

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 **wyobraź** sobie syna w ramionach radosnego ojca. **Nie spiesz się**. Masz czas.
- **Poproś** Boga, żeby pomógł Ci przyjąć Jego Miłość.

1. Swoje życie.

Wyobraź sobie człowieka sukcesu, który rzuca wszystko żyje po swojemu.

Zobacz jego porażkę. Cierpi głód i niedostatek, ale najbardziej go boli poczucie klęski. Jest zły na siebie. **Przypomnij** sobie takie znane Ci osoby.

Przypomnij sobie swoje porażki i momenty bezradności. Byłeś słaby.

(Szukaj konkretnych!)

2. Niewolnik.

Wyobraź sobie, jak syn próbuje poradzić sobie po swojemu. Nie wróci.

Zobacz, że on wcale nie chce wrócić do DOMU. Chce znaleźć jakąkolwiek pracę jako niewolnik, choćby u ojca. Nie chce miłości i przebaczenia ojca.

Zobacz, że nosi w swoim sercu żal i złość do siebie, ale za nic nie chce się przyznać do błędu i swojej słabości. Cierpi wstyd.

Przypomnij sobie swoje życiowe błędy i słabości. **Odnieś** to do siebie.

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

3. Ojciec.

Wyobraź sobie ojca który z radością wybiega na spotkanie syna. **Zobacz** jak go przytula. Patrz na jego twarz, słuchaj, co mówi. Nie ma mu za złe.

Zobacz syna, który dalej mówi o niewolnictwie i pracy. Jest skrupowany.

Popatrz na ojca, który z radości daje synowi wszystko, chce go przygarnąć.

Odnieś to wszystko do swojego życia. **Wczuj** się w sytuację syna.

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

Na koniec **wyobraź** sobie, że wracasz do Boga Ojca. Porozmawiaj z Nim o Jego Miłości i o Tobie. **Dziękuj, opowiadaj, proś, pytaj...**

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

Z Ewangelii wg św. Łukasza (Łk 15, 11-24)

«Pewien człowiek miał dwóch synów. Młodszy z nich rzekł do ojca: "Ojcze, daj mi część majątku, która na mnie przypada". Podzielił więc majątek między nich. Niedługo potem młodszy syn, zabrawszy wszystko, odjechał w dalekie strony i tam roztrwonił swój majątek, żyjąc rozrzutnie. A gdy wszystko wydał, nastał ciężki głód w owej krainie i on sam zaczął cierpieć niedostatek. Poszedł i przystał do jednego z obywateli owej krainy, a ten posłał go na swoje pola żeby pasł świnie. Pragnął on napełnić swój żołądek strąkami, którymi żywiły się świnie, lecz nikt mu ich nie dawał. Wtedy zastanowił się i rzekł: Iluż to najemników mego ojca ma pod dostatkiem chleba, a ja tu z głodu ginę. Zabiorę się i pójdę do mego ojca, i powiem mu: Ojcze, zgrzeszyłem przeciw Bogu i względem ciebie; już nie jestem godzien nazywać się twoim synem: uczyni mię choćby jednym z najemników. Wybrał się więc i poszedł do swojego ojca. A gdy był jeszcze daleko, ujrzał go jego ojciec i wzruszył się głęboko; wybiegł naprzeciw niego, rzucił mu się na szyję i ucałował go. A syn rzekł do niego: "Ojcze, zgrzeszyłem przeciw Bogu i względem ciebie, już nie jestem godzien nazywać się twoim synem". Lecz ojciec rzekł do swoich sług: "Przynieście szybko najlepszą szatę i ubierzcie go; dajcie mu też pierścienie na rękę i sandały na nogi! Przyprawdźcie utuczone cielę i zabijcie: będziemy ucztować i bawić się, ponieważ ten mój syn był umarty, a znów ożył; zaginął, a odnalazł się". I zaczęli się bawić.

(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