

WSPÓLNOTA ŻYCIA CHRZEŚCIJAŃSKIEGO

Rekolekcje w życiu codziennym

wg metody św. Ignacego Loyoli

Tydzień IV

Serce Jezusa

Życie i Zmartwychwstanie nasze



Lublin 2022

Dzień I

Serce Jezusa, Domie Boży i Bramo Niebios (Rdz 28, 10–22)

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

Zobaczę Jakuba, który jest w trakcie wędrówki i zatrzymuje się na noc. Jak wygląda miejsce jego postoju? Jak jest niebo ponad jego głową? Następnie zobaczę drabinę, która stoi na ziemi, a końcem sięga nieba. Czy coś w niej zwraca moją szczególną uwagę? Zobaczę również aniołów. Mogę ich posłuchać, jeżeli coś mówią.

3. Prośba o owoc

Abym zobaczył, jak bardzo Bóg troszczy się o mnie i prowadzi do Siebie.

4. Punkta do medytacji

4.1. *We śnie ujrzał drabinę*

Sen w Biblii wielokrotnie symbolizuje spotkanie z Bogiem. We śnie kontrola nad sobą jest ograniczona. Jesteśmy wówczas nastawieni na słuchanie i obserwowanie, a nasze reakcje są spontaniczne. Trudno jest wtedy działać, np. mówić Bogu, w jaki sposób ma do mnie przychodzić.

Czy stwarzam Bogu możliwość, aby przychodził do mnie „we śnie”? A może jest coś w moim sercu, co utrudnia spotkanie z Nim. Co to jest? Wątpliwość, wstyd, poczucie winy, niegodność...? Co wpędza moje serce w stan „bezsensowności”?

4.2. Uwaga Jakuba

Opis snu Jakuba jest podzielony na trzy etapy. Po pierwsze Jakub we śnie otrzymuje natchnienie od Boga. Po drugie rozważa otrzymaną wizję. *A gdy Jakub zbudził się ze snu, pomyślał: „Prawdziwie Pan jest na tym miejscu, a ja nie wiedziałem”*. Po trzecie rozumie, że jest wezwany do odpowiedzi na otrzymane od Boga natchnienie.

Podobnie w naszym życiu potrzebujemy spotkania z Bogiem, zastanowienia się, co ono mi przynosi, by wreszcie odpowiedzieć Bogu. Czy Twoja relacja z Nim zawiera te trzy elementy? Na którym z nich należałoby najbardziej się skupić w chwili obecnej?

4.3. Dwa wymiary w naszym życiu: ziemia, niebo i drabina

Scena z Jakubem uświadamia nam, że jako ludzie jesteśmy zakorzenieni w dwóch wymiarach. Z jednej strony prowadzimy życie pełne codziennego zabiegania, pracy, obowiązków, itd. Z drugiej jest w nas życie nadprzyrodzone, wielka godność, którą nadał nam Bóg. Mamy z Nim łączność, którą symbolizuje drabina.

Czy mam świadomość tych dwóch wymiarów? Czy przeżywam moje życie w pełni? Czy zgadzam się ze słowami św. Ireneusza z Lyonu, że *chwałą Boga jest żyjący człowiek, a życie człowieka jest kontemplowaniem Boga?* (Adversus Haereses 4, 20, 7)

4.4. Dom Boży i brama Niebios

Jezus często zwracał uwagę na to, że to On jest jednocześnie źródłem wszelkich łask i tym, który je rozdaje. On jest i Drogą i tym, który po niej prowadzi. Jest Ofiarą przebłagalną za nasze grzechy, Barankiem, a jednocześnie jedynym Kapłanem, Pasterzem. Podobnie tutaj słowa Litanii podkreślają, że jest On jednocześnie Domem Ojca i Bramą do Niego.

Chrześcijaństwo wielokrotnie dotyka paradoksów, jak choćby wymienione powyżej. Jakie jest Twoje wyobrażenie o Jezusie. Jak postępujesz, gdy jakaś prawda o Nim wymyka się Twojemu rozumieniu?

5. Rozmowa końcowa

Pełen ufności porozmawiam z Jezusem jak z przyjacielem o tym, czego doświadczyłem podczas tego spotkania z Nim. Podziękuję Mu za nie i poproszę o większą wrażliwość serca oraz mądrość i hojność w odpowiadaniu na Boże natchnienia.

Na koniec odmów *Ojcze nasz*.

