

**DUSZPASTERSTWO AKADEMICKIE KUL  
WSPÓLNOTA ŻYCIA CHRZEŚCIJAŃSKIEGO**

**REKOLEKCJE W ŻYCIU CODZIENNYM  
WG METODY ŚW. IGNACEGO LOYOLI**

**BŁOGOSŁAWIENI JESTEŚCIE**

**TYDZIEŃ IV**

**Błogosławieni, którzy się smucą**

**Błogosławieni, którzy cierpią prześladowanie dla sprawiedliwości**

**Błogosławieni, którzy wprowadzają pokój**



**LUBLIN 2019**

## Dzień I

### Zapowiedź Męki (Iz 53, 1-5) Błogosławieni, którzy się smucą...

---

#### 1. Modlitwa wstępna

Aby wszystkie moje zamierzenia, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Twojego Boskiego Majestatu.

#### 2. Obraz do medytacji

Spróbuj ogarnąć wyobraźnią wydarzenia od wieczora Wielkiego Czwartku po przedpołudnie Wielkiego Piątku. Ostatnia Wieczerza z umyciem nóg i ustanowieniem Eucharystii. Modlitwa w Ogrójcu. Zdradziecki pocałunek Judasza. Parodia sądu. Biczowanie i szydercze ukoronowani. Wola ludu: *Ukrzyżuj!* – ciągnięcie Jezusa jak zbrodniarza z krzyżem na ramionach.

#### 3. Prośba o owoc

Abym zobaczył umysłem i sercem, jak Ty – Wszechmocny, Niewinny, Absolutna Miłość – oddajesz się w ludzkie ręce. Dla zbawienia mojego i wszystkich ludzi.

#### 4. Punkta do medytacji

**Nie miał (...) wyglądu, by się nam podobał, (...) doświadczony cierpieniem...**

Słowa Pisma zostały zapisane w konkretnych czasach i miejscach, ale są ponad biegiem historii świata. Od ponad 500 lat przed narodzeniem Jezusa proroctwo Izajasza zapowiadało sposób, w jaki Bóg chciał wziąć na siebie ciężar naszych grzechów i całego zła, któremu pierwsi rodzice otworzyli drogę poprzez odwrócenie się od Boga.

Pamiętasz czyjeś niesłuszne osądzenia, pomówienia, oskarżenia pod swoim adresem? A tu na Jezusa spada ciężar całego ludzkiego zła. Czy masz pragnienie, by Mu w tym cierpieniu choć trochę towarzyszyć? Jeśli nie – proś o takie pragnienie i empatię wobec wzgardzonego naszego Pana.

#### Błogosławieni, którzy się smucą...

Pan Jezus tak pomyślał naszą wzajemną relację z Nim, że Jego biografia wpisuje się w nasze życie, a nasza historia życia uczestniczy w zbawczych wydarzeniach dziejów Chrystusa. Jeśli Mu pozwolimy – On ogarnie swoim sercem wszystkie nasze trudne doświadczenia. Może przygniata cię choroba, może nie potrafisz poradzić sobie z depresją. Może straciłeś pracę, a twój pesel nie rokuje nadziei na szybkie jej znalezienie? Może doświadczyłeś zdrady ze strony przyjaciela albo

współmałżonka? Może tak doskwiera ci samotność, że bezgłośnie krzyczysz z tego powodu? Może zapiekłeś się w jakimś grzechu i ten wrzód ciągle nie może pęknąć? Może... Może...

Pozwól Jezusowi, by Jego zbolale serce otoczyło swoją czułością Twój ból.

**...albowiem oni będą pocieszeni. Dzięki Jego ranom doznaliśmy uzdrowienia**

Czas ciemności nie jest wieczny, choć może już od dawna wołasz *Boże, kiedy to się skończy!* Męka Chrystusa mierzona zwykłą długością czasu nie odbiegała od rutynowego traktowania skazańców. A jednak... Tu jest inna miara, której nie wypełnią nawet miliardy lat. A ból Jego skatowanego ciała niesie w sobie załazek naszego uzdrowienia. Z grzechów i cierpienia.

Bądź przy Jezusie. Wystarczy, byś był...

#### 5. Rozmowa końcowa

Ta rozmowa niech będzie bez słów. Bezslowny dialog serc: twojego i Jezusa, które bije dla ciebie. Usłysz je...

