

# Tydzień trzeci – „Ja Jestem dla Ciebie...”

## „Ja Jestem dla Ciebie...” – Dzień 1 – Iz 43, 1-7

Na początku modlitwy uświadom sobie, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. On jest teraz obecny przy tobie. Po uczynieniu znaku krzyża poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie, aby to Duch Święty ją prowadził i usuwał wszelkie przeszkody, oraz aby twoje myśli, zamiary i decyzje oczyszczał i kierował ku większej chwale Boga.

Wchodząc w modlitwę przypomnij sobie tekst, który będziesz rozważał (możesz go jeszcze raz przeczytać), a następnie wyobraź sobie rozważaną scenę. Wyobraź sobie zabląkanego, przerażonego człowieka. Zobacz, jak rozpaczliwie szuka drogi, jak walczy z lękiem, jak mu nie łatwo...

Poproś teraz Pana o owoc modlitwy. W dzisiejszej modlitwie poproś o łaskę osobistego doświadczenia Bożej Miłości.

**1. „Gdy pójdziesz przez wody, Ja będę z tobą, i gdy przez rzeki, nie zatopią Ciebie. Gdy pójdziesz przez ogień, nie spalisz się”.** Woda i ogień to żywioły, które budzą w nas poczucie bezradności i lęku – głównie przez to, że często nie możemy nad nimi zapanować. Doświadczamy tego, że siła ukryta w nich może dać życie, ale może też niszczyć. Bóg pokazuje dziś tobie, że to On ma władzę nad żywiołami; On panuje nad tym, co wzbudza lęk i przerażenie. Droga przez wody, rzeki, ogień to jest symboliczne ukazanie trudnych, powikłanych życiowych ścieżek, na których wielokrotnie czujemy się zagrożeni i zagubieni. Przypomnij sobie takie chwile, gdy twoje życie było przepełnione trudnościami, przeciwnościami, kiedy z czymś się zmagaleś, nie potrafiłeś sobie z czymś poradzić. A może jest to twoje obecne doświadczenie? Zobacz, co konkretnie jest dla Ciebie wodą, która chce Cię zatopić albo ogniem, który Cię próbuje spalić. Oczami wyobraźni zobacz Boga, który jest obecny przy tobie i mówi: Jestem z tobą, masz wszystko, czego Ci trzeba, ruszaj! Zobacz niebezpieczeństwo i zobacz Boga, który jest z tobą i podejmujecie drogę razem. Masz czas nie spiesz się. Wsłuchaj się w to, co mówi do twojego serca. Jakie myśli, uczucia, pragnienia budzi w tobie głos Boga?

**2. „Wezwałem Cię po imieniu, nie lękaj się”.** Imię dla Izraelitów znaczyło wiele więcej niż obecnie dla nas. Wyrażało samą istotę danego człowieka, jego niepowtarzalną tożsamość. Wezwać po imieniu oznaczało zwrócić się do kogoś bardzo indywidualnie, dotknąć jego najgłębszego „ja”. Wyraża akceptację człowieka takim, jaki jest. Przyjęcie go ze wszystkim, co jest jego życiem. Czy znasz znaczenie imienia, które zostało Ci nadane na chrzcie? To imię, którym Bóg zwraca się do Ciebie! Twoje imię to ty, cały z twoją historią, z twoim teraz, z pragnieniami i marzeniami, jakie nosisz w sercu. Spróbuj na chwilę zatrzymać się w modlitwie i ułożyć trzy zdania zaczynające się od słów: Ja, Mariusz, Edyta, Krzysiek, Ewa (tu wstaw swoje imię) jestem... Tak, jakbyś chciał się Bogu przedstawić. A teraz poproś, aby to Bóg powiedział, jak On Ciebie widzi. Spróbuj usłyszeć swoje imię w ustach Boga. Pan woła Cię po imieniu, to znaczy, że zwraca się do Ciebie takiego, jakim jesteś, z twoimi talentami i ograniczeniami; z twoimi słabościami i lękami. Pragnie, byś złożył siebie w Jego ręce. Usłysz, jak mówi do Ciebie: „...drogi jesteś w moich oczach, nabrałeś wartości i Ja Cię miłuję”. Przeczytaj je głośno kilka razy... z twoim imieniem na początku!

