

СУСТРЭЧА 7

СЭРЦА ЗВЕРНУТАЕ ДА БОГА

«Малітва з'яўляецца глыбокім настаўленнем душы, чымсьці большым, чым толькі словамі, але таксама ўвагай, прысутнасцю ўсяго чалавека перад Богам, цела і душы, усіх схаваных у ім магчымасцяў».

а. Анры Кафарэль

1. Уводзіны

Малітва – гэта час ціхага слухання, сэрцам пры Сэрцы Бога, гэта час адкрывання і прыняцця Божага плану адносна мяне. Бог не аб'яўляецца ў шуме, Ён у «лёгкім ветры». Малітва развівае ў нас здольнасць слухаць і размаўляць з Богам. Хто моліцца, той шукае Бога, як чытаем у псалме: «Як лань імкнецца да водных патокаў, так душа мая імкнецца да Цябе, Божа» (Пс 42).

Айцец Кафарэль, заснавальнік Руху Equipes Notre-Dame, сказаў аб сабе: «Я ўсім абавязаны малітве». Малітва павінна знаходзіцца ў самым цэнтры духоўнага жыцця кожнага хрысціянна. Ад асабістай малітвы залежыць, якім чынам будзе развівацца наша духоўнае жыццё.

2. Сустрэча суполкі

I ЧАСТКА СУСТРЭЧЫ



Супольны пасілак і дзяленне жыццём

Мы слухаем, чым кожны хоча падзяліцца на тэму важных падзей з апошняга месяца, слухаем ўважліва, не перабіваем. Мы ўмеем прымаць розніцы, шанаваць перажыванні і радасці кожнага члена суполкі. Дзелячыся ў праўдзе найважнейшым з нашага жыцця, мы пасоўваемся наперад у перажыванні братэрскага вымярэння нашай суполкі і ў яе будаванні. Але заўсёды памятаем, што мы абмежаваныя часам прызначаным на сустрэчу і тым, што гэты час прызначаны для ўсіх сужэнстваў.

II ЧАСТКА СУСТРЭЧЫ



Малітва супольнасці

Мц 6, 5-13

І калі молішся, не будзь, як крывадушнікі. Бо яны любяць маліцца, стоячы ў сінагогах і на рагах вуліц, каб паказацца перад людзьмі. Сапраўды кажу вам: яны атрымліваюць сваю ўзнагароду. Ты, калі молішся, увайдзі ў пакой свой і, зачыніўшы дзверы, маліся да Айца твайго, які ў таемнасці. А твой Айцец, які бачыць патаемнае, аддасць табе. Калі моліцеся, не гаварыце шмат, як язычнікі, бо яны думваюць, што ў многаслоўі сваім будуць пачутыя. Не будзьце ж падобнымі да іх, бо ведае Айцец ваш, у чым вы маеце патрэбу, раней, чым вы папросіце ў Яго. Таму вы так маліцеся: Ойча наш, каторы ёсць у небе, свяціся імя Тваё, прыйдзі Валадарства Тваё, будзь воля Твая, як у небе, так і на зямлі. Хлеба нашага штодзённага дай нам сёння і адпусці нам правіны нашы, як і мы адпускаем вінаватым нашым. І не ўводзь нас у спакусу, але збаў нас ад злога.

Малітва ў суполцы знаходзіцца ў цэнтры сустрэчы. Яна дазваляе кожнаму ўдзельніку суполкі адказаць на Божае Слова праз малітву праслаўлення, просьбы, падзякі, перапрашэння. Варта таксама памятаць пра літургічнае вымярэнне малітвы, аб спевах, псалмах, гімнах. Малітва на сустрэчы адкрывае наша сэрца.

III ЧАСТКА СУСТРЭЧЫ



Духоўнае жыццё. Паглыбленне веры і любові

Дзяленне рэалізацыяй канкрэтных пунктаў высілку

Некалькі словаў аб Канкрэтных Пунктах Высілку:

● **Канкрэтныя:**

- заснаваныя на перакананні, што прынятыя дзеянні прыносяць карысць;
- яны адчувальныя; іх трэба выконваць рэгулярна, некаторыя – кожны дзень.

