

## Wprowadzenie do modlitwy

Na wstępie taka uwaga praktyczna, która odnosić się będzie do każdej modlitwy przez całe rekolekcje w ten okres Wielkiego Postu 2023. Sposób modlenia się nie będzie ulegał zmianie. Zmieniać się będą jedynie treści do modlitwy, natomiast metoda pozostanie taka sama. Początek modlitwy będzie taki sam – i to jest ważne, aby dobrze wejść w relację z Bogiem, aby zachować pewien rytm, można powiedzieć dobry nawyk, nauczyć się pewnego sposobu modlitwy.

Na początku każdej modlitwy wycisz się, uświadom sobie Twoją 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, można powiedzieć Twoje „święte miejsce” spotkania z Bogiem. Uspokój oddech, emocje, uczyni znak krzyża, usiądź czy uklękni spokojnie i uświadom sobie przez chwilę, że oto **teraz Bóg jest przy Tobie**. Zajmij taką postawę, abyś nie musiał jej zmieniać podczas modlitwy. Czas jaki przed Tobą, to czas, którego Gospodarzem jest Pan Bóg. On decyduje jaki będzie przebieg tego spotkania. Ty się otwieraj.

Ponieważ chcesz się spotkać z Bogiem, rozmawiać z Nim, więc **On Jest Obecny**. Pamiętaj o tym, że to Bóg jest pierwszy w modlitwie, On jest Panem, inicjatorem. Ty dajesz swój czas i wolną wolę, 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. Byś był otwarty na to, co niejako przyjdzie z zewnątrz. Poproś także, aby Pan usuwał wszelkie przeszkody, roztargnienia, to

wszystko, co wydaje Ci się, że musisz jeszcze teraz zrobić, oraz by oczyścił Twoje intencje. Całą uwagę skieruj na to spotkanie.

To wszystko, co Ci przyjdzie na modlitwie, niech będzie dla chwały Bożej, aby przynieść radość Panu Bogu. 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.

Modlitwa zawsze powinna mieć jakiś cel, kierunek, powinna ku czemuś zmierzać. Modlimy się zawsze w jakimś celu, np. aby sprawić radość Panu Bogu, aby oddać Mu chwałę, aby prosić Boga o przebaczenie, aby prosić w jakiejś konkretnej intencji, aby wyprosić dla siebie czy innych jakąś łaskę, czy też prosić o osiągnięcie jakiejś postawy czy cnoty lub czego mi brakuje w naśladowaniu Pana Jezusa; chodzi o to, aby osiągnąć to, o co prosimy na początku modlitwy. W rekolekcjach będą podpowiadane te prośby.

Dla podjęcia próby nie rozpraszania się i trwania w treściach modlitwy, będzie służyć włączenie w modlitwę wyobraźni. Będzie podana prośba o wyobrażenie sobie obrazu pomocnego w modlitwie. To wyobrażenie sobie „miejsca modlitwy” na nam pomóc w trwaniu przy treściach modlitwy; kiedy zdarzy się, że przyjdą nam rozproszenia (a to przecież występuje podczas modlitwy) obraz do modlitwy ma sprawić, abyśmy wrócili do treści rozważania. Bez napinania się i niepotrzebnych niepokojów, przypominając sobie obraz modlitwy spokojnie wracamy do treści modlitwy.

## Rozważanie do Ewangelii na I Niedzielę Wielkiego Postu 26.02.2023

### Ewangelia – Mt 4, 1–11.

**Stawienie się w obecności Bożej:** Uświadom sobie, że stajesz przed Panem, że będziesz z Nim rozmawiał i słuchał tego, co On ma Ci do powiedzenia. Otwórz się na działanie Ducha Świętego. Proś, aby On pomógł Ci przeżyć to spotkanie jak najowocniej, w możliwie największym otwarciu na Słowo Boże.

**Modlitwa przygotowawcza zwyczajna:** Proś Boga, Pana naszego, aby wszystkie Twoje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu (św. Ignacy Loyola, ĆD nr 46).