6. Notatki

Dzień II

Serce Jezusa, Serce Jezusa, wszelkiej chwały najgodniejsze (Mt 17, 1–8)

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

Oczami wyobraźni zobaczę, jak Jezus z trzema uczniami trudzą się, żeby wejść na wysoką górę. Następnie zobaczę Jezusa w lśniąco-białej szacie w otoczeniu Mojżesza i Eliasza. Zobaczę wreszcie Piotra, Jakuba i Jana. Zwrócę uwagę na ich gesty, słowa i spojrzenia.

3. Prośba o owoc

Abym poznał, że Jezus pragnie przemienić się również w moim życiu i wnieść w nie Swoje światło.

4. Punkta do medytacji

4.1. *Zaprowadził ich na górę wysoką, osobno*

Nasze życie duchowe, to nieustanne podążanie za Jezusem. Nawet jeśli do pokonania mamy wysoką górę, to On zawsze idzie z nami. Jak wygląda góra, na którą wspinasz się w Twoim życiu obecnie?

Czy masz świadomość, że wędrówka z Jezusem to nie tylko wchodzenie na Golgotę, ale również na Górę Przemienienia? Góra Oliwna to miejsce zarówno Jezusowej modlitwy pełnej udręki przed Męką, jak i Jego Wniebowstąpienia do chwały Ojca (Dz 1, 12).

4.2. *Panie, dobrze, że tu jesteśmy*

Bliskość Jezusa pełnego chwały wzbudza w sercach Piotra, Jakuba i Jana szczęście. Każdy czas modlitwy jest „wstępowaniem wzwyż”, jest „zanurzaniem się w obłoku” Bożej obecności.

Czy w spotkaniu z Bogiem również doświadczasz takiego pocieszenia, które wyrażają słowa: *Panie, dobrze, że tu jesteśmy?* Czy doświadczasz w Twoim życiu blasku Przemienienia Jezusa? Co ono rodzi w moim sercu?

4.3. *Jego słuchajcie*

W Biblii słuchanie, to jeden z najważniejszych warunków spotkania z Bogiem. Od tego zaczyna się pierwsze przykazanie dane Mojżeszowi: *Słuchaj, Izraelu, Pan, Bóg nasz, Pan jest jedyny. Będziesz miłował Pana, Boga swego, całym swoim sercem, całą swoją duszą, całym swoim umysłem i całą swoją mocą* (Pwt 6, 4–5).

Po czym poznajesz, że trwasz w postawie słuchania? Spróbuj znaleźć konkretne argumenty.

4.4. *Wstańcie, nie lękajcie się!*

W życiu niekiedy rodzi się tendencja do przyjmowania postawy biernego obserwatora rzeczywistości. Ale nie jest to słuchanie w sensie biblijnym. Zastuchanie w Boga zakłada aktywną odpowiedź. Bóg zachęca do działania. Bóg nie wzywa do bierności, ale motywuje do działania: *Wstańcie!* Nie chce też, żebyśmy się go bali: *nie lękajcie się!*

Czy Twoje życie i Twoje postępowanie jest bliższe czynnemu zaangażowaniu czy bierności? Czy starasz się współpracować z Bogiem w pogłębianiu swojego życia, czy raczej „płyniesz na fali”?

5. Rozmowa końcowa

Porozmawiaj z Jezusem jak z przyjacielem o tym czego doświadczasz na modlitwie.

Na koniec odmów Ojcie nasz.

6. Notatki

Dzień III

Serce Jezusa, Życie i Zmartwychwstanie nasze (Łk, 7, 11–23)

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

Zobaczę bramę miejską w Jerozolimie i tłum ludzi, którzy odprowadzają ciało młodego człowieka. Zobaczę również jego matkę, która jako wdowa wraz ze śmiercią syna doświadcza wielkiej samotności. Zobaczę również przychodzącego Jezusa, którego ogarnął wielki żal na widok procesji. Zwróć uwagę na to, jaki jest głos Jezusa i na sposób w jaki dotknął się chłopca. Gdzie ja się znajduję w tej scenie?

3. Prośba o owoc

Abym głębiej poznał, z czego Jezus przychodzi mnie podnieść i w jaki sposób chce to robić.

4. Punkta do medytacji

4.1. Chrystus wychodzi z inicjatywą.

To rzecz bardzo uderzająca w tym cudzie Jezusa. Nikt Go nie prosi z wiarą o wskreszenie chłopaka. Chrystus sam wychodzi z inicjatywą.

