

Czym jest modlitwa?

Wykład modlitwy według Katechizmu Kościoła Katolickiego

Czym jest modlitwa?

Co to jest modlitwa? Jak powinniśmy się modlić? To są podstawowe pytania, jakie przed nami stają. Najczęściej kojarzymy ją z klęceniem przed Najświętszym Sakramentem lub krzyżem ze złożonymi rękami i odmawianiem albo pacierza lub innych modlitw, albo z osobistym zanoszeniem do Boga prośb własnymi słowami. Przyjrzyjmy się jednak temu, co na temat modlitwy mówi Katechizm Kościoła Katolickiego, który poświęca temu tematowi osobną, czwartą część. We wcześniejszym katechizmie potrydenckim takiej części nie było. Sam wykład otwiera proste określenie, czym jest modlitwa, dane przez św. Teresę od Dzieciątka Jezus:

Modlitwa jest dla mnie wzniesieniem serca, prostym spojrzeniem ku Niebu, okrzykiem wdzięczności i miłości zarówno w cierpieniu, jak i radości¹ (KKK 2558).

Jednak rozstrzygająca o autentyczności modlitwa jest nasza postawa: „Z jakiej pozycji mówimy podczas modlitwy?”. Katechizm od razu wskazuje na zasadniczą postawę konieczną podczas modlitwy:

Podstawą modlitwy jest *pokora*. „Nie umiemy się modlić tak, jak trzeba” (Rz 8, 26). Pokora jest dyspozycją do darmowego przyjęcia daru modlitwy: Człowiek jest żebrakiem wobec Boga (KKK 2559).

Podczas modlitwy najważniejsza jest nasza obecność wobec Boga. On, a nie cokolwiek innego, choćby np. samo skupienie, wyciszenie itd., jest najważniejszy. Często modlitwa jest walką o świadomość tej obecności. Katechizm pisze:

Modlitwa – czy zdajemy sobie z tego sprawę czy nie – jest spotkaniem Boga i naszego pragnienia. Bóg pragnie, abyśmy Go pragnęli (2560).

¹ Św. Teresa od Dzieciątka Jezus, Rękopisy autobiograficzne, C 25 r.

Przy czym to pragnienie jest w istocie odpowiedzią tak jak sama modlitwa. Katechizm pisze, że modlitwa jest ze swojej istoty odpowiedzią. Dotyczy to także, co nas może dziwić, modlitwy prośby:

Nasza modlitwa błagalna jest – w sposób paradoksalny – odpowiedzią. Jest odpowiedzią na skargę Boga żywego: „Opuszcili Mnie, źródło żywej wody, żeby wykopać sobie cysterny popękane” (Jr 2,13). Modlitwa jest odpowiedzią wiary na darmową obietnicę zbawienia, odpowiedzią miłości na pragnienie Jedyne Syna(KKK 2561).

Najlepiej osiągać i trwać w obecności Boga przez nieustanną tęsknotę i pragnienie rozbudzane w sercu. Chociaż „zawsze modli się cały człowiek”, to jednak serce jest prawdziwym centrum naszej modlitwy:

Modli się *serve*. Jeśli jest ono daleko od Boga, modlitwa pozostaje pusta (2562).

Jednak serce w sensie biblijnym oznacza coś innego, niż sobie to zazwyczaj kojarzymy. Nie jest ono centrum emocjonalnym, jak to w naszej kulturze przyjmowano od średniowiecza, ale ukrytym centrum nas samych obejmującym zarówno rozum jak i wolę oraz uczucia:

Serce jest mieszkaniem, w którym jestem, gdzie przebywam (według wyrażenia semickiego lub biblijnego: gdzie „zstępuję”). Jest naszym ukrytym centrum, nieuchwytnym dla naszego rozumu ani dla innych; jedynie Duch Boży może je zgłębić i poznać. Jest ono miejscem decyzji w głębi naszych wewnętrznych dążeń. Jest miejscem prawdy, w którym wybieramy życie lub śmierć. Jest miejscem spotkania, albowiem nasze życie, ukształtowane na obraz Boży, ma charakter relacyjny: serce jest miejscem przymierza (2563).

