

wają z głębszych problemów naszego życia, wówczas modlitwa jest ważnym miejscem, w którym się one ujawniają. Dzięki rozproszeniom możemy poprzez modlitwę rozwiązywać nasze problemy.

Weźmy jako przykład **rozproszenia wynikające z urazowości**. Jeżeli osoba o urazowej postawie zostanie choćby w najmniejszym stopniu zraniona przez kogoś, wówczas na modlitwie mogą powracać odczucia żalu, skrzywdzenia, niechęci czy nawet nienawiści. W takiej sytuacji nie wystarczy zmienić zewnętrznych okoliczności, na przykład bardziej się wyciszyć, zmienić miejsce lub czas modlitwy. Trzeba wejść w postawę urazowości, by leczyć jej głębokie korzenie. Podobnie będzie z każdym innym głębszym, jeszcze nierozwiązanym problemem.

Nierzadką przeszkodą w modlitwie bywa także pewna **obsesyjność emocjonalna**, która polega na tym, że „coś”, z czym dana osoba ma problem, łatwo przykleja się do jej świadomości i jej pamięci. Im bardziej osoba obsesyjna usiłuje odrzucić to rozproszenie, tym bardziej ono rozrasta się w jej świadomości. Nie umie ona „odkleić” danego

obrazu, myśli, odczucia. Nie wystarczy wówczas zmienić miejsca czy innych zewnętrznych warunków modlitwy. W takim przypadku ważne jest, by nie zadrećcać siebie, ale usiłować zrozumieć i przyjąć tę swoją sytuację. Wręcz nieodzowna byłaby wówczas pomoc kierownika duchowego, a niekiedy także terapia psychologiczna.

Modlitwa domaga się z jednej strony pewnej umiejętności panowania nad swoimi myślami, odczuciami, wyobrażeniami, z drugiej zaś postawy zaufania Bogu. O ile panowania nad naszymi odczuciami, wyobrażeniami i pragnieniami uczymy się przez całe lata, o tyle postawę zaufania wobec Boga możemy wzbudzić „od zaraz”, dzięki czemu, pomimo wielu rozproszeń, możemy się dobrze modlić. Trzeba wierzyć, iż na modlitwie Bóg patrzy najpierw na nasze serce, przygląda się naszym dobrym zamiarom i pragnieniom, a nie roztargnionym myślom czy też niezależnym od naszej woli odczuciom. On najlepiej wie, że nasze myśli i uczucia są rozproszone i nieuporządkowane, ponieważ całe ludzkie życie takie jest. Z czasem to właśnie modlitwa sprawi,

iż nasze życie – dzięki przyjmowanej łasce Boga i własnej pracy – będzie stawać się bardziej uporządkowane, a dzięki temu także nasze myśli i odczucia, zarówno na modlitwie, jak i poza nią, będą bardziej uładzone.

KS. JÓZEF AUGUSTYN

Rozdział z książki pt. „Poznaj siebie. O uczuciach, modlitwie i życiu duchowym”.

Brakuje krwi

Krew potrzebna jest dla dzieci i dorosłych potrzebujących transfuzji, mogącej **uratować ich życie**.

Krew oddać może **każda pełnoletnia osoba** do 65. roku życia, ciesząca się dobrym zdrowiem i ważąca powyżej 50 kg.

Wystarczy zgłosić się z dowodem tożsamości do **Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa** we Wrocławiu, ul. Czerwonego Krzyża 5, od poniedziałku do piątku, w godz. 7.30–18.00 i w soboty 8.00–12.00.



Wycieczka nad zatokę

W sobotę 10 czerwca br. ks. Sebastian zorganizował wspólne wyjście ministrantów, lektorów i harcerzy nad zatokę, która znajduje się za Groblą Kozanowską. Już z samego rana wszyscy chętni spotkali się przed zakrystią, a potem cała grupa pod wodzą naszego Przewodnika ruszyła pieszo do celu. Po pół godzinie szybkiego marszu dotarliśmy na miejsce.

Pogoda była piękna, świeciło słońce, wiał lekki wiatr. Mieliśmy dużo możliwości spędzania czasu. Mogliśmy pływać na desantówce, strzelać z wiatrówki lub grać w piłkę nożną. Około g. 14 dołączyli do nas wierni z kościoła grekokatolickiego. Gdy

wszyscy zgłodnieliśmy, ks. Sebastian przygotował pyszne kielbaski z grilla, które bardzo nam smakowały.

Nad zatoką było bardzo fajnie i wesoło, wszyscy świetnie się bawiliśmy. Niestety, czas szybko płynął i musieliśmy wracać do swoich domów. Bardzo dziękujemy Księdzu Sebastianowi za tak

fantastycznie spędzony dzień i czekamy na następne wspólne wyprawy.

KAMIL GÓRECKI, ministrant

