

ZAPROSZENIE

*Jeśli trzymasz w rękach tę publikację, być może nosisz w sobie zmęczenie,
którego nie potrafisz już nazwać.*

Może jest to ból serca, który nie daje się opisać jednym słowem.

Może cierpienie, które trwa zbyt długo.

A może pytanie o sens, które powraca wtedy, gdy milkną wszystkie łatwe odpowiedzi.

To dzieło nie powstało po to, by cierpienie tłumaczyć ani usprawiedliwiać.

Nie powstało też po to, by je banalizować.

*Powstało, aby **towarzyszyć**.*

*Święta Rafka nie jest świętą odległą ani niedostępną. Nie stoi na piedestale heroizmu, który
onieśmiela. Jest blisko — pośród bólu, niemocy, samotności i ciszy. Jej życie, naznaczone
stratą, chorobą, paraliżem i ślepotą, nie stało się krzykiem rozpacz, lecz **cichym
świadcstwem nadziei**, która rodzi się tam, gdzie wszystko wydaje się stracone.*

*Rafka nie uczy, jak uciec od cierpienia. Uczy, **jak w nim nie umrzeć**.*

Nie oferuje recept, ale prowadzi ku relacji — ku Temu, który sam przeszedł przez krzyż.

W jej duchowości ból nie zostaje odrzucony ani zagłuszony, lecz przyjęty i oddany Bogu.

I właśnie w tym oddaniu zaczyna się uzdrowienie serca.

Ta publikacja zaprasza do drogi.

Drogi, którą Rafka przeszła przed nami.

Drogi różańca, tajemnicy po tajemnicy — od radości, przez cierpienie, aż ku nadziei.

*Nie jest to droga eskapizmu, lecz **droga prawdy**. Prawdy o ludzkiej kruchości i o Bogu, który
nie opuszcza człowieka w jego nocach.*

Jeśli czujesz się zraniony.

Jeśli twoje serce jest zmęczone.

Jeśli modlitwa stała się trudna, a sens życia zamglony.

Jeśli nosisz w sobie ból, którego nikt nie widzi —

święta Rafka idzie obok.

Nie obiecuje, że krzyż zniknie.

*Ale świadczy, że **krzyż nie ma ostatniego słowa**.*

To dzieło jest zaproszeniem do zatrzymania się.

Do spojrzenia na swoje rany w świetle Ewangelii.

Do odkrycia, że tam, gdzie kończą się ludzkie siły, zaczyna się działanie łaski.

Jeśli zechcesz — wejdź.

Nie po to, by wszystko zrozumieć.

*Lecz po to, by **nie być samemu**.*

I aby wiedzieć, że nie wszystko stracone.

Jest wręcz przeciwnie.

Święta Rafka
– terapeutka serca i duszy –

Mistyka cierpienia jako droga uzdrowienia człowieka



św. Rafka

Święta Rafka
pozostaje jedną z najczytelniejszych odpowiedzi Kościoła
na **kryzysy duszy XXI wieku**.

Nie usuwa cierpienia,
ale **uczy, jak je przeżyć, aby nie zniszczyło serca**.

Jej różaniec, jej modlitwy i jej zjednoczenie z Ukrzyżowanym
tworzą **prawdziwą terapię duszy** – cichą, głęboką i skuteczną.

Wstęp

To, co współczesny człowiek nazywa kryzysem psychicznym, duchowym lub egzystencjalnym, w istocie bardzo często jest doświadczeniem głębokiego zranienia serca. Zranienia, które nie zawsze daje się opisać językiem medycyny ani psychologii, choć domaga się ono uzdrowienia z równą, a nierzadko większą intensywnością niż choroby ciała. W świecie, który oferuje niezliczone terapie, techniki samopomocy i strategie radzenia sobie z cierpieniem, coraz wyraźniej ujawnia się głód sensu — pytanie nie tylko o to, *jak przetrwać*, ale *dlaczego żyć dalej*.

W tym kontekście postać świętej Rafki (Boutroussyeh Chobog Ar-Rayes), libańskiej mniszki maronickiej, jawi się jako niezwykle aktualna i profetyczna. Nie jest ona świętą „z dystansu”, ani bohaterką cierpienia wystawioną na piedestał heroizmu. Jest raczej cichą towarzyszką ludzkich ran — tych widzialnych i tych, które rozgrywają się w głębi duszy. Jej życie, naznaczone stratą, przemocą, chorobą, ślepotą i paraliżem, nie prowadziło do rozpacz, lecz do coraz głębszego zjednoczenia z Chrystusem ukrzyżowanym.

Święta Rafka nie proponuje ucieczki od bólu ani jego banalizacji. Jej duchowość nie polega na negowaniu cierpienia, lecz na jego integracji — na przyjęciu go w relacji z Bogiem, który sam wszedł w dramaturgię ludzkiej kondycji. W tym sensie można mówić o niej jako o „terapeutce serca i duszy”: nie w znaczeniu klinicznym, lecz w sensie najgłębszym — prowadzącym do uzdrowienia wewnętrznego, odzyskania sensu i pokoju.

Szczególnym miejscem tej duchowej terapii są rozważania tajemnic różańca, które w tradycji związanej ze św. Rafką nie stanowią jedynie pobożnych medytacji, lecz stają się przestrzenią realnego spotkania cierpienia człowieka z misterium Chrystusa. Różaniec w jej ujęciu nie jest modlitwą eskapistyczną, ale drogą przejścia przez ludzką kruchość ku nadziei, która nie zawodzi.

Celem niniejszej pracy jest ukazanie świętej Rafki jako postaci, która w sposób wyjątkowy odpowiada na współczesne kryzysy psychiczne i duchowe, proponując drogę uzdrowienia opartą na mistyce krzyża, zgody i relacji. Praca podejmuje próbę odczytania jej życia i duchowości jako spójnej „terapii” serca — terapii zakorzenionej w Ewangelii, a jednocześnie zdumiewająco bliskiej doświadczeniu człowieka XXI wieku.

Rozdział I

Święta Rafka – biografia cierpienia i nadziei

1. Cierpienie nie jako epizod, lecz jako droga

Życie świętej Rafki nie jest historią jednego kryzysu, który można by zamknąć w określonym czasie. Nie jest też opowieścią o nagłym nawróceniu czy spektakularnym przełomie. Jest raczej **ciągłą drogą cierpienia**, które stopniowo obejmuje całego człowieka: jego ciało, psychikę, emocje i duchowość.

Już od wczesnych lat Rafka doświadczała utraty, braku bezpieczeństwa i samotności. Śmierć matki, rozbitcie rodziny, konieczność ciężkiej pracy w młodym wieku — wszystko to formowało w niej serce wrażliwe, ale zarazem wystawione na nieustanne napięcie. Nie miała dzieciństwa chronionego przed bólem. Jej dojrzewanie dokonywało się **w cieniu cierpienia**, które nie było wybrane, lecz narzucone.

I właśnie w tym miejscu pojawia się pierwsza wielka lekcja terapeutyczna jej życia: **Bóg nie czeka, aż człowiek będzie „gotowy”, zdrowy i poukładany, aby go powołać.** On wchodzi w życie takie, jakie ono jest — poranione, niekompletne, kruche.

Jezus mówi:

„Nie potrzebują lekarza zdrowi, lecz ci, którzy się źle mają”

(Mt 9,12)

Rafka nie była „idealnym materiałem” na świętą. Była **człowiekiem zranionym**. I właśnie dlatego stała się narzędziem uzdrowienia dla innych.

2. Powołanie jako odpowiedź serca, nie ucieczka od bólu

W życiu Rafki powołanie zakonne nie było eskapizmem ani próbą schronienia się przed światem. Przeciwnie — było **świadomym wejściem w jeszcze głębszą przestrzeń ogolocenia**. Decyzja o życiu konsekrowanym rodziła się w niej nie jako marzenie o spokoju, lecz jako odpowiedź na wewnętrzne wezwanie Boga, który domagał się całej jej osoby.

W tradycji przypisywanej jej duchowości pojawia się myśl, która streszcza ten etap drogi:

„Oddalam się Bogu nie dlatego, że było mi łatwo, ale dlatego, że bez Niego nie potrafiłam już żyć.”

(św. Rafka – tradycja duchowa maronicka)

To zdanie jest kluczowe terapeutycznie. Pokazuje bowiem, że **prawdziwa relacja z Bogiem nie rodzi się z siły, lecz z granicy**. Z momentu, w którym człowiek odkrywa własną bezradność.

Jezus mówi:

„Beze Mnie nic nie możecie uczynić”
(J 15,5)

Rafka nie próbowała udowadniać Bogu swojej wartości. Nie budowała duchowości na ambicji ani na heroizmie. Jej „tak” było ciche, ubogie, ale prawdziwe. I właśnie dlatego tak uzdrawiające dla ludzi, którzy czują się niewystarczający.

3. Choroba jako przestrzeń objawienia prawdy o człowieku

Najbardziej dramatyczny etap życia świętej Rafki rozpoczyna się wraz z postępującą chorobą: utratą wzroku, paraliżem, chronicznym bólem. Jej ciało stopniowo przestaje być posłuszne. Znika autonomia, sprawczość, niezależność — wszystko to, co współczesna kultura uznaje za fundament godności człowieka.

A jednak właśnie wtedy Rafka osiąga **szczyt duchowej wolności**.

W jednym z przekazów przypisywanych jej słowom czytamy:

„Gdy zostałam pozbawiona wszystkiego, zrozumiałam, że Bóg wystarcza.”
(św. Rafka – przekaz hagiograficzny)

To nie jest zdanie romantyczne. To zdanie wypowiedziane **z wnętrza cierpienia**, które nie zostało usunięte, lecz przyjęte. I tu dotykamy sedna jej „terapii”:

☞ **uzdrowienie nie polega na cofnięciu bólu, lecz na odkryciu sensu, który go przenika.**

Święta Rafka nie modliła się obsesyjnie o uzdrowienie fizyczne. Modliła się o **zjednoczenie z Jezusem cierpiącym**.

A Jezus mówi:

„Kto chce iść za Mną, niech się zaprze samego siebie, niech weźmie krzyż swój i niech Mnie naśladuje”
(Mt 16,24)

To zdanie, tak często niezrozumiane, w życiu Rafki staje się doświadczeniem egzystencjalnym, nie teorią.

4. Zgoda, która nie niszczy psychiki

Niezwykle ważne jest rozróżnienie, które święta Rafka wprowadza swoim życiem: **zgoda na cierpienie nie jest rezygnacją z życia.**

To nie jest bierne poddanie się losowi. To jest **aktywny akt zaufania**, który chroni wewnątrz człowieka przed rozpaczą, buntem i autodestrukcją.

W jednym z duchowych przekazów związanych z jej osobą pojawia się modlitwa:

„Panie, przyjmuję to, co mi dajesz, bo wiem, że Ty jesteś większy niż mój ból.”
(modlitwa przypisywana św. Rafce)

Ta postawa ma ogromną wartość terapeutyczną:

- redukuje wewnętrzne napięcie walki z nieuniknionym,
- przywraca poczucie sensu,
- chroni przed rozpadem tożsamości.

Maryja, stojąc pod krzyżem, nie wypowiada wielu słów. Ale jej postawa streszcza się w innym, wcześniejszym zdaniu:

„Niech mi się stanie według słowa Twego”

(Łk 1,38)

Rafka idzie dokładnie tą samą drogą — drogą zgody, która **nie niszczy, lecz przemienia.**

Rozdział II

Cierpienie jako przestrzeń integracji osoby

Święta Rafka – terapeuta serca i duszy. Cierpienie przyjęte, które uzdrawia

2.1. Świętość, która nie ucieka od cierpienia

Święta Rafka jawi się w Kościele nie jako postać „oderwana od ziemi”, lecz jako **ikona człowieka zranionego**, doświadczonego bólem ciała, psychiki i ducha. Już samo jej oficjalne określenie wskazuje, że jej świętość rodziła się **pośrodku ran świata**, a nie poza nimi. Jest ona bowiem czczona jako:

„patronka chorych, cierpiących, prześladowanych, skłóconych, rozeznających wolę Bożą i szukających sprawiedliwości.”

To nie jest przypadkowa lista. Obejmuje ona **całego człowieka**: jego ciało, serce, relacje, sumienie i wewnętrzne zagubienie. Rafka staje się więc **świętą dla tych, których boli życie**.

Kościół, wynosząc ją na ołtarze, ukazuje w jej osobie **tajemnicę miłości przyjętej i ofiarowanej**:

„Św. Rafka pragnęła kochać i oddać swoje życie za braci. (...) ze zjednoczenia z Chrystusem ukrzyżowanym czerpała moc, aby dobrowolnie przyjąć i kochać cierpienie, które jest prawdziwą drogą do świętości.”

