš**

## 2. Duh Sveti

**Pjesma „Dođi, Duše Presveti“**

**Slika 3:** Bog je sada tu, u svoj svojoj slavi, i premda ga mi ne vidimo, on je skriven – ali prisutan. On je „Bog s nama“, Emanuel koji nas nikada ne ostavlja same, koji nas uvijek prati. Ovomu Bogu se hoćemo sada iznutra otvoriti zazivajući nakon kratke tišine Duha Svetoga Duhovskom Posljednicom (Hodočasnička knjiga, str. ?)  
**Kratka šutnja; Posljednica**

**„Gospodine, trebamo te...“**

**Slika 4:** Pozvani smo posebno sebe povjeriti i Isusu, našem Gospodinu. Koliko više možemo, otvorimo mu svoje srce. On je onaj koji je učenike naučio moliti. On hoće i nama pomoći da napredujemo na putu molitve, pođemo u dubinu, kako bi molitva mogla sve više i više naš život mijenjati i prožimati. Već poznajemo ovu kratku molitvu: „Gospodine, trebamo te. Bez tebe ne možemo ništa. Pošalji nam svoga Svetoga Duha i obnovi nas iz temelja. Amen.“

**Obraćanje Isusu**

**Slika 5:** Sada smijemo Isusu na raspolaganje staviti svoje tijelo kao hram. Zajedno molimo: „Gospodine Isuse Kriste, budi u mojim mislima, da u svako doba na tebe mislim. Isuse Kriste, Sine Božji, budi na mojim usnama da te u svako doba hvalim i slavim. Gospodine Isuse Kriste, Sine Božji, budi u mom srcu da te u svako doba ljubim.“

**Slika 6:** Čineći veliki znak križa molimo: „Sveti Bože, oprosti mi sve moje grijehе i daruj mi za proslavu tvoga imena milost molitve bez prestanka. To molim tebe, Bože, Oče, po Sinu u snazi Duha Svetoga. Amen.“

**Marija**

**Slika 7:** Za Mariju stoji: „Njegova Majka Marija u sebi pohranjivaše sve te događaje i prebiraše ih u svome srcu“ (Lk 2,51). Riječi koje je čula i dijelom nije razumjela, Marija je pohranjivala i



prebiralu u svome srcu. Marija je bila čovjek koji je živio meditativno i Božju riječ prebira u srcu. Stoga hoćemo i nju pozdraviti u našoj sredini. **Molimo „Zdravo, Marijo“**

### **3. Kratki osvrt**

#### **Posjet i rezignacija**

Molitveni put na ovome tečaju započeli smo s „Pohodom“. Zatim smo se okrenuli „rezignaciji“ – stanju učenika iz Emausa nakon iskustva Velikoga petka. „Rezignacija“ predstavlja opažanje samoga sebe, iskrenu samospoznaju. Poniznost znači: Pred Boga smijem stupiti takav kakav jesam, bez maske, bez ikakve predodžbe, sa svojim svjetlom i sa svojom tamom. On me ljubi takva kakav jesam.

Prepoznati Boga u sebi i sebe prepoznati u Bogu, dvije su strane iste medalje. Nema susreta s Bogom, koji ne bi bio i susret sa samim sobom. Spoznaja samoga sebe pred Bogom i u Bogu znači: Spoznaju naše ljepote i dostojanstva, kao i naše slabosti i grješnosti. Kad susretnemo Boga, Svetoga, postat ćemo svjesni gdje još nismo na čistu, gdje još uvijek na ljubav nismo odgovorili ljubavlju. Stoga Terezija Avilska preporučuje molitvu uvijek započeti sa „Ispovijedam se“ (Confiteor), priznanjem krivnje.

Ovdje možete umetnuti slike iz jedinice 3, koje ćete svakako ponovno pokazati u osvrtu.

#### **Oracija kao djelatnost**

„Oracija“, kako smo ju na ovome seminaru definirali, znači djelatnost, čin volje, odluku. Radi se o vremenu u kojemu se svjesno povlačimo na molitvu, o vremenu u kojemu se svjesno obraćamo Bogu.

**Slika 8:** Tjelesnost je pritom bitna. Stoga vrijedi Terezijina kratka uputa: „Priviezati magarca (misli se tijelo)!“ Ili kao što formuliraju istočnjački monasi: „Najprije moraš na molitvu naviknuti svoje tijelo i svoje usne“ (Riječi s Gore Atosa).

Terezija je jednoj sestri dala do danas važeću uputu kako može svoj život pred Bogom izraziti (izreći): „Jedna pomoć bi bila da pokušate jednu Gospodinovu sliku, neki prikaz po vašem ukusu,

imati uza se, ali ne da ju samo nosite na srcu i nikada ne pogledate, nego da češće s njim razgovarate. On će vam dati što trebate reći! Ta vi razgovarate i s drugim osobama, zašto bi vam onda nedostajale riječi kad razgovarate s Bogom?“

### **Tjelesna dimenzija**

**Slika 9:** Zadnji put smo ustanovili da tijelu u svim stadijima molitve pripada jedno nenadomjestivo značenje. U govor tijela pripadaju u molitvi posebni stavovi i geste. U istočnjačkoj tradiciji puno toga se odvija preko stajanja, naklonā i znaka križa (primjerice pred ikonom). Kod nas je poklecanje ili sklapanje ruku nadaleko rasprostranjeno. Možemo prekrižiti ruke i na prsima, ili ih kod molitve otvoriti prema gore kao posude. „Stav Orante“ (podizanje ruku u stojećemu stav, raširenih ruku s dlanovima okrenutim prema gore) prastara je gesta molitve koja se nalazi već u Starome zavjetu a bila je raširena među prvim kršćanima. Prikazi u rimskim katakombama svjedoče o ovoj molitvenoj gesti.

U jednoj jednostavnoj gesti može ležati moćna duhovna snaga. Jedna izvanjska tjelesna gesta – kao izraz vjere – može nas premjestiti u nutarnje duhovno stanje (strahopoštovanje, klanjanje , slavljenje).

Možda bismo kod kuće trebali i jedan mali zid plača. Tužaljka je često prikraćena. Tko je jednom bio u Jeruzalemu, zna koliko je dojmljiv događaj na zidu plača. Tu se strastveno šakom udara u starodrevni zid. Ovdje nutarnja pogođenost nalazi svoj izvanjski izraz. Mi svoja iskustva često zadržavamo čvrsto u glavi. Ali čim ona prijeđu tijelo, dobivaju jednu novu dimenziju. Hrabrim vas da tužite, da u tužaljki izrazite svoju bol ili razočaranje. U tužaljku spadaju i druge geste, kao kad u klanjanju pred Bogom prignemo svoja koljena ili se naklonimo: Što nas pokreće hoćemo donijeti u molitvu i možemo to popratiti jednom gestom.

**Slika 10:** „Ili, zar ne znate? Tijelo vaše hram je Duha Svetoga koji je u vama... Proslavite, dakle, Boga u tijelu svojemu!“ (1 Kor 6,19 i dalje). Naše je tijelo hram za Duha Svetoga. Bog je izabrao naše

tijelo za svoje prebivalište. Kod Davida stoji da je pred Kovčegom Saveza od radosti plesao, ali je zbog toga od svoje kćeri umjesto divljenja prima prezir. „*A kad je Kovčeg Jahvin ulazio u Davidov grad, Šaulova je kći Mihala gledala kroz prozor i vidjela kralja Davida kako skače i vrti se pred Jahvom i prezre ga ona u svome srcu (2 Sam 6,16)*. Na putu molitve nutarnja je sloboda o govorkanju okoline vrlo važna. Slobodan je onaj, tko unatoč tomu pleše. Bolje nego gledati na sunce je plesati na kiši. „Čovječe, nauči plesati! Inače anđeli u nebu neće znati što će s tobom“, govorio je Augustin. Ples može biti egzistencijalni izraz radosti. Neka naša molitva ispuni naše tijelo i neka naše tijelo izrazi našu molitvu.

### **Odlučujuća je odluka**

**Slika 11:** Posljednji smo puta također vidjeli koliko je važno odlučiti se. U duhovnome životu potrebna je jasna odluka volje. Odlučujuća je odluka! Terezija je to formulirala ovako: „I puno, štoviše, sve ovisi o našoj čvrstoj odlučnosti, hoćemo li dospjeti do vode života. Došlo što mu drago, muka i patnja, govorkanje, smrtna opasnost, klonulost, štoviše, može propasti čitav svijet – ništa neka nas ne zadrži na ovome putu.“

Kojemu kućnom oltaru dajemo prvi prioritet? Je li to TV i računalo, mobitel, reklamne tiskovine? Ili Božja riječ, njegova prisutnost? Prvi prioritet ne znači da s njime provedemo najviše vremena, ali da se svaki dan dogodi i u našem srcu i našim mislima zauzme prvo mjesto.

Svi oblici oracije – bilo sjedenje, stajanje, hodanje, hodočašćenje, naklon, govorenje pojedinačnih molitava, krunica, Anđeoski pozdrav, strjelovite molitve i drugo – imaju uvijek tjelesnu stranu, jednu vanjsku dimenziju. Ali snaga iz toga dolazi iz nutarnje dinamike: okrenutost k Bogu kao odgovor na njegovu ljubav prema nama.

### **Dopuna: Jedna stvarna, korisna pripovijest**

Sljedeću pripovijest se može i izostaviti.

Često nismo ni svjesni koju snagu molitva ima. Jedno iskustvo iz života Wilhelma Emmanuela baruna von Kettelera može nam pomoći da proširimo svoje gledanje na značenje molitve i Božju veličinu. Ketteler je bio poznat kao biskup Mainza. On je osim toga osnivač Katoličkoga pokreta radnika i na temelju svoje angažiranosti za radništvo nazvan „radničkim biskupom“. Ova pripovijest jedan je susret iz godine 1869. (objavljena od congregatio pro clericis u „Klanjanje“, Zadovoljština, duhovno majčinstvo za svećenike“ iz godine 2007., str. 26-28).

Biskup Emmanuel barun von Ketteler posjetio je jednoga drugog biskupa. Ovaj je s priznanjem govorio o djelovanju njegova prijatelja, ali biskup Ketteler ga prekine: „Sve što sam s Božjom pomoću postigao, zahvaljujem molitvi i žrtvi jednoga meni nepoznata čovjeka. Mogu reći samo toliko da znam, netko je za mene svoj život prikazao Bogu, i ja ovoj žrtvi zahvaljujem da sam uopće postao svećenik. U početku nisam bio određen za svećenika. Položio sam svoj državni ispit u pravnim znanostima i razmišljao samo o svojoj karijeri. Ali jedan izvanredni doživljaj usmjerio je moj život u drugome smjeru:

Jedne večeri bio sam sâm u sobi i prepustio se svojim častohlepnim snovima i planovima o budućnosti. Ne znam što se tada dogodilo. Jesam li bio budan ili spavao, gledao u stvarnosti ili u snu? Posve sam jasno vidio kako Krist stoji nada mnom u sjajnu oblaku. Pred njim je klečala jedna redovnica, koja je zaklinjući podizala svoje ruke prema njemu. Iz njegovih sam usta čuo riječi: 'Ona bez prestanka moli za tebe!' Posve sam jasno vidio lik moliteljice i u mene su se duboko urezale crte njezina lica. Činilo se da je posve obična sestra laikinja. Haljina joj je bila vrlo bijedna i gruba, ruke su joj bile kao pocrvenjele od teška rada i natekle. Kakva god pojava bila, ja sam bio duboko potresen. Nakon toga sam odlučio potpuno se posvetiti Bogu u svećeničkome životu. Tako sam s trideset godina počeo studirati teologiju.

Sve ono dalje znate. I ako sada mislite da se po meni dogodilo neko dobro, sada također znate tko je zapravo za to zaslužan. To je ona redovnica koja je za mene molila, a da me možda uopće nije poznavala. Jer uvjeren sam da bez ove molitve ne bih postigao cilj koji mi je Bog zadao.“ „A slutite li, gdje je i tko za vas molio?“ pitao je drugi. „Ne, mogu jedino svaki dan moliti Boga da joj, ako je još živa, tisuću puta naplati što je za mene učinila.“

Sljedećega dana posjetio je biskup Ketteler obližnji samostan i slavio ondje svetu misu. Dijeleći svetu pričest pogled mu se zaustavi na jednoj redovnici: Bila je to sestra koju je vidio! Zastane nepomično na trenutak, a zatim se uspravi i dadne pobožno klečećoj redovnici svetu pričest, koja ništa nije bila opazila.

Poslije mise zamoli biskup Ketteler poglavaricu da mu predstavi sestre u kući. Kad su se sve bile okupile, biskup Ketteler pozdravljajući preleti tražeći u redovima sestara. Ali nije pronašao ono što je tražio. Tiho upita poglavaricu: „Jesu li zaista sve sestre tu?“ Ona pogleda zajednicu sestara: „Dala sam dozvati sve, ali stvarno

nedostaje jedna sestra. Ona radi u staji.“ „Želim vidjeti i tu sestru“, zamolio je biskup. Nakon nekoga vremena uđe i pozvana. „Poznajete li me?“ pitao ju je biskup. „Ne, nikada vas nisam vidjela.“ „Jeste li jednom molila i dobra djela za me prikazala?“ htio je Ketteler znati. „Ne da bih to znala, za vas nikada nisam čula.“ Biskup je nekoliko trenutaka stajao šuteći. „Vi radite kako se čini najteži posao u samostanu“, nastavi. „Ne, gospodine biskupe“, odvrati sestra, „ali ne mogu zanijekati da mi je neugodno.“ „A što sada činite?“ „Naviknula sam sve stvari koje me stoje svladavanja rado i revno prihvatiti iz ljubavi prema Bogu. I onda to prikazem za neku dušu. Kome – to prepuštam Isusu i to uopće ne želim znati. I sat klanjanja pred Presvetim sakramentom, svake večeri od osam do devet sati, prikazujem na tu nakanu.“ „A kako dolazite na tu misao da sve svoje zasluge prikazete za posve nepoznatu dušu?“ „Na to sam se naviknula dok sam još bila vani u svijetu“, glasio je odgovor. „U školi nas je naime gospodin župnik naučio da i kako se za svoje ukućane treba moliti i prikazivati svoje zasluge. Osim toga, mislio je, treba puno moliti i za one koji su u opasnosti da se izgube. A buduću da samo Bog zna tko tu molitvu posebno treba, najbolje je svoje molitve i žrtve staviti na raspolaganje Isusu da bi bile na dobro onomu za koje ih Božja mudrost odredi. Tako sam činila“, zaključila, „i uvijek mislila da će Bog već pronaći pravu dušu.“

„Koliko imate godina i kada ste se rodili?“, htio je Ketteler još znati. „Trideset i tri godine“, odgovorila je sestra i navela svoj datum rođenja. – bio je to upravo dan njegova obraćenja, i toga je dana točno pred sobom vidio nju kako sada stoji pred njim. Ne dajući ništa opaziti pitao je biskup dalje: „Vi uopće ne znate je li vaša molitva i žrtva imala uspjeha?“ „Ne!“ „I ne želite to ni znati?“ „Zna dragi Bog kad se dogodi neko dobro i to je dostatno“, bio je jednostavan odgovor. Biskup je bio dirnut: „Nastavite u Božje ime s ovim djelom“, rekao je. Podigao se: „Blagoslivljam vas u snazi i sili koju biskup ima za blagoslov. Blagoslivljam vašu dušu, blagoslivljam vaše ruke i njihov rad, blagoslivljam vašu molitvu i žrtvu, vaše nadvladavanje i poslušnost. Posve vas osobito blagoslivljam za vaš posljednji čas i molim Boga da bude uz vas svojom utjehom.“ „Amen“, odgovorila je mirno sestra, ustala i izašla van.

Biskup se rastao od poglavarice i vratio natrag u stan svoga prijatelja. Ovomu je povjerio: „Sada je pronađena ona kojoj zahvaljujem svoje zvanje. To je jednostavna sestra. Ne mogu Bogu dostatno zahvaliti za njegovo milosrđe. Jer sestra već dvadeset godina moli za mene. A Bog je već unaprijed prihvatio njezinu molitvu i na dan kad je ugledala svjetlo svijeta već izdjelovao moje obraćenje, unaprijed znajući njezina zagovornička djela i molitve.

'Kojega li nauka i opomene za mene!', dodala. Kad bih došao u napast da radi stanovitih uspjeha i radi moga djelovanja pred ljudima postanem tašt, moram radi istine uvijek pred Bogom smatrati: to zahvaljuješ molitvi i žrtvi siromašne služavke u samostanskoj staji. I kad mi se mali i neznatan posao učini malo vrijednim, ista mi činjenica tada govori: To što ova službenica u poniznoj poslušnosti prema Bogu

i samosvladavanju čini i žrtvuje, pred Bogom Gospodinom vrijedi toliko da su te zasluge u Crkvi pobudile jednoga biskupa.“

Uvijek smo u opasnosti da Boga učinimo manjim nego što jest i da molitvi ne dadnemo ovu vrijednost koja joj pripada. „*Onomu pak koji snagom u nama djelatnom može učiniti mnogo izobilnije nego li mi moliti ili zamisliti – Njemu slava u Crkvi i u Kristu Isusu za sva pokoljenja vijeka vjekovječnoga*“ (E 3,20-21).

Smijemo vježbati, Bogu više vjerovati, u njega se više pouzdati, njega u njegovu božanstvu barem manje ograničavati (sputavati). Tu moramo nadvladati napetost između velikih Božjih obećanja i naše male svakodnevice. U svome djetinjem stavu smijemo u neznatnome životu svakodnevice preko Božjeg skrivenog djelovanja očekivati velike stvari. Ne radi se tek o tome da svoju vjeru produbimo kako bismo jednom sjajni mogli ući u nebo, nego o tome da još više postanemo svjesni svoje odgovornosti u Ovdje i Sada. Preko molitve nam je darovana nevjerojatna snaga blagoslova, da se preko nebrojenih ljudskih života promijenimo i obilježimo povijest svijeta.

Papa Ivan Pavao II. Ukazao je jednom na to koliko je naša molitva važna za čovječanstvo: „Stvarno središte povijesti svijeta i spasenja nisu poduzetni glavni gradovi politike i gospodarstva, novca i zemaljske moći. Pravo središte povijesti su tiha mjesta molitve ljudi. Ovdje se na posebno zgusnut način događa susret zemaljskoga svijeta s nadzemaljskim svijetom, (susret) hodočasničke Crkve na zemlji s vječnom i pobjedničkom Crkvom neba. Ovdje se događa nešto veće i za život i umiranje presudnije nego u velikim glavnim gradovima gdje se misli da se sjedi na pulsu vremena i vrti na kotaču svjetske povijesti.“

### **Molitva i socijalna angažiranost**

Molitva nije ni u suprotnosti s našom socijalnom angažiranošću. Sjajan primjer za to je Majka Terezija. Kad je rad njezinih sestara

postajao sve intenzivniji, sestre su htjele vrijeme svakodnevnoga, jednostaznog tihog klanjanja zaobići kako bi imale više vremena za siromahe. Odgovor Majke Terezije: „Ako vrijeme za siromahe nije dostatno, onda ćemo od danas uzeti dva sata vremena za klanjanje.“ Današnja je jedinica naslovljena sa:

## 4. Njegovu riječ prebirati (pokrenuti) u srcu

Slika 12:

### Meditacija znači vježbati

Slika 13: Latinski „meditari“ znači: razmišljati, razmatrati, vježbati, ponavljati, uvježbavati. Put molitve je i put vježbanja. Sve što nam vlastitim nastojanjem (čitajući, razmišljajući, boraveći, moleći, radeći, hodajući, pjevajući, plešući...) pomaže usvojiti (proćutjeti, produbiti) Božju riječ, čuti njegov glas odnosno primiti milost nutarnje molitve, spada u područje „meditacije“, u kontemplativnu molitvu. Na nama je probuditi i razviti smisao nutarnjega slušanja.

Božji mi se obraća svakodnevno na različite načine: u knjizi stvorenja u koju pripada čitav svemir sa svim njegovim stvorenjima, kao i svaka stranica moje posve osobne životne knjige, Isusova prisutnost i život, riječi Svetoga pisma, životne okolnosti ili susreti s ljudima.

### Kršćanska meditacija

Suprotno od užurbanoga stila života postmodernoga društva, sve više ljudi traži smirujuću uravnoteženost (ravnotežu) u kojekakvim meditativnim strujanjima. Nutarnja praznina jednoga više intelektualiziranoga sekularnog društva Zapada koji vjeruje u znanost tjera sve više mnoge ljude u potragu za drugim vrijednostima i iskustvima. I takva često nalaze u više osjećajno naglašenima i duhovno-mističnim strujanjima, koja su ili uvezena s Istoka i prilagođena ili su proizvedena u bombastičnome imperiju New Age-a na Zapadu. Ponude su različite i gotovo nepregledne na slobodnome tržištu ponuđača smisla i meditacije. Stoga je pitanje

autentično-kršćanske meditacije nužno, isto kao i kriteriji za jasno razlučivanje.

