

TYDZIEŃ III
U źródeł miłosierdzia

PRZYGOTOWANIE DO MEDYTACJI (15 MIN.)

Przeczytaj wolno i uważnie kilka razy tekst biblijny,
zanotuj kilka myśli i odczuć jakie się w Tobie pojawiły.

MEDYTACJA (30-45 MIN.)

1. uczynić znak krzyża
2. uświadom sobie Bożą obecność, dobrze poczuć siebie
3. pomódl się modlitwą św. Ignacego:

**Panie spraw, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny
były skierowane w sposób czysty ku Twojej służbie i chwale.**

4. przeczytaj uważnie tekst biblijny
5. wyobraź sobie scenę, obraz do medytacji
6. poproś Boga o owoc medytacji
7. medytuj
8. porozmawiaj z Bogiem o poruszeniach jakie się pojawiły
9. odmów *Ojcze nasz*
10. uczynić znak krzyża

REFLEKSJA PO MEDYTACJI (5 MIN.)

Zapisz choć jedną myśl z podsumowania medytacji, np. jej owoc.

RACHUNEK SUMIENIA WG ŚW. IGNACEGO (15 MIN.)

1. podziękuj Bogu za otrzymane dobrodziejstwa
2. poproś o łaskę poznania grzechów i ich odrzucenia
3. zażądaj od duszy swojej zdania sprawy
4. poproś Boga o przebaczenie win
5. postanów poprawę przy pomocy Jego łaski



Dzień I Korzenie grzechu – Rdz 2,25–3,24

Modlitwa przygotowawcza:

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

Ustalenie miejsca:

Spróbuję sobie wyobrazić pierwszych ludzi żyjących w stanie pełnej zaufania harmonii z Bogiem i sobą nawzajem, a także zbliżającego się do nich pełnego nienawiści i fałszu kusiciela.

Prośba o owoc:

Abym w świetle Ducha Świętego mógł jasno zobaczyć sposoby, jakie stosuje kusiciel, zniszczenie spowodowane przez grzech i zdobył się na odwagę życia w prawdzie.

– Ufne oparcie w Bogu

Opowiadanie o grzechu poprzedza historia stworzenia człowieka, dla którego sam Bóg z miłością, w kolejnych etapach przygotowuje cudowny i niezwykle złożony świat. Dziś coraz więcej wiemy o jego pięknie, wspaniałości i wielkości, choć nadal więcej jest tajemnic niż tego, co nasz rozum jest w stanie ogarnąć. Sam Bóg potwierdza, że to, co stworzył, jest dobre i piękne.

Najważniejszy jednak dla niego jest człowiek, któremu powierza rolę współpracownika i od którego oczekuje wolnej odpowiedzi miłości. Stwarza mężczyznę i kobietę i pozwala im cieszyć się sobą nawzajem w pełnej zaufania relacji. Daje im też przykazanie, które jest jednocześnie wskazówką, że warunkiem utrzymania tej harmonii jest oparcie się na prawdzie. Stwierdza ona, że człowiek nie jest sam dla siebie źródłem życia ani nie czerpie go z drugiego człowieka. Płynie ono z ufnej relacji z Bogiem. Miłość i zaufanie do Niego wyraża się w postawie posłuszeństwa.

Jakie doświadczenie mojego życia jest najbliższe obrazu takiej harmonii?

– Strategia szatana

Kusicielowi nie podoba się radość, dobro i szczęście. Chce podważyć podstawy wzajemnego zaufania, zasiać zamęt, podejrzliwość i niepokój. Zaczyna od pytania, które – choć brzmi pozornie niewinnie – jest już jednak pierwszym przyczółkiem do niszczenia obrazu Boga poprzez wyolbrzymienie zakazu. Przecież to okropne, patrzeć na tyle pięknych i smacznych owoców i nie

móc żadnego spróbować! Taki Bóg nie mógłby być naprawdę dobry. Ewa próbuje Go bronić, ale również popełnia błąd myśląc drzewa. Potem zmienia się również jej spostrzeżenie, wytrącając z wewnętrznego spokoju i rodząc pożądanie. Wydaje się jej, że na własną rękę jest w stanie zdobyć to, czego na razie nie zna, ale spodziewa się, że zapewni jej to szczęście wbrew złośliwemu i zazdrosnemu Bogu. Nie rozpoznaje kłamstwa i fałszu, nie widzi podstępów. Pozwala wzbudzić w sobie podejrzliwość i lęk.

