

Nie lękaj się, przychodzę ci z pomocą (Iz 41, 13)

5. Tydzień Inicjatywę na życie ma Jezus

Dzień 1. Rozmnożenie chleba – Mk 8, 1–9.

Modlitwa przygotowawcza

Jak zawsze na wstępie.

Obraz do medytacji

Jezus z troską patrzy na ludzi trwających przy Nim. Zauważę Jego zaangażowanie w całą sytuację. Przyjrzę się postawie apostołów – jak się zachowują, co robią w tej chwili? A może stoję wśród słuchających – zaczynam odczuwać głód, znużenie, spiekotę dnia?

Prośba o owoc

Prośmy Boga o to, abym umiał przyjąć chleb i każdy inny dar, którym dzieli się Chrystus ze mną.

Myśli do modlitwy:

1. „Tłum był z Nim”.

Tłum trwał przy Jezusie trzy dni. Słuchali Jego nauki i trwali w Jego obecności. Czy jestem w stanie porzucić swoje zajęcia i bardzo pilne sprawy po to, aby trwać przy Chrystusie? Opuścić ciekawy film, zostawić przyjemności, ognisko, grill... **by nie było straty w relacji z Jezusem?** Czy jestem w stanie pójść za Chrystusem bez żadnego zabezpieczenia? Czy wierzę, że kiedy jestem przy Chrystusie, On zatroszczy się o każdą moją potrzebę? Co wybija się w moim sercu na pierwszy plan? Słowa Chrystusa czy moje zmartwienia?

2. „Żal Mi tego tłumu”.

Jezus troszczy się o tłum, o ludzi, o mnie. Czy dostrzegam i czuję w swoim życiu Jego opiekę? Przypomnę sobie sytuacje ewidentnego działania Boga w sprawach małych, ale i wielkich. Jezus pierwszy dostrzega moje troski i kłopoty. Czy umiem Mu je zawierzać? A jeśli nie, to czy choć tego pragnę? Czy wierzę, że Jezus chce zaspokoić moje pragnienia do sytości? **Czego pragnę od Jezusa?** Co jest dla mnie największą wartością, o którą zabiegam? Na którym miejscu jest pragnienie Boga?

3. „Przywołał do siebie uczniów, a oni odpowiedzieli.”

Czy wyciszę swoje serce – czy tworzę warunki, by Jego głos był wyraźnie słyszalny? Jak radzę sobie w ciszy, bez bodźców (komórka, komputer, telewizor, portale społecznościowe, internet,)? Jaka jest moja odpowiedź na to wołanie? Jak odczytuję wzniosłość wezwania Jezusa względem mnie – wezwania do pośredniczenia w rozdawaniu Jego darów, czynieniu cudów, dzieleniu się miłością? Czy moje sumienie jest wrażliwe na natchnienia Ducha Świętego?

Rozmowa końcowa.

Podziękuję Jezusowi za wszystkie dary, jakie od Niego otrzymuję. Przedstawię Mu wszystkie pragnienia, jakie narodziły się we mnie w trakcie modlitwy. Na koniec odmówię „Ojcze nasz” lub modlitwę „Duszo Chrystusowa”.

Dzień 2. Grzech nie ma ostatniego słowa

Rdz 3, 1-15.

Modlitwa przygotowawcza

Jak zawsze na wstępie.

Obraz do medytacji

Wyobraź sobie scenę, gdy Ewa jest kuszona przez węża.

Prośba o owoc

Poproszę o dar, abym zobaczył, jak grzech oddala mnie od Boga.

Myśli do modlitwy:

1. „A wąż był bardziej przebiegły niż wszystkie zwierzęta lądowe [...]”

W języku hebrajskim „wąż” znaczy „wodzić na pokuszenie”. Widziano w nim siłę wroga Panu Bogu i Jego planom. Dzisiaj pod postacią węża rozumie się złego ducha. Szatan to anioł, który zbuntował się przeciwko Bogu z zawiści, że Bóg stworzył człowieka na swój obraz. Szatan przewyższa ludzi swoją inteligencją i robi wszystko, aby odłączyć nas od Boga. Czy wierzę w istnienie szatana, wroga Boga i ludzi; mojego wroga zbawienia?