**3. „Przywiodę ze Wschodu twoje plemię i z Zachodu Cię pozbięram”.** Bycie jednym narodem oraz posiadanie własnej ziemi były dla Narodu Wybranego spełnieniem obietnicy Boga, realizacją zawartego przymierza. Wschód i Zachód, Północ i Południe oznaczały dla Izraelitów miejsca wygnania, tułaczki, rozproszenia. Przebywanie w obcym kraju to doświadczenie samotności i zagubienia. Słowa, którymi dziś się modlisz, Bóg skierował do swojego ludu w momencie, gdy przebywał on na wygnaniu. Nic nie zapowiadało, że cokolwiek zmieni tę sytuację. Każdy z nas doświadcza zagubienia, bycia nie na swoim miejscu. Szukamy wtedy jakiejś pomocy, jakiegoś wsparcia, a czasem zamykamy się w sobie, tracąc nadzieję na odnalezienie drogi wiodącej do życia. Dla Boga jednak żadne zagubienie nie jest przeszkodą. Wręcz przeciwnie. Wykorzystuje je dla naszego dobra i przyprowadza nas do siebie z najdalszych zakątków. Bóg ma moc pozbięrać ludzkie serce, często połamane, i „złożyć je” w jedną całość. To właśnie dziś Słowo Boga przychodzi do Ciebie, szuka Cię. Bóg przychodzi, by przypomnieć Ci o swojej obietnicy. Bo On jest twoim Bogiem. Szczególnie wtedy, gdy ty nie widzisz drogi powrotu. Czy umiesz teraz inaczej spojrzeć na swoje pogubienie? On jest.

Na koniec porozmawiaj z Jezusem o tym wszystkim, co zrodziło się w twoim sercu pod wpływem dzisiejszej modlitwy. Wypowiedz przed Nim swoje uczucia – radości, pokoju, bezpieczeństwa, ale być może również smutku, obawy czy lęku. Bądź szczerzy przed Panem. Możesz Mu podziękować za to, co odkryłeś lub poprosić Go o coś, czego bardzo potrzebujesz. Porozmawiaj z Nim przez chwilę serdecznie – jak przyjaciel z przyjacielem. Na zakończenie pomódl się słowami modlitwy „Ojcze nasz...”. Zapisz sobie te zdania z drugiego punktu.

### **„Ja Jestem dla ciebie...” – Dzień 2 – Łk 15, 1-7**

Na początku modlitwy uświadom sobie, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. On jest teraz obecny przy tobie. Po uczynieniu znaku krzyża poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie, aby to Duch Święty ją prowadził i usuwał wszelkie przeszkody, oraz aby twoje myśli, zamiary i decyzje oczyszczał i kierował ku większej chwale Boga.

Wchodząc w modlitwę przypomnij sobie tekst, który będziesz rozważał (możesz go jeszcze raz przeczytać), a następnie wyobraź sobie rozważaną scenę. Wyobraź sobie, że przebywasz w jakimś miejscu, w tłumie bardzo różnych ludzi i razem z nimi wsłuchujesz się w słowa Jezusa, słyszysz bardzo dobrze, On opowiada przypowieść o zagubionej owcy.

Poproś teraz Pana o owoc modlitwy. W dzisiejszej modlitwie o łaskę osobistego doświadczenia Bożej Miłości.

