

OD EUCHARYSTII DO ADORACJI.

Czym jest adoracja i jak ją dobrze przeżywać? Różne formy modlitwy adoracyjnej (modlitwa w ciszy, Słowem Bożym)

Siostra Amata EKERT AM,
Bytom-Karb

Trwając w rozważaniach związanych z Eucharystią, warto przypomnieć, czym jest ten największy dar i jednocześnie misterium, które zostawił nam sam nasz Pan Jezus Chrystus. Katechizm Kościoła Katolickiego w punkcie 1325 powołując się na punkt 11 *Lumen gentium*, określa Eucharystię jako źródło i zarazem szczyt całego życia chrześcijańskiego. Nasz Pan w Wieczerniku wobec uczniów dał wyraz swojej miłości do końca. Zanim ustanowił Eucharystię umył im nogi. Nie uczynił tego tylko tym, którzy pozostali Mu wierni, ale pochylił się także przed Judaszem i tym gestem również wobec swojego zdrajcy dał wyraz miłości i oddania. Pokazał bardzo jasno, jaki wymiar przyjmuje Jego miłość do człowieka. Uniża się, daje się całkowicie i bezwarunkowo. Te aspekty są ważne dla zrozumienia daru Eucharystii, a jeszcze bardziej tajemniczy obecności w Najświętszym Sakramencie. W Katechizmie Kościoła Katolickiego (1380) czytamy: „Istnieje głęboki sens w tym, że Chrystus chciał pozostać obecny w swoim Kościele w ten wyjątkowy sposób. Skoro w widzialnej postaci miał On opuścić swoich, to chciał dać nam swoją obecność sakramentalną; skoro miał ofiarować się na krzyżu dla naszego zbawienia, to chciał, byśmy mieli pamiątkę Jego miłości, którą umiłował nas aż „do końca” (J 13, 1), aż po dar ze swego życia. Istotnie, będąc obecny w Eucharystii, pozostaje On w tajemniczy sposób pośród nas jako Ten, który nas umiłował i wydał za nas samego siebie. Pozostaje obecny pod znakami, które wyrażają i komunikują tę miłość”.

Jezus daje się człowiekowi całkowicie, pozwalając się zamknąć w tabernakulum. Wymowne są słowa św. Jana z Prologu: „A Słowo stało się ciałem i zamieszkało wśród nas. I oglądaliśmy Jego chwałę”. Bóg – Słowo Wcielone zamieszkało pośród nas, niejako rozbiło namiot w naszej codzienności. Łacińskie słowo *tabernaculum* oznacza namiot, namiot obecności Boga i dziś jest dla nas tym, czym w Starym Testamencie była dla Izraelitów Arka Przymierza.

Kard. Josef Ratzinger napisał: „Kościół, w którym pali się wieczna lampka, żyje zawsze i jest czymś więcej niż kamienną budowlą – w kościele tym zawsze czeka na mnie Jezus Chrystus, woła mnie, chce mnie samego uczynić «eucharystycznym»”. Jest nieustannie dla nas. Benedykt XVI kiedyś powiedział: „To jest obecność. Tutaj w hostii Świętej jest On przed nami i pośród nas”. To oznacza, że Najświętszy Sakrament to obecność, to miłość, która się nam daje, ofiarowuje się każdemu człowiekowi bez wyjątku, pragnąc naszej miłości w zamian.

Kiedy przyjmujemy Chrystusa w Komunii św., podczas Eucharystii lub poza nią, głęboko jednoczymy się z Nim. KKK w punkcie 1391 podaje, że to zjednoczenie jest pierwszym owocem Eucharystii, która jest także podstawą naszego życia duchowego. Karmimy się Jezusem i pijemy Jego Krew, po to, by w pełni zjednoczyć się z Nim, by w naszych żyłach płynęła Jego Krew, by Jego Ciało dawało nam siłę do życia według Bożej woli. Możemy wzrastać w miłości, w wierności, a przede wszystkim w wierze, która uzdalnia nas do nieustannego poznawania, kim jest Jezus, nasz Pan i Mistrz, po to, byśmy uczynili nasze człowieczeństwo na wzór Jego, by nasze życie było na wskroś Boże.