Ten tekst o sercu warto sobie bardzo głęboko przemyśleć i odkryć w sobie jego głęboką prawdę. Jest to absolutnie podstawowe pojęcie w duchowości, gdyż duchowość biblijna, a potem w tradycji Ojców Kościoła oraz w monastycyzmie jest duchowością serca. Kiedy na Zachodzie rozmyło się właściwe rozumienie serca, posypało się także właściwe rozumienie duchowości. W odniesieniu do modlitwy, to jest nią to, co się dokonuje w sercu i z niego wychodzi. „Modlitwa chrześcijańska jest związkiem przymierza między Bogiem i człowiekiem w Chrystusie” (2564). A zgodnie z określeniem serca dokonuje się to w sercu. Można dodać, że poza sercem takiego przymierza nie ma, bo poza nim nie ma autentycznego spotkania z Bogiem.

Życie modlitwy polega zatem na stałym trwaniu w obecności trzykroć świętego Boga i w komunii z Nim. Ta komunია życia jest zawsze możliwa, gdyż przez chrzest staliśmy się jedno z Chrystusem (por. Rz 6 5). Modlitwa jest o tyle *chrześcijańska*, o ile jest komunią z Chrystusem i rozszerza się w Kościele, który jest Jego Ciałem. Ma ona wymiary miłości Chrystusa (por. Ef 3, 18-21) (2565).

Objawienia modlitwy

W modlitwie wierny Bóg zawsze pierwszy wychodzi z miłością do człowieka; zwrócenie się człowieka do Boga jest zawsze odpowiedzią. W miarę jak Bóg się objawia i objawia człowieka samemu człowiekowi, modlitwa ukazuje się jako wzajemne przyzywanie się, jako wydarzenie Przymierza. Wydarzenie to, przez słowa i czyny, angażuje serce (2567).

Dokonuje się to niezależnie od grzechu człowieka, który nie zniszczył do końca nasze podobieństwo do Boga i tkwiące w głębi serca pragnienie spotkania z Nim. Dlatego modlitwa jest czymś naturalnym w życiu człowieka i stąd „jest udziałem bardzo wielu sprawiedliwych we wszystkich religiach” (2569). Stopniowo jednak jej właściwa głębia objawia się w historii konkretnych postaci oraz w doświadczeniu narodu wybranego zapisanej w Starym i Nowym Testamencie. Doświadczenie Abrahama wskazuje, że „Istotne dla modlitwy jest słuchanie serca, które skłania się do Boga; słowa mają charakter względny” (2570) oraz, że „Modlitwa odnawia w człowieku podobieństwo do Boga i pozwala mu uczestniczyć w mocy miłości Bożej, która zbawia wielu” (2572).

„Psalterz jest księgą, w której słowo Boże staje się modlitwą człowieka” (2587), psalmy ukazują jak „modlitwa jest nierozłącznie modlitwą osobistą i wspólnotową; dotyczy tych, którzy się modlą, a jednocześnie wszystkich ludzi” (2586). Psalmy wyrażają autentyczne duchowe doświadczenia i trudności człowieka wierzącego, jego lęki, pragnienia, radości i smutki, a także uniesienia ducha w uwielbieniu Boga pełnego miłosierdzia. Zawsze wypowiadają chwałę Boga. Księga Psalmów po hebrajsku nosi nazwę „Pieśni chwały”.

Szczególnym objawieniem modlitwy jest modlitwa samego Syna Bożego wcielonego. Odsłania ona prawdę o niej jako o modlitwie synowskiej (zob. 2599). Jezus jako Człowiek uczestniczy we wszystkim, co przeżywają ludzie, Jego bracia. „Cała modlitwa Jezusa zawiera się ... miłującym przyłgnięciu Jego ludzkiego serca do „tajemnicy woli” Ojca (Ef 1, 9)” (2603). Modlitwa Jezusa kierowana dziękczynieniem objawia, że „Dawca jest cenniejszy niż udzielony dar – On jest „Skarbem”, a jest w Nim serce Jego Syna; dar jest udzielany

„jako dodatek” (2604). Jego modlitwa była nieustannym synowskim wołaniem do Ojca. Włączył w nią, szczególnie na krzyżu, wszystkich ludzi z ich cierpieniem i, jak to mówi List do Hebrajczyków: *został wysłuchany dzięki swej uległości* (Hbr 5,7). Bóg-Ojciec wysłuchuje tych modlitw przez Jego zmartwychwstanie.

