

WSPÓLNOTA ŻYCIA CHRZEŚCIJAŃSKIEGO

Rekolekcje w życiu codziennym

wg metody św. Ignacego Loyoli

Serce Jezusa – abym Cię szukał, abym Cię znalazł

Tydzień I

Serce Jezusa

uzdrawiające z grzechów i przebaczące



Lublin 2022

Dzień I

Serce Jezusa, hojne dla wszystkich, którzy Cię wzywają (Rdz 12, 1–17)

1. Modlitwa przygotowawcza

Proszę Cię, Panie Boże mój, 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 Abrahama, który myśli o swoim nieudanym życiu, i który otrzymuje obietnicę.

3. Prośba o owoc

Prosić o to, czego chcę i pragnę.

Daj mi, Panie, łaskę gotowości, by pójść za Twoim głosem.

4. Punkta do medytacji

4.1. Powołanie i obietnica

Zobacz, kim jest Abraham, jak żyje. Ma żonę, ale nie ma syna, którego bardzo pragnie. Pewnie często się o niego modli do różnych bożków, lecz to nic nie daje. I pewnego dnia słyszy głos Boga, którego nie znał, a który mówi mu, aby wyszedł z ziemi rodzinnej w drogę do innego kraju i obiecuje mu, że uczyni z niego wielki naród.

Przyjrzyj się swoim pragnieniom i temu, co cię najbardziej martwi, co chciałbyś w życiu zmienić. Zobacz, kim jest dla Ciebie Bóg, czy jest ważny, czy może masz wiele innych bożków, które są dla Ciebie ważniejsze: praca, pieniądze, władza?

4.2. Zaufanie i wyjście w drogę

Słuchać z wiarą Bożego słowa to wyruszyć w drogę. Abraham zaufał Bogu i ruszył w drogę. Zostawił swoje miasto, bezpieczne, wygodne życie i ruszył w nieznaną. Poszedł tam, gdzie mu Bóg kazał iść, obiecując błogosławieństwo i że będzie ojcem wielkiego narodu.

Zobacz, co ty musisz pozostawić, aby ruszyć w drogę: przyzwyczajenia, poglądy na życie, wiarę we własne siły.

Popatrz, czego najbardziej się boisz patrząc w przyszłość. Ofiaruj te wszystkie obawy i niepokoje Bogu, a On się tym zajmie.

4.3. Milczenie Boga i obawy Abrahama

W czasie drogi Bóg często milczy. Mijają lata, a Abraham nadal nie ma syna, a jeszcze klęska głodu prowadzi go do Egiptu, gdzie boi się o własne życie mimo, że Bóg obiecał mu opiekę. Ale Bóg cały czas jest przy nim, choć milczy, i wyprowadza go z opresji jaką było zabranie Sary przez faraona.

Zobacz te chwile w swoim życiu, kiedy tracisz zaufanie do Boga i próbujesz sobie radzić po swojemu. I przypomnij sobie te chwile, kiedy Bóg zainterweniował i ocalił cię z opresji.

5. Rozmowa końcowa

Porozmawiam z Bogiem Ojcem o tym, co najbardziej mnie poruszyło w tej medytacji.

Na koniec odmów *Ojcze nasz*.

6. Notatki

Dzień II

Serce Jezusa, odwieczne upragnienie świata (Ps 42)

1. Modlitwa przygotowawcza

Proszę Cię, Panie Boże mój, 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 strumień krystalicznie czystej wody.

3. Prośba o owoc

Prosić o to, czego chcę i pragnę.

Prosić o gorące pragnienie Boga.

4. Punkta do medytacji

4.1. *Dusza moja pragnie Boga...*

Pragnienie Boga jest wpisane w nasze serce, chociaż może często nie potrafimy tego rozpoznać i nazwać. Pragniemy różnych rzeczy, które często po ich osiągnięciu nas nie nasycają, a nawet możemy przeżywać zawód, że podjęliśmy tyle wysiłku i nie czujemy się szczęśliwi. Warto zadawać sobie pytanie: Co jest dla mnie najważniejsze? Czego tak naprawdę pragnę i do czego dążę?

