

Tydzień 1. Szukać

Medytacja 1. Gdzie jesteś?

1. Stanięcie w obecności Bożej.

Na początku modlitwy uświadom sobie, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. On jest teraz obecny przy tobie. Rozważaj, jak patrzy na ciebie. Po uczynieniu znaku krzyża poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie, aby to Duch Święty ją prowadził i usuwał wszystkie przeszkody oraz by oczyszczał twoje intencje, czyny i wszelkie działania, kierując je ku większej chwale Boga.

2. Modlitwa

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

Rdz 3,6-13

Obraz do modlitwy:

Wchodząc w modlitwę, przypomnij sobie tekst, który będziesz rozważać (możesz go jeszcze raz przeczytać), a następnie **zaangażuj swoją wyobraźnię**. Wyobraź sobie ogromny i piękny ogród: przyjrzyj się roślinom, poczuj zapach świeżego powietrza, spróbuj usłyszeć wołanie Boga, który pyta: gdzie jesteś?

Prośba o owoc modlitwy: poproś o serce otwarte na Bożą obecność.

1. Pan Bóg zawołał... Pierwsze rozdziały Księgi Rodzaju pokazują nam Boga, który pierwszy wychodzi na spotkanie z człowiekiem. Niezależnie od zaangażowania człowieka, od jego kondycji duchowej, moralnej lub popełnionych czynów Bóg inicjuje dialog.

Jakie poruszenia budzą się w tobie, gdy na początku tych rekolekcji spotykasz się z takim obrazem Boga: wychodzącym na spotkanie, rozpoczynającym dialog, szukającym człowieka?

2. Gdzie jesteś? To pytanie dochodzi do nas od Boga na początku tych rekolekcji. „Gdzie” nie odnosi się do miejsca, ale do sytuacji naszego życia.

Gdzie jesteś w realizacji swojego **powołania**? **Gdzie jesteś** na drodze realizacji swoich pragnień? **Gdzie jesteś** w swoim życiu? Możesz teraz z Bogiem porozmawiać o odpowiedziach i poruszeniach, które rodzą się w tobie, gdy rozważasz te pytania.

3. Czy może zjadłeś z drzewa, z którego ci zakazałem jeść? Zmagania ze słabościami, upadkami i rozczarowaniem własną postawą są elementem całej drogi naszego życia. Mimo naszej niedoskonałości Bóg nigdy z nas nie rezygnuje, a Księga Rodzaju jest początkiem wielkiej historii, w którą wplata się też twój los. Jest to historia o Bogu, który jest miłością, który kocha tak bardzo, że daje nam samego Siebie. Sięgnij teraz do całej historii twojego życia, aby odnaleźć te momenty, w których Bóg wołał do ciebie i szukał cię, aby po twoim upadku jeszcze raz, z Jego łaską, zacząć budować życie w pełni.

Jakie myśli i emocje rodzą się w tobie, gdy wracasz pamięcią do tamtych chwil?

Rozmowa końcowa: *Na koniec porozmawiaj z Bogiem o tym wszystkim, co zrodziło się w twoim sercu pod wpływem dzisiejszej modlitwy. Wypowiedz przed Nim swoje uczucia: lęku, niepewności, ale może i nadziei na prawdziwe spotkanie. 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 „Ojcie nasz”.*

Ojcie nasz...

Tydzień 1. Szukać

Medytacja 2. Głód Boga

1. **Stanięcie w obecności Bożej.** Na początku modlitwy uświadom sobie, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. On jest teraz obecny przy tobie. Rozważaj, jak patrzy na ciebie. Po uczynieniu znaku krzyża poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie, aby to Duch Święty ją prowadził i usuwał wszystkie przeszkody oraz by oczyszczał twoje intencje, czyny i wszelkie działania, kierując je ku większej chwale Boga.