Kiedy przyjmujemy Jezusa w Komunii św. nie tylko przyjmujemy Jego miłości i potrzebne łaski, ale to jest również nasza odpowiedź na tę miłość. To prawda, że możemy przyjąć Jezusa i zaraz po Eucharystii wrócić swoich zadań, do swojej codzienności. A możemy także zatrzymać się chwilę, po to, by pobyć sercem przy Sercu, trwając w Bożej obecności. Ojciec Święty Benedykt XVI podkreślał, że między adoracją a Mszą św. istnieje ścisły związek: „Akt adoracji poza Mszą św. przedłuża i intensyfikuje to, co się dokonało podczas samej celebracji liturgicznej”. Natomiast św. Jan Paweł II w Liście o adoracji eucharystycznej w pkt. 3 napisał: „Kontemplacja przedłuża komunie i pozwala na długotrwałe spotkanie z Chrystusem, prawdziwym Bogiem i prawdziwym człowiekiem. Przez kontemplację pozwalamy Mu patrzeć na nas i doświadczamy Jego obecności. Gdy kontemplujemy Go w świętym sakramencie ołtarza, Chrystus zbliża się do nas i wnika w nas głębiej niż my sami; przez przemieniające zjednoczenie z sobą daje nam udział w swoim Boskim życiu, a przez Ducha otwiera nam dostęp do Ojca”. Jest to szczególny czas dla nas. Czas, w którym pozwalamy Jezusowi przemieniać nasze serca. Bardzo potrzebujemy tych momentów wyrażających naszą duchowość eucharystyczną.

Nasz Wielki Rodak w liście *Dominicae cenae* w pkt. 3 napisał: „Kościół i świat bardzo potrzebują kultu eucharystycznego. Jezus czeka na nas w tym sakramencie miłości. Nie odmawiajmy Mu naszego czasu, aby pójść, spotkać Go w adoracji, w kontemplacji pełnej wiary, otwartej na wynagradzanie za ciężkie winy i występki świata. Niech nigdy nie ustanie nasza adoracja!“. Nie możemy być obojętni na taką zachętę. Jezus pragnie naszej obecności, pragnie naszego czasu, naszego trwania. Nasuwa się tutaj Jego spotkanie z Samarytanką, kiedy to pada z ust Jezusa prośba: „Daj mi pić!“. Jezus prosi kobietę, by dała Mu się napić, by zaspokoila Jego pragnienie. Nie chodzi tu tylko o pragnienie fizyczne, ale tak naprawdę to Jezus pragnie jej miłości, naszej miłości. Pragnie, byśmy Mu dali to, co mamy najcenniejszego, najczystsze, zaczerpnęli ze źródła naszej miłości. Dlatego adoracja jest przedłużeniem wzajemnego obdarowania, które dokonuje się w Eucharystii.

1. Istota adoracji

Ojciec Święty Benedykt XVI młodym zgromadzonym w Kolonii podczas Światowych Dni Młodzieży bardzo jasno i prosto wyjaśnił, czym jest adoracja: „Łacińskie słowo oznaczające adorację, to *adoratio* – kontakt usta-usta, pocałunek, uścisk, a więc miłość. Poddanie staje się jednością, ponieważ Ten, któremu się podporządkowujemy jest Miłością.” To jest odpowiedź miłością na miłość. Cóż my możemy dać Bogu? Przecież wszystko, co mamy, pochodzi od Stwórcy. Możemy Mu jednak podarować nasz czas, naszą obecność. W dzisiejszych czasach to dar bardzo wymagający. Często mówimy, że nie mamy czasu, że przecież tyle jest jeszcze do zrobienia. Trudno nam się zgodzić na to, by pójść na adorację, by trwając przed tym Białym Chlebem niejako zmarnować czas. Przecież w tym czasie tyle każdy z nas mógłby zrobić. Jednak nie jest nam trudno znaleźć czas, by spotkać się z przyjacielem, z kimś, kto jest dla nas ważny, z kim chcemy nieustannie pogłębiać naszą przyjaźń, więź. A Jezus jest naszym najlepszym przyjacielem. Dlaczego więc, pojawia się trudność, by pójść do kościoła chociaż na pół godziny adoracji?

