



## Wrócić innym, czyli podróż życia z Tobiaszem

Rekolekcje ignacjańskie w życiu codziennym

biuletyn 6.03 – 12.03.2017

### Metoda medytacji — czas trwania (30-45 minut)

#### **przygotowanie**

- przeczytaj uważnie fragment biblijny i wprowadzenie
- wybierz to, co cię szczególnie porusza (pozytywnie lub negatywnie)
- nie jest konieczne przerobienie wszystkich treści

#### **rozmyślanie** (medytacja, kontemplacja)

- zastanów się przez chwilę, co będziesz czynił, przed Kim stajesz
- wyobraź sobie medytowane wydarzenie, patrz i słuchaj uważnie
- zatrzymaj się nad swoimi uczuciami i przeżyciami
- jeśli coś cię bardziej zaangażowało wewnętrznie podejmij w rozmowie

#### **rozmowa końcowa**

- zwracaj się do Boga, mając świadomość, że cię słucha

#### **refleksja po modlitwie**

#### **medytacja powtórkowa** (następnego dnia po każdej medytacji i w niedzielę)

- podjęcie i pogłębienie najważniejszych przemyślanych treści



**Eucharystia** w niedziele o 18.00,  
Bazylika Najświętszego Serca Pana Jezusa

**Konferencja i adoracja** w środy o 19.00,  
sala nr 9, Duszpasterstwo Akademickie WAJ

Jezuici, ul. Kopernika 26, Kraków

## **Medytacja 1: Tradycja i nowość wiary (Tb 1,3-2,8)**

*Obraz:* Czas wyruszyć w podróż. Pomyśl o bagażu i towarzyszu drogi.

*Prośba:* Aby moje zamiary, decyzje i czyny były na większą Bożą chwałę. (ĆD 46)

1. **Początek.** Dziś rozpoczyna się Twoja droga rekolekcji w życiu. Droga z Tobitem i Tobiaszem, Hanną i Sarą, Twoim Aniołem Stróżem oraz innymi osobami, z którymi dzielisz to doświadczenie. W tym jedynym wyjątkowym momencie życia wkraczasz na nowy szlak, ale w drodze jesteś nie od dziś. Nie zaczynasz od zera. Twoja droga życia doprowadziła cię dzisiaj tutaj, do spotkania z Tobitem. Czytając jego wyznanie, przyjrzyj się swojej drodze życia.

Tobit kreśli bardzo pozytywny obraz samego siebie. Można by powiedzieć, że się pyszni. Jego słowa przypominają słowa faryzeusza z przypowieści, którego postawę Jezus skrytykował. Jest jednak między nimi zasadnicza różnica. Tobit nie piętnuje i nie ocenia innych. Nie przypisuje też sobie chwalebnych cech. Prosto, rzeczowo i obiektywnie przedstawia swoje wybory i decyzje. Pisze co zrobił, a nie jaki jest. Tobit opisując swoje dobre uczynki nie chwali sam siebie, ale oddaje chwałę Bogu, dzięki któremu pozostał wierny. Twoja decyzja o rozpoczęciu rekolekcji jest również wyrazem wierności Panu. Godzi się pochwalić Go za ten twój dobry uczynek. Co chcesz powiedzieć Jezusowi o swojej drodze wierności i zaufania Bogu?

2. **Pragnienia.** W czasie tych rekolekcji często będzie ci towarzyszył symbol drogi. Drogi, którą zostawiasz za sobą, którą idziesz i która cię czeka. Pomyśl, czym dla ciebie jest ta droga? Co znaczy wyprawa czy wędrówka, jaki sens nadajesz byciu w drodze?

Drodze można przypisać skrajne znaczenia: dla jednych będzie to głównie przeznaczenie. Moja droga to mój los, dziedzictwo genów, historii, warunki społeczne, to, co na mnie wpływa, co mnie determinuje. Dla innych droga to wyłącznie doświadczenie i przeżywanie, zmiana, płynięcie z falą, koncentracja na tu i teraz, na swoich doznaniach i odczuciach. Warunki, w których żyjemy i świadome przeżywanie chwil są ważne, ale to za mało. O drodze można pomyśleć jeszcze inaczej: droga to pragnienie i głód. „Niespokojne jest serce nasze, póki nie spocznie w Tobie” pisał św. Augustyn. Do Boga prowadzi milion ścieżek i od Boga prowadzi milion ścieżek. Twoja droga jest jedna, jedyna i niepowtarzalna. Twoja droga to sztuka wyboru, to nieustanne decyzje i działania, które zbliżają cię, bądź oddalają od Boga. Szukanie tego, co prawdziwie poi i syci serce człowieka. Czego pragnie twoje serce?

