

TYDZIEŃ IV

Pocieszyciela wam poślę...

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
Dz 2, 1-21

W czwartym tygodniu naszych rekolekcji rozpoczynamy codzienną medytację Sekwencją do Ducha Św. i słowami Św. Ignacego:

*Przybądź, Duchu Święty,
Spuść z niebiosów wzięty Światła Twego strumień.
Przyjdź, Ojcze ubogich, Dawco darów mnogich,
Przyjdź Światłości sumień!
O najmiłszy z Gości, Słodka serc radości, Słodkie orzeźwienie.
W pracy Tyś ochłodą, W skwarze żywą wodą, W płaczu utulenie.
Światłości najświętsza! Serc wierzących wnętrza Poddaj swej potędze!
Bez Twojego tchnienia Cóż jest wśród stworzenia? Jeno cierń i nędze!
Obmyj, co nieświęte, Oschłym wlej zachętę, Ulecz serca ranę!
Nagnij, co jest harde, Rozgrzej serca twarde, Prowadź zabłąkane.
Daj Twoim wierzącym, W Tobie ufającym, Siedmiorakie dary!
Daj zasługę męstwa, Daj wieniec zwycięstwa, Daj szczęście bez miary!*

...Spraw aby wszystkie moje myśli, intencje, decyzje i czyny skierowane były w sposób czysty ku większej służbie i chwale Twego Boskiego majestatu.

Obraz:

Wyobraź sobie tę scenę od początku, gdy się zgromadzili i trwali w modlitwie, oczekiwaniu. Było wiele osób, duża sala, może rosło napięcie a potem szum... Pozwól tej sytuacji się rozwinąć, wyobraź sobie emocje, odnajdź swoje miejsce w tym zgromadzeniu.

Prośba:

Proszę Cię, Duchu Święty, przymnóż mi wiary w Twoje przyjście do mnie przy moim chrzcie.

Puncta:

W refleksji przyjrzyj się najpierw radości z przyjścia obiecywanego Ducha i zastanów się, jak ta radość wyprowadziła uczniów na zewnątrz wieczernika oraz sprawiła, że nie obawiali się otwartego głoszenia Ewangelii, pomimo, że wcześniej siedzieli razem w zamknięciu.

Pozostając w tej scenie, zauważ może jakieś nowe szczegóły. Zastanów się nad ich znaczeniem. Zadaj Duchowi Świętemu pytanie o przejawy Jego obecności we współczesnej rzeczywistości, nie tylko w kościele, ale także pośród Twojej codzienności.

Rozważ istotę tego, że Duch Święty już „jest i przychodzi” jeszcze.

Odszukaj w pamięci te chwile, w których uważasz, że zadziałał Duch Święty. Czy napełniają cię one radością? Pozwól jej się rozwinąć.

Na zakończenie tej medytacji usiądź razem z Apostołami i zapytaj ich, jak możesz podtrzymywać w sobie wiarę w obecność Ducha Świętego w twojej indywidualnej rzeczywistości i jej najtrudniejszych momentach. Poproś ich o wstawiennictwo w modlitwie o Twoją wiarę.

Chwała Ojcu...

Dzień II
Dz 4,23-31

Obraz:

Wyobraź sobie zgromadzenie i to, jak tym razem przyszedł Duch Święty.

Prośba:

Duchu Święty, który przyszedłeś do mnie i który Jesteś, żyj we mnie pełnią mojego życia.

Puncta:

Sytuacja tego zesłania jest inna. Modlitwa poprzedzająca zesłanie to już nie psalmy i pieśni, gdy trwali wszyscy razem w oczekiwaniu. Zgromadzili się, ale modlitwa przedstawiła grozę sytuacji i prośbę, aby Łaska przychodziła mimo to.

Czy nie jest to sytuacja nawet bardziej podobna do naszej rzeczywistości? Współczesne, ale nieudolne mechanizmy funkcjonowania różnorodnych instytucji, mediów, polityki, bezwzględny rynek, służby zdrowia, opieki społecznej czy innych mogą sprawiać podobne wrażenie zagrożenia – „spójrz, Panie, na ich groźby i daj sługom Twoim głosić słowo Twoje z całą odwagą”.

Pomimo tego, co się dzieje dookoła, usłysz wołanie, by być dobrym chrześcijaninem, miłującym i mądrym, troskliwym, spokojnym, roztroptym, cierpliwym... Duch Święty przychodzi właśnie do takiej rzeczywistości, która może budzić grozę. Nie wymaga długich obrzędów, wystarczy poprosić.

„Wszyscy zostali napełnieni Duchem Świętym i głosili odważnie słowo Boże” – Duch Święty przychodzi, ale nie usuwa przeciwników, tylko dodaje odwagi, nie likwiduje przeciwności, tylko uzdalnia udzielając nam wszystkiego, czego potrzebujemy, aby każdy w swojej sytuacji życiowej, w jakiej się znajduje, zachowywał postawę chrześcijańską.

Na zakończenie porozmawiaj z Jezusem o Pocieszycielu, którego nam zesłał.

Chwała Ojcu...

Dzień III
Ef 6,10-18

Obraz:

Wyobraź sobie, jak z obecności Ducha Świętego w Tobie wyłaniają się poszczególne elementy zbroi Bożej, o której pisze święty Paweł.