2. Elementy konieczne do owocnego przeżycia czasu adoracji

Adoracja Najświętszego Sakramentu dla wielu z nas może stanowić trudność. Przyjść do kościoła i klęknąć przed tabernakulum i co dalej. Dla współczesnego człowieka, który chce wszystko rozumieć, chce doświadczyć, może takie trwanie oznaczać pustkę. Nie da się bowiem, objąć rozumem tajemnicy Bożej obecności w tym małym kawałku chleba. Nie da się tego na ludzki sposób wyjaśnić. Potrzeba z naszej strony niejako przygotowania, spełnienia pewnych warunków.

a) Wiara podstawą adoracji

Wpatrując się w Najświętszy Sakrament nie dostrzegamy wzrokiem osoby Jezusa, nie doświadczamy Go i nie zbliżamy się do Niego przez zmysły. To wiara i miłość każą nam uznać, że pod postaciami chleba i wina obecny jest Chrystus (por. Jan Paweł II, List o adoracji eucharystycznej). „Adorować Ciało Chrystusa znaczy wierzyć, że tu, w tym kawałku chleba, jest rzeczywiście Chrystus, który nadaje prawdziwy sens życiu, zarówno ogromnemu wszechświatowi, jak najmniejszemu stworzeniu, całym ludzkim dziejom i najkrótszemu nawet życiu. Adoracja jest modlitwą, która jest przedłużeniem liturgii i komunii eucharystycznej, i z której dusza wciąż czerpie pokarm: żywi się miłością, prawdą, pokojem; żywi się nadzieją, ponieważ Ten, przed którym się korzimy, nie sądzi nas, nie przygniata, lecz wyzwala i przemienia”. (Benedykt XVI, homilia 2008 r.). Ten największy dar, jakim jest Najświętszy Sakrament, wymaga od nas wiary. Każdy z nas musi uwierzyć, że pod małym, białym kawałkiem chleba kryje się Osoba – Bóg wszechmogący, Słowo Wcielone, Miłość – która daje się nam bezwarunkowo. Aby dostrzec tę Najświętszą Obecność potrzebujemy łaski Ducha Świętego i wiary i o te łaski należy nam prosić. Jezus zostawił nam swoją obecność ukrytą w tak bardzo prostym znaku, jakim jest znak chleba, bo chce nam towarzyszyć w naszej codzienności, tak jak chleb, który spożywamy każdego dnia, nawet się nie zastanawiając nad tym. „Pan chce towarzyszyć swoją obecnością” – jak powiedział Benedykt XVI w homilii z 2006 r. Chce być z nami w tym, co tworzy naszą rzeczywistość tak zwyczajnie, a jednocześnie tak realnie. Chce nas obdarzać swoją miłością, swymi łaskami.

Św. Jan Paweł II w encyklice o Eucharystii dotknął ważnego wymiaru adoracji: „Pięknie jest zatrzymać się z Nim i jak umiłowany uczeń oprzeć głowę na Jego piersi, poczuć dotknięcie nieskończoną miłością Jego Serca.” Adoracja więc może być przeżywana jako zanurzenie się w miłosnej obecności Jezusa. Czasem mówi się, że adoracja to przywilej osób duchownych, a tak naprawdę to z tego daru może skorzystać każdy. „Adoracja – jak mawiał św. Jan Maria Vianney – to przebywanie w miłości. Ja patrzę na Niego, a On na mnie”. Pragnieniem Jezusa było i jest przemawiać do serca ludzkiego tak, jak przyjaciel przemawia do swojego przyjaciela (por. *In sinu Jesu*, 7 lipca 2009).

b) Cisza – warunkiem spotkania z Jezusem w Najświętszym Sakramencie

Innym bardzo ważnym elementem adoracji, podczas której możemy spotkać się prawdziwie z naszym Mistrzem, jest cisza. W tej ciszy dokonuje się dialog serc: Bóg mówi do mnie, a ja mówię do Niego. Dzisiejszy świat, pełen hałasu i wrzasku nie sprzyja wyciszeniu. Biegając od jednego zajęcia do drugiego, załatwiając wszystkie sprawy, które trzeba ogarnąć, mając w swej głowie jeden wielki chaos i natłok myśli, trudno się zatrzymać i spróbować wyciszyć. Niestety nie ma innej możliwości. Tylko cisza w naszym wnętrzu i wokół nas – modlitewne skupienie – czyni nas zdolnymi, by usłyszeć to, co Bóg chce nam powiedzieć. Jak powiedział Benedykt XVI w Kolonii: „To cisza objawia nam tajemnicze oblicze Boga. Zaprasza nas do tej wewnętrznej pielgrzymki, która nazywa się adoracją. Bóg w ciszy przyszedł do Eliasza, w ciszy narodził się w Betlejem. W ciszy umierał i nawet zmartwychwstanie dokonało się w ciszy nocy paschalnej. Cisza pozwala trwać w uścisku z Jezusem, pozwala Mu obdarzyć człowieka pocałunkiem miłości”. Cisza wokół nas, ale i w naszym sercu jest więc warunkiem doświadczenia Bożej obecności, spotkania się z Bogiem – Miłością, warunkiem usłyszenia Jego głosu. W książce „*In Sinu Jesu*” pod datą 21 marca 2009 r. możemy przeczytać następujące słowa: „cisza jest najczystszy wyrazem Mojej miłości do ciebie i Twojej miłości do Mnie”.