(„Nabożeństwo do św. Rafki, Wydawnictwo AA, Kraków 2014)

Już w tym miejscu widać, że jej „terapia” **nie polega na ucieczce od bólu**, ale na jego **przemianie w przestrzeń spotkania z Chrystusem**.

Jezus sam zapowiada tę drogę, mówiąc:

„Jeśli kto chce iść za Mną, niech się zaprze samego siebie, niech weźmie swój krzyż i niech Mnie naśladuje.”

(Mt 16,24)

Rafka nie tylko te słowa знаła — **ona nimi żyła**.

2.2. Biografia zranienia – źródło duchowej empatii

Życie św. Rafki od początku było naznaczone stratą i wykorzeniem. Tekst nabożeństwa podkreśla:

„Święta Rafka doświadczyła wielkiego cierpienia: przedwczesnej śmierci swojej mamy, pracy zarobkowej poza domem już od 11 roku życia, niezrozumienia ze strony ojca i macochy, przymusowego przesiedlenia, utraty wzroku, paraliżu i wielu bolesnych chorób.”

To niezwykle ważne z punktu widzenia „terapii duchowej”: **ona rozumie cierpienie nie z teorii, ale z doświadczenia.**

Dlatego maronicy widzą w niej **świętą bliską**, niemal domową:

„Jej życie jest ikoną libańskiego ludu, którego historia utkana jest z bolesnych wydarzeń.”

Rafka nie pociesza z wysoka. Ona **pociesza z wnętrza krzyża.**

2.3. Modlitwa jako proces uzdrawiania wnętrza

Centralnym miejscem duchowości św. Rafki jest **modlitwa**, szczególnie **kontemplacja tajemnic Różańca**. To nie jest pobożność uczuciowa, ale **systematyczna praca serca**, w której człowiek stopniowo **oddaje Bogu swoje rany**.

Jej modlitwy są głęboko terapeutyczne, ponieważ uczą **zgody, oddania i zaufania**:

„Panie, Ty wiesz, co dla mnie najlepsze; uczynź więc tak lub inaczej, według Twojej woli. (...) Jestem w Twoim ręku, obracaj mną i naginaj, jak zechcesz.”

(Modlitwa o wypełnienie woli Bożej)

To modlitwa człowieka, który **nie walczy już z Bogiem**, ale pozwala się prowadzić — nawet przez cierpienie.

Jezus mówi:

„Nie martwcie się zbytnio o jutro (...) Ojciec wasz niebieski wie, że tego wszystkiego potrzebujecie.”

(Mt 6,32)

Rafka tę Ewangelię **przełożyła na ciało i życie.**

2.4. Cierpienie jako przestrzeń zjednoczenia, nie kary

Szczególnie przejmujące są słowa związane z jej świadomą prośbą o udział w męce Chrystusa:

„Rafka prosiła Boga, by dał jej udział w zbawczej męce Chrystusa (...) i na to cierpienie nigdy się nie skarżyła, gdyż sama o nie wyraźnie poprosiła.”

Jej akty strzeliste są jak **krótkie akty terapeutyczne**, powtarzane w bólu:

„W jedności z Twoimi cierpieniami, o Panie!”
„Na Bożą chwałę, w jedności z męką Chrystusa!”

To duchowość, która **nie zaprzecza bólowi, ale nadaje mu sens.**

Św. Paweł pisze:

„Dopełniam w moim ciele braki udręk Chrystusa dla dobra Jego Ciała, którym jest Kościół.”
(Kol 1,24)

Rafka jest **żywym komentarzem do tych słów.**

2.5. Święta Rafka jako uzdrowicielka duszy i ciała

Choć za życia nie została uzdrowiona fizycznie, po śmierci stała się **narzędziem Bożego miłosierdzia:**

„Dzisiaj jej misją jest przede wszystkim uzdrawianie duszy i ciała każdego, kto wzywa jej imienia z pełnym zawierzeniem.”

Cuda dokonujące się przy jej grobie nie są magią, lecz **znakiem działania Boga**, odpowiadającego na wiarę.

Papież Jan Paweł II powiedział o niej:

„Jej świadectwo pozostaje źródłem ufności dla wszystkich skrzywdzonych.”
(Homilia kanonizacyjna, 10 VI 2001)

2.6. Rafka – święta na nasze czasy

Święta Rafka jest **świętą dla ludzi zranionych psychicznie, duchowo, relacyjnie**. Nie obiecuje łatwego szczęścia.

Obiecuje **sens, obecność Boga i przemianę serca**.

„Kontemplując tajemnice Różańca wraz ze św. Rafką możemy znaleźć odpowiedź na liczne pytania o cierpienie: pocieszenie i ratunek można znaleźć tylko w Bogu.”

Rozdział III

Różaniec św. Rafki jako droga uzdrawiania serca

RÓŻANIEC ZE ŚWIĘTĄ RAFKĄ

Terapia duszy – tajemnica po tajemnicy

TAJEMNICE RADOSNE

I. Zwiastowanie Najświętszej Maryi Pannie

(Łk 1,26–38)

*„Nie bój się, Maryjo, znalazłaś bowiem łaskę u Boga.”
(Łk 1,30)*

1. Prawda Ewangelii

Zwiastowanie zaczyna się **od lęku**. Maryja „zmieszała się” i „lękała się”, co znaczą słowa anioła. Bóg **nie omija strachu człowieka** — On do niego przychodzi.

Najważniejsze zdanie tej tajemnicy to nie „Będziesz Matką”, ale:

„Nie bój się.”

2. Spojrzenie św. Rafki

Dla Rafki Zwiastowanie nie było sceną idylliczną, lecz **momentem całkowitego oddania nieznanemu**. W nabożeństwie czytamy:

„Święta Rafka uczy nas przyjmować wolę Bożą nawet wtedy, gdy jest ona dla nas niezrozumiała i bolesna.”

(Nabożeństwo do Świętej Rafki, Wydawnictwo AA, Kraków 2014r.)

Ona sama wielokrotnie stawała wobec „zwiastowań”, które oznaczały **cierpienie, nie stratę**. A jednak odpowiadała sercem Maryi.

Modlitwa o wypełnienie woli Bożej

Panie, Ty wiesz, co dla mnie najlepsze; uczyn więc tak lub inaczej, według Twojej woli. Daj, co chcesz, ile chcesz i kiedy chcesz. Postępuj ze mną według własnego rozeznania i upodobania, aby rozszerzała się Twoja chwała. Postaw mnie w miejscu, które wybierzesz, i we wszystkim swobodnie mną dysponuj. Jestem w Twoim ręku, obracaj mną i naginaj, jak zechcesz, do woli. Oto ja, Twoja służebnica, gotowa na wszystko. Nie dla siebie już pragnę żyć, lecz tylko dla Ciebie — obym temu sprostala, godnie i sprawiedliwie.

O Maryjo, pomóż mi ukryć się w Jezusie! Naucz mnie zrozumieć skierowane do mnie wezwanie i pokaz mi, jak mam iść za Chrystusem. Módl się, abym pozostała wierna otrzymanym łaskom. Amen.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica **leczy lęk przed przyszłością**:

- strach przed chorobą,
- strach przed samotnością,
- strach przed wolą Boga,
- strach, że „nie dam rady”.

Maryja i Rafka uczą, że:

☞ **nie trzeba rozumieć wszystkiego, żeby powiedzieć „tak”**

☞ **łaska przychodzi razem z powołaniem**

To terapia dla osób:

- załęcznionych,
- sparaliżowanych decyzją,
- żyjących w napięciu i kontroli.

4. Modlitwa serca

Maryjo, ucz mnie zgody bez lęku.

Święta Rafko, ucz mnie ufać, gdy nie rozumiem.

Jezu, powiedz też do mnie: „Nie bój się”.

II. Nawiedzenie św. Elżbiety

(Łk 1,39–45)

„A skądże mi to, że Matka mojego Pana przychodzi do mnie?”

(Łk 1,43)

1. Prawda Ewangelii

Maryja, choć sama jest w tajemnicy i niepokoju, **nie zamyka się w sobie**. Idzie do drugiego człowieka. I tam — w spotkaniu — rodzi się radość.

2. Spojrzenie św. Rafki

Rafka przez chorobę była **pozbawiona możliwości działania**, a jednak jej duchowość była głęboko relacyjna. W nabożeństwie czytamy:

„Święta Rafka, choć przykuta do łoża, ofiarowywała swoje cierpienie za innych.”

Ona „nawiedzała” ludzi **sercem**, modlitwą, ofiarą.

Uczynki bez miłości są bez znaczenia; co zaś czynimy z miłości, choćby małe było i blahe, zawsze przynosi owoce; dla Boga bowiem ważniejsze są intencje niż same uczynki. Wiele czyni, kto wiele kocha. Wiele czyni, kto dobrze wykonuje swoją pracę. Dobrze czyni, kto bardziej służy woli ogółu niż własnej chęci. Kto prawdziwie kocha, w niczym nie szuka własnego szczęścia, ale tylko Bożej chwały. Żadnego dobra nie przypisuje człowiekowi, a wszystko odnosi do Boga, z którego, jak ze źródła, każda rzecz bierze początek i w którym wszyscy święci znajdują u kresu czasu wytchnienie.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica **leczy zamknięcie w sobie**:

- izolację,
- depresyjne wycofanie,
- poczucie bycia ciężarem.

Uczy, że:

☞ **nawet cierpiąc, mogę być darem**

☞ **moja obecność ma wartość**

Modlitwa o wrażliwość na głos Pana

Błogosławiona dusza, która słyszy w sobie głos Pana i przyjmuje z ust Jego słowo pociechy. Panie, daj mi uszy, które wśród natrętnego zgiełku świata potrafią usłyszeć szept Bożego natchnienia. Zaprawdę, błogosławione uszy, które nie słuchają głosów z zewnątrz, lecz pilnie wsluchują się w wewnętrzny głos prawdy. Daj mi oczy, które zamykają się na świat zewnętrzny i patrzą w głąb duszy. Błogosławieni ci, którzy zstępują do wnętrza i poprzez codzienne ćwiczenia przygotowują się do zgłębiania tajemnic Bożych. Błogosławieni, którzy pragną poświęcić się Bogu i odwracają się od pokus tego świata. Rozważ to, duszo moja, i zamknij bramy zmysłów, abyś mogła usłyszeć głos Boga, twego Pana. Amen.

To terapia dla osób:

- samotnych,
- chorych,
- czujących się bezużytecznymi.

4. Modlitwa serca

Jezu, naucz mnie wychodzić ku innym nawet z moją słabością.
Święta Rafko, pokaż mi, że moje cierpienie może kochać.

III. Narodzenie Pana Jezusa

(Łk 2,1–20)

„Nie było dla nich miejsca w gospodzie.”

(Łk 2,7)

1. Prawda Ewangelii

Jezus rodzi się **bez miejsca**, w ubóstwie, odrzucony. Bóg **nie wybiera komfortu**, lecz bliskość.

2. Spojrzenie św. Rafki

Rafka doskonale rozumiała to „nie było miejsca”. Jej życie było pełne odrzucenia. A jednak w nabożeństwie czytamy:

„Święta Rafka kochała Jezusa ukrytego w cierpieniu i ubóstwie.”

Modlitwa o godne przyjęcie Pana

O mój Jezu! Patrz, cała jestem zmieszana i zawstydzona na widok tak ogromnej miłości! Ale co bardziej mnie niepokoi, to to, że nie mogę w inny sposób okazać Ci mojej wdzięczności, jak tylko przyjmując Cię. Przyjdź więc do mnie: obym zdołała zasłużyć na przyjmowanie Cię codziennie, ażebym w ten sposób każdego dnia rodziła się do nowego i coraz doskonalszego życia. Ty, Pan Wszechświata, który masz wszystko, czego potrzebujesz, zechciałeś przez swój sakrament zamieszkać w nas, nędznikach. Pomóż mi więc zachować moją duszę i ciało od grzechu, abym z radosnym i czystym sumieniem mogła jak najczęściej uczestniczyć w chwale Twojego Misterium i abym przyjmując Ciebie, zasłużyła na wieczne zbawienie. Ty bowiem ustanowiłeś i uświęciłeś to Misterium na swoją cześć i wieczną pamiątkę.

Raduj się, duszo moja, i dziękuj Bogu za szlachetny dar i niezwykłą pociechę, której ci udziela na tym łez padole. Ilekroć bowiem rozważasz to Misterium wcielenia i odkupienia i przyjmujesz Ciało Chrystusa, tylekroć dokonujesz dzieła swego odkupienia i zdobywasz udział we wszystkich Jego zasługach.

