

Modlitwa serca w małych wspólnotach

(„Bo gdzie są dwaj albo trzej zebrani w imię moje, tam jestem pośród nich” - Mt 18, 20)

I. Sposób praktykowania:

1. Modlitwa do Ducha Świętego (w formie pieśni: „O Stworzycielu Duchu, przyjdź...”; „Przybądź Duchu Święty...”; litanii do Ducha Świętego lub jakiejś innej modlitwy znanej lub spontanicznej).
2. Akt prześlągnięcia Boga za swoje grzechy i zaniedbania.
3. Modlitwa Jezusowa w formie aktu strzelistego (odmawiana w pierwszej części wezwania, jako uwielbienie, w drugiej w duchu skruchy): **"Panie Jezu Chryste, Synu Boży, zmiłuj się nade mną grzesznym"** (przez kilka minut półgłosem a następnie dłużej w myślach). Akt strzelisty może być inny w zależności od naszego usposobienia wewnętrznego, np. "Boże, wejrzyj ku wspomnieniu memu, Panie, pośpiesz ku ratunkowi memu". (Dobór aktu strzelistego możemy skonsultować z kierownikiem duchowym)
4. Oddanie całej wspólnoty Niepokalanemu Sercu Maryi w Duchu Świętym, np. w słowach: „Matko Boża, przyjmij naszą modlitwę, jeśli jest miła Tobie i przynosi chwałę Bogu, i ustrzeż ją przed zniweczeniem przez Złego. Maryjo wszystko chcemy czynić z Tobą, a przez tę modlitwę pragniemy, by świat stał się rzeczywistym Królestwem Twego Syna”.
5. Modlitwa w konkretnej (jednej) intencji zatwierdzonej przez animatora, z możliwością zaproponowania jej przez każdego uczestnika grupy a, praktykowana sercem, bez słów (przez kilka minut w nawiązaniu do obietnicy Jezusa: „Jeżeli dwóch z was na ziemi zgodnie o coś prosić będzie, to wszystko otrzymają...” (Mt 18,19). Intencje mogą być związane z intencjami papieskimi, za kapłanów, dotyczyć spraw ogólnospołecznych lub osób szczególnie potrzebujących modlitewnego wsparcia (zagrożenie życia, ryzyko utraty zbawienia). Potrzeb jest wiele, wobec których nie powinniśmy pozostać obojętni.
6. Dziękczynienie i uwielbienie Boga za dar modlitwy we wspólnocie, za wysłuchane modlitwy, itp. Mogą to być też krótkie westchnienia, takie jak: "Jezu, ufam Tobie", "Pan mój i Bóg mój!", "Boże, bądź uwielbiony za Twą Ojcowską dobroć”.

II. Tworzenie kręgów modlitewnych:

Zachęcamy do tworzenia małych kręgów modlitewnych, które oddajemy pod opiekę Maryi Niepokalanej. Proponujemy, by ich nazwy powstawały od wezwań z *Litanii Loretańskiej*. Pierwsze dwa z nich powołane do istnienia, to:

- Krąg "Brama Niebieska" Maryi Niepokalanej Wspólnoty Modlitwa Serca.
- Krąg "Arka Przymierza" Maryi Niepokalanej Wspólnoty Modlitwa Serca.
- Kolejna przynajmniej kilkusobowa wspólnota może zgłosić swój udział i zaproponować nazwę swego kręgu...
- Pojedyncze osoby mogą zgłosić chęć uczestniczenia w tej formie modlitwy i będą przypisani do już istniejącego kręgu.
- Kręgi modlitewne powstające w różnych miastach mogą dopisywać do nazwy swoją miejscowość.

Każdy krąg modlitewny wybiera animatora, który proponuje raz w tygodniu, lub częściej intencję i porę modlitwy. Jeżeli osoby z określonego kręgu nie mogą się spotkać w jakimś miejscu, mogą się umówić (telefonicznie, itp.) na wspólną porę modlitwy Jezusowej w prywatnych mieszkaniach. Będzie ona, sposobnością nawiązywania łączności duchowej dla osób z różnych miast, miejscowości. Kontakt osób każdego kręgu będzie znany organizującemu ich animatorowi. Jest on zobowiązany do zapisywania intencji i przesyłania ich na adres mailowy: ms.marek@interia.pl, z dopiskiem "Modlitwa Serca" lub przez stronę wspólnotową www.modlitwaserca.org raz w miesiącu, w celu ich wpisania do *Księgi Intencji*. Intencje modlitewne będą zmieniane tak, aby mogły obejmować różne potrzeby Kościoła i ludzkości. Nowe ważne intencje mogą stanowić powód do powstawania kolejnych kręgów modlitewnych. W takich przypadkach potrzebny jest kontakt z panem Markiem Pomąleckim (adres jw.) lub opiekunem duchowym, do którego będą zgłaszani członkowie nowych grup.

Kręgi modlitewne mogą być tworzone także przez osoby niezapisane dotychczas do Wspólnoty „Modlitwa Serca”, jeśli tylko będą uwzględniać charakter tej modlitwy i pozostawać z nią w kontakcie.

Zaproponowana *modlitwa Jezusowa* okaże się z pewnością pomocna w pogłębianiu modlitwy, która na pierwszym etapie jest praktykowana głównie, jako modlitwa ustna, na drugim, jako modlitwa myślna, a na trzecim może się stać „modlitwą serca”. Do takiej modlitwy zachęca Pan Jezus, gdy poleca, aby wejść do swej izdebki i modlić się do Boga Ojca, który widzi w ukryciu (Mt 6, 6). Głębsza modlitwa osobista czy wspólnotowa dysponuje do głębszego udziału w sakramentach, zwłaszcza w Eucharystii i przynosi większą chwałę Bogu. Wytrwale praktykowana pozwala nabyć ducha modlitwy i nową wrażliwość na bliźniego.

Zachęcamy do praktykowania tego aktu modlitewnego, zwłaszcza podczas adoracji Najświętszego Sakramentu. Może on być odmawiany także w trakcie zwykłych czynności życiowych i stać się niejako strażnikiem naszego serca, a tym samym wszystkich naszych wyborów i dobrych decyzji.