Jezus także nauczył nas się modlić. Kluczem do naszej modlitwy jest relacja synowska do Boga, który jest Ojcem. Jej podstawą jest wiara. „Wiara jest synowskim przylgnięciem do Boga, ponad tym, co czujemy i pojmujemy” (2609). Wymaga ona od nas nawrócenia, dokładniej *metanoi* – przemiany serca, zmiany sposobu myślenia i wartościowania. „Serce zdecydowane na takie nawrócenie uczy się modlitwy w wierze” (2609). Staje się to możliwe dzięki temu, że Jezus otworzył nam przystęp do Ojca. Otrzymujemy go jednak tylko wówczas, gdy sami jesteśmy gotowi, na wzór Jezusa, pełnić wolę Ojca (zob. 2611). „Nowością modlitwy jest teraz to, że „prosimy w Jego imię” (J 14, 13)” (2614). Jeżeli to robimy autentycznie z pełną wiarą, mamy pewność, że nasza modlitwa zostanie wysłuchana. „W Nowym Przymierzu pewność, że nasze prośby zostaną wysłuchane, opiera się na modlitwie Jezusa” (2614). Modlitwa chrześcijańska jest ostatecznie modlitwą w Duchu Świętym. Jest ona „komunią miłości z Ojcem, nie tylko przez Chrystusa, lecz także *w Nim*” (2615). Dobrze streścił sens tej prawdy o modlitwie chrześcijańskiej św. Augustyn w słowach:

Modli się [tj. Chrystus] za nas jako nasz Kapłan; modli się w nas, bo jest Głową Ciała, którym jesteśmy, a modlimy się do Niego, bo jest naszym Bogiem. Rozpoznamy więc w Nim nasze głosy, a Jego głos w nas samych (2616).

Znakomicie wpisuje się w synowską modlitwę Jezusa Jego Matka, która staje się dla nas ikoną modlitwy. Jej modlitwa Magnifikat jest zarazem Jej modlitwą i modlitwą całego Kościoła.

Wspólnota Kościoła powstała podczas Zesłania Ducha Świętego jest wspólnotą modlitwy. W pierwszych latach jego istnienia stopniowo kształtowały się podstawowe formy modlitwy chrześcijańskiej. Katechizm wymienia następujące formy modlitwy: błogosławieństwa, adoracje, modlitwy prośb, modlitwa wstawiennicza, modlitwa dziękczynienia, modlitwa uwielbienia. Przy czym:

Eucharystia zawiera i wyraża wszystkie formy modlitwy; jest „czystą ofiarą” całego Ciała Chrystusa „na chwałę Jego imienia”; jest – zgodnie z tradycjami Wschodu i Zachodu – „świętą ofiarą uwielbienia” (2643)

Tradycja modlitwy

Niezmiernie ważna jest prawda: „Modlitwa nie sprowadza się do spontanicznego wyrazu odruchu wewnętrznego: aby się modlić, trzeba tego chcieć” (2650). Ona wymaga od nas wysiłku, a jest to wysiłek wymagający najwięcej od nas, bo dotyczy pracy nad własnym sercem. „Modlitwy trzeba się uczyć” (2650).

Mówiliśmy już, że modlitwa ze swojej istoty jest odpowiedzią. Aby ją prawdziwie dać trzeba wpierv usłyszeć Boże wołanie. Dlatego źródłem modlitwy są w pierwszym rzędzie: Słowo Boże należycie czytane i liturgia świadomie odprawiana. Dalej niezmiernie ważne jest praktykowanie cnót teologicznych: wiary, nadziei i miłości, które muszą mieć bardzo konkretne zakorzenienie w naszym „dziś”. Boga żywego można bowiem spotkać jedynie dzisiaj, to znaczy tu i teraz. Dlatego otwarcie się na rzeczywistość taką jaka jest, stanowi podstawę autentycznej modlitwy.

Życie modlitwy

Modlitwa jest życiem nowego serca. Powinna ożywiać nas w każdej chwili. Tymczasem zapominamy o Tym, który jest naszym Życiem i naszym Wszystkim. Dlatego więc mistrzowie życia duchowego, zgodnie z tradycją ksiąg Powtórzonego Prawa i Proroków, kładą nacisk na modlitwę jako „pamięć o Bogu”, częste budzenie „pamięci serca”: „Trzeba przypominać sobie o Bogu częściej, niż oddychamy”². Nie można jednak modlić się „w każdym czasie”, jeśli pragnąc takiej modlitwy, nie modlimy się w pewnych chwilach: są to szczególne momenty modlitwy chrześcijańskiej, jeśli chodzi o intensywność i trwanie (2697).