W jaki sposób we mnie powstaje podejrzliwość i niepokój wobec Boga i Jego sposobu działania?

– Skutki grzechu

Po raz kolejny zmienia się spostrzeżenie pierwszych ludzi, ale chyba nie tak, jak tego oczekiwali. Rzeczywiście oprócz dobra, którym byli dotychczas otoczeni, poznają również zło i jego gorzki smak. Nie jest im już, jak dotąd, dobrze – każdemu z nich z samym sobą, z Bogiem i we wzajemnej relacji. Odczuwają potrzebę ukrycia się, ucieczki od obcowania z Bogiem – jedyne źródła radości. Znika niewinność pierwotnej nagości i prostoty. Bezpieczeństwa nie szuka się już w szczerości i prawdzie, ale w jej ukrywaniu i różnych mechanizmach obronnych, które miałyby usprawiedliwić winę. Ich symbolem są przepaski z figowych gałązek, które osłaniają jednak tylko pozornie.

W jaki sposób unikam nazywania po imieniu grzechu w moim życiu?

– Pomoc Boża

Skutki grzechu są prawdziwe i realne. Jednak Bóg nie pozostawia człowieka w jego ukryciu po prostu własnemu losowi. Przybywa do ogrodu i woła go. Nie pozwala się zbyć, nie daje się zwieść naiwnym obronom. Nazywa rzeczywistość po imieniu i pozwala człowiekowi ponieść poważne i bolesne konsekwencje tego, co się stało. Jednak przywraca mu godność, dając odzienie. Nadal też pragnie jego współpracy, działania, dawania życia, choć konsekwencją grzechu jest trud, smutek i ból, a ostatecznie również śmierć. Przed opuszczeniem ogrodu ludzie otrzymują też obietnicę ostatecznego zwycięstwa nad grzechem i śmiercią.

Jakie konsekwencje grzechu spostrzegam w swoim życiu? Czy zauważam, że Bóg mimo to nadal się o mnie troszczy i aktywnie mnie poszukuje?

Rozmowa końcowa:

Stając przed Jezusem w szczerości i prawdzie, spróbuję powierzyć Mu wszystko, co udało mi się w tej medytacji zobaczyć, i poproszę o Jego miłosierdzie i pomoc.

Dzień II

Wypełnienie obietnicy – J 3,14-18; J 4,34; J 10,10

Modlitwa przygotowawcza:

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

Ustalenie miejsca:

Spróbuj przywołać obrazy z życia Jezusa, poczynając od Jego Narodzenia z Maryi Dziewicy, poprzez ubogie życie w Nazarecie, chrzest w Jordanie, głoszenie królestwa Bożego, uzdrawianie, przebaczenie, spotkania z ludźmi, przyjaźń, formowanie uczniów, kontrowersje z faryzeuszami...

Prośba o owoc:

Poproszę o uświadomienie sobie, że wszystko to Jezus podjął z miłości do mnie, aby wyzwolić mnie ze wszystkiego, co mnie przygniata i zniewala, dać mi odwagę i radość życia.

– «Bóg Syna swego dał»

Spełnienie obietnicy nieskończenie przekracza wszystko, co moglibyśmy sobie wyobrazić. Nasze ludzkie tylko wysiłki powrotu do Boga są z góry skazane na niepowodzenie. Grzech wtrąca nas w sytuację beznadziejną, a jego konsekwencje wypełniają nasze życie cierpieniem i bólem. Bez Jezusa – jak słusznie zauważył Jan Paweł II – nie jesteśmy w stanie zrozumieć samych siebie, odkryć własnej głębokiej tożsamości, tego, kim jesteśmy i po co żyjemy.