Kiedy mówimy do Boga, On słucha nas z największą uwagą. Pod inną datą (13 grudnia 2009 r.), Pan Jezus przekonuje swojego przyjaciela – kapłana: „Z większą uwagą słucham twoich modlitw, niż ty je wypowiadasz. Ufaj Mi. Wierz w Moją czułą i wierną miłość do ciebie. Jestem twoim przyjacielem i wybrałem cię po to, abyś stał

się przyjacielem Mojego Eucharystycznego Serca. Dlaczego więc nie miałbym wysłuchiwać twoich modlitw i w Mojej nieskończonej mądrości i miłosiernej miłości nie odpowiadać na nie tak, jak uznam za stosowne? Ufaj, że Moja odpowiedź na twoje modlitwy jest zawsze najlepsza ze wszystkich możliwych rozwiązań i nigdy nie zapomnij Mi dziękować, nawet już wtedy, gdy prosisz, albowiem żadna twoja modlitwa nie pozostaje bez odpowiedzi". Taka perspektywa spojrzenia na adorację ogromnie wpływa na owocne jej przeżycie.

3. Różne formy trwania na adoracji

Adoracja eucharystyczna poza Mszą św. rozwinęła się w Kościele dopiero w średniowieczu. We wczesnym średniowieczu przyjął się zwyczaj częstego odwiedzania kościoła. Dotyczyło to jednak klasztorów. Modlono się wtedy przed głównym ołtarzem. Z czasem pojawia się zwyczaj „patrzenia”, kontemplowania Chleba Eucharystycznego ze wzruszeniem i czcią. Sobór Trydencki pogłębił i utrwalił kult eucharystyczny. Zwiększyła się częstotliwość wystawiania i adoracji Najświętszego Sakramentu. W wiekach XVII i XVIII nastąpił intensywny rozwój adoracji Najświętszego Sakramentu, przechowywanego w tabernakulum. W historii Kościoła utrwaliły się formy kultu Najświętszego Sakramentu także poza Mszą świętą. Należą do nich: wystawienie i adoracja Najświętszego Sakramentu, procesje eucharystyczne oraz kongresy eucharystyczne.

Jeśli chodzi o adorację Najświętszego Sakramentu, to jeszcze niedawno postrzegano ją jako przywilej i obowiązek osób duchownych: kapłanów i osób konsekrowanych. Dziś coraz częściej zaprasza się wszystkich wiernych do tego szczególnego sposobu trwania w obecności Bożej. Oczywiście nie zwalnia się w ten sposób kapłanów i zakonników z tego zaproszenia, ale ich postawa ma zachęcać także wiernych świeckich, by często i jak najdłużej uwielbiali i kontemplowali oblicze eucharystyczne Pana Jezusa: „Zalecam kapłanom, zakonnikom, zakonnicom i wiernym świeckim, aby nadal i z jeszcze większym zaangażowaniem starali się ukazywać młodym pokoleniom sens i wartość adoracji oraz pobożności eucharystycznej. W jaki sposób młodzi będą mogli poznać Chrystusa, jeżeli nie zostaną wprowadzeni w tajemnicę Jego obecności?” (Jan Paweł II, List o adoracji eucharystycznej, pkt. 8).

Jest wiele sposobów i form trwania w adoracji przed Najświętszym Sakramentem. Można by stwierdzić, że każdy człowiek modli się na swój sposób, gdyż jak podpowiada nam św. Paweł: „Gdy bowiem nie umiemy się modlić tak, jak trzeba, sam Duch przyczynia się za nami w błaganiach, których nie można wyrazić słowami” (Rz 8, 26). Poniżej przedstawiam kilka wybranych sposobów przeżywania adoracji.