● **Пункты:**

- вызначаюць дарогу, па якой мы перамяшчаемся павольна, ад пункта да пункта; мы рухаемся сістэматычна, прымяняючы стратэгію малых крокаў, мы заўсёды ў дарозе, мэта ўвесь час перад намі.

● **Высілкі:**

- дасягненне мэты патрабуе ад нас высілку як духоўнага, так і фізічнага; патрабуе настолькі арганізаванага жыцця, каб мы маглі падпарадкавацца пэўным патрабаванням. Мы самі выражаем згоду на прыняцце высілку.

Рух прапануе, каб вы прымалі высілкі не таму, што такая яго ідэалогія, ці кошт, які належыць заплаціць, каб быць удзельнікам Руху. Ён прапануе гэта, таму што шмат сужэнстваў ужо пераканаліся, якія добрыя вынікі прыносяць рэгулярнае выкананне гэтых высілкаў.

Са шчырым сэрцам падзяліцеся тым, што Бог зрабіў у вашым жыцці праз выкананне пунктаў высілку. Які канкрэтны пункт высілку для мяне асабіста і для нашага сужэнства у гэтым месяцы быў найбольш плённым?

Каб скончыць сустрэчу праз 3 гадзіны, мы павінны добра падрыхтавацца да дзялення духоўным узрастаннем.

Тэкст да абмену думкамі



Чалавечая любоў асвечаная сакрамэнтам заключае ў сабе боскі пачатак. Калі ён раскрыецца, давядзе сужэнскую любоў да паўнаты чалавечай і хрысціянскай сталасці. Хрысціянская сужэнская любоў развіваецца дзякуючы сакрамэнтам і малітве. Асабістая малітва – гэта індывідуальныя адносіны кожнага чалавека з Богам. Так, як чалавечая любоў будуюцца і выражаецца праз дыялог, які з'яўляецца не толькі абменам думкамі, але таксама абменам поглядамі, жэстамі, станам – так і адносіны з Богам выражаюцца і адбываюцца праз дыялог сэрца, які называецца малітвай. Гэта можа быць вусная малітва. На больш глыбокім узроўні малітва, пры якой мы ўнутрана звяртаемся да Бога, называецца ўнутранай малітвай.

Практыкаванне ўнутранай малітвы

Практыка робіць майстра. Трэба маліцца, каб стаць чалавекам, які моліцца – і нават малітвай, як гэта сказана аб святым Францішку з Асіжу: «Ён увесь стаў малітвай». Аднак перш, чым перайсці да практыкі, важна добра накіраваць малітву: гэта прыгода

ў веры, гэта адносіны любові. Гэтых двух спраў не трэба губляць з вачэй. Як на практыцы маліцца?

Не ўспрымайце тое, што тут напісана як рэцэпт, які прынясе абавязковы вынік. Гэта хутчэй рэкамендацыі, якія кожны разважліва павінен дастасаваць да сваёй сітуацыі і да атрыманых ласкаў. Гэтыя рэкамендацыі не заключаюць у сабе ўсяго магчымага досведу: шляхі Госпада так, як і Яго любоў да кожнага – гэта асабісты дар – нават калі мы можам знайсці ў іх якія-небудзь нязменныя рысы.

Час і месца

Для свецкіх, якія жывуць у сужэнстве, няма ідэальных умоваў для малітвы. Нельга ў гэтым сябе падманываць. Не варта чакаць, што вы знойдзеце ідэальнае месца і час. Трэба імкнуцца лепш выбраць адну і тую ж пару (рэгулярнасць у гэтым дапаможа) і адносна спакойнае месца (дзе не перашкаджае ні тэлефон, ні дзеці). Гэта можа быць дома, калі там няма дзяцей, альбо калі яны спяць (выключыць тэлефон). Можна таксама зайсці ў касцёл. Аднак, калі не атрымаецца дасягнуць такіх добрых умоваў, то ўсё адно трэба маліцца: малітва не заключаецца ў гэтых знешніх элементах (якія без сумніваў яе аблягчаюць, як і некаторыя паставы цела), яна заключаецца ў прыхільнасці сэрца: «Я хачу таго, што хочаш Ты».

