

Moi Drodzy. Rozpoczynamy trzeci tydzień Adwentu i zarazem ostatni. O dziwo, bo następna niedziela to jest czwarta Niedziela Adwentu, i zarazem jest to już Wigilia Bożego Narodzenia. Stąd w tym roku czas Adwentu jest najkrótszy z możliwych. To postarajmy się dobrze wykorzystać ten czas na umocnienie naszej postawy i jeszcze bardziej owocnego uczestniczenia w Eucharystii. Ufam, że i roraty są Waszym udziałem. Niech łaska Boża nas nie opuszcza. Łączmy naszą dobrą wolę z Jezusem i podejmijmy rozważania ostatniego tygodnia. Dobrych owców. Zapraszam do wspólnej modlitwy.

III Niedziela Adwentu – 17 grudnia 2023 (Dzień 15)

Przeczytaj Ewangelię – J 6, 28-35; 48-58

I. Na początku modlitwy wycisz się, uświadom sobie Twoją obecność „tu i teraz”, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. Stań krok przed miejscem, gdzie będziesz chciał się modlić, czy to na klęcząco, czy na siedząco, czy stojąc. Uświadom sobie, że za chwilę zajmiesz to miejsce, Twoje miejsce spotkania z Bogiem. Przyjmij 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. Uspokój oddech, emocje, uczyni znak krzyża, zajmij swoje miejsce i uświadom sobie, że oto Bóg jest teraz przy Tobie. Po uczynieniu znaku krzyża, poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie a także o to, by to Duch Święty tę modlitwę prowadził, bo to On decyduje o tym, jaki będzie jej przebieg, by On Ciebie prowadził i usuwał wszelkie przeszkody, wszelkie zakłócenia, roztargnienia w niej oraz by Twoje myśli, pragnienia i decyzje oczyszczał i kierował ku Panu Bogu. Może to potrwać jakiś czas, nie spiesz się, abyś dobrze wszedł w to spotkanie.

Niech to wszystko, co Ci przyjdzie na modlitwie, będzie dla ucieśnienia Pana Boga, dla Jego chwały, dla Twojego wzrostu w wierze, umocnieniu Twojej postawy służby, bardziej gorliwego uczestnictwa w Eucharystii 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. Takie wprowadzenie do modlitwy niech będzie przez Ciebie kontynuowane przez całe rekolekcje, podobnie jak w zeszłym tygodniu tak i teraz. To bardzo ważne, aby dobrze wejść w modlitwę.

II. Wchodząc w to spotkanie przypomnij sobie moment podczas Mszy Świętej, kiedy kapłan ukazuje wiernym Ciało i Krew Chrystusa mówiąc: „Oto Baranek Boży”. To jest właśnie dla Ciebie pokarm na życie wieczne.

III. Poproś teraz Pana o szczególny owoc tej modlitwy. Dziś poproś szczególnie Ducha Świętego, aby coraz bardziej uzdalniał Ciebie do przyjmowania Ciała i Krwi Pańskiej z postawą głębokiej wiary, szacunkiem, miłością i pokorą. Poproś także o doświadczenie Jego prawdziwej, żywej obecności w Eucharystii.

1. Ja jestem chlebem, który z nieba zstępuje i życie daje światu

W tym niezbyt długim tekście, Jezus aż trzykrotnie powtarza pierwsze z tych słów – widocznie były one dla Niego ważne. Podkreśla je, pomimo braku zrozumienia ze strony słuchaczy, którzy nie byli przygotowani na przyjęcie tej prawdy. Jezus wyjaśnia, że chodzi tu o prawdziwe, pochodzące od Boga życie, które nie tylko

nasyca w pełni, ale jest również lekarstwem na śmierć. Owo życie przychodzi z nieba do wszystkich ludzi i jest namacalne jako Ciało i Krew. Na tak nieprawdopodobną rzeczywistość **Jezus oczekuje konkretnej odpowiedzi**, bo na tym polega dzieło Boże, abyście wierzyli w Tego, którego On posłał. Czy wierzę, że Jezus prawdziwie jest Chlebem Życia – mojego i całego świata?

2. Chlebem, który Ja dam, jest moje Ciało wydane za życie świata

Pokarm, który daje, o którym mówi Jezus, nie jest po prostu podzieleniem się, ale wynika z całkowitego wydania się dla nas, a nawet – jak podkreśla św. Ignacy – konkretnie dla mnie. Jest on owocem Jego ofiary, miłości do końca, aż do śmierci. Taka jest cena Jego przyścia do mnie – i **do takiej miłości On chce mnie także uzdalniać**, żyjąc we mnie i przeze mnie. **Czy pozwalam się przemieniać**, by móc dawać światu Jego życie?

3. Kto spożywa moje Ciało i Krew moją pije, trwa we mnie, a Ja w nim

Tu nie chodzi o kurtuazyjną wizytę czy nadzwyczajne doświadczenie, ale o realną Obecność, która trwa w czasie, również w naszej codzienności, i stopniowo nas przemienia. Stajemy się przez to mieszkaniem również Ojca (por. J 14, 23) i Ducha Świętego (por. J 14, 26) - uczestniczymy w życiu Trójcy Świętej i jednoczymy się z Nią. Czy w swoim codziennym życiu staram się czerpać z tej obecności Bożego życia we mnie?

4. Kto spożywa ten chleb, będzie żył na wieki

Kolejna nieprawdopodobna obietnica, będąca odpowiedzią na kruchość naszego istnienia. Eucharystia nie tylko sprawia, że już teraz żyję prawdziwie, ale również przygotowuje mnie do pełnego

zjednoczenia z Bogiem i wszystkimi, którzy pozwolą się Jemu przyciągnąć. Czekają tam na nas przygotowane przez Jezusa mieszkania (por. J 14, 2) i prawdziwa ojczyzna (por. Flp 3, 20). Jak pisał św. Paweł: „Ani oko nie widziało, ani ucho nie słyszało, jak wielkie rzeczy przygotował Bóg tym, którzy Go miłują” (1 Kor 2, 9).

Czy korzystam z tej perspektywy patrzenia na życie jako dojrzewanie ku wieczności?

