СУСТРЭЧА 7

**СЭРЦА ЗВЕРНУТАЕ ДА БОГА**

*“Малітва з’ўляецца глыбокім настаўленнем душы, чымсьці большым, чым толькі вербальнай зменай і таксама ўвагай, прысутнасцю ўсяго чалавека перад Богам, цела і душы, усіх схаваных у ім магчымасцяў”.*

*Ксёндз Генры 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. Той, хто моліцца, з’яўляецца “шукальнікам Бога”, які спявае псальм: “Як лань імкнецца да водных патокаў, так душа мая імкнецца да Цябе, Божа” (Псальм 42).

Ксёндз Кафарэль, заснавальнік Руху Equipes Notre-Dame, сказаў аб сабе: “я ўсім абавязаны малітве”. Малітва павінная знаходзіцца ў самым цэнтры духоўнага жыцця кожнага хрысціяніна, ад асабістай малітвы залежыць, якім чынам будзе развівацца наша духоўнае жыццё.

**2. Сустрэча экіпы**

***І частка сустрэчы*** 

***• Спажываем пасілак і дзелімся жыццём***

Мы паслухаем, чым кожны хоча падзяліцца на тэму важных падзеяў з апошняга месяца, не перарываючы і слухаючы ўважліва. Мы ўмеем прымаць розніцы, шанаваць перажыванні і радасці кожнага члена экіпы. Дзелячыся ў праўдзе найважнейшым з нашага жыцця, мы пасоўваемся наперад у перажыванні братэрскага вымярэння нашай экіып і ў яе будаванні. Пасля таго, як мы падзяліліся жыццём, мы можам задаць нейкія пытанні і тады можа развіцца абмен думкамі. Але заўсёды памятаем, што мы абмежаваныя часам прызначаным на сустрэчу і тым, што гэты час прызначаны для ўсіх сужэнстваў.

**II ЧАСТКА СУСТРЭЧЫ** 

***• Малітва супольнасці***

На гэтай сустрэчы мы будзем разважаць над тэкстам з Евангелля святога Мацвея. Мы пачуем рады, якія дае Хрыстос тым, хто стараецца маліцца.

**Малітва (Мацвея 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 думаюць, што ў мнагаслоўі 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 экіпе знаходзіцца ў цэнтры сустрэчы. Яна дазваляе кожнаму ўдзельніку экіпы адказаць на Божае Слова праз малітву-праслаўлення, малітву-просьбу, малітву-падзяку. Варта таксама памятаць пра літургічнае вымярэнне малітвы, аб спевах, псальмах, гімнах. Малітва на сустрэчы экіпы адкрывае наша сэрца.

