

„Człowiek powołany jest do wolności” – słowa z przemówienia Papieża Jana Pawła II podczas jego wizyty w Niemczech w 1996 roku. Jeśli duchowo zaniedbujesz siebie, po drodze wpadasz w kilka nałogów, możesz przestać czuć wewnętrzną wolność. Wielki Post przypomina człowiekowi o jego wolnej woli, proponuje możliwość odzyskania świadomości i poczucia wolności. Rzecz dotyczy naszej głowy

Jak zdobyć poczucie wolności, gdy modlitwa jest przymusem? Również jałmużna jest przymusem, a post – tym bardziej? Wszędzie słyszy się słowo „trzeba”: trzeba się modlić, trzeba dawać jałmużnę i trzeba pościć. Chodzi o perspektywę, z którą patrzymy na te trzy elementy. Przymus, niewola lub wolność – wszystko jest w naszej głowie. Jeśli modlitwa, jałmużna i post kojarzą się dla nas przede wszystkim z przymusem do czegoś, z tym samym pojęciem „trzeba” to jest to wyłącznie nasza wizja i rozumienie (i częściowo dziedzictwo od ludzi, którzy nas nauczali). Jednak, nawet ograniczenia mogą być związane z wolnością. Samoograniczenie – to wybór. Tylko wolna wewnętrznie osoba jest w stanie dokonać świadomego wyboru, na przykład, odmówić sobie czegoś. Kto nie jest uzależniony od tytoniu, może nie palić, gdy się denerwuje; kto nie jest uzależniony od alkoholu, może nie pić, coś świętując. Wewnętrznie wolna osoba jest pewna siebie i nie pozwala sobie na puszczanie plotek.

Każda forma postu obnaża poziom wewnętrznej wolności danej osoby. Ta odmowa nie jest dla samej odmowy od czegoś, ale zwrócenie uwagi na coś głębszego, niematerialnego, co mamy w sobie i jest na świecie.†

Wolność i modlitwa

Wewnętrzna wolność lub jej brak przejawia się również w modlitwie. Na przykład, wolność od urazy wobec Boga, wolność od strachu przed Jego „karą”, Jego wolą, a raczej przed tym, jak wyobrażamy sobie tę wolę.

Modlitwa – nie jest błaganie Wszechmogącego, aby nie był zły i aby tylko wybaczył. Imię Boga – Miłosierdzie. Wybacza nam ekstermem, nie wyświadczać przysługi. Co więcej, Bóg nie obraża się na nas. Stworzył nas i jest po naszej stronie. Moim zdaniem, modlitwa, w której prosimy Pana Boga o przebaczenie, jest bardziej wyrazem potrzeby własnego serca i potrzeby bycia zrozumianym i rozumieć. Modlitwa – nie jest upokorzeniem samego siebie. Czasami jest ona rozmową, a czasami opowieścią. Opowieść, którą opowiadam komuś, komu ufam (jak mamie, tacie, babci, bratu, siostrze, przyjacielowi, dziewczynie i psychologowi) o tym, co dręczy i co przeszkadza w życiu. Mówię o moich niepewnościach: o tym czego nie wiem, o tym, że nie rozumiem siebie i świata, o tym, że nie wiem, co chcę osiągnąć w życiu. Modlitwą może być rozmowa o tym, co wydarzyło się w ciągu dnia lub o tym, że nic się nie wydarzyło; o tym, że nie ma wystarczającej ilości pieniędzy na jedzenie, buty lub ubrania, o tym, że nie wiem, czy kocham mojego męża lub żonę i, że nie radzę sobie z obowiązkami mamy lub taty. Modlitwa jest czasami szczerym wyrazem zakłopotania lub roszczenia: „nie rozumiem cię, Boże!”, „Nie czuję, że rozumiesz moje życie i, że mi pomagasz”. Modlitwa to także wdzięczność, prośba, cisza...

Obraz Boga i modlitwa

Modlitwa jest nierozdzielnie związana z obrazem Boga, z tym, jak go sobie wyobrażamy. To, między innymi, może powodować trudności w modlitwie i na drodze zaufania Bogu. Tak jak się modlę, tak i buduję stosunek ze Stwórcą. Jaką relację mam z Nim, tak wygląda moja modlitwa. Jak zamknięte koło. Ważne jest, aby być świadomym tego, jaki obraz Boga nosimy w swojej głowie i w swoim sercu.

Stosunek Boga do człowieka jest niezmienny. W równaniu z jednym niewiadomym, „X”-em jest nasz obraz Wszechmogącego i nasz stosunek do Niego. Być może, widzę Boga, jako kogoś obojętnego, z dala od moich, i ogólnie „ziemskich”, problemów: „nie obchodzi Go to”? Czy boje się Jego namiarów wobec mnie i mojego życia? Jeśli słyszę „wola Boga”, czy nie ubieram się w habit i nie przenoszę się do klasztoru? A może nie czuję przymusu do robienia czegoś, czego naprawdę bym nie chciał? Uznając Bożą miłość do siebie za rzecz oczywistą, należy przeprowadzić analogię z miłością do najbliższego człowieka: naszej – do niego i na odwrót. Należy przypomnieć sobie lub wyobrazić moment, w którym poculiśmy się rozumiani, akceptowani takimi, jakimi jesteśmy, nie krytykując, ani nie wyganiając, lecz kibicując i motywując nas do rozwoju. Różnica polega na tym, że stosunek danej osoby do nas możemy odczuwać psychofizycznie. Boga nie widzimy bezpośrednio, nie słyszymy, nie czujemy Jego zapachu i nie możemy Go dotknąć. Mózg odbiera sygnał nie od narządów zmysłów, ale z naszej duszy. Obraz kochającego Ojca możemy przyjąć wiarą i poczuć Go tylko dzięki Jego łasce.

Modlitwa – osobista, Msza św., adoracja – może zmienić nasz pogląd na Pana Boga, na siebie i na życie. Zmieniać tak, abyśmy zauważyli obecność Wszechmogącego w swoim codziennym życiu, obecność Boga, Który jest bliski naszym problemom, większym lub mniejszym. Warto tu również pamiętać o pracy wewnętrznej, pracy, która jest szczerym poszukiwaniem odpowiedzi na niepokojące pytania. Poszukiwanie poprzez myśli, rozmowy, książki, artykuły i rekolekcje.

Życie duchowe jest nieustanną modlitwą i wewnętrzną pracą. Nie na próżno św. Benedykt już w VI wieku sformułował zasadę „ora et labora” – „módl się i pracuj”. Razem te dwa punkty są receptą na przeżywanie nie tylko Wielkiego Postu, ale także każdego dnia naszego życia.