Riječ meditacija naočigled mnoštva ezoterijskih i azijskih meditativnih ponuda traži bezuvjetno brižno bistenje (raščišćavanje).

Čini mi se važnim ustvrditi (ustanoviti) da nutarnja molitva nije kršćanska joga ni istočnjačka praksa poniranja. Kršćanska meditacija i meditacije koje se u istočnjačkim religijama primjenjuju su – uz svu izvanjsku sličnost – iznutra ipak vrlo različite. Meditacija prema istočnjačkome shvaćanju je pokušaj potpuno isprazniti ljudski duh i konačno dopustiti ulazak osobe u veliku neosobnu ili nadosobnu cjelinu.

Cilj kršćanske nutarnje molitve ipak je osobni događaj, preobrazba osobe uzajamnom razmjenom ljubavi između Trojedinoga Boga i čovjeka.

Središte i cilj kršćanske meditacije prema Tereziji Avilskoj jest upustiti se u ponudu prijateljstva s Isusom Kristom da bi se ovo prijateljstvo produbilo. Vježbe opuštanja ne smiju stajati na prvome mjestu. Ako su podređene osobnome prijateljstvu s Bogom i na njega (prijateljstvo) upućuju, mogu nam pomoći da njegovu ljubav još više kušamo.

### **Meditiranje Božjeg stvorenja**

U susret s Bogom spada po sebi razumljivo i susret sa stvorenjem. Svima nam čini dobro meditirati ovu knjigu: vlastito tijelo, disanje iskusiti kao Božji dar, sve elemente (vatra, zrak, zemlja, voda), zvukove, mirise, drveće, cvijeće, životinje, jezera, šume... Meditirati stvorenje krajnje je ozdravljujuće (spasonosno).

Neke moderne škole meditacije ovdje ostaju stajati. Budući da samoga Stvoritelja, Svetinju nad svetinjama ne poznaju, misle da je „predvorje“ hrama (darovi stvorenja) ono najsvetije. Time zadržavaju druge od onoga najbitnijega. Sprječavaju da oni koji su



im povjereni uđu kroz razdrtu zavjesu u Svetinju nad svetinjama, da bi susreli samoga Boga.

### **Učenici iz Emausa**

**Slika 14:** U pripovijesti o učenicima iz Emausa primjereno prosijava značenje snage Božje riječi koja mijenja (preobražava) život. Kad su učenici bili u situaciji u kojoj nisu znali kako dalje, on im „počevši od Mojsija i svih proroka, protumači što u svim Pismima ima o njemu... Tada im otvori pamet da razumiju Pisma“ (Lk 24,27.45). Isus tumači učenicima da su to što se u Jeruzalemu pred njihovim očima odigralo, već proroci Staroga zavjeta u *Božjoj riječi* nagovijestili i prorekli.

Sve započinje njegovom riječi: „*U početku bijaše Riječ i Riječ bijaše u Boga i Riječ bijaše Bog. Ona bijaše u početku kod Boga. Sve postade po njoj i bez nje ne postade ništa. U njoj biiāše život i život bijaše ljudima svjetlo*“ (Iv 1,1-4).

### **Slušati Božju riječ**

**Slika 15:** Budući da na svakom početku stoji riječ, „Slušaj!“ („Čuj!“) prethodi drugim zapovijedima: „Čuj, Izraele! Jahve je Bog naš, Jahve je jedan! Zato ljubi Jahvu, Boga svoga, svim srcem svojim, svom dušom svojom i svom snagom svojom“ (Pnz 1,14).

„Priklonite uho i k meni dođite, poslušajte i duša će vam živjeti, stoji kod proroka Izaije (55,3), stoji kod proroka Izaije. Božja riječ je riječ koja dariva život, ona nam obećava vječni život. Isus je ta Božja Riječ koja je postala čovjekom. „I Riječ tijelom postade i nastani se među nama. I vidjesmo slavu njegovu – slavu koju ima kao Jedinorođenac od Oca – pun milosti i istine“ (Iv 1,14).

U kršćanskoj meditaciji radi se o tome da se otvorimo u Isusu utjelovljenoj Božjoj riječi i u srcu ga prebiremo (pohranimo). Ako svoju glavu držimo na Božjoj riječi, možemo sjetiti otkucaje (bilo) njegova srca. U kršćansku meditaciju spada Božju riječ prebirati u svojim mislima i u svome srcu.

**Slika 16:** Hoćemo li u životu uspjeti, ovisi o tome hoćemo li prihvatiti način kako nam se Bog objavljuje. „Više puta i na više načina Bog nekoć govoraše ocima u prorocima; konačno, u ove dane, progovori nama u Sinu. Njega postavi baštinikom svega; Njega po kome sazda svjetove“ (Heb 1,1-2). Budući da se Bog u svojoj mudrosti i svojoj ljubavi odlučio objaviti samoga sebe, svoj nutarnji život i tajnu, po svome Sinu, zato je nužno slušati Sina Božjega. On nam govori. „*Ovo je moj ljubljani Sin; slušajte ga*“ (Mk 9,7).

Pitanje je: slušamo li ga stvarno? Moliti glasi slušati životodajnu riječ tesara iz Nazareta i potpuno se povjeriti njegovoj riječi, koja je istina. Stoga jedna od temeljnih maksima glasi: oslušivati i poslušati (podložiti se).

U način, kako nam se Bog hoće objaviti, dolazi još i jedna druga dimenzija oslušivanja i podvrgavanja, jer Isus je rekao: „*Tko vas sluša, mene sluša; tko vas prezire, mene prezire. A tko mene prezire, prezire onoga koji mene posla*“ (Lk 10,16). Tko ove Isusove riječi uzme ozbiljno, sluša također i njegove glasnike, crkvene službenike koji njegovo Evanđelje navješćuju i svojim darovima i u svojim slabostima svjedoče. Pred ovim riječima ne može opstati ono „Krist Da, Crkve Ne“.

Kod meditacije (razmatranja) radi se u prvome redu o činu volje i o djelatnosti razuma (pod uključivanjem snage zamišljaja). Prema Tereziji Avilskoj i Ivanu od Križa označuje meditacija onu molitvu, kod koje čovjek aktivan svojim razmišljanjem i djelatan svojom snagom zamišljaja, a ovo ne ide bez odluke volje.

### **Vježba: slušati Boga**

U jednoj vježbi pokušajmo sada čuti što on govori. Bog govori na posve različite načine. Kad se smirimo, on može doći do riječi. U ovome eksperimentu pokušavamo čuti što nam Bog sada govori. Ostavljam vam nekoliko minuta vremena u kojemu možemo Bogu postaviti pitanje: „Što mi želiš danas reći? Što tebe pokreće?“ Usmjerenje je: odmaknuti se od sebe, čuti njega. **Tišina; pjesma?**

Što je ovo vrijeme tišine u vama izazvalo? Sve ima mjesto od „nisam čuo baš ništa“ do neke konkretne riječi ili dojma. → *skupiti odgovore*

### **Kako govori Bog**

Bog često govori drukčije nego što si mi zamišljamo. Jedan od njegovih govora je mir. Mi osjećamo kako nas obuzima jedan nutarnji mir, kako smo iznutra smireni. Može nas ispuniti i jedna duboka radost, povjerenje, pouzdanje što ranije nismo u sebi tako doživljavali.

Različite misli koje mi dolaze u tišini, mogu biti od mene, ali one mogu dolaziti i od Boga. One često probijaju mog uobičajeni tijek misli. Mogu si zamisliti što ova misao u meni izaziva. A katkada i tek naknadno primjećujemo je li jedna misao došla od Boga. Ako primjerice imamo dojam da trebamo nekoga nazvati i zatim primijetimo kako je ova osoba na poziv, susret čekala i kako joj je to činilo dobro. Jedan takav poticaj može doći od Boga. Potrebna je dakle odvažnost na ovome putu učiniti eksperimente slušanja da bismo njegov glas sve bolje upoznali.

## **5. Pomoć da bolje upoznamo Krista**

Meditacija nam pomaže sve bolje upoznati Isusa Krista (u Božjoj riječi, Svetome pismu, u sakramentima, u vlastitoj životnoj povijesti, u bližnjemu, posebno u siromasima, u stvorenju...). Ona (meditacija) nam pomaže da se upustimo u njegovu ponudu prijateljstva i s time povezanim izazovima. „*Vi ste prijatelji moji ako činite što vam zapovijedam*“ (Iv 15,14).

### **Tišina**

Tišina je na putu molitve nešto jako važno. Ne radi tišine, nego radi punine koju nam Bog želi darovati. Terezija Avilska kazala je nešto utješno za one koji imaju problema s tišinom: „Ova knjiga nije zamišljena za takve koji rado razmišljaju u sređenim tokovima i koji su uvježbani u smirenu sabranu razmatranju. Ne, to o čemu ovdje

pišem i za što želim dati nekoliko savjeta, zamišljeno je za one čiji je razum toliko neukrotiv da njihove misli kao galopirajući konji jure čas ovamo čas onamo i ne daju se zaustaviti.“

Ako vam se ovo čini poznatim, možete utješno reći: Nisam daleko od Terezije Avilske. Ali ona je također govorila da je važno naučiti razmatrati Isusa i njegov život – njegova djela i njegove riječi. ZA nas je to ključ. Terezija piše: „Bog hoće da sve milosti budu darovane po Isusovu čovještvu. Isus, čovjek, je vrata (porta) preko kojih nam se objavljuju velike tajne. (...) Jasno sam vidjela da moramo ući kroz ova vrata ako hoćemo da nam uzvišeno Veličanstvo svoje velike tajne pokaže.“

### **Značenje duhovnih knjiga**

Terezija je istaknula i značenje duhovnih knjiga na ovome putu. „Što sam mogla bolje, trudila sam se iznutra si zamisliti našega Gospodina Isusa Krista. Kad sam razmatrala o jednoj tajni Kristove muke, zamišljala sam si to iznutra. Ali sam ipak uglavnom čitala dobre knjige; to je bio moj jedini odmor. (...) Da mi nije bilo dopušteno čitanje, jedva bih mogla izdržati 18 godina tako velike suhoće. (...) Kad nisam u ruke uzimala ni jednu knjigu, brzo bih se izgubila u rastresenosti. A knjiga je sabirala moje misli i privlačila moju nutrinu kao privlačna hrana. Često je bilo dovoljno knjigu samo otvoriti.“

Radi jedne teške rane u ratu sveti Ignacije Loyolski je imao vremena za čitanje knjiga. Umjesto viteških romana čitao je sada knjige o svecima i ove knjige su ga dovele k Bogu. Knjige nam mogu biti velika pomoć na putu k Bogu, na putu do nutarnje molitve.

### **Meditiranje Božje riječi**

**Slika 17:** Već smo posljednji put upoznali od pustinskih otaca označenu metodu razmatranja Božje riječi kao „ruminatio“. Riječ „ruminatio“ znači „žvakati, preživati“, kao što to čine neke životinjske vrste primajući hranu. Pustinski oci su se naslanjali na ovu riječ i prenijeli ju na žvakanje Božje riječi, na razmatranje jedne

svete riječi. Kao što krava žvače svoju hranu, tako mi trebamo Božju riječ iznutra prebirati i u svoje srce pohranjivati kao duhovnu hranu. Kod neprestana ponavljanja jedne svete riječi radi se u najdubljoj dubini o „novome rađanju“ iz Božje riječi. *„Ta nanovo ste rođeni, ne iz sjemena raspadljiva nego neraspadljiva: riječju Boga koji živi i ostaje“ (1 Pt 1,23).* Sveti Jeronim nije uzalud govorio: „Ne poznavati Pisma znači ne poznavati Krista.“

**Slika 18:** U zadnjoj jedinici Terezija Avilska nam je dala savjet: „Priveži svoga magarca!“ Danas vam dajem riječi: „Priveži svoje misli!“ Priveži svoje misli na Božju riječ. Mogla bi to biti i jedna slika za meditaciju. Terezija je u jednoj sakristiji vidjela sliku raspetoga i bila njome toliko pogođena, da je pred ovom slikom pala na koljena i kazala: „O Isuse, daruj mi milost da te nikada više ne uvrijedim.“ Jedna slika može biti korisna ako ju promatramo u ispravnome stavu.

Ako dakle naše misli rade što ih volja, trebamo prvenstveno prebirati Božju riječ ili čitati jednu duhovnu knjigu ili promatrati jednu sliku.

Starac Teofan (monah, pustinjač, biskup) je rekao: „Unatoč zazivima, u glavi se započinju rojiti misli kao roj muha. Da bi ove što uokolo lutaju odagnao, moraš svoj intelekt „čvrsto vezati“ uz jednu jedinu misao ili se pak samo mišlju vezati na jednu jedinu... Kod molitve moraš paziti na to da svoju misao i svoju pozornost zadržiš kod Boga.“

## 6. Ljudsko nastojanje

Je li onda nutarnja molitva dar – kako smo čuli na prvome susretu – ili rezultat ljudskog nastojanja? Bog nam dolazi 1000 koraka ususret, ali mi moramo ili smijemo učiniti jedan prema njemu. U naše dostojanstvo pred Bogom spada to da ovaj posljednji korak učinimo mi sami u potpunoj slobodi. U svemu je potrebno naše su-činjenje (naš doprinos). I kod prispodobe o milosrdnome ocu vidimo kako otac čeka a sin se vraća.

Terezija je o putu molitve govorila: „Bez napora nije moguće ništa naučiti.“ Ona je razlikovala između različitih „stadija“ (stupnjeva) molitve kod kojih je veliko značenje pridavala ljudskom nastojanju i onima koji sebe duguju samo ljubećem Božjem djelovanju.

### **Različiti načini moljenja**

Uz pomoć prisposodba iz prirode tumačila je najrazličitije načine molitve. Voljela je slikovite usporedbe iz prirode i pomoću njih razvijala svoj nauk o molitvi. Tako je rabila sliku navodnjavanja vrta preko četiri različite metode za najrazličitije načine molitve.

**Slike 19, 20:**

- 1) Asketska molitva: Put nutarnje molitve čini nam se spočetka mučan, traži putu vlastitoga udjela. U našem nutarnjem obraćanju Bogu moramo s muko naučiti svoj razum, svoje pamćenje i svoju volju usmjeravati na Boga. To je kao da moramo uvijek poduzeti tegoban put do zdenca da bismo kantu po kantu crpili vodu. Ovaj napor može nas dovesti do pojava zamora (iscrpljenosti), kao i do nevoljkosti, rastresenosti, suhoće, nemira, misli o porazu i napuštanju. Ali ne smijemo ni u kojem slučaju odustati i previše mariti ako ne osjećamo nikakve osjećaje pobožnosti. Ali ono što možemo učiniti jest to da se povjerimo iskusnu, mudru, duhovnome učitelju.
- 2) **Slika 21:** Molitva počivanja: Točak koji se pokreće pomoću rotacijske poluge i navodnjava vrt preko cjevovoda Terezija je rabila kao usporedbu za molitvu počivanja, gdje je vlastito nastojanje naizmjenično s fazama počivanja i gdje je već lakše naše duševne snage (razum, volju, pamćenje) usmjeriti na Boga.
- 3) **Slika 22:** S vremenom na našem putu molitve postaje lakše, nego ako se vodu jednostavno iz rijeke preusmjeri ili ako iz jednoga izvora u vrtu provre. Walliserski seljaci su primjerice vodu Sounen kilometrima dovodili na druga mjesta.

- 4) **Slika 23:** Na kraju smije vrtlar doživjeti kako počinje padati kiša i njegov vrt bez njegova udjela biva navodnjavan odozgor. To je cilj.

### Tri primjera

**Slika 24:** Heimo Armgrund koji je duhovno pratio *Brata Klaua* davao je svecu različite duhovne vježbe kako da u kušnjama ostane postojan. Brat Klaus je napisao: „Počeo sam svakodnevno vježbati.“ S vremenom mi je to postajalo sve lakše. Sveci ne padaju tek tako s neba, Brat Klaus morao je također vježbati.

**Slika 25** *Jakov* se hrvao za Božji blagoslov i s njim borio. Trebao je svu svoju snagu. I mi moramo katkada sebe nadvladati i od samih sebe nešto tražiti. Bez procesa umiranja nema novoga života. Sve dok jednostavno tako ne padne kiša, potrebna je naša borba u svakodnevici. „*Neću te pustiti dok me ne blagosloviš*“ (Post 32,27). Jakovu je bilo stalo do toga da dobije (primi) Božji blagoslov.

**Slika 26:** Kako su Božja milost i čovjekovo činjenje međusobno povezani, pokazuje zorno i ova pripovijest. Jedan mladić dođe k svome učitelju hoteći znati kako je to s duhovnim prosvjetljenjem. Ovaj mu odgovori: „S prosvjetljenjem je kao s izlaskom suca. Ti ne možeš učiniti ništa drugo osim čekati dok se ono ne dogodi.“ – „A čemu onda služe molitve koje trebam svaki dan obavljati?“ – „Njih sam ti preporučio zbog toga da budeš siguran kako ne bi spavao kad sunce izlazi.“ I ovdje opažamo: potreban je naš obol, ipak se u konačnici radi samo o dispoziciji, o pripravi na primanje jednoga dara.

## 7. Molitva kao krik (vapaj) Bogu

**Slika 27:** Većina nas je došla na svijet s krikom. Novorođenče krikom automatski uzima zrak, pluća se razvijaju i krvotok se podešava na život izvan majčina tijela.

I naša molitva treba biti jedan krik, ne samo meditativno-mirna. Na krik rađanja zahvalno se čeka, budući da disanje mora biti preusmjereno. U majčinu krilu dijete je disalo preko pupka, sada

mora disati samo. I u duhovnome procesu na putu radi se o tome da se preusmjerimo i „krikom“ sami počnemo disati.

## **Bartimej**

**Slika 28:** Biblijska pripovijest o Bartimeju (*Mk 10,46-52*) stavlja nam ovo pred oči: „*Dođu tako u Jerihon. Kad je Isus s učenicima i sa silnim mnoštvom izlazio iz Jerihona, kraj puta je sjedio slijepi prosjak Bartimej, sin Timejev. Kad je čuo da je to Isus Nazarećanin, stane vikati: 'Sine Davidov, Isuse, smiluj mi se!' Mnogi ga ušutkivahu, ali on još jače vikaše: 'Sine Davidov, smiluj mi se!' Isus se zaustavi i reče: 'Pozovite ga!' I pozovu slijepca sokoleći ga: 'Ustani! Zove te!' On baci sa sebe ogrtač, skoči i dođe Isusu. Isus ga upita: 'Što hoćeš da ti učinim?' Slijepac mu reče: 'Učitelju moj, da progledam.'* Isus će mu: *'Idi, vjera te tvoja spasila!' I on odmah progleda i uputi se za njim.*“

**Slika 29:** Bartimej je zacijelo već ranije čuo za Isusa i ponovno čuje da se Isus nalazi u blizini. I što čini? Ima hrabrosti glasno viknuti: „Sine Davidov, Isuse, smiluj mi se.“ Oni uokolo pokušavaju ga ušutkati. Ali on se ne da zadržati i viče još jače. Naša je molitva katkada previše „pobožna“, prelijepo formulirana. Koji je moj molitveni krik? Kod Bartimeja se radilo o njegovoj najnutarnijoj nutrini, o njegovoj egzistenciji.

## **Egzistencijalna molitva**

Jedan mladić pitao svoga učitelja kako treba moliti. Stajali su na jednom zdencu i učitelj uroni njegovu glavu u vodu. Nakon nekog vremena uspije ovaj dahtati tražeći zraka. Učitelj će mu: „Tako moraš moliti!“ Tako egzistencijalno.

Balthasar Staehlin, poznati psihijatar u Zürichu, pisao je o jednoj pacijentici, kod koje ni brojne terapije nisu mogle imati nikakva učinka. Bathasar Staehlin joj je dao naputak da pođe u šumu kako bi



bila sama. Neka glasno viče: „Isuse, smiluj mi se!“ Pacijentica je poslušala savjet i u tom trenutku ozdravila.

Na jednome od naših seminara došla je žena koja je sedam godina živjela u mraku. Duboko ju se dojmio ovaj primjer. Pomislila je da i ono može slično pokušati ako je to pomoglo drugoj ženi. Nakon što je kod kuće u podrumu klasno povikala k Isusu, došla je na sljedeći susret i pripovijedala da je nakon ovoga krika bila preobražena. Još je i danas zdrava.

Ove primjere ne smijemo uzeti kao općenito pravilo. Ali nam mogu pomoći da shvatimo ovu dimenziju molitve i integriramo ju. Bartimej i ove dvije žene dobro su znali što im nedostaje. I to su pretvorili u krik (vapaj) Bogu.

I Isus je vapio Bogu: „*On je u dane svoga zemaljskog života sa silnim vapajem i suzama prikazivao molitve i prošnje Onome koji ga je mogao spasiti od smrti. I bi uslišan zbog svoje predanosti*“ (Heb 5,7).

Smijemo dakle razmisliti: Što je moj molitveni vapaj? Gdje trebamo egzistencijalno Božju pomoć?