**1. „Zbliżyli się do Niego wszyscy celnicy i grzesznicy, aby Go słuchać”.** Celnicy i grzesznicy – byli w Palestynie ludźmi pogardzanymi z racji zawodu lub z powodu swej niedoskonałości moralnej. Nie siadano z nimi do stołu. Izolowano się od nich. Co sprawiło, że grzesznicy garnęli się do Jezusa? Może to, że wreszcie poczuli, że Jezus nie widzi w nich tylko zła, ale przede wszystkim dobro, widzi ludzi. Zbliżyli się do Jezusa, a zatem wykonywali pewien wysiłek. Może czasami narażając się na obelgi, pogardliwe spojrzenia, jeszcze większe odrzucenie. Pomyśl o swoim życiu i o sytuacjach, kiedy grzeszysz. Czy potem szukasz Jezusa, czy raczej czekasz, że wszystko jakoś samo się ułoży? Spójrz na Jezusa:

ile w nim dobroci i miłosierdzia dla ludzi poranionych złem i grzechem, ludzką nędzą. Jak na nich patrzy? A jak ty patrzysz na tych, którzy trwają w ciężkim grzechu? Co sprawia ci największą trudność, aby przyjąć ich z miłością? Czy rozumiesz, że tak naprawdę widzisz w nich siebie, ale nie zawsze umiesz się do tego przyznać?

**2. „Idzie za zgubioną, aż ją znajdzie”.** Jezus posługuje się obrazem troskliwego pasterza, który dogląda owiec i szuka tej, która się zabląkała. To obraz szczególnej zażyłości między pasterzem a owcą, która zna głos pasterza i nie idzie za obcym. Pasterzem jest Bóg, a owcą, każdy z nas. Kiedy odłączamy się od wspólnoty, od miłości, wtedy Bóg wyrusza, aby nas odszukać. Szuka, aż znajdzie. Do skutku! Szuka nas czasem przez życiowe dramaty, tzw. przypadkowo spotkanych ludzi, słowa, które nie dają nam spokoju. Zbliża się powoli i delikatnie, a potem bierze nas w ramiona z miłością i czułością. Ale zarazem szanuje naszą wolność. Przypomnij sobie chwile, gdy poczułeś się odnaleziony przez Jezusa. Może była to spowiedź po długim czasie, może nagle zrozumienie konieczności zmiany czegoś w swoim życiu, a może jeszcze inne doświadczenie? Spróbuj zobaczyć w tych wydarzeniach troskę Dobrego Pasterza o ciebie.

**3. „W niebie większa będzie radość z jednego grzesznika...”.** Dlaczego Jezus nie szuka sprawiedliwych? Odpowiedź jest prosta. Bo nie ma sprawiedliwych! Każdy z nas jest grzesznikiem. Jednak nie każdy przyznaje się do tego. A ty za kogo się uważasz? Jeśli chcesz poznać odpowiedź na to pytanie, zobacz jak odnosisz się do grzeszników. Bo może uważasz się za kogoś lepszego od nich. Czy może patrzysz „z góry” na słabych i grzesznych? A jeżeli masz w sobie głęboką świadomość swojej grzeszności, to zobacz, że dzisiejsze Słowo jest dla ciebie. Jest Dobrą Nowiną – bo Bóg szuka właśnie ciebie! Jakie uczucia budzą w tobie słowa Jezusa o radości w niebie z powodu nawrócenia się grzesznika? Czy doświadczyłeś już ulgi mogąc wyznać otwarcie w obecności innych: „jestem grzesznikiem!”?

Na koniec porozmawiaj z Jezusem o tym wszystkim, co zrodziło się w twoim sercu. Wypowiedz przed Nim swoje uczucia bądź szczerzy przed Panem. Możesz Mu podziękować za to, co odkryłeś lub poprosić Go o coś, czego bardzo potrzebujesz. Odmów modlitwę „Ojcze nasz...”.

## „Ja Jestem dla Ciebie...” – Dzień 3 – J 13, 1-20

Na początku modlitwy uświadom sobie, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. On jest teraz obecny przy tobie. Po uczynieniu znaku krzyża poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie, aby to Duch Święty ją prowadził i usuwał wszelkie przeszkody oraz, aby twoje myśli, zamiary i decyzje oczyszczał i kierował ku większej chwale Boga.

