

sobota, 29.02.2020

Dzień I / klasy 7-8

[embedyt] <https://www.youtube.com/watch?v=MZaVa7OnjNo>[/embedyt]

[embedyt] <https://www.youtube.com/watch?v=eyNaDUhUMVo>[/embedyt]

[embedyt] <https://www.youtube.com/watch?v=Thmhsl0HDao>[/embedyt]

Dlaczego post, modlitwa i jałmużna?

TOMASZ KWIECIEŃ OP

MODLITWA, POST I JAŁMUŻNA

Kościół zaleca chrześcijanom trzy wielkopostne praktyki – modlitwę, post i jałmużnę. Czasami zdarza się te praktyki lekceważyć, traktować jako „opcje” do wyboru, z których można, ale nie trzeba skorzystać. Tak naprawdę są one jednak esencją i fundamentem chrześcijańskiego życia. I to całego życia, a nie tylko czterdziestu dni Wielkiego Postu

modlitwa

[embedyt] <https://www.youtube.com/watch?v=QzsGaET9PB0>[/embedyt]

Pewien piętnastowieczny mędrzec cytowany w księdze Zoharu mówił, że woli studiować niż się modlić, bo wtedy Bóg mówi do niego, a nie on do Boga. Słowa te są odrobinę przewrotne, bo można by na ich podstawie całkiem niesłusznie zwolnić się z modlitwy, ale przecież tak naprawdę modlitwa nie powinna być tylko mówieniem do Boga, ale przede wszystkim słuchaniem Go. Tego właśnie dotyczy zalecenie Jezusa z Kazania na Górze: nie bądźcie gadatliwi (Mt 6,7) – nie bądźcie, bo nie usłyszycie, a także nie mówcie za wiele, bo czasami im więcej słów, tym mniej w nich treści.

Prawdziwa modlitwa jest przede wszystkim uczeniem się otwartości wobec Boga, wejściem w studiowanie Jego Prawdy jedynej, wsłuchiwanie się i wczytywanie w Słowo. Jest także po prostu byciem wobec Boga. Starzec Serafin z góry Atos zapytany jak się modlić, wskazał górę i powiedział: „Naucz się najpierw medytować jak góra. Zapytaj ją, co czyni, aby się modlić”. Chodzi o to, żeby trwać w Jego obecności. Góra po prostu jest.

Modlitwa jest „wejściem do własnej izdebki” (por. Mt 6,6) – do swojego wnętrza, jest wsłuchiwanie się w samego siebie i nieustannym pytaniem „kim jestem?”. Wejście we własną głębię może być dla nas czasem trudne i zaskakujące. Można doświadczyć w sobie samym nie tylko wzniosłości i szlachetności, ale i niskich pobudek i emocji. Ewagriusz z Pontu mówił: „Jeśli się modlisz tak jak trzeba, spodziewaj się tego, co nie trzeba”. To znaczy: doświadczysz siebie także w tym, co ci się nie będzie podobać, w czym nie będziesz niewiniątkiem.

Modlitwa to więc zarazem słuchanie, mówienie, doświadczanie, poznawanie. To dużo więcej niż zbiór słów, które wypowiadamy do Boga. Z tymi słowami i z samą modlitwą jest trochę tak, jak z partyturą i z muzyką – wielu muzyków korzysta z jednych nut, ale każdy odgrywa je inaczej, ponieważ każdemu inaczej gra dusza.