**Slika 30:** O Bartimeju stoji: „*On baci sa sebe ogrtač, skoči i dođe Isusu*“ (Mk 10,50). Ogrtač mu je davao toplinu i zaštitu. Ali ova zaštita mu je bila zapreka da može poći Isusu ususret. Možda smo i mi u našem životu određenim stvarima stvorili oko sebe zaštitu koju moramo odbaciti da bismo mogli poći prema Isusu.

## Razmjena u malim grupama

Moguća pitanja za razmjenu u malim grupama: **Slika 31:**

1. Kako mi je bilo prošloga tjedna? Postoji li kod mene „odlučka“ – odluka za redovito vrijeme molitve?
2. Što me je od današnjeg poticaja dirnulo? Što je nailazilo na otpor?

3. Molitva kao grabljenje vode iz zdenca, kao vodeničko kolo, kao prevođenje vode, kao snažna kiša: gdje sebe prepoznajem?

## 8. Završetak

### „Tko je žedan...“

**Slika 32:** U Ivanovu Evanđelju čitamo: „*U posljednji veliki dan blagdana Isus stade i povika: 'Ako je tko žedan, neka dođe k meni! Neka pije koji vjeruje u mene! Kao što reče Pismo: Rijeke će žive vode poteći iz njegove utrobe' (Iv 7,37-38).* Ovo je jedna druga oznaka za ono što bi se moglo označiti „molitvenim vapajem“: žeđ. Tko nije žedan neće piti. Stoga moramo moliti Boga za žeđ, za nas osobno, ali i za druge, da bismo pošli k Bogu i potražili ga.

„*Kao što košuta žudi za izvor-vodom, tako duša moje čezne, Bože, za tobom. Žedna mi je duša Boga, Boga živoga*“ (Ps 42,2-3). Mi trebamo svojoj duši omogućiti da može piti, da svoju žeđ utaži ondje gdje ju je stvarno moguće utažiti: jedino kod Boga. Vježbajmo ovo svjesno ovoga tjedna.

- **Vježba 4 u Hodočasničkoj knjizi, str. 109: posljednja dva odlomka. Na kraju zamolimo Boga za njegov blagoslov.**
- **Blagoslov**



5.

## Zastati u trenutku

### *Prednost božanskoga djelovanja*

### Kontemplacija

#### Priprave

- Projekciono platno; Daljinsku upravljač; Prijenosno računalo; Kabel; Dovoljno Hodočasničkih knjiga; Stol (pult) za predavača; Voda i čaše; Cvijeće; Ikone; Svijeće; Kutija za pitanja; Cedulje i pisaljke; Listići „Ulomci“ (Materijal za predavača jedinica 2)

**Cilj:** Sudionici prepoznaju da je u molitvi glavni čimbenik Bog. Svako ljudsko činjenje sastoji se u primanju od Božje ljubavi. Pod Božjim pogledom može čovjek sve više živjeti prema onome što njegovom milošću jest: Dijete Božje.

#### Pregled

##### 1. Pozdrav i uvodna molitva

Pozdrav; „Bože, ti si tu“; Tišina

##### 2. Duh Sveti

Pjesma „Dođi, Duše Presveti“; Obraćanje Isusu; Marija

##### 3. Kratki osvrt

Ljudsko nastojanje; Duhovna pomoć

#### **4. Božje djelovanje na nama**

Učenici iz Emausa; „Bože, uključi me...”

#### **5. Božanska prednost**

Pasivna molitva; Kipar; „Moj Gospodine i moj Bože...“; Pjesma Brata Klaua

#### **Pauza**

#### **6. Živjeti u Božjem trenutku**

Snaga koja dolazi od njega; Prisutnost; Učenik i njegov učitelj

#### **7. Pogledati i biti pogledan**

„Tvoje me oko neprestano gleda...“; Pjesma „Pod tvojim pogledom“; Bog koji izgleda za mnom; Pogled jedne majke; Pod čijim pogledom živimo?; Pred Božjim licem; „Isus vidje...“; Postupanje sa sjenama

#### **8. Usmjeren prema vječnosti**

Živjeti za vječnoga; „Nada te turbe...”

#### **Razmjena u malim grupama**

#### **9. Završetak**

Vježba kod frizera; „Gospodine, trebamo te...“; Blagoslov

## **Zastati u trenutku** *Prednost božanskoga djelovanja* **Kontemplacija**

### **1. Pozdrav i uvodna molitva**

**Slika 1:** Srdačno vas sve pozdravljam i na ovome susretu na temu: Duhovnost koja oslobađa. Molitva je kao disanje duše. Današnja tema glasi: „Kontemplacija“ – Zastati u trenutku – *Prednost božanskoga djelovanja.*“

**„Bože, ti si tu“**

**Slika 2:** Kao i uvijek započinjemo s našom uvodnom molitvom: „Bože, ti si tu. Gledaš me i ljubiš. Hvala.“ **Molimo zajedno: „Bože...”**

Otvoriti se Božjoj prisutnosti znači ući u Svetinju nad svetinjama, ući u nutarnji prostor našega srca, našega bivstvovanja, našega bića: na mjesto gdje nitko osim Boga nema nikakva pristupa. Važno je da ovaj prostor sve više otkrivamo. To je prostor koji nije zatvoren. On nam se otvara prema svijetu, štoviše prema vječnosti. Ovdje susrećemo Boga ljubavi, života, radosti, mira, svjetla.

Susrećemo Boga koji je svoj život na križu iz ljubavi za nas predao. U Srcu Raspetoga nema ni optužbe, ni osude, ni odbijanja. Njegovo je srce prostor u koji možemo ući i u kojem smijemo iskusiti prihvaćanje. Ondje sve negativno blijedi. Ovdje smo potpuno ljubljeni, neovisno o tome što smo učinili. Kao što je Isus u *Ivan 8* tekao grješnici: „*Ni ja te ne osuđujem*“.

Isus nije došao da nas osudi i sudi, nego da nas privuče na svoje Srce. Kod njega smijemo iskusiti: dobro je što postojim. On me uzima u svoje naručje i grli me. Govori mi: Ljubim te neizmjerljivo, nezamislivo. Preda mnom se ne trebaš bojati, jer moja ljubav će ti pomoći odložiti sve negativno.

S našom uvodnom molitvom ulazimo u ovu istinu, sebi ju posvješćujemo. Božju ljubav smijemo iskusiti – Sada. U prostoru ovoga Trojedinog Boga postoji samo ljubav, samo svjetlo. Ova ljubav je konačna i bezuvjetna. Zato sada boravimo na trenutak u njegovoj prisutnosti. **Kratka tišina**

## 2. Duh Sveti

**Pjesma „Dođi, Duše Presveti“**

**Slika 3:** Pozivamo Duha Svetoga da nam pomogne otkriti ovaj prostor (naše srce). Zazivamo ga pjevajući „**Dođi k nama, Duše Sveti... Dođi, Duše, Stvoritelju...**“

U ovome himnu opisan je Duh kao vrlo angažirani. Mi gledamo na ono što Bog čini kad molimo. Upravo se o tome radi u ovoj jedinici. Ovoga Duha Bog nam daje neprestano. Pitanje je koliko smo otvoreni primiti ga i dati mu djelovati.

## Obraćanje Isusu

**Slika 4:** U Katekizmu pod brojem 2664 stoji: „Za kršćansku molitvu nema drugog puta osim Krista. Bila naša molitva zajednička ili osobna, usmena ili unutarnja, nema pristupa k Ocu, osim ako molimo 'u ime' Isusovo. Sveto Isusovo čovječstvo jest put po kojemu nas Duh Sveti uči moliti Boga našeg Oca.“

Isus je put, stoga mu se potpuno povjeravamo. Ovo činimo posvetnom molitvom. Molimo zajedno:

**Slika 5:** „Gospodine Isuse Kriste, budi u mojim mislima, da u svako doba na tebe mislim. Isuse Kriste, Sine Božji, budi na mojim usnama da te u svako doba hvalim i slavim. Gospodine Isuse Kriste, Sine Božji, budi u mome srcu da te u svako doba ljubim.“

**Slika 6:** Čineći veliki znak križa molimo: „Sveti Bože, oprosti mi sve moje grijehе i daruj mi za proslavu tvoga imena milost molitve bez prestanka. To molim tebe, Bože, Oče, po Sinu u snazi Duha Svetoga. Amen.“

## Marija

**Slika 7:** Ovo vidimo posebno i u Marijinu životu. Nigdje se ne izvješćuje a je ona držala konferencije. Nije nastala ni na doručku sa ženama. Živjela je posve skrovito. Svojim bivstvovanjem, svojom raspoloživošću za Boga postala je blagoslov za čitavo čovječanstvo. „Blago tebi što si povjerovala“ (Lk 1,45). Ona se upustila u avanturu s Bogom. I nama Bog nudi jednu takvu avanturu ako mu se povjerimo. Tako je Marija naša zagovornica, naš uzor. Ona je naša sestra i naša Majka u vjeri.

Marija nas prati do našega nutarnjeg prostora šutnje, ondje gdje u nama stanuje Krist i gdje mi sami smijemo ponajprije postati djeca. Pozdravimo ju sada s jednim „Ave Maria“. **Molimo „Zdravo, Marijo“**

## 3. Kratki osvrt

### Ljudsko nastojanje

Osvrćem se s vama na posljednju jedinicu: Meditacija kao put do kontemplacije. Radilo se o ljudskom nastojanju u molitvi. Ali, premda je ljudsko nastojanje važno, postoji i stanovita opasnost da se na ovaj vidik prečvrsto usredotočimo. Jedan krasan tekst Franje Saleškog izražava o čemu se u meditaciji – kao našem nastojanju u najnutarnijoj nutrini radi:

**Slika 8:** „Ako tvoje srce putuje (luta) ili trpi, brižno ga vrati natrag na ono mjesto i blago ga smjesti u prisutnost našega Gospodina. Pa čak kad u svome životu nisi učinio ništa osim da svoje srce vratiš natrag, premda ono opetovano odluta, nakon što si ga vratio natrag, ti si zacijelo ispunio svoj život.“

Ova utješna riječ može nas pomiriti s našom vlastitom životnom poviješću tako da same sebe ne izlažemo stresu.

Ovdje možete sada umetnuti slike iz jedinice 4, koje u danome trenutku želite još jednom pokazati.

### **Duhovna pomoć**

**Slike 9, 10:** Meditacija glasi „razmišljati, razmatrati, ponavljati, uvježbavati“ i ne znači ništa drugo nego se uz pomoć nečega (primjerice, uz Božju riječ, razmatranje stvorenja, slike, duhovne knjige, krunice), ponovno vratiti natrag u Božju prisutnost. Kod Boga smijemo uvijek iznova nanovo započeti. Njemu to nikada nije previše.

**Slika 11:** Naša današnja tema glasi: **Kontemplacija – Zastati u trenutku – Prednost božanskoga djelovanja**

## **4. Božje djelovanje na nama**

### **Učenici iz Emausa**

**Slika 12:** Stigli smo do pete hodočasničke postaje. Mi na ovome seminaru gledamo doduše pojedinačne postaje, ali sve one iznutra gledano pripadaju skupa. Kod kontemplacije se radi o onom e udjelu molitve koji polazi od Boga. Molitva je komunikacija, susret. Učenici iz Emausa pozvali su Isusa: „*Ostani s nama*“ (Lk 24,29). Budući da su



ga pozvali da ostane s njima, mogao je on razviti ono što im on u ovome susretu hoće darovati. Bili su obdareni jer su ga primili. „*On uđe i ostane s njima*“ (Lk 24,29).

### **„Bože, uključi me...“**

**Slika 13:** Jedna molitva Pierrea Teilharda de Chardina vrlo lijepo sažimlje ono što je kontemplativna molitva: „Bože, zatvori me u dubine svoga srca. Čvrsto me drži, pročisti, zapali u meni oganj, podiži me sve dok ne postanem ono što ti iz mene hoćeš oblikovati po uzoru na svoje Srce.“

Što je naša aktivnost u ovoj molitvi? Ostaviti, dopustiti da se dogodi. Ovo je kontemplacija: staviti sebe preda nj da bi on mogao na nama raditi (djelovati). Spasonosno je u olujama našega života imati jedno mjesto gdje smo čvrsto držani. Bog nas posvećuje i čisti u svojoj prisutnosti, čisti nas kao oganj. Odlučujuće je ono što *on* čini.

Terezija Avilska ukazala je na jedan od glavnih problema zbog čega ljudi ne napreduju na putu molitve: „Jedan od najraširenijih razloga zašto ljudi započinju duhovni put a zatim urade krivo kad zataje, umore se ili malakšu, jer su se pouzdali u svoju vlastitu snagu umjesto u Gospodina.“ Moramo biti pažljivi da se ne izgubimo u našim aktivnostima. Unatoč svim ljudskim naporima naš bi temeljni stav trebao biti dopustiti da padnemo u Božje naručje.

## **5. Božanska prednost**

### **Pasivna molitva**

**Slika 14:** Kontemplaciju se u tradiciji naziva i „pasivna molitva“ Mi se prepuštamo božanskome liječniku koji nas želi osloboditi od grijeha i ozdraviti od povrjeda. Ako sebe stavimo preda nj, ona tada radi na nama i u nama. Mi bismo često rado znali što Bog na nama čini, sada u ovo vrijeme molitve. Više se mučimo s vremenima suhoće. Rado bismo „imali nešto od molitve“, nešto osjetili, nešto osjetilno opažali. Ali kad se pacijenta stavi u narkozu, on je radostan

ako pri operaciji ne osjeća ništa. Važno je da liječnik može raditi u miru.

Isto je tako u molitvi. I kad ne osjećamo ništa, Bog njeguje i ozdravlja naše rane i nutarnje povrjede, ako mu se prepustimo. Ovo povjerenje mijenja naš nutarnji stav. Nije na nama prosuđivati vrijeme molitve. Ako je ono i suho, mi, čini se, nemamo ništa od molitve, može Bog polučiti velike učinke. On nas u molitvi mijenja.

Terezija nam je davala jedan savjet s obzirom na našu nutarnju molitvu: „Nemojte misliti da svojom vlastitom snagom ili svojim naporima možete prispjeti. Jer ovaj stupanj nadilazi vašu snagu. Pokušate li postići ga, predanje koje imate će ohladiti. Ako smo posve odlučni, pouzdajmo se manje u same sebe, jer povjerenje mora biti potpuno stavljeno u Boga. Shvatimo li to, nema nikakve potrebe uokolo trčati napeto i primorano. Hodajte uokolo u svetoj slobodi!“

**Slika 1:5** U starome zavjetu opisuje prorok Ezekiel ovo djelovanje. „*Poškropit ću vas vodom čistom da se očistite. Očistit ću vas od svih vaših nečistoća i od svih kumira vaših. Dat ću vam novo srce, nov duh udahnut ću u vas! Izvadit ću iz tijela vašega srce kameno i dat ću vam srce od mesa. Duh svoj udahnut ću u vas da hodite po mojim zakonima i da čuvate i vršite moje naredbe. I nastanit ćete se u zemlji koju dadoh vašim ocima, i bit ćete moj narod, a ja ću biti vaš Bog. Izbavit ću vas od svih vaših nečistoća*“ (Ez 36,25-29). Bog posvuda govori „ja ću“. Mi sami sebe ne možemo očistiti. Bog djeluje posvećenje. Pitanje je dajemo li mu prostora i vremena da na nama izvrši svoje djelo.

## Kipar

**Slikae 16, 17:** Sljedeća pripovijest ovo pojašnjava:

Jedan dječak dođe u atelje svoga strica, kipara i vidi veliki kameni blok koji ga uopće nije zanimao. Ali kad se nakon nekoliko tjedana ponovno vratio, vidi kako je iz kamenoga bloka postao jedan veliki lav, pa upita strica: „Odakle si zna o da se u ovome kamenu skriva lav?“

**Slika 18:** Umjetnik nosi u sebi sliku koju želi dobiti iz kamena. Bog nije samo liječnik, nego i kipar. Michelangelo je govorio: „Poslanje umjetnika sastoji se u tome da materiju oslobodi svega suvišnoga.“ Umjetnost klesarstva sastoji se samo u oduzimanju. Jedino božanski kipar zna za dragocjenu sliku koja je u nama skrivena. Stoga je jako važno da mu dademo priliku raditi na nama. Ali to voli da bude dljetom klesan? Ovaj proces „oduzimanja“ može biti vrlo bolan.

### **„Moj Gospodine i moj Bože...“**

**Slika 19:** Jednostavna molitva Brata Klausua slijedi upravo ovaj tijek misli: „Moj Gospodine i moj Bože, uzmi od mene sve što me sprječava k tebi. Moj Gospodine i moj Bože, daj mi sve što me vodi k tebi. Moj Gospodine i moj Bože, uzmi me meni i daj mi da budem potpuno tvoj.“

Molitva Brata Klausua započinje pogledom prema gore: „Moj Gospodine i moj Bože“ I to ne samo jednom, nego tri puta: „*Moj Gospodine i moj Bože*“ je riječ koju poznajemo iz Biblije. Dolazi iz usta apostola Tome (*Iv 20,28*). Ovo je divljenja vrijedan, zahvalan molitveni zaziv čovjeka koji je svladan ljubavlju Uskrsnuloga, koji je svojom smrću raskinuo sve okove grijeha i smrti. Toma, učenik koji sumnja, dolazi do vjere u uskrsnulog Gospodina. Bogotražitelj Brat Klaus će kroz mnoge noći propitivanja, traženja i hrvanja biti sve više zahvaćen tajnom Trojedinoga Boga. S ovim Bogom bio je povezan prisnom, srdačnom ljubavlju.

Na početku života Brata Klausua (i Doroteje) ne stoji žrtva (kako mnogi ljudi sebi o njemu zamišljaju), nego iskustvo silne Božje ljubavi. Diveći se i mučajući neka ona dođe i na naše usne: „Moj Gospodine i moj Bože“.

Dva puta u molitvi dolazi i riječ „uzmi“. U starijoj verziji molitve Brata Klausua redosljed je nešto drukčiji: Zapčinje sa „Moj Gospodine i moj Bože, uzmi me meni daj mi da budem potpuno

tvoj.“ Molitelj se hoće ponajprije privinuti na Božje srce kako bi bio siguran da je na ispravnu mjestu, kod pravoga umjetnika i kipara.

Iz takva, bezuvjetna povjerenja otvarala se i Terezija Avilska svome Bogu, kako to dama karakterizirajući molitvu na kraju izražava: „... jer smo sigurni da nas ljubi“. Samo onaj tko zna za ovu ljubav, može mu se jednostavno tako prepustiti. Na prvome mjestu stoji iskustvo Božje ljubavi. Tek zatim dolazi korak gdje pozivam Boga da na meni radi: „Uzmi od mene sve što me sprječava k tebi.“ To ne znači jednostavno uzmi od mene sve, nego uzmi od mene ono što me sprječava na putu k tebi. I premda moramo puno toga ostaviti, mi ipak puno toga dobivamo ponovno na dar. Naposljetku dobivamo na dar puno više nego što smo dali. Katkada nam Bog, kratkoročno gledano, dulje ili zauvijek uzima nešto što nas je možda previše vezalo. Stoga mu možemo utješno sve predati.

Na kraju stoji: „Daj mi sve što me vodi k tebi (sve što me pospješuje).“ Bog, djelitelj svakoga dobra, obdaruje nas prebogato, najprije samim sobom, svojom ljubavlju, dobrotom, prijateljstvom. Bog nam toliko toga što nas vodi k njemu dariva već sada: život, stvorenje s njegovim darovima, današnji dan, prijatelje, svoju riječ, Euharistiju, sakramente, duhovne knjige itd. On svime tim želi nahraniti našu dušu.

Pozivam vas da sada prije pauze ovu molitvu pjevajući molimo. Ne smijemo misliti da smo neiskreni ako još uvijek ne možemo moliti savršeno u takvome stavu. Ako sam svjestan da to još uvijek ne mogu živjeti potpuno, tada ovo trebam moliti toliko dugo dok to sve više i više ne postane istina.

Tko uđe u vlak, zna da još uvijek nije na cilju. Tko moli onako kako je molio Brat Klaus, zna da još uvijek nije na cilju.

Zapjevajmo nakon kratke tišine: „Moj Gospodine i moj Bože...“

**Pjesma Brata Klaua**

## **6. Živjeti u Božjem trenutku**

**Snaga koja dolazi od njega**

U prvome dijelu iznijeli smo nekoliko misli u vezi s Božjim djelovanjem: Od Boga uvijek izlazi snaga. Gdje su ljudi dolazili u kontakt s Isusom, od njega je izlazila snaga. Hoće li ju čovjek primiti (prihvatiti), bilo je i jest ostavljeno njegovoj slobodnoj volji.