Wchodząc w modlitwę przypomnij sobie tekst, który będziesz rozważał (możesz go jeszcze raz przeczytać), a następnie wyobraź sobie rozważaną scenę. Zobacz przestronną izbę, przygotowaną do uczy. Są w niej obecni: Jezus i Apostołowie, jesteś w niej także ty.

Poproś teraz Pana o owoc modlitwy. W dzisiejszej modlitwie poproś o łaskę osobistego doświadczenia Bożej Miłości.

**1. „Umilowawszy swoich na świecie, do końca ich umilował.”** O jakim końcu mówi dzisiejszy fragment Ewangelii? O śmierci Jezusa. Scena dzisiejsza dzieje się w ostatnich godzinach życia Jezusa. W takiej sytuacji mówi się tylko o rzeczach najważniejszych? Słowa wypowiada się z uważnością. Przebywa się z tymi, którzy w tym momencie znaczą najwięcej. Popatrz na gesty, które czyni Jezus. Poleca przygotować ucztę. Spożywa ją razem z uczniami. W trakcie czyni coś, co zaburza przebieg tego wieczoru. Wstaje od stołu i zaczyna umywać im nogi. Spróbuj zobaczyć wyraz twarzy Apostołów. Zauważ ich reakcje na to, co czyni Jezus. On pokazuje, co to znaczy miłować do końca – to znaczy służyć, pochylać się nad brudem człowieka, uklęknąć u jego nóg i zrobić coś tak prostego, jak umycie nóg. Bo prawdziwa miłość to nie wielkie akcje i spektakularne czyny. To codzienność, proste gesty wykonywane z delikatnością i szacunkiem dla drugiego. To wreszcie wierność przyjaźni niezależnie od tego, co druga strona robi z ofiarowaną miłością. Pozwól, aby Jezus uklęknął przed tobą i umył Ci nogi. Poczuj dotyk Jego dłoni i spływającą po nich wodę. Poczuj to, jak Jezus je ociera. Co czujesz teraz w swoim sercu? Wysil swoją wyobraźnię, poczuj ...

**2. „Ty chcesz mi umyć nogi?”** To nie pierwszy raz, gdy Piotr

wzbrania się przed tym, co Jezus chce mu uczynić. Po cudownym połówie stawia opór: „odejdz ode mnie Panie, bo jestem grzesznikiem”. Gdy Jezus zapowiada mękę i śmierć wyrywa mu się: „nie przyjdzie to na Ciebie”. W dzisiejszej scenie też sprzeciwia się w ostrych słowach mówiąc: „nigdy nie będziesz mi nóg umywał”. Dlaczego gesty i słowa Jezusa wzbudzają w nim taki opór? Może nadal nie wierzy w to, że Bóg jest większy od jego grzechów. Rozpoczynając drogę z Jezusem na pewno miał oczekiwania wobec Niego. Może to, co robi Jezus burzy jego wyobrażenie Mesjasza? A jakie oczekiwania wobec Jezusa masz ty? Może Bóg dla Ciebie jest tylko po to, aby spełniał twoje prośby jaki zanosisz? Pomyśl przez chwilę, czego oczekujesz w relacji z Bogiem? Podejmij z Jezusem szczerzy dialog. Dopiero wtedy będzie mógł przemienić twoje serce i uzdolnić cię do przyjęcia Jego miłości. Masz wiele czasu nie spiesz się w modlitwie, pomyśl dogłębnie o twojej relacji z Bogiem. Kto to jest i po co to czyni?