Tajemnica modlitwy w nas mówi, że albo się nieustannie modlimy, albo wcale. Bóg bowiem nie może być na marginesie naszego życia. On musi być w centrum, albo Go dla nas nie ma. Praktycznie wyraża się to w „nieustannej modlitwie”, która nie oznacza nieustannego odmawiania pacierza, ale jest nieustannym pragnieniem serca, jakie w sobie nosimy i pielegnujemy.

Dlatego więc mistrzowie życia duchowego, zgodnie z tradycją ksiąg Powtórzonego Prawa i Proroków, kładą nacisk na modlitwę jako „pamięć o Bogu”, częste budzenie „pamięci serca”: „Trzeba przypominać sobie o Bogu częściej, niż oddychamy” (2697).

² Św. GRZEGORZ Z NAZJANZU, *Orationes theologicae*, 1, 4: PG 36, 16 B.

Aby do takiej modlitwy dojść potrzebne są szczególne chwile poświęcone tylko na modlitwę. Zazwyczaj właśnie te chwile nazywamy modlitwą. Jednak celem modlitwy jest „życie modlitwą”. „Tradycja Kościoła proponuje wier-
nym pewien rytm modlitwy, mający podtrzymywać modlitwę nieustanną, (2698). Do tego rytmu modlitwy należą: modlitwa poranna i wieczorna, przed jedzeniem i po jedzeniu, Liturgia Godzin. Ważne są także wszystkie chwile osobistej modlitwy w ciągu dnia i nocy jak adoracja Chrystusa w Najświętszym Sakramencie lub ukrzyżowanego, a także krótkie wezwania modlitewne w dowolnej chwili dnia i w różnych sytuacjach. Wtedy poświęcamy czas jedynie na spotkanie z Bogiem.

Modlitwa wyraża się w różny sposób. Najłatwiej uchwytana i jednocześnie najbardziej powszechna jest modlitwa ustana, podczas której zwracamy się do Boga słowami wziętym z tradycji lub własnymi.

Najważniejsze jednak jest otwartość serca dla Tego, do kogo mówimy w modlitwie. To, „czy nasza modlitwa będzie wysłuchana, nie zależy od ilości słów, lecz od zapалу naszych dusz” (2700).

Ta forma modlitwy jest zawsze aktualna zarówno na etapie początkowym nauki modlitwy, jak również na etapach zaawansowanych. „Modlitwa ustna jest niezbędnym elementem życia chrześcijańskiego” (2701). Obok modlitwy ustnej Katechizm wymienia jeszcze rozmyślanie i kontemplację. Jednak w tym miejscu muszę osobiście wprowadzić pewne korekty. Rozmyślanie, które jest refleksją nad treściami, które się czyta lub pojawiają się spontanicznie w sercu, stawia nas w zupełnie innej relacji do Boga niż modlitwa, które jest bezpośrednim zwróceniem się do Niego jako Ty obecnego tu i teraz. Rozmyślanie dokonuje się w relacji: „ja – On” lub „ja – To”, gdzie To jest tajemnicą dotyczącą Boga. W tym sensie jest ono dobrym przygotowaniem do modlitwy, czyli spotkania „ja – Ty” z Bogiem, ale samo nie jest modlitwą. W tradycji monastycznej istnieje medytacja, która nie jest rozmyślaniem, lecz wysiłkiem bycia przed żywym Bogiem w całej otwartości naszego istnienia.

Natomiast to, co polski przekład Katechizmu nazywa „kontemplacją”, należy tłumaczyć „modlitwa wewnętrzna”. W oryginale francuskim jest to „l'oraison”. Kontemplacja we właściwym sensie pojawia się w tym rozdziale tylko jeden raz. Niemniej ten tekst (numery 2709–2719) stanowią jakby jądro nauki o modlitwie. Warto ten fragment przytoczyć w całości.

III. Modlitwa wewnętrzna (L'Oraison – KKK 2709–2719)

²⁷⁰⁹ Co to jest modlitwa wewnętrzna? Św. Teresa odpowiada: „Modlitwa wewnętrzna nie jest, według mnie, niczym innym jak głębokim związkiem przyjaźni, w którym rozmawiamy sam na sam z Bogiem, w przekonaniu, że On nas kocha”.