Zakończenie modlitwy

Kończąc modlitwę porozmawiaj z Panem i powiedz Mu o tym, co teraz czujesz, co myślisz, czego doświadczasz, co się zadziało przez ten czas modlitwy. Pamiętaj, by to co będziesz mówił Bogu miało związek z przebytą modlitwą, z tym czasem który minął, o czym rozważałeś. Wyznaj Jezusowi obecnemu w Eucharystii swoją wiarę, wyraż wdzięczność oraz poproś o łaskę, abyś przyjmował Go z należną godnością. Miej czas na osobiste dziękczynienie. Podziękuj Jezusowi za dar Jego życia w sobie, które się rozwija poprzez Eucharystię. Niech to zakończenie modlitwy nie będzie *"urwane"*, ani *"na odczepnego"*.

Wypowiedz przed Nim swoje uczucia, to co masz w sercu: radość, pokój a może smutek, obawy, lęk. Bądź szczery przed Panem. Możesz Mu podziękować za to, co odkryłeś (choć może to być nie łatwe), lub poproś Go o coś, czego bardzo potrzebujesz w Twoim nawróceniu.

Na zakończenie pomódl się słowami modlitwy **Ojcze nasz**.

Zachęcam, byś zapisał sobie refleksje po modlitwie, światła, myśli, to, co ważnego stało się w przeciągu tego czasu, które będą takim swoistym dzienniczkiem duchowym z tych rekolekcji. Ważne, aby po modlitwie pozostał "ślad".

Poniedziałek – 18 grudnia 2023 (Dzień 16)

Przeczytaj Ewangelię – Łk 19, 1-10 (Owoce przyjęcia Jezusa)

I. Na początku modlitwy wycisz się, uświadom sobie Twoją obecność „tu i teraz”, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. Stań krok przed miejscem, gdzie będziesz chciał się modlić, czy to na klęcząco, czy na siedząco, czy stojąc. Uświadom sobie, że za chwilę zajmiesz to miejsce, Twoje miejsce spotkania z Bogiem. Przyjmij 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. Uspokój oddech, emocje, uczyni znak krzyża, zajmij swoje miejsce i uświadom sobie, że oto Bóg jest teraz przy Tobie. Po uczynieniu znaku krzyża, poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie a także o to, by to Duch Święty tę modlitwę prowadził, bo to On decyduje o tym, jaki będzie jej przebieg, by On Ciebie prowadził i usuwał wszelkie przeszkody, wszelkie zakłócenia, roztargnienia w niej oraz by Twoje myśli, pragnienia i decyzje oczyszczał i kierował ku Panu Bogu. Może to potrwać jakiś czas, nie spiesz się, abyś dobrze wszedł w to spotkanie.

Niech to wszystko, co Ci przyjdzie na modlitwie, będzie dla ucieśnienia Boga, dla Jego chwały, dla Twojego wzrostu w wierze, umocnieniu Twojej postawy służby, bardziej gorliwego uczestnictwa w Eucharystii jak i ku pożytkowi innych ludzi. Cokolwiek na modlitwie się wydarzy, jakie przyjdą Ci 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. Takie wprowadzenie do modlitwy niech będzie przez Ciebie kontynuowane przez całe rekolekcje. To bardzo ważne, aby dobrze wejść w modlitwę.

II. Wchodząc w to spotkanie przypomnij sobie tekst z Pisma świętego, który będziesz rozważał (możesz go jeszcze raz spokojnie przeczytać), a następnie zaangażuj wyobraźnię. Wyobraź sobie Zacheusza. Spróbuj wczuć się w jego sytuację, który z wysokości sykomory oczekuje przechodzącego Jezusa.

III. Poproś teraz Pana o szczególny owoc tej modlitwy. Dziś poproś szczególnie o łaskę, aby spotkanie z Jezusem przemieniało Ciebie dogłębnie i owocowało wewnętrzną wolnością i hojnością.

1. Chciał on koniecznie zobaczyć Jezusa. Pobiegł więc naprzód i wspinał się na sykomorę

Zacheusz nie jest jeszcze w pełni świadomy, co oznacza zbawienie i jak **bardzo potrzebuje Jezusa**. Nie wiemy, jak stał się celnikiem, ale godził się na tę sytuację. Wiedział, że niejednokrotnie krzywdzi innych i że postrzegany jest jako grzesznik. Ci, którymi zarządzał, mogli spoglądać na niego „z góry”, jako na człowieka niskiego wzrostu. Co ważne, **w końcu zdobył się na odwagę**, aby dopuścić do głosu własne pragnienie i pójść za nimi. Jego plan okazał się sensowny i skuteczny, choć mógł narazić go na śmieszność. Zapewne nie spodziewał się, że kryjąc się bezpiecznie wśród liści, by zaspokoić swoją ciekawość, dostąpi w tym dniu wielkiego wyróżnienia.

Czy moje pragnienie spotkania Jezusa i wierności Jemu prowadzi mnie do konkretnych czynów, nawet gdyby miało to być źle odebrane przez innych? Jak bardzo przejmuję się opinią innych o mnie? Czy słucham mojego sumienia?

2. Dziś muszę się zatrzymać w twoim domu

Jak zaświadcza Ewangelista, Jezus wiedział, co kryje się w człowieku (J 2, 25). Jego słowa i działania były tak dostosowane,

by wyzwolić to, **co dojrzewało w sercu Zacheusza**. Jezus nie pyta ani nie proponuje, tylko po prostu wyraża stwierdzenie: „*muszę być u Ciebie*”, a Zacheusz natychmiast to realizuje. I czyni to z radością, nie zważając na otaczające go szemranie. Zaufał Jezusowi, który zwrócił się do niego po imieniu, a potem podkreślił też jego przynależność do synów Abrahama. W spojrzeniu Jezusa, Zacheusz na nowo mógł odkryć, kim jest naprawdę. **Jak Jezus patrzy na mnie** i jak się do mnie zwraca? Co to we mnie zmienia?