Pełne miłości i współczucia spojrzenie Trójcy Świętej owocuje najwspanialszym darem – Bóg nie daje nam po prostu czegoś lub kogoś, ale samego siebie. Co więcej, chce sam wypełnić nasze braki, przyjąć nasz los w jego trudzie i cierpieniu, bo tylko tak może nas pociągnąć ku sobie.

Mówią o tym słowa tak wielu kolęd, które mogą tutaj przywołać...

Czy wierzę, że Jezus naprawdę jest obiecany Zbawicielem, Jednorodzonym Synem Bożym, który przyszedł na świat z miłości do mnie?

– Odpowiedź miłości zamiast nieposłuszeństwa

Jezus nie próbuje niczego robić po swojemu, na własny rachunek. Od początku chce być w sprawach Ojca, podkreśla, że realizuje Jego dzieło. Odrzuca pokusy łatwego sukcesu. Wszystkie Jego działania i decyzje płyną z głębokiej modlitwy. Pozostaje wolny w swoich działaniach także wobec różnych nacisków i w obliczu cierpienia i trudu. Bezwarunkowo ufa Ojcu, bo wie, że jest

On wiarygodny. I doświadcza tego, że pełnienie woli Ojca staje się dla Niego radością, pokarmem i umocnieniem.

Czy odnajduję w sobie pragnienie większego zaufania Bogu, budowania na Nim?

– Moje spotkanie z Jezusem

Jezus sam nas poszukuje, wychodzi nam naprzeciw i pociąga nas ku sobie. Chce spotykać się z nami, słuchać, rozmawiać. Nie przytłacza i nie zniewala, ale zaprasza i stara się dotrzeć do naszego serca. Jest wiarygodny we wszystkim, co robi i mówi. Nie żałuje trudu i wysiłku. Uzdrawia nasze rany, oczyszcza z grzechów, otacza miłością, przywraca radość życia, nadaje mu głębszy sens, wskazuje kierunek. O takich spotkaniach mówi nam Ewangelia.

W jaki sposób Jezus chce spotkać się dzisiaj ze mną?

Rozmowa końcowa:

Opowiem Jezusowi o tym, co najważniejszego udało mi się doświadczyć w tej medytacji, i poproszę o pomoc w oparciu się głębszym na Nim.

Notatki:

Dzień III
Noc przed Męką – Łk 22,39-62

Modlitwa przygotowawcza:

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

Ustalenie miejsca:

Wyobrażę sobie Jezusa i Jego uczniów podczas modlitwy w Ogrodzie Oliwnym.

Prośba o owoc:

Poproszę o wzrost mojego zaufania Bogu również w obliczu cierpienia i zdolność uznania własnej słabości i grzeszności bez utraty nadziei.

– Modlitwa Jezusa

Po głębokim spotkaniu z uczniami w Wieczerniku Jezus, w pełni świadomy, że zbliża się czas najwyższej ofiary, szuka umocnienia w kontakcie z Ojcem. Jest wobec Niego całkowicie otwarty, wypowiada swoje ludzkie lęki, obawy, smutek i ból. Świadectwem, jak bolesne jest to zmaganie, jest jego krwawy pot. A jedyną odpowiedzią na pokusę – jeszcze bardziej usilna modlitwa.

I Jezus nie zostaje zawiedziony – otrzymuje potrzebne Mu umocnienie, którego wystarczy na cały czas męki, podczas której zachowuje pokój i godność, nie przestając okazywać innym miłość i ufać swojemu Ojcu.

Czy doświadczyłem wsparcia na modlitwie w podjęciu tego, co trudne?

– Sen uczniów

Decydujące chwile życia niejednokrotnie jak w soczewce pokazują, kim naprawdę jesteśmy i czym żyjemy na co dzień, pozwalając nam głębiej poznać siebie.