**3. „Jeżeli więc Ja, Pan i Nauczyciel, umyłem wam nogi, to i wyście powinni sobie nawzajem umywać nogi.”** Umycie nóg nie stanowiło elementu wieczerzy paschalnej spożywanej na pamiątkę wyjścia Izraelitów z niewoli egipskiej. Ten gest uczynił Jezus. Mycie nóg, to była czynność niewolnikowi, lub kogoś o najniższym statusie społecznym. Jezus dokonuje przewrotu: jako Mistrz i Pan klęka przed uczniami i umywa im nogi. W osobie Jezusa, Bóg klęka przed człowiekiem. Taka jest miłość Boga: pokorna, i cicha. Jezus pokazuje nam drogę, którą mamy za Nim podążać. Czy jesteś gotowy tak jak On pochylić się nad drugim człowiekiem i usłużyć temu, kto tego potrzebuje? Czy jesteś w stanie czynić to bezinteresownie, nie czekając na rewanż? Pomyśl, przed kim najtrudniej byłoby ci klęknąć w geście umycia nóg. Zaprosz Jezusa w tę relację. Najpierw niech On tobie umyje nogi – później ty.

Na koniec porozmawiaj z Jezusem o tym wszystkim, co zrodziło się w twoim sercu o oporach, niepewności gotowości czy jeszcze nie. Bądź szczerzy przed Panem. Podziękuj za to, co odkryłeś lub poproś Go o coś, czego bardzo potrzebujesz. Odmów modlitwę „Ojczy nasz...”.

## „Ja Jestem dla ciebie...” – Dzień 4 – Łk 22, 19-20

Na początku modlitwy uświadom sobie, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. On jest teraz obecny przy tobie. Po uczynieniu znaku krzyża poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie, aby to Duch Święty ją prowadził i usuwał wszelkie przeszkody, oraz aby twoje myśli, zamiary i decyzje oczyszczał i kierował ku większej chwale Boga.

Wchodząc w modlitwę przypomnij sobie tekst, który będziesz rozważał (możesz go jeszcze raz przeczytać), a następnie wyobraź sobie rozważaną scenę. Wyobraź sobie, tak jak wczoraj podczas medytacji, Wieczernik. Jesteś tam. Patrzysz na Jezusa, który bierze w dłonie chleb, potem kielich z winem.

Poproś teraz Pana o owoc modlitwy. W dzisiejszej modlitwie poproś o łaskę osobistego doświadczenia Bożej Miłości.

**1. „Następnie wziął chleb”.** W naszej kulturze chleb jest podstawowym i codziennym pokarmem. Praktycznie nie wyobrażamy sobie życia chleba. Brany jest do rąk przez dziecko i dorosłego, zdrowego i chorego, prostego i wykształconego, każdego. Modląc się dzisiejszym Słowem, przyjrzyj się temu, w jaki sposób Jezus bierze chleb w swoje dłonie. Jaki jest Jego wyraz twarzy, co wyrażają Jego oczy? Uczniowie nie widzieli zapewne niczego wyjątkowego w tym geście. Dopiero, kiedy Jezus dołącza do gestu słowo – coś się w nich zmienia. Zobacz jak reagują. W niektórych domach, gdy chleb przez przypadek upadnie na ziemię, podczas podnoszenia całuje się go. To wyraz szacunku i podkreślenia, że ma nadzwyczajną wartość. Gest ten wypływa również z pamięci o tym, że Jezus wybrał chleb, aby ukryć się pod jego postacią i pozostać z nami. Aby karmić nasze ciało i naszą duszę. Pomyśl przez chwilę o swoim życiu. O tym, że Jezus ukrył się także w tobie i chce w tobie być chlebem dla innych. Co czujesz, gdy sobie to uświadamiasz?

**2. „To jest Ciało moje”.** Jezus został z nami pod postacią chleba. Jest dostępny dla każdego niezależnie od wieku, wykształcenia, statusu społecznego czy przekonań politycznych. Przyszedł do wszystkich i każdy może do Niego przyjść, aby zaczerpnąć z Niego siłę do życia. Czy wierzysz, że Ciało Chrystusa ukryte pod postacią eucharystycznego chleba naprawdę jest dla

ciebie źródłem mocy do codziennego życia? Jak często korzystasz z tej możliwości? Czy nie stało się to dla ciebie jakąś rutyną, nie spowszedniało? Jeśli pojawia się zewnętrzna przeszkoda i nie możesz być obecnym na Eucharystii, czy pamiętasz o duchowej komunii? Znasz to, praktykujesz? Przynosi ona te same owoce jak komunie sakramentalna – potrzeba tylko twojej dyspozycji do jej przyjęcia oraz pragnienia i wiary.