3. Oto połowę mego majątku daję ubogim, a jeśli kogoś w czymś skrzywdziłem, zwracam poczwórnice

Znowu odważna, konkretna decyzja i brak zwłoki w jej realizacji. **Zacheusz wreszcie jest sobą!** Potrafi uznać też swoją grzeszność, ale nie po to, aby ulec pokusie rezygnacji – on ma pomysł, jak naprawić popełnione zło. Nie stara się zaimponować swoją hojnością, ale rzeczywiście żałuje i stara się wynagrodzić innym ludziom wyrządzone wcześniej zło. Stał się gotowy do podjęcia dialogu z tymi, którzy patrzyli na niego przez pryzmat negatywnych stereotypów.

Czy spotkanie z Jezusem pobudza mnie do miłości i przemienia moje relacje z innymi?

4. Dziś zbawienie stało się udziałem tego domu

Spotkanie z Jezusem, choć tak osobiste, sprawia, że cała rzeczywistość wokół jest przeniknięta rozwojem królowania Boga. Na myśl przychodzą przypowieści o zaczynie, który zakwasza wielką ilość mąki (por. Mt 13, 33) i o maleńkim ziarenku gorczycy, z którego wyrasta wielkie drzewo (por. Mt 13, 31-32). „Nasienie kiełkuje i rośnie, on sam nie wie jak. Ziemia sama z siebie wydaje plon: najpierw źdźbło, potem kłos, a potem pełne ziarno w kłosie” (Mk 4, 27-28). Tak zbawienie staje się udziałem wszystkich wokół na miarę tego, na

ile dajemy świadectwo obecności Jezusa w nas. **Tak się rozwija Królestwo Boże.**

Czy podejmuję współpracę z Bożym działaniem we mnie tak, by moje życie przynosiło owoce?

Zakończenie modlitwy

Kończąc modlitwę podobnie jak wczoraj porozmawiaj z Panem i powiedz Mu o tym, co co myślisz, co dotknęło Twojego serca, co się zadziało przez ten czas modlitwy.

Bądź szczery przed Panem. Możesz Mu podziękować za to, co odkryłeś (choć może to być nie łatwe, bo odkryjesz, że nie jesteś wdzięczny, zapatrzonny w siebie...), lub poprosić Go o coś, czego bardzo potrzebujesz w Twoim nawróceniu. Poproś Boga mocno o to, aby On sam był we mnie sprawcą i chcenia, i działania zgodnie z Jego wolą (Flp 2,13), byś współpracował z Jego łaską odważnie i twórczo dla dobra wszystkich oraz mógł znajdować w tym radość.

Na zakończenie pomódl się słowami modlitwy:

Duszo Chrystusowa, uświęć mnie.

Ciało Chrystusowe, zbaw mnie,

Krwi 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 złego ducha obroń mnie.

W godzinę śmierci wezwij mnie.

I każ mi przyjść do siebie,

abym z świętymi Twymi chwalił Cię,

na wieki wieków. Amen.

Wtorek – 19 grudnia 2023 (Dzień 17)

Przeczytaj Ewangelię – Mt 11, 11-15

I. Na początku modlitwy wycisz się, uświadom sobie Twoją obecność „tu i teraz”, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. Stań krok przed miejscem, gdzie będziesz chciał się modlić, czy to na klęcząco, czy na siedząco, czy stojąc. Uświadom sobie, że za chwilę zajmiesz to miejsce, Twoje miejsce spotkania z Bogiem. Przyjmij 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. Uspokój oddech, emocje, uczyni znak krzyża, zajmij swoje miejsce i uświadom sobie, że oto Bóg jest teraz przy Tobie. Po uczynieniu znaku krzyża, poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie a także o to, by to Duch Święty tę modlitwę prowadził, bo to On decyduje o tym, jaki będzie jej przebieg, by On Ciebie prowadził i usuwał wszelkie przeszkody, wszelkie zakłócenia, roztargnienia w niej oraz by Twoje myśli, pragnienia i decyzje oczyszczał i kierował ku Panu Bogu. Może to potrwać jakiś czas, nie spiesz się, abyś dobrze wszedł w to spotkanie.

Niech to wszystko, co Ci przyjdzie na modlitwie, będzie dla ucieśnienia Boga, dla Jego chwały, dla Twojego wzrostu w wierze, umocnieniu Twojej postawy służby, bardziej gorliwego uczestnictwa w Eucharystii jak i ku pożytkowi innych ludzi. Cokolwiek na modlitwie się wydarzy, jakie przyjdą Ci 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. Takie wprowadzenie do modlitwy niech będzie przez Ciebie kontynuowane przez całe rekolekcje. To bardzo ważne, aby dobrze wejść w modlitwę.

II. Wchodząc w to spotkanie przypomnij sobie tekst z Pisma świętego, który będziesz rozważał (możesz go jeszcze raz spokojnie przeczytać), a następnie zaangażuj wyobraźnię. Wyobraź sobie, Jezusa, jak mówi do tłumów i do Ciebie o postawie Jana Chrzciciela.

III. Poproś teraz Pana o szczególny owoc tej modlitwy. Dziś poproś szczególnie, o łaskę bycia bezkompromisowym w sprawach Jezusowych.

1. Nie ma większego od Jana Chrzciciela

Patrzemy dzisiaj na Jezusa, jak mówi o Janie Chrzcicielu, o Jego wielkości, jak i o wielkości każdego z nas, bo w królestwie niebieskim wszyscy są wielcy. Do tego Królestwa weszliśmy w momencie przyjęcia sakramentu Chrztu św. Wielkość ta, nie jest pozorna i tymczasowa, którą możemy zdobyć na ziemi. Jest to wielkość prawdziwa i autentyczna. Będąc w prawdziwej relacji z Bogiem stajemy się uczestnikami królestwa niebieskiego czyli uzyskujemy prawdziwą wielkość. To jest darem Bożym. Jak bardzo nam zależy na pogłębianiu relacji z Bogiem?

Jeśli mam być chociaż tym najmniejszym w królestwie Boga muszę, podobnie jak Jan Chrzciciel, stać się stanowczym i konsekwentnym w dążeniu do celu, jakim jest zjednoczenie z Bogiem w Jego Królestwie. Stanowczość ta, jest usprawiedliwiona od czasów Jana Chrzciciela, bo on wskazał na bliskość Królestwa niebieskiego. Ta bliskość nie pozwala nam być „*byle jakimi*”, ospałymi, niezdecydowanymi, jak idzie o sprawy Królestwa Bożego. Wobec bliskości Królestwa Bożego trzeba być gwałtownym, wręcz szalonym w dążeniu do niego.