3. **Wygnanie.** Tobit był wygnańcem w obcej ziemi, otoczonym nieprzyjaciółmi. Wykonywał zawód handlowy, miał żonę, syna i dalszą rodzinę. Jego wybory i postępowanie płynęły z jego serca, a nie z przymusu, wpływu otoczenia, konformizmu, czy przyzwyczajenia. Świadomie czynił dobro, dlatego, że warto być dobrym, a nie dlatego, że było to łatwe lub że spodziewał się nagrody w niebie (jak piszą znawcy: Tobit nie miał świadomości życia wiecznego po śmierci). Sens dobrych uczynków jest zawarty w nich samych, nie tłumaczy się przez żaden sens zewnętrzny.

Dla chrześcijanina droga jest czymś więcej, albo nawet kimś więcej, od czasu, gdy Jezus powiedział: „Ja jestem Drogą”. Spróbuj wsłuchać się w te słowa. Co one dla ciebie znaczą? Jezus jest Słowem Boga, sensem wszystkiego, co żyje. To twoja podstawowa odpowiedzialność: pragnienie, szukanie i odnajdywanie sensu życia, poprzez wybory, decyzje i czyny, podejmowane na twojej wyjątkowej i niepowtarzalnej drodze. Ani czas

wojny, ani stabilizacja, ani życie wśród bliskich czy nieprzyjaciół, ani rodzaj zawodu, ani stan życiowy same z siebie nie czynią twego życia dobrym albo złym, nie determinują twoich wyborów. Determinują je wewnętrzne pragnienia. Pragnienie sensu życia. Pragnienie Jezusa tu i teraz, i u kresu dni.

*Rozmowa końcowa:* Porozmawiaj z Jezusem o swojej dotychczasowej drodze życia. Co chciałbyś Mu o niej powiedzieć? Jakie nosisz pragnienia? Wylej przed Nim swoje serce (por. Ps 62, 9).

## **Medytacja 2: Bóg nie przestaje działać. Podjęcie ryzyka (Tb 3,16-17; 5,1-23)**

*Obraz:* Zobaczę Tobita lub Sarę jak zwracają się do Boga w ufnej modlitwie. Postaram się choć chwilę im towarzyszyć.

*Prośba:* O dostrzeżenie prowadzenia przez Boga na naszej drodze życia.

1. **Modlitwa.** Zarówno Tobit jak i Sara są już u kresu wytrzymałości z powodu wielu przeciwności, które ich spotkały. Mimo to wierzą w sprawiedliwego, miłosiernego i wiernego Boga. Zwracają się do Niego w największej rozpacz. Choć oboje myślą o śmierci, to Bogu oddają swój los i życie.

Spojrzę na swoje życie. Mogło nie być w nim tak dramatycznych momentów, ale może często czuję się udręczony troskami, trudnościami czy niepowodzeniami. Jaka jest wtedy moja postawa? Ku czemu się zwracam? Jak wtedy dostrzegam Tego, który mnie stworzył i ukształtował? Czy mam na tyle sił i wiary, aby zwrócić się z ufnością ku Bogu jak Tobit czy Sara?

2. **Bóg wysłuchuje modlitw** udręczonych ludzi i zsyła im pomoc. Nie musi to być bezpośrednia, nadzwyczajna interwencja. Nieraz pomoc ta może przejawiać się przez działanie Bożych wysłanników, którzy pomagają w urzeczywistnieniu Jego planu. Bóg posyła tutaj anioła Rafała, który pojawia się w bardzo zwykły sposób jako młodzieniec Azariasz. Nikt na razie nie zauważa, że Bóg już działa.

Zobaczę ludzi, którzy mnie otaczają na co dzień: bliskich, znajomych, współpracowników, osoby ze wspólnoty, przyjaciół. Jak oni są dla mnie wsparciem? Jakie dobro i pomoc wnoszą w moje życie? Czy może ja sam jestem wsparciem dla innych, posłanym przez Boga towarzyszem?

3. **Przed podróżą.** Tobit chce zapewnić synowi bezpieczną podróż. Upewnia się, że Azariasz jest odpowiednim towarzyszem podróży dla Tobiasza. Mógłby nie zaakceptować tej pomocy. Nie wie, że za nią stoi Bóg. Jednak słowa Azariasza-Rafała napędzają nadzieję Tobita. Hanna, żona Tobita, zapłakała, gdy dowiedziała się o czekającej Tobiasza podróży. W emocjach zarzuca Tobitowi, że dla niego pieniądze są ważniejsze od własnego dziecka. Boi się utracić jedyne syna. Tobit uspokaja żonę. Zwycięża wiara w opatrzność Bożą. Każda podróż w nieznaną wiąże się pewnym ryzykiem, ale tutaj odwaga bierze górę.

W jaką stronę biegną moje myśli i uczucia, gdy stoję w przed jakimś nowym wyzwaniem w swoim życiu? Czy znajduję jakąś równowagę? Czy mogę liczyć na czyjeś wsparcie?