A czy Jezus przejawia inicjatywę również wobec Twojego życia? Co przeszkadza Tobie zobaczyć Jezusa Zmartwychwstałego?

4.2. Z-mar-twych-wstań!

Widząc płaczącą kobietę, Jezus ulitował się nad nią. Chodzi tutaj o współczucie, a ściślej o „poruszenie wnętrza” według rozumienia w starożytności. Na przykład, siedliskiem lęku i niepokoju miał być żołądek. Najważniejsze ludzkie uczucia, zwłaszcza współczucie, miłość, lęk czy gniew, wypływają z wnętrza człowieka. Wprawdzie najpierw musimy doświadczyć czegoś przez zmysły, czyli zobaczyć, dotknąć, powąchać, ale później następuje poruszenie wewnętrzne.

Co we mnie wymaga zmartwychwstania?

4.3. Dotknął się mar

Dotykając mar, to znaczy noszy, na których niesiony jest zmarły, Jezus daje sygnał niosącym młodzieńca, aby się zatrzymali i pozwolili Mu działać. Jezus patrząc na to, co się dzieje na ziemi, sam przejął się do głębi losem człowieka. Jest bardzo wrażliwy na ludzką tragedię. Jezus swoim przykładem pokazuje, że jeśli człowiek pomaga drugiemu w potrzebie, musi mieć miłosierdzie w sercu, czyli współczucie i miękkie, a nie zatwardziałe serce.

Czy moje serce jest miłosierne czy zatwardiałe?

4.4. (...) oddał go jego matce

Na pierwszy rzut oka wydaje się, że główną intencją Jezusa jest przywrócenie młodego człowieka do życia ziemskiego. Tymczasem tak naprawdę chodzi o kobietę – matkę i wdowę. Św. Łukasz pisze, że Pan nie ulitował się nad umarłym, ale *nad nią* (Łk 7, 13). To matka, a nie jej syn, jest głównym beneficjentem cudu. Po śmierci syna jako wdowa była skazana na samotność, dlatego wskreszenie syna oznacza równocześnie jej zmartwychwstanie do relacji.

5. Rozmowa końcowa

Opowiedz Jezusowi o tym, co Ciebie poruszyło w Jego postawie. Zapytaj Go również o kondycję Twojego serca

Na koniec odmów Ojcze nasz.

6. Notatki

Dzień IV

Serce Jezusa, Pokoju i pojednanie nasze (J 20, 1; 11–22)

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

Zwróć uwagę na to, jak wygląda ogród i jakie są w nim rośliny. Zobaczę Jezusa niczym ogrodnika przechadzającego się po ogrodzie. W którym miejscu ogrodu znajduje się grób? Zobaczę również to, gdzie jest Maria Magdalena oraz jakie są jej słowa i gesty.

3. Prośba o owoc

Abym pragnął głębszego spotkania z Jezusem.

4. Punkta do medytacji

4.1. Maria Magdalena

*Udała się do grobu i zobaczyła kamień odsunięty od grobu. Wie, że coś jest nie tak. Nie weszła, nie sprawdziła jeszcze. Dlaczego? Co mogło sprawić, że zamiast wejść pobiegła do uczniów? Poszła do bardziej kompetentnych, do bardziej upoważnionych? W drodze wytłumaczyła sobie to, co potem powtórzyła im: *Zabrano Pana z grobu i nie wiemy, gdzie Go położono.**

Czy w Twoim życiu jest coś podobnego do tej sytuacji? Czy dostrzegasz, że w Twoich poglądach na religię i na rzeczywistość coś nie gra (jak odsunięty kamień)? Czy są wątpliwości, niejasności, którym boisz się przyjrzeć? Czy są ważne sprawy, które zostawiasz innym? Co może być w Tobie podobnego do sytuacji Marii Magdaleny?

4.2. Kamień odsunięty od grobu

Maria Magdalena zobaczyła pusty grób. I zatrzymała się na tym znaku. Pusty grób nie był dla niej znakiem radosnym. Był raczej znakiem cierpienia i smutku. Pogłębił w Marii ból Wielkiego Piątku. Do tego doszło rozczarowanie: *Zabrano Pana.*

Może to być jak kamień grobowy. Takim kamieniem mogą być ludzie, nasz egoizm, różne wewnętrzne blokady, lęki, niezdolność do miłości.

