

Wprowadzenie do modlitwy

Na wstępie taka uwaga praktyczna, która odnosić się będzie do każdej modlitwy przez całe rekolekcje przez cały okres Wielkiego Postu 2021. Sposób modlenia się nie będzie ulegał zmianie. Zmieniać się będą jedynie treści do modlitwy, natomiast metoda pozostanie taka sama. I tak, wstęp, początek modlitwy będzie taki sam – i to jest ważne, aby dobrze wejść w relację z Bogiem, aby zachować pewien rytm, można powiedzieć "dobry nawyk" w tej relacji.

Na początku każdej modlitwy wycisz się, uświadom sobie swoją obecność „tu i teraz”. Stań krok przed miejscem, gdzie będziesz chciał się modlić, czy to na klęcząco, czy na siedząco. Uświadom sobie, że za chwilę zajmiesz to miejsce, twoje miejsce spotkania z Bogiem. Uspokój emocje, oddech, uczyni znak krzyża, usiądź czy uklęknij spokojnie i uświadom sobie przez chwilę, że oto Bóg jest teraz przy tobie. Zajmij taką postawę, abyś nie musiał jej zmieniać podczas modlitwy.

Ponieważ chcesz się spotkać z Bogiem, rozmawiać z Nim, więc **On Jest Obecny**. Pamiętaj, że to Bóg jest pierwszy w modlitwie, On jest jej inicjatorem, a ty dołączasz do Niego. Poproś na początku, aby Duch Święty prowadził twoją modlitwę, bo to On decyduje o tym, jaki będzie jej przebieg. Może to potrwać jakiś czas, nie spiesz się, abyś dobrze wszedł w spotkanie. Poproś także, aby Pan usuwał wszelkie przeszkody, roztargnienia, to wszystko, co musisz jeszcze teraz zrobić, oraz by oczyścił twoje intencje, pragnienia, decyzje.

Niech to wszystko, co ci przyjdzie na modlitwie, będzie dla chwały Bożej, aby przynieść radość Panu Bogu, tym co chcesz uczynić swoją gotowością spotkania. Niech posłuży także tobie: twojemu wzrostowi w wierze, umocnieniu twojej postawy służby, jak i ku pożytkowi innych ludzi. Cokolwiek na modlitwie się wydarzy, jakie ci przyjdą myśli, w którą stronę pójdzie modlitwa, co uczynisz ze swoim życiem, jakie podejmiesz decyzje pod wpływem usłyszanego Słowa Bożego, niech to wszystko ma podwójny cel i dla Boga i dla dobra innych ludzi.

Możesz posłużyć się na początek taką modlitwą z prośbą o wewnętrzną wolność:

***Błagam Cię, Boże, abyś zabrał wszystko,
co oddziela mnie od Ciebie, i Ciebie ode mnie.
Zabierz wszystko,
co czyni mnie niegodnym Twego wejrzenia,
panowania, skarcenia, Twoich słów i rozmowy,
Twojej łaskawości i miłości.
Odrzuć ode mnie wszelkie zło, które przeszkadza mi:
widzieć, słyszeć, smakować,
dotykać i rozkoszować się Tobą;
lękać się i myśleć o Tobie;
poznawać, ufać, kochać i posiadać Ciebie;
być świadomym Twojej obecności, tak bardzo,
jak to jest możliwe, cieszyć się Tobą.
To wszystko, o co proszę dla siebie
I usilnie pragnę otrzymać od Ciebie. Amen.***

Bł. Piotr Faber, SJ

Zakończenie modlitwy

Podobnie kończąc każdą modlitwę przez ostatnie ok. 5 min. porozmawiaj z Panem i powiedz Mu o tym, co teraz czujesz, co myślisz, czego doświadczasz. Niech to będzie spontaniczna rozmowa. Ważne, aby modlitwy „*nie ucinać nagle*”! Wylej przed Nim swoje serce, które On przed chwilą poruszył na modlitwie. Pamiętaj, by to, co będziesz mówił Bogu, miało związek z przebytą modlitwą, z tym czasem, który minął, o czym rozważałeś w oparciu o Słowo Boże. Nie muszą to być zawsze piękne, „*pobożne słowa*”, ale niech one będą prawdziwe, szczere, twoje... Podziękuję Panu Bogu za to, że pozwala ci poznać siebie, takiego jakim jesteś naprawdę, otwiera cię na prawdę o tobie, twoim sercu.

Niech to zakończenie modlitwy nie będzie zbyt pochopne ani „*na odczepnego*”.