**Slika 20:** U Evanđelju (*Mk 5,25-34*) susrećemo godinama bolesnu ženu koja je Isusa dodirnula straga. Ovo je učinila u vjeri. Isus se okrene i pita: „*Tko se to dotaknu mojih haljina?*“ Učenici upućuju na mnoštvo ljudi koje je stajalo oko Isusa. Tada se javi žena i prizna. Ona je došla k Isusu s jednim nutarnjim stavom očekivanja. Dodirnula ga je u vjeri da će iz njega izići snaga. Mi smijemo i trebamo od Boga nešto očekivati. Od njega uvijek izlazi snaga. „*Neka vam bude po vašoj vjeri*“ (*Mt 9,29*), Smijemo mu se vjerovati da nas želi obdariti. Važno je da smo ove istine u molitvi uvijek iznova svjesni.

## Prisutnost

Kontemplacija znači „boraviti u trenutku“, živjeti u Božjemu trenutku. Taj trenutak je sada, to je prisutnost. „*Evo, sad je vrijeme milosno, evo, sad je vrijeme spasa*“ (*2 Kor 6,2*). U Bibliji nalazimo različite tekstove koji nam ukazuju na prisutnost. „*N e spominjite se onoga što se zbilo, nit mislite na ono što je prošlo. Evo, činim sve novo; već nastaje*“ (*Iz 43,18-19*). Otvorite se za ono što činim sada. Mi možemo ovo uvježbati na jedan posve prirodan način, primjerice, gledajući na stvorenje:

**Slika 21:** Gledamo cvijet i boravimo na trenutak uza nj. Ne idemo tek tako dalje. Gledamo li ovaj cvijet, možemo pomisliti: „Potrebno je zaliti te“ ili „Gotovo si uvenuo“. Ali mi se ne upuštamo u analitičko razmišljanje, nego promatramo ne vrjednujući. Puštamo da se dogodi. Cvijet ima zračenje. Ako mu se otvorimo, bit ćemo obdareni. Radi se o motrenju, gledanju i biti pogledan.

Tko kod Franza Jalicsa obavljao duhovne vježbe, on ga je slao da satima ide u prirodu sa zadaćom da jednostavno razmatra knjigu stvorenja, da boravi, da se otvori daru stvorenja. Radi se o opažanju, bez vrjednovanja i potrebe za mijenjanjem.

## Učenik i njegov učitelj

Jedan učenik pođe k svom učitelju i upita ga kako to da posjeduje toliku smirenost i zračenje. Ovaj odgovori: „Kad stojim, stojim. Kad hodam, hodam. Kad govorim, govorim.“ To je bilo sve. Učenik će nato da on to isto čini. Ali učitelj zaniče: „Ti, kad sjediš, već ustaješ. Kad ustaneš, već hodaš. Kad hodaš, već si na jednome drugom mjestu.“

Kontemplacija znači da ono što činimo, činimo brižno i s ljubavlju. Mi smo često iznutra odsutni i tako promašimo ljubav za nas i za druge. To što činimo, trebamo činiti potpuno, čak i kad se radi o zadacima koje ne ispunjavamo rado. Tako primjerice može jedan posao, kao odvoženje smeća, postati duhovni događaj ako ga činimo zajedno s njim.

Budući da se život uvijek događa samo u sadašnjemu trenutku, pravi život znači život u Danas, u Sada. Ali mi svojim mislima često – a da toga i nismo svjesni – živimo ili u prošlosti ili u budućnosti, ali ne u sadašnjosti.

## 7. Pogledati i biti pogledan

**Slika 22:** Župnik Arški otkrio je u svojoj crkvi jednoga seljaka koji se ondje zadržavao satima. U ruci nije imao ni knjigu ni kronicu, a pogled mu je bio neprestano upravljen prema naprijed, prema oltaru. Upitao ga je: „Što radiš ovdje sve ovo vrijeme?“ Seljak: „Ja gledam njega i on gleda mene. To je dovoljno.“

Kako je lijepo tako kod Boga boraviti. Radi se o uzajamnu gledanju.

### „Tvoje me oko neprestano gleda...“

**Slika 23:** Romano Guardini je ovu pogledanost lijepo izrazio: „Neprestano sebe primam iz tvoje ruke. To je moja istina i moja radost. Neprestano me gleda tvoje oko. I ja živim iz tvoga pogleda, Stvoritelju moj i moje spasenje. Nauči me u tišini tvoje nazočnosti shvaćati tajnu koja sam ja i koja sam po tebi i od tebe i za tebe.“

Božji nam pogled dariva život. Biti od Boga pogledan znači primiti život. Radi se o uvježbavanju stava – dopustiti da budemo pogledani. Meditacija Isusove slike u Hodočasničkoj knjizi na str. 117 može nam pritom pomoći. **Zajedno otvoriti Hodočasničku knjigu, str. 117**

**Slika 24:** Veliki mistik Učitelj Eckhart je rekao: „Kad Bog gleda stvorenje, daje mu time njegovo bivstvovanje. Kad stvorenje gleda Boga, prima time svoje bivstvovanje.“

Možemo također reći: „Gledajući tvoju sliku preobražavamo se u tvoju sliku.“ **Ovaj pripjev pjevamo sada u pjesmi na str. 224, br. 7; Zajedno pjevamo pjesmu „Gledajući tvoju sliku“ („Pod tvojim pogledom“)**

### **Bog koji izgleda za mnom**

Boraviti u trenutku znači pogledati jedan drugoga i biti u kontaktu pogledom. Pogledati i biti pogledan.

NA dimenziju pogledanosti upućuje nas vrlo zorno ime za Boga iz usta Hagare, Abrahamove sluškinje.

Abrahamova žena Sara nije mogla rađati djecu pa je Abraham na Sarin savjet uzeo svoju sluškinju Hagaru koja mu je rodila dijete. Pritom je došlo do sukoba između dviju žena. Hagara je nakon toga pobjegla u pustinju.

U *Postanak 16,7-14* označuje ona Boga kao El-Roi, „Svevid Bog“, Bog koji se za mene brine, koji me poznaje po imenu. I to upravo u trenutku kad je od Sare odbačena i poslana u pustinju. „Svevid Bog“, koje li krasne oznake.

Kao što se tajna ljudske ljubavi temelji u nježnu dodiru (dodirnut pogledom, riječju, gestom...), tako se naša vjera temelji u najnutarnijoj pogođenosti, u dodiru s njegovim nježnim i uživljenim pogledom. Naša vjera ne dolazi samo od slušanja (*usp. Rim 10,17*), nego možda još izvornije od pogledanosti.

### **Pogled jedne majke**

**Slika 25:** Sljedeći doživljaj potječe od Urbana Camenzinda: „U Luzernu sam ušao u vlak za Einsiedeln. U kupeu pored mene bila je

mlada majka. Dijete je ležalo u kolicima koje stavila pokraj sebe. Majka je čitala knjigu i povremeno pogledala na kolica. Svaki put kad majka – ništa ne govoreći – pogleda u kolica, dijete zaigra od radosti, praćaka nogicama i uzvratu uzvikom radosti.“

Nevjerojatno: ljubeći pogled majke dariva djetetu životnu radost! „Kad živimo pod Božjim pogledom (okom), i kad je Bog prioritet našega života, našega razmišljanja i našeg svjedočenja, sve drugo dolazi na svoje“, govorio je Papa Benedikt XVI.

### **Pod čijim pogledom živimo?**

**Slike 26, 27:** Presudno je pred kojim pogledom živimo. Kao što pokazuje pripovijest s djetetom i majkom, mi od najranijih djetinjih dana živimo pod pogledima. Iza pogleda roditelja mogu slijediti pogledi kolega, učiteljice, trenera, (pokojnoga) ujaka. Ovi pogledi ne moraju biti realni. Mi ih opažamo u našoj nutrini. I u ovim pogledima tražimo potvrdu i prihvaćanje. Ali ovu čežnju na ovome putu jedva je moguće u dubini zadovoljiti. Jedan ogroman stres! Ne čudi da je Isus govorio: „*Ti, naprotiv, kad moliš, uđi u svoju sobu, zatvori vrata i pomoli se svome Ocu, koji je u skrovitosti. I Otac tvoj, koji vidi u skrovitosti, uzvratit će ti.*“ Pod ovim pogledom mogu postati slobodan. U njegovoj prisutnosti primam potvrdu i prihvaćanje koje mi ne može dati ni jedan čovjek.

### **Pred Božjim licem**

**Slika 28:** Stoga ne čudi kako se često život pred Božjim licem u Bibliji tematizira. U zacijelo najpoznatijoj blagoslovnoj molitvi stoji: „*Neka te blagoslovi Gospodin i neka te čuva. Neka te Gospodin licem svojim obasja, milostiv ti bude. Neka pogled svoj Gospodin svrati na te i mir ti donese (Br 6,24-26).* Kod psalmiste čitamo poziv (zahtjev): „*Moje mi srce govori: 'Traži lice njegovo!' Da, lice tvoje, o Jahve, ja tražim. Ne skrivaj lica svoga od mene“ (Ps 27,8-9).*



Psalmistu zna iz iskustva: „Pokazat ćeš mi stazu u život, puninu radosti pred licem svojim, sebi zdesna blaženstvo vječno“ (Ps 16,11).

„Isus vidje...“

**Slika 29:** U Evanđeljima često čitamo: „Isus vidje...“. Ovdje samo jedan mali izbor: „Prolazeći uz Galilejsko more (Isus) ugleda sva brata, Šimuna zvanog Petar, i brata mu Andriju gdje bacaju mrežu u more; bijahu ribari. I kaže im: 'Hajdete za mnom, učinit ću vas ribarima ljudi.' Oni brže bolje ostave mreže i pođu za njim“ (Mt 4,18.20).

„Pošav odande, ugleda druga dva brata, Jakova Zebedejeva i brata mu Ivana... Pozva i njih. Oni brže bolje ostave lađu i oca te pođu za njim (Mt 4,21-22).

„Odgovori mu (Natanaelu) Isus: 'Vidjeh te prije negoli te Filip pozva, dok si bio pod smokvom...?... 'Zato što ti rekoh: Vidjeh te pod smokvom, vjeruješ. I više ćeš od toga vidjeti'“ (Iv 1,48.50).

Dok je još bio daleko, njegov ga otac ugleda, ganu se, potrča, pade mu oko vrata i izljubi ga“ (Lk 15,20).

Ovdje se ne radi o slučajnome viđenju (gledanju), nego o svjesnoj pogledanosti, o opažanju. Biti od Boga pogledan znači primiti život, dostojanstvo i vrijednost. Svoj najveći ugled imamo kod Boga.

**Slika 30:** Uvijek iznova možemo pročitati kako je Isusov pogled ljude mijenjao. Tako stoji u pripovijesti o Zakeju: „Kad Isus dođe na to mjesto, pogleda gore i reče: 'Zakeju, žurno siđi! Danas mi je proboraviti u tvojoj kući'“ (Lk 19,5).

Isus je pogledao Zakeja i ovo je promijenilo njegovo srce, njegov život. To je pogled koji dariva život. Pogled koji poziva, pokreće (pogađa, dira), oprašta. Isusov je pogled mijenjao ljude u njihovoj najnutarnijoj nutрини, jer im je darivao ugled koji ranije nisu poznavali. Kod carinika Levija čitamo: „Prolazeći, ugleda Levija Alfejeva gdje sjedi u carinarnici. I kaže mu: 'Pođi za mnom!'“ (Mk 2,14).

Isus daje ljudima ugled, u prenesenome smislu također. Njegovim pogledom ljubavi naše srce procvjetava kao cvijet koji se na suncu otvara i mi dobivamo jedan novi ugled. Ovaj nas ugled oslobađa od neumjerene težnje da hoćemo biti ugledni kod ljudi. Evanđelist Ivan je napisao u *Ivan 12,43*: „*Jer više im je bilo do slave ljudske nego do slave Božje*“. Tražiti ugled kod ljudi dovodi do lažnih vezā (vezanosti). Oslobađanje od toga dolazi Božjom pogledanošću. Od njega primamo željenu čast u punini. Kod njega imamo prvo, najbolje mjesto. Tu se ne trebamo truditi oko ugleda kod ljudi. Mi činimo toliko toga da bismo kod ljudi bili ugledni. Smijemo naučiti vjerovati da ćemo ovaj ugled dobiti od Boga. To oslobađa.

Majka Terezija je govorila: „Najprisnija molitva često se sastoji jednostavno u tome da prisnom ljubavlju gledamo na Isusa. JA gledam njega i on gleda mene – to je savršena molitva.“

### **Postupanje sa sjenama**

U pogledanosti smijemo i od Boga okrenute strane donijeti na svjetlo. Mi u klanjanju naime susrećemo ne samo Boga, nego i same sebe. Božje svjetlo obasjava naše životne prostore i katkada nam daje da na svjetlo dođu i neugodne stvari. Bog nas obasjava svjetlom da bi nas kao liječnik ozdravio. „Gospodine, ti me proničeš, ali tvoj pogled ne boli. On je pun nježna osjećaja. Opraštaš ne samo jednom, nego sedamdeset puta sedam. Ne bojim se pokazati ti svoju bijedu. Tvoj pogled ozdravlja, ovija me ljubavlju koja se ne nameće. U tvojoj prisutnosti sve zaboravljam“ (Waltraud Herbstrith: Gdje započinje šutnja. Meditacije u vezi s tekstovima Ivana od Križa, Neue Stadt).

Ali mi tada često doživljavamo i krivi odnos između Božje velike ljubavi i naše male, sitničave ljubavi. Možda smo još uvijek previše ravnodušni. Velika povijest Božje ljubavi moguće nas još uvijek premalo pokreće. Božji Duh nam tada pomaže da nas sve više pokrene ono što pokreće Boga i na jedan nov način također ono što pokreće bližnje.

## 8. Usmjeren prema vječnosti

### Živjeti za vječnoga

**Slika 31:** Mi živimo u Božjoj prisutnosti u njegovu pogledu (pod njegovim pogledom, to znači s vječnošću pred očima. Živjeti u trenutku ne znači tek tako živjeti dan. Ali ne samo sadašnjost, nego i budućnost dobivaju ovim usmjerenjem jedno posve drugo značenje. Već je Pavao tvrdio: „*Smatram, uistinu: sve patnje sadašnjega vremena nisu ništa prema budućoj slavi koja se ima očitovati u nama*“ (Rim 8,18). „Vječnost“ prema kojoj idemo bitan je vidik naše vjere.

Mi živimo u trenutku, ali smo usmjereni na vječnost. U Očenašu molimo: „*Kruh naš svagdanji daj nam danas.*“ Vječni, nebeski Otac obdaruje nas svaki dan iznova. To je život iz providnosti. Mi primamo. To je kultura Božjega kraljevstva, kultura života. Suprotno bi bilo: Uzimam. Ali svaki dan je ponovno jedan novi dar. Toliko toga ustvari nije nimalo po sebi razumljivo. Zahvalno smijemo svaki dan primiti ono što nam se daruje. Isus je govorio: „*Ne budite zabrinuti za život svoj... Pogledajte ptice nebeske!*“ (Mt 6,25b-26a). Brige nas mogu sprječavati da živimo u trenutku. Ne radi se o tome da ljenčarimo, nego se radi o nutarnjemu stavu bezbrižnosti. Idemo u povjerenju da je Bog s nama na putu.

*Ugovor o predaji briga* prema 1 Petrovoj 5,7 u Hodočasničkoj knjizi na str. 121 može nam pritom pomoći. Koliko dugo držimo žeravicu u ruci? Radi se o tome da svoje brige što je moguće brže kao užarenu žeravicu bacimo na Boga. **Zajedno otvoriti Hodočasničku knjigu na str. 121.**

### „Nada te turbe...“

**Slika 32:** Misao ovoga temeljnog stava prihvatila je Terezija Avilska u ovoj poznatoj riječi: „Ništa neka te ne straši, ništa ne uznemiruje. Sve prolazi. Samo Bog ostaje isti. Tko je strpljiv, sve postiže. Tko ima Boga, ima sve. Jedino Bog ostaje.“ Ova nutarnja opuštenost kao plod nutarnje molitve oslobađa nas negativnih

strahova i dariva nam otkupljeno ophođenje s našom svakodnevicom, s našim brigama, s onime što nas muči (pokreće), jer je s nama Bog.

## Razmjena u malim grupama

Moguća pitanja za razmjenu u malim grupama: **Slika 33:**

1. Boraviti u trenutku, u Ovdje i Sada – pad ali mi to lako?
2. Bog kao kipar – što ova slika u meni izaziva?
3. Koje poglede opažam na sebi? Pogled mojih bližnjih, Božji pogled?

## 9. Završetak

### Vježba kod frizera

**Slika 34:** Šutnja i tišina su duša molitve, rekao je Starac Teofan. Stoga vam preporučujem za sljedeći put vježbu kod frizera. Što je naša najvažnija zadaća kod frizera? Ostati smiren i predati se (prepuštiti se). Možemo ili dogovoriti jedan termin, ili jednostavno spontano navratiti. Oboje vrijedi za Boga: dolazimo i dopuštamo da nas obrađuje. Ako smo smireni u tišini, on može raditi svoj posao.

**Slika 35:** Za razliku od frizera, koji nam samo pravi novu frizuru, Bog nas čini potpuno novima; zato to i traje nešto dulje nego kod frizera. Ali on je uvijek pri poslu.

Pozivam vas da ovoga tjedna 30 minuta boravite u prisutnosti ljubećega Boga.

### „Gospodine, trebamo te...“

**Slika 36:** Ovu jedinicu (ovaj susret) želim zaključiti jednom molitvom: „Gospodine, trebamo te. Bez tebe ne možemo ništa. Pošalji nam svoga Duha i iz temelja nas obnovi.“ Ostanimo još nekoliko trenutaka u tišini i zatim zajedno molimo. **Kratka tišina; moliti „Gospodine, trebamo te...“**

Zamolimo Boga za njegov blagoslov (prema *Br 6,24-26*): „Neka te blagoslovi Gospodin i neka te čuva. Neka te Gospodin licem svojim obasja, milostiv ti bude. Neka pogled svoj Gospodin svrati na te i mir ti donese. U ime Oca i Sina i Duha Svetoga. Amen.

Budući da je ovaj seminar kao sastavina različitih recepata, mogu vam samo reći: „Idite i kuhajte!“

6.  
**Ispunjenje čežnje**  
*Euharistija i molitva sjedinjenja*  
**Pričest**

**Priprave**

- Projekciono platno; Daljinsku upravljač; Prijenosno računalo; Kabel; Dovoljno Hodočasničkih knjiga; Stol (pult) za predavača; Stolovi i stolice za sudionike; Voda i čaše; Cvijeće; Ikone; Svijeće; Kutija za pitanja; Cedulje i pisaljke; Listići „Ulomci“ (Materijal za predavača jedinica 2)

**Cilj:** Sudionici iskusuju sjedinjenje s Kristom kao najviši oblik nutarnje molitve. Ispunjenje ove čežnje svoj najupečatljiviji izraz nalazi u Euharistiji.

## Pregled

### **1. Pozdrav i uvodna molitva**

Pozdrav; „Bože, ti si tu“

### **2. Duh Sveti**

Pjesma „Dođi, Duše Presveti“; Obraćanje Isusu; Marija

### **3. Kratki osvrt**

Kontemplacija; Slikovne usporedbe; Tišina; Pjesma „Šuti i slušaj“

### **4. Pomoć na našem putu molitve – intermezzo**

Duhovno praćenje; Stanja duša; Slika dvorca

### **5. Molitva sjedinjenja**

Učenici iz EMAUSA; Različita stanja; Formula „M–mg“; Slobodni od lažnih veza

**Pauza**

### **6. O Božjem planu svijeta**

Ispunjenje čežnje; Svjedočanstvo Svetoga pisma

### **7. Sjedinjenje u Euharistiji**

Isus, nebeski kruh; Viteška pjesma Euharistiji; Snaga euharistijskog klanjanja; Svadbeno slavlje

### **8. Transformacija klanjanjem**

U pogledu tvoga lica...; Klošar Pavao

### **Razmjena u malim grupama**

### **9. Završetak**

Otvoreni Isusov bok; Zračenje u gorskoj klinici; Naputak u vezi s činom predanja na sljedećem susretu; Oče naš; Blagoslov

**Ispunjenje čežnje**  
***Euharistija i molitva sjedinjenja***

# Pričest

## 1. Pozdrav i uvodna molitva

**Slika 1:** Srdačno vas pozdravljam na našem šestom susretu na putu do nutarnje molitve: „Euharistija i molitva sjedinjenja – Pričest – Ispunjenje čežnje“

**„Bože, ti si tu“**

**Slika 2:** Naša uvodna molitva zacijelo vam je već dobro poznata. Pojedine elemente iz nje možemo rabiti i za svoje vlastito vrijeme molitve.