2. Gwałtowność Jana

Człowiek gwałtowny, tak jak Jan Chrzciciel, to człowiek radykalny jak On, który nie tylko mówi o swoich pragnieniach i celu życia, o Swojej przyjaźni z Jezusem, (bo siebie nazywa „Przyjacielem Oblubieńca”) ale działa konkretnie w tym kierunku. Jan jest bezkompromisowy, nie idący na układy z szatanem. „*Panu Bogu świeczkę a diabłu ogarek*” – to nie ten pokrój człowieka. To swego rodzaju „buntownik”, który chce pójść za Chrystusem nawet za cenę więzienia. Odrzuca on zasady tego świata z jego pychą i obłudą; pożądlivością i udawaniem, nawet za cenę oddania życia w więzieniu. Oddany sprawom Jezusowym, bez reszty do końca.

Pan Bóg chce, abyśmy w sposób „gwałtowny”, czyli szybko i z wielką determinacją, dążyli do jedności z Nim, bo nie może się doczekać nas blisko Siebie. Tak bardzo Bogu zależy na dobrej, miłosnej relacji z każdym z nas. Czy na co dzień troszczę się o budowanie mojej relacji z Bogiem, ofiarując swój czas i uwagę? Jak uczestniczę w Eucharystii, czy roracniej czy każdej innej; czy jestem zaangażowany i uważny? Czy może rozpraszam się na sprawach i troskach, które są zawsze przede mną.

Czy zbytnio nie zabiegam o pozyskanie pozornej wielkości u ludzi tu na ziemi, która niekoniecznie poprowadzi mnie do prawdziwej wolności i wielkości przed Bogiem? Czy nie rozpieszczę sam siebie przez pobłażliwość sobie?

Prośmy Boga, by pomógł nam całym sercem, wszystkimi myślami i z wszystkich sił, gwałtownie szukać Go i kochać, żeby pomógł nam otworzyć oczy, uszy i serce na Jego obecność.

Zakończenie modlitwy

Kończąc modlitwę porozmawiaj z Panem i powiedz Mu o tym, co teraz czujesz, co myślisz, czego doświadczasz, co się

zadziało przez ten czas modlitwy. Niech to będzie spontaniczna rozmowa. 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. Niech to zakończenie modlitwy nie będzie „urwane”, ani „na odczepnego”. Poproś o łaskę bycia odważnym w życiu podobnie jak Chrzciciel. Porozmawiaj z Jezusem o tym, czego doświadczyłeś podczas tej medytacji. Podziękuj za ten czas spotkania. Postaraj się być gotowym...

Wypowiedz przed Nim swoje uczucia – radości, pokoju, bezpieczeństwa, a może smutku, obawy, lęku. Bądź szczery przed Panem. Możesz Mu podziękować za to, co odkryłeś (choć może to być nie łatwe, może odkryłeś swoje kompromisy, dwulicowość, udawanie) lub poprosić Go o coś, czego bardzo potrzebujesz w Twoim nawróceniu, może w lepszym przeżywaniu Eucharystii, szczególnie uważności. By bardziej jednoczyć się z Jezusem. Porozmawiaj z Nim przez chwilę serdecznie – jak przyjaciel z przyjacielem.

Na zakończenie pomódl się słowami: **Ojciec nasz...** Możesz także skorzystać z modlitwy, którą modliłeś się wczoraj „**Duszo Chrystusowa**”.

Zachęcam, byś zapisał sobie refleksje po modlitwie, jakieś szczególne poruszenia duchowe czy myśli, światła, to, co ważnego stało się w przeciągu tego czasu, które będą takim swoistym dzienniczkiem duchowym z tych rekolekcji. Ważne, aby po modlitwie pozostał „ślad”, abyś pamiętał, by nie uleciało. Te zapiski mogą Ci pomóc zobaczyć drogę, po której Pan Cię prowadzi, ścieżki, po których On idzie z Tobą przez życie. Zapisz postanowienia.

Środa – 20 grudnia 2023 (Dzień 18)

Przeczytaj Ewangelię – J 13, 1; Łk 22, 19-20

Miłość posunięta aż do końca.

Jezus składa w ofierze samego siebie

I. Na początku modlitwy wycisz się, uświadom sobie Twoją obecność „tu i teraz”, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. Stań krok przed miejscem, gdzie będziesz chciał się modlić, czy to na klęcząco, czy na siedząco, czy stojąc. Uświadom sobie, że za chwilę zajmiesz to miejsce, Twoje miejsce spotkania z Bogiem. Przyjmij 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. Uspokój oddech, emocje, uczyni znak krzyża, zajmij swoje miejsce i uświadom sobie, że oto Bóg jest teraz przy Tobie. Po uczynieniu znaku krzyża, poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie a także o to, by to Duch Święty tę modlitwę prowadził, bo to On decyduje o tym, jaki będzie jej przebieg, by On Ciebie prowadził. Może to potrwać jakiś czas, nie spiesz się, abyś dobrze wszedł w to spotkanie.

Niech to wszystko, co Ci przyjdzie na modlitwie, będzie dla ucieśnienia Boga, dla Jego chwały, dla Twojego wzrostu w wierze, umocnieniu Twojej postawy służby, bardziej gorliwego uczestnictwa w Eucharystii jak i ku pożytkowi innych ludzi. Cokolwiek na modlitwie się wydarzy, jakie przyjdą Ci 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. Takie wprowadzenie do modlitwy niech będzie przez Ciebie kontynuowane przez całe rekolekcje. To bardzo ważne, aby dobrze wejść w modlitwę.

II. Wchodząc w to spotkanie przypomnij sobie tekst z Pisma świętego, który będziesz rozważał (możesz go jeszcze raz spokojnie przeczytać), a następnie zaangażuj wyobraźnię. Wyobraź sobie, siebie na Mszy Świętej. Zbliży się moment przeistoczenia chleba i wina w Ciało i Krew Jezusa. Oto wokół ołtarza – stołu ofiarnego – jestem z innymi jakby w Wieczerniku. Pośród nas Jezus, w osobie kapłana, czyni obecną swoją Ofiarę: Śmierć i Zmartwychwstanie.