Spróbuj zapisać sobie w swoim "dzienniczku duchowym" najważniejsze myśli, światła, uczucia, jakie pojawiły się podczas całej modlitwy, także postanowienia, decyzje, poruszenia duchowe, to co ważnego stało się w przeciągu tego czasu. Jeśli nie możesz uczynić tego od razu po modlitwie, zrób to później, ale to uczynić. Ważne, aby po modlitwie pozostał "ślad", aby było do czego się odnieść, by nie uleciało. Zapisywanie jest ważne. Notatki jakie poczynisz będą pomocne w rozmowie rekolekcyjnej. Ważne jest to, jakbyś chciał wrócić do swojego doświadczenia.

Na zakończenie możesz posłużyć się tą modlitwą, która przypisywana jest św. Ignacemu:

***Duszo Chrystusowa, uświęć mnie.
Ciało Chrystusowe, zbaw mnie,
Krwí Chrystusowa, napój mnie.
Wodo z boku Chrystusowego, obmyj mnie.
Męko Chrystusowa, wzmocnij mnie.
O dobry Jezu, wysłuchaj mnie.
W ranach swoich ukryj mnie.
Nie dopuść mi oddalić się od Ciebie.
Od nieprzyjaciela złośliwego obroń mnie.
W godzinę śmierci mojej wezwij mnie.
I każ mi przyjść do siebie,
Abym z świętymi Twymi chwalił Cię,
Na wieki wieków. Amen.***

(Modlitwa św. Ignacego z Loyoli)

Możesz także odmówić modlitwę „Ojcie nasz...”.

Środa Popielcowa – 17 lutego 2021r.

Wprowadzenie do modlitwy

Przeczytaj Ewangelię Mt 6, 1-6. 16-18

Rozważanie

1. Relacja – modlitwa.

Jest w nauce Jezusa o modlitwie zachęta do wielkiej intymności. Tylko Ojciec i ja. Ukryta, cicha przestrzeń na wspólne bycie, na budowanie intymności. „Izdebka i drzwi zamknięte” – żadnych spektakularnych wyczynów, żadnych nadzwyczajności i cudowności – codzienność i czas – to, co jest w zasięgu moich możliwości. Pierwsze zaproszenie w Słowie na czas Wielkiego Postu to – dać czas Bogu Ojcu, tam gdzie jestem i żyję. Tam, gdzie toczy się moje „tu i teraz”. Czy mam już przewidziany, ustalony czas na codzienne spotkanie ze Słowem? Czy wiem, w jakim miejscu będę się modlić? Czy mam zdecydowaną wolę, aby otworzyć się na to, co Pan chce mi powiedzieć w tym Świętym Czasie? Czy mam pragnienie otwarcia serca na Jego wezwania?

„A Ojciec, który widzi w ukryciu- odda tobie”....hojność Boga jest pewna.

2. Subtelność – jałmużna.

Modlitwa to mało, jest to tylko jednym z elementów Jezusowej triady z dzisiejszej Ewangelii. Pan mówi o subtelnej jałmużnie. Jałmużnie, która nikogo nie upokarza, która szuka

najlepszego sposobu, aby pomóc, która dopasowana jest do potrzeb tego, kto prosi i otulona subtelnością ukrycia i prostoty. Bez zadęcia, hałasu, fajerwerków... Z takiej jałmużny płyną korzyści dla dwóch stron – ten, kto jest obdarowany nie czuje się upokorzony „wywołaniem do tablicy jego braków, czy potrzeb”. Ten, który daje uczy się cichości i pokory. Pomyślę o swoich gestach jałmużny, o tym jak ją świadczę. Czy jeszcze coś takiego jak jałmużna, jest obecne w moim życiu? Co dzieje się wtedy w moim sercu, (jak doświadczam jałmużny, jako dający i obdarowany) jakie uczuciami towarzyszą?
„A Ojciec, który widzi w ukryciu - odda tobie”....hojność Boga jest pewna.

3. Radość – post.

„Kiedy poście nie bądźcie posępni jak obłudnicy.” Post w gruncie rzeczy jest wezwaniem do radości! – jest doświadczeniem braku, po to, aby mi pokazać, że sam sobie jestem niewystarczający. Doświadczam głodu, po to, aby Ojciec mógł mnie nasycić. Godzę się na pustkę, aby doświadczyć hojności Boga. A to ostatecznie ma mnie napełnić radością i wdzięcznością. Ojciec, który zna mnie najlepiej, nakarmi moje głody, jeśli Mu na to pozwolę. Jaki będzie mój dar postu na ten Święty Czas? Czy pomyślałem już o tym, jak chcę się lepiej otworzyć na łaski Boże przygotowane dla mnie? Czy uzgodniłem to z moim spowiednikiem, czy kierownikiem duchowym?