Dlatego przygotowując się na przyjęcie Pana, duszo moja, powinnaś stale oczyszczać swą duszę i w skupieniu rozważać tajemnicę zbawienia. A gdy uczestniczysz we Mszy, zawsze powinna ci dawać takie poczucie wielkości, nowości i radości, jakby tego właśnie dnia Chrystus zstąpił do łona Dziewicy, aby stać się człowiekiem. Amen.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica **leczy poczucie bycia niechcianym:**

- brak miejsca w relacjach,
- odrzucenie,
- zranione dzieciństwo,
- niską wartość siebie.

Uczy:

☞ **jeśli Jezus przyszedł do stajni, może przyjść i do mojego serca**

4. Modlitwa serca

Jezu, narodź się w tym, co we mnie odrzucone.

Święta Rafko, naucz mnie przyjmować Boga w mojej biedzie.

IV. Ofiarowanie Pana Jezusa w świątyni

(Łk 2,22–35)

„A Twoją duszę miecz przeniknie.”

(Łk 2,35)

1. Prawda Ewangelii

Ofiarowanie jest tajemnicą **oddania i zapowiedzi cierpienia**. Maryja składa swojego Syna Bogu i słyszy słowa, które rozdzierają serce: zapowiedź miecza, który ją przeniknie. Od tej chwili wie, że miłość będzie kosztować.

Bóg **nie oszczędza prawdy**, ale też **nie zostawia bez sensu**.

2. Spojrzenie św. Rafki

Rafka doskonale rozumiała, czym jest ofiarowanie — oddanie Bogu tego, co najdroższe: własnego ciała, zdrowia, planów, marzeń. W nabożeństwie czytamy:

„Święta Rafka ofiarowała Bogu wszystkie swoje cierpienia, łącząc je z męką Chrystusa.”

(*Nabożeństwo do Świętej Rafki*, Wydawnictwo AA, Kraków 2014r.)

To ofiarowanie nie było jednorazowym aktem, ale **codziennym wyborem**.

Modlitwa o oczyszczenie serca

Umocnij mnie, Boże, łaską Ducha Świętego. Umocnij we mnie człowieka wewnętrznego i oczyść moje serce ze zbędnych trosk i obaw, abym nie pożądała żadnych rzeczy doczesnych, ani skromnych, ani wystawnych, i stale pamiętała, że wszystkie one przemijają, a ja wraz z nimi, bo nie ma nic trwałego pod słońcem, wszędzie tylko marność i utrapienie ducha.

Twoja miłość niech mnie rozpali i usunie moją oziębłość. Twoja pokora niech złamie moją pychę. Twoje dobrowolne posłuszeństwo niech zmiękczy przewrotną twardość mojej własnej woli. Oto składam siebie samą w Twe ręce: wszystko, co mogę uczynić, niech zawsze będzie wyrazem gotowości służenia Tobie. Ofiaruję więc parę synogarlic, to jest podwójną skruchę: najpierw żal za grzechy i zaniedbania, następnie tęsknotę za niebieskimi radościami. Radośnie też składam na całopalną ofiarę parę młodych gołąbków, jako symbol pragnienia podwójnej wewnętrznej prostoty: nieoddawania nikomu złem za zło oraz pokonywania zła dobrem. Racz mi udzielić tego wszystkiego, o dobry Jezu, w dniu dzisiejszym przez Twą pokorną Matkę przedstawioną w świątyni oraz z miłością i radością wzięty w ramiona przez sprawiedliwego i bogobojnego Symeona. Amen.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica **leczy bunt wobec cierpienia**, pytanie: „*Dlaczego mnie to spotkało?*”

Uczy, że:

☞ cierpienie nie jest karą,

☞ może stać się darem,

☞ oddanie nie oznacza utraty sensu, lecz jego pogłębienie.

To terapia dla:

- osób doświadczających straty,
- rodziców cierpiących z powodu dzieci,
- ludzi, którzy musieli „oddać” życie inne, niż planowali.

4. Modlitwa serca

Maryjo, naucz mnie oddawać Bogu to, co mnie boli.

Święta Rafko, naucz mnie kochać mimo miecza.

V. Odnalezienie Pana Jezusa w świątyni

(Łk 2,41–52)

„Synu, czemuś nam to uczynił?”

(Łk 2,48)

1. Prawda Ewangelii

To jedyna scena, w której Maryja doświadcza **poczucia utraty Jezusa**. Trzy dni szukania, lęk, niepokój, pytania bez odpowiedzi. Bóg pozwala się „zgubić”, by objawić głębszą relację.

2. Spojrzenie św. Rafki

Rafka wielokrotnie przeżywała **noc duchową**, poczucie opuszczenia, ciszę Boga. W nabożeństwie czytamy:

„Święta Rafka trwała przy Bogu także wtedy, gdy nie odczuwała Jego obecności.”

Jej wiara była **wierna, nie emocjonalna**.

Chrześcijaninie, jeśli tylko u ludzi szukasz pociechy i pragniesz jedynie ziemskich bogactw, przygotuj się na rozczarowanie. Jeśli jednak we wszystkich rzeczach szukasz Jezusa, na pewno Go znajdziesz. Jeśli zaś przede wszystkim szukasz siebie, owszem, znajdziesz siebie — ale na własne nieszczęście. Ponieważ człowiek, który nie szuka Jezusa, sam sobie bardziej szkodzi, niż mógłby mu zaszkodzić cały ten świat i wszyscy wrogowie. O, jakże mądry, kto zdołał to pojąć!

Modlitwa o niebiańską mądrość

O Jezu najśłodszy, Młodzieńcze najmiłszy, zwierciadło wszystkich cnót i świętości, naucz mnie przełamywać opór własnej przewrotnej woli, chętnie przyjmować rady starszych, z wielką czcią nawiedzać Świątynię Bożą i z radością Ci służyć w doskonałym posłuszeństwie przez wszystkie dni mego życia. Udziel mi, Panie, tej niebiańskiej mądrości, abym poza Tobą niczego już więcej nie szukała ani nie znajdowała, niczego więcej nie poznawała i nie miłowała, abym wszystko, co nie jest Tobą, widziała takim, jakim jest w swojej istocie, zgodnie z porządkiem Twojego stworzenia. Daj mi cnotę roztropności, abym nie dała się zwieść pochlebcom, i cnotę cierpliwości, abym przetrwała napaści nieprzyjaciół, bo tylko ten, kto posiadał prawdziwą mądrość, nie ugnie się pod naporem słów i nie ulegnie podszeptom kusiciela. Jeśli tak umocniona wyruszę w drogę, dalej będę kroczyła bezpiecznie. Amen.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica **leczy kryzys wiary**:

- poczucie, że Bóg zniknął,
- modlitwę bez pocieszeń,
- duchową pustkę.

Uczy:

☞ brak odczuwania Boga ≠ brak Boga

☞ szukanie jest już formą miłości

Jezus mówi:

„Szukajcie, a znajdziecie.”

(Mt 7,7)

4. Modlitwa serca

Jezu, gdy Cię nie czuję, naucz mnie Cię szukać.

Święta Rafko, naucz mnie wierności w ciemności.

PODSUMOWANIE TAJEMNIC RADOSNYCH – TERAPIA FUNDAMENTALNA

Tajemnice Radosne leczą:

- **lęk** (Zwiastowanie),
- **samotność** (Nawiedzenie),
- **odrzućcie** (Narodzenie),
- **bunt wobec cierpienia** (Ofiarowanie),
- **kryzys wiary** (Odnalezienie).

To jest **uzdrowienie fundamentów osoby**.

TAJEMNICE ŚWIATŁA

Terapia sensu życia ze świętą Rafką

I. Chrzest Pana Jezusa w Jordanie

(Mt 3,13–17)

„Ty jesteś moim Synem umiłowanym, w Tobie mam upodobanie.”
(Mt 3,17)

1. Prawda Ewangelii

Jezus staje w kolejce grzeszników, choć sam jest bez grzechu. Bóg Ojciec objawia **tożsamość Syna** nie przez działanie, ale przez **miłość**.

2. Spojrzenie św. Rafki

Rafka była pozbawiona wszystkiego, co mogłoby ją „definiować”: zdrowia, aktywności, niezależności. A jednak jej godność była niezachwiana. W nabożeństwie czytamy:

„Święta Rafka swoje cierpienie przeżywała jako drogę zjednoczenia z Bogiem, który jest jej jedynym dobrem.”

(Nabożeństwo do Świętej Rafki, Wydawnictwo AA Kraków 2014)

3. Terapia duszy

Ta tajemnica **leczy kryzys tożsamości**:

- „kim jestem, skoro nie mogę działać?”
- „kim jestem, gdy wszystko mi odebrano?”

Uczy:

☞ **moja wartość nie zależy od sprawności**

☞ **jestem umiłowany, zanim cokolwiek zrobię**

Modlitwa o obmycie z grzechu

O Jezu, Królu Najwyższy! Wejrzyj na mnie i ulituj się nad wszystkimi moimi grzechami, które w rozmaity sposób popełniałam na oczach ludzi i w ukryciu. Proszę Cię, ochrzczij mnie w ogniu i Duchu! Bo wieloma grzechami obraziłam Twą łaskawość. Obmyj mnie zupełnie z mojej winy i oczyść mnie z grzechu mojego. Bo na tej ziemi nikt nie jest wolny od brudu i nawet jeden dzień nie pozostaje bez grzechu. Ty jeden jesteś czysty i oczyszczający, święty i uświęcający.

Błagam Cię, Panie, niech dzięki Twej łasce żyje moja dusza. Nie pamiętaj o moich dawnych nieprawościach, ale odnow moją młodość, tak jak przywracasz młodość orłom. Przebacz grzechy przeszłe, strzeż mnie przed nimi w przyszłości. Napelnij mnie na nowo swą łaską, ażebym zasłużyła na udział w wiecznej chwale Twej boskości. Amen.

4. Modlitwa serca

Ojcze, przypomnij mi, kim jestem w Twoich oczach.
Święta Rafko, naucz mnie żyć z tej prawdy.

II. Objawienie się Jezusa na weselu w Kanie Galilejskiej

(J 2,1–11)

„Nie mają już wina.”

(J 2,3)

1. Prawda Ewangelii

Maryja zauważa brak, zanim ktokolwiek go wypowie. Jezus **wchodzi w ludzką bezradność** i przemienia ją w obfitość.

2. Spojrzenie św. Rafki

Rafka nie wypierała braków. Przynosiła je Bogu. W nabożeństwie czytamy:

„Święta Rafka uczy nas całkowitego zawierzenia Maryi, która prowadzi do Jezusa.”

Duszo moja, pamiętaj, że Jezus Chrystus jest Panem, który pomaga w godzinie utrapienia, więc przychodź do Niego, gdy ci się źle powodzi. Pamiętaj, że największą przeszkodą w odczuwaniu Bożej pociechy jest twoja opieszałość w modlitwie. Zamiast od razu prosić Jezusa o pomoc, najpierw szukasz innych pociech i ulgi w rzeczach zewnętrznych. Nie odniesiesz jednak wielkiego pożytku, jeśli nie zrozumiesz, że to Bóg wybawia tych, co Mu zaufali, i że poza Nim nie ma skutecznej pomocy ani pożytecznej rady czy trwałego lekarstwa.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica **leczy poczucie pustki**:

- „nie mam już sił”
- „nie mam radości”
- „skończyło się we mnie wino życia”

Uczy:

☞ **brak jest zaproszeniem dla Boga**

☞ Maryja mówi w naszym imieniu

Modlitwa o napelnienie łaską

O błogosławiona łasko, która ubogiego przemieniasz w bogatego cnotami, a hojnie obdarowanego uczysz pokory serca! Przyjdź, zstąp na mnie, czym prędzej napelnij mnie swoją pociechą, aby moja dusza nie upadła, pogrążając się w oschłości i odrętwieniu. Błagam Cię, Panie, uznaj mnie godną Twojej łaski, bo to mi wystarczy, nawet gdybym została pozbawiona całej reszty, której domaga się natura. Choćby nachodziły mnie pokusy i nękały liczne utrapienia, zła się nie ulękę, dopóki wspierać mnie będzie Twoja łaska. Ona jest moją siłą, ona radę i pomoc przynosi. Ona jest silniejsza od wszystkich nieprzyjaciół, mądrzejsza od wszystkich mędrców świata. Ona jest nauczycielką prawdy, opiekunką wiedzy, światłością serca, pociechą w strapieniu, ucieczką w smutku, wyzwolicielką od lęku, żywicielką pobożności. Czymże jestem bez niej, jak nie uschłym drzewem? Niech więc Twoja łaska,

Panie, zawsze idzie przede mną i za mną niech stale podąża, abym nigdy nie zboczyła z dobrej drogi z pomocą Syna Twojego, Jezusa Chrystusa. Amen.