4.2. *Gdzie jest twój Bóg?*

Często w sytuacjach trudnych, gdy wszystko idzie nie tak, jak chcemy, czy gdy spotyka nas zło, pytamy samych siebie: Gdzie jest Bóg? Dlaczego nie interweniuje i nie wyciąga nas z trudnych sytuacji? Jest to okazja dla złego ducha, by zasiać w nas zwątpienie w dobroć Boga. Często rodzi się pytanie: Dlaczego Bóg na to pozwala? Przypomnij sobie, czy zwykle masz żal lub pretensje do Pana Boga o różne trudne sytuacje w Twoim życiu.

4.3. *Ufaj Bogu, bo jeszcze Go będę wysławiać*

Ufać Bogu w przeżywanych trudnościach to wielka zasługa. To tak jakby zapomnieć o sobie, a pamiętać o Jego wszechmocy, że On nas nigdy nie zostawi samych w trudnościach i w cierpieniu. Przypomnij sobie trudne sytuacje w Twoim życiu, z których Bóg Cię wybawił.

5. Rozmowa końcowa

Porozmawiaj z Bogiem o tym, co cię poruszyło w tej medytacji.

Na koniec odmów *Ojciec nasz*.

6. Notatki

**Serce Jezusa, cierpliwe i wielkiego miłosierdzia
(Ps 103)**

1. Modlitwa przygotowawcza

Proszę Cię, Panie Boże mój, aby wszystkie moje zamierzenia, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Twojego Boskiego Majestatu.

2. Obraz do medytacji

Wyobrażę sobie dziecko na kolanach ojca. Kochające spojrzenie ojca i syna/córki.

3. Prośba o owoc

Prosić o to, czego chcę i pragnę.

Proszę Cię, Panie, o wiarę w Twoją miłość i miłosierdzie. O wiarę w to, że wszystko Tobie zawdzięczam.

4. Punkty do medytacji

4.1. Błogosław duszo moja Pana

i nie zapominaj o wszystkich Jego dobrodziejstwach (...)

Przypomnij sobie, jak wiele Bogu zawdzięczasz. Spróbuj spojrzeć na swoje życie i podziękować Bogu za wszystkie dobra, jakimi Cię obdarzył.

Popatrz na swoje życie z wdzięcznością.

4.2. On odpuszcza wszystkie twoje winy (...)

Miłosierny jest Pan i łaskawy, nieskory do gniewu i bardzo łagodny.

A teraz spójrz na swoje życie i zobacz, jak wiele razy zapominałeś o Bogu, który stworzył Cię z miłości i do miłości. A jednak Pan za każdym razem, gdy odchodzisz od krtek konfesjonału, daje Ci kolejną szansę...

4.3. Jak się lituje ojciec nad synami,

tak Pan lituje się nad tymi, co się Go boją.

Miłość Boga do nas można porównać z miłością rodziców do swojego dziecka. Czy wierzysz w bezwarunkową, ojcowską i matczyną jednocześnie miłość Boga do ciebie?

5. Rozmowa końcowa

Porozmawiaj z Bogiem o tym, co cię poruszyło w tej medytacji.

Na koniec odmów *Ojcze nasz*.

Dzień IV

Serce Jezusa, gorejące ognisko miłości (J 3, 16–21)

1. Modlitwa przygotowawcza

Proszę Cię, Panie Boże mój, aby wszystkie moje zamierzenia, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Twojego Boskiego Majestatu.

2. Obraz do medytacji

Wyobrażę sobie rozmowę Jezusa z Nikodemem. Zobaczę, jak Pan Jezus wyjaśnia Nikodemowi istotę, sens swojej misji na ziemi.

3. Prośba o owoc

Prosić o to, czego chcę i pragnę.