Odmów modlitwę „Duszo Chrystusowa”.

*Duszo Chrystusowa, uświęć mnie.*

*Ciało Chrystusowe, zbaw mnie,*

*Krwí Chrystusowa, napój mnie.*

*Wodo z boku Chrystusowego, obmyj mnie.*

*Męko Chrystusowa, pokrzep mnie.*

*O dobry Jezus, wysłuchaj mnie.*

*W ranach swoich ukryj mnie.*

*Nie dopuść mi oddalić się od Ciebie.*

*Od złego ducha broń mnie.*

*W godzinę śmierci wezwij mnie.*

*I każ mi przyjść do siebie,*

*Abym z świętymi Twymi chwalił Cię,*

*Na wieki wieków. Amen.*

---

#### Miejsce na notatki

## Dzień II

### Krzyż (Łk 23, 35-46)

#### Błogosławieni, którzy cierpią prześladowanie...

---

##### 1. Modlitwa wstępna

Aby wszystkie moje zamierzenia, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Twojego Boskiego Majestatu.

##### 2. Obraz do medytacji

Stań w pobliżu Jezusa, wiszącego na krzyżu pośród krzyży faktycznych przestępców. Usłysz głosy szyderczego ubliżania, zobacz boleść twarzy stojących pod krzyżem w milczeniu, popatrz na rany Jezusa, spotkaj swój wzrok z Jego wzrokiem.

##### 3. Prośba o owoc

Abym wytrwał pod krzyżem i zobaczył w nim Bramę Zbawienia. Ukaż mi Twój krzyż cierpienia i śmierci jako krzyż chwalebny – znak Miłości i nadziei na wieczną radość.

##### 4. Punkta do medytacji

###### Czy ty się Boga nie boisz?

Niedaleko krzyża stał tłum, czekający na śmierć Jezusa. Szydził, urągał, ironizował o *zjeściu z krzyża* – podobnie żołnierze i jeden ze współskazańców. Ale był też drugi, który przeszedł do historii jako święty Dobry Łotr. Nie miał wątpliwości, że niedługo w katuszach umrą, ale nie popadł w rozpacz. Obudziło się w nim poczucie sprawiedliwości i bojaźń Boża. A także nadzieja życia za „bramą krzyża”.

Kontempluj przez jakiś czas życiodajną niewinność Boga.

###### Błogosławieni, którzy cierpią prześladowanie...

Męka Jezusa trwa, nie tylko jako „ofiara czysta” podczas liturgii Mszy św. Na ile obchodzą cię nasze siostry i nasi bracia, którzy dziś są krzyżowani razem z Jezusem – nieraz dosłownie krzyżowani – bo są Mu wierni? Chociaż wszyscy jesteśmy grzesznikami, to jednak prześladowani chrześcijanie cierpią nie z powodu faktycznych grzechów, ale z racji rzekomej winy: wiary w Jezusa. Niech twe serce pobędzie z pytaniem: ilu z nas oddałoby dziś życie za wiarę? Byłbyś gotów?

...albowiem do nich należy Królestwo niebieskie. Ojcze, w Twoje ręce powierzam Mojego ducha

Biologiczne serce Jezusa przestało bić w Wielki Piątek o godzinie 15-tej. Za chwilę zostanie jeszcze przebite włócznią – tak „na wszelki wypadek” (to też zapowiadały prorocтва). Tuż przed śmiercią ostatni raz Zbawiciel powierzył Ojcu swego ducha.

Może aż nazbyt dobrze pamiętasz śmierć kogoś bliskiego, albo np. śmierć ofiary wypadku drogowego. Czy naprawdę wierzysz, że Wielki Piątek nie kończy biografii naszego Pana, a śmierć nie kończy naszej biografii? Czy masz w sercu taką nadzieję Królestwa niebieskiego, że mógłbyś dać wobec innych świadectwo tej nadziei? Także wobec chorych, cierpiących, prześladowanych, umierających? Wobec niewierzących? Proś Pana o taką nadzieję życia wiecznego, nawet w obliczu martwego ciała Jezusa na krzyżu.