Ucniowie Jezusa – wybrani spośród wybranych – pomimo, że mówi im On wprost, co i dlaczego powinni teraz robić, uciekają w sen od rzeczywistości, która wydaje się ich przekraczać. I rzeczywiście – własnymi siłami na pewno nie potrafią jej sprostać. Za chwilę uciekną od niej również w sensie fizycznym...

Całą sytuację możemy prześledzić na przykładzie najbardziej jednoznacznie wybranego przez Jezusa ucznia – Piotra. Rozpoznał on w Nim Mesjasza i Syna żywego Boga, ale nie chciał zgodzić się na to, że zbawienie dokona się poprzez dobrowolną ofiarę, a nie w triumfie i poniżeniu przeciwnika. Pró-

bował interweniować, przekonywać Jezusa, że nie byłby to dobry kierunek. Jezus zarzucił mu ludzki, a nie Boży sposób myślenia (Mt 16, 13-23). Pomimo to Piotr nadal proponował swoje środki działania aż do obcięcia ucha słudze, nad którym Jezus pochylił się ze współczuciem.

Czy dostrzegam, kiedy trudno mi zgodzić się ze sposobem działania Boga?

– Na dziedzińcu arcykapłana

Możemy przypuszczać, że Piotr czuł się zagubiony i zdezorientowany. Nadal przecież kochał Jezusa, ale wolał ukryć się w tłumie. Nie był przygotowany na konfrontację z kimkolwiek i dlatego próbował ukryć swoją tożsamość wypierając się więzi z Jezusem.

W sposób niezamierzony wypowiedział jednak wtedy również głęboką prawdę o istotnej nieznanymości Jezusa w tym, co dla Niego najważniejsze. Piotr był w tym momencie rzeczywiście daleko od Jego sposobu myślenia i działania i dlatego nie mógł Mu naprawdę towarzyszyć.

Jak ja doświadczam słabości i rozczarowania sobą?

– Spojrzenie Jezusa

Choć Piotr oddalił się od Jezusa, to jednak Jezus nie oddalił się od Piotra. Już wcześniej przygotował go na to doświadczenie, uprzedzając, że ono nastąpi. Wzrok Jezusa nie spoczywa na Piotrze przypadkowo, wymaga to obrócenia się. Znak piania koguta przypomina o Jego słowach, a spojrzenie wyraża miłość i budzi z odrętwienia. Gorące łzy Piotra świadczą o tym, że zrozumiał, co Jezus chciał wyrazić. W odróżnieniu od Judasza potrafił on też z pokorą uznać swoją słabość i przyjąć przebaczenie.

Czy zdarzyły mi się takie łzy?

Rozmowa końcowa:

Porozmawiam z Jezusem o tym, co pozwolił mi zobaczyć podczas tej medytacji, powierzając Mu swoją słabość i grzeszność.

Dzień IV
U stóp Krzyża – J 19,17-37

Notatki:

Modlitwa przygotowawcza:

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

Ustalenie miejsca:

Stanę pod krzyżem na wzgórzu Golgoty.

Prośba o owoc:

Poproszę o to, bym mógł całe swoje życie włączyć w ofiarę Chrystusa, a przez to otrzymać przebaczenie grzechów, uleczenie ich skutków i na nowo odkryć sens cierpienia.

– Oddanie siebie do końca

Miłość Jezusa wyraża się oddaniem siebie do końca. Badania cudu Eucharystycznego w Sokółce wykazały, że jest to mięsień sercowy w agonii. On przyjął na siebie zarówno cierpienie, jak i grzech całego świata. Cierpienie to zmiażdżyło Go, ale nie było w stanie w Nim zniszczyć miłości i oddania Ojcu – także miłości do mnie osobiście.

Właśnie na krzyżu Jezus jest Królem. Czy pozwolę Mu być Królem także i mojego życia – do końca?