W Kazaniu na Górze Jezus mówi także, aby nie być „jak obłudnik” (por. Mt 6,5), nie modlić się ostentacyjnie, nie obnosić się ze swoją wiarą. W czasach, w których to głosił, religia była powodem do dumy. Współcześnie włożono nam do głów, że jest ona czymś wstydliwym, tak intymnym, że nie należy jej w ogóle pokazywać. Myślę, że obok ewangelicznego, warto mieć na podorędziu drugi obraz modlącego się człowieka, niestety nie chrześcijanina, ale muzułmanina. W godzinie, o której należy się modlić, wyciąga on dywanik do modlitwy i bije pokłony w stronę Mekki, zupełnie nie zainteresowany tym, co się wokół niego dzieje. Nie jest ostentacyjny, tylko nie obchodzi go, czy ludzie patrzą. Być może słowa „nie bądźcie jak obłudnicy” trzeba dzisiaj odczytywać jako „bądźcie wolni w swojej modlitwie”, nie ukrywajcie się wstydliwie, gdy czynicie znak krzyża, ale też nie róbcie z tego powodu „wielkiego halo”.

Jeden z braci opowiadał, że gdy przeżegnał się w pociągu przed podróżą, jeden ze współpasażerów zapytał go, po co to robi. A on odpowiedział po prostu „żeby mniej trzęsło”.

Czasem nie trzeba się przejmować tym, co inni powiedzą, czasem wystarczy pełna spokoju i pogody, trochę ironiczna odpowiedź. Bo mamy prawo do tego, by się modlić.

post

[embedyt] <https://www.youtube.com/watch?v=1rNplmA5z6I>[/embedyt]

W tradycji chrześcijańskiej każde ważne święto zawsze miało swoją wigilię i było poprzedzone postem. Im ważniejsze, tym post był dłuższy. Post i święto to jakby awers i rewers tej samej monety. Już sama ich nierozłączność pokazuje, jak bardzo post jest ważny i z jak wielką regularnością, stałością powinien pojawiać się w życiu chrześcijanina. Kojarzy się on przede wszystkim z głodówką, z przedsięwziętym oczyszczeniem ciała. Jest to oczywiście ważne, bo wspomaga modlitwę. Jednak nie oczyszczająca dieta jest istotą postu, ale zjednoczenie z Jezusem – takie, żeby pamiętała o Nim każda część nas samych, nie tylko nasz intelekt i dusza, ale także każde włókno ciała.

Poszczenie jest też takim czasem, w którym uświadamiamy sobie swoje najgłębsze potrzeby. Zaczynamy rozumieć, że pragnienia i głód, które odczuwamy, znacznie przekraczają sferę biologiczną. Poszcząc stawiamy czoło naszym lękom. Zwróćmy uwagę jak często jest tak, że człowiek je właśnie dlatego, że się lęka. Jedzenie i seks to dwa najbardziej popularne środki przeciwbólowe na ból istnienia. Czasami przez objadanie się głuszymy nasz wewnętrzny niepokój, strach o własną egzystencję, o to kim jesteśmy, kim będziemy. Post natomiast to czas, który każe popatrzeć na nasze życie inaczej. Podobnie jak modlitwa, skłania nas on do tego, aby zajrzeć we własne wnętrze, stanąć naprzeciw tego, czego się boimy, poznać to i czekać na Boże światło, które nas uleczy. Czujemy wtedy, jak wielki mamy w sobie głód Boga.

Takie przeżywanie postu jest w pewnym sensie odpowiedzią na to, co wydarzyło się w Raju. Obraz, jaki autor natchniony wybrał, by przybliżyć nam prawdę o upadku, nie jest – jak nic w Biblii – przypadkowy. Adam zgrzeszył jedząc. My – nie jedząc, za to karmiąc się Słowem Bożym – staramy się odwrócić skutki jego grzechu. Wielki Post – mówi jeden z tekstów liturgii bizantyjskiej – to świetliste święto, w którym człowiek w Słowie tym odnajduje pokarm podobny do rajskiego pokarmu Adama.