2. „Czy rzeczywiście Bóg powiedział: Nie jedzcie owoców ze wszystkich drzew tego ogrodu?”

Przyjrę się bliżej temu pytaniu, które nie jest jeszcze kłamstwem. Zastanowię się, czemu wąż się nim posłużył, chcąc niewiastę wciągnąć w dyskusję. Czy widzę w tym pytaniu podważenie zaufania do Stwórcy, zakwestionowanie dobrych intencji i dobroci Pana Boga?

3. „[...] tak jak Bóg będziecie znali dobro i zło.”

Pokusa bycia jak Bóg jest wielka. Człowiek zapragnął być równy Bogu i decydować o tym, co dobre a co złe. Czy odnoszę

czasami to mylne wrażenie, że wiem lepiej niż Pan Bóg, co jest dla mnie dobre? Że gdyby tylko Pan Bóg zechciał dostosować się do moich planów i mojego pomysłu na życie, to wówczas byłbym „naprawdę szczęśliwy”? Czy wierzę w to, że Pan Bóg ma naprawdę najlepszy pomysł na moje życie, a wypełnienie woli Bożej do końca, da mi prawdziwe szczęście?

4. „A wtedy otworzyły się im obojgu oczy i poznali [...]”

Nagość to przykry stan dla człowieka, dlatego, by ją ukryć, szuka odzienia. Doświadczenie grzechu powoduje, że nie akceptujemy siebie samych. Tak jak nasi pierwsi rodzice po grzechu zobaczyli, że są nadszy, i nie mogli tego zaakceptować, tak również i my nie akceptujemy swojej słabości. Często ukrywamy się przed innymi, zakładając różne maski, gramy role, tak aby nie poznali, jacy jesteśmy naprawdę. Co ukrywam najczęściej? Czego najbardziej się wstydzę?

5. „Wprowadzam nieprzyjaźń między ciebie i niewiastę [...]”

Od momentu grzechu pierwotnego trwa nieustanna walka między potomstwem Niewiasty a potomstwem węża. Człowiek ciągle musi wybierać między posłuszeństwem wobec woli Bożej a odwróceniem się od Stwórcy i pójściem za głosem Jego nieprzyjaciela. Maryja jest naszą Matką i najlepszym ratunkiem w chwilach pokus. To Ona, dzięki bezgranicznemu posłuszeństwu woli Bożej, zmiażdżyła głowę węża. Czy zamiast wchodzić w dialog z kusicielem, szukam u Maryi pomocy i orędownictwa, kiedy doświadczam pokusy grzechu? Grzech nie pieczętuje zwycięstwa śmiercią; jest obietnica Boża; zwycięstwa potomstwa Niewiasty. Mogę się w nie włączyć...

Rozmowa końcowa

Porozmawiam z Bogiem o tym, co mnie poruszyło w tej medytacji. Na koniec odmówię „Ojcze nasz” lub modlitwę „Duszo Chrystusowa”.

Dzień 3. Uzdrawienie chromego nad sadzawką J 5, 2-9.

Modlitwa przygotowawcza

Jak zawsze na wstępie.

Obraz do medytacji

Wyobraź sobie miejsce, w którym ludzie wchodzi do uzdrawiającej wody – źródła. Wokół wiele osób, większość chorych. Przyglądam się różnym cierpieniom: tyle nieszczęścia, niedoli ludzkiej, dramatu. Nikt nie jest szczęśliwy, każdy cierpi, jęczy, w zaciętym milczeniu usiłuje pierwszy zanurzyć się w wodzie – może to przyniesie ukojenie... Staje tam Jezus. A kim jestem ja? Uczniem Jezusa? Bezimiennym chromym?