– Nowa wspólnota

Pod krzyżem wytrwali Ci, którzy nie podejmowali dyskusji z rzeczywistością – czy tak ma być – ani też od niej nie uciekali. Wiemy, że – być może nieprzypadkowo – właśnie im zostało w przyszłości zaoszczędzone męczeństwo, bo stawili mu czoła już wtedy. Wiemy też, że oni kochali Jezusa i chcieli przy Nim być. A On połączył ich nową więzią – Maryja otrzymała nas wszystkich jako swoje dzieci, a my otrzymaliśmy Matkę.

Czy pozwalam Jej prowadzić się ku głębszemu oddaniu Jezusowi?

– Woda i Krew

Patrząc na śmierć Jezusa, a potem na Jego przebity bok pozwolę, żeby strumienie Jego miłosierdzia obmywały wszystko, co tego potrzebuje w życiu moim i innych...

Rozmowa końcowa:

Niech płynie z głębi mojego serca.

Dzień V
To jest Pan! – J 21,1-19

Modlitwa przygotowawcza:

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

Ustalenie miejsca:

Umieszczę siebie w spotkaniu z Jezusem nad Jeziorem Galilejskim.

Prośba o owoc:

Poproszę o przyjęcie mocy Zmartwychwstania Pana tak, bym w Nim na nowo odnalazł swoją z Nim więź, a także płynącą z niej zdolność kochania i przynoszenia owoców.

– Rozpoznać Jezusa

Zaufanie Jezusa Ojcu nie pozostało bez odpowiedzi. Śmierć nie mogła zaplanować nad miłością i życiem, a przemoc i kłamstwo nad prawdą. Posłuszeństwo i oddanie zaowocowały wyniesieniem naszej ludzkiej natury do nowego wymiaru, który pozostając cielesny dotyka jednocześnie wieczności. Jezus, którego spotykają uczniowie, jest tym samym, a jednocześnie innym.

W tej scenie to On wychodzi z inicjatywą i miłością. Troszczy się o potrzeby uczniów, ale pozwala im ze sobą współpracować i wnieść własny wkład. W ten sposób na nowo odnajdują siebie.

Jak rozpoznaję Zmartwychwstałego w swoim życiu?

– Poryw serca

Piotr sam nie rozpoznał Jezusa, ale korzysta z podpowiedzi młodszego współtowarzysza i nie waha się ani chwili. Nie skupia się na swoich brakach i słabościach, o których nie może już wątpić, ale na Jezusie. Wie, że nigdy nikt i nic poza Nim nie nasyci Jego serca. Chce z Nim być, cokolwiek by to miało oznaczać.

Jaka jest moja reakcja na spotkanie ze Zmartwychwstałym Panem?

– Odbudowane zaufanie

Piotr wiele zrozumiał i nauczył się o sobie. Wie, że jego błąd jest znany również innym, i nie zamierza go ukrywać. Wie, że nie sprawdził się w decydującym momencie.

Ale teraz może nauczyć się również wiele o Jezusie, który daje mu szansę wypowiedzenia prawdy jego serca ze świadomością wzajemnego zrozumienia. Piotr wie już, o czym mówi, i Jezus to przyjmuje. Nie cofnął swojej decyzji o powierzeniu mu odpowiedzialności za innych. Wie, że teraz Piotr nie będzie już realizował swoich koncepcji i pomysłów, ale zrozumie, co znaczy, że pasie stado, które tak naprawdę należy do Jezusa. Tak rodzą się początki ignacjańskiej kontemplacji w działaniu...

Czy przyjmuję swoje zadania życiowe jako misję, którą powierzył mi Jezus, i którą mam wypełniać w zjednoczeniu z Nim i Jego metodami?

Rozmowa końcowa:

Porozmawiam ze Zmartwychwstałym, który przebacza mi wszystkie grzechy, lecz rany i wciąż na nowo okazuje zaufanie.

Dzień VI
Medytacja powtórkowa