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

Psalm 63

Obraz do modlitwy:

Wchodząc w modlitwę, przypomnij sobie tekst, który będziesz rozważać (możesz go jeszcze raz przeczytać), a następnie **zaangażuj swoją wyobraźnię**. Wyobraź sobie chwilę intensywnego oczekiwania – taki moment, gdy bardzo mocno tęsknisz za kimś dla ciebie ważnym. Wyobraź sobie też miejsce, w którym możesz w spokoju przeżywać emocje związane z tą chwilą: jesteś w swoim pokoju, na spacerze w lesie, siedzisz na plaży nad morzem?

Prośba o owoc modlitwy: poproś o **serce otwarte na Bożą obecność**.

1. **Boże mój [...] Ciebie pragnie moja dusza za Tobą tęskni moje ciało.** Tęsknota za Bogiem może się w nas obudzić w rozmaitych okolicznościach naszego życia. Czasem brakuje nam chwil, gdy bardzo intensywnie, niemal namacalnie, doświadczyliśmy Bożej obecności; bywa, że tęsknimy za pokojem serca, który towarzyszy spotkaniu z Bogiem... Brak, tęsknota, pewnego rodzaju niedosyt mogą mieć rozmaite źródło i mogą być przeżywane na różne sposoby.

W jakich okolicznościach twojego życia zdarza ci się wołać do Boga: „Tęsknię za Tobą!”? Jak przeżywasz czas, w którym wydaje ci się, jakby Pan był gdzieś daleko?

2. **W świątyni tak się wpatruję w Ciebie, bym ujrzal Twoją potęgę i chwałę.** Poszukiwanie Boga. Brzmi jak paradoks, bo przecież rozum podpowiada, że to On jest tym, który jest przy mnie zawsze, to On podtrzymuje moje istnienie. Jednak serce przepęlnia tęsknota, budzą się pragnienia związane z potrzebą poszukania i odnalezienia Boga na nowo. Relacje mają to do siebie, że wymagają powiewów świeżości, pielęgnacji i szukania nowych form spędzania razem czasu oraz poznawania siebie. Nie inaczej jest z naszą relacją z Bogiem. Poczucie braku, tęsknota i poszukiwanie mogą świadczyć o tym, że kończy się jakaś stara forma budowania wiary i zaczyna się nowy etap drogi z Bogiem. Możesz teraz porozmawiać z Bogiem o tym, do czego On cię zaprasza w kontekście ożywiania i wzmacniania waszej relacji.

Czy w twoim życiu wiary są takie obszary, w których „coś” potrzebuje zmiany lub jakiegoś rodzaju zatroszczenia się?

3. **Tak błogosławię Cię w moim życiu: wzniosę ręce w imię Twoje.** Jednym z owoców spotkania z Bogiem jest radość. Niekoniecznie musi ona przejawiać się w ekspresyjnej wesołości, niekiedy jest to stan ciszy, pokoju i poczucia sensu. To czas przynoszący życie. Spróbuj teraz wrócić pamięcią do takich życiodajnych momentów spotkań z Bogiem w twoim życiu. Jeśli trudno ci coś takiego sobie przypomnieć, poproś Pana o łaskę takiego właśnie spotkania.

Jakie myśli i emocje budzą się w tobie, gdy o tym rozmawiasz z Bogiem?

Rozmowa końcowa: Na koniec porozmawiaj z Bogiem o tym wszystkim, co zrodziło się w Twoim sercu pod wpływem dzisiejszej modlitwy. Wypowiedz przed Nim swoje uczucia: lęku, niepewności, ale może i nadziei na prawdziwe spotkanie. 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 „Ojczy nasz”.

Tydzień 1. Szukać

Medytacja 3. Dynamika poszukiwań

1. Stanięcie w obecności Bożej.

Na początku modlitwy uświadom sobie, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. On jest teraz obecny przy tobie. Rozważaj, jak patrzy na ciebie. Po uczynieniu znaku krzyża poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie, aby to Duch Święty ją prowadził i usuwał wszystkie przeszkody oraz by oczyszczał twoje intencje, czyny i wszelkie działania, kierując je ku większej chwale Boga.

