

# JÓZEF AUGUSTYN SJ



## ADAMIE, GDZIE JESTEŚ?

Rozważania rekolekcyjne oparte na *Ćwiczeniach duchownych*  
św. Ignacego Loyoli. Tydzień pierwszy

Wydawnictwo WAM • Księża Jezuici  
Kraków 2012

ROZWAŻANIA REKOLEKCYJNE  
OPARTE NA *ĆWICZENIACH DUCHOWNYCH*  
ŚW. IGNACEGO LOYOLI

FUNDAMENT  
UZDROWIENIE Z POCZUCIA KRZYWDY

TYDZIEŃ PIERWSZY  
ADAMIE, GDZIE JESTEŚ?

TYDZIEŃ DRUGI  
DAJ MI PIĆ

TYDZIEŃ TRZECI  
W JEGO RANACH

TYDZIEŃ CZWARTY  
WIDZIELIŚMY PANA

SYNTEZA  
KAZANIE NA GÓRZE

© Wydawnictwo WAM, 2012

Na podstawie  
Józef Augustyn SJ, *Adamie, gdzie jesteś? Rozważania rekolekcyjne oparte  
na pierwszym tygodniu „Ćwiczeń duchownych” św. Ignacego Loyoli,*  
Wydawnictwo M, Kraków 2001

Redakcja  
Katarzyna Stokłosa

Korekta  
Dariusz Godoś

Projekt okładki  
Piotr Druciarek

Na okładce  
Fragment fresku *Stworzenie Adama*  
Michał Anioł, Kaplica Sykstyńska, Watykan

ISBN 978-83-7505-920-5

NIHIL OBSTAT. Przełożony Prowincji Polski Południowej Towarzystwa Jezusowego  
ks. Wojciech Ziólek SJ, prowincjał, Kraków, 6 grudnia 2011 r., l.dz. 349/2011.

WYDAWNICTWO WAM  
ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków  
tel. 12 62 93 200 • faks 12 42 95 003  
e-mail: [wam@wydawnictwowam.pl](mailto:wam@wydawnictwowam.pl)  
[www.wydawnictwowam.pl](http://www.wydawnictwowam.pl)

DZIAŁ HANDLOWY  
tel. 12 62 93 254-255 • faks 12 43 03 210  
e-mail: [handel@wydawnictwowam.pl](mailto:handel@wydawnictwowam.pl)

KSIĘGARNIA INTERNETOWA  
tel. 12 62 93 260, 12 62 93 446-447  
faks 12 62 93 261  
[e.wydawnictwowam.pl](http://e.wydawnictwowam.pl)

Drukarnia Wydawnictwa WAM  
ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków

## I. WALKA JAKUBA Z ANIOŁEM

*Gdy zaś Jakub pozostał sam jeden, ktoś zmagał się z nim aż do wschodu jutrzeńki, a widząc, że nie może go pokonać, dotknął jego stawu biodrowego i wywichniął Jakubowi ten staw podczas zmagania się z nim. A wreszcie rzekł: „Puść mnie, bo już wschodzi zorza!” Jakub powiedział: „Nie puszcę cię, dopóki mi nie pobłogosławisz!” Wtedy [tamten] go zapytał: „Jakie masz imię?” On zaś rzekł: „Jakub”. Powiedział: „Odtąd nie będziesz zwał się Jakub, lecz Izrael, bo walczyłeś z Bogiem i z ludźmi i zwyciężyłeś”. Potem Jakub rzekł: „Powiedz mi, proszę, jakie jest Twe imię?” Ale on odpowiedział: „Czemu pytasz mnie o imię?” – i pobłogosławił go na owym miejscu (Rdz 32, 25-30).*

*Potem Jezus odszedł stamtąd i podążył w stronę Tyru i Sydonu. A oto kobieta kananejska, wyszedłszy z tamtych stron, wołała: „Ulituj się nade mną, Panie, Synu Dawida! Moja córka jest ciężko nękana przez złego ducha”. Lecz On nie odezwał się do niej ani słowem. Na to podeszli Jego uczniowie i prosili Go: „Odpraw ją, bo krzyczy za nami”. Lecz On odpowiedział: „Jestem posłany tylko do owiec, które poginęły z domu Izraela”. A ona przyszła, padła Mu do nóg i prosiła: „Panie, dopomóż mi”. On jednak odparł: „Niedobrze jest zabierać chleb dzieciom, a rzucać szczeniętom”. A ona odrzekła: „Tak, Panie, lecz i szczenięta jedzą okruchy, które spadają ze stołu ich panów”. Wtedy Jezus jej odpowiedział: „O niewiasto, wielka jest twoja wiara; niech ci się stanie, jak pragniesz!” Od tej chwili jej córka była zdrowa (Mt 15, 21-28).*

**Modlitwa przygotowawcza:** „Prosić Boga, Pana naszego, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny były skier-

rowane w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu”<sup>1</sup>.

