

## MOLITEV GLEDANJA

Izberemo si zelo izrazito podobo, na primer podobo Jezusa, Marije ali pa kakšen drug motiv. Pomembno je, da podoba zbuja močne vtise miru, krotkosti, moči... Pomembno je, da močno ogovori prav tebe.

Podobo vzemi v roke, in ko si se umiril in klical Svetega Duha, mirno opazuj to podobo v njeni celoti in njenih podrobnostih.

Nato zbrano in v miru intuitivno prisluškuj vtisom, ki jih ta podoba zbuja v tebi. Kaj ti pove ta podoba?

Sedaj se popolnoma mirno miselno preselim v to podobo, kot da bi bil jaz sam ta podoba. Kot da bi se postavil znotraj nje. Spoštljivo in mirno si prisvajam občutke, ki jih podoba zbuja v meni. Tako v duhu poistovetim z njo vztrajam čim dlje, da bi moja dušo preplavila Jezusova občutja, ki jih podoba izraža. Tako si duša obleče Jezusovo podobo in postane deležna njegove notranje naravnosti. V tem notranjem duhovnem ozračju se končno duhovno preselim v življenje, predočim si hude trenutke, da bi jih premagoval z Jezusovimi čustvi. Tako sem Jezusova podoba sredi sveta.

Ta molitveni način je posebno primeren za tiste, ki se z lahkoto vživljajo v podobe.