**Prośba o owoc tej modlitwy:** o umiejętność podejmowania postu, który otwiera serce na działanie Boga.

**Obraz do modlitwy:** Wyobraź sobie ewangeliczną scenę opisywaną przez św. Mateusza. Zobacz Jezusa, który prowadzony przez Ducha wychodzi na pustynię. Idzie na miejsce, gdzie wydaje się, że nie ma życia, pości i toczy walkę. Zaangażuj w ten obraz wszystkie swoje zmysły.

### 1. Pustynia.

Pan Jezus niedawno został ochrzczony nad Jordanem. Spoczął na Nim Duch Święty, a teraz ten sam Duch wyprowadza Go na miejsce pustynne, gdzie wydaje się, że nie ma życia i gdzie toczy się walka o przetrwanie. To miejsce odosobnienia.

To nie diabeł prowadzi Jezusa na pustynię, ale Duch Święty. To jest niezwykle!

To wielka nadzieja i wskazówka także dla nas. To Duch nas prowadzi w czas Wielkiego Postu i do tych rekolekcji!

Pan pości czterdzieści dni, rezygnuje z zaspokajania swoich potrzeb i to tych najbardziej podstawowych. Ten post, jest jakby przygotowaniem do spotkania z demonem. Słowo bowiem mówi, że dopiero po upływie tych dni przystąpił do Niego kusiciel.

U progu Wielkiego Postu, to może być dla Ciebie światłem. Ten czas jest czasem przygotowania do walki duchowej, może o wiele potężniejszej niż ta, której może będziesz doświadczał w czasie tych Świętych Dni.

Nadszedł czas pustyni, czas przygotowania, czas ograniczania swoich potrzeb, nawet tych najbardziej podstawowych, aby usłyszeć subtelność wewnętrznych poruszeń. Czy rozmawiałeś już z Jezusem o tym, co masz podjąć, a może co ograniczyć, aby Twoje „wewnętrzne ucho” się wyczuliło na działanie duchów. Jaki post, od czego, będzie dla Ciebie dobry? Co Cię uwrażliwi na dobre przeżycie tych rekolekcyjnych dni?

Nie pości się dla poszczenia, pości się po to, aby być czujniejszym na przychodzenie Pana, ale także na rozpoznawanie działania złego ducha. Porozmawiaj o tym z Panem, zapytaj jak On widzi ten czas dla Ciebie, postaraj się wsłuchać w Jego głos.

### 2. Najgłębsze pragnienia i oręż do walki.

Gdy przychodzi moment spotkania Jezusa ze złym duchem, Pan na wszystkie pokusy odpowiada Słowem Bożym.

Pokazuje tym najgłębsze pragnienia swojego Serca:

- **pragnienie życia w zjednoczeniu z wolą Ojca wyrażoną poprzez Jego Słowo** – „nie samym chlebem żyje człowiek, lecz każdym Słowem, które pochodzi z ust Boga”;

- **pragnienie czci i adoracji Boga, który godzien jest najwyższego szacunku** – „nie będziesz wystawiał na próbę Pana, Boga swego” – z Bogiem się nie handluje, Boga się uwielbia;

- **pragnienie zakorzenienia Serca w Bogu, i służby tylko Jemu**, a nie zanurzeniu się w sprawach tego świata – „Panu, Bogu swemu, będziesz oddawał pokłon i Jemu samemu służyć będziesz”.

Działanie demona Jezus odpiera Słowem Bożym.

Co ta perykopa chce powiedzieć Tobie? Co Jezus Ci podpowiada? Może pyta o pragnienia Twojego serca u progu Wielkiego Postu, o to co tak naprawdę nosisz w sobie.

A może prowadzi Cię do refleksji nad tym, jak żyjesz Słowem Bożym w Twojej codzienności? Jak je stosujesz w życiu, jak się do Niego odnosisz i jak Nim posługujesz? Czym jest dla Ciebie Słowo Boże – słyszane w czasie liturgii, czytane w domu, medytowane w czasie rekolekcji w życiu codziennym? Czy jest jakąś treścią ulotną, przemijającą, czy naprawdę stałym punktem odniesienia?

Zachęcam Cię, na zakończenie tej modlitwy, do szczerzej rozmowy z Panem, do oddania Mu tego wszystkiego, co udało Ci się dzięki Jego łasce zobaczyć, w czasie tej modlitwy. Zwróć uwagę, aby ta rozmowa miała związek z Twoimi refleksjami na medytacji. Pomyśl także o tym, co ta modlitwa zmieni w Twoim życiu? Warto wciąż przypominać sobie, że spotkania z Jezusem na modlitwie mają prowadzić do realnych zmian w życiu, do nawrócenia.