Prośba o owoc

Poproszę o dar, otwarcia się na łaskę uzdrowienia.

Myśli do modlitwy:

1. „Jezus ujrzał go leżącego i poznał, że czeka już długi czas.”

Trzydzieści osiem lat! W tym czasie inni zdążyli założyć rodziny, dorobić się majątku; życie toczyło się im wartko: ktoś inny zbankrutował, kogoś okradli, ktoś kupił samochód, wybudował dom; ktoś wyprawił synowi piękne wesele, inny zrobił karierę na uczelni, swoją firmę... Wróc pamięcią 38 lat temu... jak to było? A chromy, dalej cierpiał na swoją chorobę. Co nie pozwalało mu prawdziwie żyć?

2. „Czy chcesz stać się zdrowym?”

Czy jestem gotowy, aby zacząć wreszcie żyć pełnią życia? Czy chcę w ogóle zasmakować zdrowia – porzucić utarte ścieżki swojej choroby, do której zdążyłem się już może przyzwycząić, jakoś się

z nią ułożyć? Jak odpowiem Jezusowi: Panie, nie jestem godzien, będę się wykręcał, inni też cierpią... Panie, sam rozumiesz, nie mam człowieka... Może przyszedł ten czas, kiedy odpowiesz wreszcie odważnie: Tak, Panie, chcę! Chcę wyzdrowieć!

3. „Rzekł do niego Jezus: Wstań, weź swoje łożo i chodź!”

Usłyszę wyraźnie, co mówi Jezus: Wstań – podnieś się, uczyn ten wysiłek, nie pozwól, by twoja choroba stanowiła jedyną prawdę twojego serca. Weź swoje łożo – historię twojego życia, twoich bliskich, ukochanych i tych, którzy źle o tobie mówią; twoje wielkie chwile i momenty upadku, marzenia i niegodziwe myśli: to jest twoje życie, weź za nie odpowiedzialność. Nie bój się stawiać kroków, szukać nowych ścieżek, dobrych dróg – chodź!

Rozmowa końcowa

Podziękuję Bogu, że nieustannie pobudza mnie do życia, daje siły i zachęca do powstawania na nowo. Na koniec odmówię „Ojcze nasz” lub modlitwę „Duszo Chrystusowa”.

Dzień 4. Młodzieniec z Nain – Łk 7, 11-17.

Modlitwa przygotowawcza

Jak zawsze na wstępie.

Obraz do medytacji

Jezus wraz z uczniami i wielkim tłumem właśnie się zbliża do Nain. Widać mury miasta, bramę, przez którą wychodzi kondukt pogrzebowy... Mogę wyobrazić sobie, że podążam za Jezusem – jestem wśród tłumu, może jestem jednym z Jego uczniów. Jak wyglądają ludzie dookoła, w co są ubrani, o czym rozmawiają, jak wygląda sam Jezus? Mogę wyobrazić sobie również, że jestem jednym z żałobników. Zmarły jest kimś z mojej rodziny i opłakuję stratę kogoś bliskiego; może to tylko znajomy albo jestem tutaj tylko przez ciekawość.

Prośba o owoc

Poproszę, abym pragnął przywracającego życie dotyku Jezusa.

Myśli do modlitwy:

1. „Właśnie wynoszono umarłego.”

Sytuacja podwójnie bez wyjścia. Na marach zwłoki jedyne go syna; do tego wdowa, o którą już nikt się nie zatroszczy, skazana na ból, samotność, nędzę, powolną śmierć za życia, bez wsparcia, bez poczucia bezpieczeństwa. Co czują te osoby, co może przeżywać matka, której zawalił się cały świat... Oni nie podążają na spotkanie Nauczyciela, o którym być może słyszeli, że miał moc uzdrawiania na wszystko, nawet na nadzieję, ale jest już za późno...

Czy doświadczałem w swoim życiu sytuacji bez wyjścia, bez nadziei? Jak je przeżywałem? Jak widzę te sytuacje z perspektywy, po upływie czasu, jak dziś?