Modlitwa wewnętrzna szuka Tego, „którego miłuje dusza moja” (Pnp 1,7), to znaczy Jezusa, a w Nim Ojca. Jest On szukany, bo pragnienie Boga jest zawsze początkiem miłości. Jest szukany w czystej wierze, w tej wierze, która sprawia, że rodzimy się z Niego i w Nim żyjemy. W czasie takiej modlitwy można czasem jeszcze rozmyślać, w każdym jednak razie spojrzenie kieruje się ku Panu.

²⁷¹⁰ Wybór *czasu i długości trwania modlitwy wewnętrznej* zależy od zdecydowania woli, objawiającej tajemnice serca. Nie modlimy się wtedy, kiedy mamy czas: znajdujemy czas, by być dla Pana, z silnym postanowieniem, aby Mu czasu później nie odbierać, niezależnie od doświadczeń czy oschłości spotkania. Nie zawsze można rozmyślać, ale zawsze można wejść w modlitwę wewnętrzną, niezależnie od warunków zdrowia, pracy czy uczuciowości. Serce jest miejscem, gdzie szukamy Go i spotykamy, w ubóstwie i w wierze.

²⁷¹¹ *Wejście w modlitwę wewnętrzną* jest analogiczne do wejścia w liturgię eucharystyczną: jest nim „skupienie” serca; poddanie całej naszej istoty tchnieniu Ducha Świętego; zamieszkanie w domu Pańskim, jakim jesteśmy; pobudzenie wiary, by wejść w obecność Tego, który nas oczekuje; zrzucenie wszelkich masek i zwrócenie serca do kochającego nas Pana, aby oddać się Mu jako ofiara, która zostanie oczyszczona i przekształcona.

²⁷¹² Modlitwa wewnętrzna jest modlitwą dziecka Bożego, grzesznika, któremu przebaczone, który zgadza się na przyjęcie miłości, jaką jest kochany i chce na nią odpowiedzieć jeszcze bardziej kochając (Por. Łk 36–50; 19,1–10). Jest on jednak świadomy, że jego odwzajemniająca miłość jest tą miłością, którą Duch rozlewa w jego sercu, albowiem wszystko jest łaską od Boga. Modlitwa taka jest pokornym i ubogim oddaniem się miłującej woli Ojca w coraz głębszym zjednoczeniu z Jego umiłowanym Synem.

²⁷¹³ Modlitwa wewnętrzna jest więc najprostszą formą tajemnicy modlitwy. Jest ona *darem*, łaską; nie można przyjąć jej inaczej jak tylko w pokorze i ubóstwie. Modlitwa taka jest związkiem *przymierza* ustanowionym przez

Boga w głębi naszej istoty (Por. Jr 31,33), jest *komunią*: Trójca Święta kształtuje w niej człowieka – obraz Boży – „na swoje podobieństwo”.

²⁷¹⁴ Modlitwa wewnętrzna jest także najbardziej *intensywnym czasem* modlitwy. W niej Ojciec sprawia w nas „przez Ducha swego wzmocnienie siły wewnętrznej człowieka”, by Chrystus zamieszkał przez wiarę w naszych sercach i abyśmy zostali „wkorzeni i ugruntowani” w miłości (Ef 3,16-17).

²⁷¹⁵ Kontemplacja jest *spojrzeniem* wiary utkwionym w Jezusa Chrystusa. „Wpatruję się w Niego, a On wpatruje się we mnie” – mówił wieśniak z Ars modlący się przed tabernakulum do swego świętego proboszcza. Ta uwaga zwrócona na Niego jest wyrzeczeniem się własnego „ja”. Jego spojrzenie oczyszcza serce. Światło spojrzenia Jezusa oświeca oczy naszego serca; uczy nas widzieć wszystko w świetle Jego prawdy i Jego współczucia dla wszystkich ludzi. Modlitwa wewnętrzna kieruje również wzrok na misteria życia Chrystusa. W ten sposób uczy „wewnętrznego poznania Pana”, by Go coraz bardziej kochać i iść za Nim.