Zastanów się nad tym, jaki konkretnie z tej modlitwy bierzesz do swojego życia. Zapytaj Jezusa, jak On to widzi, co z Jego perspektywy byłoby dla Ciebie ważne w tym tygodniu. U progu I tygodnia Wielkiego Postu pomyśl konkretnie o formie postu, którą wybierasz na ten czas, aby uwrażliwić swoje ucho na głos Pana.

Swoje spotkanie z Panem zakończ modlitwą: „Ojcze nasz...”

Zachęcam Cię także, abyś zanotował chociaż kilka myśli z tej modlitwy, niech pozostanie po niej jakiś materialny ślad, niech te notatki stanowią Twój duchowy dzienniczek. Tak, abyś mógł wrócić do tego, co stało się Twoim doświadczeniem w spotkaniach z Jezusem.

**Rozważanie na poniedziałek I tygodnia Wielkiego Postu  
27.02.2023  
Ewangelia – Mt 25, 31–46.**

**Stawienie się w obecności Bożej:** Uświadom sobie, że stajesz przed Panem, że będziesz z Nim rozmawiał i słuchał tego, co On ma Ci do powiedzenia. Otwórz się na działanie Ducha Świętego. Proś, aby On pomógł Ci przeżyć to spotkanie jak najowocniej, w możliwie największym otwarciu na Słowo Boże.

**Modlitwa przygotowawcza zwyczajna:** Proś Boga, Pana naszego, aby wszystkie Twoje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu (św. Ignacy Loyola, ĆD nr 46).

**Prośba o owoc tej modlitwy:** prosić o łaskę, aby widzieć „twarz Jezusa” w drugim człowieku.

**Obraz do modlitwy:** Wyobraź sobie obraz Sądu Ostatecznego w Kaplicy Sykstyńskiej na Watykanie, lub rodzinę siedząca przy stole, żyjąca pod jednym dachem „sprawdzającą” swoje życie w Miłości.

**1.** Czytając ten tekst słyszę w sercu słowa św. Jana od Krzyża: "Pod wieczór naszego życia będziemy sądzeni z miłości" oraz słowa św. Ignacego z Loyoli: „Miłość bardziej zakłada się na czynach niż na słowach”. I choć mogę się zastanawiać Komu kiedykolwiek nie dałam jeść, pić; Kogo nie odwiedziłam w więzieniu lub też Kogo nakarmiłam lub Komu dałam pić, to Jezus pokazuje mi inne sytuacje. Jezus pokazuje mi jakby w telegraficznym skrócie sytuacje, osoby przy których się zatrzymałam w rozmowie, wysłuchałam, zadzwoniłam z pocieszeniem, posłużyłam pomocą na różny sposób (dałam Miłość, dałam siebie z Miłością). Pokazuje mi

to wszystko po to, abym uczyła się dziękować za dobro, które dokonało się dzięki otwartości na Bożą Łaskę. Wróc pamięcią do sytuacji, za które trzeba przeprosić czy też podziękować.

**2.** Jezus pokazuje mi o wiele bardziej, niejako szerzej sytuacje, w których nie wyszłam z pomocą, bo byłam zajęta sobą, swoim zmęczeniem, swoimi sprawami; Jezus pokazuje mi osoby z którymi żyję w Rodzinie, pracuję, spotykam się – widzę je przed sobą i Jezus pokazuje mi mijanie się z tymi osobami, braki uśmiechu, braki w rozmowie; widzę te momenty, gdy nie przeszłam ponad swoim bólem, swoim „ego”, by wyjść z Miłością, z zainteresowaniem, by rezygnować ze swojego, dla większego dobra; gdy zamiast dobrej rozmowy spoglądałam w internet/telewizor/smartfona.