III. Poproś teraz Pana o szczególny owoc tej modlitwy. Dziś poproś szczególnie, o łaskę pokornej i dogłębnej wiary w rzeczywistą obecność Jezusa podczas Mszy Świętej w Ciele i Krwi. **TO NIE JEST TEATR**. Pośród nas Jezus czyni obecną swoją Ofiarę: Śmierć i Zmartwychwstanie.

1. Oto wielka Tajemnica wiary

Tymi słowami kapłan niejako podsumowuje najważniejszy momenty Mszy Świętej, a my – uczestniczący w Ofierze – potwierdzamy, że Jezus prawdziwie umarł, zmartwychwstał i przyjdzie powtórnie. Każda Msza Święta skupia jak w soczewce to, co ogólnie nazywamy Dziełem Zbawczym, czyli czynami Pana Jezusa, poprzez które On przyniósł nam zbawienie. I **właśnie TO** podczas każdej Mszy świętej dokonuje się na ołtarzu w słowach i czynach kapłana. **Właśnie dlatego każda Msza jest ŚWIĘTA.**

2. Chleb i wino – Ciało i Krew

Kiedy mocą Ducha Świętego chleb i wino przeistaczają się w Ciało i Krew Pańską, zewnątrz jakby nic się nie dzieje. Wewnątrz natomiast zmienia się wszystko: odtąd pieczołowicie podnosimy każdy okrucz Hostii, jeśli przypadkiem wypadnie z rąk. Kto zechciałby pogłębić temat jeszcze bardziej, chciałby jeszcze więcej wyjaśnień teologiczno-filozoficznych, niech poczyta na temat

„transsubstancjacji”. Można także z ufnością dziecka po prostu zawierzyć słowom samego Pana, wypowiedzanym nad chlebem: To jest Ciało moje, które za was będzie wydane, skatowane i wydane na śmierć. Po Zmartwychwstaniu Apostołowie widzą odmienione Ciało Jezusa: jeszcze ze śladami Męki, lecz już niecierpiące, bo „chwalebne”, „przebóstwione”, uwolnione od śmiertelności i praw materii (Jezus nagle się pojawia, przenika przez zamknięte drzwi).

3. Święci kapłani sprawujący Eucharystię

O realności tego, co dzieje się na ołtarzu, dają świadectwo święci kapłani. Autor rekolekcji ignacjańskich, św. Ignacy Loyola, kiedy już przyjął święcenia kapłańskie, tak bardzo był poruszony tym, w czym uczestniczył, sprawując Eucharystię, często po prostu płakał. W duchowości mówi się o „darze łez”. Św. ojciec Pio czasem bardzo długo odprawiał Mszę św., z powodu zatrzymania się na Golgocie, przy Krzyżu Jezusa. Miał przy tym szczególną łaskę uczestniczenia w cierpieniach Pana, bowiem otrzymał stygmaty. Również sprawowanie Eucharystii przez św. Jana Pawła II zapamiętano, jako szczególne wydarzenie zjednoczenia z Panem. Zapytajmy siebie o nasze zjednoczenie duchowe z Jezusem? Jakie ono jest?

4. Znaki i cuda

Przyglądnijmy się cudom eucharystycznym, m.in. tym, które miały miejsce w Polsce w ciągu ostatnich lat. Choć nie mamy obowiązku w nie wierzyć ale ... warto zwrócić uwagę na wyniki niezależnych badań histopatologicznych, które dowiodły, że część Hostii, będącej przecież połączeniem mąki z wodą, stała się fragmentem tkanki mięśniowej serca w stanie agonii. Grupa krwi obecnej w Hostii jest taka sama. Zbieg okoliczności, przypadek? Czy coś jeszcze Bóg ma uczynić, abyśmy mocniej uwierzyli? Jakie jeszcze „dowody Miłości” są nam jeszcze potrzebne? Jak uczestniczymy

w tym cudzie Jezusa obecności w akcie miłości do nas? Jest taki i pozostanie dla nas.

Zakończenie modlitwy

Kończąc modlitwę porozmawiaj z Panem i powiedz Mu o tym, co myślisz, czego doświadczasz, co się zadziało przez ten czas modlitwy. Niech to będzie spontaniczna rozmowa. Wylej przed Nim swoje serce. Pamiętaj by to, co będziesz mówił Bogu miało związek z przebytą modlitwą. Poproś o łaskę otwartości na działanie Jezusa Eucharystycznego w swoim życiu. Poproś o światło, w jaki sposób mógłbyś pogłębić swój udział we Mszy Świętej. Powiedz Mu o tym, co dotknęło Twojego serca na tej modlitwie.

Wypowiedz przed Nim swoje zawierzenie. Bądź szczery przed Panem. Możesz Mu podziękować za to, co odkryłeś (choć może to być nie łatwe, bo może odkryjesz swoją małą wiarę, albo przyzwyczajenie, nędzę, biedę), lub poprosić Go o coś, czego bardzo potrzebujesz w Twoim nawróceniu, może w lepszym przeżywaniu Eucharystii.

Na koniec odmów (zaśpiewaj) tekst św. Tomasza z Akwinu

**Przed tak wielkim Sakramentem, upadajmy wszyscy wraz,
niech przed Nowym Testamentem, starych praw ustąpi czas.
Co dla zmysłów niepojęte, niech dopełni wiara w nas.**

Bogu Ojcu i Synowi, hołd po wszystkie nieśmy dni.

Niech podaje wiek wiekowi, hymn triumfu, dzięki, czci.

A równemu im Duchowi, niechaj wieczna chwała brzmi. Amen.

Zachęcam, byś zapisał sobie refleksje po modlitwie, jakieś szczególne poruszenia duchowe czy myśli, światła. Ważne, aby po modlitwie pozostał "ślad", Te zapiski mogą Ci pomóc zobaczyć drogę, po której Pan Cię prowadzi. Zapisz postanowienia.