²⁷¹⁶ Modlitwa wewnętrzna jest *sluchaniem* słowa Bożego. Słuchanie to, dalekie od bierności, jest posłuszeństwem wiary, bezwarunkowym przyjęciem tego słowa przez sługę i miłującym przyłgnięciem dziecka. Uczestniczy ono w „Tak” Syna, który stał się Sługą i w „Fiat” Jego Pokornej Służebnicy.

²⁷¹⁷ Modlitwa wewnętrzna jest *milczeniem*, „symbolem świata, który nadchodzi”, lub „milczącą miłością”. Słowa nie mają tutaj charakteru dyskursywnego, lecz są niczym kawałki chróstu, które podsycają ogień miłości. To w tym milczeniu, nieznośnym dla człowieka „zewnętrznego”, Ojciec wypowiada w nas swoje Słowo, które wciela się, cierpi, umiera i zmartwychwstaje, a Duch przybrania za synów pozwala nam uczestniczyć w modlitwie Jezusa.

²⁷¹⁸ Modlitwa wewnętrzna jest zjednoczeniem z modlitwą Jezusa w takim stopniu, w jakim pozwala uczestniczyć w Jego misterium. Misterium Chrystusa jest sprawowane przez Kościół w Eucharystii, a Duch Święty pozwala nam żyć nim w modlitwie, aby objawiało się przez czynną miłość.

²⁷¹⁹ Modlitwa wewnętrzna jest *komunią miłości* przynoszącą Życie dla wielu w takiej mierze, w jakiej jest ona zgodą na trwanie w nocy wiary. Paschalna Noc Zmartwychwstania przechodzi przez noc agonii i grobu. Są to trzy szczególne chwile Godziny Jezusa, które Jego Duch (a nie „słabe ciało”) ożywia w naszej modlitwie. Trzeba zgodzić się, by „czuwać z Nim jedną godzinę” (Por. Mt 26,40).

Jak widzimy modlitwa wewnętrzna jest szukaniem Tego, „którego miłuje moja dusza, to znaczy Jezusa”. U podstaw modlitwy jest tęsknota miłości, a nie np. obowiązek wypełnienia powinności. Historia modlitwy wewnętrznej w istocie jest historią miłości z całym jej dramatem. Z tej racji „rozmyślanie o” traci swoje znaczenie, bo jej dynamika wyrasta z pragnienia spotkania i jedności. Autentyczność tej tęsknoty można sprawdzić przez sprawdzenie, na ile jesteśmy hojni lub skąpi w odniesieniu do czasu, jaki na modlitwę poświęcamy. Jeżeli nie mamy czasu dla kogoś ukochanego, to trudno mówić o prawdziwej miłości.

Sama modlitwa dokonuje się w sercu, do którego nie mamy wprost dostępu. Właściwym sprawcą modlitwy jest Duch Święty, który zamieszkuje nasze serce. My do niego zstępujemy przez skupienie w wierze dzięki której wchodzimy w obecność Tego, który nas oczekuje. Nie można tego zrobić trzymając się jakiejś maski, jednej z tych jakie zwykle w życiu nosimy. Spotkanie z Bogiem jest możliwe jedynie w całkowitej prawdzie i to w wymiarze egzystencjalnym.

Modlitwa wewnętrzna jest modlitwą dziecka Bożego, które zdaje sobie sprawę ze swojej grzeszności, ale które jednocześnie wie, że Ojciec mu przebacza, gdy ze skrucą serca prosi o to przebaczenie. Obdarowanie niezasłużoną łaską przebaczenia powoduje w nas wylanie się łez skruchy, które obmywają serce. Można tego doświadczyć jedynie w pokorze, w świadomości, że sama modlitwa i wszystko, co mamy, jest darem łaski, które możemy przyjąć jedynie w pokorze i ubóstwie. Wprowadza nas ona w przymierze i komunie z Jedynym pokornym i ubogim. Modlitwa wewnętrzna jest w ten sposób najprostszą, ale też najbardziej intensywną formą modlitwy. Jest ona zawsze możliwa, bo Bóg jest zawsze obecny w naszym sercu. Otwarcie na nią wzmacnia w nas „wewnętrznego człowieka”, nowe stworzenie w nas przez wkorzenie i ugruntowanie w miłości.