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

J 1,35-4

Obraz do modlitwy:

Wchodząc w modlitwę, przypomnij sobie tekst, który będziesz rozważać (możesz go jeszcze raz przeczytać), a następnie zaangażuj swoją wyobraźnię. Wyobraź sobie, że wraz z uczniami pozostawiasz Jana i podążasz za Jezusem. Zobacz, jak Rabbi odwraca się do was i zadaje pytanie: Czego szukacie? Możesz spojrzeć Mu w oczy, usłyszeć głos...

Prośba o owoc modlitwy: poproś o serce **otwarte na Bożą obecność**.

1. **Dwaj uczniowie usłyszeli, jak mówił, i poszli za Jezusem.** Uczniowie, których spotykamy w tej scenie mają już swojego nauczyciela: jest nim Jan Chrzciciel. Jan był prorokiem, kimś niezwykłym, inspirował i jednocześnie napawał strachem nawet Heroda. Jednak uczniowie nie zatrzymali się przy jego boku, nadal odczuwali potrzebę poszukiwania „czegoś więcej”, ich serca pociągała nadzieja, że spotkają Mesjasza.

Jak ty w swoim życiu doświadczasz takich momentów pociągania ku czemuś większemu, głębszemu, czemuś bardziej? Do czego dotychczas przez takie poruszenia zapraszał cię Pan?

2. **Nauczycielu, gdzie mieszkasz?** Trudno zaufać komuś, podążyć za kimś, kogo się nie zna. Pytanie „gdzie mieszkasz” nie tyle odnosi się do miejsca zamieszkania, ile do możliwości głębszego poznania osoby, do której jest skierowane. Uczniowie zadali je na początku swojej drogi z Jezusem.

Ty być może wędrujesz z Nim po drogach swojego życia od dawna. Niezależnie od tego, na jakim etapie jesteś, zawsze możesz zapytać Jezusa o to, „gdzie mieszka”, co oznacza: jaki jest, jak lepiej możesz Go poznać, poprosić o łaskę głębszego poznania Jego miłości i Jego pragnień.

3. **Chodźcie, a zobaczycie.** To był początek wielkiej przygody, która odmieniła życie uczniów i w sposób trudny do pojęcia zmieniła losy świata. Zaczęło się zwyczajnie, od przyjęcia zaproszenia: uczniowie poszli i zobaczyli. Widzieli cuda, dyskusje z uczonymi Izraela, mękę, śmierć i zmartwychwstanie... Wsłuchaj się teraz w głos Jezusa, który mówi do ciebie: **chodź, a zobaczysz**. Możesz Mu opowiedzieć o twoich nadziejach, ale też o obawach i niepokojach sprawiających, że trudno ci ruszyć się z miejsca.

Co ma ci do powiedzenia Jezus?

Rozmowa końcowa: Na koniec porozmawiaj z Bogiem o tym wszystkim, co zrodziło się w twoim sercu pod wpływem dzisiejszej modlitwy. Wypowiedz przed Nim swoje uczucia: lęku, niepewności, ale może i nadziei na prawdziwe spotkanie. 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”.

Tydzień 1. Szukać

Medytacja 4. Bóg na moją miarę

1. Stanięcie w obecności Bożej.

Na początku modlitwy uświadom sobie, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. On jest teraz obecny przy tobie. Rozważaj, jak patrzy na ciebie. Po uczynieniu znaku krzyża poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie, aby to Duch Święty ją prowadził i usuwał wszystkie przeszkody oraz by oczyszczał Twoje intencje, czyny i wszelkie działania, kierując je ku większej chwale Boga.

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

Mk 6,1-6

Obraz do modlitwy: Wchodząc w modlitwę, przypomnij sobie tekst, który będziesz rozważać (możesz go jeszcze raz przeczytać), a następnie zaangażuj swoją wyobraźnię. Wyobraź sobie, że wraz z Jezusem i Jego uczniami przybywasz do Nazaretu. Oczami wyobraźni spróbuj dostrzec twarze mieszkańców tego miasta, na których maluje się zdziwienie, powątpiewanie. Jaka atmosfera panuje w tej scenie?