Nasze codzienne doświadczenie jest często doświadczeniem bólu, cierpienia i krzyża, albo przynajmniej małych „krzyżyków”. O wiele łatwiej przychodzi nam koncentracja na tym, co przykre, bolesne, trudne, raniące, niż kontemplacja tego, co daje radość, pobudza do życia, pozwala cieszyć się życiem i Bogiem.

W znaku grobu powinienem zobaczyć życie. Pusty grób to nie jest znak śmierci, pustki, bezsensu, zawiedzionych nadziei. Pusty grób to znak radości i zmartwychwstania, a więc życia.

4.3. Nie wiedziała, że to Jezus

Maria spodziewała się znaleźć martwego Jezusa w grobie. Nie poznała natomiast Jego żyjącego poza grobem. Maria Magdalena nie jest w stanie rozpoznać Zmartwychwstałego sama z siebie. Jezus musi sam objawić jej siebie.

Jezus Zmartwychwstały objawia się każdemu z nas w innym czasie. Czy dostrzegasz Jego obecność w Twoim życiu?

5. Rozmowa końcowa

Tak jak Maria Magdalena, podzielę się z Jezusem moją radością: *Widziałam (Widziałem) Pana i to mi powiedział!*

Na koniec odmów *Ojcze nasz.*

6. Notatki

Dzień V

Serce Jezusa, rozkoszy wszystkich Świętych (Ba 5, 1–9)

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:

Zobaczę siebie, jak stoję przed obliczem Boga, Pana naszego, przed aniołami i świętymi, a oni wstawiają się za mną.

3. Prośba o owoc

Tu możesz prosić o zaufanie, o decyzję pielęgnowania w sobie nadziei.

4. Punkta do medytacji

4.1. *Złóż, Jeruzalem, szatę smutku i utrapienia swego*

„Szata smutku i utrapienia” może być utkana z frustracji i nudy, kiedy nie widzimy celu i sensu działania. Jej materia może być duszący lęk, że nie poradzimy sobie z górą wyzwań życiowych, że zmarnujemy szanse, osiadniemy na mieliźnie nie sięgając do niczego, co było kiedyś naszym marzeniem.

Dla człowieka pragnącego doświadczać zbawienia jest rzeczą niezwykle ważną, aby rozpoznać, nazwać sobie bardzo dokładnie, co w jego życiu jest ciężką, przygniatającą nieraz „szatą smutku i utrapienia”.

Pozostanie w „szacie smutku i utrapienia” (bo brak nadziei, brak decyzji na zaufanie nadziei) uniemożliwia dokonanie się jakiegokolwiek zmiany. Jeżeli jest w tobie jakikolwiek „smutek i utrapienie”, czego dotyczy? Czym się martwisz?

4.2. *A przywdzieje wspaniałe szaty chwały*

Na chrzcie otrzymaliśmy białą szatę. Towarzyszyły im słowa: *stałeś(aś) się nowym stworzeniem i przyoblekłeś(aś) się w Chrystusa, dlatego otrzymujesz białą szatę*. Symbolizuje ona wprowadzenie nas do chwały nieba. Jest to darmo otrzymany dar od Boga.

Czy uważasz siebie za osobę obdarowaną? Co to znaczy w Twoim życiu być „nowym stworzeniem”?

4.3. *Podnieś się, Jeruzalem!*

To nie jest przebudzenie po ustaniu trudności i cierpień, ale nadzieja pośród trudności i cierpień. Nadzieja, która nie jest spowodowana niczym innym, jak decyzją na przyjęcie zapewnienia, że „Bóg o mnie pamięta”, że obiecuje zbawienie.

Nadzieja, podobnie jak miłość, nie musi być zawsze związana z jakimś pozytywnym uczuciem, z odczuwalnym pocieszeniem, poprawą samopoczucia. Często jest po prostu decyzją na wyruszenie w drogę „z domu niewoli”. Decyzją, której nie towarzyszy poczucie odwagi, determinacji, energii, ale tylko sam fakt, że zaczyna się niepewnie stawiać kroki na nowej drodze.

5. Rozmowa końcowa

Wysłuchaj się w te słowa: *Powstań, Jeruzalem!* jako skierowane do Ciebie. Odrzucając wszelką presję, słuchając ich jak dobiegającego z daleka wołania, powiedz Bogu, jaka jest Twoja odpowiedź w tym czasie, w Wielkim Poście.

Na koniec odmów *Ojcie nasz*.

6. Notatki

Dzień VI

Medytacja powtórkowa