Падрыхтоўка

Няпроста пагрузіцца ў малітву. Папярэдняя падрыхтоўка можа нам у гэтым дапамагчы: напрыклад, можна загадзя выбраць фрагмент Божага Слова, які паслужыць нам канвой малітвы і абдумаць яго падчас слухання Божага Слова. Яшчэ больш важным ёсць тое, каб ясна і рашуча пачынаць малітву. Кожны раз мы перажываем пэўнае маленькае «навяртанне»: на момант мы адварочваемся ад сваіх штодзённых клопатаў і звяртаемся ў бок Бога. Павольны і дакладны жэст, такі як знак крыжа, кароткая, прамоўленая ў засяроджанасці малітва аблягчае змены. Тое, што мы на хвіліну пакідаем штосьці збоку, не азначае, што мы кідаем гэта: яно вяртаецца ўбачанае ў новым святле.

Змест малітвы

Малітва – гэта адносіны любові, таму падчас малітвы затрымайце увагу сэрца на Богу. У самых глыбокіх кутках нас саміх ёсць Хтосьці. Хтосьці, Хто нас любіць і хоча размаўляць з намі. Паддайцеся Яго дзеянню. Ён гаворыць да нас (праз Сваё ўцелаўленае Слова): паслухайце Яго. Ён просіць нас: «Сын, ахвяруй мне сваё сэрца!». Давайце занясем Яму свой адказ у постаці ўчынкаў веры і любові: «Госпадзе, я веру ў Тваю любоў. Госпадзе, улі ў мяне сваю любоў, каб я любіў Цябе. Я хачу любіць Цябе без перапынкаў і ўсё больш». Гэта можа адбывацца праз кароткія формулы, на якіх мы затрымліваемся, і якія паступова ўводзяць нас у трывалае маўчанне.

Можна прымяняць некаторыя метады, якія прапаноўваюць духоўныя настаўнікі. Але будзьце пільныя да пасткаў: нам так моцна хочацца штосьці зрабіць (і хваліцца тым, што зрабілі), што мы можам абмінуць сутнасць – мы павінны дазволіць, каб нешта было учынена ў нас, каб мы былі сфармаваныя, унутрана выхаваныя Богам. Таму што ў адносінах любові, адносінах Я да ТЫ, ініцыятыва і кіраванне дзеяннямі належыць Богу. Наша роля заключаецца ў пазітыўнай адкрытасці і супрацоўніцтве: гэта Ён дзейнічае, ажыўляе, асвятчае.

Заканчэнне малітвы

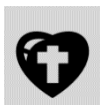
Нават калі час малітвы падыходзіць да заканчэння, сама малітва не павінна сканчвацца. Яна павінна плысці, як падземная рака, у якую наша жыццё запускае карані. Паспрабуем далікатна перайсці ад моманту інтымнасці з Богам да працы для Яго (для іншых), у якой заключаецца наша штодзённае жыццё. Адзін са спосабаў: запомніць з малітвы кароткую формулу (па магчымасці са Святога Пісання), якая, вяртаючыся да нас на працягу дня, будзе пэўным выратавальным колам, якое ўздымае нас над нашымі заняткамі, надаючы ім іх сапраўднае значэнне. «Бог так палюбіў свет», «Палюбіў мяне і аддаў Сваё жыццё за мяне», «Дзякуйце Госпаду, бо Ён добры», «Госпадзе, Ты Усемагутны, на вякі», «Ты, які жывеш у цішыні майго сэрца». Можна зрабіць для сябе запас такіх выратавальных колаў, каб заўсёды мець іх пад рукой, а хутчэй у сэрцы: яны дазваляць нам утрымацца ў току малітвы, якую Дух Святы абуджае ў глыбіні нашага сэрца.

• *Абмен думкамі на сустрэчы*



- Падзелімся нашым досведам малітвы.
- Што для мяне самае складанае ў асабістай малітве?
- Якую форму малітвы я выкарыстоўваю найчасцей?
- Ці змяняе асабістая малітва маё жыццё? Падзелімся зменамі, якія мы перажылі.
- Ці чытаў/ла кнігу ці кнігі на гэтую тэму? Якія? Што яны растлумачылі, у чым дапамаглі?

Харызмат Руху і педагогіка



«Штодзённае прызначэнне часу на «сустрэчу» з Богам «тварам да твару» (асабістая малітва)»

Што такое суполка Маці Божай?