Przecież nie brak osób z poza najbliższej rodziny, do których od dawna mówię, że zadzwonię, że odwiedzę, że porozmawiamy... Czyż nie łatwiej jest myśleć o pomocy komuś obcemu czy biednemu dziecku w slumsach (to też jest jak najbardziej potrzebne) a obok siebie mam osoby, które tak samo jak ja potrzebują Miłości, akceptacji, przytulenia na różne sposoby. Potrzebują tu i teraz. My sami także jesteśmy najmniejsi i spragnieni Miłości. Jezus pokazuje mi te braki w miłowaniu nie po to, aby mi dołożyć, ale po to, by uczyć mnie Kochać. Ucz się na swoich błędach nie kopij ich, wystarczy!

Rozważanie nasze zakończymy modlitwą końcową. Staramy się „pozbiierać” i zapisać w dzienniczku duchowym to, o czym rozważaliśmy, co stało się jej treścią, pozbiierać owoce, zrobić jakieś postanowienie. Ku czemu mnie to dzisiejsze spotkanie ze Słowem Bożym poprowadziło?

Spotkanie można zakończyć modlitwą „Duszo Chrystusowa...”

**Rozważanie na wtorek I tygodnia Wielkiego Postu  
28.02.2023  
Ewangelia – Mt 6, 7-15.**

**Stawienie się w obecności Bożej:** Uświadom sobie, że stajesz przed Panem, że będziesz z Nim rozmawiał i słuchał tego, co On ma Ci do powiedzenia. Otwórz się na działanie Ducha Świętego. Proś, aby On pomógł Ci przeżyć to spotkanie jak najowocniej, w możliwie największym otwarciu na Słowo Boże.

**Modlitwa przygotowawcza zwyczajna:** Proś Boga, Pana naszego, aby wszystkie Twoje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu (św. Ignacy Loyola, ĆD nr 46).

**Prośba o owoc tej modlitwy:** prosić o łaskę ufnej, prostej modlitwy-bycia przy Bogu.

**Obraz do modlitwy:** Wyobraź sobie otwarte Serce Jezusa.

1. Zanim Pan Jezus nauczył nas modlitwy „Ojcze Nasz” zachęcał: „Ty zaś, gdy chcesz się modlić, wejdź do swej izdebki” czyli mówi mi „wejdź do swego serca”, w jego ciszę... (nawet jeżeli wszystko wokół zdaje się krzyżeć: wiadomości i informacje internetowe, telewizyjne, reklamy, wystawy sklepowe, książkowe, poradniki życiowe, gonitwa w pracy... słowa, słowa...). Ty się zatrzymaj! Miej taką „Stop-klatkę”. Zatrzymaj się, wyhamuj, przylgnij do mego Serca, aby poczuć, doświadczyć jak Ono bije, by doświadczyć moją Miłość do Ciebie a potem wołaj (to wołanie, to nie jest długa lista życzeń do Boga) do Mego Ojca, który Jest bardzo blisko Ciebie. Nie jest gdzieś daleko, ale jest „tu i teraz”, Jest przy Tobie. Poczuj, doświadczyć Jego Miłość, by Ją przyjąć. Z Tej Miłości i w Tej

Miłości, Bóg Ojciec zatroszczy się o to, co jest potrzebne Ci do funkcjonowania codziennego – chleb powszedni: tj. dom, praca, ale zatroszczy się i o chleb duchowy, bym mogła wzrastać, poprzez Sakramenty: Pokuty i Pojednania, Eucharystię; rozmowy duchowe. Aby przez to uzdalniać mnie do przyjmowania Jego Woli i oddawania Mu chwały. Jezus idzie dalej zapraszając mnie do podejmowania owoców Sakramentu Pokuty, bym doświadczając Jego Miłosierdzia uczyła się przebaczać sobie i tym, którym winnam przebaczyć, nawet jeżeli o to nie proszą. Jezus uczy mnie także, abym prosiła o łaskę przebaczenia od tych, którym byłam, bądź jestem ciężarem na sercu czy zraniłam. Pytanie do mnie: czy czynię to „Tu i Teraz” lub może odwlekam to na nieokreślony czas, na później (wieczne nigdy). Jezu otwieraj moje serce na Twoje przebaczenie, bym mogła obdarzać nim innych szczególnie tych mi najbliższych i samą siebie. – Uczyń moje serce według Serca Twego.