Zgodnie z orędziem Pana Jezusa: *Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą* (Mt 5,8), modlitwa wewnętrzna prowadzi do kontemplacji, która „jest spojrzaniem wiary utkwionym w Jezusa Chrystusa” (2715). Jednocześnie Jezus spogląda na nas oczyszczając nasze wnętrza obdarzając nas nowymi oczyma, byśmy mogli patrzeć na świat Jego oczami. „Boże widzenie jest wszystkim w życiu duchowym”³. W ten sposób także poznajemy Pana od wewnątrz tym bardziej Go kochając.

³ MICHEL PHILIP LAROCHE, *Mały Kościół. Mistyczna przygoda małżeństwa*, Poznań 1989, 30n.

Modlitwa wewnętrzna bierze się ze słuchania Słowa Bożego, które rozpoznajemy w sobie jako prawdę i dobro i dlatego też przyjmujemy z wiarą i dziękczynieniem. *Dlatego też przez Niego wypowiada się nasze „Amen” Bogu na chwałę* (2 Kor 1,20), które jest udziałem w Jezusowym „Tak” i „Niech mi się stanie” Marii. Jest przez to milczeniem, milczącą miłością oczekującą nowego świata. Jest udziałem w błogosławieństwie „cichych”. Słowa mają w niej znaczenie drugorzędne, są jak chrust, który podtrzymuje palący się ogień miłości. Jest ona całkowicie niezrozumiała i nie do przyjęcia dla „zewnątrznego człowieka”, czyli człowieka żyjącego jedynie tym, co na świecie.

Modlitwa wewnętrzna wypływa ze spotkania z Misterium Chrystusa, którego doświadczamy najpełniej podczas liturgii. Dlatego powiązanie modlitwy wewnętrznej z liturgią jest niezmiernie ważne. Są one ze sobą powiązane tak, jak w oddechu wdech i wydech. Wtedy dopiero prawdziwie możemy przeżywać zarówno liturgię jak i autentyczne spotkanie z Bogiem na modlitwie. Modlitwa wewnętrzna staje się zjednoczeniem z modlitwą Jezusa przez udział w Jego misterium, które najpełniej jest nam dane w Eucharystii. Ono prowadzi nas do czynnej miłości. W ten sposób modlitwa wewnętrzna niesie życie dla wielu przez komunie miłości, jaką przyjmujemy i niesiemy w świat. To jednak wymaga naszego udziału w misterium paschy Chrystusa, która rozpoczyna się od godziny agonii, idzie przez mękę i śmierć, a prowadzi do zmartwychwstania. *Kto chce zachować swoje życie, straci je; a kto straci swe życie z mego powodu, znajdzie je* (Mt 16,25).

„Modlitwa jest darem łaski oraz zdecydowaną odpowiedzią z naszej strony” (2725). Dlatego wymaga ona wysiłku. Podczas modlitwy najlepiej odkrywamy, że jesteśmy w centrum duchowej walki, która nie jest walką przeciwko komukolwiek z ludzi, ale jest walką z namiętnościami jakie w nas nurtują oraz *przeciw Władzom, przeciw rządcom świata tych ciemności, przeciw pierwiastkom duchowym zła na wyżynach niebieskich* (Ef 6,12). Zły robi wszystko aby nas odciągnąć od autentycznej modlitwy do Boga i zjednoczenia z Nim. Modlitwa jest zasadniczą sprawą w naszym życiu:

Modlimy się tak, jak żyjemy, ponieważ tak żyjemy, jak się modlimy. Jeśli nie chcemy stale postępować według Ducha Chrystusa, nie możemy także stale modlić się w Jego imię. „Duchowa walka” nowego życia chrześcijanina jest nieodłączna od walki modlitwy (2725).

Modlitwa jest najbardziej widocznym polem walki. Podczas niej najłatwiej zobaczyć nachodzące nas rozmaite myśli, które starają się nas od niej odciągnąć. Starożytni mnisi nazywali je *logismoi*. Nie są to jedynie myśli w sensie

intelektualnych treści, ale także wspomnienia, marzenia, uczucia, pragnienia, żale, tęsknoty itd. Podczas modlitwy są one rozproszonymi, z którymi nie należy walczyć wprost.

Próba odrzucenia roztargnienia równałaby się popadnięciu w jego sidła, podczas gdy wystarczy powrócić do swego serca: roztargnienie wyjawia nam, do czego jesteśmy przywiązani, i pokorne uświadomienie sobie tego przed Panem powinno obudzić naszą miłość przede wszystkim do Niego przez zdecydowane ofiarowanie Mu naszego serca, by je oczyścił. Tu właśnie ma miejsce walka: chodzi o wybór Pana, któremu mamy służyć (2729).