Падчас выезду, арганізаванага ў Вільпент ў 1997 годзе для ўдзельнікаў пяцідзясяцігоддзя Карты Equipes Notre-Dame **Бярнард і Элізабет Герард** падзяліліся сваім досведам малітвы, які развіваўся ў іх паступова.

Бярнард: «Ты, калі молішся, увайдзі ў пакой свой і, зачыніўшы дзверы, маліся да Айца твайго, які ў таемнасці. А твой Айцец, які бачыць патаемнае, аддасць табе». Менавіта такім чынам у 6-ым раздзеле ў святога Мацвея Езус называе малітву. Надзвычай асабісты досвед, таемны, нават сакрэтны – ці малітва можа быць прадметам публічнага сведчання? Аднак мы хочам распавесці вам, як малітва паступова заняла сваё месца ў нашым жыцці і якім чынам яна паўплывала на жыццяздольнасць нашага сужэнства.

Элізабет: Якім чынам мы адкрылі малітву? Здаецца, што мы маліліся заўсёды. Старанна адгаворвалі малітвы, якія вывучылі яшчэ ў дзяцінстве. Я асабіста прасіла вельмі шмат, а дзякавала толькі тады, калі ўзгадвала, ці калі мне гэта пасавала. Малітва была звяртаннем да «нейкага бога», які існаваў на маё жаданне. Мы далучыліся да Руху Equipes Notre-Dame 15 год таму, пасля 9 год шлюбу. З таго часу мы спрабуем выконваць канкрэтныя пункты высілку, і сярод іх штодзённую малітву. Напачатку я заўсёды чытаю кавалак з Евангелля на гэты дзень і мая малітва нагадвае

кароткі аналіз тэксту. Аднак, падобна як малітва не з'яўляецца паўтарэннем гатовых формулаў, ні маналогам нашых станаў духа, таксама не з'яўляецца яна літаратурным практыкаваннем.

Бярнард: Наш духоўны дарадчык арганізаваў для суполкі 5 дзён малітоўнай засяроджанасці. Тады мы адкрылі, што найважнейшым падчас малітвы з'яўляецца слуханне Слова. Святое Пісанне – гэта не погляды, тэорыі, а жывое Слова, галоўнае прызначэнне якога быць пачутым, прынятым і абдуманым. У Пісанні аб'яўляецца Бог: у гісторыі народу, праз прарокаў і нарэшце праз Свайго Сына – Поўнае Аб'яўленне. Таму малітва заключаецца для мяне ў старанным, маўклівым прыслухоўванні і прыняцці таго, што ў самых глыбокіх кутках маёй душы гаворыць да мяне Бог. Ці звязана малітва з высілкамі? У пэўным сэнсе так, таму што маўчанне гэта няпростая рэч. Тым больш, што я, маючы актыўную натуру, люблю браць на сябе ініцыятыву! Адсунуць убок уласныя інтэрпрэтацыі, эмацыйнае і інтэлектуальнае ўзрушэнне, каб сваю прысутнасць перад Богам учыніць непадзельнай – так выглядае стан сэрца, звернутага да Бога ў малітве.

Элізабет: Але чалавечае сэрца непакорнае і з цяжкасцю ачышчаецца само! Часам маю малітву можна назваць барацьбой з няўважлівасцю. Стоячы напачатку дарогі, я ўжо хацела быць на фінішы і так моцна была сабой расчараваная. Адночы сябры параілі нам прыняць удзел у тыднёвай школе малітвы ксяндза Кафарэля. Мы заўсёды прыходзім да Бога праз іншых людзей. Там мы ўдваіх атрымалі ласкі! Я навучылася не ацэньваць: ні глыбіні маёй веры, ні якасці малітвы на падставе перажытага натхнення ці атрыманых ласкаў. Калі часам маё сэрца чэрствае, альбо я чымсьці занятая і адчуваю цяжкасці ў дасягненні сапраўднай прысутнасці перад Богам, тады я пакорна звяртаюся да простых сродкаў: паўтараю верш псалму так доўга, аж пакуль ён не стане малітвай, альбо малюся за справу, якая не датычыць маіх асабістых клопатаў (Сусветныя Дні Моладзі і г.д.). Малітва – гэта справа Бога. Мая справа, мая цяжкасць – гэта вернае прысвячэнне ёй свайго часу.