Jezus przypomina mi, że pokusy przyjdą, bo szatan pilnuje, gdzie i kiedy wkroczyć do działania ale Jezus zapewnia, że tylko z Jego łaską i pomocą nie ulegnę. Czy proszę Jezusa o pomoc czy liczę na swoje siły?

Rozważanie nasze kończymy modlitwą końcową. „Nie ucinamy modlitwy” ale staramy się „pozbiierać” –i zapisać w dzienniczku duchowym to, o czym rozważaliśmy, co stało się jej treścią pozbiierać owoce, zrobić jakieś postanowienie. Ku czemu mnie to dzisiejsze spotkanie ze Słowem Bożym poprowadziło?

Spotkanie można zakończyć modlitwą „Duszo Chrystusowa...”

**Rozważanie na środę I tygodnia Wielkiego Postu**  
**1.03.2023**  
**Ewangelia – Łk 11, 29-32.**

**Stawienie się w obecności Bożej:** Uświadom sobie, że stajesz przed Panem, że będziesz z Nim rozmawiał i słuchał tego, co On ma Ci do powiedzenia. Otwórz się na działanie Ducha Świętego. Proś, aby On pomógł Ci przeżyć to spotkanie jak najowocniej, w możliwie największym otwarciu na Słowo Boże.

**Modlitwa przygotowawcza zwyczajna:** Proś Boga, Pana naszego, aby wszystkie Twoje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu (św. Ignacy Loyola, ĆD nr 46).

**Prośba o owoc tej modlitwy:** prosić Pana o łaskę, poznawania siebie.

**Obraz do modlitwy:** Wyobraź sobie Pana Jezusa i lud siedzący u Jego stóp. Wszyscy wsłuchani w Jego słowa. Znajdźmy dla siebie miejsce wśród tego tłumu słuchaczy. Słowa Pana Jezusa mają moc. Obrazują człowiekowi Rzeczywistość Niewidzialną. Wsłuchujmy się w głos Zbawiciela, przyglądajmy się Jego osobie, Jego twarzy.

### **1. Boży Wzrok.**

Zauważmy Jego oczy pełne miłości, które z dobrocią, troską i zainteresowaniem wpatrują się w twarze słuchaczy. Tak, Pan Jezus patrzy na nas. Widzi nas, nasz wyraz twarzy. Mało tego, widzi również nasze serce i to, co się w nim dzieje. Zna zamysły naszych serc. Widzi serca skore do głębokiej przemiany, chętne, by zmienić swoje życie. Widzi serca twarde

jak kamień, trwające w uporze, które nie chcą przemiany. Nawet nie mają zamiaru popracować nad sobą, bo serca te są pełne trosk doczesnych. Interesuje je tylko to, co dzieje się wokół. Chcą się zajmować tylko tym, co jest potrzebne do życia w świecie materialnym. Nie wyrażają chęci otwarcia się na Boga ich Stwórcę, który ich prawdziwie kocha. Tylko Bóg kocha człowieka prawdziwą miłością. My się musimy uczyć miłości całe życie.

Zadajmy sobie pytanie: w jaki sposób my, na co dzień staramy się korzystać ze Słowa Bożego? Jak my budujemy nasz dzień?

Czy my oczekujemy znaków? Co robimy, aby Boże znaki odczytywać?

### **2. Droga do Boga.**

Prorok Jonasz jak wiemy, przebywał trzy dni i trzy noce we wnętrzościach ryby; później nawoływał mieszkańców Niniwy do nawrócenia. Współcześni Panu Jezusowi, znali tego proroka, jego historię i działanie. On uczył o miłosiernej miłości Boga, który cierpliwie czeka na skrucę człowieka i na pokutę za swoje grzechy. Czy my potrafimy spojrzeć na swoje życie w prawdzie?

Otrzymujemy w darze od Pana kolejny Wielki Post. Czas refleksji nad sobą, czas na zastanowienie się.

Czy my potrafimy zachować nasze serce czyste? Tylko poznanie swoich słabości, umożliwi nam rozróżnianie dobra od zła, prawdy od kłamstwa. Pan Jezus jest dla nas jedyną Drogą do życia wiecznego. Wśród tylu wydarzeń i informacji spadających na nas każdego dnia, trudno jest nam odnaleźć siebie i swoich bliskich w tym wszystkim – gdzie ja jestem?