Tako se sada ispružamo prema Bogu. On je sada tu. Pun ljubavi gleda svakog pojedinog od nas. Ovoj se prisutnosti izlažemo i nakon kratke tišine govorimo svoju kratku molitvu: „Bože, ti si tu. Gledaš me i ljubiš. Hvala.“ Molimo zajedno: **„Bože...“**

## 2. Duh Sveti

**Pjesma „Dođi, Duše Presveti“**

**Slika 3:** Pozivamo Duha Svetoga da uđe u našu sredinu, među nas. Neka nas iznutra otvori, neka nas vodi i nama ravna (upravlja). Zapjevajmo himan **„Dođi k nama, Duše Sveti...“**

**Obraćanje Isusu**

**Slika 4:** Kao učenici tada smijemo i mi pogledati prema našem Gospodinu i Učitelju i zamoliti ga: „Nauči nas moliti, tako da se naš život promijeni i naša molitva dobije snagu koja će pokrenuti i druge.“

Ponovno ćemo ga zazvati našim specijalnim znakom križa:

**Slika 5:** „Gospodine Isuse Kriste, budi u mojim mislima, da u svako doba na tebe mislim. Isuse Kriste, Sine Božji, budi na mojim usnama da te u svako doba hvalim i slavim. Gospodine Isuse Kriste, Sine Božji, budi u mome srcu da te u svako doba ljubim.“



**Slika 6:** Čineći veliki znak križa molimo: „Sveti Bože, oprosti mi sve moje grijehе i daruj mi za proslavu tvoga imena milost molitve bez prestanka. To molim tebe, Bože, Oče, po Sinu u snazi Duha Svetoga. Amen.“

## **Marija**

**Slika 7:** „*I Riječ tijelom postade i nastani se među nama*“ (Iv 1,14). Tako želim i danas počastiti Majku Božju, nju, koja je svijetu donijela ovaj dar, otvarajući se Božjem planu spasenja, koji je i za nju bio izvanredan i iznenađujući. Tko može slijediti, smije zajedno sa mnoгm moliti: „Zdravo, Marijo!“

Važno mi je da se na ovome seminaru osjećate potpuno slobodnima. Stoga nije puka fraza uvijek iznova govoriti da moliti trebaju samo oni koji to stvarno iznutra mogu. Na putu molitve izuzetno je važno da se ni na što ne damo primoravati. Nikoga ne želim hvatati na prepad. Bog daje svakomu njegov vlastiti put ali i njegove vlastite molitve koje on osobno može moliti (slijediti). Terezija Avilska je tada govorila o stanovitim molitvama: „Gospodine, sačuvaj nas od neobičnih pobožnosti.“ I za nju je bilo molitava. Koje nije mogla oponašati. Bog svakomu daje njegov vlastiti put da k njemu prispije.

## **3. Kratki osvrt**

### **Kontemplacija**

Kratko ću se osvrnuti na posljednji susret „kontemplacija – boraviti u trenutku – Prednost božanskog djelovanja“. Mi smo na zemlji na putu kao hodočasnici do života u zajedništvu s Bogom. Moguće je također reći: Do ispunjenja našega krsnog saveza. Nama je već sve darovano, mi samo moramo darove odnijeti i raspakovati. Ovi darovi su jedinstveni i ekskluzivni za svakoga čovjeka.

Terezija Avilska je govorila, kao kratki sažetak posljednjih dvaju jedinica: „Kod ova dva oblika [to znači usmene i meditativne molitve] *mi* uz Božju pomoć nešto dovršavamo. U kontemplaciji, o

kojoj smo upravo govorili, pak ništa. Tu je Bog onaj koji sve čini. Jer ona (kontemplacija) je njegovo djelo koje nadilazi našu narav.“ Radi se o tome da se otvorimo Božjemu djelu. Molitva nije monolog, gdje jednostavno mi govorimo, nego dijalog. Mi slušamo on o što izlazi od Boga i njega pokreće. Posljednji puta smo vidjeli kako je Terezija Avilska govorila da mnogi na ovome putu ne napreduju, jer se previše čvrsto povjeravaju svojim vlastitim snagama umjesto da se, kao kod operacije, njemu prepuste.

Ovdje sada možete umetnuti slike iz jedinice 5, koje svakako u osvrtu još jednom želite pokazati.

### **Slikovne usporedbe**

**Slika 8:** Različite slikovne usporedbe pomogle su nam razumjeti Božje djelovanje. Tako primjerice ona o kiparu. „Poslanje umjetnika sastoji se samo u oduzimanju“ (Michelangelo). U kontemplaciji sebe stavljamo pred Boga i on oduzima. Tako se pojavljuje naša slika i prilika.

**Slika 9:** Jedna druga slika bila je slika liječnika koji svoje pacijente obrađuje pod narkozom. I premda osjetilno ništa ne doživljavamo, Boga radi na nama kad si uzmemo vremena za njega. Nikada ne odlazimo prazni.

**Slika 10:** Naposljetku smo imali sliku frizera. Mi si smijemo kod frizera uzeti vremena i dopusti da nas obrađuje. Jednostavno mirno sjedimo. Nadam se da ćete naći malo vremena, sjesti i dopustiti da budete obdareni. Tko nije našao vremena, njemu ja sada ostavljam malo vremena, jer sada zacijelo nitko ne mora otići.

K tomu vam još želi podastrijeti i molitvu Pierrea Teilharda de Chardina, koji po meni, ističe upravo ono što se događa u kontemplaciji.

**Slika 11:** „Bože, zatvori me u dubine svoga srca. Čvrsto me drži, pročisti, zapali u meni oganj, podigni me sve dok ne postanem potpuno ono što ti iz mene hoćeš oblikovati po uzoru svoga Srca.“

Pozivam vas da molitvu jedan trenutak promatrate a zatim dopustite da padnete i prepustite se Božjoj ljubavi.

Uzimamo oko 10 minuta vremena da bismo boravili u Božjoj prisutnosti. Ova molitva može nam biti pomoć. **10 minuta tišine**

Ovo vrijeme tišine završavamo pjesmom „Šuti i slušaj“, str. 221, 3. kitica... **Zapjevati pjesmu.**

Rado bih vas upitao: Kako vam je bilo? Po sebi razumljivo, slobodni ste nešto podijeliti. **Skupiti odgovore**

## **4. Pomoć na našem putu molitve – intermezzo**

Želim još navesti dvije pomoći za naš put molitve: S jedne strane značenje duhovnoga praćenja i značenje različitih stanja duša u kojima se možemo naći.

### **Duhovno praćenje**

**Slika 12:** U vezi sa značenjem dobrog duhovnog praćenja:

Svi duhovni učitelji naglašavaju koliko je važno imati dobrog i iskusnog duhovnog pratitelja. Terezija Avilska je bila mišljenja: „Učenomu teologu u danom slučaju treba dati prednost pred neukim, čak i kad nema nikakva iskustva. Bog će mu već dati razumjeti kako treba čovjeka voditi.“ Jedna zdrava teologija bila joj je važna. Razum i duhovni život nisu nikakve suprotnosti.

Što možemo učiniti kad nemamo duhovnoga pratitelja? Ponajprije možemo na ovu nakanu moliti. Franjo Saleški je govorio da je jedna od molitava koju Bog rado uslišava, kad intenzivno i ustrajno za to molimo.

Možemo dodatno ili katkada iz nevolje (budući da još uvijek nismo našli duhovnoga pratitelja) uzeti kao uzore svece i njima se obratiti. Terezija Avilska je primjerice govorila o svetom Josipu: „Tko na putu nutarnje molitve treba vođu, neka za vođu uzme svetoga Josipa i za vrlo kratko vrijeme će doći do cilja.“

Dobre knjige mogu nam nadomjestiti manjak duhovne pratnje. Već sam u vezi s meditacijom spomenuo da je Terezija uvijek iznova ukazivala na vrijednost duhovnih knjiga.

Jedna druga varijanta jest obaviti duhovne vježbe gdje sam tijekom kraćega vremena dobro praćen. Isto tako mi može pomoći jedna molitvena zajednica u župi, grupi i slično, u kojoj mogu razmijeniti svoja iskustva s drugima.

### **Stanja duša**

**Slika 13:** Sada jedna napomena u vezi s različitim stanjima naše duše. Naša se duša može osjećati posve različito: radost, mir, praznina... Mi se u molitvi, prema Ignaciju Loyolskom nalazimo ili u stanju utjehe ili u stanju neutješnosti ili suhoće. Kod utjehe osjećamo se blizu Bogu, kod suhoće nam se čini dalekim.

Početniku dariva Bog puno utjehe da bi ga privukao k sebi, govorila je Terezija Avilska. Ali vremena suhoće i rastresenosti su za razvoj i razvijanje vjere važniji. Tada, kada mi od molitve nemamo ništa, Bog ima od toga najviše, bila je Terezija uvjerenjena. Takva suhoća može potrajati dulje, katkada i godinama. Upravo kad se u kontemplaciji otvaramo Bogu, imamo možda osjećaj da se s nama ništa ne događa. Moramo naučiti ova stanja ne uzimati toliko važnima. Trebamo se povjeriti Bogu, posve neovisno o tome osjećamo li se utješno ili neutješno. I rastresenosti u molitvi su potpuno normalne. Ne trebamo im pridavati preveliko značenje. Ali ako si uzmemo vremena, ovo nutarnje stablo „puno majmuna“ s vremenom će se smiriti. Prihvatimo li ovu realnost, takve će misli sve više gubiti svoju snagu.

### **Slika dvorca**

T **Slika 14:** erezija je za našu dušu rabila sliku dvorca. U ovome dvorcu postoji sedam različitih tipova odaja. Ali ove odaje – slično kako se poznaje u Japanu – imaju pomične zidove. Svaka odaja predstavlja jednu etapu na našem putu molitve. Prve tri odaje su ono što shvaćamo pod „aktivnom molitvom“: Započeti molitvu, prolaziti kroz različita stanja, kroz suhoću također (što Ivan od Križa naziva „noć“) i meditacija. Vrata do prve tri odaje možemo otvoriti sami.

Zatim postoji jedna vježba od meditacije do kontemplacije, gdje započinje pasivna molitva. Čitav je put usmjeren na nutarnje odaje. Terezija je govorila: „U sredini dvorca stanuje kralj. Samo se sjetimo da ovaj dvorac, kako sam već govorila, ima neizmjereno puno odaja. Jedna gore, druga dolje, postrani a u najnutarnijem središtu svih ovih odaja nalazi se najodličnija i najtajanstvenija stvar između Boga i duše.“ Ova slika sa odajama može nam pomoći razumjeti da je potreban jedan put. Ali Bog je uvijek prisutan u svim odajama. Vrata nutarnje odaje mogu se otvoriti samo iznutra. Dar koji nas ondje očekuje, možemo samo primiti.

Terezija Avilska je govorila: „Bog se svojim stvorenjima priopćuje na neizmjereno puno puteva koje svi mi niti poznamo niti ih ikada možemo sažeti u riječi. Budući da smo mi Božja čežnja i on nas neizrecivo ljubi, ne smijemo svoju dušu, to mjesto susreta s Bogom, omalovažiti. Tek polagano, s vremenom i uznapredovanim razvojem, mi ćemo velike tajne koje se nalaze skrivene u našoj duši, naslutiti i uvidjeti.“

Bog stanuje u nama na jedan specijalan način. Ovo „stanovati“ moramo staviti pod znak navoda, jer Bog je sveprisutan (posvuda). Posebna je naklonost koju nam on dariva u našem srcu, u našoj duši. Na nama je kako se čvrsto ovoj Božjoj prisutnosti otvaramo.

Ova je kontemplacija u svakom životu moguća. Zbog toga ne moramo odlaziti u kontemplativni samostan. Stoga je Terezija govorila: „Bog je i između lonaca za kuhanje.“ Danas bismo mogli također reći: „On je i između računalā.“

Današnja je tema vrlo bliska ranijim temama: **Slika 15:**

## 5. Molitva sjedinjenja

### Učenici iz Emausa

**Slika 16:** Kod učenika iz Emausa došao je trenutak kad je Isus prihvatio poziv i ušao k njima. „*Dok bijaše s njima za stolom, uze kruh, blagoslovi Boga, pa razlomi te im davaše. Uto im se otvoriše oči, te ga prepoznaše*“ (Lk 24,30-31). Učenici su primili Isusa u Euharistiji i sjedinili se s njim.

## Različita stanja

Terezija Avilska je govorila o „molitvi sabranosti“ (prve tri odaje sve do meditacije), o „molitvi počivanja“ (kontemplacija) i naposljetku o „molitvi sjedinjenja“. To su različite strane jedne molitve.

Ako netko ima osjećaj da malo ili gotovo ništa od ovoga ne razumije, tada je u dobru društvu s Terezijom: „Mistična teologija tumači *molitvu sjedinjenja*. Ali ja ne poznajem pojmove ove znanosti. Ne znam što je ustvari razum i kako s eon razlikuje od duše. Za mene je sve to jedno te isto.“

Terezija kod molitve sjedinjenja razlikuje tri stanja:

- Jednostavno sjedinjenje: ona govori o milosti kratkotrajna, ali krajnje intenzivna sjedinjenja. Ovaj susret, ovaj „posjet“ Boga može se dogoditi u molitvi ili pri poslu. U ovome stanju je duša izvan sebe od ljubavi prema Bogu i jedna smetnja ju odnosu u ovome trenutku sjedinjenja nije moguća.
- *Mistične zaručke*: duša je neopozivo odlučna ne pripadati ni kojemu drugom zaručniku, nego jedino Kristu. Ona živi trajno u volji Božjoj. Čezne za neprestanim sjedinjenjem s Bogom.
- *Mistična ženidba*: S mističnom ženidbom opisuje Terezija najintenzivnije i trajno stanje sjedinjenja u ljubavi s Bogom, koje čovjek na zemlji uopće može postići. Ona za to rabi sliku kiše koja pada u zdenac ili rijeku, gdje se voda sjedinjuje i više se ne može rastaviti.

## Formula „V=v“

**Slika 17:** U molitvi sjedinjenja ne radi se o mističnome zanosu (oduševljenju, ushićenju), ekstazi ili lebdenju iznad zemlje nego o onome što se može izraziti formulom „V=v“. V (velikim slovom) predstavlja volju Božju a v (malim slovima) našu volju. Naša se volja treba suobličiti volji Božjoj. Cilj puta je sjedinjenje, „*Budi volja tvoja*“.

I Isus se hrvao s voljom Božjom: „I ode malo dalje, pade nice moleći: 'Oče moj! Ako je moguće, neka me mimoiđe ova čaša. Ali ne kako ja hoću, nego kako hoćeš ti'“ (Mt 26,39). Katkada se moramo iznutra boriti. Isus je nakon svoga hrvanja u Getsemanskome vrtu ustao slobodan i dao se uhititi. Bio je iznutra oslobođen budući da je izrekao svoj Da onomu što ga je imalo zadesiti.

Kad smo prošli jednu duhovnu „odaju“, to ne znači da se ovamo nikada više nećemo vratiti. Prve odaje, gdje se radi i o našem aktivnom nastojanju, vraćaju se uvijek iznova. Mi svako malo moramo prolaziti kroz borbe i hrvanja, smjenjivanje i ostavljanje pripadaju ovamo.

Terezija piše: „Svi savjeti koje sam vam u ovoj knjizi dala, smjeraju na jednu jedinu točku: da se potpuno darujemo Stvoritelju i svoju volju prilagodimo njegovoj. [...] To je savršena kontemplacija, moje kćeri, o kojoj me pitate.“ Ako njegova volja postane moja, tada će i njegove misli postati moje misli (M=m).

### **Slobodni od lažnih veza**

Ivan od Križa je naglašavao da se ne radi o ostavljanju radi ostavljanja, nego o onome što nam Bog želi darovati. Cilj je osloboditi se lažnih veza(nosti) uz stvoreno i stvorenje. Dobra i imetak mogu nas zarobiti. Put molitve vodi nas u slobodu. Zato moramo ostaviti stvari koje nas lažno vezuju. I naš materijalni imetak, naš novčanik, pripada u konačnici Bogu. Možemo pitati: „Gospodine, što ti namjeravaš? Za što trebam svoj novac, svoje materijalne (i duhovne) darove i dobra uložiti? Trebam li ovo ili ono?“

Krivi stav o težnji za priznanjem može nas zarobiti; stoga trebamo ovu težnju staviti pred Boga i njemu prepustiti. Mi ne moramo bježati iz svijeta, nego gajiti oslobođeni odnos s onime što nam je povjereno.

## 6. O Božjem planu svijeta

### Ispunjenje čežnje

**Slika 18:** Sjedinjenje s Bogom je ispunjenje jedne čežnje. Bog čezne za nama. Augustin je govorio: „Božja čežnja je čovjek.“ Bog čezne za najprisnijim zajedništvom s nama, još puno više nego što mi čeznemo za njim.

Ovaj plan o zajedništvu s nama nazvao je Franjo Saleški „Božji plan svijeta“. On je govorio: „Vječni Otac je za utjelovljenje svoga Sina planirao stvaranje ovoga svijeta. Božanska je mudrost od vječnosti predvidjela da vječna Riječ uzme našu narav i dođe na zemlju (...). Krist je središte svemira, radi Krista postao je čovjekom, ali zemlja je stvorena za ljude sa svim njezinim dobrima stvorena.“

Već je Honorije iz Autuna u 12. stoljeću rekao: „Grieh, to najveće zlo, ne može biti razlog (uzrok) utjelovljenja, nego samo Kristova otkupiteljska smrt. Za utjelovljenje svoga Sina vječni je Otac planirao stvaranje ovoga svijeta. Božanska je mudrost od vječnosti predvidjela da vječna Riječ uzme našu narav i dođe na zemlju.“

Misao da je Bog uvijek s nama htio oduvijek na poseban način, naime utjelovljenjem, htio imati zajedništvo s nama, jedna je koju vrijedi (isplati se) nešto produbljenije iznutra prebirati. Samo tjedan dana prije svoje smrti potkrijepio je Franjo Saleški svojim posjetiteljima bogoslužja ove misli o Božjem planu svijeta. Budući da Bog nije samo duh, nego je postao i čovjekom, ovo zajedništvo možemo doživjeti puno intenzivnije.

### Svjedočanstvo Svetoga pisma

**Slika 19:** O čovjekovu pozivu na najprisnije zajedništvo s Bogom govori i Sveto pismo: „Što smo vidjeli i čuli. Navješćujemo i vama, da i vi imate zajedništvo s nama. A naše je zajedništvo s Ocem i sa Sinom njegovim Isusom Kristom. I to vam pišemo da radost naša bude potpuna“ (1 Iv 1,3-4). U Ivanovu Evanđelju čitamo: „Ako me tko ljubi, čuvat će moju riječ, pa će i Otac moj ljubiti njega, i k njemu ćemo doći i kod njega se nastaniti“ (Iv 14,23). I: *Ostanite u meni i ja u vama [...]. Ja sam trs, vi loze. Tko ostaje u meni i ja u njemu, taj*



*donosi mnogo roda. Uistinu, bez mene ne možete učiniti ništa“ (Iv 15,4-5).*

## **7. Sjedinjenje u Euharistiji**

### **Isus, nebeski kruh**

Jedan poseban oblik ovoga zajedništva je Euharistija. Sjedinjenje u Euharistiji intiman je, nježan trenutak ljubavi. Ovdje on na savršen način dariva svoju ljubav ljudima koji odgovaraju na njegovu čežnju i žude za njim.

**Slika 20:** Isus je na posljednjoj večeri rekao: *„Svom sam dušom čeznuo ovu pashu blagovati s vama prije svoje muke“ (Lk 22,15).* Isus se dariva svojim učenicima po prvi put u ovoj pashalnoj gozbi. On želi da njegovu ljubav kušamo, ne samo duhovno, nego i materijalno. U ovom „kruhu hodočašća! Susrećemo se s njim.

Isus je u Betlehemu, u „kući kruha“ (doslovni prijevod mjesta) rođen. Je li to puki slučaj? Isus je kruh nebeski: *„Ja sam kruh živi koji je sišao s neba. Tko bude jeo od ovoga kruha, živjet će uvijeke. Kruh koji ću ja dati, tijelo je moje – za život svijeta... Tijelo ej moje jelo istinsko, krv je moja piće istinsko. Tko jede moje tijelo i pije moju krv, u meni ostaje, i ja u njemu. Kao što je mene poslao živi Otac, i ja živim po Ocu, tako i onaj koji mene blaguje, živjet će po meni“ (Iv 6,51.55-57).* Isus je govor o kruhu održao u sinagogi u Kafarnaumu, gdje se Isus objavio kao „prava mana“. Mora da je Isus ovdje mislio na nešto posebno. Jer ako je mislio da je prisutan samo simbolično, Židovi s time ne bi imali nikakvih problema (usp. *Iv 6,41: „Židovi nato mrmrljahu protiv njega“*), jer oni su bili navikli na liturgijsko slavlje s kruhom. Kod svakoga subotnjeg slavlja na stolu se nalazio kruh i vino.

### **Viteška pjesma Euharistiji**

Sveti Franjo Asiški častio je i ljubio Euharistiju na jedan izvanredan način. On je ostavio jednu oporuku: *„Molim dakle sve vas, braćo, ljubeći vam noge i s toliko ljubavi koliko mogu, da koliko god možete, iskazujete svako poštovanje i svaku čast presvetome*

tijelu i krvi Gospodina našega Isusa Krista, u kojemu je izmireno i pomireno sa svemogućim Bogom sve, bilo na nebu, bilo na zemlji (usp. *Kol 1,20 [Franjevački izvori, 144: O poštovanju prema tijelu i krvi Gospodnjoj]*). Malo je tako dojmljivih Franjinih riječi.