2. „Na jej widok Pan uzalił się nad nią.”

Jezus nie pyta wdowy o wiarę czy pragnienia. Nie pyta o nic. Nie pociesza. Widzi i wie wszystko, cierpi wraz z nią – Emmanuel, Bóg z nami... Jezus przejmuje inicjatywę. Chce wkroczyć tam, gdzie nawet nadzieja umarła, w najgłębsze i najciemniejsze zakątki ludzkiego serca niosąc powstanie z martwych – On jest Zmartwychwstaniem i Życiem... Czy pozwalam, aby Pan zobaczył całą prawdę o mnie, także mojej nędzy i słabości; o grzechu i tchórzostwie? Czy pozwalam, aby dotknął tego, co we mnie martwe, pozbawione życia, wiary, nadziei, miłości...

3. „Zmarły usiadł i zaczął mówić, i oddał go jego matce.”

Czy po takim znaku trzeba czegoś więcej? Przywrócić do życia człowieka – nikomu poza Jezusem nie udało się tego dokonać... Co powstrzymuje mnie przed Jego ożywiającym dotykiem? Czego się obawiam? W życiu pozwoliłem na tak wiele innych dotknięć i zranień, które siały we mnie śmierć; dlaczego wybieram tkwienie na marach niczym umarły? Jezus – Dawca i Źródło Życia – jest dziś tak blisko, na wyciągnięcie ręki, wystarczy, aby mnie dotknął. Chcę żyć.

Rozmowa końcowa

Z głęboką ufnością i pokorą oddam Jezusowi wszystko to, co nasunęło mi się podczas tej modlitwy. Wszak „wielki prorok powstał wśród nas i Bóg łaskawie nawiedził lud swój”. Na koniec odmówię „Ojcze nasz” lub modlitwę „Duszo Chrystusowa”.

Dzień 5. Źródło wody żywej – J 7, 37-38.

Modlitwa przygotowawcza

Jak zawsze na wstępie.

Obraz do medytacji

Przypomnę sobie jakąś osobistą sytuację życiową, kiedy byłem bardzo spragniony (w sensie dosłownym lub przenośnym – tęskniłem za kimś, chciałem gdzieś być, oczekiwałem na kogoś ważnego lub na jego telefon...). Przypomnę sobie, co czułem, gdy stało się to, czego pragnąłem – przeżyję jeszcze raz to doświadczenie spełnienia.

Prośba o owoc

Poproszę Ducha Świętego, o dar mądrości i wiary w miłość i moc Chrystusa.

Myśli do modlitwy:

1. „Jeśli ktoś jest spragniony...”

Obraz żywej wody to symbol Bożej łaski, wszelkich darów Ducha Św., tego, co daje życiu smak i sens. Może ten obraz „wody” mało nam mówi, mało przekonuje, bo okręcimy kran z wodą i ta woda jest. Żywa woda to woda źródłana. Co innego na pustyni, inaczej się odczuwa jej brak. Tym bardziej brak źródła! Jakie są moje pragnienia na tym etapie życia? W jakich obszarach czuję się pusty, bez życia a przez to i smutny i niespokojny, pełen obaw i wewnętrznego bólu?

2. „...a wierzy we mnie...”

Jezus stawia warunek chcącym zaczerpnąć Jego łaski. To wiara sprowadza łaskę. Wymaga nieustannej troski i jej pielęgnowania. Sami uczniowie prosili Jezusa, by przymnożył im wiary. Jaka jest moja wiara dnia codziennego? Czy proszę Jezusa o przymnażanie jej?

3. „...niech przyjdzie do Mnie i pije!”

Jaka cisza zapadła po tym wykrzykniku, tym wołaniu Boga do człowieka! Jezus zna ludzkie serce, rozumie jego udrękę, pustkę, więc nawołuje, przynagla, „niech przyjdzie i pije.” Wymaga to wysiłku, czasem pokonania ograniczeń organizacyjnych, czasowych, które niesie codzienne życie.