Tylko systematyczne i wytrwałe usiłowanie poszukiwania Boga, pomoże nam odkryć drogę do Niego. Korzystanie systematycznie z sakramentów świętych, pozwoli nam czuć nad swoim postępowaniem, nad naszymi czynami, umysłem, zmysłami. Tylko czyste spojrzenie w światło nauki Chrystusa ukaże naszym oczom NASZĄ drogę do życia wiecznego. Zauważmy wtedy znaki jakimi Pan do NAS przemawia. Zauważmy jak działa wśród nas swoją uprzedzającą łaską. Będziemy czuli Bożą Opatrzność w każdej chwili życia. Właśnie w wykonywaniu tych monottonnych zajęć i obowiązków naszego stanu, doświadczymy mądrości, siły i pokoju.

### **3. Boże dary.**

Wszystko co mamy i posiadamy pochodzi od Boga. Należy pamiętać, że sami z siebie bardzo niewiele możemy. Wokół nas tyle niebezpieczeństw. Martwi nas tak wiele. Tylko współpraca z Łaską Bożą da nam pokój i czyste intencje do działania. Jak korzystamy z licznych darów? Mieszkańcy Niniwy zauważyli swoje złe postępowanie. Zapłakali nad swoim grzechem. Możemy sobie odpowiedzieć tak szczerze w Bożej Obecności na kilka pytań lub choć na jedno z nich, aby poznać lepiej siebie i to, gdzie jesteśmy na drodze do Boga.

Jak korzystamy z darów Bożych, które nam Pan zostawił w sakramentach świętych (pokuta, Eucharystia, namaszczenie chorych)?

Czy nasze życie jest odważnym unikaniem zła, stanowczą walką ze złem i rozsiewaniem Bożej miłości, której musimy się uczyć całe życie?

Czy wymagamy tylko od innych (bo to łatwiejsze), czy przede wszystkim od siebie?

Jak wykonujemy powierzone nam zadania, prace, obowiązki stanu?

Jakiego używamy słownictwa?

Jak traktujemy swoich najbliższych, sąsiadów, znajomych jak nieprzyjaciół czy „Dzieci Boże”?

Jak dbamy o siebie samych (odżywianie, używki, sport, wypoczynek, sen)?

Jak rozwijamy swoje talenty?

Co robimy, by swoim życiem świadczyć, że należymy do Chrystusa?

Na zakończenie modlitwy starajmy się o podsumowanie naszego rozważania, by poznać, jak przeżyliśmy ten czas. Starajmy się w skupieniu porozmawiać o tym wszystkim z Bogiem, aby On nam pomógł poprawić nasze postępowanie. Poprośmy Pana, by dał nam serce czujne, pokorne i czyste. Poprośmy Pana, by pomógł nam wprowadzić w życie nasze postanowienie, które jest owocem dzisiejszego rozważania.

Na koniec spotkania odmówmy modlitwę „Ojciec nasz...”

**Rozważanie na czwartek I tygodnia Wielkiego Postu**  
**2.03.2023**  
**Ewangelia – Mt 7, 7-12.**

**Stawienie się w obecności Bożej:** Uświadom sobie, że stajesz przed Panem, że będziesz z Nim rozmawiał i słuchał tego, co On ma Ci do powiedzenia. Otwórz się na działanie Ducha Świętego. Proś, aby On pomógł Ci przeżyć to spotkanie jak najowocniej, w możliwie największym otwarciu na Słowo Boże.

**Modlitwa przygotowawcza zwyczajna:** Proś Boga, Pana naszego, aby wszystkie Twoje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu (św. Ignacy Loyola, *ĆD* nr 46).

**Prośba o owoc tej modlitwy:** o zaufanie Panu Jezusowi, że On chce mojego dobra, że wysłuchuje moje prośby, które są zgodne z wolą Ojca.

**Obraz do modlitwy:** Wyobraź sobie małe dziecko proszące o coś mamę/tatę i odpowiedź rodziców, którzy chcą dobra, szczęścia swojego dziecka.