Prośba o owoc modlitwy: poproś o serce otwarte na Bożą obecność.

1. ***I takie cuda dzieją się przez Jego ręce!*** Mieszkańcy Nazaretu byli świadkami wielkich znaków, których dokonywał Jezus. Również inne fragmenty Ewangelii zawierają świadectwa licznych cudów dziających przez Chrystusa. Jednak cuda nie przestały się wydarzać wraz z zakończeniem ziemskiej wędrówki Jezusa. Te znaki zawsze wydarzą się, bo taka jest natura Boga, który chce dzielić się swoją miłością. Bóg sam wybiera czas i miejsce, aby objawić swoją miłość w tajemnicy cudu. Nawet jeśli wydarzenie nie łamie porządku natury, a my jesteśmy tego świadomi, to, o ile kieruje nas do Boga, jest wydarzeniem w pewnym sensie cudownym – zwyczajnym cudem powszednim. W ten sposób Bóg zaprasza do wiary, prowadzi z człowiekiem dialog, objawia, że Jego plan zbawienia wciąż trwa i że pełnia Królestwa nadal jest przed nami. Razem z Jezusem przyjrzyj się teraz cudom, które odkrywasz w historii twojego życia.

Jak Bóg przemawiał do ciebie przez te wydarzenia?

2. ***I powątpiewali o Nim.*** Rozwój życia duchowego jest nieustannym tańcem wiary i wątpliwości, przeplataniem się pociągającej tajemnicy Boga i trudów związanych z dostrzeżeniem Jego obecności w codziennym życiu. Wątpliwości mogą dotyczyć tego, czy Bóg w ogóle istnieje lub tego, jaki jest. Czasem trudno nam uwierzyć w Jego miłość, przebaczenie lub w to, że pragnie z nami relacji.

Jakich obszarów wiary dotyczą wątpliwości nurtujące twoje serce? Jak chcesz opowiedzieć o nich Bogu?

3. ***Tylko w swojej ojczyźnie, wśród swoich krewnych i w swoim domu może być prorok tak lekceważony.*** Miłość Boga jest wyjątkowa. Nasza zdolność do kochania jest jedynie bardzo niedoskonałą namiastką tego, jak pokochał nas Bóg. Boża miłość jest źródłem relacji, wiary i stanowi fundament dla życia. Jest początkiem. Nasza ziemská droga, zranienia, błędy popełnione z budowaniem więzi z innymi ludźmi sprawiają, że trudno nam zaufać temu, iż Boża miłość może być czysta, bezinteresowna i życiodajna. Bóg i Jego miłość przekraczają ludzką miarę i bywa, że stąd bierze się postawa niedowiarstwa, odrzucenia lub lekceważenia wobec tego, jaki Bóg jest, w jaki sposób przychodzi i jak jest obecny w codzienności.

W jakich obszarach twojego życia trudno ci otworzyć się na Boga? Dokąd, zamiast pytać Go o prawdę o Nim, podążasz raczej za bożkiem skrojonym na miarę twoich oczekiwań? Do czego w tym kontekście zaprasza cię teraz Pan?

Rozmowa końcowa: *Na koniec porozmawiaj z Bogiem o tym wszystkim, co zrodziło się w twoim sercu pod wpływem dzisiejszej modlitwy. Wypowiedz przed Nim swoje uczucia: lęku, niepewności, ale może i nadziei na prawdziwe spotkanie. 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 „Ojcze nasz”.*

Tydzień 1. Szukać

Medytacja 5. Spotkanie z dawcą życia

1. **Stanięcie w obecności Bożej.** Na początku modlitwy uświadom sobie, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. On jest teraz obecny przy tobie. Rozważaj, jak patrzy na ciebie. Po uczynieniu znaku krzyża poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie, aby to Duch Święty ją prowadził i usuwał wszystkie przeszkody oraz by oczyszczał twoje intencje, czyny i wszelkie działania, kierując je ku większej chwale Boga.