4. Modlitwa serca

Maryjo, powiedz Jezusowi, czego mi brakuje.
Jezu, przemieniaj moją pustkę.

III. Głoszenie Królestwa Bożego i wzywanie do nawrócenia

(Mk 1,15)

„Czas się wypełnił i bliskie jest królestwo Boże.”

1. Prawda Ewangelii

Jezus nie głosi teorii. On **przynosi sens**, który uzdrawia całego człowieka.

2. Spojrzenie św. Rafki

Jej życie było kazaniem bez słów. Tekst nabożeństwa mówi:

„Święta Rafka swoją postawą wskazuje, że prawdziwe nawrócenie dokonuje się w sercu.”

"Królestwo Boże pośród was jest" — mówi Pan. Całym sercem zwróć się więc ku Bogu. Porzuć ten nędzny świat, a dusza twoja odnajdzie spokój. Naucz się gardzić tym, co zewnętrzne, i zajmuj się jedynie tym, co w twoim wnętrzu, a zobaczysz, jak zstępuje w ciebie królestwo Boże. To królestwo jest pokojem i radością w Duchu Świętym, a bezbożni tego nie znają. Uczynź zatem, wierna duszo, miejsce Chrystusowi i nikogo ani niczego innego do siebie nie dopuszczaj. Gdy zamieszka w tobie Chrystus, staniesz się bogata. On ci wystarczy. On zadba o wszystkie twoje potrzeby. Twoje mieszkanie powinno być w niebie. Swoje myśli zawsze kieruj ku Najwyższemu, a swoje prośby nieustannie zanoś do Chrystusa.

Modlitwa do Jezusa-Nauczyciela .

Panie Jezu Chryste, dobry Pasterzu i najwierniejszy Stróžu wszystkich Twych owiec, błogosławię Cię i dzięki Ci składam za pełną miłości troskę o zbawienie dusz i za Twe gorące pragnienie głoszenia ludowi słowa Bożego. Po opuszczeniu pustyni zacząłeś głosić królestwo niebieskie. Nawoływałeś do pokuty, do porzucenia trosk tego świata i pilnego szukania dóbr niebieskich

O Jezu najśłodszy, najlepszy Nauczycielu! Proszę Cię, udziel mi tej łaski, żebym potoki Twej zbawiennnej nauki chłonęła całym spragnionym sercem, pilnie rozważała, roztropnie się w nią zagłębiała, rozsmakowała się w jej słodyczy i wszystkie swoje obowiązki spełniała należycie. Bo drogi doskonałości nigdzie nie znajdę tak szybko i z taką łatwością, jak w jasnym zwierciadle Twej Najświętszej Ewangelii, ukazanym mnie samej i innym. W Tobie, Panie bije

przeobfite i nigdy niewysychające Źródło wiecznej mądrości, w Tobie jest światło życia i pełnia wszelkiej słodyczy. Nakłoń więc moje serce ku Twoim ustawom. Otwórz me serce na słowa Twoich ust. Odwróć moje oczy od patrzenia na marność. Przywróć mi życie na drodze życia. Amen.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica **leczy zagubienie moralne i duchowe:**

- poczucie winy,
- chaos sumienia,
- brak kierunku.

Uczy:

☞ **Bóg nie potępia – On zaprasza**

☞ nawrócenie to powrót do relacji

4. Modlitwa serca

Jezu, przywróć mi sens i kierunek.

Święta Rafko, naucz mnie słuchać serca.

IV. Przemienienie Pana Jezusa na górze Tabor

(Mt 17,1–9)

„To jest mój Syn umiłowany, Jego słuchajcie.”

1. Prawda Ewangelii

Bóg daje uczniom **światło przed krzyżem** — by nie zwątpili w ciemności.

2. Spojrzenie św. Rafki

Rafka doświadczała chwil pokoju pośród bólu. W nabożeństwie czytamy:

„Bóg obdarzał świętą Rafkę wewnętrznym pokojem mimo jej cierpienie.”

Panie Bożej mój! Pragnę Cię wychwalać, bo wiem, że zostałem stworzony po to, aby głosić Twą chwałę. O Jezu najczcigodniejszy, rozjaśnij moje wewnętrzne oczy, ażebym ujrzała światło nieba. Otwórz moje usta, bym mogła Cię wysławiać i głosić chwałę Twego imienia. Pobudź me serce i podnieś je ku Sobie, wyzwól mnie z duchowego lenistwa, napełnij swą łaską, rozpal we mnie miłość, ażebym mogła składać należne Ci dzięki. Otwórz uszy mojego umysłu, ażebym dosłyszała, co Ty we mnie mówisz. Boże mój, wyprostuj moje nogi na ścieżkach Twoich przykazań i wzmocnij moje ręce, aby podolały trudom pracy. Ulecz mnie z porywczosci i gniewu, zgnieć nabrzmiałą pychę, wyrwij oścień zawiści, chroń przed żarłocznością, oddal zarazę chciwości, powstrzymaj nieczyste poruszenia. Uzdrów mnie, Panie, słowem swojej mocy.

Chwałę Twoją Ty sam jesteś, o Boże. Nikt nie potrafi godniej nad Ciebie samego wychwalać Ciebie, Stwórcę i Władcę wszystkich rzeczy. Od Ciebie wszystkie rzeczy pochodzą, Ty dajesz im moc i działanie, potrzebne do wysławiania Twego imienia. Najdoskonalszą jednak chwałę otrzymujesz wtedy, kiedy dusza rozważająca Twój Majestat, za Twą największą dobroć pragnie wychwalać Cię w Tobie samym.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica **leczy rozpacz**:

- „już zawsze będzie tylko ciemno”

Uczy:

☞ **światło nie znosi krzyża, ale daje siłę**

4. Modlitwa serca

Jezu, pokaż mi światło w mojej nocy.

Święta Rafko, naucz mnie ufać, gdy znowu będzie ciemno.

V. Ustanowienie Eucharystii

(Mt 26,26–29)

„To jest Ciało moje, które za was będzie wydane.”

1. Prawda Ewangelii

Jezus **zostaje**, właśnie wtedy, gdy ma zostać zdradzony.

2. Spojrzenie św. Rafki

Eucharystia była sercem jej duchowości:

„Święta Rafka czerpała siłę do cierpienia z Eucharystii.”

Modlitwa o godne przyjęcie Komunii świętej

O przedziwna i utajona łasko Sakramentu, którą znajdują jedynie wierni Chrystusa, a niewierni i grzesznicy poznać nie mogą! W tym sakramencie łaska napędza duszę, odnawiając w niej utraconą cnotę i piękno, niegdyś skażone przez grzech. A tak wielki bywa ów wylew łaski, że czerpiąc z jej obfitości, nie tylko dusza czuje się umocniona, ale i ciało. Ażeby mogła godnie przyjąć Komunię tego Najświętszego Sakramentu, daj mi, Jezu najśłodczy serce skruszone żalem za grzechy, czyste sumienie w wyznawaniu Ciebie, myśl ku Tobie wznoszącą się na modlitwie, silną wiarę, niezłomną nadzieję, serce płonące uczuciem, pobożność naznaczoną miłością, radość połączoną z bojaźnią i serdeczną wdzięcznością, a także wypływające ze szczerego uniżenia serca głębokie pragnienie prześlągnięcia Twego wzniesłego boskiego Majestatu.

Wypisz w mym wnętrzu nowe przykazanie, ażeby miłością paliło moje serce; umacniaj mnie w każdym ucisku, a w miejsce uciech tego świata daj mi pocieszenie Ducha Świętego. Daj prawdziwy pokój, którego świat dać nie może. Przybądź, Panie Jezu, racz zamieszkać we mnie, tak żebyś Ty we mnie mieszkał, a ja w Tobie, w ścisłym zespoleniu ze sobą. Amen.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica **leczy samotność i głód miłości**.

Uczy:

☞ **nie jesteś sam**

☞ Bóg oddaje się cały

4. Modlitwa serca

Jezu Eucharystyczny, bądź moją siłą.

Święta Rafko, prowadź mnie do ołtarza.

TAJEMNICE BOLESNE

Terapia ran duszy ze świętą Rafką

I. Modlitwa Pana Jezusa w Ogrójcu

(Mt 26,36–46)

*„Smutna jest moja dusza aż do śmierci.”
(Mt 26,38)*

1. Prawda Ewangelii

Jezus doświadcza **lęku, osamotnienia i wewnętrznego rozdarcia**. Poci się krwią. Prosi, aby kielich Go ominął. To jedyne miejsce w Ewangelii, gdzie tak jasno widać **cierpienie psychiczne Boga-Człowieka**.

To tajemnica:

- depresyjnego smutku,
- lęku egzystencjalnego,
- poczucia, że „zaraz nie wytrzymam”.

Jezus **nie zaprzecza temu stanowi**. On go przeżywa przed Ojcem.

2. Spojrzenie św. Rafki

Święta Rafka bardzo głęboko rozumiała Ogrójec. W nabożeństwie czytamy:

„W chwilach największego cierpienia św. Rafka jednoczyła się z Jezusem modlącym się w Ogrójcu.”

(Nabożeństwo do Świętej Rafki, Wydawnictwo AA, Kraków 2014r.)

Jej choroba przynosiła stany bezsilności, lęku, całkowitej zależności od innych. Ona **nie wypierała tego**, ale zanosila to do Boga.

W jednym z aktów oddania modli się:

„Panie, Ty wiesz, jak bardzo cierpię. Przyjmij to cierpienie, jeśli taka jest Twoja wola.”

Chrześcijaninie, bądź gotów znosić liczne niewygody i rozmaite przykrości, które stale cię będą spotykać, gdyż takie właśnie jest to nędzne życie na ziemi, i inne nie będzie. Tak po prostu musi być i nie ma lepszego sposobu, aby uwolnić się od cierpienia i wszelkiego zła, jak je wycierpieć. Pij więc zachłannie z kielicha Pana, jeśli pragniesz być Jego przyjacielem i mieć udział w Jego chwale. Pocięchę zostaw Bogu; niech jej użycza według własnej woli.

Ty zaś przygotuj się na utrapienia i uważaj je za największą pociechę, bo choćbyś sam jeden miał je znosić, cierpień terażniejszych nie można stawiać na równi z przyszłą chwałą.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica **leczy cierpienie psychiczne**:

- stany lękowe,
- nocne ataki paniki,
- depresję,
- myśli: „*jestem sam*”, „*nikt mnie nie rozumie*”.

Uczy:

☞ **Bóg nie brzydzi się twoim lękiem**

☞ **wolno ci powiedzieć: „Ojcze, boję się”**

☞ modlitwa to czasem tylko trwanie

Jezus mówi:

„Czuwajcie i módlcie się.”

(Mt 26,41)

Nie: „*ogarnij się*”, ale: „*bądź przy Mnie*”.

Modlitwa o łaskę pełnienia woli Bożej

Udziel mi swojej łaski, najłaskawszy Jezu, by przy mnie będąc, pracowała ze mną i na zawsze ze mną pozostała. Spraw, abym pragnęła i chciała tego, co dla Ciebie najmilsze i najdroższe. Niech Twoja wola będzie moją, a moja wola niech zawsze szuka Twojej i doskonale się do niej upodabnia. Spraw, żebym chciała tego, czego Ty chcesz, i nie chciała tego, czego Ty nie chcesz, i żebym nie mogła chcieć lub nie chcieć inaczej niż Ty. Pomóż mi umrzeć dla tego świata i radować się, że za życia doświadczam tylko pogardy i zapomnienia.

Nade wszystko zaś spełnij moje największe pragnienie i pozwól, abym spoczęła w Tobie i w Tobie odnalazła pokój ducha. Ty bowiem jesteś prawdziwym pokojem ducha, w Tobie prawdziwy spoczynek. Bez Ciebie wszystko jest trudne, a duch niespokojny. W tym pokoju ducha, czyli w Tobie — Najwyższym i Wiekuistym Dobru — niech zasną i odpoczną. Amen.

4. Modlitwa serca

Jezu z Ogrójca, bądź ze mną w moim lęku.

Święta Rafko, naucz mnie nie uciekać od tej modlitwy.

II. Biczowanie Pana Jezusa

(J 19,1)

„Wtedy Piłat wziął Jezusa i kazał Go ubiczować.”

1. Prawda Ewangelii

Biczowanie to **cierpienie czysto cielesne**, upokarzające, brutalne, nieludzkie. Jezus nie broni się. Jego ciało zostaje oddane w ręce oprawców.

To tajemnica:

- bólu fizycznego,
- przemocy,
- doświadczenia bycia „przedmiotem”.

2. Spojrzenie św. Rafki

Ciało Rafki stało się miejscem cierpienia: paraliż, ból, bezwład. W nabożeństwie czytamy:

„Cierpienie fizyczne św. Rafki było nieustanne i bardzo bolesne, lecz ona znosiła je w zjednoczeniu z męką Jezusa.”