Jest taki piękny obraz zaspokojenia pragnienia. Kiedy chcemy się napić zwyczajnie, to odkręcamy butelkę z wodą czy kran i pijemy. Natomiast jeżeli chcemy to zrobić prosto ze źródła, potrzebujemy się unizić, nachylić, zgiąć, niekiedy nawet uklęknąć, aby nabrać wody ze źródła. Potrzebna jest postawa pokory, bycia nisko, unizenia się i wtedy pijąc wodę źródlaną pijemy z samego centrum życia, ze źródła, najczystsza. Czy stać mnie na to by być nisko, ukorzyć się, by zasmakować wody źródlanej? U samego Jezusa?

Rozmowa końcowa

Strumienie wody żywej popłyną z jego wnętrza – nie małe strumyczki, ale strumienie łaski popłyną z Chrystusa. Przytulę się do Chrystusa z wielkim zaufaniem, powtórzę Jezu, ufam Tobie. Powtórz z przekonaniem, kilka razy, powtórz na głos, byś siebie słyszał: Jezu, ufam Tobie. Powtarzaj w ciągu dnia – słuchaj siebie.

Na koniec odmówię „Ojcze nasz” lub modlitwę „Duszo Chrystusowa”.

Dzień 6. Piątek.

Jako modlitwę we wszystkie piątki okresu Wielkiego Postu tak jak w poprzednim tygodniu proponuję, aby rozważać Biblijną Drogę Krzyżową.

Schemat naszej modlitwy niech pozostanie ten sam: czyli jak zawsze na początek, wejść w obecność Bożą, wyobrazić sobie to, co chcę rozważyć (poszczególne stacje), prosić o owoc modlitwy. Na każde rozmyślanie weźmy sobie nie więcej jak dwie stacje Drogi Krzyżowej. Temat naszego rozważania niech będzie ten sam: **Co Pan Jezus chce mi powiedzieć w tej stacji**, o czym chciałby ze mną porozmawiać, jak ta stacja, którą rozważam, koresponduje z moim doświadczeniem życiowym, gdzie jestem w niej obecny.

Rozważajmy w ten piątek kolejne dwie stacje:

11. Jezus obiecuje swoje Królestwo dobremu łotrowi

– Łk 23, 39-43

12. Matka i umiłowany uczeń pod Krzyżem – J 19, 25-27.

Na zakończenie porozmawiamy z Jezusem o tym, co mi się nasunie, jaki był temat naszego spotkania, porozmawiamy tak jak rozmawia przyjaciel z Przyjacielem. Podsumujmy tę modlitwę i uczynmy postanowienia na piśmie. Nie spieszmy się w modlitwie i jej nie pospieszajmy.

Dzień 7.

Na dzisiejszy dzień proponuję **modlitwę powtórkową**.

Możesz ją zrobić na kilka sposobów – wybierz taki, który najbardziej Ci pomoże spotkać się z Bogiem. Możesz skorzystać z notatek.

1. Z całego tygodnia wybierz jeden tekst, który najbardziej Cię poruszył, z którego wyciągnąłeś najwięcej owocu duchowego, w którym czułeś najbardziej obecność Boga i Jego działanie w swoim życiu. Powtórz tę modlitwę – skoro było to głębokie spotkanie z Panem, to uwierz, że On chce jeszcze raz się z Tobą spotkać w tym właśnie tekście. Staraj się nie wyszukiwać nowych treści, tylko skoncentruj się na tych słowach czy zdaniach, które wtedy Cię zatrzymały i dały najwięcej „smaku duchowego”.

2. Z całego tygodnia wybierz tekst, który poszedł Ci najgorzej, w którym miałeś bardzo dużo rozproszeń, gdzie może miałeś poczucie, że to stracony czas. Według tego samego sposobu co wyżej, powtórz tę medytację, prosząc Pana, by tym razem pomógł Ci usunąć przeszkody w dobrym przeżyciu tego spotkania z Nim. Nie chodzi jednak o to, by „nadrobić” jakiś tekst, ale by zobaczyć, że w trudnościach też przychodzi Bóg.