**Slika 21:** Jedan drugi hvalospjev od njega glasi: „Sve čovječanstvo neka se boji, sav svijet neka strepi, a nebo neka kliče, kad je na oltaru u svećenikovim rukama Krist, Sin Boga živoga. O divne li uzvišenosti i čudesna dostojanstva! O uzvišene poniznosti! O ponizna veličanstva, da se Gospodin svemira, Bog i Sin Božji, tako ponizuje te se radi našega spasenja skriva pod prilikom malo kruha. Gledajte, braćo, poniznost Božju i pred njim srca svoja izlijevajte; i vi se ponizite da vas on uzvisi. Ništa dakle svoga ne zadržite za se, da vas cijele primi onaj tko se vama sav predaje“ isto, 115-146). To je kao pjesma nad pjesmama, viteška pjesma Euharistiji).

### **Snaga euharistijskog klanjanja**

**Slika 22:** Sveci su bili svjesni snage klanjanja. Majka Terezija je govorila: „Što će obratiti Ameriku i spasiti svijet? Moj odgovor glasi: Molitva! Svaka župa treba prići Presvetom Oltarskom Sakramentu u trenucima molitve.“ A Ivan Pavao II. Je potvrdio: „Velika snaga vječnoga klanjanja Presvetom Sakramentu najbolji je, najsigurniji i najučinkovitiji put do trajnoga mira na zemlji.“

### **Svadbena slavlje**

**Slika 23:** Euharistija je i svadbena slavlje. Čitav Isusov život je usmjeren na to da se sjedini s nama, da nam se daruje. Postoji tajna koja leži nad stvorenjem a koju bi se moglo označiti kao „svadba“. Isus je u Euharistiji zaručnik koji nas poziva na gozbu ljubavi i sjedinjenja. Pričest je sjedinjenje. Mi donosimo svoje tijelo da se sjedinimo s Kristovim Tijelom.

Sveto pismo je puno tekstova koji ovo predanje, ovu svadbenu tajnu opisuju (usp. primjerice: *Iz 62,5; Mt 22,1-14; Ef 5,1 i dalje*). U Poslanici Rimljanima stoji: „*Zaklinjem vas, braćo, milosrđem Božjim:*

*prikažite svoja tijela za žrtvu živu, svetu, Bogu milu – kao svoje duhovno bogoslužje“ (Rim 12,1).*

Ovu biblijsku sliku ženidbenog sjedinjenja prihvaćali su gotovo svi mistici, premda ova slika ima naravno i svoje granice. Tako Terezija Avilska misli da je ona možda najbolja usporedba. Ali s obzirom na stvarnost sjedinjenja s Bogom izgledala joj je ipak preslaba.

## **9. Transformacija klanjanjem**

### **U pogledu tvoga lica...**

**Slika 24:** U ovome susretu s Bogom događa se ono što trebamo za svoj put svetosti. Naš poziv zahtijeva transformacija, preobrazba u ono što smo kao Božja slika i prilika. Euharistijsko klanjanje nam pomaže na našem putu da postanemo „novi“, da postanemo oni koji smo pred Bogom. U pogledu njegova lica mi bivamo preobraženi.

Karmelićanka Elizabeta Dljonska je govorila: „Ne želim više živjeti svoj vlastiti život, nego se želim preoblikovati u Isusa Krista, da bi Otac, kad se k meni prigne, mogao u meni prepoznati sliku svoga ljubljenog Sina, živu, rječitu sliku Prvorodjenca koji je bio najsavršenija pohvala Očevoj slavi.“

### **Klošar Pavao**

Pavao, klošar u Parizu, uvijek je sjedio ispred crkve s bocom vina i prosio. Svaki dan bi za neko vrijeme ušao u crkvu i pred Bogom boravio nekoliko minuta. Kad ga je jedna župna suradnica upitala što točno moli, govorio je da ne zna kako se moli. Ali svaki put kaže: „Isuse, ja sam, Pavao. Dolazim posjetiti te.“

Kad jednoga dana više nije sjedio ispred crkve, suradnica je saznala da je u bolnici. Ciroza jetre nezaustavljivo je uznapredovala, tako da su liječnici predvidjeli njegovu skorbu smrt. Kad je suradnica sljedećega jutra ušla u njegovu sobu, bila je nemalo zadivljena: Pavao je sjedio veseo na krevetu i tumači da se ove noći u njegovoj sobi pojavilo svjetlo i da je ušla jedna sjajna osoba, pogledala ga i

kazala: „Pavle, ja sam, Isus. Dolazim posjetiti te.“ Iz Isusa je izlazila snaga koja ga je potpuno promijenila.

Bog katkada čini takva čuda da nas prodrma. Božja snaga je neizmjerne, premda je često tako skrivena. U pričesti, u sjedinjenju, mi smo ne samo na mjestu počivanja (smiraja), nego i na mjestu snage.

## Razmjena u malim grupama

Moguća pitanja za razmjenu u malim grupama: **Slika 25:**

1. Kako se trenutačno osjećam na mome molitvenom putu? Što mi pada lako? Što pak zadaje poteškoće?
2. V=v. Božja volja treba postati moja. Je li to za mene oslobađajuća misao?
3. Euharistija kao svadbeno slavlje – što ova slika u meni izaziva?

## 9. Završetak

### Otvoreni Isusov bok

**Slika 26:** Bog je obećao: „*S radošću ćete crpsti vodu iz izvora spasenja*“ (Iz 12,3). Na križu je iz Isusova boka – tako su govorili crkveni oci – potekla voda krštenja kojom se mi nanovo rađamo i krv Euharistije. Mi se smijemo otvoriti ovoj dimenziji i dopustiti da nas obdari i u ovome radosnu iščekivanju poći na euharistijsko slavlje. Bog je u krštenju sklopio s nama savez ljubavi. Čin najprisnijega sjedinjenja događa se zatim u Euharistiji, u pričesti.

U Prvoj Ivanovoj poslanici stoji: „*Znamo da ćemo mu biti slični*“ (1 Iv 3,2). Ovaj proces preobrazbe događa se kad se prepustimo Božjem djelovanju. Ljubav čini sličnima. Ja se suobličujem onome što ljubim. Ali i ljubiti mogu jedino ono što poznajem. Angelus Silesius je govorio: „Čovječe, pretvorit ćeš se u ono što ljubiš. Postat ćeš Bog, ljubiš li Boga, a zemlja, ljubiš li zemlju.“

Zračenje u gorskoj klinici

Pozivam vas da ovoga tjedna svakodnevno odlazite na zračenje u božansku „gorsku kliniku“, to znači da si priuštite boravak u Isusovoj euharistijskoj prisutnosti. Jednostavno se klanjajući izložite božanskome suncu ljubavi pred svetohraništem. Molitva na str. 160 u Hodočasničkoj knjizi može nam pritom pomoći. **Zajedno otvoriti stranicu 160 i ukazati na kurzivom napisanu molitvu.**<sup>2</sup>

### **Naputak u vezi s činom predanja na sljedećem susretu**

Tijekom sljedećeg susreta učinit ćemo jedan čin predanja. Tada ćemo sve svoje ulomke staviti u Božje ruke. Njih možete napisati na listiće koje ste posljednjih tjedana (danas također) uzeli. Donesite ih dakle na sljedeći susret.

Sada ćemo još neko vrijeme ostati u tišini i zaključiti molitvom Očenaša. **Kratka tišina; Oče naš**

Blagoslovio vas, čuvao i pratio Trojedini Bog: Otac, Sin I Duh Sveti. Amen.

---

<sup>2</sup> Molitva svete Gertrude iz Helfte (1256.-1302.): *O moj Isuse, koji si već puno godina za svoj stan izabrao ovu crkvu i kao sužanj svetohraništa u liku kruha dan i noć boraviš među nama: Vjerujem da si ovdje uistinu, stvarno i bitno nazočan, tijelom i krvlju, tijelom i dušom, božanstvom i čovječstvom kao što si u nebu s desne svoga Oca. I vjerujem ovo jer sveta Crkva, koju si ti ustanovio, tako uči i vjerovati određuje. U svjetlu ove vjere gledam Te u svetohraništu, kako pun ljubavi očekuješ da svi, koji u Tebe vjeruju, dođu k Tebi, posjete Te i poklone Ti se, iskažu Ti ljubav i zahvalnost, da bi od Tebe primili i postigli mnoge i velike milosti. Zato se pojavljujem ovdje pred Tvojim licem. O, ne prezri poklona tako bijedna stvora kao što sam ja, i usliši moj vapaj koji upravljam Tvomu presvetome i ljubećemu srcu. Amen.*

7.

Ljubav nas Kristova goni...

*Tko ljubi, evangelizira*

**Evangelizacija**

Priprave

- Projekciono platno; Daljinski upravljač Prijenosno računalo; Kabel; Dovoljno Hodočasničkih knjiga; Stol (pult) za

predavača; Stolovi i stolice za sudionike; Voda i čaše; Cvijeće; Ikkone; Svijeće; Kutija za pitanja Cedulje i pisaljke

**Cilj:** Sudionici prepoznaju da se kod evangelizacije ne radi o naviještanju različitim metodama, nego o jednome stilu života, koji Božju ljubav nenamjerno svjedoči riječju i djelom.

## Pregled

### 1. Pozdrav i uvodna molitva

Pozdrav; Kratka tišina; „Bože, ti si tu“

### 2. Duh Sveti

Pjesma „Dođi, Duše Presveti“; Obraćanje Isusu; Marija

### 3. Čin predanja

Ulomci; Obred

### 3. Kratki osvrt

Božja čežnja; Sjedinjenje

### 5. Evangelizacija

Učenici iz Emausa; Poslan naviještati; Duh Sveti kao glavni čimbenik

### 6. Blago u dubini

Darovana radost; Priča o jednome farmeru u Teksasu

### 7. Kristov miomiris

Temeljna zadaća Crkve; Nova evangelizacija; Osposobljavanje po Duhu Svetom

### Pauza

### 8. Evangelizacija riječju i djelom

Pjesma „Dvojica braće...“; Tko ljubi, evangelizira; Dopustiti preobrazbu; Ljubljena Božja stvorenja; Riječi i djela

### 9. Molitva kao temelj svake evangelizacije

Crkva koja moli; Božje djelo; Evangelizirati samoga sebe; Naviještanje kao svjedočenje iskustvom; Pjesma „Šuti i slušaj“; Tišina

## Razmjena u malim grupama

### 10. Završetak

„Isus-mobil“; Molitva za „nove Duhove“; Informacije u vezi s posljednjim susretom; Blagoslov

## Ljubav nas Kristova goni... *Tko ljubi, evangelizira* **Evangelizacija**

### 1. Pozdrav i uvodna molitva

**Slika 1:** Naš seminar ide polagano svome kraju. Ali danas smijemo još jednom uroniti u temu. Okrećemo se evangelizaciji. „Tko ljubi, evangelizira – Ljubav Kristova nas goni.“ Možda se osjećamo pomalo loše kad čujemo riječ „evangelizacija“. Ali se nadam da će se ovo danas sleći.

#### „Bože, ti si tu“

**Slika 2:** Najprije se sada okrenimo Bogu, izvoru Života. Njegova nas prisutnost okružuje. Nakon kratke tišine molimo: „Bože, ti si tu. Gledaš me i ljubiš. Hvala.“

### 2. Duh Sveti

**Slika 3:** Zamolimo Duha Svetoga, Božji Dah života da nas otvori. On nam je darovan da bismo još dublje primili tajnu Boga i po njegovu djelovanju njegovu snagu, njegovo svjetlo. Zazovimo ga Posljednicom „Dođi, Duše Presveti“. **Pjesma „Dođi, Duše Presveti“**

#### Obraćanje Isusu

**Slika 4:** U ovome stavu smijemo pogledati prema njemu i moliti: „Gospodine, nauči me moliti! Nauči me u ovim okolnostima u kojima



se upravo nalazim, ostati u komunikaciji s tobom.“ On je naš Učitelj, on stoji uz nas. Posvetimo mu čitav svoj život:

**Slika 5:** „**Gospodine Isuse Kriste, budi u mojim mislima, da u svako doba na tebe mislim. Isuse Kriste, Sine Božji, budi na mojim usnama da te u svako doba hvalim i slavim. Gospodine Isuse Kriste, Sine Božji, budi u mome srcu da te u svako doba ljubim.**“

**Slika 6:** Čineći veliki znak križa molimo: „Sveti Bože, oprosti mi sve moje grijehе i daruj mi za proslavu tvoga imena milost molitve bez prestanka. To molim tebe, Bože, Oče, po Sinu u snazi Duha Svetoga. Amen.“

## **Marija**

**Slika 7:** I danas se povjerimo Mariji. Ona je naš uzor u evangelizaciji. Nakon što je iskusila radosnu vijest, „*pohiti u Gorje u grad Judin*“ (Lk 1,39). Pozdravimo ju: „**Zdravo, Marijo!**“

## **3. Čin predanja**

### **Ulomci**

**Slika 8:** Na našem hodočasničkomе puti prispjeli smo danas do sedme postaje. Započeli smo s istinom da je Bog već uvijek tu, da nas uvijek prati, u svemu ide ispred nas, u svemu nam pomaže, neprestano nas podupire. Molitva je susret sa živim Bogom.

Kod drugoga susreta smo razmatrali postaju rezignacije: Ljubav gradi na ulomcima. Naš život smije biti onakav kakav jest. Pratila nas je riječ Blaise Pascala: „Nije moguće ni zamisliti što Bog može učiniti iz ulomaka tvoga života, samo ako mu ih potpuno predaš.“ Ovaj temeljno stav vrijedi svakoga trenutka. Moguće je da nam svaki dan donese nove mogućnosti ulomaka: Čekamo na red, nailazimo na granice, ne proviđamo. Ovdje smijemo ovaj stav vježbati: smije biti tako i ja se s time pomirujem. Trebamo doduše i uporabiti svoje snage za promjenu. Ali iz ovoga stava nutarnje opuštenosti sa danom situacijom postupamo posve drukčije.

Tko je sa sobom uzeo listić „ulomci“, pozvan je doći naprijed (do ikone/do križa) i odložiti listić u posudu. Ovaj listić nitko neće čitati. Ja ću ove listiće kod kuće spaliti. Time Bogu u ruke polažemo sve. Dobro je da postoji jedno mjesto gdje sam kod kuće, gdje se sve smiruje, gdje znam: na kraju će sve biti dobro jer se povjeravam tebi.

Bogu možemo predati i ulomke naših iskustava s nutarnjom molitvom. Smijemo biti na putu i ne moramo već biti savršeni.

Jedan župnik vratio se nakon tridesetogodišnjih duhovnih vježbi kući i kaže svojoj kuharici: „Sada sam novi čovjek. Ovo vrijeme me je potpuno promijenilo.“ I stavi u vrt veliki kamen i na njega napiše: „Ovdje počiva stari čovjek.“ Nakon tri dana napiše kuharica cedulju i stavi na isto mjesto: „I treći dan uskrsnuo.“

Promjena ne dolazi iz jednoga dana u drugi. To je proces. Sve drugo bi bila težnja za lažnom savršenošću, jer mi uvijek ostajemo jednim dijelom ograničeni, i smije biti tako.

Kad sada dolazimo naprijed, smijemo jedan dio ovoga starog čovjeka ostaviti, kako bi se Božja snaga u nama mogla sve više i više razviti.

## Obred

Na početku ovoga hoda pjevam otpjevni redak „Zahvaljujem ti jer me poznaješ“ (str. 221). Tko nema cedulju, smije ovaj obred izvesti i bez nje. Važan je nutarnji stav. **Otpjevni redak „Zahvaljujem ti jer me poznaješ“; Hod**

## 3. Kratki osvrt

Ovdje možete umetnuti slike iz jedinice 6 koje ćete u danome trenutku u osvrtu još jednom pokazati.

## Božja čežnja

**Slika 9:** Posljednji puta smo se bavili pričešću. Ispunjenje čežnje – Euharistija i molitva sjedinjenja. Naša je čežnja samo jedan slabi odsjaj čežnje, koju Bog ima težeći za zajedništvom s nama. Augustin je govorio: „Božja čežnja je čovjek.“

Franjo Saleški je učio da je Božja čežnja uvijek bila ta po kojoj ljudi postaju jedno. Stoga je njegov plan oduvijek bio postati čovjekom kako bi imao ovo zajedništvo s čovjekom.

## Sjedinjenje

**Slika 10:** Upoznajemo formulu  $V=v$ . Božja volja postaje mojom voljom. Terezija Avilska je govorila da je u molitvi sjedinjenja to normalno čovjekovo stanje. Božja milost je tada toliko snažna da čovjek više ne želi ništa drugo nego vršiti volju Božju. U molitvi se ne radi jednostavno o mističnim stanjima, nego o tome da čovjek sve više traži samo Božju volju.

**Slika 11:** Razmatrali smo značenje Euharistije: Isus se, posebno u Euharistiji, s nama sjediniti. To je poseban izraz sjedinjenja. Duh Sveti nam pomaže da iz ovoga dara može crpiti još više snage. To je moguće i onda kad (dok) još nismo dospjeli do najvišega stupnja molitve.

Današnja tema glasi: **Slika 12:**

## Ljubav nas Kristova goni... *Tko ljubi, evangelizira* **Evangelizacija**

### 5. Evangelizacija

#### Poslan/i naviještati

**Slika 13:** Kod učenikā iz Emausa čitamo: „*U isti se čas digoše i vratitše u Jeruzalem*“ (Lk 24,33). Dadoše se na put da svoje iskustvo podijele s drugima.

**Slika 14:** Isus govori u Lk 4,43: „*I drugim gradovima treba da navješćujem Evanđelje o kraljevstvu Božjem. Ta za to sam poslan.*“

To je svjedočanstvo njegova poslanja: primoran je (osjeća silnu potrebu) i drugim ljudima prenijeti Radosnu vijest.

U sinagogi u Nazaretu je rekao: „*Duh Gospodnji na meni je jer me pomaza! On me posla blagovjesnikom biti siromasima*„, „*On im progovori: 'Danas se ispunilo Pismo što vam još odzvanja u ušima'*“ (Lk 4,18.21).

**Slika 15:** I mi smo poslani nastaviti djelo koje je Isus započeo. Isus nam je dao ovu zapovijed: „*Dana mi je sva vlast na nebu i na zemlji! Pođite dakle i učinite mojim učenicima sve narode krsteći ih u ime Oca i Sina i Duha Svetoga i učeci ih čuvati sve što sam vam zapovjedio! I evo, ja sam s vama u sve dane – do svršetka svijeta*“ (Mt 28,18-20).

### **Duh Sveti kao glavni čimbenik**

Mi smo glasnici koji prenose njegovu poruku. U četvrtoj euharistijskoj molitvi moli svećenik: „I da ne živimo više sebi, već njemu koji za nas umrije i uskrsnu: posla kao prvi dar od tebe Duha Svetoga, da on u svijetu djelo njegovo dovrši i izvrši svako posvećenje.“

Duh Sveti je u današnje vrijeme glavni čimbenik. On nastavlja Isusovo djelo i djeluje u ovome svijetu po svojoj Crkvi – preko vas i preko mene!

**Slika 16:** Pra-poruka Evanđelja glasi: „Bog te ljubi!“ Jedna rečenica, tri riječi i jedna vječnost da ju kušamo. Sam Isus Krist je ova poruka. U njemu kao osobi došla je ova radosna vijest k nama. Duh Sveti nosi ovu poruku kao golub pismonoša u naša srca i u čitav svijet.

## **6. Blago u dubini**

### **Darovana radost**

**Slika 17:** Trapistički monah Thomas Merton napisao je u svojoj knjizi o tišini: „Posljednju savršenu radost Bože slave uživat ćemo tek kad ovaj neizmjerni dar podijelimo s drugima, dok preplavljeni, dok se ne prelijemo i rasprostremo slavu po čitavome nebu.“ Posljednju savršenu radost dakle nije moguće zadržati za sebe. Radost hoće da bude darovana dalje.

Temeljna zadaća Crkve glasi: „*Pođite po svem svijetu, propovijedajte Evanđelje svemu stvorenju*“ (Mk 16,15). Vatikan je u jednoj „poučnoj noti u vezi s nekim vidicima Evangelizacije“: „Riječ evangelizacija sažimlje poslanje Crkve.“ Naviještanje i prenošene Evanđelja nije samo zadaća, nego bit Crkve. (usp. Drugi vat. Koncil, Ad Gentes 2: Hodočasnička Crkva je po svojoj biti 'misionarska', to znači kao ona koja je poslana na put“). Isusova poruka se odnosi na čitav svijet, svaki čovjek ima pravo čuti ju, iz toga pak proizlazi dužnost Crkve evangelizirati.

### **Priča o jednome farmeru u Teksasu**

**Slika 18:** Možda je to slično kao s ovom istinitom pripovijesti jednoga farmera u Teksasu, koji je imao jako puno zemlje.