Nie buntowała się przeciw ciału. Nie nienawidziła go. **Ofiarowała je.**

Błogosławię Cię i dzięki Ci składam, Panie Jezu Chryste, Królu nad królami, za Twoją triumfalną, królewską zbroję: za krzyż, gwóźdź, włócznię, koronę cierniową, różgę, powróż, kolumnę, do której przywiązano Cię nagiego i okrutnie biczowano; za wszystkie pozostałe narzędzia Twej świętej męki, znoszonej przez Ciebie za nas dla okazania miłosierdzia i odpuszczenia grzechów wszystkim wierzącym w Ciebie, dla zdobycia nadziei wiecznego zbawienia i osiągnięcia chwały szczęśliwości niebieskiej razem z Twymi świętymi aniołami w niebie, po mającym kiedyś nastąpić powszechnym zmartwychwstaniu, odpowiednio do zasług, dobrych i złych.

O Jezu najlaskawszy, przyodziej mnie teraz w swe męstwo i otaczaj zbroją Twej okrutnej męki w każdym miejscu i czasie, bo czyhają na mnie liczne zasadzki i pokusy złego ducha, który napada na mnie z prawej i lewej strony, na tysiąc różnych sposobów, zawsze jednak złych i przewrotnych. Dlatego z pokorą uciekam się do Twojej męki, o Panie, i proszę Cię o pocieszenie i potężne wsparcie.

Ze względu na każdą jedną z Twych ran, odpuść także mnie wszystkie grzechy, dawne i codziennie popełniane. Twoje miłosierdzie i dobroć, najlitościwszy Jezu, odniosło zwycięstwo nad całą naszą, dawną i nową nieprawością, dzięki Twemu litosnemu sercu i z wielką cierpliwością znoszonej chłości, wymierzonej przez bezbożnych, dzięki tysiącnym ranom, na które patrzyły i które łzami oblewały Twoja święta Matka i umiłowana Maria Magdalena. Jeszcze głębszą skrucą niech mnie napelni, o Panie, przytroczenie Cię powrozami do twardej kolumny i biczowanie na oczach licznych świadków, wyśmiewających Cię i łączących bez żadnego wstydu, bez okazania Ci najmniejszego choćby współczucia.

Wielkiej, niewymownej wręcz cierpliwości dałeś wyraz, Panie Jezu, gdy dla odpuszczenia mi grzechów zadawano Ci ciągle nowe, broczące krwią rany! Ja, Panie grzeszyłam, a Ty za mnie chłostę odbierasz! Ja śmieję się głupio i bez powodu, a Ciebie niegodnie wyszydzają. Panie Jezu Chryste, niech Twa najszlachetniejsza zbroja będzie dla mnie bronią, wewnątrz i na zewnątrz, przeciw pociskom Nieprzyjaciela i wszelkim ponętom i przeciwnościom tego świata. Amen.

Modlitwa oddania się w ręce Boga

Ojcie uмиłowany, oto jestem w Twoich, rękach i staniam się pod różgą Twojego gniewu, ale nie oszczędzaj mego grzbietu ani karku, aż wszelkie nieuporządkowane pragnienia poddam Twojej woli. Uczyń mnie swym wiernym i pokornym uczniem, gotowym iść za Tobą na każde Twoje skinienie. I siebie samego, i wszystko, co moje, oddaję w Twoje ręce, byś mnie zniewolił do poprawy, bo lepiej ponieść karę na tym świecie niż na tamym. Ty wszystko wiesz, wszystko widzisz, nie mają przed Tobą tajemnic ludzkie serca. Spraw, Panie, abym poznawała tylko to, co Ty chcesz, abym poznawała, i abym miłowała tylko to, co Ty chcesz, abym miłowała; spraw, abym tylko to chwaliła, co się Tobie podoba, tylko to ceniła, co Ty za cenne uważasz, i tylko to ganiła, co w twoich oczach godne nagany. Amen.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica leczy relację z własnym ciałem:

- choroba,
- niepełnosprawność,
- ból przewlekły,
- wstyd ciała,
- trauma cielesna.

Uczy:

☞ **twoje ciało nie jest przekleństwem**

☞ może stać się miejscem spotkania z Bogiem

Św. Paweł:

„Czyż nie wiecie, że ciało wasze jest świątynią Ducha Świętego?”
(1 Kor 6,19)

4. Modlitwa serca

Jezu ubiczowany, oddaję Ci moje ciało.

Święta Rafko, pomóż mi przyjąć moją słabość.

III. Cierniem ukoronowanie Pana Jezusa

(Mt 27,29)

„Włożyli Mu na głowę koronę z cierni.”

1. Prawda Ewangelii

Jezus jest **wyśmiany, poniżony, odarty z godności**. Królewskość zostaje sparodiowana.

To tajemnica:

- upokorzenia,
- szyderstwa,
- przemocy psychicznej.

2. Spojrzenie św. Rafki

Rafka była niezrozumiana, oceniana, odrzucona. A jednak w nabożeństwie czytamy:

„Święta Rafka znosiła upokorzenia w milczeniu, ofiarując je Bogu.”

Nie broniła swojej racji. Jej godność była **ukryta w Bogu**, nie w opinii ludzi.

Najwyższy i najmiłszy Jezu Chryste, - niezłomna nadziejo wierzących, męstwo walczących, nagroda zwycięzców, mądrości głęboko myślących, oświecenie nieuczonych, okaz także mnie, wygnańcowi zamkniętemu w więzieniu swego ciała, Twoją świętą i błogosławioną koronę cierniową, wśród śmiechów naciśniętą na Twą świętą głowę, przesiąkniętą Twoją najświętszą krwią, płynącą z wielu ran. Proszę Cię, niech ten obfity strumień spływający z Twojej świętej bolesnej korony, oczyści mnie z wszystkich grzechów i wzruszy moje twarde serce.

Niech ostry ból tej cierniowej, krwawej korony przeniknie głęboko w me serce, niech poruszy wszystkie członki mego ciała, napelni mnie goryczą, ażeby znikły wszystkie brudy mej duszy, którymi w swej głupocie przez długi czas ją kalalam. Niech unicestwi we mnie wszelkie wyniosłe myśli i pragnienia, wszelki blichtr niech w popiół się obróci.

O, jak piękna, jak promienna będzie kiedyś, w chwale niebieskiej, korona gorliwej czystej duszy — tej, która na tym świecie tak często i z wielkim bólem myśli o cierniowej koronie Jezusa i pełna smutku nosi w pamięci wszystkie Jego gorzkie rany. Myślę, że taka dusza, umierająca i opuszczająca ten nędzny świat, gdy wspomni na Twą świętą mękę, napelni się niezłomną nadzieją otrzymania przebaczenia i doznania Twego, Panie, miłosierdzia.

Modlitwa błagalna o łaskę pobożności

Panie, Boże mój, Ty jesteś całym moim dobrem. Ponieważ jestem niczym, nic nie mam i niczego nie mogę, tym bardziej nie zapominaj o mnie, Panie. Tylko Ty jeden jesteś dobry, święty i sprawiedliwy; tylko Ty jeden wszystko możesz, wszystkiego udzielasz, wszystko uświęcasz; jedynie grzesznika pozostawiasz z niczym. Wspomnij na swe miłosierdzie i napelnij mnie łaską, aby Twoje dzieło nie okazało się próżne. Jak sobie poradzę w tym nędznym życiu, jeśli mnie nie umocni Twoja miłość i łaska? Nie odwracaj ode mnie swego oblicza, nie opóźniaj przyjścia i nie odbieraj pociechy, aby dusza moja nie stała się jak wyschnięta ziemia. Naucz mnie, Panie, czynić Twoją wolę, naucz mnie czcić Ciebie z godnością i pokorą. Ty przecież jesteś moją mądrością, Ty widzisz mnie w prawdzie, bo znalazłeś mnie zanim świat powstał. Amen.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica leczy zranioną godność:

- wstyd,
- poczucie bycia gorszym,
- rany po wyśmiewaniu,
- hejt, pogarda.

Uczy:

☞ **twoja wartość nie zależy od tego, co mówią inni**

☞ Jezus zna smak wstydu

Izajasz:

„Wzgardzony i odepchnięty przez ludzi.”

(Iz 53,3)

4. Modlitwa serca

Jezu wyszydzony, uzdrów moją godność.

Święta Rafko, naucz mnie milczenia, które chroni serce.

IV. Dźwiganie krzyża

(Łk 23,26)

„I szedł, niosąc krzyż.”

1. Prawda Ewangelii

Jezus upada, słabnie, potrzebuje pomocy. Krzyż jest **codzienny, ciężki, powtarzalny**.

2. Spojrzenie św. Rafki

Jej życie było jednym długim dźwiganiem krzyża. W nabożeństwie czytamy:

„Święta Rafka przyjmowała każdy dzień cierpienia jako nową ofiarę.”

W krzyżu wybawienie, w krzyżu życie, w krzyżu obrona przed nieprzyjaciółmi. W krzyżu słodycz Bożego natchnienia, w krzyżu siła umysłu, w krzyżu radość ducha. W krzyżu najwyższa cnota, w krzyżu świętość doskonała. W krzyżu zbawienie duszy i nadzieja na życie wieczne. Weź więc swój krzyż i idź za Jezusem, a wejdiesz do życia wiecznego. On już przebył tę drogę, dźwigając krzyż, na którym umarł za ciebie, abyś i ty mógł dźwignąć własny krzyż i pragnąć śmierci krzyżowej. Jeśli umrzesz z Chrystusem, będziesz żył z Chrystusem; jeśli z Nim będziesz dzielić cierpienie, będziesz miał udział w jego chwale.

Wszystko się w krzyżu zawiera, wszystko się spełnia w umieraniu. Nie ma bowiem innej drogi do prawdziwego życia i pokoju ducha niż droga krzyża świętego i codziennego umierania. Dokądkolwiek byś się udał i czegokolwiek byś szukał, nie znajdziesz drogi ani wznioślejszej, ani bezpieczniejszej niż droga krzyża świętego. Choćbyś najstaranniej zaplanował i ułożył swoje życie, zgodnie ze swą wolą i rozeznanie, i tak zawsze będziesz z jakiejś przyczyny cierpieć — dobrowolnie lub niedobrowolnie — a tym samym zawsze znajdziesz swój krzyż. Czasem będziesz doświadczać bólu fizycznego, czasem boleści duchowej; czasem męki opuszczenia przez Boga, czasem zgryzoty z powodu bliźnich; nieraz wreszcie, co gorsza, sam będziesz przyczyną własnej udręki. Krzyż jest zawsze przygotowany, wszędzie na ciebie czeka.

Modlitwa o naśladowanie Chrystusa w dźwiganii krzyża

Tobie, o Panie, cześć i sława, moc, chwała i zwycięstwo za Twe święte rany, którymi mnie odkupiłeś, oczyściłeś świat, otworzyłeś raj, rozjaśniłeś niebo i uradowałeś aniołów. Jezu Chryste, radości i najgłębsza nadziejo wierzących, Królu chwały, odblasku Ojca, Synu Maryi, szczęśliwości świętych, wesele dusz Tobie oddanych! Proszę, wypisz cenną krwią swoją te święte, najdroższe rany w moim sercu, ażebym dzieliła Twój ból, kochała Cię ponad wszystko i potrafiła chętnie znieść przynajmniej kilka niezycliwych mi słów, z miłości ku Twemu imieniu, piękniejszemu nad wszystkie imiona aniołów i ludzi i błogosławionemu po wszystkie wieki wieków. Wbij Twe święte gwoździe w moje stopy, jak ostrogi, po to, bym chodziła Twoimi śladami w goryczy i przeciwnościach; żebym nie unosiła się pychą w chwilach pomyślności, ani się nie załamywała, gdy mnie przygniotą nieszczęścia. Zrań obydwie me stopy, żebym się zbytnio nie oddaliła od Ciebie. Wbij także dwa z twoich gwoździ w moje ręce,

po to bym nie ustawała w czynieniu dobra, gdy czas na to pozwala, unikała bezczynności bardzo szkodliwej dla duszy, i żebym objęła Cię z miłością obydwoma rękoma, kiedy wiesz dla mnie na krzyżu, krwawiący ranami i modlący się za swych nieprzyjaciół. Pociągnij mnie więc do siebie, od ziemi ku niebu. Uzdrów mnie Twoimi świętymi ranami, które Ci zadano z mojej winy.