Sposób, w jakim pościmy, powinien być dostosowany do realiów i do warunków życia każdego człowieka. Inaczej będzie wyglądał post osoby, która ma zwyczaj głodzić się i nie dogadzać samemu sobie, a inaczej obżartucha. Dzieło postu powinno być adekwatne w stosunku do tego, kim jesteśmy. Może się okazać, że dla kogoś ważniejsza od wyrzeczenia się jedzenia będzie na przykład rezygnacja z korzystania z internetu lub oglądania telewizji. Przecież karmimy nie tylko żołądek, ale wszystkie nasze zmysły. Nie zawsze jednak mamy taką dowolność w wyborze pokutnego czynu, bo trzeba zaznaczyć, że istotnym wymiarem postu jest także wymiar wspólnotowy. W każdy piątek wyrzekamy się jedzenia mięsa nie po to, aby się umartwiać, bo dla wielu z nas nie jest to żadne umartwienie, ale po to, żeby swoją postawą dać znać, że należymy do Kościoła. Poprzez znak zewnętrzny pokazujemy naszą jedność: wspólnotę wiary i wspólnotę przeżycia.

jałmużna

[embedyt] <https://www.youtube.com/watch?v=ydaxLmVsTLA>[/embedyt]

Modlitwa i post są dziełami człowieka kierowanymi „do wewnątrz”, budują one człowieka i przygotowują na spotkanie z Bogiem. Jałmużna natomiast jest ich wynikiem, emanacją tego dobra, które dzięki dwóm pierwszym dziełom nagromadziło się w człowieku. Jest jakby papierkiem lakmusowym, który sprawdza, czy na pewno dobrze się modliłem i dobrze pościłem. O ile modlitwa i post, obok otwarcia na Boga, otwierają nas na nasze własne wnętrza i potrzeby, o tyle jałmużna otwiera na potrzeby drugiego człowieka. Podobnie jak w wypadku pozostałych wielkopostnych praktyk, Kazanie na Górze poucza – nie dawaj jałmużny głośno, broń się przed ostentacją i teatralnością! Mówi: zrób to w ukryciu – tak, żeby „twoja lewa ręka nie widziała, co robi prawa” (por. Mt, 6-3), dawaj jałmużnę odruchowo, niech będzie ona dla ciebie tak oczywista i codzienna, że aż niezauważona, niech będzie jak szczotkowanie zębów rano i wieczorem! Ale z drugiej strony niech to będzie świadomy akt czynienia dobra.

W jałmużnie nie chodzi tylko o dawanie pieniędzy. Są ludzie, którzy nigdy w życiu ich nikomu nie dali, a mimo to są wielkimi jałmużnikami, bo jałmużna to coś więcej niż wsparcie materialne. Nie wystarczy tutaj uspokojenie sumienia taką czy inną darowizną. Nie chodzi tylko o świeczkę Caritasu albo złotówkę na Wielką Orkiestrę Świątecznej Pomocy. Często ważniejsze jest danie drugiemu człowiekowi swojego czasu, poświęcenie mu chwili uwagi, spojrzenie w oczy, podniesienie jego godności.

Tekst z:

<https://opoka.org.pl/biblioteka/T/TS/jalmuzna.html>

Modlitwa na zakończenie

Panie Jezu Chryste, dla nas przyjąłeś los ziarna pszenicy, które pada w ziemię i obumiera by wydać plon obfity (J 12, 24).

Zapraszasz nas byśmy kroczyli za Tobą tą drogą,

gdy mówisz: «Ten, kto kocha swoje życie, traci je, a kto nienawidzi swego życia na tym świecie, zachowa je na życie wieczne» (J 12, 25).

[...] Pomóż nam [w tym Wielkim Poście] towarzyszyć Ci nie tylko szlachetnymi myślami,

lecz przejść Twoją drogę sercem, nawet więcej: konkretnymi uczynkami codziennego życia.

Dopomóż nam wejść na drogę krzyża całymi sobą i na zawsze pozostać na Twej drodze.

Uwolnij nas od lęku przed krzyżem, ze strachu przed wyśmianiem przez innych, z obawy, że nasze życie może się nam wymknąć, jeśli nie chwycimy wszystkiego, co niesie.

Pomóż nam demaskować pokusy,

które obiecują życie, lecz których ułudy zostawiają w nas ostatecznie pustkę i zawód.

Pomóż nam nie chcieć zawładnąć życiem, ale je dawać.

