Ponedjeljak, 24.08.2015.g.

Već nekoliko dana imam velikih problema sa internetskom vezom i nikako

da proradi da objavim prekrasne misli i razmišljanja jednog dragog brata

Ignattiusa Marya, obraćenika sa protestantske vjere na katoličku, koja je

objavio u svojoj knjizi "POMOZITE SEBI PA ĆE VAM I BOG

POMOĆI". Knjižicu sam kupio u uredu Hrvatske pošte a izdaje ju Župa sv.

Andrije apostola iz Donjih Andrijevaca.

Posebno su me dirnula poglavlja o oholosti i nepraštanju, koja sam i

posebno prepisao u prethodnim člancima. Kod obrade teme nepraštanja,

naišao sam na jednu prekrasnu meditaciju, MEDITATIVNA MOLITVA

PRAŠTANJA. U uvodu je navedeno da je ta molitvena vježba namijenjena

onima koji žele produbiti molitvu praštanja.

Osjetio sam da bi ta meditacija bila nešto što bi sigurno ponekad

iskoristio kada nekome ne bi mogao oprostiti. Zato sam odlučio ju ovdje

prepisati u cijelosti, možda će nekome od vas, koji ćete ovo čitati, ili

nekome od vaših u potrebi, pomoći.

ZA OPROST NIKAD NIJE NI KASNO NI RANO. SAMO TREBA

DONIJETI ODLUKU.

Neka vam u tome pomogne i ova meditacija.

"MEDITATIVNA MOLITVA PRAŠTANJA

Slijedeća molitvena vježba je meditativnog karaktera. Osjećate

li potrebu produbiti molitvu praštanja, ova će vam vježba biti od

velike koristi na tome putu.

1. Stavite se u Božju prisutnost. Zapravo si posvijestite da ste u

Božjoj prisutnosti.

2. Nastojte ući u sebe, usredotočite pozornost na svoju nutrinu.

Primijetite kucanje svoga srca i njegovu toplinu. (Duh Sveti vas

prožima svojom Božanskom ljubavlju i nježnošću. On je u

vama.)

3. Postavite sebi pitanje: Što je za mene oproštenje? Koje

dobro donosi? (Sjetite se nečega što vam je Bog oprostio i

proživite radost tog trenutka.)

4. Sada zamolite Isusa da pred vas dovede osobu kojoj trebate

oprostiti. (Pogledajte tu osobu i primijetite što u sebi osjećate

dok je gledate.)

5. Dopustite da na površinu izađu svi osjećaji koje nosite u sebi,

u svezi te osobe.

6. Posvijestite si da ste u Marijinoj nježnoj prisutnosti. Svu bol i

nelagodu koju osjećate zbog povrijeđenosti predajte njoj. I

sebe izručite (posvetite) Njezinu Bezgrješnom Srcu.

7. Pozovite Isusa da uđe u vaše rane i osjećaje, u vaše reakcije.

Svu svoju bol donesite pred Njegov Križ.

8. Zamolite ga da On oprosti vašem uvreditelju.

Zamolite Ga za milost da i vi možete oprostiti vašem

uvreditelju…

9. Dopustite da ta osoba dođe posve blizu vas.

Šapćite toj osobi: "Opraštam ti …"

Govorite toj osobi sve što joj konkretno opraštate…

10. Posvijestite si da i ta osoba vjerojatno pati od nečega, da je

možda prestrašena i povrijeđena. Zatražite da i ona vama

oprosti …

Posvetite je i predajte Srcu Isusovu i Marijinu…

Dajte joj vremena da primi oproštenje …

11. Stavite joj znak križa na čelo i resite iskreno: "Neka te Bog

blagoslovi i ozdravi."

Dopustite joj da s vašim blagoslovom ode slobodna i

preobražena tim oproštenjem…

Primijetite da je za vas uvreda okončana …

12. Nađite načina da se radujete svom ozdravljenju po ovom

načinu oproštenja.

Na kraju: zahvalite Ocu što vas je obdario darovima praštanja i

uveo u novu slobodu…

Sada izmolite OČE NAŠ … i završite sa slijedećom molitvom:

DOBRI BOŽE, MILOSRDNI OČE, ZAHVALJUJEM TI ZA

MILOST PRAŠTANJA. DAJ DA PO TOM DARU POSTANEM

ŠTO SLIČNIJI TVOME SINU ISUSU, KOJI NIJE DAO DA GA

SVLADA NEPRAVDA I MRŽNJA NEPRIJATELJA, NEGO JE

SVOJOM LJUBAVLJU I PRAŠTANJEM POBIJEDIO SVIJET.

TO TE MOLIM PO ISTOM KRISTU, GOSPODINU NAŠEMU.

AMEN.

Ovu meditativnu molitvu je preporučljivo češće prakticirati i

zapisati pokrete u duši, tako da prepoznamo pozitivne učinke

molitve, ali i zapreke koji se još trebate osloboditi. Primijetite

kako se odvijao tijek molitve i jeste li negdje osjetili opiranje.

Zadržite se na onim točkama gdje osjećate utjehu ili potrebu.

Tražite prosvjetljenje Duha Svetoga da vam pokaže što možete

učiniti da slijedeće ponavljanje ove vježbe bude učinkovitije…"

Eto, kao i sve meditativne molitve i duhovne meditacije, i ova traži mirno

mjesto, opuštenu atmosferu.

Mislim da bi ju bilo dobro proći i svima onima koji su imali teške povrede

od drugih ljudi a misle da su im sve oprostili.

Razmišljajući o svojem životu, nekako sam zaključio da sam i ja bio puno

povrjeđivan ali da sam se tih povreda puno lakše riješio nego mnogi dragi

ljudi oko mene koje sam kroz život povrijedio svojim grješničkim

životom.

Sada vidim i zašto sam ja tako lako povrjeđivao druge ljude oko sebe.

RADI OHOLOSTI I NEPOSLUŠNOSTI.

NAJTEŽIH MOJIH GRIJEHA S KOJIMA SE SVAKODNEVNO BORIM.

I PADAM I DIŽEM. I DALJE BORIM.

RAZNI DAROVI I SPOSOBNOSTI KOJE SAM DOBIO OD

GOSPODINA BOGA, A NJEGA ODBACIO, UČINILI SU ME JAKO

VJEŠTIM U POVRJEĐIVANJU DRUGIH LJUDI.

OHOLOST I NEPOSLUŠNOST MI NISU DALE DA TO VIDIM.

SVE DOK ME GOSPODIN NIJE SPASIO I OBRATIO.

A ŠTO SADA DA ČINIM SA TIM SILNIM OSJEĆAJIMA O TOME

KOLIKO DRUGI PATE ZBOG MOJIH RIJEČI I DJELA KOJIMA SAM

IH POVRJEĐIVAO!?

NE MOGU IZLIJEČITI, NE MOGU IM POMOĆI.

TO SAMO GOSPODIN ISUS MOŽE … AKO MU SE OBRATE I

OTVORE …

Zato sam sve ovo prepisao. Za sve druge koji traže svoje odgovore kako

oprostiti.

I zato te molim, MOJ LJUBLJENI

GOSPODINE, NEKA OVE MISLI IDU

SVIMA ONIMA KOJI PATE OD

POVRJEĐIVANJA I ONIH KOJI PATE OD

NEOPRAŠTANJA!

NEKA IH TVOJ DUH SVETI OBUZME U

DUBINI NJIHOVIH POVRJEĐENIH

SRDACA I DUŠA!

SVET I PRESVET U SVE VIJEKE VJEKOVA.