Bo któż inny może mnie oczyścić od wszystkich grzechów i od moich zaniedbań? Dobry, umiłowany Jezu, dozwól mi często rozważać Twe słowa, mocno Ci uwierzyć i przyłgnąć do Ciebie, we wszystkich pokusach i cierpieniach szybko uciekać się do Twojej męki, szukać pociechy i pokoju w Twych świętych ranach i boleściach zawsze znajdować odpocznienie dla mej duszy. Który żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica leczy zmęczenie życiem:

- wypalenie,
- „nie mam już siły”,
- długotrwałe cierpienie.

Uczy:

☞ **wolno upadać**

☞ wolno przyjąć pomoc

Jezus:

„Przyjdźcie do Mnie wszyscy, którzy utrudzeni i obciążeni jesteście.”
(Mt 11,28)

4. Modlitwa serca

Jezu, pomóż mi nieść mój krzyż dziś.
Święta Rafko, naucz mnie wytrwałości.

V. Ukrzyżowanie i śmierć Pana Jezusa

(J 19,30)

„Wykonało się.”

1. Prawda Ewangelii

Krzyż to **szczyt miłości i cierpienia**. Jezus oddaje ducha. Nie ucieka. Nie rezygnuje.

2. Spojrzenie św. Rafki

Jej życie było nieustannym „wykonało się” — aż do śmierci. Tekst nabożeństwa mówi:

„Święta Rafka całkowicie zjednoczyła swoje cierpienie z męką Chrystusa.”

Wielu jest takich, którzy chcieliby się znaleźć z Jezusem w królestwie niebieskim, ale niewielu, którzy dźwigają Jego krzyż. Wielu pragnie pociechy, ale niewielu cierpienia. Wielu idzie za Jezusem aż do chwili łamania chleba, ale niewielu zostaje, aby wypić z Nim kielich męki. Wielu sławi Jego cuda, ale niewielu ścierpiałoby hańbę krzyża. Wielu miłuje Jezusa, dopóki nie napotkają jakichś przeciwności; wielu chwali Go i błogosławi, dopóki udziela im pociechy. Ci zaś, którzy kochają Go dla Niego samego, a nie dla uzyskania jakiegokolwiek pociechy, i tak będą Go chwalić i okazywać Mu wdzięczność.

Modlitwa o obronę pod krzyżem Jezusa Chrystusa

O dobry Jezu, wspomóżycielu i obrońco we wszystkich pokusach i cierpieniach tego kruchej życia, wnieś przede mną królewski sztandar Twego świętego krzyża, znak wiecznego zbawienia, berło Twego bóstwa, łuk i tarczę człowieczeństwa, potężną twierdzę, grom straszliwy, celny pocisk przeciw pogrożkom i atakom szatana, przeciw zgiełkowi świata i ościeniowi ciała, przeciw wszelkim wadom i przewrotnym myślom, przeciw duchowi bluźnierstwa i otchłani rozpacz, która grozi nie tylko pochłonięciem mnie i zniechęceniem do wzywania najśodszych imion Jezusa i Maryi, Twej Matki i Twoich świętych, oczerniając ich życie i dobre imię, ale grozi nawet odwróceniem wierzącego od prawdziwej wiary oraz od czci i miłości świętego krzyża. O Jezu, niech Twój święty krzyż będzie mi zbawieniem, pokojem i życiem, tarczą, mieczem i włócznią, wieżą męstwa chroniącą przed Nieprzyjacielem, potężnym murem broniącym przed podstępami starodawnego Węża, światłem w domu, przewodnikiem w drodze, dobrą strażą wewnątrz i na zewnątrz, od góry i od dołu, przeciw licznym przeszkodom i niebezpieczeństwom. Ten słodki, umiłowany krzyż niech mi będzie wytchnieniem po pracy, pocieszeniem w smutku, lekarstwem w chorobie, oliwą na bolesne rany. Niech będzie ochroną w samotności, strażą w tłumie, kagankiem w ciemnościach, radością w południe, a wieczorem sławą, czcią, mocą i chwałą. Piękny, zdobny krzyż niech będzie słodyczą w gorzkości, wzmocnieniem w chorobie, skuteczną bronią w godzinie konania, jedyną nadzieją w momencie śmierci, pomocą na sądzie, bronią przed piekłem, wyzwoleniem od wszelkich kar, przeniesieniem przez aniołów do chwały w niebie.

Panie Jezu, przyjąłam krzyż z Twojej ręki i jeśli zechcesz, będę go niosła aż do śmierci. Raz obrawszy tę drogę, nie wolno z niej zawrócić ani ustać w dążeniu do celu. Idę zatem, a Jezus będzie ze mną. Dla Ciebie, Panie, wzięłam krzyż, dla Ciebie go dźwigam, a Ty nie odmówisz mi swej pomocy. Król będzie szedł przede mną, gromiąc nieprzyjaciół. Idę więc w Twoje ślady bez lęku, gotowa mężnie walczyć i raczej zginąć w boju, niż uciekając przed krzyżem, utracić choćby cząstkę chwały. Amen.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica **leczy lęk przed śmiercią i ostatecznym sensem.**

Uczy:

☞ **cierpienie nie ma ostatniego słowa**

☞ **miłość jest silniejsza niż śmierć**

4. Modlitwa serca

Jezu ukrzyżowany, w Twoje ręce oddaję wszystko.

Święta Rafko, bądź przy mnie w godzinie próby.

TAJEMNICE CHWALEBNE

Terapia nadziei i sensu ostatecznego ze świętą Rafką

I. Zmartwychwstanie Pana Jezusa

(Mt 28,1–10; J 20,1–18)

„Dlaczego szukacie żyjącego wśród umarłych? Nie ma Go tu – zmartwychwstał.”
(Łk 24,5–6)

1. Prawda Ewangelii

Zmartwychwstanie nie jest powrotem do dawnego życia. Jest **nowym istnieniem**, przemienionym, już niepodległym cierpieniu i śmierci. Jezus zachowuje rany, ale one **już nie bolą** — są znakami miłości.

2. Spojrzenie św. Rafki

Święta Rafka przez całe życie patrzyła **poza cierpienie**, ku obietnicy zmartwychwstania. W nabożeństwie czytamy:

„Święta Rafka przeżywała swoje cierpienia w świetle nadziei życia wiecznego.”
(*Nabożeństwo do Świętej Rafki*, Wydawnictwo AA, Kraków 2014)

Jej pokój nie wypływał z poprawy stanu zdrowia, ale z **pewności, że cierpienie nie jest końcem**.

Modlitwa w smutku i zniechęceniu

Jezu Chryste, odnoszę się teraz do głębin Twego miłosierdzia i proszę Cię. Jak raczyłeś nawiedzić i pocieszyć Marię Magdalenę w jej najgłębszym smutku, tak i mnie okaż podobne miłosierdzie, gdy moja dusza pogrąży się w smutku, gdy przygniecie ją ciężar ciała, gdy ogarnie mnie zniechęcenie z powodu tej czy innej przeciwności. Proszę Cię, Panie, nie oddalaj ode mnie Twej ręki w moim utrapieniu i nie odbieraj mi nadziei odpuszczenia mych grzechów. W swej niezmierzonej łaskawości otwórz mi skarbiec Twych zmiłowań, które trwają od wieków i które po wszystkie wieki będziesz okazywał wszystkim szukającym Ciebie i spragnionym Twej miłości. Ze zwykłą Ci dobrocią odpląć mi upragnioną przez mnie łaską Twego pocieszenia, a prześlagnany modłami i łzami świętej Marii Magdaleny, okaż mi po śmierci mego ciała zbawienną radość Twego oblicza. Amen.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica **leczy rozpacz i myślenie ostateczne**:

- „już nigdy nie będzie lepiej”,
- „to nie ma sensu”,
- „wszystko jest stracone”.

Uczy:

☞ **Bóg potrafi wzbudzić życie tam, gdzie wszystko umarło**

☞ rany mogą zostać przemienione w źródło światła

4. Modlitwa serca

Jezu Zmartwychwstały, ożyw to, co we mnie umarło.

Święta Rafko, naucz mnie nadziei mimo ran.

II. Wniebowstąpienie Pana Jezusa

(Dz 1,6–11)

„Dlaczego stoicie i wpatrujecie się w niebo?”

(Dz 1,11)

1. Prawda Ewangelii

Jezus odchodzi, ale nie opuszcza. Zmienia się sposób Jego obecności. Uczniowie muszą **dojrzeć do nowego etapu relacji**.

2. Spojrzenie św. Rafki

Rafka przez chorobę doświadczała **wielu pożegnań**: z dawnym życiem, sprawnością, planami. A jednak nie rozpaczała. W nabożeństwie czytamy:

„**Święta Rafka żyła całkowicie skierowana ku Bogu, oczekując spotkania z Nim.**”

Modlitwa tęsknoty za Mistrzem

Proszę Cię, Jezu najdroższy, wspomnij na mnie w swej chwale. Pociągnij mnie za sobą, ażebym szła za Tobą krokami świętego pragnienia i żarliwej miłości. Skoro nie mogę iść stopami mego ciała, będę Cię naśladować na drodze Twojej pokory i Twego człowieczeństwa.

Teraz już wiem, że mego pragnienia nigdy nie nasyci ani nie zaspokoi żadne dobro ziemskie; chcę zatem zjednoczyć się w niebie z Tobą, moim Bogiem, i wyzwolić od wszelkiego zła. Oto uprzedziłeś mnie do Ojca, ażeby przygotować mi drogę i miejsce przebywania z Tobą oraz wyjednać mi przebaczenie grzechów przez okazanie Twych zablźnionych ran, abym miała wielką ufność w Tobie, teraz i w przyszłości, żebym nie zwątpiła w Twoje wielkie miłosierdzie i ogrom Twych zasług oraz modlitwy wszystkich świętych i aniołów. Amen.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica **leczy lęk przed utratą i zmianą**:

- żalobę,
- rozstania,
- konieczność pożegnania dawnych etapów życia.

Uczy:

☞ **odejście nie oznacza porzucenia**

☞ Bóg prowadzi dalej, choć inaczej

4. Modlitwa serca

Jezu, pomóż mi przyjąć to, co się kończy.

Święta Rafko, naucz mnie ufać drodze, której nie widzę.

III. Zesłanie Ducha Świętego

(Dz 2,1–11)

„Wszyscy zostali napelnieni Duchem Świętym.”

(Dz 2,4)

1. Prawda Ewangelii

Duch Święty przychodzi **do zalęknionych**, zamkniętych, bezradnych. Nie usuwa przeszłych ran, ale daje **nową moc życia**.

2. Spojrzenie św. Rafki

Rafka żyła w **głębokim zjednoczeniu z Duchem Świętym**, który był jej siłą. W nabożeństwie czytamy:

„Duch Święty był dla świętej Rafki źródłem pokoju i wytrwałości.”

Przedziwna to i niewysłowiona moc Ducha Świętego. Wszystkim, których nawiedza i napelnia, daje gorliwość i wiedzę, pokorę i pobożność, radość i męstwo. Bo człowiek bezzwłocznie otrzymuje nowe poznanie tam, gdzie jest obecny Duch Święty jako nauczyciel, który objawia niebieskie tajemnice małym, w tym, co potrzebne do zbawienia i co służy pożytkowi innych. Swych uczniów i bliskich przyjaciół uczy w pierwszym rzędzie wyrzekania się świata, wyzbywania się pychy i przyznawania racji pokornym, zapominania o sobie samym, unikania zaszczytów, dostrzegania i oplakiwania swych wad i grzechów, szybkiej poprawy, wyznawania na spowiedzi z pokorą i bez udawania wszystkiego, co wyrzuca i kryje w sobie sumienie, a co sprzeciwia się Duchowi Świętemu, mimo iż w oczach ludzi może uchodzić za rzecz drobną lub nieistotną.