**1.** W Ewangelii Mateusza Pan Jezus tłumaczy uczniom, że mają być wytrwali w modlitwie. Wyjaśnia, że rodzice dają swoim dzieciom dobre dary. „O ileż bardziej Bóg Ojciec da to, co dobre tym, którzy Go proszą”. Wie, czego potrzebują Jego dzieci i da im tylko to, co dobre. Zapewnia, że „każdy kto prosi, otrzymuje, kto szuka, znajduje, a kołaczącemu otworzą”. Pan Jezus zapewnia, że każda modlitwa zostanie wysłuchana. O cokolwiek byśmy prosili naszego Boga, będzie nam dane (jak będzie dobre dla nas w tym czasie). Bóg zawsze odpowiada na nasze prośby i chce Ci dać wszystko co dobre.

Pomyśl, jak wygląda Twoja modlitwa, czy jest pełna zaufania, wytrwałości, gorliwości i zapału? Czy otwierasz się na działanie Ducha Św., na Jego natchnienia (o co prosić)?

**2.** Czy Twoje prośby zostały wysłuchane, czy nie zniechęciłeś się, nie widząc odpowiedzi (teraz, od razu, za pierwszym razem)? Zastanów się, czy widzisz w Bogu swojego Ojca, który chce Twojego dobra. Pomyśl, czy to, o co prosisz przyniesie dobro, czy jest zgodne z wolą Ojca, czy prosisz o rzeczy dobre i sprawiedliwe? Czy w Twojej modlitwie nie jest więcej nakłaniania Pana Boga do wypełnienia Twojej woli?

**3.** Zastanów się, czy w modlitwie, w tym o co prosisz, szukasz Królestwa Bożego? Bóg jest dobry i chce, byśmy byli zbawieni! Szukajcie, a znajdziecie. „Będziecie Mnie wzywać, zanosząc do Mnie swe modlitwy, a Ja was wysłucham. Będziecie Mnie szukać i znajdziecie Mnie, albowiem będziecie Mnie szukać z całego serca” (Jer. 29:12-13). Bóg daje się odnaleźć tym, którzy Go z całego serca szukają.

**4.** Pan Bóg jest Dobrym Ojcem i dlatego da nam znacznie więcej niż to, do czego dążymy. Ale dobrze jest pamiętać ostatnie słowa Jezusa w tym fragmencie: „wszystko więc, co chcielibyście, żeby wam ludzie czynili i wy im czyńcie”. Wytrwałej modlitwie musi towarzyszyć miłość.

Na zakończenie tej modlitwy, porozmawiaj szczerze z Panem, oddaj Mu to wszystko, co udało Ci się dzięki Jego łasce, zobaczyć w czasie tej modlitwy. Pomyśl także o tym, co ta modlitwa zmieni w Twoim życiu? Zastanów się nad tym, jaki konkretnie z tej modlitwy, bierzesz do swojego życia. Zapytaj Jezusa, jak On to widzi? Z wiarą i zaufaniem zwróć się do Pana Boga, który chce Twojego dobra: „Ojcze nasz, który jesteś w niebie...”



**Rozważanie na piątek I tygodnia Wielkiego Postu**  
**3.03.2023**  
**Ewangelia – Mt 5, 20-26.**

**Stawienie się w obecności Bożej:** Uświadom sobie, że stajesz przed Panem, że będziesz z Nim rozmawiał i słuchał tego, co On ma Ci do powiedzenia. Otwórz się na działanie Ducha Świętego. Proś, aby On pomógł Ci przeżyć to spotkanie jak najowocniej, w możliwie największym otwarciu na Słowo Boże.

**Modlitwa przygotowawcza zwyczajna:** Proś Boga, Pana naszego, aby wszystkie Twoje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu (św. Ignacy Loyola, ĆD nr 46).

**Prośba o owoc tej modlitwy:** prosić Pana o łaskę, rozeznania mojej postawy wobec bliźnich, jaka powinna być.

**Obraz do modlitwy:** Wyobraź sobie Pana Jezusa, który mówi do mnie a ja z uwagą Go słucham.

**1. „Słyszeliście... a ja wam powiadam...”**

Na początku mojej modlitwy przypatrę się moją sprawiedliwość. Jezus mówi, że nie wystarczy być poprawnym w postępowaniu, poprawnym moralnie. Potrzebuję przemiany wewnętrznej mojego serca. Potrzebuję nowego, pozytywnego i życzliwego spojrzenia na każdego człowieka.