Czwartek – 21 grudnia 2023 (Dzień 19)

Przeczytaj Ewangelię – J 1, 29-30. 32-34

Oto Baranek Boży, który gładzi grzechy świata

I. Na początku modlitwy wycisz się, uświadom sobie Twoją obecność „tu i teraz”, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. Stań krok przed miejscem, gdzie będziesz chciał się modlić, czy to na klęcząco, czy na siedząco, czy stojąc. Uświadom sobie, że za chwilę zajmiesz to miejsce, Twoje miejsce spotkania z Bogiem. Przyjmij 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. Uspokój oddech, emocje, uczyni znak krzyża, zajmij swoje miejsce i uświadom sobie, że oto Bóg jest teraz przy Tobie. Po uczynieniu znaku krzyża, poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie a także o to, by to Duch Święty tę modlitwę prowadził, bo to **On decyduje o tym, jaki będzie jej przebieg**, by On Ciebie prowadził i usuwał wszelkie przeszkody, wszelkie zakłócenia, roztargnienia w niej oraz by Twoje myśli, pragnienia i decyzje oczyszczał i kierował ku Panu Bogu. Może to potrwać jakiś czas, nie spiesz się, abyś dobrze wszedł w to spotkanie.

Niech to wszystko, co Ci przyjdzie na modlitwie, będzie dla chwały Boga, dla Twojego wzrostu w wierze, umocnieniu Twojej postawy służby, bardziej gorliwego uczestnictwa w Eucharystii jak i ku pożytkowi innych ludzi. Cokolwiek na modlitwie się wydarzy, jakie przyjdą Ci 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. To bardzo ważne, aby dobrze wejść w modlitwę.

II. Wchodząc w to spotkanie przypomnij sobie tekst z Pisma świętego, który będziesz rozważał (możesz go jeszcze raz spokojnie przeczytać), a następnie zaangażuj wyobraźnię. Wyobraź sobie, jak Jan Chrzciciel obmywa Jezusa wodą Jordanu i mówi: „Oto Baranek Boży”. Usłyszę te słowa, gdy wypowiada je kapłan podczas Mszy św.

III. Poproś teraz Pana o szczególny owoc tej modlitwy. Dziś poproś szczególnie, o łaskę głębokiego, świadomego uczestniczenia w Eucharystii.

1. (...) a wtedy zabije go (baranka) całe zgromadzenie Izraela o zmięczeniu (Wj 12, 6)

Obraz baranka i jego krwi ratującej życie, mamy już w Starym Testamencie, kiedy to przed Exodusem, czyli wyjściem narodu wybranego z niewoli egipskiej, spożywano go w wyjątkowy sposób. Krew baranka ofiarowanego Bogu i spożywanego przez żydowskie rodziny była znakiem ocalenia od śmierci. Odtąd ten właśnie obrzęd powtarzano podczas każdego Święta Paschy. Natomiast w trakcie Paschy, to sam Jezus stał się Barankiem, a Jego Krew przyniosła ludzkości wyzwolenie od śmierci grzechu. To stało się faktycznie, rzeczywiście, realnie w Wielki Piątek, na krzyżu.

Tak wypełniło się proroctwo proroka Izajasza o cierpiącym „słudze Jahwe”, który miał stać się jak „baranek prowadzony na rzeź” (Iz 53, 7). Nie było w tym porównaniu ani trochę przesady, taka była rzeczywistość. Jezus to uczynił dla nas. Wyraź wdzięczność Jezusowi za to, co uczynił dla Ciebie.

2. Nazajutrz Jan zobaczył Jezusa (J 1, 29)

Słowa: „Oto Baranek Boży, który gładzi grzechy świata” po raz pierwszy słyszymy z ust Jana Chrzciciela. To jemu Bóg dał łaskę poznania Chrystusa, który przybył po Janowy „chrzest nawrócenia”. Jan zdawał sobie sprawę z tego, że to raczej on potrzebuje chrztu

z rąk samego Jezusa. Mimo to pokornie wziął udział w owym zaskakującym akcie uniżenia Jezusa - Bożego Baranka, wchodzącego w brudną rzekę grzechów ludzkości, dla ocalenia świata. Jezus wszedł także w brud moich grzechów. Przed Komunią Świętą kapłan, powtarzając słowa Jana Chrzciciela, zaprasza i wzywa do udziału w Uczcie, jaką jest spożycie Hostii – Baranka, zdaniem mistyków, „Chleba Aniołów”, „Pokarmu na życie wieczne”, „przedsmaku nieba”. Podczas każdej Mszy Świętej dokonuje się bezkrwawa Ofiara naszego Pana. Czy postrzegam Eucharystię jako okno, przez które trochę „widać” niebo? Na ile pragnę żyć wiecznie w niebie? Czym ono dla mnie jest?

3. To ci, którzy przychodzą z wielkiego ucisku... i w Krwi Baranka [swe szaty] wybielili (Ap 7, 14)

W modlitwach liturgicznych tuż za Apostołami, jako mieszkańcami nieba wymienia się Męczenników. Liczba osób, którzy w obecnych czasach oddają życie za wiarę w Jezusa, jest porażająca, a przecież każda z nich, to nasza siostra i brat w Chrystusie. Czy ofiarowuję za nich przynajmniej modlitwę? Na ile jestem gotowy cierpieć dla Jezusa, gdyby zaszła taka potrzeba? Wierzymy, że ci, którzy mieli udział w cierpieniach Pana, wraz z Barankiem są u „źródeł wód życia”, a każda łza ich bólu została otarta. Oby wiedza o ich cierpieniu i przelanej krwi mobilizowała nas do przyjęcia postawy solidarności i budziła do życia naszą wiarę. Na ile jesteś gotowy (gdyby zaszła taka potrzeba) na oddanie życia za Jezusa?

Zakończenie modlitwy

Kończąc modlitwę porozmawiaj z Panem i powiedz Mu o tym, co teraz czujesz, co myślisz, czego doświadczasz, co się zadziało przez ten czas modlitwy. Niech to będzie spontaniczna rozmowa. 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. Niech to zakończenie modlitwy nie będzie *"urwane"*, ani *"na odczepnego"*. Poproś o łaskę otwartości w swoim życiu i o postawę wdzięczności za to, co uczynił dla Ciebie Jezus. Podziękuję za łaskę wiary i możliwość przyjmowania Jezusa w Eucharystii. Zapytaj, jak możesz rozbudzić w sobie solidarność z cierpiącymi dla Imienia Pana. Proś o pragnienie życia wiecznego.