**3. „Ten kielich to Nowe Przymierze we Krwi mojej, która za was będzie wylana”.** Przymierze oznaczało porozumienie dwóch stron, zobowiązanie do przestrzegania warunków umowy. Bóg „umówił się” z człowiekiem, że będzie mu błogosławił, będzie wspomagał go swoją łaską, będzie po jego stronie w chwilach trudności, pokus i niebezpieczeństw. Człowiek zobowiązał się do tego samego. Okazało się jednak, że Naród Wybrany łamał kolejne przymierza nie będąc zdolnym do wierności Bogu. Ofiara Jezusa na Krzyżu, którą zapowiada kielich wina podany uczniom w czasie Ostatniej Wieczerzy to Nowe Przymierze. Jezus – Bóg-Człowiek zawiera przymierze z Bogiem Ojcem w imieniu nas, wszystkich ludzi. Jego Krew staje się znakiem Nowego i Nieprzemijalnego Przymierza. Tego Przymierza nie może złamać twój grzech. Miłość Boga jest większa od zła. Eucharystia jest właśnie przypomnieniem zawarcia tego przymierza. Rozpoczyna się od odpuszczenia powszednich grzechów. Jest zaproszeniem do wiary, że Bóg umiłował cię przed wiekami. Co więcej dał za ciebie swoje życie w osobie Jezusa. I codziennie odnawia cię swoją miłością oraz napełnia życiem na wieki. Czy starasz się uczestniczyć w niej świadomie? Czy wierzysz, że w niej Bóg naprawdę odnawia twoje życie?

Na koniec porozmawiaj z Jezusem o tym wszystkim, co zrodziło się w Twoim sercu pod wpływem dzisiejszej modlitwy. Wypowiedz przed Nim swoje uczucia – radości, pokoju, bezpieczeństwa, ale również smutku, obawy, lęku. Bądź szczery przed Panem. Możesz Mu podziękować za to, co odkryłeś lub poprosić Go o coś, czego bardzo potrzebujesz. Porozmawiaj z Nim przez chwilę serdecznie – jak przyjaciel z przyjacielem. Na zakończenie pomódl się słowami modlitwy „Ojciec nasz...”. Zapisz sobie postanowienia.

## „Ja Jestem dla Ciebie...” – Dzień 5 – Flp 2, 6-11

Na początku modlitwy uświadom sobie, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. On jest teraz obecny przy tobie. Po uczynieniu znaku krzyża poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie, aby to Duch Święty ją prowadził i usuwał wszelkie przeszkody, oraz aby twoje myśli, zamiary i decyzje oczyszczał i kierował ku większej chwale Boga.

Wchodząc w modlitwę przypomnij sobie tekst, który będziesz rozważał (możesz go jeszcze raz przeczytać), a następnie wyobraź sobie rozważaną scenę. Wyobraź sobie Jezusa, który stoi przed tobą i patrzy na Ciebie. Ty stoisz przed Nim. Spotkaliście się razem. Całym sobą czujesz Jego żywą obecność. Zobacz siebie: co robisz, jak reagujesz na obecność Jezusa? Poświęć na to trochę czasu, aby dobrze wejść w modlitwę.

Poproś teraz Pana o owoc modlitwy. W dzisiejszej modlitwie poproś o łaskę osobistego doświadczenia Bożej Miłości.