Dopomóż, abyśmy towarzysząc Ci na drodze pszenicznego ziarna, znaleźli w «traceniu życia» drogę miłości, drogę, która prawdziwie daje życie, życie w obfitości» (J 10, 10).

kard. Joseph Ratzinger, Benedykt XVI

5 rad na Wielki Post

Weszliśmy w kolejny okres liturgiczny – Wielki Post. Jest tuż tuż, już wylania się zza zakrętu. Ma on nam wszystkim pomóc przygotować się na przeżycie Triduum Paschalnego i Niedzieli Zmartwychwstania Chrystusa. Co zrobić, aby ten czas przeżyć?

Wspowiadać się

Zaczynając Wielki Post, chcąc go dobrze przeżyć po prostu trzeba zrobić porządek. A nic tak w tym nie pomaga jak spowiedź. Dobry rachunek sumienia pozwalający zobaczyć to, co wymaga wyrzucenia, a następnie przyjęcie miłosiernej miłości Boga – to fundamenty, na których warto budować. Wiem, że Środa Popielcowa już jutro, ale warto skorzystać z sakramentu pokuty jeszcze zanim dasz sobie posypać głowę popiołem. Podejmij postanowienie

Tu moja mała sugestia. Jeśli postanawiasz czegoś nie robić, z czegoś zrezygnować to podejmij dodatkowe postanowienie – w to zwolnione miejsce wprowadź jakieś dobro. Wyrzekasz się na 40 dni słodyczy? Fajnie, ale może dołóż do tego wyrzeczenia postanowienie jedzenia codziennie owoców? Nie zostawiaj po prostu w swoim sercu pustki. „Zło dobrem zwyciężaj.” Chodź na nabożeństwa

W adwencie mamy roraty, podczas Wielkiego Postu są drogi krzyżowe i gorzkie żale. Jeśli chcesz więc przeżyć czas nawrócenia, wyprostować swoje ścieżki dla Pana to gorąco cię zachęcam, byś uczestniczył w tych nabożeństwach. Szczególnie droga krzyżowa może stać się czasem, w którym odkryjesz jak wielką miłością obdarzył cię Bóg. Modlitwa, post, jałmużna to trzy filary wielkiego postu. Modlitwa i jałmużna chyba nie wymagają większego komentarza. Problem pojawia się przy poście. Po co pościć i jak pościć? Odnoszę wrażenie, że dziś wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych to nie jest już post. W dobie coraz bardziej szykownych potraw bezmięsnych odmówienie sobie mięsa nie stanowi żadnego wyrzeczenia. Post jest po to, by poczuć głód lub szerzej – jakiś brak. Postem może być np. rezygnacja w piątek z internetu, wyłączenie telefonu. Ważne jest to, by poczuć jakąś pustkę, bo dopiero wtedy możemy w to miejsce zaprosić Chrystusa. Nie spinaj się

Jeśli ci coś nie wyjdzie, złamiesz swoje postanowienie, pamiętaj, że celem nie jest „40 dni bez...(tu coś wstaw)” Nie. Celem jest przeżycie śmierci i zmartwychwstania Jezusa Chrystusa! Jeśli cokolwiek ci ten cel zasłania – zrezygnuj z tego i to usuń. Zweryfikuj swoje postanowienia. Pomódl się, rozeznaj czego tak naprawdę ci potrzeba. Jeśli Wielki Post będziesz przeżywał w napięciu, jeśli myślisz tylko o tym, kiedy wreszcie będziesz mogła zjeść słodycze, napić się coli – to zrób to już teraz. Nie czekaj na Wielkanoc.

Zabawy integracyjne

[embedyt] <https://www.youtube.com/watch?v=OnYbgGqyMlk/>[embedyt]

[embedyt] <https://www.youtube.com/watch?v=IFWysdCgVNg/>[embedyt]

[embedyt] <https://www.youtube.com/watch?v=66heZSTrweQ/>[embedyt]