Бярнард: Калі гаворыць пра мяне, малітва была для мяне чымсьці падобным на ўстаўку ў сваё жыццё. Я думаў, што ёсць час на тое, каб затрымацца і памаліцца, а ёсць час на справы. Падзелы часу на дзве сферы, паміж якімі няма сапраўднага пранікнення. Падчас тыднёвай школы малітвы я зразумеў, а таксама адчуў, што малітва абдымае ўсё маё жыццё, што малітва – гэта месца, у якім падзеі майго жыцця, каб набыць сэнс, перастаюць быць чарадой здарэнняў. Гэта досвед адзінства, вышэйшага за мае ўнутраныя раны, бо мяне любяць усяго цалкам з тым усім, што я сабой уяўляю, нават калі гэта разбітая рэальнасць. Таму такі час адпачынку ў Богу, час, у які Бог мяне адбудоўвае, стварае наоў, не азначае, што я ўцякаю ад свету: бо малітва пасылае мяне ў свет.

Элізабет: Нарэшце і перад усім, наша сужэнская любоў не існуе па-за любоўю Бога, якая з'яўляецца яе крыніцай і прызначэннем.

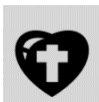
Бярнард: Праз некалькі год пасля стварэння Карты айцец Кафарэль шкадаваў, што не задаў парам паўгадзіннай штодзённай малітвы замест дзесяці хвілін. Айцец Кафарэль жыў радыкальнай духоўнасцю, але таксама разумее рэчаіснасць. Ён добра ведаў чалавечыя абмежаванні і неабходнасці, якія вынікаюць з сужэнскага жыцця. Ён не быў чалавекам, які жангліруе патрабаваннямі. Яго шкадаванне – гэта плён глыбокай рэфлексіі. І мы павінны сёння пачуць яго гарачы заклік, скіраваны да кожнага з нас. Чаму малітва павінна быць прызначана толькі для некаторых? Малітва

– гэта не містычны экстаз, гэта час, які я выбіраю і прысвячаю Богу ў цішыні і адзіноце. Тое, што адцягвае ўвагу – нудота, спакуса бяздзейня – датычыць кожнага з нас. Патрэбна настойлівасць, прабыванне ў малітве, трэба стаць убогім, жабраком перад Богам. «Шукайце найперш Валадарства Божага і справядлівасці ягонай, а гэта ўсё дадасца вам».

Элізабет: Ноч і пустыня, якую мы перажываем на малітве не азначаюць непрысутнасці Бога. Сам Хрыстос нас у гэтым пераконвае: «А твой Айцец, які бачыць патаемнае, аддасць табе». О так, Ён аддае нам і ў шмат разоў больш. Дык чаму мы пазбаўляем саміх сябе ад часу адпачынку ў Богу, Які бярэ на Сябе наш цяжар? Чаму мы адмаўляемся ад гэтай сустрэчы, у якой Бог кажа мне, што я яго ўлюбёнае стварэнне: «Таму што ты дарагі ў вачах Маіх, шматкаштоўны, і Я палюбіў цябе» (Іс 43,4). Таму, як Сын аддаў Сябе за кожнага з нас, так і мы не будзем баяцца даверыцца Таму, Які ёсць Любоў.

- Як паступова развівалася мая малітва?
- Ці перажыў/ла я асаблівы досвед звязаны з асабістай малітвай?
- Ці дапамагам мы адно аднаму ў стварэнні дома ўмоў для асабістай малітвы?

Харызмат Руху і педагогіка



Канкрэтныя Пункты Высілку

«Няма хрысціянскага жыцця без жывой веры. Няма жывой веры без рэфлексіі. На практыцы шмат хрысціянскіх сужэнстваў не прыкладае ніякіх намаганняў для разважанняў і паглыблення ведаў, бо недаацэньваюць іх каштоўнасць, ня маюць часу, духоўнага дарадчыка, энтузіязму. Таму іх вера застаецца абмежаванай і нетрывалай, а веды аб плане Божым і навуцы Касцёла павярхоўнымі і няпоўнымі. Няшмат ведаюць аб узрастанні да еднасці з Богам. У іх туманнае паняцце аб рэаліях сямейнага жыцця: аб сужэнстве, любові, бацькоўстве, выхаванні і г.д. У выніку яны мала актыўныя рэлігійна і абмежавана ўплываюць на атачэнне.