**1. „[Syn Boży] nie skorzystał ze sposobności, aby na równi być z Bogiem”.** Zapewne nieraz doświadczyłeś cierpienia wynikającego z bycia pozbawionym przez innych jakichś twoich praw. Gdy ktoś cię poniżył, odrzucił, okradł albo pomniejszył twoje zasługi w pracy lub innej dziedzinie życia. Czy pamiętasz ile bólu i cierpienia kosztowały cię te przeżycia? Być może stawiałeś sobie pytanie: *„Dlaczego jest tyle cierpienia na świecie? Dlaczego ono dotyka mnie? Czym zawiniłem, aby tego doświadczać?”*. Zatrzymaj się teraz uważnie nad słowami: „nie skorzystał ze sposobności, aby na równi być z Bogiem”. Zobacz: Jezus dobrowolnie zrezygnował ze swojej boskiej pozycji, ogołocił się z boskiego majestatu i przyjął postać zwykłego człowieka. Jeśli cię kosztowało tak wiele przejście przez te trudne doświadczenia pomyśl o Jezusie, który świadomie i z miłości do ciebie, zdecydował się zstąpić na ziemię i stać się zwykłym człowiekiem: pogardzanym, odrzuconym, a ostatecznie zamordowanym. Czy rozumiesz dla kogo i po co to się dokonało? Rozważaj spokojnie masz wiele czasu...

**2. „Ogołocił samego siebie, przyjmawszy postać sługi, stawszy się podobnym do ludzi”.** Ogołocenie i służba – prawie zapomniane dziś słowa i postawy. Niejeden człowiek, czytając ten tekst powiedziałby: *„Co za głupota!”*. Ale nie ma innej drogi do zjednoczenia z Bogiem, bo tylko

w ten sposób może być coraz mniej mojej i twojej pychy i coraz więcej Jego miłości. Miłość Boża może rozlać się w nas tylko tam, gdzie jest nasze uniżenie. Tak jak Miłość Boga Ojca mogła wypełnić całkowicie Jezusa w jego postawie pokornego sługi. Miłości nie możemy sobie wziąć. Ale możemy do niej wyciągnąć puste ręce. I wtedy ona sama spontanicznie popłynie do nas, gdy zniknie tama wyniesienia, dumy i pychy, „samoradzenia” sobie. W jakim wymiarze twojego życia najbardziej jesteś spragniony Bożej miłości? Stań teraz ze swoimi pustymi rękoma przed Bogiem. Czy wierzysz, że Bóg chce je napelnić swoimi darami?

**3. „Uniżył samego siebie, stawszy się posłusznym aż do śmierci (...). Dlatego też Bóg Go nad wszystko wywyższył”.** Nikt z nas nie chce umierać. Chcemy żyć. Nie traktujemy na serio myśli o śmierci. Uciekamy przed nią w tematy zastępcze, różne znieczulacze: alkohol, rozrywkę, seks, konsumpcję, robienie kariery, zakupy, pracoholizm... Jezus wybrał świadomie śmierć na krzyżu. Najbardziej haniebną i wyrafinowaną formę odebrania życia. Zarezerwowana dla największych zbrodniarzy. Czy zastanawiałeś się kiedyś dlaczego to się wydarzyło? Dlaczego Jedyny Sprawiedliwy, Syn Boży, Jezus Chrystus został potraktowany całkowicie niesprawiedliwie i skatowany na śmierć? Czy masz odwagę zatrzymać się nad tym faktem? Czy on ma jakiś związek z twoim życiem? Ale jest jeszcze jedno donioślejsze wydarzenie. Ten zmaltretowany Jezus po trzech dniach powrócił do życia. Został wywyższony. Czy to ma jakiś związek z twoim obecnym życiem? Czy chcesz, aby to wydarzenie wpisało się na stałe w ciebie? Jeśli tak, to powiedz Jezusowi, co to dla ciebie znaczy.

