

## PAN JEST Z TOBĄ - rekolekcje w życiu codziennym 18.02-18.03.2024

### Tydzień 4, Medytacja 2

#### Nie lękaj się: Mk 6, 45-51 (Edycja Świętego Pawła)

Zaraz potem polecił swoim uczniom, aby wsiedli do łodzi i przepławili się przed Nim na drugi brzeg, do Betsaidy. On natomiast miał odprawić tłum. Kiedy rozstał się z nimi, poszedł na górę, aby się modlić. Gdy zapadł wieczór, łódź była na środku jeziora, a On sam pozostał na lądzie. Widząc, jak trudzili się przy wiosłowaniu, gdyż wiatr wiał z przeciwnej strony, około czwartej straży nocnej przyszedł do nich po jeziorze i chciał ich minąć. A oni, gdy Go zobaczyli idącego po jeziorze, myśleli, że to zjawa, i zaczęli krzyknąć. Wszyscy Go bowiem widzieli i przestraszyli się. Lecz On zaraz przemówił do nich: «Uspokójcie się! Ja jestem. Nie bójcie się!». I wszedł do nich do łodzi. Wtedy wiatr się uciszył.

**Modlitwa przygotowawcza:** Na początku modlitwy uświadom sobie, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. On jest teraz obecny przy Tobie. Rozważaj, jak patrzy na Ciebie. Po uczynieniu znaku krzyża poproś Go o łaskę skupienia w modlitwie, aby to Duch Święty ją prowadził i usuwał wszystkie przeszkody oraz oczyszczał Twoje intencje, czyny i wszelkie działania, kierując je ku większej chwale Boga.

**Obraz:** Wchodząc w modlitwę, przypomnij sobie tekst, który będziesz rozważać (możesz go jeszcze raz przeczytać), a następnie **zaangażuj swoją wyobraźnię**. Wyobraź sobie ludzi przepływających się łodzią przez jezioro.

**Prośba o owoc:** W dzisiejszej modlitwie **poproś o odwagę życia w pełni i zaufanie, że Pan jest z Tobą**.

**1. [...] trudzili się przy wiosłowaniu, gdyż wiatr wiał z przeciwnej strony.** Pan Jezus polecił uczniom, aby udali się przed Nim do Betsaidy. W połowie drogi, gdy byli na środku jeziora, zaczęła otaczać ich ciemność, a przeciwny wiatr utrudniał wiosłowanie. Podobnie jest z nami. Chociaż wiemy, że celem naszej ziemskiej wędrówki jest życie wieczne i pełne zjednoczenie z Bogiem, to nasza droga nieraz wydaje się pozbawiona światła. Pogrążeni w mroku zmagamy się ze słabościami, które przeszkadzają nam żyć miłością. Bywa, że koncentrując się na walce z przeciwnościami, zapominamy, jaki jest sens naszej podróży. Porozmawiaj z Panem Jezusem o tym, jak Ty w tym momencie czujesz się na swoim szlaku. Poproś, by pomógł Ci dostrzec, że jest przy Tobie, kiedy jest Ci trudno.

**2. Wszyscy Go bowiem widzieli i przestraszyli się.** Zdarza się, że widząc nadchodzącego Boga zaczynamy czuć strach. Nie rozpoznajemy Go i uruchamiają się w nas różne obawy i niepokoje. Uczniowie na widok Jezusa aż krzyknęli z przerażenia. Przyglądaj się, jak Pan Jezus reaguje na trwogę Swoich ukochanych. Co mówi do Ciebie w chwilach lęku?

**3. I wszedł do nich do łodzi. Wtedy wiatr się uciszył.** Wyobraź sobie, że jesteś jednym z uczniów, którym Pan Jezus poleca przepławę do Betsaidy. Postaraj się uruchomić swoje zmysły, by odczuć, jak wsiadasz do łodzi i zabierasz się za wiosłowanie. Kiedy wyruszasz w tę podróż, popołudniowe słońce ogrzewa Twoje ciało. Jednak gdy jesteś już daleko od brzegu, nadchodzi wieczór. Robi się chłodno i ciemno, a do tego wiatr wieje Ci prosto w twarz. Wiosłowanie kosztuje Cię teraz coraz więcej wysiłku. W tym znoju zobacz, jak obok Twej łodzi przechodzi Chrystus i wsiada do niej. Co dzieje się w Tobie, kiedy czujesz przy sobie obecność Pana? Poproś, by pokazał Ci, że z Nim nic Ci nie grozi.

**Rozmowa końcowa:** Porozmawiaj z Bogiem o tym wszystkim, co zrodziło się w Twoim sercu pod wpływem dzisiejszej modlitwy. Wypowiedz przed Nim swoje uczucia – lęku, niepewności, ale może i nadziei na prawdziwe spotkanie. Bądź szczery przed Panem. Możesz Mu podziękować za to, co odkryłeś lub poprosić Go o coś, czego bardzo potrzebujesz. Porozmawiaj z Nim przez chwilę serdecznie – jak przyjaciel z przyjacielem. Na zakończenie pomódl się słowami modlitwy „Ojcze nasz”.