Bądź szczery przed Panem. Możesz Mu podziękować za to, co odkryłeś (choć może to być nie łatwe, bo może okazało się, że odkryjesz, coś trudnego). Poproś Go o to, czego potrzebujesz w Twoim nawróceniu, może w lepszym przeżywaniu Eucharystii.

Na zakończenie pomódl się słowami prefacji z okresu wielkanocnego w Liturgii:

Zaprawdę, godne to i sprawiedliwe, słuszne i zbawienne, abyśmy Ciebie, Panie, zawsze sławili, a zwłaszcza w tym dniu uroczyście głosili Twoją chwałę, gdy Chrystus został ofiarowany jako nasza Pascha.

On bowiem jest prawdziwym Barankiem, który zgładził grzechy świata. On przez swoją śmierć zniweczył śmierć naszą i zmartwychwstając, przywrócił nam życie. On nie przestaje się za nas ofiarować i wstawia się za nami u Ciebie jako nasz obrońca. Raz ofiarowany więcej nie umiera, lecz zawsze żyje jako Baranek zabity. Przez ofiarę swojego ciała na krzyżu dopełnił On ofiary Starego Przymierza i, oddając się za nasze zbawienie, sam stał się Kapłanem, Ołtarzem i Barankiem ofiarnym. Który z Tobą, Ojczy, w jedności Ducha Świętego, żyje i króluje na wieki wieków. Amen.

Zachęcam, byś zapisał refleksje po modlitwie, jakieś myśli, światła, postanowienia.

Piątek – 22 grudnia 2023 (Dzień 20)

Przeczytaj z Pisma świętego – Łk 24, 13-35

Miłość Chrystusa z grzechu wyprowadza dobro

I. Na początku modlitwy wycisz się, uświadom sobie Twoją obecność „tu i teraz”, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. Stań krok przed miejscem, gdzie będziesz chciał się modlić, czy to na klęcząco, czy na siedząco, czy stojąc. Uświadom sobie, że za chwilę zajmiesz to miejsce, Twoje miejsce spotkania z Bogiem. Przyjmij 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. Uspokój oddech, emocje, uczyni znak krzyża, zajmij swoje miejsce i uświadom sobie, że oto Bóg jest teraz przy Tobie. Po uczynieniu znaku krzyża, poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie a także o to, by to Duch Święty tę modlitwę prowadził, bo to On decyduje o tym, jaki będzie jej przebieg, by On Ciebie prowadził i usuwał wszelkie przeszkody, wszelkie zakłócenia, roztargnienia w niej oraz by Twoje myśli, pragnienia i decyzje oczyszczał i kierował ku Panu Bogu. Może to potrwać jakiś czas, **nie spiesz się**, abyś dobrze wszedł w to spotkanie.

Niech to wszystko, co Ci przyjdzie na modlitwie, będzie dla ucieśnienia Boga, dla Jego chwały, dla Twojego wzrostu w wierze, umocnienia Twojej postawy służby, bardziej gorliwego uczestnictwa w Eucharystii jak i ku pożytkowi innych ludzi. Cokolwiek na modlitwie się wydarzy, jakie przyjdą Ci 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. To bardzo ważne, aby dobrze wejść w modlitwę.

II. Wchodząc w to spotkanie (możesz jeszcze raz spokojnie przeczytać fragment Ewangelii), a następnie wyobraź sobie, drogę prowadzącą z góry do terenów położonych niżej. Zobacz dwóch mężczyzn, idących tą drogą i głośno rozmawiających o jakimś ważnym wydarzeniu, żywo gestykułujących, a nawet jakby spierających się ze sobą. Za nimi w niedużej odległości zobacz Jezusa.

III. Poproś teraz Pana o szczególny owoc tej modlitwy. Dziś poproś o łaskę spotkania Jezusa na drodze swojego życia.

1. Pierwsze co się rzuca w oczy w tym opowiadaniu, to smutek, Łukasz pisze: "Stanęli smutni", kiedy ten Nieznajomy ich zapytał o czym rozmawiają. Co prawda są w dwójkę ale samotni, ponieważ nie ma Jezusa, zabrakło Go na ich drodze. Jezus ich pociesza, tłumacząc im wydarzenia, których Oni nie rozumieją.

Kiedy poznali żywego Jezusa – bo później Go rozpoznali – to wracają tą samą drogą z Emaus do Jerozolimy, ale ta droga, jest już dla nich całkowicie inna. Jezusa dalej nie ma wśród nich w sposób widzialny, ale **jest doświadczenie** i zupełnie inaczej przebywają tę drogę, którą rano szli, bo **Jezus jest żywy – jest w ich życiu**.

Dołączę do wędrujących mężczyzn i tego Trzeciego, który zaczął iść z nimi. Posłucham ich rozmowy, przyjrzę się ich wyglądowi, twarzom, rozpoznam, co przeżywają. Gdzie w mojej codzienności jest obecny Pan Jezus: w pracy, wypoczynku, ze znajomymi, przed komputerem, telewizorem, komórką...?

2. Przyglądnijmy się dwom znakom, jakie otrzymali od Jezusa: pierwszy znak wy tłumaczenie im Słowa Bożego. **Słowo Boże, to jest Osoba**. Kiedy czytamy Pismo św. to nie są to tylko „czarne literki”, ale to jest żywe Słowo, to jest Bóg, to jest Osoba, która do nas mówi, która się z nami kontaktuje, właśnie przez Słowo. Dlatego i oni mówią

do siebie: "czy nie pamiętasz, jak nam serce pałało, kiedy nam Pisma w drodze wykladał". Jeżeli nie masz jeszcze takiego podejścia do Słowa, jak do Osoby, należy to radykalnie zmienić. Przypomnę sobie te sytuacje ze swojego życia, gdy doświadczyłem rozszerzenia horyzontów swojej wiary. Jeżeli nie mam jeszcze takiego doświadczenia, poproszę Jezusa, aby obdarzył mnie taką łaską. **By w świetle Słowa Bożego zobaczyć swoje życie.**