*Ты, Які…*

*Ты, які жывеш на дне майго сэрца,*

*Дазволь мне знайсці Цябе на дне майго сэрца.*

*Ты, Які як дома на дне майго сэрца,*

*Люблю Цябе мой Божа, на дне майго сэрца.*

*Ты, Які як дома на дне майго сэрца,*

*Будзь праслаўлёны Пане, на дне майго сэрца.*

*Ты, Які як дома на дне майго сэрца,*

*Ахвярую сябе Тваёй любові на дне майго сэрца.*

*Ты, Які як дома на дне майго сэрца,*

*Няхай Твая радасць абудзіцца на дне майго сэрца.*

*Ты, Які як дома на дне майго сэрца,*

*Захавай мяне ад усялакага зла на дне майго сэрца.*

*Ты, Які як дома на дне майго сэрца,*

*Зрабі, каб я мог жыць з Табой на дне майго сэрца.*

*Ты, Які як дома на дне майго сэрца,*

*Я хачу таго ж, што і Ты на дне майго сэрца.*

*Ты, Які як дома на дне майго сэрца,*

*Адкры мяне на свет на дне майго сэрца.*

*Ты, Які як дома на дне майго сэрца,*

*Няхай Імя Тваё будзе праслаўлена на дне майго сэрца.*

*Ты, Які як дома на дне майго сэрца,*

*Глыбіня Святла на дне майго сэрца.*

*Ксёндз Генры Кафарэль*

**III ЧАСТКА СУСТРЭЧЫ** 

***• Духоўнае жыццё. Паглыбленне веры і любові***

**Дзелімся выкананнем канкрэтных пунктаў высілку**

Гэтая частка пачынаецца ад моманту, калі мы дзелімся нашым духоўным узрастаннем, які мы будуем абапіраючыся на два ўведзеныя канкрэтныя пункты высілку: сужэнскі дыялог у прысутнасці Бога і чытанне Божага Слова. З кожным разам мы будзем дзяліцца выкананнем усё большай колькасці канкрэтных пунктаў высілку, гэта будзе забіраць і больш часу на сустрэчы. Таму, каб скончыць сустрэчу праз 3 гадзіны, мы павінныя добра падрыхтавацца да гэтага моманту. Калі мы дзелімся духоўным узрастаннем, мы дапамагаем усім сужэнствам. Гаворка аб адкрыццях, спосабах рашэння праблемаў можа быць карысна на дарозе духоўнага ўзрастання.

***• Уводны тэкст да абмену думкамі*** 

Чалвечая любоў асвечаная сакрамэнтам заключае ў сабе боскі пачатак, які, калі ён раскрыецца, то давядзе сужэнскую любоў да паўнаты чалавечай і хрысціянскай спеласці. Дынаміка хрысціянскай сужэнскай любові развіваецца дзякуючы сакрамэнтам і малітве. Асабістая малітва – гэта індывідуальныя стасункі кожнага чалавека з Богам. Так, як чалавечая любоў будуецца 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 малітва. Гэта можа быць вусная малітва. На больш глыбокім узроўні, гэта малітва, пры якой мы ўнутрана звяртаемся да Бога, і называецца яна 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 справаў, разам з іх наступствамі, не трэба губляць з вачэй. Якім чынам перайдуць яны ў канкрэтнае ў маёй малітве? Інакш кажучы: 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. Рэкамендацыі вынікаюць з досведу, але не заключаюць у сабе ўсяго магчымага досведу: шлях Пана, так як і Яго любоў да кожнага – гэта асабісты дар – нават калі мы можам знайсці ў іх які-небудзь нязменныя рысы.

*Час і месца*

Для свецкіх, якія жывуць у сужэнстве, няма ідэальных умоваў для малітвы. Нельга ў гэтым падманывацца. Не варта чакаць, што вы знойдзеце ідэальнае месца і час. Трэба імкнуцца хутчэй, каб заўсёды выбіраць 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 яе без сумневаў аблягчаюць, як і некаторыя паставы цела), яна заключаецца ў прыхільнасці сэрца: “Я хачу таго, што хочаш Ты”.

*Падрыхтоўка*

Непроста пагрузіцца ў малітву. Папярэдняя падрыхтоўка можа нам у гэтым дапамагчы: напрыклад, можна загаддзя 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 паварочваемся 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*

Так як малітва – гэта адносіны любові (у веры), гаворка ідзе аб тым, каб у малітве затрымаць увагу сэрца на Богу. У самых глыбокіх кутках нас саміх ёсць Хтосьці, Хтосьці, Хто нас любіць і хоча паразумецца з намі. Паддайцеся Яго дзеянню. Ён гаворыць да нас (праз Сваё уцелаўлёнае Слова): паслухайце Яго. Ён просіць нас: “Сын, ахвяруй мне сваё сэрца!”. Давайце занясём Яму свой адказ у постаці ўчынкаў веры і любові: “Пане, я веру ў Тваю любоў; Пане, 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 майстры. Але будзьце пільныя да пасткаў, якія яны могуць утрымліваць: нам вельмі хочацца штосьці зрабіць (і хваліцца тым, што мы зрабілі), што мы можам абмінуць сутнасць, тое, што мы павінныя дазволіць, каб было ў нас учынена, каб мы былі сфармаваныя, унутрана сфармаваныя Богам. Таму што ў адносінах любові, адносінах Я да ТЫ, ініцыятыва і кераванне дзеяннямі належыць Богу. Наша роль заключаецца ў пазітыўнай адкрытасці і супрацы: Ён дзейнічае, ажыўляе, асвячае, “песціць” – як гэта акрэслівае Тэяр дэ Шардэн.