Modlitwa o dary Ducha Świętego leczące choroby duszy

A teraz, duszo moja, skup się z całą powagą, trwaj w milczeniu i samotności, na modlitwie z Bogiem i w świętym rozmyślaniu. Przygotuj się do zbliżającej się już uroczystości Pięćdziesiątnicy, do przyjęcia z wielką gorliwością Ducha Świętego, razem z apostołami, którzy oczekiwali w ustronnym wieczerniku nowych radości przychodzących z nieba od Chrystusa. Panie Jezu, od dziś na przyszłość pragnę się skupić, zerwać wszystkie moje więzy, oddać się całkowicie Tobie! Spraw, by kiedy wstąpisz do mnie w Komunii Świętej, Duch Święty w całej pełni rozlał się w mojej duszy! Ześlij mi Ducha Twego! Przyjdź, Duchu Święty, z wszystkimi swymi darami. Oddal ode mnie szatana z wszystkimi widziadłami, które często są powodem moich rozproszeń na modlitwie i w medytacji. Powiej, Wietrze najśłodszy, owiej ogród mego serca żarem swej miłości, zgaś we mnie wszelkie żądze cielesne. Niech mnie napelni woń Twojej łaski. Wyrwij mnie z mrocznych otchłani mego smutku. Ulecz mnie z przygnębienia, umocnij słowami pieśni i hymnów. Przeciwno napadom gniewu, daj mi, Panie, tarczę cierpliwości. Przeciw wrzodom pychy przejmij mnie lękiem śmierci i wiecznej Gehenny. Przeciw próżnej chwale i zarozumiałości ukazuj mi moją własną słabość i cnoty innych. Przeciw bezmyślnej gadaninie, naucz mnie zachowania milczenia. Przeciw grzesznemu smutkowi i gnuśności, udziel mi łaski Twego świętego namaszczenia. Przeciw nieuzasadnionym podejrzeniom wobec drugiego, daj mi lepsze mniemanie o bliźnim. Przeciw wyrządzonej mi krzywdzie, daj mi wytrwałość i odrazę do zemsty, ażebym nie utracił nagrody

chwały, przyrzeczonej w niebie cierpliwym. Przeciw trudom pracy, dopomagaj w zachowaniu pokoju serca, z pomocą gorliwej modlitwy. Przeciw zniechęceniu w nadmiarze przeciwności, pozwól mi zachować ufność w Tobie, nie zwątpić w Twą niezmierną dobroć i zasługi świętych. Udziel mi tych darów, dobry Święty Duchu. Amen.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica leczy **bezsilność i apatię**:

- brak energii do życia,
- poczucie, że „nic już nie mogę”.

Uczy:

☞ **nie żyjesz o własnych siłach**

☞ Duch Święty działa właśnie w słabości

Św. Paweł:

„Moc w słabości się doskonali.”

(2 Kor 12,9)

4. Modlitwa serca

Duchu Święty, tchnij we mnie życie.

Święta Rafko, ucz mnie oddychać Twoją obecnością.

IV. Wniebowzięcie Najświętszej Maryi Panny

(por. Ap 12,1; tradycja Kościoła)

„Wielki znak ukazał się na niebie.”

(Ap 12,1)

1. Prawda tajemnicy

Maryja zostaje wzięta do nieba z **ciałem i duszą**. To ostateczne potwierdzenie, że **ciało i historia człowieka mają wieczną wartość**.

2. Spojrzenie św. Rafki

Dla Rafki Maryja była **Matką cierpiących**. Tekst nabożeństwa podkreśla jej głębokie nabożeństwo maryjne.

Wielki to zaszczyt, wspinały powód do chluby — służyć Tobie i wszystkim wzgardzić dla Ciebie. Zaprawdę, ci, którzy zaciągają się na Twą najświętszą służbę, wielką zyskują łaskę. Służbo droga i pożądana, która dajesz człowiekowi prawdziwą wolność i świętość! O służbo, która, tęsknie wyczekiwana i ochoczo przyjmowana, pozwalasz zasłużyć się w dobru i zażywać wiecznej radości!

O Panie, gdybym tylko mogła Cię odnaleźć, otworzyć przed Tobą serce i cieszyć się Tobą tak, jak pragnie tego moja dusza! Ach, Panie Boże, kiedy wreszcie zjednoczę się z Tobą i zapomnę zupełnie o sobie! Spraw, byśmy już na zawsze tak pozostali: Ty we mnie, a ja w Tobie. Zaprawdę, Ty jesteś moim Umiłowanym, w którym moja dusza chciałaby mieszkać aż po kres swoich dni. Zaprawdę, Ty jesteś źródłem pokoju: w Tobie znajduję doskonałą pociechę i prawdziwe wytchnienie, poza Tobą — jedynie żnój, nędzę i nieskończone cierpienie.

Jak się jednak odwdzięczę Panu za tę łaskę, za miłość, która nie ma granic? Najlepsze, co mogę uczynić, to oddać Mu swoje serce, by złączyło się z Nim w duchowej Komunii. A gdy doskonale zjednoczy się z Bogiem, poruszy się z radości cała dusza moja. Wtedy Pan powie: Jeżeli ty chcesz być ze Mną, Ja chcę być z tobą. Ja zaś odpowiem: Racz, mój Boże, zostać ze mną. Ja chcę być z Tobą i pragnę tylko tego, aby moje serce z Tobą się złączyło.

O Panno Święta! Wzorze życia wewnętrznego, uproś nam łaski czczenia i przyjmowania Komunii świętej tak, jak Tyś ją przyjmowała w dniach oczekiwania poprzedzających Twoje Wniebowzięcie — z taką samą gorącością, z tym samym skutkiem. Proś Jezusa, aby nas pociągnął ku Sobie; żeby Swoją najgłębszą Obecnością skupił nas tak doskonale, byśmy zasłużyli na znajdowanie w Nim naszego codziennego Chleba i na usłyszenie z Jego godnych uwielbienia ust tych słów: o, duszo umiłowania, wejdź do radości Pana twego (Mt25, 21).

3. Terapia duszy

Ta tajemnica leczy pogardę wobec siebie i własnej historii.

Uczy:

☞ **nic z twojego życia nie jest stracone**

☞ Bóg zbawia całego człowieka

4. Modlitwa serca

Maryjo, weź w niebo także moją historię.
Święta Rafko, naucz mnie czcić moje życie.

V. Ukoronowanie Najświętszej Maryi Panny

(Ap 12,1; Ap 21,4)

„I otrze z ich oczu wszelką łzę.”
(Ap 21,4)

1. Prawda tajemnicy

Maryja zostaje ukoronowana — **cierpienie zostaje przemienione w chwałę.**

2. Spojrzenie św. Rafki

Rafka wierzyła, że po krzyżu przychodzi chwała. Jej pokój był zapowiedzią nieba.

Chrześcijaninie, we wszystkich sprawach pamiętaj o końcu i o tym, że kiedyś staniesz przed surowym sędzią, przed którym nic się nie ukryje i który wyda sprawiedliwy wyrok, nie dając się zjednać darami, nie przyjmując wymówek.

Grzmiącym głosem oznajmiasz mi swoje wyroki, Panie, toteż z trwogi i drżenia grzechoczą moje kości, a moją duszę ogarnia przerażenie. Cały truchleję, myśląc, że dla Ciebie nawet niebiososa nie są dość czyste. Jak głęboko powinnam się uniząć, Panie, przed Twymi niezgłębionymi wyrokami, widząc, iż jestem niczym i tylko niczym! Gdzie ukryje się moja pycha, gdzie zrodzone z pychy zuchwalstwo? Moją próżność, Panie, pochłonęła otchłań Twojego sądu nade mną!

Modlitwa o odpoczynek w Bożym królestwie

Ty, Panie mój, jesteś lepszy nad wszystko: Tyś sam najwyższy, najpotężniejszy, najbardziej wystarczający, najpełniejszy, najśłodszy, źródło pociechy! Tyś jeden nad wszystko piękniejszy, najgodniejszy kochania, Tyś sam szlachetny i chwalebny bez miary: w Tobie są wszystkie dobra w najdoskonalszym stopniu i w Tobie zawsze były i będą.

Dlatego wszystko, czego mi udzielasz — prócz siebie — i tego, co mi o sobie objawiasz i obiecujesz, mało jest i nie wystarcza mi, gdy Ciebie nie widzę i w pełni nie posiadam. Przecież me serce nie może spocząć prawdziwie ani się całkiem nasycić, dopóki nie spocznie w Tobie i nie wzniesie się nad wszystkie Twe dary i nad wszystkie stworzenia.

O Umiłowany mój, najmilszy Jezu Chryste, Oblubieńcze najczystszy, Władco wszelkiego stworzenia. Kiedy tak doskonale się w Tobie skupię, abym przez miłość ku Tobie nie czuła już siebie, lecz Ciebie jedynie; abym czuła Ciebie nad wszelkie uczucia i miarę i w sposób nie wszystkim wiadomy. Nie zamilknę, nie przestanę błagać, aż mi przywrócisz Twą łaskę i przemówisz w moim sercu.

Cześć Ci i chwała, Mądrości Ojca! Niech Cię sławi najszlachetniejsza Królowa niebios, chwalebna Dziewica Maryja i z wszystkimi zastępami niebios niech nieustannie wysławia Twój wiekuisty Majestat. Niech Cię wielbią i błogosławią me usta, dusza moja i wszystkie stworzenia. Amen.

3. Terapia duszy

Ta tajemnica leczy lęk przed przyszłością i śmiercią.

Uczy:

☞ **lzy nie są wieczne**

☞ **miłość ma ostatnie słowo**

4. Modlitwa serca

Ojcze, powierzam Ci moją przyszłość.
Święta Rafko, prowadź mnie ku nadziei.

ZAKOŃCZENIE TAJEMNIC RÓŻAŃCA

Różaniec św. Rafki jako pełna terapia duszy

Różaniec przeżywany ze świętą Rafką:

- **leczy fundamenty** (Radosne),
- **przywraca sens** (Światła),
- **przechodzi przez rany** (Bolesne),
- **odnawia nadzieję** (Chwalebne).

To nie jest ucieczka od życia.

To **droga uzdrowienia w prawdzie.**

„Pocieszenie i ratunek można znaleźć tylko w Bogu.”

(Nabożeństwo do Świętej Rafki, Wydawnictwo AA Kraków 2014r.)

Rozdział IV

Święta Rafka wobec współczesnych kryzysów psychicznych i duchowych

(depresja, lęk, poczucie winy, duchowa pustka, trauma; aktualność jej przesłania)

1. Święta Rafka – patronka zranionych wewnątrznie

Święta Rafka jawi się Kościołowi nie jako postać odległa, ascetyczna w sensie abstrakcyjnym, lecz jako **święta głęboko zanurzona w realnym cierpieniu ludzkim**. Jej życie – naznaczone stratą, odrzuceniem, przemocą historii, chorobą, paraliżem i ślepotą – czyni ją szczególnie bliską człowiekowi współczesnemu, który doświadcza **cierpień psychicznych i duchowych**, często niewidocznych dla świata.

Tekst nabożeństwa jasno wskazuje, że jej misja **nie zakończyła się wraz ze śmiercią**, lecz trwa jako posługa uzdrawiania:

„Dzisiaj jej misją jest przede wszystkim uzdrawianie duszy i ciała każdego, kto wzywa jej imienia z pełnym zawierzeniem.”

(Nabożeństwo do św. Rafki, Wydawnictwo AA, Kraków 2014r.)

Już to jedno zdanie ustawia Rafkę jako **terapeutkę duszy** – nie w sensie technicznym, lecz **sakramentalnym i mistycznym**: jako tę, która prowadzi do źródła uzdrowienia, którym jest Chrystus Ukrzyżowany.

2. Depresja i duchowa ciemność – Rafka jako święta, która „nie ucieka”

Współczesna depresja bardzo często łączy się z poczuciem opuszczenia, bezsensu i brakiem światła. Życie św. Rafki było naznaczone długotrwałym cierpieniem bez widzialnej ulgi: **utrata wzroku, paraliż, deformacje ciała, nieustający ból**.

A jednak tekst nabożeństwa podkreśla jednoznacznie:

„Nieustannie dziękowała Bogu za wszystko, szczególnie za dar cierpienia.”

To zdanie nie jest tanim heroizmem. Ono ukazuje **proces wewnętrzny**, w którym cierpienie nie zostaje wyparte ani zaprzeczone, lecz **zintegrowane z modlitwą**. Rafka nie ucieka od bólu – **ona go niesie w jedności z Chrystusem**.

Tu dotykamy samego serca „terapii Rafki”: depresja nie zostaje „zagłuszona”, ale **wprowadzona w relację z Bogiem**.

Jezus w Ogrójcu mówi:

„Smutna jest moja dusza aż do śmierci” (Mt 26,38).

Rafka rozpoznaje w tym swoje własne doświadczenie. Jej życie jest komentarzem do tej sceny: **smutek duszy nie jest grzechem**, lecz miejscem spotkania z Bogiem.

3. Lęk i trauma – cierpienie przeżyte, a nie wyparte

Trauma rodzi się tam, gdzie cierpienie zostaje oderwane od sensu. Tymczasem Rafka uczy, że **cierpienie przyjęte dobrowolnie w jedności z Chrystusem nie niszczy, lecz przemienia**.

W nabożeństwie czytamy:

„Jedyna droga to nieść Krzyż z radością i pokojem i nie dać się przygnieść pod jego ciężarem”.

To zdanie ma wymiar głęboko terapeutyczny.

Rafka nie mówi: „nie czuj bólu”,

ale:

„nie pozwól, by ból stał się twoim panem”.

Krzyż nie znika – ale **nie jest już chaosem**, staje się drogą.

Jezus mówi:

„Weźcie na siebie moje jarzmo... a znajdziecie ukojenie dla dusz waszych” (Mt 11,29).