Na koniec porozmawiaj z Jezusem o tym wszystkim, co zrodziło się w Twoim sercu pod wpływem dzisiejszej modlitwy. Wypowiedz przed Nim swoje uczucia – radości, pokoju, bezpieczeństwa, zażenowania ale również smutku, obawy, lęku, zdziwienia... Bądź szczery przed Panem. Możesz Mu podziękować za to, co odkryłeś lub poprosić Go o coś, czego bardzo potrzebujesz. Porozmawiaj z Nim przez chwilę serdecznie – jak przyjaciel z przyjacielem. Jak to się stało, że On to dla ciebie uczynił? Na zakończenie pomódl się słowami modlitwy „Ojcze nasz”.

## „Ja Jestem dla Ciebie...” – Dzień Piątek

Piątek to wyjątkowy dzień dla nas osób wierzących. Dzień, w którym wracamy pamięcią do tego, co uczynił dla mnie Pan Jezus w Wielki Piątek na Krzyżu. Stąd piątek w okresie Wielkiego Postu jaki przeżywamy, (a jeszcze bardziej piątek, w czasie kiedy przeżywamy nasze rekolekcje w życiu codziennym) – to szczególnie dla nas dzień. Bardzo zachęcam w tym dniu do postu. Nie mam na myśli tylko jedzenia, ale myślę o szerokim znaczeniu postu. Zapraszam do przeżycia tego dnia wyjątkowo. W miarę możliwości, spróbujmy stworzyć sobie jakby pustynię. Myślę o tym, aby w tym dniu było więcej milczenia, ciszy, lektury duchowej, Słowa Bożego... Mniej niepotrzebnych rozmów, mniej komputera, telewizji, komórki, portali społecznościowych, tego co nie sprzyja wyciszeniu i skupieniu na Panu Jezusie. Oczywiście chodzi o mądrość i rozsądek w podejściu do tego ćwiczenia. Aby nie było zaniedbań w obowiązkach i tym co konieczne do zrobienia. Chodzi o to, aby zostawić i nie zajmować się tym co niekonieczne i to, co sprawia przyjemność, ofiarować Jezusowi jako wdzięczność za to, że tak bardzo nas kocha.

Jako modlitwę we wszystkie piątki okresu Wielkiego Postu proponuję, aby rozważać Drogę Krzyżową. Schemat modlitwy niech pozostanie ten sam. To co zawsze na początek, wejść w obecność Bożą, wyobrazić sobie to, co chcę rozważyć, prosić o owoc modlitwy. Poszczególne stacje są nam znane ale chciałbym, abyśmy rozważali je przez cały okres Wielkiego Postu. Na każde rozmyślanie weźmy sobie nie więcej jak dwie stacje Drogi Krzyżowej. Temat naszego rozważania niech będzie jeden: 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.

W tym tygodniu rozważajmy dalsze dwie stacje:

**5. Szymon Cyrenejczyk pomaga nieść krzyż Panu Jezusowi.**

**6. Święta Weronika ociera twarz Panu Jezusowi.**

Na zakończenie porozmawiajmy z Jezusem o tym, co mi się nasunie, jaki był temat naszego spotkania, tak jak rozmawia przyjaciel z Przyjacielem. Uczynimy postanowienia na piśmie.

## „Ja Jestem dla Ciebie...” – Dzień 7

Na dzisiejszy dzień proponujemy **modlitwę powtórkową**.

Możesz ją zrobić na kilka sposobów podobne jak w ubiegłym tygodniu (i tak będzie do końca rekolekcji) – wybierz taki, który najbardziej Ci pomoże spotkać się z Bogiem:

**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 miałaś bardzo dużo rozproszeń, gdzie może miałaś 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, by nam coś pokazać.

**3.** Przejrzyj notatki z całego minionego tygodnia (refleksje z modlitwy, miejsca które Cię najbardziej poruszyły, itp.) i wybierając kilka myśli z tego czasu, przygotuj na ich bazie modlitwę na dzisiaj. Chodzi o to, by ponownie zatrzymać się na tych samych myślach, czy poruszeniach, które Cię dotknęły w ciągu tygodnia i próbować na nowo, a może jeszcze głębiej spotkać się z Bogiem w tych miejscach.

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, postanowień.