

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** śmiesznego gościa na drzewie. **Nie spiesz się**. Masz czas.
- **Poproś** Boga, żeby pomógł Ci bardziej polubić siebie samego/samą.

1. Celnik Zacheusz.

Wyobraź sobie niskiego, zakompleksionego i nielubianego człowieka.

Uświadom sobie, że był on oszustem, okradał wszystkich i bogacił się ich pieniędzmi. Ludzie go nienawidzą, obwiniają i oceniają. Jest odrzucony.

Przypomnij sobie i **nazwij** czego Ty w sobie nie lubisz, czego się wstydzisz. Co sprawia, że inni Ciebie unikają lub oczerniają? **Nazwij** to.

(Szukaj konkretów!)

2. Tłum i ryzyko.

Wyobraź sobie, jak Zacheuszowi zależy na spotkaniu Jezusa, ale nie potrafi do Niego dojść. Jest niski, nic nie widzi, nie potrafi się przepchać.

Wyobraź sobie, jak wchodzi na drzewo i wystawia się. Inni z niego szydzą.

Przypomnij sobie jak presja tłumu i opinia innych gasi Twoje dążenie do radości i życia w pełni. **Przypomnij** sobie Twoje momenty wystawiania się.

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

3. Uśmiech Jezusa.

Wyobraź sobie jak Jezus na niego patrzy. Zobacz oczy pełne radości, akceptacji i miłości. Nie ocenia, nie wyśmiewa, nie ma mu nic za złe.

Zobacz jak reakcja Jezusa odmienia całą sytuację. Inni ludzie przestają się liczyć, Zacheusz cieszy się, spotyka Jezusa i z radości chce czynić dobro.

Przypomnij sobie momenty, gdy potrafiłeś być w pełni sobą,

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

Na koniec **wyobraź** sobie, że rozmawiasz z Jezusem. **Pogadaj** z Nim o TOBIE i o tym, co teraz zobaczyłeś. **Dziękuj, opowiadaj, proś, pytaj...**

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

Z Ewangelii wg św. Łukasza (Łk 19,1-10)

Jezus wszedł do Jerycha i przechodził przez miasto. A [był tam] pewien człowiek, imieniem Zacheusz, zwierzchnik celników i bardzo bogaty. Chciał on koniecznie zobaczyć Jezusa, kto to jest, ale nie mógł z powodu tłumu, gdyż był niskiego wzrostu. Pobiegł więc naprzód i wspiął się na sykomorę, aby móc Go ujrzyć, tamtędy bowiem miał przechodzić. Gdy Jezus przyszedł na to miejsce, spojrzał w górę i rzekł do niego: «Zacheuszu, zejdz prędko, albowiem dziś muszę się zatrzymać w twoim domu». Zszedł więc z pośpiechem i przyjął Go rozradowany. A wszyscy, widząc to, szemrali: «Do grzesznika poszedł w gościnę». Lecz Zacheusz stanął i rzekł do Pana: «Panie, oto połowę mego majątku daję ubogim, a jeśli kogo w czym skrzywdziłem, zwracam poczwórnice». Na to Jezus rzekł do niego: «Dziś zbawienie stało się udziałem tego domu, gdyż i on jest synem Abrahama. Albowiem Syn Człowieczy przyszedł szukać i zbawić to, co zginęło»

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

Więcej?

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