Proszę Cię, Panie, o łaskę autentycznej głębokiej wiary w to, że powołałeś mnie do życia z miłości.

4. Punkty do medytacji

4.1. *Tak bowiem Bóg umiłował świat (...)*

Największym przymiotem Boga jest Miłość. Jaki obraz Boga mam w sercu? Czy surowego, sprawiedliwego sędziego, czy też Ojca pełnego Miłosierdzia? Czy potrafiłbym zwrócić się do Boga – Tato?

4.2 (...) *aby każdy kto w Niego wierzy, nie zginął, ale miał życie wieczne.*

Czy wierzysz w to, że Bóg czuwa nad nami (Ps 121), że jeśli powierzysz swoje życie kochającemu Ojcu...

On cię uchroni od zła wszelkiego:

czuwa nad twoim życiem.

On będzie strzegł twego wyjścia i przyjścia

teraz i po wszystkie czasy

(Ps 121, 7–8)

4.3. *Kto wierzy w Niego, nie podlega potępieniu*

Pan Bóg nie oczekuje od ciebie, żebyś był doskonały, wszystko rozumiał i nie popełniał żadnych błędów. On pragnie, abyś uwierzył w Jego bezwarunkową miłość do ciebie. Abyś uwierzył w Imię Jego Syna, które daje zbawienie.

*O tym napisałem do was,
którzy wierzycie w imię Syna Bożego,
abyście wiedzieli,
że macie życie wieczne
(1J 5, 13)*

5. Rozmowa końcowa

Porozmawiaj z Bogiem o tym, co cię poruszyło w tej medytacji. Jeżeli wierzysz w Miłość Boga do Ciebie, w to, że Serce Jezusa jest gorejącym ogniskiem miłości – dziękuj Mu za to. Jeśli wciąż trudno Ci w to uwierzyć – proś o tę łaskę.

Na koniec odmów *Ojcie nasz.*

6. Notatki

Dzień V

6. Notatki

Serce Jezusa, źródło życia i świętości (J 1, 1-14)

1. Modlitwa przygotowawcza

Proszę Cię, Panie Boże mój, aby wszystkie moje zamierzenia, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Twojego Boskiego Majestatu.

2. Obraz do medytacji:

Wyobrażę sobie monstrancję z Ciałem Pana Jezusa.

3. Prośba o owoc

Prosić o to, czego chcę i pragnę. Proszę Cię Panie o wiarę w to, że Eucharystia, w czasie której karmię się Ciałem Pana Jezusa, jest dla mnie źródłem życia i świętości.

4. Punkta do medytacji

4.1. *Wszystko przez Nie się stało (...)*

Słowo Boga ma moc stwórczą. Przez Nie stał się świat. Przez Nie każdy z nas został powołany do istnienia. Czy jest we mnie wdzięczność za to, że Bóg chciał, abym zaistniał, że stworzył mnie z Miłości?

4.2. *Wszystkim tym, którzy Je przyjęli,*

dało moc, aby się stali dziećmi Bożymi (...)

Przyjęcie Słowa, przyjęcie Jezusa czyni nas dziećmi Bożymi. To wielka godność i niezasłużony dar. Czy jestem za to wdzięczny?

4.3. *A Słowo stało się ciałem i zamieszkało wśród nas.*

Pan Jezus narodził się jako Bóg-Człowiek ponad dwa tysiące lat temu. Żył na ziemi. Mieszkał wśród ludzi. Ale Jego obecność wśród nas dzięki Eucharystii jest realna także dzisiaj. Czy korzystam z tej żywej i uzdrawiającej obecności Jezusa na co dzień? Czy naprawdę wierzę w tę OBECNOŚĆ?

5. Rozmowa końcowa

Porozmawiaj z Bogiem o tym, co się poruszyło w tej medytacji.

Na koniec odmów *Ojcze nasz*.

Dzień VI

Medytacja powtórkowa