- a) Modlitwa uwielbienia i dziękczynienia – jest aktualnie coraz częstszą formą adoracji Najświętszego Sakramentu przeżywaną we wspólnocie Kościoła. Wierni indywidualnie lub wspólnotowo uwielbiają Boga za całe dzieło stworzenia i odkupienia. Dziękczynienie to może obejmować również wszystkie łaski, które otrzymują poszczególni wierni. Taka forma adoracji może zawierać także elementy: przeproszenia, przebłagania, zadośćuczynienia czy prośby, zgodnie z zaleceniem św. Jana Pawła II: „Pozostawajmy długo na klęczkach przed Jezusem Chrystusem obecnym w Eucharystii, wynagradzając naszą wiarą i miłością zaniedbania, zapomnienie, a nawet zniewagi, jakich nasz Zbawiciel doznaje w tylu miejscach na świecie”. Ważne, by te modlitwy przeplatane były chwilami ciszy, podczas których wierni mogą w sanktuarium swego serca wypowiedzieć własne dziękczynienie, przeproszenie, czy prośbę lub usłyszeć to, co Bóg kieruje do nich.
- b) Modlitwy ustne: wierni często wypełniają czas adoracji odmawianiem modlitw takich jak: litanie, koronki, różaniec. Nie są to złe formy modlitwy, jednak nie dają one zbyt dużej przestrzeni na dialog, czyli na usłyszenie głosu Boga. Istnieje przy nich niebezpieczeństwo zamienienia dialogu z Bogiem na monolog. Każda z tych modlitw winna otwierać serce na obecność Boga, wypełniać je pragnieniem usłyszenia Jego woli. To czyni naszą modlitwę nie tyle oczekiwaniem, że zostanie ona wysłuchana, ale spotkaniem z Miłością w miłości. Prosimy, ale zdajemy się pełni ufności na Boże rozwiązania.
- c) Modlitwa Słowem Bożym: przez wieki święci dawali nam przykład czytania, zgłębiania, rozważania, medytowania i kontemplowania Słowa.

Piękną formą adoracji jest wypełnienie tego czasu fragmentem Pisma Świętego. Piękny wzór dała nam Maryja, która nawet nie rozumiejąc, rozważała w swym sercu to, co mówił do Niej Jej Syn, jak również rozważała różne zdarzenia, w których dzięki wierze dostrzegała Boże prowadzenie.

Przykładem modlitwy Słowem Bożym może być lectio divina, które składa się z: **czytania** fragmentu Pisma Świętego, **rozważania**, co przez to Słowo chce mi powiedzieć Bóg, **oratio** – czyli mojej modlitwy, która jest odpowiedzią na to Słowo, oraz **contemplatio** – które jest miłosnym trwaniem w tym Słowie, w Bożej obecności. Z tej modlitwy musi wypływać także konkretne działanie.

Innym sposobem modlitwy Słowem Bożym jest medytacja ignacjańska, której autorem, jak sama nazwa mówi, jest św. Ignacy Loyola. Zaprasza on w tej modlitwie do zatrzymania się nad słowem, które konkretnie porusza, dotyka. Obok medytacji jest także kontemplacja, czyli trwanie w scenie biblijnej, którą się rozważa.

Jeszcze inną formą modlitwy Słowem Bożym jest modlitwa Psalmami. Wierny słowa poszczególnych psalmów może uczynić swoją modlitwą.

- d) Modlitwa Jezusowa – szczególnie rozwinęła się w Kościele wschodnim. Polega na powtarzaniu formuły: „Panie Jezu Chryste, Synu Boży, zmiłuj się nade mną, grzesznikiem”. Jest to klasyczne wezwanie w tej modlitwie. Słowa te mają pomóc nam skupić się i trwać w Bożej obecności, mamy je uczynić nie jako modlitewnym oddechem duszy.
- e) Modlitwa głębi – to rodzaj modlitwy kontemplacyjnej, która jest otwarciem umysłu i serca – całej naszej istoty – na Boga, Ostateczną Tajemnicę wykraczającą poza myśli, słowa i uczucia. Grzegorz Wielki (VI wiek) w podsumowaniu chrześcijańskiej tradycji kontemplacyjnej określił ten rodzaj modlitwy jako „odpoczynek w Bogu”. Poprzez łaskę otwieramy naszą świadomość na Boga, o którym wiemy dzięki wierze, że jest w

naszym wnętrzu, bliżej niż oddech, bliżej niż myślenie, bliżej niż akty wyboru – bliżej niż sama świadomość.