„A Ojciec, który widzi w ukryciu - odda tobie”....hojność Boga jest pewna.

Zakończenie

Czwartek po Popielcu – 18 lutego 2021r.

Wprowadzenie do modlitwy

Przeczytaj Ewangelię Łk 9, 22-25

Rozważanie

W dzisiejszym fragmencie Ewangelii Jezus wskazuje jasno na warunki naśladowania Go.

Słowa te, jak zaznacza, mówi „do wszystkich” – jednakowo traktuje każdego, kto chce żyć Jego nauką. Nie ma znaczenia stan, majątność, status społeczny... Ten warunek to niejako znak drogowy, który obowiązuje wszystkich, chcących iść za Nim. Co nim jest?

Jest to CODZIENNE branie SWOJEGO KRYŻA. Jezus wypowiada w jednym zdaniu dwie ważne cechy. Mówi o codzienności i o swoim krzyżu. Każdego dnia to samo, każdego dnia swój krzyż.

Jak wygląda branie krzyża w mojej codzienności? W codzienności bycia żoną, mamą, córką, pracownikiem...? Jak wykonuję swoje codzienne, czasem a i często żmudne, nużące obowiązki; swoją pracę?

Czy traktuję uczciwie? To samo, jedno i to samo od kilku, a może już kilkunastu lat? Czy stać mnie na sprawianie drobnych gestów miłości, miłej niespodzianki bliskiej mi osobie (żonie/mężowi, rodzicom, dzieciom, przyjaciółom...)?

Jezus mówi „kto chce iść za Mną, niech bierze KRZYŻ SWÓJ i niech Mnie naśladowuje”. Jezus wskazuje na umiejętność przyjęcia pewnego ciężaru, pewnego trudu, który mam nieść. Jest tu mowa o niesieniu krzyża, nie staniu w miejscu z krzyżem. Jest to droga, dokąd ta droga prowadzi? Czy idę nią sam/sama? Jak wygląda

to niesienie swojego ciężaru? Połóż akcent na słowach „za Mną” a także „Mnie naśladowuje” a nie tylko na „Krzyż”! - aby nie wypaczyć. Trzeba przeakcentować...

Pomyśl w kontekście swojej codzienności – jak wygląda moja relacja z członkami rodziny, moimi sąsiadami, znajomymi? Czy jest ona szczerą, prawdziwą? A może jest coś, co wymaga wyprostowania, naprawienia w tej relacji, polepszenia? Porozważaj w obecności Jezusa czy nie jest tak, że może wolę nieść czyjś krzyż? A może po prostu chcę nieść krzyż cudzy (inni mają zawsze lepiej, lżej), pomóc innym, bo wydaje się to łatwiejsze niż naprawienie popsutej relacji, długie milczenie, niewyciągnięta ręka do bliskiej mi osoby?

Sam, o własnych siłach nie poniosę swojego krzyża, krzyża swojej codzienności, trudzenia się w dobrym wypełnianiu swojego powołania.

Jezus jest tym, dla którego jestem ważny/ważna i cenna/y. On poświęcił swoje życie, by pomóc mi w codziennym stawianiu się coraz bardziej podobnym do Niego. Podobnym, bo chcącym bardziej służyć, żyć z miłością. Tak „niech idzie za Mną”; niech „Mnie naśladowuje” a nie tylko „Krzyż”! To naprawdę ważne, zmienia perspektywę.

Jezus może pomóc mi w codziennym dźwiganiu krzyża moich obowiązków. Jak usłyszeć Go? Jak przyjąć Jego pomoc?

Co podjąć, by usłyszeć Jezusa, by wejść z Nim w relację przyjacielską, pełną zaufania? Pierwsze zejść z dumy myślenia, że ja wiem lepiej! Zwyczajnie zadbać o tę relację? Jak? Może poprzez stałe, systematyczne, codzienne osobiste spotkanie z Jezusem – bycie Mu wiernym. Jestem w czasie Błogosławionym – w czasie Postu, to czas budowania, oczyszczania, to czas kochania!

Zakończenie

Piątek po Popielcu – 19 lutego 2021r.

Wprowadzenie do modlitwy

Przeczytaj Ewangelię Mt 9, 14-15

Rozważanie

W dzisiejszej Ewangelii pada pytanie o post. Faryzeusze, którzy poszczą pytają Jezusa o Jego nieposzczących uczniów.