Rafka uczy, że **ukojenie duszy nie polega na braku krzyża**, lecz na jego przemianie w relację.

4. Poczucie winy i wstydu – oczyszczenie serca

Wielu ludzi cierpi dziś nie z powodu konkretnych grzechów, lecz z powodu **toksycznego poczucia winy**, wstydu i samopotępienia. Tymczasem duchowość Rafki jest głęboko **oczyszczająca**, a nie oskarżycielska.

W modlitwach różańcowych powraca nieustannie motyw **obmycia, oczyszczenia, odnowienia**:

„Obmyj mnie zupełnie z mojej winy i oczyść mnie z grzechu mojego.”

To echo Psalmu:

„Stwórz, o Boże, we mnie serce czyste” (Ps 51,12).

Rafka nie zatrzymuje duszy na grzechu – **prowadzi ją dalej, ku zjednoczeniu**. W tym sensie jej duchowość działa jak głęboka terapia: **rozbraja mechanizm samopotępienia**, kierując wzrok ku Miłosierdziu.

5. Duchowa pustka – modlitwa jako „oddech duszy”

Tekst nabożeństwa zawiera jedno z najważniejszych zdań kluczy dla całej duchowości Rafki:

„Modlitwa stała się oddechem jej duszy i niewyczerpanym źródłem ogromnej siły.”

Duchowa pustka nie jest dla Rafki znakiem porażki, lecz **wezwaniami do jeszcze głębszego trwania**. Nawet gdy modlitwa przychodziła „z trudem”, Rafka **nie rezygnowała**.

Jezus mówi:

„Trwajcie we Mnie, a Ja w was” (J 15,4).

Rafka pokazuje, że **trwanie nie oznacza poczucia**, lecz **wierność**. To niezwykle aktualne przesłanie dla ludzi, którzy dziś mówią: „nic nie czuję”.

6. Aktualność przesłania św. Rafki

Święta Rafka nie daje szybkich rozwiązań. Ona oferuje coś głębszego: **przemianę cierpienia w miejsce łaski**.

Dlatego Kościół ukazuje ją jako:

„źródło ufności dla wszystkich skrzywdzonych”
(św. Jan Paweł II, homilia kanonizacyjna, 10 czerwca 2001)

Jej życie potwierdza słowa św. Pawła:

„Moc w słabości się doskonali” (2 Kor 12,9).

Zakończenie paragrafu

Święta Rafka pozostaje jedną z najczytelniejszych odpowiedzi Kościoła na **kryzysy duszy XXI wieku**. Nie usuwa cierpienia, ale **uczy, jak je przeżyć, aby nie zniszczyło serca**. Jej różaniec, jej modlitwy i jej zjednoczenie z Ukrzyżowanym tworzą **prawdziwą terapię duszy** – cichą, głęboką i skuteczną.

Rozdział V

Święta Rafka a współczesna psychologia cierpienia

(mistyka jako głębsza forma terapii)

1. Cierpienie: problem do usunięcia czy tajemnica do przeżycia?

Współczesna psychologia – zwłaszcza w nurcie klinicznym – traktuje cierpienie przede wszystkim jako **stan patologiczny**, który należy zredukować, opanować lub wyeliminować. Depresja, lęk, trauma, poczucie winy czy pustka egzystencjalna są ujmowane jako zaburzenia wymagające interwencji.

Święta Rafka nie neguje realności bólu. Przeciwnie – **jej życie było jednym z najbardziej radykalnych doświadczeń cierpienia fizycznego i psychicznego**, jakie zna hagiografia. A jednak jej duchowość nie zmierza ku eliminacji cierpienia, lecz ku **nadaniu mu sensu zbawczego**.

W nabożeństwie czytamy słowa, które są absolutnie fundamentalne:

„Pocieszenie i ratunek można znaleźć tylko w Bogu.”

(Nabożeństwo do Świętej Rafki, Wydawnictwo AA, Kraków 2014r.)

To zdanie ustawia całkowicie inną perspektywę niż czysto terapeutyczna:

☞ nie „technika” leczy ostatecznie duszę,

☞ lecz **relacja z Bogiem**.

Jezus mówi dokładnie to samo:

„Beze Mnie nic nie możecie uczynić.”

(J 15,5)

Rafka jest więc świadkiem tego, że **najgłębsze cierpienia nie poddają się wyłącznie ludzkim metodom**, ale domagają się wymiaru duchowego.

2. Depresja i ciemność wewnętrzna – Rafka i „noc duszy”

Współczesna psychologia opisuje depresję jako stan obniżonego nastroju, utraty sensu, energii i nadziei. Mistyka chrześcijańska zna jednak pojęcie „**nocy duszy**” (św. Jan od Krzyża) – doświadczenia, w którym Bóg wydaje się nieobecny, a cierpienie ogarnia całe wnętrze człowieka.

Życie św. Rafki wpisuje się w tę rzeczywistość. Przez długie lata była **sparaliżowana, niewidoma, unieruchomiona**, pozbawiona możliwości działania. A jednak w nabożeństwie powraca motyw **wewnętrznego pokoju**:

„Święta Rafka znosiła swoje cierpienia z pokojem i całkowitym poddaniem się woli Bożej.”

To zdanie ma ogromne znaczenie terapeutyczne. Pokazuje, że **pokój nie jest skutkiem braku cierpienia**, lecz owocem **zgody serca**.

Jezus w Getsemani mówi:

„Ojcze, nie moja wola, lecz Twoja niech się stanie.”
(Łk 22,42)

Psychologia uczy dziś, że jednym z kluczowych elementów wychodzenia z depresji jest **akceptacja rzeczywistości**. Rafka pokazuje, że **najgłębsza akceptacja dokonuje się w zjednoczeniu z wolą Boga**.

3. Trauma i bezsilność – krzyż jako rama sensu

Trauma psychiczna bardzo często wiąże się z doświadczeniem **całkowitej bezsilności**. Człowiek ma poczucie, że wydarzenie go przerosło i zniszczyło jego wewnętrzną strukturę sensu.

Rafka знаła bezsilność do granic. W jednym z kluczowych zdań nabożeństwa czytamy:

„Jedyną drogą jest nieść krzyż z radością i pokojem.”

Nie jest to zdanie naiwne ani okrutne. Ono nie mówi: „*cierpienie nie boli*”, ale:

- ☞ **cierpienie bez sensu niszczy,**
- ☞ **cierpienie przeżywane z Chrystusem zbawia.**

Jezus mówi:

„Kto chce iść za Mną, niech weźmie krzyż swój.”
(Mt 16,24)

Psychologia traumy podkreśla dziś wagę **narracji sensu** – opowieści, która pozwala włączyć dramat w historię życia. Rafka daje właśnie taką narrację: **krzyż nie jest absurdem, lecz miejscem spotkania z Bogiem**.

Św. Teresa z Lisieux pisała:

„Cierpienie przestaje być ciężarem, gdy jest przeżywane z miłości.”

4. Poczucie winy i samopotępienie – miłosierdzie zamiast oskarżenia

Wielu ludzi cierpi dziś nie dlatego, że są obiektywnie winni, lecz dlatego, że **noszą w sobie niszczące poczucie winy i wstydu**. W duchowości Rafki uderzająca jest **nieobecność samopotępienia**.

Modlitwy nabożeństwa są głęboko pokutne, ale zawsze prowadzą ku oczyszczeniu:

„Obmyj mnie, Panie, i oczyść moje serce.”

To echo Psalmu 51:

*„Moją ofiarą, Boże, duch skruszony,
nie gardzisz, Boże, sercem pokornym i skruszonym”.*

(Ps 51,19)

Rafka nie zatrzymuje duszy na winie – **prowadzi ją ku miłosierdziu**. Jest tu bardzo bliska duchowości św. Faustyny:

„Im większy grzesznik, tym większe ma prawo do miłosierdzia.”
(Dzienniczek, 723)

To podejście ma ogromne znaczenie terapeutyczne: **rozbraja mechanizm wewnętrznego oskarżyciela**, który jest źródłem wielu cierpień psychicznych.

5. Maryja – Matka w procesie uzdrowienia

W nabożeństwie do św. Rafki bardzo wyraźnie obecna jest Maryja jako **Matka cierpiących**. Rafka żyła w głębokiej więzi z Matką Bożą, szczególnie jako Matką Bolesną.

Maryja pod krzyżem:

„A obok krzyża Jezusowego stała Matka Jego.”
(J 19,25)

Maryja **nie usuwa cierpienia**, ale **jest w nim obecna**. W psychologii mówi się dziś o leczniczej mocy *bezpiecznej obecności*. Maryja uczy tej obecności – a Rafka ją naśladowe.

Św. Bernard z Clairvaux pisał:

„Gdy wspominamy imię Maryi, serce napelnia się nadzieją.”

6. Mistyka jako najgłębsza forma terapii

Święta Rałka pokazuje, że **mistyka nie jest ucieczką od rzeczywistości**, lecz jej najgłębszym przeżyciem. Tam, gdzie psychologia dociera do granic swoich metod, duchowość Rałki **otwiera przestrzeń łaski**.

Św. Paweł podsumowuje to jednym zdaniem:

„Moc w słabości się doskonali.”
(2 Kor 12,9)

Rałka jest żywym dowodem prawdziwości tych słów.

Zakończenie podrozdziału

Święta Rałka nie konkuruje ze współczesną psychologią cierpienia – **ona ją przekracza**. Pokazuje, że człowiek jest czymś więcej niż psychiką, a cierpienie – czymś więcej niż zaburzeniem. W jej duchowości cierpienie staje się **miejscem uzdrowienia serca**, bo zostaje oddane Temu, który „leczy skruszonych na duchu” (por. Łk 4,18).

ZAKOŃCZENIE

Święta Rafka – świadek nadziei, terapeutka serca, przewodniczka dla zranionych

Święta Rafka nie przemawia do świata z wysokości słów ani teorii. Jej przesłanie rodzi się z ciszy, bólu i długiego trwania. Jest świadkiem Boga, który **nie usuwa krzyża**, lecz **zamieszkuje w nim**, czyniąc z cierpienia miejsce łaski, a z ludzkiej słabości – przestrzeń spotkania.

Jej życie pokazuje, że najgłębsze rany człowieka – te, które dotykają serca i duszy – nie domagają się przede wszystkim wyjaśnienia, lecz **obecności**. Rafka nie oferuje prostych odpowiedzi na pytanie „dlaczego?”, lecz prowadzi ku Temu, który mówi:

„Przyjdźcie do Mnie wszyscy, którzy utrudzeni i obciążeni jesteście, a Ja was pokrzepię” (Mt 11,28).

W tym sensie święta Rafka jawi się jako **terapeutka serca** – nie w znaczeniu psychologicznym, lecz duchowym i sakramentalnym. Jej „terapia” nie polega na eliminacji bólu, ale na jego przemianie w modlitwę; nie na ucieczce od cierpienia, lecz na jego oddaniu Chrystusowi Ukrzyżowanemu. W niej realizują się słowa Apostoła:

„Moc w słabości się doskonali” (2 Kor 12,9).

Różaniec przeżywany w duchu św. Rafki – tajemnica po tajemnicy – staje się drogą wewnętrznego uzdrowienia:
od przyjęcia własnej historii,
przez przejście przez rany,
aż po nadzieję zmartwychwstania.

Nie jest to droga łatwa, ale prawdziwa. Rafka uczy, że **pokój serca nie rodzi się z braku cierpienia, lecz z obecności Boga w cierpieniu**.

Szczególne miejsce w jej duchowości zajmuje Maryja – Matka, która stoi pod krzyżem i nie odchodzi. W tej postawie Maryi Rafka odnajduje wzór cichej, wiernej miłości. Dla ludzi zranionych, osamotnionych i pogubionych Maryja pozostaje tą, która „zachowuje wszystko w sercu” (por. Łk 2,19) i uczy, że nawet to, czego nie rozumiemy, może zostać ocalone.

Święta Rafka pozostaje więc dla współczesnego człowieka **przewodniczką nadziei** – szczególnie dla tych, którzy cierpią w ukryciu: na duszy, w psychice, w sercu. Jej życie i modlitwa są świadectwem, że Bóg nie omija ludzkiego bólu, lecz go przemienia. Że żadne cierpienie nie jest bezsensowne, jeśli zostanie złożone w ręce Boga.

To dzieło nie jest jedynie opowieścią o świętej. Jest zaproszeniem:
do wejścia na drogę modlitwy,
do uczciwego spojrzenia na własne rany,
do odkrycia, że nawet w najgłębszej ciemności można znaleźć światło.

Bo – jak pokazuje święta Rafka – **tam, gdzie człowiek nie ma już siły, zaczyna działać łaska**.



św. Rafka

www.odblogadoboga.pl