**Slike 19, 20:** Ali ova je zemlja bila toliko oskudna da je potpuno osiromašio i razmišljao prodati ju i otići u grad da otvori jedan restoran brze hrane. Kad odjednom naiđu tri gospodina u odijelima i kažu mu da je snimanjima iz zraka utvrđeno da ispod njegove zemlje moguće postoje nalazišta zemnoga plina. Bušenja su potvrdila ovu slutnju i ovaj čovjek je sa svojom obitelji postao preko noći multi milijunaš. Njegovo je zemljište postalo otada mjesto svjetski poznatoga poduzetnika mineralima.

Ova pripovijest može biti slika Crkve čije dionice danas ne stoje dobro. Svi govore: „Škrta zemlja! Bolje prodati. Istupiti!“ Ali i ovdje treba na temelju „snimaka iz zraka“ bušiti u dubinu do temelja. To je put nutarnje molitve. U dubinskome bušenju molitvom naići ćemo na neiscrpivi izvor: Isus je rekao: „*Ako je tko žedan, neka dođe k*

meni! Neka pije koji vjeruje u mene! Kao što teče Pismo: 'Rijeke će žive vode poteći iz njegove utrobe!' To reče o Duhu koga su imali primiti oni što vjeruju u njega. Tada, doista, ne bijaše još došao Duh, jer Isus još ne bi proslavljen“ (Iv 7,37-39). Ako ove nutarnje izvore načnemo, tada to nije tek za nas same. To je dar koji se hoće preliti na druge. Tko ide ovim putem, nikada ne ide njime samo za sebe, nego da bi Božje blago darovao dalje drugima. Prenositi radosnu vijest drugima znači: to što smo sami iskusili i kušali, podijeliti s drugima.

U molitvenome životu imamo možda kao pri bušenju u dubinu osjećaj: da se vrtimo uvijek na istome mjestu. Ali se ide sve dublje i dublje, samo ako smo dostatno ustrajni. Dopustimo li Duhu Božjem da nama ravna, on će nam tada pomoći da ovaj izvor možemo još više dodirnuti kako bi iz njega izviralo još više blagoslova.

## 7. Kristov miomiris

### Temeljna zadaća Crkve

**Slika 21:** Evangelizirati spada u temeljnu zadaću Crkve, ali mnogi ljudi naše geografske širine izgubili su s misao za evangelizaciju. N, što bi bila vatrogasna postrojba u kojoj nitko ne bi želio gasiti vatru (požar)?

**Slika 22:** Što bi bio crkveni zbor u kojemu nitko ne bi želio pjevati?

**Slike 23, 24:** Kakvo je to kršćanstvo u kojemu jedva tko želi evangelizirati? Ako je evangelizacija temeljna zadaća Crkve, tada ovdje nešto nije u redu. Možda imamo krive predodžbe o evangelizaciji. Katkada vidimo iznutra ljude koji s aktovkama zvone na vratima i pokušavaju nešto učiniti. Ali kod naše se poruke radi o radosnoj vijesti! I ljudi čekaju na to. Ne čekaju doduše da im puno toga utuvimo u glavu, ili im bude puna glava Biblije. Oni čekaju na radosnu vijest da su bezuvjetno ljubljeni. Mi trebamo biti ova radosna vijest. „Prešutjeti svijetu Isusa Krista nije samo manjak

ljubavi prema Bogu nego i pomanjkanje ljubavi prema ljudima“, rekao je Benedikt XVI.

Stoga se bavimo ovom temom jer nas molitva mijenja, da bismo postali sve više radosni, ljubeći, osjetljivi, otvoreni ljudi.

**Slika 25:** Isus nam povjerava zadaću da Radosnu vijest darujemo dalje i živimo. Kao što je s križa rekao Franji Asiškome: „Franjo, ne vidiš li kako mi se kuća urušava? Idi i popravi ju!“ Drščući je rekao: „Vrlo rado ću to učiniti, Gospodine.“ Isus je s Franjom podijelio svoju bol zbog stanja Crkve. Ali mu je izrazio i svoje povjerenje. On i s nama dijeli ovu zadaću: „Obnovite Crkvu svojim životom.“

### **Nova evangelizacija**

**Slika 26:** Danas se govori o potrebi „nove evangelizacije“. Pojam „nova evangelizacija“ označava nakanu u nekadašnjim kršćanski obilježenim zemljama ljudima trajno ponuditi Evanđelje u jednom novom kontekstu, novom snagom i novim metodama, izražajnim oblicima i sredstvima. Nekada kršćanska Europa i zapadni svijet su postali misijska područja. Mnogi kršteni su doduše još sakramentalizirani, ali ne i evangelizirani, to znači da oni u svome životu još uvijek nisu iskusili oslobađajuću Poruku.

Mi smo kao pojedinci poslani, ali i kao zajednica. Crkva je jedan poduhvat između neba i zemlje. Mi smo Božje aerodromsko osoblje. Osoblje Crkve nosi posebno odijelo za služenje, neku vrstu uniforme, jer svi moraju biti zaodjenuti Božjom vlastitom svetošću. To je oznaka Crkve. Ozračje u Crkvi treba biti takvo da ljudi osjete kako je dobro ovamo doći. Pavao je govorio: „*Mi smo Kristov miomiris Bogu*“ (2 Kor 2,15). Kamo god išli, trebamo iza sebe ostavljati ugodan miris: miris srdačnosti, milosrđa, topline, humora. Morala bi biti radost doći u kontakt s jednim kršćaninom.

### **Osposobljavanje po Duhu Svetom**

Ovu zadaću ne možemo ispuniti vlastitim snagama. Moramo počivati na Božjem srcu i prihvatiti njegovu ljubav kako bi ona preko nas išla dalje.

**Slika 27:** Za to trebamo Duha Svetoga. „*Primit ćete snagu Duha Svetoga, koji će sići na vas, i bit ćete mi svjedoci*“ (Dj 1,8). Ova obećanja učenicima tada vrijede i danas. Mi se ne moramo sami lažno naprezati nego se prije svega usmjeravati prema Duhu Svetom. Duh Sveti je snaga koja nas osposobljuje za ljubav.

Bog i danas traži suradnike, kao tada u prisposobi o vinogradu: „*A kad izađe o jedanaestoj uri, nađe druge gdje stoje i reče im: 'Zašto ovdje stojite vazdan besposleni?' Kažu mu: 'Jer nas nitko ne najmi.' Reče im: 'Idite i vi u vinograd!'*“ (Mt 20,6-7). Bog svakoga sata poziva ljude da dođu u njegov vinograd.

## 8. Evangelizacija riječju i djelom

### Pjesma „Dvojica braće...“

Kardinal Kurt Koch je rekao: „Pitanje prenošenja kršćanske vjere na dolazeći naraštaj postalo je jedno od velikih sudbinskih pitanja kršćanskih Crkava, prije svega u zapadnim društvima.“ Govori se o prekidu tradicije: Što je jedna generacija još dobila, jedva da prenosi na sljedeću. To je za Crkvu na našim prostorima jedan veliki izazov.

### Tko ljubi, evangelizira

**Slika 28:** Važno je da nemamo krive predodžbe o tome što evangelizacija znači. Jer tko ljubi, evangelizira. Tko uistinu živi ljubav, evangelizira makar ne kaže ni jednu jedinu riječ o Bogu, jer prenosi poruku. Ljubav nije nikakva metoda, nego istinsko zanimanje za dobro i spasenje drugoga. Stoga možemo reći: Tko ljubi, evangelizira. Isus je rekao u Mt 25,40: „*Zaista, kažem vam, što god učiniste jednome od ove moje najmanje braće (sestara), meni učiniste.*“

Ljubav uvijek stavlja u pokret. Dobrota se širi.

Starac Siluan je govorio o jednome monahu, koji je druge ljude masovno dovodio do pravoslavne vjere. Ovaj monah je govorio da



uopće nije pokušavao nekoga dovesti do pravoslavne Crkve, nego da je samo želio shvatiti kako se bez vjere može živjeti. Njegovo zanimanje za njihov život dirnulo ih je toliko da su tako došli do vjere.

Ni u evangelizaciji se ne radi o metodi, nego o pravome zanimanju za drugoga, o pravome uzimanju udjela. Tko ljubi, evangelizira. Ne radi se prvenstveno o naviještanju riječi, nego o nenamjernu biti-tu za drugoga. Radi se prije svega o tome da se susretima u ljudima izdjeluje nešto i ostavi ugodan miomiris. Evangelizacija je Božjom ljubavlju pokrenuti stil života. Takav stil posreduje ljudima da je dobro da su tu takvi kakvi su sada. Jer Bog ih ljubi takve kakvi jesu.

### **Dopustiti preobrazbu**

**Slika 29:** Cilj nije mijenjati druge, nego dopustiti da se ja sam promijenim. Gledajući na Boga mi se mijenjamo. Klanjanje je jedan oblik kontemplacije, gdje se može dogoditi ova promjena (preobrazba). Preobrazbom postajemo sve više i više slični Bogu. Sve dok, zahvaljujući milosti, sve više i više možemo reći: „*Živim, ali ne više ja, u meni živi Krist*“ (Gal 2,20).

I Majka Terezija se pozivala na to kad je govorila da ljudima donosi Isusovu ljubav. Jedva da se koji hindus obratio. Ali ona im je vraćala dostojanstvo i jedinstvenost. Jedan novinar je rekao Majci Tereziji da jednostavno ne može vjerovati u Boga. Ona ga je poslala u kuću umirućih i ondje je vidio sestru koja je čistila čovjeka čije je tijelo bilo puno crvi odstranjivala gamad. Činila je to s tolikom velikom ljubavlju i predanjem da je novinar morao reći Majci Tereziji da je toga dana susreo Boga. Ova bezuvjetna ljubav bila je ono proročko koje je Majka Terezija živjela. Uvijek se pobrinula za to da svaka kuća ima svećenika koji može slaviti Euharistiju. Pa ipak joj je bilo važno da svi svoju vlastitu vjeru smiju -živjeti slobodno prema uvjerenju svoga srca. Prihvaćala je ljude takvima kakvi su bili. Govorila je: „Ljubiti znači davati dok ne zaboli.“

Ivan Zlatousti primijetio je oko godine 400: „Što koristi da Kristov stol bude prepun zlatnih kaleža, a on sam skapava od gladi? Nahranite najprije njega koji gladuje; zatim ukasite svoj stol onime što je preostalo.“

## Ljubljena Božja stvorenja

Sveti Franjo se obraćao svim stvorenjima kao sestrama i braći (brat vuk, sestra mušica...). Koliko više trebamo mi, u svim ljudima – neovisno o njihovoj vjeri – gledati Ljubljena Božja stvorenja. Ono proročko na kršćanstvu jest da u svojoj ljubavi ne pravimo nikakve razlike. Trebamo sve jednako susretati. Evangelizacija nas izvodi iz nas samih u angažiranost za pravednost, mir i očuvanje stvorenja.

U *Rim 8,19* stoji: „*Doista, stvorenje sa svom žudnom iščekuje ovo objavljenje sinova ( i kćeri) Božjih.*“ Današnji ljudi, posebno siromašni i obespravljeni – čekaju na objavljenje Božjih sinova i kćeri (to znači na nas), koji će im, uvažavanjem i poštovanjem, vratiti njihovo ljudsko dostojanstvo, ljepotu i jedinstvenost.

I Serafim iz Sarova je bio ,svetac, preobražen Božjom ljubavlju. Pripovijeda se da je jednoga dana jedna sestra pošla k njemu u šumu i začudila se kad je kod njega vidjela smeđega medvjeda. Uplašila se i htjela pobjeći. Ali svetac ju je smirio i uputio ga da sestri donese medno saće, što je medvjed odmah učinio. Kod Serafima je stvorenje bilo već u izvornome stanju pomirenja, jer je i on sam bio preobražen.

## Riječi i djela

**Slika 30:** Vrijedi također: „*Ta iz obilja srca usta govore*“ (*Mt 12,34*). Kršćanstvu koje više ne govori o svojoj vjeri i prešućuje ju, nedostaje nešto temeljno.

Evangelizirati za nas kršćane znači: Osobnoga Boga, koji se u Isusu Kristu kao čovjek u bezuvjetnoj ljubavi objavio nositi u svome srcu i svjedočiti riječju i djelom. To znači dati ljudima – potpuno neovisno o njihovoj vjeri ili svjetonazoru – iskusiti Radosnu vijest: *I tebe Bog po Isusu Kristu od vječnosti ljubi!* Mi ljubimo ljude i stvorenja radi njih samih a ne kao objekte obraćenja.

U Mariji prepoznavamo ovu sliku: Ona je nosila Isusa u svome krilu i darovala ga svijetu. I mi smo pozvani nositi ga u svijet: da u nama i preko nas može drugima donositi blagoslov.

Madeleine Delbrel, poznata socijalno angažirana kršćanka, govorila je: „*Ponovno započinje dan. Isus je u meni, čitav dan. Nije se zatvorio. On je boravio među ljudima. Sa mnom je prisutan među ljudima danas. Susrest će svakoga tko uđe u moju kuću, svakoga koga susretnem na ulici, druge bogataše nego tada, druge siromahe nego tada, druge školovane i neškolvane, druge mlade i stare, druge pobožnike i grješnike, druge zdrave i bolesne. Došao je potražiti sve. Po ljudima u našoj blizini, koje mi smijemo poslužiti, ljubiti, spašavati, val ljubavi klizi sve do granica zemlje, sve do kraja vremena. Blagoslovljen bio novi dan, on je kao rađanje Krista za zemlju, jer Isus u meni pratit će me tijekom ovoga dana.*“

Ovdje je poslanje radosne vijesti krasno sažeto. Ovo je evangelizacija: Prožeti svijet Božjom ljubavlju koja se nastanila u nama. Stoga dopustimo da nas Bog preobrazi u nove ljude tako da tražimo njegovu blizinu i prisutnost i odlazimo u tišinu i gledamo prema njemu u molitvi, u klanjanju, u Euharistiji.

## **9. Molitva kao temelj svake evangelizacije**

### **Crkva koja moli**

**Slika 31:** Da je snažna evangelizacija plod molitve pokazuje i duhovski događaj. Prve godine crkvene povijesti bile su obilježene dojmljivim valom misija. Kao posljedica slanja Duha proširilo se Evanđelje unutar nekoliko godina kao požar tropskih šuma. Bog je po Duhu Svetom briljantno djelovao u i po Crkvi.

Za nas je važna činjenica koja je prethodila ovome primanju Duha: to je bila neprestana molitva apostola u gornjoj sobi: „*I pošto uđu u grad, uspnu se u gornju sobu gdje su boravili... Svi bijahu jednodušno postojani u molitvi sa ženama, i Marijom, majko Isusovom i braćom njegovom*“ (DJ 1,13-14). Prva Crkva je i poslije duhovskog događaja ostala Crkva koja moli. Uvijek iznova se govori kako je za Crkvu molitva, unatoč velikoj misijskoj djelatnosti, stajala na prvome mjestu. Molitva nas čini prijemljivima za Božju snagu koja preko nas hoće djelovati.

## Božje djelo

**Slika 32:** U evangelizaciji se manje radi o tome što *mi* činimo, nego što Bog čini. Stoga je važno da živimo u temeljnome stavu primanja. „Što imaš a da nisi primio?“ (1 Kor 4,7). „Uistinu, bez mene ne možete učiniti ništa“ (Iv 15,5) rekao je Isus. Odlučujuća je povezanost s njim. Inače to ostaje pri ljudskome djelu. U molitvi sebe prepuštamo Bogu, potpuno i bezuvjetno. Tako on može u nama neograničeno (nesmetano) djelovati.

## Evangelizirati samoga sebe

**Slika 33:** Ako Crkva ide putem na kojemu evangelizira samu sebe, automatski će prema van zračiti djelotvornu snagu. Ovu istinu naglasio je već Pavao VI. U svojoj enciklici „Evangelii nuntiandi“: „Crkva, nositeljica evangelizacije, započinje s time da evangelizira samu sebe“ (br. 15). Prvi adresati Evanđelja moramo uvijek biti mi sami. Mi smo ponajprije oslovljeni njegovom riječju.

Svi veliki misionarski i duhovni pokreti funkcionirali su upravo prema ovome principu: započinjali su evangelizirajući same sebe. Benedikt iz Nursije (480.-547.) proveo je više godina u askezi i molitvi kao pustinjač u jednoj špilji, prije nego je oko sebe okupio druge monahe i sastavio samostansko Pravilo.

Grgur Veliki (540.-604.) proveo je dulje vrijeme u samostanu Clivus Scautri, gdje je u žarkoj molitvi tražio Boga. Kasnije je pozvan raditi na sjedištu pape da bi zatim sam bio izabran za papu i uveo smjerokazne reforme. Franjo Asiški (1181.-1226.) živio je nakon svoga obraćenja s drugovima isto tako najprije jedan život „apostolskoga siromaštva“, prije nego su se nastanili u urbanu dušobrižništvu.

Ignacije Loyolski (1491.-1556.) i isusovci naglašavaju važnost duhovnoga iskustva i školovanje (izobrazbu) prije stvarnih misija. Oni i utemeljitelji i članovi daljnjih redova orijentirali su ponajprije svoj vlastiti život na Evanđelju, prije nego su o tome mogli svjedočiti drugima.

To pokazuje da je snažna evangelizacija uvijek duhovno događanje koje se hrani životnim stilom molitve.

### **Naviještanje kao svjedočenje iskustvom**

**Slike 34, 35:** Evangelizacija nije u prvome redu priopćivanje istina vjere, nego svjedočko vježbanje u čitav kršćanski život. To je naviještanje iz iskustva. Cilj evangelizacije jest opet omogućiti ovo iskustvo Boga. Već biblijska izvješća stavljaju naviještanje uvijek u povezanost s iskustvom susreta s Bogom: „Što bijaše od početka, što smo čuli, što smo vidjeli očima svojim, što razmotrismo i ruke naše opipaše o Riječi, Životu... navješćujemo vama“ (1 Iv 1,1.3). „Započeli ste u Duhu, pa da sada u tijelu dovršite. Zar ste toliko toga uzalud doživjeli?“ (Gal 3,3-4). I Petar i Ivan su toliko očarani Božjim otkupiteljskim djelom da pred Velikim vijećem svjedoče (izjavljuju): „Mi, doista, ne možemo ne govoriti što vidjesmo i čusmo“ (Dj 4,20). Svi su oni iskusili Isusovo obećanje: „TA iz obilja srca usta govore“ (Mt 12,34).

Što jasnijim postaje koliko je Bog dostojan da ga se ljubi i da mu se klanja, to većom postaje želja da i drugi mogu stupiti u odnos s njim. Teško je zamisliti si kontemplativna molitelja koji se ne bi u revnosti potrošio dajući da i njegovi bližnji imaju dijela na njegovu iskustvu Boga. S druge pak strane ne može postojati vjerodostojan evangelizator koji svoju misionarsku revnost ne bi duboko temeljio u Bogu. Naviještanje mora dakle uvijek biti svjedočko.

Sama molitva je jedno iskustvo jer samo u njoj vjera postaje iskusiva. Što više vježbamo nutarnju molitvu, to smo više oblikovani u vjerodostojne evangelizatore, budući da nas njegova prisutnost preobražava.

Uzmimo si sada trenutak vremena i pustimo da se ovo što smo čuli slegne. Zajedno ćemo zapjevati „Šuti i slušaj“ i izložiti se nekoliko minuta Božjoj prisutnosti. **Pjesma „Šuti i slušaj“**  
Tišina, 3 minute

## **Razmjena u malim grupama**

Moguća pitanja za razmjenu u malim grupama: **Slika 36:**

1. Koje predodžbe povezujem s riječju „evangelizacija“?
2. Jesam li danas postao svjestan nečega novog?
3. Pada li mi lako evangelizirati riječju i djelom?

## 10. Završetak

### „Isus-mobil“

Bog sve više i više ozdravlja naš život i želi preko našega života darivati spasenje dalje, u sve odnose.

U Rimu se papa vozi u papa-mobilu kroz mnoštvo ljudi da ih blagoslovi. Isus po vjeri stanuje u nama i mi smo takoreći „Isus-mobil“: mjesto gdje on stanuje da ide kroz mnoštvo ljudi i blagoslivlja ih. U ovome stavu hoćemo živjeti i ovu tajnu sve više naslutiti: Ti si uza me, ideš sa mnom i donosiš blagoslov kamo god ja idem.

### Molitva za „nove Duhove“

**Slika 37:** Vidjeli smo koliko je molitva važna za snažnu evangelizaciju. Duh Sveti stvara ove „nove Duhove“ koje danas toliko trebamo. Ovoga tjedna hoćemo svjesno i često zazvati Duha Svetoga. **Hodočasnička knjiga, str. 175, vježba 7 (zajedno pročitati)**<sup>3</sup>

#### Informacije u vezi s posljednjim susretom

Sljedeći susret bit će naš posljednji (susret) s još jednim kratkim poticajem. Na kraju ćemo slaviti jedan mali obred (bogoslužje), gdje

---

<sup>3</sup> **Molitva za 'nove Duhove'**. Povjeri se kao Božja kći, kao Božji sin Duhu Svetomu i oblikuj svoj život iz toga povjerenja. Usvoji sadržaj sljedeće molitve da bi se novi Duhovi mogli sve više širiti. „Dođi, Duše Sveti, ispuni naša srca, zapali u nama i u svim ljudima oganj svoje ljubavi.“

Ponavljaj ju tisuću puta i vjeruj u srcu da se to događa. Moli, moli, moli... kao apostoli zajedno s Marijom na Duhove. Traži i gaji zajedništvo i molitvu s drugom braćom i sestrama.