Pamiętamy o tym, aby zachować schemat modlitwy: wejście w modlitwę, uświadomienie sobie obecności Bożej, wyobrazić sobie miejsce modlitwy, nie zapomnieć o prośbie. Na zakończenie zawsze niejako podsumowanie rozmowa końcowa, pozbieranie owoców modlitwy. Zapisanie owoców modlitwy i postanowień.

„Bonus” rekolekcyjny

Kilka myśli o modlitwie różańcowej

Podzielę się także z Wami „dopowiedzeniami”, do kolejnej dziesiątki różańcowej modlitwy różańcowej. Mają one posłużyć temu, aby nie popaść w rutynę czy mechaniczne klepanie „zdrowasiek”. Niech ubogaci naszą modlitwę.

Te "dopowiedzenia", które poniżej podpowiadam, są owocem modlitwy, to pomoc, do modlenia się i "nie są zobowiązujące" - ale mają służyć ku temu, aby nasza relacja do Boga-Jezusa była żywa; i nie była taka "wyuczona"; i taka oklepana; czy wręcz mechaniczna. Niech to posłuży nam jako pomoc. Jak znajdziecie inne "dopowiedzenia" – bardziej Wasze, osobiste, ale zawsze związane z poszczególną tajemnicą różańcową jak najbardziej niech ubogacają modlitwę, aby nasza modlitwa była coraz bardziej pełna (cokolwiek miałyby to znaczyć "pełna").

Kochani!

Wystrzegajmy się wszelkiej rutyny, albowiem to rutyna zabija Ducha.

Jak będziemy modlić się rozważając na przykład w tym czasie bolesną część różańca świętego, piątą tajemnicę: **Śmierć Pana Jezusa na Krzyżu**, możemy się posłużyć takimi przykładowymi dopowiedzeniami. Mówimy:

Zdrowaś Maryjo, łaski pełna, Pan z Tobą, błogostawionaś Ty między niewiastami i błogostawiony owoc żywota Twojego **Jezus** (po słowie Jezus dopowiadamy jakieś określenie związane z tą rozważaną tajemnicą np.)

1. który umiłował swoich, do końca ich umiłował.

Po tym dopowiedzeniu kontynuujemy dalej modlitwę: Święta Maryjo Matko Boża, módl się a nami grzesznymi teraz i w godzinę śmierci naszej. Amen.

Podobnie przy kolejnym „Zdrowaś Maryjo... po słowie Jezus...

2. który był posłuszny Swemu Ojcu aż do śmierci, a była to śmierć na Krzyżu.
3. który został przybity do Krzyża.
4. który zawisł na Krzyżu między niebem, a ziemią.
5. który w okrutnych męczarniach konał.
6. który dał Ci udział w swoich cierpieniach.
7. który konając na Krzyżu powiedział: Oto syn Twój;
Oto Matka twoja.
8. który Ciebie stojącą pod Krzyżem Maryjo, uczynił naszą Matką.
9. który przebaczył tym, którzy Go krzyżowali.
10. który przez śmierć na Krzyżu pokazał nam jakim potwornym złem jest każdy grzech.

Na zakończenie jak zawsze „Chwała Ojcu...”; można także modlić się modlitwą „O mój Jezu, przebacz nam nasze grzechy ...”

W tych podpowiedziach, dopowiedzeniach, chodzi o to, aby trwać przy rozważanej tajemnicy, aby myśli nam nie uciekały, aby nie klepać tylko „zdrowasiek”, by nasze myśli były zaangażowane w modlitwę; byśmy weszli w modlitwę także wyobraźnią, aby modlić się wszystkimi naszymi zmysłami, by modlił się cały człowiek: słowa, myśli, wyobraźnia, emocje, uczucia, byśmy cali byli oddani modlitwie. Niech będzie pomocą.