*Заканчэнне малітвы*

Нават калі час малітвы падыходзіць да заканчэння, сама малітва не павінна сканчвацца. Яна павінная плысці, як падземная рака, у якую наша жыццё запускае карані. Таму спрабуйце 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 Пану, бо Ён добры”, “Пане, Ты Ўсемагутны, 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 дазволяць нам утрымацца ў току малітвы, якую Дух Святы абуджае ў глыбіні нашага сэрца.

***• Абмен думкамі на сустрэчы*** 

**• Прапановы пытанняў**

◦ Давайце 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 навучанне* **

*“Штодзённае прызначэнне часу на “сустрэчу” з Богам “тварам да твару” (асабістая малітва)”.*

*Чым з’яўляецца экіпа Notre-Dame*

Падчас выезду, арганізаванага ў Вільпент ў 1997 годзе для ўдзельнікаў пяцідзесяцігоддзя Карты Equipes Notre-Dame Бернард і Елізавета падзяліліся сваім досведам малітвы, які развіваўся ў іх паступова.

***Бернард:*** “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 прадмет публічнага сведчання? Ці не нонсэнс гэта, хацець сказаць штосьці, што ты перажываеш – калі не заўсёды, то часта – у цішыні?

***Елізавета:*** І на гэтым можна было б нават скончыць!

***Бернард:*** Тым часам аднак мы хочам распавесці вам, як малітва паступова заняла сваё месца ў нашым жыцці і якім чынам яна паўплавала на жыццяздольнасці нашага сужэнскага саюзу.

***Елізавета*:** Якім чынам мы адкрылі малітву? У нас уражанне, што мы маліліся заўсёды. Малітвы, якія мы вывучылі ў дзяцінстве, уважліва паўтаралі на памяць. 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 маю замову, на маю маленькую замову. 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. На пачатку 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.

***Бернард:*** Наш духоўны дарадца арганізаваў для экіпы 5 дзён малітоўнай засяроджанасці. Тады мы адкрылі, што найважнейшым у часе 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 інтэрпрытацыі, эмацыйнае і інтэлектуальнае ўзрушэнне, каб сваю прысутнасць перад Богам учыніць непадзельнай, так выглядае стан сэрца звернутага да Бога ў малітве.

***Елізавета:*** Але чалавечае сэрца непакорнае і з цяжкасцю ачышчаецца само! Ласка сузірання рэдка здараецца штодзённа. Часам маю малітву можна назваць барацьбой з няўважлівасцю. Стоячы напачатку дарогі, я ўжо хацела быць на фінішы і так моцна была сабой расчараваная. Пасля адбываецца Трусюр. Сябры раяць нам прыняць удзел у тыднёвай школе малітвы ксяндза Кафарэля. Мы заўсёды прыходзім да Бога праз іншых людзей. У Трусюр мы ўдваёх 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 я адчуваю цяжкасці ў дасягненні сапраўднай прысутнасці перад Богам, тады я пакорна звяртаюся да простых сродкаў: паўтараю верш псальму так доўга, аж пакуль ён не стане малітвай, альбо малюся за справу, якая не датычыць маіх асабістых клопатаў (Сусветныя Дні Моладзі, Пяцідзесяцігоддзе). Малітва – гэта справа Бога. Мая справа, мая цяжкасць – гэта вернае прысвячэнне ёй свайго часу.