ćemo reći Bogu Hvala za protekle tjedne. Nakon toga ugodno druženje (agape)

Zamolimo Boga za njegov blagoslov: Blagoslovio nas i pratio svemogući Bog, Otac i Sin i Duh Sveti. Amen. .

8.

## „Kao što mene posla Otac...“

### Poslanje

#### Priprave

- Projekciono platno; Daljinsku upravljač; Prijenosno računalo; Kabel; Dovoljno Hodočasničkih knjiga; Stol (pult) za predavača; Voda i čaše; Cvijeće; Ikone; Svijeće; Kutija za pitanja; Cedulje i picaljke; Posuda sa zrcima tamjana; Kadionica; Uskrsna svijeća s malim svijećama; Biblijske riječi; Stol za agape; Eventualno salvete... pribor za jelo...

**Cilj:** Sudionici si posvješćuju da nas Bog šalje da u ovome svijetu, u snazi Duha Svetoga, širimo njegov mir i njegovu ljubav.

#### **Napomena u vezi s odvijanjem večeri**

Moguće je obred zahvalnosti i poslanja (odlomak 7) integrirati u euharistijsko slavlje. Tada se slavi ono što je Isus tada dijelio s učenicima iz Emausa.

U ovome slučaju otpada uvodna molitva i osvrt (odlomci 1-3), točke 4-6 integriraju se u propovijed. Na kraju slijedi slavlje agape.

## **Prijedlog za tijek bogoslužja**

Ulazna pjesma: Duhovska Posljednica; Pokajnički čin; Čitanje: Otk 8,3-4; Otpjevni psalam: Božja riječ kao svjetlo u noći (str. 221); Evanđelje: Mt 5,13-14; Obred zahvalnosti sa zrcima tamjana uz prikazanje, ili nakon pričesti (vidi odsjek 7); Euharistijska molitva: Isus naš put; Obred poslanja nakon popričesne (vidi odsjek 7); Završna pjesma: Ostani s nama (str. 220); Ostale pjesme kao Svet iz pjesmarice

Na kraju bogoslužja kratak pogled naprijed: Kako dalje? Ima li želje za produbljenom molitvom i u zajednici? Ima li već ponuda?

Projekt POV nudi različitu pomoć i materijale...

## **Pregled**

### **1. Pozdrav i uvodna molitva**

Pozdrav; „Bože, ti si tu“

### **2. Duh Sveti**

Pjesma „Dođi, Duše Presveti“; Obraćanje Isusu

### **3. Kratki osvrt**

Radosna vijest; Tko ljubi, evangelizira

### **4. Misija**

Učenici iz Emausa; Mirovna misija; Ljubav prema neprijatelju

### **5. Božji zadatak nama**

Naše poslanje; Iz snage Duha Svetoga; Božja djela

### **6. Poslanje u svakodnevi**

Čini ljubavi; Dijeliti dok ne zaboli

### **7. Obred zahvalnosti i poslanja**

Pjesma; Kratka tišina; Obred s tamjanom; Poslanje; Pogled naprijed

### **8. Slavlje Agape**

„Kao što mene posla Otac...“ –

**Poslanje**



## 1. Pozdrav i uvodna molitva

**Slika 1:** Radujem se ovome posljednjem susretu na temu „Poslanje“ – Kao što mene posla Otac, tako ja šaljem vas“. I riječ „Poslanje“ za mnoge je crvena krpa. Ali sam uvjeren da nam Duh Sveti može dati jedno novo gledanje.

### „Bože, ti si tu“

**Slika 2:** Ova nas je molitva pratila tijekom seminara: „Bože, ti si tu. Gledaš me i ljubiš. Hvala.“

Trojedini Bože, zahvaljujemo ti što uvijek smijemo živjeti u tvojoj prisutnosti. Ti nas svakoga trenutka pratiš, na svakom mjestu i u svako vrijeme. Pomažeš nam da se sve više otvorimo snazi koja od tebe izlazi. Molimo: „**Bože, ti si tu...**“

## 2. Duh Sveti

**Slika 3:** Zajedno zazovimo Duha Svetoga, Disanje Božje, str. 223; Pjesma „Dođi, Duše Presveti“

### Obraćanje Isusu

Isuse, uzdamo se u tebe, povjeravamo ti se i posvećujemo:

**Slika 4:** „Gospodine Isuse Kriste, budi u mojim mislima, da u svako doba na tebe mislim. Isuse Kriste, Sine Božji, budi na mojim usnama da te u svako doba hvalim i slavim. Gospodine Isuse Kriste, Sine Božji, budi u mome srcu da te u svako doba ljubim.“

**Slika 5:** Čineći veliki znak križa molimo: „Sveti Bože, oprosti mi sve moje grijehе i daruj mi za proslavu tvoga imena milost molitve bez prestanka. To molim tebe, Bože, Oče, po Sinu u snazi Duha Svetoga. Amen.“

## 3. Kratki osvrt

### Radosna vijest

**Slika 6:** Vidjeli smo posljednji put da je jedan važan plod nutarnje molitve evangelizacija. Grčka riječ *eu-angelion* znači „Radosna vijest“. Dobru se vijest mora prenositi dalje. Ljudi imaju pravo čuti ju. Stoga naviještanje spada bitno u Crkvu i u kršćansku vjeru. Ako ovaj vidik nedostaje, Crkva postaje svrhom samoj sebi jer se bavimo samo samima sobom. Moramo se dakle osloboditi lažnih predodžbi ove riječi jer je naviještanje Evanđelja temeljna zadaća Crkve koju je ona primila izravno od Gospodina.

Danas je ovo to aktualnije, budući da živimo u zemlji koja ima kršćanske korijene, ali se sve više otuđuje od ove baštine. Ovdje je potrebna „nova evangelizacija“, jedan novi val naviještanja.

### **Tko ljubi, evangelizira**

**Slika 7:** Ova se evangelizacija događa riječju i djelom. Ponajprije vrijedi: Tko ljubi, evangelizira. Ljudi ne trebaju ponajprije pobožne propovijedi, nego iskustvo Božje ljubavi. Susret s Božanskim Trojstvom treba biti omogućen preko nas. Mi u sebi nosimo Krista i pozvani smo svjedočiti ga svojim životom. Ljubeći bez okolišanja svoje bližnje, mogu oni susresti onoga koji nas je prvi ljubio (*usp. 1 Iv 4,19*). Da bismo u tome uspjeli, moramo dopustiti promjenu samih sebe – Božjom ljubavlju. U nutarnjoj molitvi ostajemo povezani s ovim izvorom i postajemo njegovi kanali.

**Slika 8:** Ali trebamo također biti uvijek spremni „*na odgovor svakomu koji od nas zatraži obrazloženje nade koja je u nama*“ (*1 Pt 3,15*).

Današnja se tema nastavlja neposredno na evangelizaciju:

**Slika 9:**

## **4. Poslanje**

### **Učenici iz Emausa**

Ovdje vidimo jednu Marijinu sliku iz Haife (Izrael).

**Slika 10:** Marija nosi Isusa u srcu. Mnogo toga na temu „poslanje“ sažeto je u ovoj slici. Marija, Gospodinova Majka, savršen

ej uzor našega poslanja: Ispunjena snagom Duha Svetoga Krist stanuje u njezinu i u našem srcu. Nosimo ga dakle riječju i djelom svim stvorenjima i dopustimo im iskusiti njegovo spasonosno Evanđelje.

**Slika 11:** Jer i Isus je rekao učenicima iz Emausa, kad su ga susreli kao Uskrsnuloga: „*Vi ste tomu svjedoci*“ (Lk 24,48). Istoga je dana rekao apostolima: „*Kao što mene posla Otac, tako ja šaljem vas*“ (Iv 20,21).

## Mirovna misija

Naša se zadaća sastoji u tome da Krista donosimo svijetu. Ova je misija od samoga početka mirovna misija (misija mira). Kod Kristova rođenja anđeli su pjevali: *Slava na visinama Bogu, a na zemlji mir ljudima, miljenicima njegovim*“ (Lk 2,14). Krist je glasnik mira, koji ne želi i ne traži ništa drugo nego mir ljudi: s Bogom, međusobno i za svakoga osobno. Ova misija mira započinje od nas samih. Stoga je sveti Serafim iz Sarova govorio: „Sam postigni nutarnji mir i tisuće ljudi oko tebe naći će mir.“

**Slike 12, 13:** Ovo je cilj našega molitvenog puta. Ivan Klimakos je rekao: „Najplemenitije čovjekovo djelo jest molitva.“ Jer u susretu čovjeka s ovim Bogom mira njegov mir dolazi na nas. On uzima od nas sve ono što je u nemiru. Čini nas slobodnima. Ovo nazivamo otkupljenje. On nas izvodi iz naših zapletenosti nemira Slama začarani kruh nasilja i mržnje. Posreduje nam iskustvo: „Dobro je što si tu. Svim srcem te ljubim. Prihvaćam te takvim kakav jesi. I darivam ti snagu da i ti možeš ovo posredovati drugima.“ Za ovo smo poslani: da preko nas u malim stvarima svakodnevice mogu izlaziti mir i pomirenje. Tako piše i apostol Pavao: „*Tako, je li tko u Kristu, nov je stvor. Staro uminu, novo, gle nastaj! A sve je od Boga koji nas sa sobom pomiri po Kristu i povjeri nam službu pomirenja*“ (2 Kor 5,17-18).

Svjestan sam da ovo nije nimalo jednostavno i da ćemo se opetovano vraćati natrag u kruh nemira. Ali ostanemo li vjerno na putu molitve, Duh Božji će nas vratiti natrag. To može također

značiti da povremeno moramo nekoga zamoliti i za oprostjenje, ako smo bili razlog nemira, čak i u malim stvarima.

### **Ljubav prema neprijatelju**

Puno toga u današnjem društvu i u našoj okolini može obeshrabriti. Ali nije na nama da prstom upiremo u druge. Bog nam želi darovati milost, da se u molitvi zalažemo za druge i molimo za ozdravljenje i oprostjenje. Mi se zalažemo ne samo za žrtve, nego i za počinitelje, da i jedni i drugi iskuse Božje milosrđe. Kao Crkva trebamo mir, koji zrači ljubav i uvažavanje (poštovanje) na svakoga pojedinog čovjeka. Ne gledamo ih samo kao Božju sliku i priliku, nego prema njima i postupamo odgovarajuće, neovisno o tome kako se druga osoba ponaša. Naša kršćanska ljubav ne smije o tome ovisiti.

Oznaka kršćanske ljubavi jest ljubav prema neprijatelju. Pritom se ne radi o osjećajima, nego o tome kako postupam s mojim neprijateljima, kako o njima govorim. Ovdje se pokazuje koliko smo ukorijenjeni u Božjemu miru – znajući da i sami ovisimo o Otkupiteljevu milosrđu.

## **5. Božji zadatak nama**

### **Naše poslanje**

Sada na kraju ovoga seminara – koji je naravno bio samo u ulomcima – trenutak je poslanja. Bog nas šalje. On treba svakoga pojedinog od nas s darovima i talentima koje je Bog dao. Terezija Avilska je govorila: „Bog koji je ljubav hoće djela ljubavi.“ Svijet ne smije na našem molitvenom putu ostati izvan, vani. Tada bismo bili na krivome kolosijeku, jer Duh Božji nas čini osjetljivima za nevolje naše okoline.

Bog za našu zadaću rabi s jedne strane naše prirodne darove i talente – jer milost uvijek gradi na naravi. S druge pak strane daje nam Bog i posebno pomazanje (to znači nadnaravnu osposobljenost) za ovo poslanje. Ne preopterećuje nas, ali nas može snažno zahtijevati. Na temelju naših prirodnih darova može putno

toga izgledati nemoguće. Ali pomoću nadnaravnih darova postaje moguće slijediti (vršiti) Božju zapovijed. Stoga trebamo posegnuti za njegovom pomoći, za njegovom snagom.

### **Iz snage Duha Svetoga**

**Slika 14:** Već smo čuli riječi Četvrte euharistijske molitve: „I da ne živimo više sebi, već njemu koji za nas umrije i uskrsnu: onima koji vjeruju, Oče, posla kao prvi dar od tebe Duha Svetoga, da on u svijetu djelo njegovo dovrši i izvrši svako posvećenje.“ Stoga je jako važno da ostanemo priključeni, da ostanemo priključeni u utičnicu Duha Svetoga. Iz povezanosti i odnosa s njim oblikujemo svoju svakodnevicu. U poukama o nutarnjoj molitvi ruskog hodočasnika čitamo: „Tako apostol postavlja molitvu iznad svega. Zaklinjem vas prije svega da molite. Od kršćana se traže mnoga dobra djela. Ali djelo molitve stoji iznad svih drugih stvari. Jer bez molitve nije moguće učiniti ništa.“ Ovo slijedi istu Isusovu misao: „*Bez mene ne možete učiniti ništa*“ (Iv 15,5).

### **Božja djela**

Ali može postojati i opasnost da umjesto da „činimo djela Božja“ mi činimo „djela za Boga“. Moguće je za Boga učiniti puno djela koja nisu nužno i djela Božja. Bilo je dušobrižnika koji su svoju kuću htjeli otvoriti svima, i ovisnicima o drogi. Ali nakon kratkog vremena bila je ova kuća toliko prepuna da oni više nisu mogli obavljati svoj posao. Morali su primijetiti: Bila je to dobra ideja, ali nije bila u skladu s njihovom zadaćom.

Zadaća koju nam daje Bog, uvijek je prilagođena našoj životnoj situaciji. Ako sam u braku i imam obitelj, Boga tada ima puno obzira prema ovim okolnostima. Ne preopterećuje nas. U molitvi osjećamo svoju zadaću, svoje poslanje. U nutarnjoj molitvi možemo razlučivati.

U Poslanici Efežanima Pavao dotiče temu današnjega jedinstva: „*Njegovo smo djelo, stvoreni u Kristu Isusu za dobra djela, koja Bog*

*unaprijed pripravi, da u njima živimo“ (Ef 2,10). Trebamo dakle iznutra izgledati za ovim poslanjem koje nam je polazeći od Boga darovano. Ovo može također glasiti da dan započinjemo s jednim trenutkom zaustavljanja, kako bismo imali pregled dana i povjerali se Njemu. Stanovite stvari su zadane unaprijed, tada ne moramo posebno razmišljati. Ali kod mnogočega imamo i prostor za slobodno oblikovanje i tu se isplati, zaustaviti se kako bismo se pripravili na ono ispravno: Što je sada na redu?*

**Slika 15:** Ne radi se dakle o tome da činimo djela za Boga, nego djela Božja. Molitva svetoga Franje pred Raspetim u San Damianu pojašnjava ovo: „Višnji i slavni Bože, rasvijetli tmine srca moga i daj mi pravu vjeru, čvrsto ufanje i savršenu ljubav, razum i znanje, Gospodine, *da vršim tvoju svetu i istinitu zapovijed.*“

## **6. Poslanje u svakodnevici**

### **Čini ljubavi**

Jedna anegdota pripovijeda da je netko bio namješten u jednoj firmi. Njegova se glavna zadaća sastojala u tome da pogleda brojne strojeve i skrbi da imaju uvijek dovoljno ulja. Preko kontakata sa suradnicima kod pojedinih strojeva dobivao je i daljnje nove zadatke, tako daje kad-tad bio potpuno zaokupljen ovim zadatcima. Ipak nije potrajalo dugo, strojevi su stali budući da ih nije više redovito podmazivao, nego je trebao vrijeme za druge zadatke, koliko god ovi bili dobri. Tako je bio otpušten, budući da nije bio svjestan svoje glavne zadaće.

Katkada su nam u svakodnevici zadane sitnice koje nužno treba obaviti, makar su neznatne. Ovo trebamo činiti s ljubavlju i strpljivo. Tada ove radnje imaju snagu koja je misionarska. Terezija iz Lieieuxa je govorila: „Ako s ljubavlju podignem iglu, tada je ova radnja snaga da se jedan drugi čovjek može obratiti k Bogu.“ Jedan čin ljubavi se širi. Postoji lančana reakcija ljubavi i dobrote koja nešto čini (izdjeluje).

**Slika 16:** Kako možemo svoje talente još bolje otkriti koje nam je Bog zadao? Tko ne može dobro govoriti, možda može dobro peći

kolače. Svatko je na dar dobio talente i karizme. Njih trebamo uložiti u službu drugima. Tako širimo ugodno raspoloženje. Božje kraljevstvo širi se u malome. Mi ne živimo samo za sebe, nego se trebamo angažirati s onime što imamo. Tada možemo svoje poslanje živjeti kao poslanje „izvor zračenja“: On ispod ruševina već vidi sjajni dragulj koji na vidjelo dolazi ljubecim Isusovim djelovanjem.

### **Dijeliti dok ne zaboli**

Kao Crkva trebamo biti usmjereni i na potrebe siromaha. Davati milostinju smatra se djelom milosrđa. Isus je govorio o siromašnoj udovici: „*Uistinu, kažem vam: ova sirota udovica ubacila je više od sviju. Svi su oni, zapravo, među darove ubacili od svoga suviška, a ona je od svoje sirotinje ubacila sav žitak što ga imaše*“ (Lk 21,3-4). Mi ovdje živimo u velikom blagostanju, čak i kad se ima samo jednostavna sredstva.

**Slika 17:** Krevet, krov nad glavom i nešto za jelo, to nije po sebi razumljivo. Stoga ne smijemo zaboraviti one na rubu gladi. Naša je zadaća dijeliti. Majka Terezija je govorila: „Ljubiti znači dijeliti dok ne zaboli.“ To je dio poslanja: Zauzimanje za više pravednosti. Božja obitelj je diljem svijeta. Ako bismo u sobi pokraj imali najsiromašnije ljude svijeta, naši prioriteti – čak i u postupanju s našim materijalnim darovima – smjesta bi se promijenili. Ne moramo dati sve, ali trebamo naučiti davati velikodušno, jer je i Bog velikodušan.

Isus je posve konkretan: „*Što god učiniste jednomu od moje najmanje braće (i sestara), meni učiniste*“ (Mt 25,40). Naše nasljedovanje treba imati posljedice, biti dosljedno i u korist drugih. Poslanje znači predati sama sebe, sama sebe razdati. Siromasi – tako je govorila Majka Terezija – imamo i među nama. Najgore siromaštvo jest znati da nisi voljen. Darujmo dakle ljubav i prihvaćanje kako bismo izazvali val ozdravljenja. Ondje, gdje se čovjekov čin događa iz susreta s Isusom Kristom, ima misijski (misionarski) karakter.

Na kraju svete mise govori svećenik u latinskoj verziji: „Ite, missa est!“ „Idite, sada je poslanje!“ Kad je gotovo, tek tada pravo

započinje. Kraj (završetak) našega seminara znači početak. Krštenjem smo pomazani i poslani na svećeničko, kraljevsko i proročko služenje. Svećeničko služenje sadrži molitvu za potrebe svijeta. Kraljevsko služenje sadrži skrb za druge. To je diakonija. Proročko služenje je u konačnici posljedica je prvih dvaju služenja.

## 7. Obred zahvalnosti i poslanja

**Slika 18:** Rado pjevam s vama na kraju pjesmu br. 5, str. 222... Kutija sa zrnima tamjana kruži uokolo. Možete iz nje uzeti po jedno zrno. Nakon pjesme ostat ćemo neko vrijeme u šutnji, zatim smijemo doći naprijed i tamjan staviti na žeravicu. Kao dim tamjana i naša se molitva uzdiže k Bogu. Smijete ovo učiniti u tišini ili pak zahvalno izreći što sa sobom nosite iz ovoga seminara. Tijekom ovoga obreda pjevamo pjesmu, str. 221. **Pjesma; Kratka tišina, oko tri minute; Obred s tamjanom**

### Poslanje

Sada smijemo dopustiti da nas se pošalje. Pozvani smo istupiti naprijed. Predat ću vam jenu malu svijeću zapaljenu na uskrsoj svijeći. Uz to ću reći jednu biblijsku riječ i predati jednu prateću riječ.

Prateće riječi mogu biti: „Poslan si, Isusa, radosnu vijest nositi u svijet.“ Ili: „Poslan si donositi u svijet, k ljudima Isusovo svjetlo.“

Za to vrijeme može svirati meditativna glazba, koja nudi mogućnost slušati Isusa i prepoznati što ovo poslanje konkretno znači.

*Na ovome mjestu može slijediti jedna pogled naprijed: Kako dalje? Je li prisutna želja za produbljenom molitvom i u zajednici?*

*POV nudi različitu pomoć i materijale.*

*Na kraju agape-slavlje...*