**Obraz do medytacji:** Przedstawmy sobie kobietę kananej-ską, która idzie za Jezusem, wołając cierpliwie i wytrwale: *Ulituj się nade mną, Panie, Synu Dawida!*

**Prośba o owoc medytacji:** Prośmy o szczerzy, zaangażowany i ofiarny dialog z Bogiem w tych rekolekcjach. Módlmy się też o wierność i wytrwałość naszej modlitwy.

## 1. ZOSTAŁ SAM JEDEN

Na początku naszych rozważań chciejmy zobaczyć kontekst walki Jakuba z Aniołem. Jakub oczekuje na spotkanie ze starszym bratem Ezawem. Przewiduje, iż będzie to spotkanie trudne. Przez wiele lat obaj żyli w wielkiej wrogości. Jakub obawia się, że Ezaw będzie chciał się zemścić za jego „nieuczciwe zagrania” z przeszłości, szczególnie zaś za podstępnie odebrane mu, z pomocą matki, błogosławieństwa ojca Izaaka. Jakub, w przeddzień spotkania z Ezawem, zostawia na brzegu rzeki cały swój dobytek: *Jeszcze tej nocy wstał i zabrawszy obie swe żony, dwie ich niewolnice i jedenaścioro dzieci, przeprowił się przez bród potoku Jabbok. A gdy ich przeprowił przez ten potok, przeniósł również [na drugi brzeg] to, co posiadał* (Rdz 32, 23-24). Sam natomiast pozostaje, aby się modlić. I tu właśnie ma miejsce jego tajemnicze spotkanie z Aniołem Jahwe.

*Gdy zaś [...] pozostał sam jeden...* – mówi Autor biblijny. Aby owocnie rozmawiać z Bogiem, by wejść z Nim w szczerzy dialog, człowiek musi najpierw zostać *sam jeden*, musi wszystko zostawić „na drugim brzegu rzeki”. Do modlitwy konieczna jest samotność serca, dzięki której możemy w pełni otworzyć się na Boga. Nie można wejść w głębsze spotkanie z Bogiem, kiedy w modlitwie zajmujemy się przede wszystkim i jedynie ciężarami codzienności, obowiązkami i sprawami, które wywołują w nas zbytnią troskę i niepokój.

---

<sup>1</sup> Św. Ignacy Loyola, *Ćwiczenia duchowne*, Kraków 2002, 46. Dalej: *Ćd.*

Kiedy Jakub zostaje sam na sam ze sobą, zostaje sam na sam z Bogiem. I w takiej właśnie chwili Ktoś, jakaś Tajemnicza Istota, zмага się z nim. Jakub rozpoczyna swoją modlitwę, oddalając się od wszystkiego, co posiadał, aby móc zostać *sam jeden*. I my naszą modlitwę rozpoczynamy, tworząc w sobie przestrzeń samotności. Bóg wchodzi w tę przestrzeń ze swoim słowem, ze swoją miłością, pociechą i łaską. A ponieważ często jesteśmy wewnątrznie obojętni i niewrażliwi na Niego, On zмага się z nami. Pan Bóg wchodzi w życie człowieka tylko wtedy, kiedy ten robi Mu choćby trochę miejsca. Pan potrzebuje choćby najmniejszej przestrzeni wolności w naszym sercu, by móc w nim działać. Bycie „sam na sam z Bogiem” to istotny początek modlitwy.

*Gdy zaś [...] pozostał sam jeden...* Najpełniejszym symbolem naszej modlitwy jest nasza śmierć. To właśnie w śmierci naprawdę zostajemy „sam na sam z Bogiem”. W chwili śmierci człowiek tak bardzo zostaje sam, iż nikt z ludzi nie jest w stanie wejść w to, co dzieje się między Bogiem a umierającym. Nikt. Nie można towarzyszyć człowiekowi w tajemnicy jego umierania. To moment najpełniejszego spotkania człowieka z Bogiem.