*Rozmowa końcowa:* Porozmawiam z Jezusem o moich uczuciach, pragnieniach lub obawach, które pojawiły się czasie tej modlitwy. Podziękuję za ludzi, których Bóg postawił na mojej drodze, aby byli mi pomocą.

### **Medytacja 3: Dobroczynna moc stworzeń (Tb 6, 1-19; Tb 8, 2-3; Tb 11, 1-12)**

*Obraz:* Wyobraź sobie: złapanie ryby, podzielenie jej na części, w tym lekarstwo i posiłek. Możesz obserwować tę scenę niejako „z boku”, bądź wcielić się w rolę Tobiasza. Zauważ też psa – stworzenie dyskretnie przypominające o wierności, która cechuje Boga.

*Prośba:* Poproś o dostrzeżenie i docenienie codziennych Bożych darów.

1. **Boże dary.** Streszczając swoją fundamentalną wizję, św. Ignacy Loyola w książeczce *Ćwiczeń Duchowych* mówi, że „inne [wyjąwszy człowieka] rzeczy na powierzchni ziemi stworzone zostały dla człowieka po to, by mu służyć pomocą w zmierzaniu do celu, dla którego został stworzony”. Oznacza to, że wszelkie stworzenie (poza człowiekiem) jest dla człowieka i ma człowiekowi służyć.

Tobiasz ze złapanej ryby zrobił dobry użytek. Posłużyła ona nie tylko jako pożywienie, ale także jako lekarstwo dla jego żony i ojca. Przypatrz się podobnym „rybom” w swoim życiu. Spróbuj dostrzec wartość (piękno, użyteczność itp.) w małych, prozaicznych rzeczach w swojej codzienności, takich jak choćby posiłki bądź lekarstwa. Czy kiedykolwiek przyszła Ci do głowy myśl, że herbata z sokiem malinowym, otrzymana od babci na przeziębienie, może być Bożym darem? Czy pamiętasz o pięknym zwyczaju modlitwy przed i po posiłku? Modlitwa ta przypomina o Tym, od którego mamy codzienne dary i uczy za nie dziękować. Jakimi darami swojej dobroci Bóg nasycy codziennie Twoje życie?

2. **Eucharystia.** Poza zwyczajnym, naturalnym użytkowaniem ze stworzeń: roślinności, zwierząt, dóbr natury, a także ludzkich zdolności, niektóre z nich Bóg spożytkowuje w sposób ponadnaturalny: przemienia na szczególny dar na ziemi – Eucharystię.

Eucharystia to wyjątkowe wydarzenie obfitowania darów Bożych. Ostatnio często słyszy się o tzw. Mszach św. o uzdrowienie. Tymczasem każda Msza św. jest Mszą o uzdrowienie, bo w istotę tego sakramentu wpisana jest moc zmartwychwstałego Zbawiciela. Jak wygląda Twoja pamięć o tym szczególnym darze? Na ile jest ona żywa, a na ile to wyjątkowe wydarzenie stało się dla Ciebie tylko zwyczajną praktyką religijną o nieznanym Ci wartości? Który z dostrzeganych przez Ciebie darów dostępnych na co dzień ma na Ciebie leczący wpływ?

3. **Posłuszeństwo.** Istotnym aspektem korzystania z Bożych darów z pozytywnym skutkiem jest posłuszeństwo. Tobiasz daje posłuch słowom Azariasza: najpierw co do samego złapania ryby, potem w kwestii tego, w jaki sposób ma jej użyć, aby uleczyć swoją żonę i ojca. Dobroczynna moc płynąca z tej ryby jest przed nim odkrywana stopniowo. Wymaga to pewnej dozy pokory i zaufania do drugiej osoby.

Zamiast kłócić się z decyzją rodzica, przyjaciela, współmałżonka, przełożonego i okazywać swą złość, możesz próbować przyjąć coś, z czym może początkowo się nie zgadzasz. Może się okazać, że owoce wysłuchania z pokorą racji innej osoby będą większe niż te, które mogłyby płynąć z próby rozwiązania wszystkiego po swojej myśli. Nie zapominaj, że możesz pytać swojego Anioła o to, czego nie rozumiesz, jak uczynił Tobiasz. Jaka jest Twoja postawa wobec zaskakujących darów: niespodziewanych zdarzeń, sytuacji, spotkań, niewygodnych zadań, poleceń, wymagań, przeciwnych opinii, ocen czy wyborów?

*Rozmowa końcowa:* Z Tobiaszem, Aniołem bądź Jezusem porozmawiaj o tym, w jaki sposób robić dobry użytek z darów, które są Ci obecnie powierzone. Podziękuj Bogu za te dary, nie pomijając także tych mniej oczywistych.