- f) Modlitwa w ciszy – to podróż w głąb swego ducha. Jezus odchodził w miejsca pustynne po to, by się modlić. Spędził tam wiele dni po to, by być dla Ojca, cały dla Niego i z Nim. Otwierał się cały na wolę Ojca, na działanie Ducha Świętego. Tam, na pustynię zaprasza także każdego człowieka. On sam jest dla nas wzorem modlitwy w ciszy. Człowiek może sobie stworzyć taką pustynię w swoim sercu i wokół siebie, po to, by Jezus mógł mu się dać całkowicie. Daje Bogu swój czas, konkretnie określony, który jest jednocześnie poza czasem, czas, w którym cały daje się Bogu w ciszy, bez słów, przez obecność.

Wszystkie te formy adoracji Najświętszego Sakramentu mają umożliwić nam autentyczne spotkanie z Jezusem Eucharystycznym. On – jedyny Syn Boga – dał się cały człowiekowi z miłości. Jego jedynym pragnieniem jest nasza miłość, z której wypływa tęsknota za Nim. Zawsze zostawia nam wolność, wybór: „Jeśli chcesz”. Chce słuchać o naszej codzienności, o naszych radościach i smutkach, o naszych sukcesach i trudnościach. Prawdą jest, że On o tym wszystkim wie, ale kiedy sami opowiadamy Mu o tym, to niejako zapraszamy Go do naszej rzeczywistości, dajemy Mu pozwolenie, by ogarnął nas swoją łaską. Nasze potrzeby stają się Jego potrzebami. W tej wymianie darów Jezus pragnie także, by Jego sprawy, Jego pragnienia stały się naszymi. Kiedy nasze działanie zawieramy Jego Miłości, to nasze świadectwo życia, wiary staje się bardziej prawdziwe, owocne, wiarygodne. Św. Jan od Krzyża zwrócił uwagę na bardzo ważną kwestię: „Ci, którzy są bardzo aktywni i sądzą, że obejmują cały świat swymi zewnętrznymi czynami, niech pamiętają, że więcej pożytku przynieśliby Kościołowi i miłsi byłiby Bogu, nie mówiąc już o dobrym przykładzie, jaki mogliby dać, gdyby przynajmniej połowę tego czasu poświęcili na modlitwę do Niego”.

Podsumowanie

Adoracja Najświętszego Sakramentu jest naszym przywilejem, ale i obowiązkiem. Św. Jan Paweł II w *Liście o adoracji eucharystycznej* (pkt. 7) zachęcał wszystkich wierzących w Jezusa, by „regularnie nawiedzali Chrystusa obecnego w Najświętszym Sakramencie Ołtarza, ponieważ jesteśmy wszyscy powołani, by trwać nieustannie w obecności Bożej dzięki Temu, który pozostaje z nami aż do końca czasów”. Natomiast św. Augustyn już przed wiekami napominał: „Niech nikt nie spożywa tego Ciała, jeśli Go najpierw nie adorował; grzeszylibyśmy, gdybyśmy Go nie adorowali”. Adoracja to czas, gdy Bóg mówi do człowieka, gdy daje się cały, ale również czas, w którym człowiek może odpowiedzieć miłością na tę Bożą miłość. To jest też czas, kiedy Bóg daje człowiekowi to wszystko, czego potrzebuje, by trwać wiernie w powierzonej mu przez Boga misji. To na adoracji możemy otrzymać odpowiedzi na wszystkie rodzące się w naszych sercach pytania, wątpliwości. Pan w blasku swojej obecności może wypełnić nasze serce pokojem ale i odwagą, radością ale i wyciszeniem. Może dać nam wewnętrzne ukojenie ale i doświadczenie głębokiej wolności. Bardzo wymowne są więc słowa św. Faustyny: „Kiedy wyszłam z adoracji ze spokojem spojrzałam w oczy temu wszystkiemu, czego się przedtem tak bardzo lękałam” (*Dzienniczek*, 137). W innym miejscu napisała: „Przypominam sobie, że najwięcej światła otrzymałam w adoracjach, które odprawiałam codziennie przez pół godziny przez cały Post przed Najświętszym Sakramentem leżąc krzyżem. W tym czasie poznałam głębiej siebie i Boga” (*Dzienniczek*, 684). Niech te słowa będą zachętą do częstego trwania na adoracji przed Najświętszym Sakramentem, do nieustannego przedstawiania Jezusowi wszystkich radości i trosk, zaproszeniem do przyjmowania miłości, by potem się nią dzielić z braćmi i siostrami, którzy żyją wokół nas.