

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 Богага 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 хрысціяніна. 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. Дзялячыся 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 злага.

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

Ты, Які...

*Ты, Які жывеш на дне майго сэрца,
Дазволь мне знайсці Цябе ў глыбіні майго сэрца.*

*Ты, Які, як дома, жывеш на дне майго сэрца,
Люблю Цябе, мой Божа, у глыбіні майго сэрца.*

*Ты, Як, як дома, жывеш на дне майго сэрца,
Будзь праслаўлены, Пане, у глыбіні майго сэрца.*

*Ты, Які, як дома, жывеш на дне майго сэрца,
Ахвярую сябе Тваёй любові ў глыбіні майго сэрца.*

*Ты, Які, як дома, жывеш на дне майго сэрца,
Няхай Твая радасць абудзіцца ў глыбіні майго сэрца.*

*Ты, Які, як дома, жывеш на дне майго сэрца,
Захавай мяне ад усялякага зла ў глыбіні майго сэрца.*

*Ты, Які, як дома, жывеш на дне майго сэрца,
Зрабі, каб я мог жыць з Табой у глыбіні майго сэрца.*

*Ты, Які, як дома, жывеш на дне майго сэрца,
Я хачу таго ж, што і Ты ў глыбіні майго сэрца.*

*Ты, Які, як дома, жывеш на дне майго сэрца,
Адкрый мяне на святло ў глыбіні майго сэрца.*

*Ты, Які, як дома, жывеш на дне майго сэрца,
Няхай Імя Тваё будзе праслаўлена ў глыбіні майго сэрца.*

*Ты, Які, як дома, жывеш на дне майго сэрца,
Глыбіня Святла ў глыбіні майго сэрца.*

Айцец Анры Кафарэль

III ЧАСТКА СУСТРЭЧЫ



Духоўнае жыццё. Паглыбленне веры і любові

Дзяленне рэалізацыяй канкрэтных пунктаў высілку

Гэта частка пачынаецца з дзялення нашым духоўным узрастаннем, якое будзецца з дапамогай двух уведзеных канкрэтных пунктаў высілку: сужэнскі дыялог у прысутнасці Бога і слуханне Божэ Слова. Дзяленне выкананнем усё большай колькасці пунктаў высілку будзе забіраць з кожным разам больш часу на сустрэчы. Таму, каб скончыць сустрэчу праз 3 гадзіны, мы павінны добра падрыхтавацца да дзялення духоўным узрастаннем. Дзяленне духоўным узрастаннем з'яўляецца формай дапамогі сужэнствам – удзельнікам сустрэчы. Размова аб адкрыццях, цяжкасцях, спосабах рашэння праблемаў можа быць дапамогай на дарозе духоўнага ўзрастання.

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. Папярэдня падрыхтоўка можа нам у гэтым дапамагчы: напрыклад, можна загадзя выбраць фрагмент Божлага Слова, які паслужыць нам канвой малітвы і абдумаць яго падчас слухання Божлага Слова. Яшчэ больш важным ёсць тое, каб ясна і راشуча 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 ўцелаўлёнае Слова): паслухайце Яго. Ён просіць нас: «Сын, ахвяруй мне сваё сэрца!». Давайце занясём 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, асвятляе.

Заканчэнне малітвы

Нават калі час малітвы падыходзіць да заканчэння, сама малітва не павінна сканчацца. Яна павінна плысці, як падземная рака, у якую наша жыццё запуская 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? Ці не нонсэнс гэта, хацець сказаць штосьці, што ты перажываеш – калі не заўсёды, то часта – у цішыні?

Элізабет: І на гэтым можна было б нават скончыць!

Бярнард: Тым часам аднак мы хочам распавесці вам, як малітва паступова заняла сваё месца ў нашым жыцці і якім чынам яна паўплывала на жыццяздольнасць нашага сужэнскага саюзу.

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 маналагам 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. Аднойчы сябры паралілі нам прыняць удзел у тыднёвай школе малітвы айца 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 гаварыць 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 наной, не азначае, што я ўцякаю ад свету: бо малітва пасылае мяне ў свет.

Элізабет: А ў якой сферы малітва ўзмацняе наш сакрамэнт сужэнства? Малітва закладае, што ўва мне ёсць адчуванне нястачы, што я кранутая прагненнем Бога. Чым была б наша сужэнская любоў, калі б мы не шукалі адзін аднаго?

Бярнард: Малітва – гэта любоўная сустрэча, на якую мы запрошаныя. Чым была б наша сужэнская любоў без штодзённага сталага дабравольнага акту згоды на яе?

Элізабет: Малітва палягае на тым, каб паддацца погляду свайго Створцы, так як Марыя паддалася Яго погляду, калі Бог схіліўся над Сваёй пакорнай слугой. Чым была б наша сужэнская любоў, калі мы хаваліся б адзін ад аднаго пад маскай?

Элізабет: Нарэшце і перад усім, наша сужэнская любоў не існуе па-за любоў Бога, якая з’яўляецца яе крыніцай і прызначэннем. Праз гэтае інтымнае спыненне сэрца ў сэрца з Богам ў Троіцы, мы зноў і зноў нанова прымаем Яго Запавет, у які – як пакліканне – уключаецца сужэнскі запавет.

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 разумеў 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 бяздзеяння – 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.

Сведчанне Бярнарда і Элізабет дапамагае нам паглядзець на нашу малітву.

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



3. Заданні на час паміж сустрэчамі

- **Памятайце аб аб штодзённай малітве МАГНІФІКАТ.**
- Выканайце пункты высілку: штомесячны абавязак «Сядзем разам» і рэгулярнае чытанне Божага Слова.
- Калі будзеце рыхтавацца да абавязку «Сядзем разам», можаце скарыстацца з наступных прапаноў 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.
- Прачытайце наступную тэму з матэрыялаў. Дашліце свае прапановы на абмен думкамі на сустрэчы. Няхай тэкст, які вы прачыталі, дзейнічае ў вашым жыцці.
- Падрыхтуйцеся ў сужэнстве да дзялення жыццём.
- Дашліце сваю малітоўную інтэнцыю пілатуючай пары.
- Паспрабуйце знайсці кнігу аб малітве.