**2. „ Nie zabijaj”**

Zabijanie kojarzy się z marginesem społecznym lub z wyjątkowymi sytuacjami jak np. wojna. Zabójstwo nie przychodzi mi nawet na myśl... Ale dla chrześcijanina to przykazanie powinno być inaczej rozumiane. „Każdy kto gniewa się na swego brata podlega sądowi. Kto powie bratu: Bezbożniku podlega karze ognia piekielnego...” - mocne słowa.

Mówi się, że słowa ranią bardziej niż ostrze miecza... zatem ubliżanie bliźniemu jest jak duchowe zabójstwo. Złe myślenie o bliźnim, gniew, nienawiść, to też zabija i nas samych i ludzi wokoło. Gniew czy brak przebaczenia, są niczym trucizna, stąd takie mocne słowa Jezusa.

Jeżeli chcę być Jego uczniem, muszę wiedzieć, że nie mogę powiedzieć: ja nie grzeszę, bo nikogo nie zabiłem... Może się okazać, że w sercu jestem seryjnym mordercą, gdyż każda forma upokorzenia człowieka jest swoistym zabójstwem. Każdy człowiek bowiem ma wielką godność. Jest to godność dziecka Bożego.

Pomyślę, czy nie ranię innych złośliwym słowem? Może gniewam się na kogoś? Zatrzymaj się chwile w rozważaniach... Jezus zachęca mnie dziś do przebaczenia, do pojednania i wyzbycia się dawnych uraz. Czy jestem na to gotowy ?

**3. „... idź i pojednaj się z bratem swoim.”**

Sprawiedliwość faryzejska zostaje potępiona. Sprawiedliwość ucznia Jezusa, moja sprawiedliwość, ma być inna. Ma być szczerze przesiąknięta przebaczeniem. Stając przed Bogiem, powinienem być czystym, mieć otwarte serce, pozbawiane gniewu i kłótni. Mam przebaczać i przyjmować to przebaczenie od innych. Takie serce, taki człowiek podoba się Bogu i tylko taki człowiek może wejść do królestwa Bożego. Obym nigdy nie był powodem zgorszenia innych, nawet tych, którzy są daleko od wiary i Boga.

Rozważanie nasze zakończymy modlitwą końcową. Ku czemu mnie to dzisiejsze spotkanie ze Słowem Bożym poprowadziło? Odmów modlitwę „Ojcze nasz...” zatrzymując się chwilę przy słowach: „ I odpuść nam nasze winy, jako i my odpuszczamy naszym winowajcom.” Zapisz postanowienia.

## Rozważanie na sobotę I tygodnia Wielkiego Postu 4.03.2023

### Modlitwa powtórkowa

Przygotuj ją według znanego z poprzednich dni schematu.

**Stawienie się w obecności Bożej:** Uświadom sobie, że stajesz przed Panem, że będziesz z Nim rozmawiał i słuchał tego, co On ma Ci do powiedzenia. Otwórz się na działanie Ducha Świętego. Proś, aby On pomógł Ci przeżyć to spotkanie jak najowocniej, w możliwie największym otwarciu na Słowo Boże.

**Modlitwa przygotowawcza zwyczajna:** Proś Boga, Pana naszego, aby wszystkie Twoje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu (św. Ignacy Loyola, ĆD nr 46).

**Prośba o owoc tej modlitwy:** prosić Pana o łaskę,  
.....

**Obraz do modlitwy:** Wyobraź sobie .....

**Ewangelia** – .....

Z podanych niżej sposobów wybierz ten, który dziś najbardziej Ci odpowiada:

**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”. Umocnij owoc swojej modlitwy.

**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.

**3.** Jak masz jakiś tekst zaległy z poprzednich dni z rozważań, możesz wziąć go na powtórkę. Niech to będzie jakby dokończenie rozważań z tego tygodnia; zachowując ten sam schemat modlitwy. Pamiętaj o tym, że nie chodzi o to, aby było jak najwięcej treści, ale by te treści były głęboko przeżyte i stały się przyczyną mojego nawrócenia.

A M D G

&

B V M H