Prośba:

Niech obecność Ducha Świętego w Tobie uzdolni Cię do życia Ewangelią jako dziecko Boga w Twojej osobistej rzeczywistości.

Puncta:

Na początku rozważ cel, w jakim Pan przyobleka nas „siłą Jego potęgi” i czym jest ten cel w Twoim osobistym życiu w rodzinie, w pracy, ale też i w samotności, która jest elementem życia każdego z nas w rozmaitych sytuacjach: „abyście się zdołali przeciwstawić w dzień zły i ostać, zwalczwszy wszystko”.

Teraz po kolei rozważ elementy tej zbroi – w przygotowaniu medytacji wypisz je samodzielnie. Jak objawiają się lub mogą objawiać w Twoim działaniu?

Przemyśl także postanowienie, jak roztroptnie realizować zachętę, by „przy każdej sposobności” modlić się w Duchu.

Na zakończenie porozmawiaj z Jezusem o tym, jak mogą wyglądać wasze spotkania „przy każdej sposobności”. Jakie to mogą być słowa, spojrzenia, serdeczny uścisk, a może... przez ułamek sekundy tylko... muśnięcie dłoni...

Chwała Ojcu...

Dzień IV
1 Kor 12, 4-11.27-31

Obraz:

Wyobraź sobie Ducha Świętego tak, jak chcesz. Przyjrzyj się Mu i spróbuj zauważyć jakieś szczegóły, i zapamiętaj je. Może to nie będzie szczegół związany z obrazem, ale z odczuciem, może kolor lub zapach. Wyobraź sobie Ducha Świętego takiego, jakiego pragniesz – to jest najważniejsze w tym wyobrażeniu. Ma On przecież być Twym Pocieszycielem. Poświęć temu wyobrażeniu wystarczającą ilość czasu. Nie spiesz się.

Prośba:

Duchu Święty, udziel mi poznania darów, którymi chcesz, abym posługiwał ludziom.

Puncta:

Poświęć czas na zrozumienie istoty i sensu poszczególnych darów wymienionych przez świętego Pawła, pamiętając, że dane są Tobie dla wspólnoty.

Zastanów się nad innymi możliwymi darami, bardziej zwyczajnymi, do używania we współczesnej rzeczywistości pomiędzy ludźmi. Niech to będą zdolności, które masz, niektóre z natury czy od urodzenia, ale także te, które zostały mozolnie i niekiedy długo wypracowane w życiu, może nawet nie zdając sobie sprawy, że współpracujesz w ten sposób z darami Łaski. Przymnażają one jednak dobro w świecie i w Twoim otoczeniu.

Zastanów się, czy jest może w Twoim życiu jakaś zdolność, którą poświęciłeś, aby rozwinąć coś innego. Rozważ: czy może ona, właśnie teraz, nabrać znaczenia? Może właśnie teraz przyszedł na nią czas?

Porozmawiaj o darach Ducha Świętego z Jezusem, zarówno o tych, które masz – podziękuj za nie, ale także o tych, które chciałbyś mieć, oraz po co konkretnie? Poproś o nie.

Chwała Ojcu...

Dzień V
1 Kor 12,31–13,13

Obraz:

Stań przed Trójcą Świętą.

Prośba:

Trójco Święta, udziel mi łaski poznania dróg prawdziwej miłości w moim życiu.

Puncta:

Nawet jeśli znasz ten test bardzo dokładnie, wsłuchaj się w jego słowa jeszcze bardziej, usłysz jego melodię. Rozważając miłość jako tę „drogę jeszcze doskonalszą”, pomyśl, jak miłuje cię Bóg. Słowa te nie przez przypadek przecież kończą dwunasty rozdział, po którym następuje „Hymn o miłości”.

Rozważając miłość jako tę jeszcze doskonalszą drogę, którą zapowiada święty Paweł, pomyśl, jak miłuje Cię Bóg. Napisz chociaż krótki własny hymn o miłości. Możesz częściowo wykorzystać składnię św. Pawła lub napisać zupełnie własnymi słowami, w formie, która Tobie odpowiada i współgra z Twoim wnętrzem. Przywołaj w nim konkretne cechy tej miłości, której doświadczyłeś lub pragniesz. Przywołaj sytuacje i zdarzenia, które były przejawem tej miłości.

Jeśli kiedyś już pisałeś lub układałeś takie słowa, przyjrzyj im się na nowo. Jak postrzegasz tę miłość teraz?

Na zakończenie siedząc z Jezusem przeczytaj Mu twój hymn. Może zechce coś jeszcze dodać? Nie opieraj się, gdy poprowadzi Twoją dłoń dalej.

Chwała Ojcu...

Dzień VI
Medytacja powtórkowa

Wybierz do powtórzenia medytację wg twojego uznania.

Jeśli jednak zdecydujesz się na powtórzenie medytacji o „Hymnie o miłości” i jeśli napisałeś swój własny, rozważ go, ale nie pisz od nowa. Natomiast, po rozważeniu tego, jak Bóg cię kocha, zastanów się nad swoją odpowiedzią na tę miłość.

Jak ona wygląda teraz?

Czy możesz coś w niej zmienić? Co to jest?

Czy chcesz w niej to zmienić?

Podjmij decyzję rozmawiając z Jezusem i zapytaj Go, czy On też właśnie tego pragnie.

Chwała Ojcu...