##### 5. Rozmowa końcowa

Porozmawiaj ze św. Dobrym Łotrem o swojej nadziei na życie wieczne. Poproś o pomoc w dawaniu świadectwa wierze *teraz i w godzinę śmierci*.

Pomódl się za prześladowanych chrześcijan:

*Boże, poprzez tajemnicze urządzenie Twej Miłości,  
pozwoliłeś swemu Kościołowi uczestniczyć w cierpieniu Twego Syna;  
wzmocnij nasze Siostry i Braci, którzy z powodu swej wiary są prześladowani.  
Obdarz ich swoją mocą i wytrwałością, aby w każdym ucisku  
pokładali w Tobie całą swą ufność,  
a w cierpieniu wiernie świadczyli o Tobie.  
Podaruj im radość z uczestnictwa w ofierze Chrystusa  
i obdarz pewnością, że ich imiona są zapisane w Księdze Życia.  
Daj im siłę do naśladowania Chrystusa,  
która wesprze ich w dźwiganiu Krzyża,  
a w utrapieniu ustrzeże ich chrześcijańską wiarę.  
Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.*

---

#### Miejsce na notatki

## Dzień III

### **Pan zmartwychwstał (J 20, 19-22) Błogosławieni, którzy wprowadzają pokój...**

---

#### **1. Modlitwa wstępna**

Aby wszystkie moje zamierzenia, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Twojego Boskiego Majestatu.

#### **2. Obraz do medytacji**

Wyobraź sobie salę zamkniętą, w której przebywają napelnieni lękiem Apostołowie. Zobacz ich twarze pełne napięcia, oczy, w których pojawia się przerażenie... Czują się zagubieni, bo – nie ma Jezusa. Ogarnia ich lęk i totalna bezradność.

#### **3. Prośba o owoc**

Abym miał głęboką więź, zażyłość z Jezusem i wiernie trwał z Nim na osobistej modlitwie.

#### **4. Punkta do medytacji**

##### **...i drzwi były zamknięte**

Apostołowie przeżywają trudną sytuację, zagrożenie – być może przemoc ze strony Żydów. W pamięci jeszcze mają śmierć Mistrza. Są kompletnie zagubieni. Przypomnij sobie sytuację, w których czuleś bezradność, zagubienie, zagrożenie i byłeś bez pomysłu na to, co można by w tej sytuacji zrobić? Co najbardziej, jakie przeżycia odbierają ci nadzieję, poczucie bezpieczeństwa, zamykają na życie?

##### **...Jezus wszedł, stanął pośrodku i rzekł do nich: Pokój wam!**

Zauważ, jak zmienia się atmosfera w sali, gdy pojawia się Jezus. Zobacz twarze Apostołów – pełne radości, szczęścia, uśmiechu. W ich sercach pojawia się pokój, radość, znikają lęki. Przypomnij sobie ze swojego życia podobne trudne sytuacje i nazwij lęki, które wtedy najczęściej ci towarzyszą. Opowiedz o tym Zmartwychwstałemu i poproś, aby zabrał je i wprowadził do twego serca pokój i radość z Jego obecności.

##### **Pokój wam! Jak Mnie Ojciec posłał, tak i Ja was posyłam**

Jezus wziął nasze grzechy na siebie, abyśmy mogli żyć szczęśliwie. Czy masz takie doświadczenie, a może ktoś opowiadał ci o tym, że Jezus ofiarując się za niego, dał mu wolność, a zabrał wielki ciężar spoczywający na tym człowieku. Poproś Jezusa o takie lub podobne doświadczenie dla siebie. Pytaj Go, dokąd chce cię posłać, abyś – będąc Jego świadkiem – wprowadzał pokój.

#### **5. Rozmowa końcowa**

Opowiedz Jezusowi, czego doświadczyłeś w tej medytacji. Podziękuj Mu za wszystko.

Na zakończenie odmów *Ojcze nasz*.

---

#### **Miejsce na notatki**

## Dzień IV

### Spotkania Zmartwychwstałego Jezusa (J 21, 1-14)

---

#### 1. Modlitwa wstępna

Aby wszystkie moje zamierzenia, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Twojego Boskiego Majestatu.

#### 2. Obraz do medytacji

Wyobraź sobie Jezioro Galilejskie, ludzi pracujących w łodzi – z twarzami utrudzonymi po całonocnym nieudanym połowie. A na brzegu jeziora pali się ognisko, nieopodal którego stoi Jezus – ale oni Go jeszcze nie rozpoznają.