3. Wreszcie najmocniejszy znak – **Eucharystia**. Znak tłumaczenia Słowa Bożego nie jest pełny, jeszcze im nie wystarczył. Już czuli pewną zmianę i coś przeczuwali, że ten Nieznajomy może coś nowego wprowadzić w ich życie, ale **wreszcie dał się poznać po łamaniu chleba**, czyli w czasie Eucharystii. Jak to się stało? Pan Jezus będąc wśród uczniów był Głową Rodziny. I jako Głowie Rodziny, Jemu zawsze wypadło składać Bogu dziękczynienie za chleb przy posiłku. W Emaus, Jezus jest Gościem i to On – jako Gość – ma pierwszeństwo **łamania chleba**. Patrząc **jak On łamie chleb**, poznali Go. My jako chrześcijanie podobnie, poznajemy Pana Jezusa przy **łamaniu Chleba** – to znaczy w Eucharystii. Słowo **"łamać chleb"** oznacza **odprawiać Mszę św.**, sprawować Eucharystię. Popatrz, jakie to jest ważne dla nas. Czy będąc na Eucharystii, mam przekonanie, że przełamany chleb – Jezus – daje mi życie, że odzyskuję życie? Podziękuję Bogu za Eucharystię, za Ofiarę Jezusa, za życie.

Przypomnę sobie sytuacje trudne, w których ból i rozterka zalewały mi oczy i nie widziałem niczego i nikogo, tylko cierpienie... Czy szukałem wtedy Jezusa? Czy zwracałem się do Niego? Czy dzisiaj widzę te wydarzenia w innym świetle? Jeżeli nie, to poproszę Jezusa o łaskę, abym zobaczył te wydarzenia Jego oczami.

4. Jak bardzo my jesteśmy podobni do uczniów uciekających z Jerozolimy do Emaus. Te trzy ważne elementy, jak często są obecne w naszym życiu. Po pierwsze jesteśmy często sami, bez Jezusa, bo

wydaje się nam, że On zniknął. Jesteśmy często na naszej drodze ludźmi, którzy mówią podobnie jak oni: "a myśmy się spodziewali" Spodziewałem się, że to będzie inaczej, że ten lub ów będzie lepszy, że to życie będzie znośniejsze, łatwiejsze i wszystko inne..." Jak często w naszym dniu, życiu, jesteśmy ludźmi uciekającymi... I na tej naszej drodze (ucieczki) mamy dwa znaki, po których możemy rozpoznać Jezusa, że jednak nie jesteśmy sami to: Słowo Boże i Eucharystia. Niech nam obecność Jezusa towarzyszy.

Zakończenie modlitwy

Kończąc modlitwę porozmawiaj z Panem i powiedz Mu co myślisz, czego doświadczasz, co się zadziało przez ten czas modlitwy. Jak w poprzednie dni. Poproś o łaskę otwartości w swoim życiu i o postawę wdzięczności. Powierz Jezusowi obszar swojego życia, w którym najbardziej potrzebujesz łaski zbawienia. Porozmawiaj z Jezusem o tym, co poruszyło Ciebie podczas medytacji. Podziękuj za łaskę wiary i możliwość przyjmowania Jezusa w Eucharystii.

Wypowiedz przed Nim swoje uczucia – radości, pokoju, bezpieczeństwa, a może smutku, obawy, lęku. Bądź szczery przed Panem. Możesz Mu podziękować za to, co odkryłeś (choć może to być nie łatwe, bo odkryjesz trudne rzeczy o sobie może związane z uciekaniem), lub poprosić Go o coś, czego bardzo potrzebujesz w Twoim nawróceniu (radykalizmu ewangelicznego), lepszego przeżywania Mszy św.

Na zakończenie pomódl się słowami: **Ojcze nasz...**

Zachęcam, byś zapisał sobie refleksje po modlitwie, myśli, światła, to, co ważnego stało się w przeciągu tego czasu. Ważne, aby po modlitwie pozostał "ślad", abyś pamiętał, by nie uleciało. Te zapiski mogą Ci być pomocne.

Sobota – 23 grudnia 2023

Modlitwa powtórkowa (Dzień 21)

Idąc za wskazaniem św. Ojca Ignacego Loyoli, zapraszam, podobnie jak w zeszłym tygodniu, aby kolejny dzień naszych rekolekcji adwentowych, to była modlitwa powtórkowa.

W powtórkach modlitwy zachowujemy cały układ modlitwy taki sam: początek modlitwy, postawa, jak i miejsce oraz zakończenie. Wybieramy do powtórzenia tę modlitwę, którą zdecydujemy. Wyboru dokonujemy na kilka sposobów. 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 najłabiej, w którym miałeś bardzo dużo rozprożeń, 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. 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, na jeszcze głębszym poziomie, spotkać się z Bogiem w tych miejscach.

4. Jeżeli tak się zdarzyło, że opuściłeś któreś rozmyślanie z różnych racji czy „kumulacji spraw i trudności” to jest to dzień, aby właśnie tę modlitwę odprawić.

Powtórka to nie jest „kopiowanie” tej samej modlitwy w taki sam sposób jak prowadziliśmy ją za pierwszym razem. Powtarzanie ma na celu ponowne zatrzymanie się na tych samych treściach czy poruszeniach, które Cię dotknęły, jak pierwszy raz odbywałeś tę modlitwę; jednakowoż trzeba starać się wejść w nie jeszcze głębiej, spotkać się z Bogiem w tych miejscach, na jeszcze głębszym poziomie zażyłości, wejść wewnątrz siebie z uczuciami, emocjami, pełnym zaangażowaniem.

Powtórka to także umocnienie uzyskanego już owocu w pierwszej modlitwie. Nasz Pan chce jeszcze raz się z Tobą spotkać w tym właśnie tekście. Staraj się nie wyszukiwać nowych treści, tylko skoncentruj się na tych słowach i zdaniach, które wtedy Cię zatrzymały i dały najwięcej „smaku duchowego”, radości, pocieszenia, umocnienia...

Niech powtórka ugruntuje te owoce jakie osiągnąłeś za pierwszym razem. Smakuj, doświadczaj, ugruntowuj się w doświadczeniach duchowych.

Pamiętamy o tym, aby zachować schemat modlitwy: początek, wejście w modlitwę, uświadomienie sobie siebie samego i obecności Bożej. Na zakończenie rozmowa końcowa, zapisanie owoców modlitwy, postanowień.