***Бернард:*** Калі гаварыць пра мяне, малітва была для мяне чымсьці падобным на ўстаўку ў сваё жыццё паўзы. Я думаў, што ёсць час на тое, каб затрымацца, каб памаліцца, і што ёсць час на справы. Два падзелы часу, сферы, паміж якімі няма сапраўднага пранікнення. У Трусюр я зразумеў, а таксама адчуў, што малітва абдымае ўсё маё жыццё, што малітва – гэта мейсца, у якім падзеі майго жыцця, каб набыць сэнс, перастаюць быць чарадой здарэнняў; гэта досвед камуніі, у якой я цалкам застаюся самім сабой, у якой я знаходжу адзінства вышэйшае 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 наноў, не азначае, што я ўцякаю ад свету: бо малітва пасылае мяне ў свет.

***Елізавета:*** 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?

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

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

***Бернард:*** Маліцца значыць цалкам з’явіцца перад Богам, без страху перад знішчэннем і прыняцце Яго з прызнаннем усёй таямніцы, без жадання закрыць Яго ў межах пазнання. Чым была б наша сужэнская любоў, калі б мы не прымалі адрозненняў іншай асобы, калі б з камуніі яна ператварылася б у згуртаванне?

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

***Бернард:*** Праз некалькі год пасля стварэння Карты ксёндз Кафарэль шкадаваў, што не задаў парам паўгадзіннай штодзённай малітвы замест дзесяці хвілін. Ксёндз Кафарэль жыў радыкальнай духоўнасцю, але таксама заглыбленай у рэчаіснасць. Ён добра ведаў чалавечыя абмежаванні і неабходнасці, якія вынікаюць з жыцця ў саюзе. Ён не быў чалавекам, які жангліруе патрабаваннямі. Гэтае шкадаванне шяўляе сабой плён глыбокай рэфлексіі і мы павінныя сёння пачуць яго як гарачы заклік скіраваны да кожнага з нас. Чаму малітва павінная быць зарэзерваваная толькі для некаторых? Малітва – гэта не містычны экстаз, гэта час, які выбіраю і прысвячаю Богу ў прасторы цішыні і самотнасці. Тое, што адцягвае ўвагу: нудота, спакуса бяздзеяння датычыць кожнага з нас. Трэба настойлівасць, прабыванне ў малітве, трэба стаць убогім, жабраком перад Богам. “Шукайце найперш Валадарства Божага і справядлівасці ягонай, а гэта ўсё дадасца вам”.

***Елізавета:*** 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. Таму чаму мы пазбаўляем саміх сябе ад часу адпачынку ў Богу, Які бярэ на Сябе наш цяжар? Чаму мы адмаўляемся ад гэтай любоўнай сустрэчы, у якой Бог кажа мне, што я яго ўлюбёнае стварэнне: “Як што ты дарагі ў вачах Маіх, шматкаштоўны, і Я палюбіў цябе”? таму так як Сын аддаў Сябе за кожнага з нас, так і мы не мусім баяцца даверыцца Таму, Які заўсёды ёсць любоўю.

Сведчанне Бернарда і Елізаветы дапамагае нам паглядзець на нашу малітву.

• Як паступова развівалася мая малітва?

• Ці перажыў/ла я асаблівы досвед звязаны з асабістай малітвай?

• Ці дапамагаем мы адзін аднаму ў стварэнні дома ўмоваў для асабістай малітвы?

***3. Заданні на час паміж сустрэчамі*** 

***• Памятайце аб штодзённай малітве*** *Магніфікат****.***

• Выканайце пункты высілку: штомесяцовае практыкаванне “Прысядзем разам” і рэгулярнае чытанне Божага Слова.

• Калі будзе рыхтавацца да практыкавання “Прысядзем 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.

• Прачытайце тэму на наступную сустрэчу, паразмаўляйце на прапанаваную тэму і дашліце свае думкі: пытанні, рэфлексіі. Памятайце аб тым, каб тэма мела ўплыў на ваша жыццё.

• Падрыхтуйцеся, каб дзяліцца жыццём.

• Падрыхтуйце сваю інтэнцыю і дашліце адказнай пары.

• Паспрабуйце знайсці кнігу аб малітве.