

## Adoracja – miłosne przytulenie do Pana

**Zmartwychwstały Jezus jest obecny pod postaciami chleba i wina prawdziwie jako Bóg i jako człowiek - ze swoim ciałem, krwią i duszą. Ze względu na tę stałą i realną obecność czymś bardzo pożytecznym jest adoracja Najświętszego Sakramentu. Czas spędzony przed Obliczem Pana staje się okazją do wewnętrznego wyciszenia, uspokojenia się i modlitwy. Powinno to być pełne miłości spotkanie z naszym Bogiem, Panem, Stwórcą, Zbawicielem i najlepszym Przyjacielem. Szczególnie w czasie Kongresu Eucharystycznego trwającego w naszej diecezji, warto postawić własne serce w prawdzie i miłości przed obliczem Eucharystycznego Jezusa.**

Adoracja Najświętszego Sakramentu stanowi pomoc w głębszym przeżywaniu Komunii św., przypomina o obecności Zbawiciela w naszej duszy, o Jego bliskości, miłości i pokorze, która skłania Go do ukrycia swojej wielkości i potęgi pod osłoną odrobiny chleba i wina. Wszystko to dla nas, abyśmy bez lęku i przymusu zbliżali się do Niego, rozmawiali z Nim i okazywali Mu naszą miłość.

Maryja pokazuje nam, jak patrzeć z miłością na Jej Syna, jak Go prawdziwie i z wielką pokorą adorować. Kto pragnie nauczyć się właściwej adoracji Jezusa w Najświętszym Sakramencie, ten niech wpatruje się w Matkę Najświętszą i niech Ją prosi o taką miłość do Jej Syna, jaka rozpałała i nadal rozpała Jej Serce.

### **Czym jest modlitwa adoracyjna? Co ona daje?**

**Po pierwsze** adoracja uzmysławia nam sam fakt naszego istnienia. Często żyjemy jakby w transie. Nieraz jesteśmy tak bardzo zajęci produkowaniem i konsumowaniem dóbr, iż jesteśmy jakby nieświadomi siebie. Zajmujemy się rzeczami, zlewamy się z nimi. Adoracja odrywa nas od rzeczy i uczy nas dobrego ich używania. Uczy osobowego stosunku do życia - własnego i naszych bliźnich. Życie ludzkie samo w sobie posiada wartość. Nie domaga się ono w jakiś sposób absolutny sukcesów, dobrej opinii czy innych rzeczy. Nie jesteśmy zależni od rzeczy (por. Łk 2, 15). **Dzięki adoracji możemy oddzielać plewy od ziarna i uczyć się kochać nasze życie także wtedy, gdy naznaczone jest ono kruchością, słabością i ubóstwem.**

**Po drugie** adoracja umożliwia nam stawanie w obecności Boga i ludzi. Świadomość siebie jest potrzebna po to, by wyjść od siebie i przejść do Boga, a w Bogu do ludzi. Adoracja dokonuje się we wspólnocie Kościoła. Adoracja nie jest alternatywą miłości bliźniego. Ona prowadzi do miłości ludzi. Gdybyśmy chcieli ukryć się w kruchcie kościoła, ponieważ świat jest zły, wówczas nasza religijność odgradzałaby nas od ludzi. Byłaby to chora duchowość, chora modlitwa. Modlitwa wychodzi od Boga i prowadzi do ludzi. Jednym z istotnych celów naszej modlitwy jest komunია z bliźnimi.

**Po trzecie** adoracja prowadzi nas ku zdziwieniu, ku kontemplacji Boga, ludzi i nas samych. Zarówno na świecie jak i w naszym życiu nic nie jest oczywiste. Wszystko jest nieprzewidywanym darem. Adoracja leczy nas z postawy roszczeniowej. Adoracja rodzi wdzięczność. Adoracja posiada ścisły związek z Eucharystią. Najpełniejszą formą adoracji jest trwanie w obecności Eucharystii - Najświętszego Sakramentu. Im bardziej zbliżamy się do

Boga, im pełniej wnikamy w Boga, tym głębiej rozumiemy, że wszystko jest tajemnicą: Bóg, drugi człowiek, a także my - sami dla siebie. Adoracja nie wyjaśnia nam tajemnicy Boga ani też tajemnicy ludzkiego istnienia. Adoracja nie rozwiązuje też problemów w jakiś sposób automatyczny. Z adoracji wynosimy raczej wiele twórczych pytań i wątpliwości. A mimo to adoracja wprowadza w nas głęboki pokój wewnętrzny, radość, zaufanie; zaufanie do Boga i do własnego życia, zaufanie do bliźnich.(...)