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

J 20,11-17a

Obraz do modlitwy:

Wchodząc w modlitwę przypomnij sobie tekst, który będziesz rozważać (możesz go jeszcze raz przeczytać), a następnie zaangażuj swoją wyobraźnię. Wyobraź sobie, że płaczesz, że z jakiegoś powodu zalewasz się łzami. Jak wygląda świat oglądany przez oczy pełne łez? Czy możesz dostrzec kontury przedmiotów? Jak postrzegasz kolory? Czy jesteś w stanie rozpoznawać twarze?

Prośba o owoc modlitwy: poproś o serce otwarte na Bożą obecność.

1. ***Maria Magdalena natomiast stała przed grobem płacząc.*** Dla Marii świat się zawalił. Jej ukochany Mistrz, Nauczyciel i Wybawca został bestialsko zamordowany. Już Go nie ma, nigdy więcej nie spojrzy Mu w oczy, nie usłyszy Jego głosu, nie pokrzepi się Jego obecnością. Na dodatek teraz zniknęło Jego ciało, nikt nie wie, jak do tego doszło i co się stało. Maria Magdalena tak bardzo kochała Jezusa. Jak mocno musiało krwawić jej serce i jak wielki mrok mógł panować w jej duszy, gdy stała przy pustym grobie Jezusa, płacząc. Porozmawiaj teraz z Bogiem o takich momentach w twoim życiu, kiedy też miałeś oczy pełne łez, a serce wypełnione beznadzieją i obawą. Być może był to moment, gdy wydawało ci się, że musisz poradzić sobie sam, bo Bóg nie odpowiada, bo otacza cię tylko niezrozumiała pustka, jak w Chrystusowym grobie.

O czym w tym kontekście chcesz powiedzieć Bogu?

2. ***Niewiasto, czemu płaczesz? Kogo szukasz?*** Jezus pyta zapłakaną Marię Magdalenę, choć wie, że to On jest odpowiedzią na jej pytania i że to On jest jedynym, który może obetrzeć jej łzy. Jednak spotkanie przebiega powoli, zaczyna się od troski i dialogu. W tej rozmowie Maria Magdalena może opowiedzieć o swoich łzach oraz o swej tęsknocie i poszukiwaniu Jezusa.

Jak ty odpowiedziałbyś Jezusowi na pytania: „Czemu płaczesz?” To znaczy: co najbardziej cię porusza, co smuci, ale też co sprawia, że w twoich oczach pojawiają się łzy szczęścia? „Kogo szukasz?” To znaczy: jakie masz oczekiwania wobec Boga, gdzie szukasz prawdy, życia i sensu?

3. ***Jezus rzekł do niej: „Mario!”*** A ona obróciwszy się, powiedziała do Niego po hebrajsku: „Rabbuni”. Maria Magdalena już wie: Jezus żyje! Zwrócił się do niej po imieniu, rozpoznała Go. Śmierć nie ma nad Nim mocy, zmartwychwstał, tak jak zapowiedział. Jezus, Syn Boży, który stał się człowiekiem dla naszego zbawienia, jest Panem i Dawcą życia.

Kończąc rozważania pierwszego tygodnia tych rekolekcji, poproś Pana o łaskę, aby również ciebie zawołał po imieniu; opowiedz Mu o emocjach i pragnieniach budzących się w tobie, gdy myślisz o takiej relacji z Bogiem, w której On zwraca się do ciebie w ten sposób. Możesz też porozmawiać ze Zmartwychwstałym o tym, jak On, Dawca Życia, chce ci błogosławić i wskazywać na twoje życie jako wielką wartość.

Rozmowa końcowa: Na koniec porozmawiaj z Bogiem o tym wszystkim, co zrodziło się w Twoim sercu pod wpływem dzisiejszej modlitwy. Wypowiedz przed Nim swoje uczucia: lęku, niepewności, ale może i nadziei na prawdziwe spotkanie. 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 „Ojcze nasz”.