Сужэнствы Equipes Notre-Dame хочуць прадухіліць гэта. Таму стараюцца паглыбляць свае рэлігійныя веды, прымаць навуку Хрыста, каб згодна з ёй будаваць усё сваё жыццё. Гэты высілак яны прымаюць супольна».

Карта END

Каб жыць, трэба есці рэгулярна; каб быць хрысціянінам, трэба рэгулярна падмацоўваць нашыя адносіны з Богам. Канкрэтныя Пункты Высілку – гэта «інструменты» для фарміравання нашай пазіцыі, якія крок за крокам вядуць нас па дарозе ўсё больш хрысціянскага жыцця. Яны не з'яўляюцца ні самамэтай, ні абавязкам, навізаным звонку.

Канкрэтныя Пункты Высілку з'яўляюцца «практыкай», канкрэтнымі заданнямі, якія, калі іх рэалізуюць кожны дзень з асабістай і сужэнскай зацікаўленасцю, могуць прывесці на шлях сапраўднай сустрэчы з нашым Госпадам і Збаўцам.

Існуе шэсць канкрэтных пунктаў высілку. Тры з іх служаць таму, каб напаўняць і ўзмацняць нашы адносіны з Богам, наша жыццё ахрышчанага асобы. Яны дапамагаюць нам сапраўды сустракацца з Хрыстом.

- **Рэгулярнае чытанне Божага Слова.**

- Штодзённае прызначэнне часу на «сустрэчу з Госпадам тварам у твар» (асабістая малітва).
- Штогадовы ўдзел у рэкалекцыях (мінімум 48-гадзінных і, калі гэта магчыма, з сужэнцам), каб стаць тварам у твар перад Госпадам.

Дзякуючы гэтым тром пунктам мы будзем трываць у стане слухання Бога. Гэта таксама заклік да бескарыслівасці ў прысвячэнні нашага часу Хрысту, каб Ён змог заняць уласцівае месца ў нашым штодзённым жыцці. Нашыя адносіны з Богам паглыбляюцца таксама тады, калі мы на нейкі час адыходзім ад штодзённасці, каб прыслухацца да Божага плану ў нашым жыцці.

Два наступныя канкрэтныя пункты высілку будуць дапамагаць нам у будаванні нашага сужэнскага хрысціянскага жыцця.

- Штодзённая сустрэча мужа і жонкі на сужэнскай малітве і (калі гэта магчыма) сямейнай.
- Штомесячны праўдзівы сужэнскі дыялог ў прысутнасці Госпада (абавязак «Сядзем разам»).

Сужэнская малітва запрашае нас на штодзённае спатканне – як мужа і жонкі – і на супольную малітву да Бога. Абавязак «Сядзем разам» з’яўляецца штомесячнай сустрэчай, праўдзівым дыялогам удваіх перад Божым тварам, які не варта прапусіць.

Шосты пункт гэта:

- Вызначэнне «Правіла жыцця» і штомесячны яго перагляд.

Правіла жыцця выражае наша жаданне быць бліжэй да Хрыста кожную хвіліну нашага жыцця. Гэта адказ на заклік Хрыста: «Будзьце дасканалыя, як і Айцец ваш дасканалы».



3. Заданні на час паміж сустрэчамі

- Памятайце аб аб штодзёнай малітве *МАГНІФІКАТ*.
- Калі будзеце рыхтавацца да абавязку «Сядзем разам», можаце скарыстацца з наступных прапановаў для дыялогу:
 - Ці спрыяе наш дом малітве? Якім чынам? Што патрэбна зрабіць, каб стварыць дома больш спрыяльную атмасферу для малітвы?
- Кожны дзень прысвячайце 15 хвілін на асабістую малітву.
- Падрыхтуйцеся ў сужэнстве да дзялення жыццём.
- Паспрабуйце знайсці кнігу аб малітве.