### **Adoracja przedłużeniem Mszy Świętej**

Adoracja jest nie tylko okazją do wyrażenia miłości Jezusowi, ale i dziękczynienia. Adoracje nasze mają być odpowiedzią na słowa liturgii mszalnej: "Dzięki składajmy Panu, Bogu naszemu, bo godne to i sprawiedliwe".

W trakcie adoracji wyrażamy Chrystusowi nie tylko naszą miłość i wdzięczność. Pragniemy także być podobni do Maryi i razem z Nią rozważać wielkie dzieła Boże i śpiewać swoje Magnificat, bo "uczynił mi wielkie rzeczy". To rozważanie dzieł Bożych i pamięć otrzymanych łask w życiu osobistym czy społecznym prowadzi do poczucia wdzięczności i dziękczynienia za Boże miłosierdzie. Razem z psalmistą człowiek pragnie wielbić Boga za to i powtarzać: "Bo na wieki Jego miłosierdzie".

Adoracja, która jest przedłużeniem Mszy św., ma być również rozważaniem wielkiej tajemnicy wiary. Potrzebna jest cicha modlitwa adoracyjna, by tę tajemnicę lepiej zrozumieć i przeżyć.

**Adoracja jest także skutecznym środkiem własnego uświęcenia.** Można by podać wiele przykładów z życia świątobliwych ludzi, którzy z niej właśnie czerpali siłę do pracy nad sobą. Przez tę modlitwę wypraszali również łaski potrzebne do zbawienia świata. (...)

### **Dlaczego Adoracja jest potrzebna?**

"Wśród różnych praktyk pobożnych adoracja Jezusa sakramentalnego jest pierwsza po sakramentach, najbardziej miła Bogu i najbardziej pożyteczna dla nas" - to słowa św. Alfonsa Liguoriego cytowane przez Ojca Świętego Jana Pawła II w encyklice "Ecclesia de Eucharystia" (nr 25).

### **Jak przeżywać adorację?**

"Pięknie jest zatrzymać się z Nim i jak umiłowany Uczeń oprzeć głowę na Jego piersi (por. J 13, 25), poczuć dotknięcie nieskończoną miłością Jego Serca. Jeżeli chrześcijaństwo ma się wyróżniać w naszych czasach przede wszystkim sztuką modlitwy, jak nie odczuwać odnowionej potrzeby dłuższego zatrzymania się przed Chrystusem obecnym w Najświętszym Sakramencie na duchowej rozmowie, na cichej adoracji w postawie pełnej miłości? Ileż to razy, moi drodzy Bracia i Siostry, przeżywałem to doświadczenie i otrzymałem dzięki niemu siłę, pociechę i wsparcie!" (Jan Paweł II, Encyklika "Ecclesia de Eucharistia" 25).

### **Adoracja wymaga specjalnego miejsca, ściśle określonego czasu...**

I chociaż możemy adorować Boga praktycznie w każdym miejscu, to jednak powinny istnieć także wybrane miejsca, które swą atmosferą ciszy i skupienia zapraszałyby nas do adoracji. (...) Ciągła adoracja Najświętszego Sakramentu w świątyniach naszych miast jest znakiem żywego Kościoła. (...) Oczywiście adoracja domaga się także czasu. Doświadczenie Boga stopniowo zamiera z nas, kiedy nie mamy czasu na modlitwę, na adorację. Właśnie brak adoracji, brak modlitwy sprawia, że marnujemy nieraz wiele czasu i energii na uśmieranie naszych

niepokojów i lęków. Czas przeznaczony na adorację sprawi, że nasze życie, także życie emocjonalne, zawodowe, rodzinne czy wspólnotowe będzie bardziej uporządkowane. Zatem...warto TRWAĆ.