#### 3. Prośba o owoc

Abym trwał w obecności zmartwychwstałego Jezusa na co dzień.

#### 4. Punkta do medytacji

##### ...i wsiedli do łodzi, ale tej nocy nic nie złowili

Wyobraź sobie, że jesteś w łodzi rybackiej z Apostołami, którym co prawda Zmartwychwstały już się ukazał, ale są jeszcze jakby w ciemnej chmurze pamięci o ukrzyżowaniu Jezusa i swojej ucieczce, zostawieniu Mistrza samego. Doświadczają teraz frustracji po całonocnym nieudanym połowie i są bliscy chęci ponownej ucieczki od życia z Jezusem. Potrzebują zmartwychwstania – przemiany serca.

Przypomnij sobie, jak przygotowywałeś się do Świąt Zmartwychwstania Pana. Co może przeszkadzało ci w tym czasie, a może coś jeszcze przeszkadza ci spotkać się z tym wydarzeniem i przeżyć radość z faktu Zmartwychwstania Jezusa. Nazwij to „coś”, co ci przeszkadza, zobacz swoją bezradność, gdy koncentrujesz się na trudnościach, a tracisz z pola widzenia Zmartwychwstałego Pana. Opowiedz o tym Jezusowi i poproś Go o łaskę Jego obecności w tych trudnych chwilach.

##### Rano Jezus stanął na brzegu. (...) zapytał ich: Dzieci, czy macie coś do jedzenia?

Zobacz siebie, stojącego na brzegu jeziora, grzejącego się przy ognisku. Obok stoi sam Jezus, który pyta cię, czy masz coś na wspólny z Nim posiłek? Czyli – czy jesteś głodny, czego potrzebujesz? Nazwij swoje „głody”, potrzeby, które być może „pukają”, domagają się zaspokojenia. Opowiedz o nich Jezusowi. On czeka na to i chce ci pomóc.

...zarzućcie sieć (...) Zarzucili ją (...) i nie mogli wyciągnąć z powodu mnóstwa ryb. (...) To jest Pan.

Zobacz powtórny polów rybaków i malujące się na ich twarzach zdziwienie na widok sieci, pełnych ryb. Zobacz radość Jana i Piotra, rozpoznających Zmartwychwstałego Jezusa. Ich serca napelniają się nadzieją. Pozostań w tym obrazie, pełnym życia, światła i miłości. Tam, gdzie jest Zmartwychwstały, tam jest miłość.

##### ...chodźcie, posilcie się!

Jezus wyciąga do ciebie rękę, podając kawałek pieczonej ryby i chleb. Zwróć uwagę na spojrzenie Jezusa i Jego głos, pełne czułości, akceptacji i troski. Co przeżywasz? Opowiedz o tym Jezusowi. On czeka na ciebie i twoją opowieść. Nasycaj się atmosferą, panującą przy spotkaniu ze Zmartwychwstałym Jezusem. Niech to doświadczenie pozostanie w twojej pamięci. Powracaj do niego często.

#### 5. Rozmowa końcowa

Porozmawiaj z Jezusem o tym doświadczeniu. Podziękuj Mu za owoc przeżytej medytacji.

Na zakończenie odmów *Ojcze nasz*.

---

#### Miejsce na notatki

## Dzień V

# Nawróćcie się (...) a weźmiecie w darze Ducha Świętego (Dz 2, 29-38)

---

### 1. Modlitwa wstępna

Aby wszystkie moje zamierzenia, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Twojego Boskiego Majestatu.

### 2. Obraz do medytacji

Oto coś absolutnie nadzwyczajnego wydarzyło się w Jerozolimie – po zwracającym uwagę tysięcy ludzi niespotykanym szumie z nieba, Apostołowie, napelnieni Duchem Świętym, wyszli na zewnątrz i zaczęli mówić, a ludzie różnych języków rozumieli tę mowę. Ale nie rozumieli, skąd taka moc i żar tej mowy. Głos zabrał Piotr, ogłaszając spełnienie proroctw. Czyni to nie jako obserwator – sprawozdawca, ale jako Świadek i głosiciel Słowa. Stań pośród tych zdumionych ludzi i daj się porwać mocy Ducha.

