

Medytacja z ojcem Serafinem

Kiedy się modlisz, bądź jak góra
Nieruchomo osadzona w ciszy.
Jej myśli zakorzenione są w wieczności.
Nie rób niczego, siedź, bądź,
a poznasz owoce płynące z modlitwy.

Kiedy się modlisz, bądź jak kwiat,
Zawsze skierowany ku słońcu.
Jego łodyga jak kręgosłup, zawsze jest prosta.
Bądź otwarty, gotowy przyjąć wszystko bez lęku,
a nie zabraknie ci światła w drodze

Kiedy się modlisz bądź jak ocean,
W swej głębi zawsze nieporuszony.
Jego fale przypluwają i odpływają.
Bądź spokojny w swym wnętrzu,
a złe myśli same odejdą.

Kiedy się modlisz, pamiętaj o oddechu,
Dzięki niemu człowiek stał się istotą żyjącą,
Oddech od Boga pochodzi i do Boga wraca.
Zjednocz słowo modlitwy ze strumieniem życia,
a nic od Dawcy życia cię nie odłączy.

Kiedy się modlisz bądź jak ptak,
Śpiewający bez wytchnienia przed obliczem Stwórcy.
Jego pieśń wznosi się jak dym kadzidła.
Niech i twoja modlitwa będzie jak gruchanie gołębia
a nie poddasz się zniechęceniu.

Kiedy się modlisz, bądź jak Abraham
Składający swego syna w ofierze.
Był to znak, że gotów jest oddać wszystko.
I ty pozostaw wszystko,
a w opuszczeniu Bóg napelni cię swą obecnością.

Kiedy się modlisz, to Jezus
Modli się w tobie do Ojca w Duchu.
Jesteś niesiony żarem Jego miłości.
Bądź jak rzeka służąca każdemu,
a przyjdzie czas, że przemienisz się w Miłość.

Góra uczy sensu wieczności,
Kwiat, gdy więdnie uczy przemijania,
Ocean uczy spokoju wśród przeciwności,
a miłość uczy zawsze Miłości.