Katechizm nie podejmuje samych myśli, ale omawia braki, które powodują, że one do nas trafiają. Należą do nich: błędne pojęcie o modlitwie, które powoduje błędne oczekiwania i próby jej prowadzenia. Dużym zagrożeniem jest sprowadzenie jej do procesu psychologicznego, który prowadzi do doświadczenia pustki wewnętrznej. Inni natomiast widzą w modlitwie konieczny rytuał. Także rozumienie modlitwy jako czegoś sprzecznego i nie do pogodzenia ze zwykłym życiem, także świadczy o jej błędnym zrozumieniu.

Dalej współczesna mentalność sprzeciwia się modlitwie, gdyż „modlitwa jest tajemnicą, która przekracza naszą świadomość i podświadomość” (2727). Dlatego modlitwa nie sprowadza się do czegoś sprawdzalnego eksperymentalnie, ani nie jest czymś użytecznym, ani ucieczką od czynnego zaangażowania i odwróceniem się od świata. Trudności jeszcze się zwiększają, gdy doświadczamy niepowodzeń w modlitwie: oschłości, braku uzyskania pomocy od Pana według naszych oczekiwań. Te doświadczenia wymagają „walki o pokorę, ufność i wytrwałość” (zob. 2728). Trzeba odrzucać wszelkie zniechęcenie i oschłość serca, także znużenie – które mnisi nazywali acedią, duchową depresję. Lekarstwem na nią jest wytrwałość. Od strony pozytywnej potrzeba czujności i prostoty serca.

Osobnym zagadnieniem jest „skuteczność modlitwy”. Wielu ludzi rezygnuje z modlitwy, bo uważają, że ona nie jest skuteczna. Błąd takiego myślenia polega na złym podejściu do modlitwy: modlitwa do Boga nie może być środkiem do uzyskiwania wypełniania naszych pragnień. „Przemiana modlącego się serca jest pierwszą odpowiedzią na naszą prośbę” (2739).

Ostatecznie chodzi o nieustanną modlitwę (zob. 1 Tes 5,17). Wymaga ona walki, bo Zły robi wszystko, by nas od niej odciągnąć. „Wbrew naszemu znużeniu i lenistwu walka modlitwy jest walką pokornej, ufnej i wytrwałej *miłości*. Miłość ta otwiera nasze serca na trzy oświecające i ożywiające prawdy dotyczące modlitwy” (2742):

- Modlitwa jest zawsze możliwa
- Jest ona koniecznością życiową
- Modlitwa i życie chrześcijańskie są nierozłączne.

Nic nie jest tak ważne jak modlitwa; sprawia ona, że to co niemożliwe, staje się możliwe, to, co trudne, staje się łatwe. Jest niemożliwe, aby grzeszył człowiek, który się modli (2744).

Modlitwa i życie chrześcijańskie są nierozłączne, gdyż chodzi o tę samą miłość i o to samo wyrzeczenie, które wypływa z miłości; tę samą synowską i miłującą zgodność z zamysłem miłości Ojca; tę samą przekształcającą jedność w Duchu Świętym, który coraz bardziej nas upodabnia do Jezusa Chrystusa; tę samą miłość do wszystkich ludzi, tę miłość, jaką Jezus nas umiłował. „Wszystko da wam Ojciec, o cokolwiek Go poprosicie w imię moje. To wam przykazuję, abyście się wzajemnie miłowali” (J 15, 16-17).

Ten tylko modli się nieustannie, kto modlitwę łączy z czynami, a czyny z modlitwą. Tylko w ten sposób możemy uznać za możliwą do urzeczywistnienia zasadę nieustannej modlitwy (2745).

Katechizm zwraca uwagę na modlitwę arcykapłańską Jezusa wypowiedzianą podczas Ostatniej Wieczerzy (J 17). Jest to Jego najdłuższa modlitwa w Ewangeliach i obejmująca całość Jego misji zbawczej. Jest ona wielką prośbą o jedność chrześcijan.

Na końcu Katechizm komentuje Modlitwę Pańską „Ojcze nasz”, która jest podstawową modlitwą chrześcijanina i jednocześnie szkołą naszej modlitwy. Jest ona także streszczeniem Ewangelii.