### 3. Prośba o owoc

Jezu, wciąż na nowo udzielaj mi łaski nawrócenia, czyli przemiany serca i całej mojej mentalności, abym uznając Cię z miłością za Pana i Mesjasza, coraz głębiej otwierał się na działania Ducha Świętego.

### 4. Punkta do medytacji

**Tego właśnie Jezusa Bóg wskrzesił, czego my wszyscy jesteśmy świadkami**

Piotr to rybak, powołany przez Jezusa, ogłoszony „skalą” i zaraz potem skarcony jako „szatan”; chodzący po wodzie i zaraz tonący, bo nie starczyło mu wiary; po pojmaniu zapierający się Mistrza trzy razy i trzy razy potem – już wobec Zmartwychwstałego – potwierdzający swoją miłość.

Teraz w natchnionej, charyzmatycznej mowie wobec tysięcy zgromadzonych ludzi ukazuje, że oto spełniły się proroctwa – Bóg dotrzymał Przymierza: przyszedł zapowiadany od wieków Mesjasz, Pan, Zbawiciel. Został jednak odrzucony i skazany na haniebną śmierć. Ale – tak jak „oznajmia Pismo” – tę śmierć zwyciężył, potwierdzając w ten sposób swoją misję i nauczanie. Apostoł głosi to jako świadek, który osobiście spotykał Zmartwychwstałego. Widział, słyszał, rozmawiał, a otrzymawszy moc Ducha, gotów jest iść z tym orędziem na cały świat i, gdy będzie trzeba, oddać życie. Ten łańcuch świadectw trwa i będzie trwał aż do końca świata. Zadaj sobie pytanie: na ile w tej historii zbawienia jesteś „obserwatorem”, a na ile „uczestnikiem”?

## On zesłał obiecanego przez Ojca Ducha Świętego

Przyjmując Sakramenty, przyjąłeś Ducha Świętego – szczególnie w Sakramencie Bierzmowania. Może masz też doświadczenie modlitwy charyzmatycznej, uczestniczyłeś w modlitwie „o wylanie Ducha Świętego”, mówiłeś „językami” itp. A może modlisz się po prostu, tak zwyczajnie. *Duch wieje kędy chce*. Nie trzeba nadzwyczajności, aby dzielić się darami Ducha Świętego, czyli według Izajasza: mądrością, rozumem, radą, męstwem, umiejętnością, pobożnością i bojaźnią Bożą. Oby też promieniowały w twoim sposobie bycia owoce Ducha. Według św. Pawła to: miłość, radość, pokój, cierpliwość, uprzejmość, dobroć, wierność, łagodność, opanowanie.

Wszelako – przede wszystkim Osoba Ducha Świętego to Miłość Ojca i Syna. Otwieraj się na tę Miłość, bo to ona jest fundamentem wszystkiego. Twoim fundamentem.

### Słowa te wstrząsnęły nimi głęboko

A czy kiedykolwiek wstrząsnęły tobą? Czy jeszcze czasem przechodzą cię ciarki, albo lecą ci łzy, kiedy medytujesz/kontemplujesz słowa Pisma?

Pytaj Pana, tak jak te parę tysięcy osób pytało Apostołów: co mamy zrobić? I nie ustąp (podobnie jak patriarcha Jakub) dopóki ci Pan – Stwórca, Ukrzyżowany i Zmartwychwstały – nie pobłogosławi, abyś sam stawał się „człowiekiem błogosławieństw”.

### 5. Rozmowa końcowa

Pamiętasz słynną ikonę Trójcy Świętej autorstwa Andrieja Rublowa? Skorzystaj z zaproszenia, by zasiąść na wolnym miejscu przy stole ukazanym w ikonie, przy którym siedzą już trzy Boskie Osoby jako jakby aniołowie. Porozmawiaj z Trójcą Świętą – o tym, co w tej medytacji najbardziej cię poruszyło i co chciałbyś przenieść w swoją codzienność.

Pomódl się parę razy modlitwą *Chwała Ojcu...* lub odmów hymn *Chwała na wysokości Bogu*.

---

### Miejsce na notatki

## Dzień VI

### Medytacja powtórkowa

---