

Zacznij znakiem Krzyża. **Wyobraź** sobie, że Bóg patrzy na Ciebie!

- **Poproś** Go, żeby był w centrum tej modlitwy (swoimi słowami).
- **Przeczytaj** kilka razy fragment (na odwrocie), zamknij oczy i spróbuj sobie **wyobrazić** lepione i formowane naczynie. **Nie spiesz się**. Masz czas.
- **Poproś** Boga, żeby pokazał Ci, że stwarzał Ciebie z miłością.

1. Jestem ulepiony przez Boga.

Wyobraź sobie garncarza jak zaczyna obrabiać bezkształtną bryłę gliny i powoli nadaje jej kształt. Zobacz, że chce z niej uczynić coś wspaniałego.

Patrz po kolei na wszystkie swoje cechy: fizyczne, psychiczne, Twój charakter i zachowanie. **Wyobrażaj** sobie i **uświadamiaj**, że Bóg Ciebie tak kształtował przez całe życie. Formował Cię swoimi rękami.

(Szukaj konkretów!)

2. Zniekształcenia.

Wyobraź sobie, że czasem coś idzie „nie tak” w formowaniu gliny. Gdzieś jest za miękka, gdzie indziej za twarda, coś w niej pęka.

Zobacz, że garncarz nie wyrzuca gliny. Robi z niej inne, nowe naczynie.

Przypomnij sobie swoje zniekształcenia, trudne doświadczenia i rzeczy, których w sobie nie lubisz. Nie jesteś „do niczego”, nie tracisz na wartości. Będziesz dobrym, wspaniałym naczyniem.

(Szukaj konkretów i... **nie spiesz się!** Kop głęboko w swoim sercu...)

3. Proces.

Zobacz, że ukształtowanie idealnego naczynia zabiera dużo czasu.

Zastanów się, na jakim etapie Ty jesteś, jako naczynie. Czy jesteś jeszcze bezkształtną bryłą? Jesteś w zaraz po zniekształceniu? Czy może już jesteś malowanym i ozdabianym naczyniem? Jeszcze dużo przed Tobą!

(Jeszcze zostało Ci trochę czasu do końca? Zacznij ponownie od pkt. 1!)

Na koniec **wyobraź** sobie, że rozmawiasz z Bogiem garncarzem, który Cię ulepił. **Pogadaj** z Nim o tym wszystkim. **Dziękuj, opowiadaj, proś, pytaj...**

Rozmowę **zakończ** modlitwą „Ojcze nasz...” i znakiem Krzyża.

Z Księgi Jeremiasza (Jr 18, 1-6)

Słowo, które Pan oznajmił Jeremiaszowi: «Wstań i zejdź do domu garncarza; tam usłyszysz moje słowa». Zstąpiłem więc do domu garncarza, on zaś pracował właśnie przy kole. Jeżeli naczynie, które wyrabiał, uległo zniekształceniu, jak to się zdarza z gliną w ręku garncarza, wyrabiał z niego inne naczynie, jak tylko podobało się garncarzowi. Wtedy Pan skierował do mnie następujące słowo: «Czy nie mogę postąpić z wami, domu Izraela, jak ten garncarz? - wyrocznia Pana. Oto bowiem jak glina w ręku garncarza, tak jesteście wy, domu Izraela, w moim ręku.

(Na modlitwę masz 45 minut. Nie musisz przerobić wszystkich punktów – nie o to chodzi. Ale nie próbuj też skracać tego czasu! 😊)

Więcej?

www.facebook.com/cwiczeniaduchowe
www.cwiczeniaduchowe.blog.deon.pl
cwiczeniaduchowe@jezuici.pl