Widzimy w tym fragmencie zaniepokojonych uczniów Jana. Mało tego, w tym zaniepokojeniu zadają pytanie, porównując się z innymi : „Ja poszczę, oni nie”

No właśnie – porównywanie się z innymi. Czy to nie jest pułapka?

Nie bądź, nie staraj się być jak inni. Nie porównuj się z innymi myśląc „on się modli jakąś nowenną, ja nie. On odmawia litanie, ja nie odmawiam”.

Wracając do postawionego pytania. To jest pułapka. Takie porównywanie się z innymi to niebezpieczna bramka, przez którą nie próbujemy wchodzić, nawet się do niej nie zbliżamy. Porównywanie budzi zaniepokojenie, lęk, frustrację... A nie o to chodzi Jezusowi w relacji z Nim.

Może najpierw dobrze byłoby przyrzeć się swojej obecnej sytuacji, momentowi życia w którym jestem. Jako mąż, rodzic, pracownik, ktokolwiek... Może dobrze byłoby, bym pogłębił rozumienie i intencje tego, co w tym momencie dane jest mi robić?

Dlaczego z pozoru dobrze czyniący uczniowie Jana pytają z zaniepokojeniem? To co zastanawia, zachwyca, to postawa Jezusa, który na zarzuty pytających spokojnie i logicznie odpowiada.

A ja? Czy staram się porównywać z innymi? Być jak inni? Jezus każdego obdarza innymi talentami, każdemu daje możliwość pracy nad sobą, według jego aktualnego stanu, według powołania i możliwości. Wszystko, aby być bliżej Niego. Jezus to jest mój jedyny wzór!

Zakończenie

Sobota po Popielcu – 20 lutego 2021r.

Wprowadzenie do modlitwy

Przeczytaj Ewangelię Łk 5, 27-32

Rozważanie

Jest to opowieść o powołaniu Lewiego (z innych ewangelii wynika, że chodzi o Mateusza).

Mamy tutaj dwie sceny ściśle ze sobą związane: powołanie Lewiego (w. 27 i następne) i wspólny posiłek wraz z grzesznikami (w. 29 i następne). Pierwsza scena wyjaśnia, że nasz grzech nie stoi na przeszkodzie powołaniu nas przez Pana Jezusa, Jego posiłek z grzesznikami ukazuje cierpliwość i miłość z jaką On odnosi się do tego, kto za nim idzie, a jeszcze nie zerwał całkowicie ze złem w swoim życiu. Eucharystia, której obrazem jest posiłek (uczta), nie jest tylko pokarmem dla ludzi doskonałych. Jest również lekarstwem dla słabych i wątpliwych, dla tych którzy stracili ufność, którzy mają do przebycia jeszcze daleką drogę.

Uczta jest częstym obrazem Królestwa Niebieskiego. Spożywanie wspólnie posiłku jest aktem zażyłości i bliskości, pokoju i radości. Są sobie bliscy ci, którzy wspólnie spożywają posiłek. Teraz Jezus i człowiek; sprzecyżmy, człowiek grzeszny (Levi – czyli ja) siedzą przy tym samym stole: należą do tej samej rodziny. Przykład Pana Jezusa siedzącego z celnikami a więc ludźmi pogardzanymi z uwagi na ich współpracę z okupantem rzymskim, poucza nas, byśmy nie odsuwali się od grzeszników, ale od grzechu. Do tego uzdalnia nas komunia z „Lekarzem”, który przyszedł nas uzdrowić przez przebaczenie. „Nie potrzebują lekarza zdrowi, ale ci, którzy źle

się mają. Nie przyszedłem wezwać do nawrócenia sprawiedliwych, lecz grzeszników”.

Kto nie zasiada przy stole z grzesznikami, nie spożywa posiłku z Panem, który go jada z grzesznikami. Wyklucza się ze wspólnoty z Panem i nie spotyka Lekarza swego zła, słabości, grzechu.

Jakże często mam chęć krytykowania innych za to, że są „ewangelicznymi celnikami”! Uważam się za lepszego, a tak naprawdę mniej lub bardziej świadomie stawiam się w pozycji faryzeuszów i uczonych w Piśmie – recenzując innych. Nie widząc swojego grzechu i swojej słabości. Ten fragment Ewangelii po raz kolejny przypomina mi, że Pan Bóg stawia na ludzi słabych, źle rokujących. Czy będąc osobą praktykującą widzę swoje słabości?

Jaki jest mój stosunek do „tych, którzy źle się mają”? Prośmy o dobry wzrok i mądre działanie wynikające z mojego osobistego nawrócenia. Zawsze mając na uwadze konkret a nie pobożne myślenie czy nawet mówienie.

Zakończenie