Prośmy, abyśmy w tych rekolekcjach chcieli wejść w samotność naszego serca, byśmy nie bali się jej, ale przyjęli ją jako wielką szansę. Szansę na pogłębienie naszego związku z Bogiem i z bliźnimi. Szansę na głębsze pojednanie z sobą. Módlmy się również, by w tę przestrzeń samotnego serca wszedł Bóg.

Zanim nasza modlitwa stanie się łagodnym odpoczynkiem, wielkim pocieszeniem, musi najpierw przejść przez okres zmagania, walki, trudu, ofiary. *Dawny człowiek* (por. Ef 4, 22) w nas niełatwo poddaje się Bogu; z wielkim trudem rezygnuje ze swojej wolności, aby poddać ją wolności Boga. W chwilach intensywnej modlitwy doświadczamy w sobie w sposób szczególny oporu *dawnego człowieka*. Aby go zwyciężyć i poddać słowu Bożemu, konieczne jest nasze zmaganie, nasza walka.

## 2. KAŻDY Z NAS CIERPI

Autor natchniony pisze, iż *ktos* zmagał się z Jakubem *aż do wschodu jutrzeńki, a widząc, że nie może go pokonać, dotknął jego stawu biodrowego i wywichnął Jakubowi ten staw podczas zmagania się z nim*. Doświadczenie duchowe wielu pokazuje, że sprzeciw i opory wobec Boga łatwiej zostają pokonane w chwilach cierpienia. Każdy z nas cierpi. Nie wszyscy oczywiście jednakowo cierpimy, nie ma jednak ludzi wolnych od cierpienia.

Zdarzają się może osoby, które udają, że cierpienie ich nie dotyka. Niektórzy usiłują wprowadzić podchodzić do życia „na wesoło”, ale jest to możliwe tylko do pewnego momentu. Tam, gdzie człowiek za wszelką cenę ukrywa cierpienie, zwykle jest ono znacznie głębsze i bardziej rozległe. Bł. Jan Paweł II stwierdza, że „cierpi naprawdę nie ten, kto cierpi, ale ten, kto nie wie, dlaczego cierpi”. Maskę wesołości nierzadko ukazuje lęk człowieka przed cierpieniem i śmiercią.

Prośmy, abyśmy w tych rekolekcjach nie uciekali od cierpienia, byśmy nie udawali, że nic nas nie boli. Módlmy się także, byśmy kierowani lękiem przed wysiłkiem i cierpieniem, nie uciekali przed naszym życiem oraz przed tym wszystkim, co w nim trudne. Módlmy się również, byśmy poczuli się odpowiedzialni za nasze życie, takie jakie jest nam dane dzisiaj.

Możemy być pewni, że sam Bóg odsłoni nam w tych dniach nasze „bolące miejsca”, nasze „zwichnięte biodro”. Kiedy bowiem nasze bolesne doświadczenia życiowe nie są oddane Bogu, stają się źródłem nieszczęścia, zgorzknienia, buntu przeciwko sobie, bliźnim i Bogu.

Tak jednak nie musi być. Najpierw trzeba nam uznać podstawową prawdę, że cierpienie jest częścią naszej egzystencji. Kiedy patrzemy naszym cierpieniom „prosto w oczy”, pełniej rozumiemy prawdę naszego życia. Prawda ta rodzi w nas pragnienie Boga. To właśnie dostrzegając słabości, cierpienia i ból, doświadczamy w sobie pragnienia Boga. To bardzo „ludzka” droga do Niego. Pan Jezus mówi, iż nie potrzebują lekarza zdrowi, ale ci, którzy źle się mają (por. Mt 9, 12).

Nie trzeba się wstydzić, że szukamy Boga, bo sami nie damy sobie rady. On czeka na nas tam, gdzie objawia się nasza wieloraka niemożność. Zmaganie się z własną słabością, kruchością i cierpieniem jest jednym z zasadniczych sposobów otwierania się na Boga i Jego miłość. Przysłowie „Jak trwoga, to do Boga” oddaje wielką prawdę o naszym życiu. Trzeba wyrzec się chorej szlachetności, która każe nam szukać Boga w sposób „bezinteresowny” i „bez żadnej przyczyny”. Szukamy Boga, ponieważ bez Boga nie potrafimy nic dobrego uczynić; bez Niego nie potrafimy ani żyć, ani też umierać. Bez Boga nie potrafimy „dobrze” cierpieć. Bez Jego miłosnej obecności każde cierpienie wyrządza nam wielką krzywdę i niszczy nas. Kiedy cierpienie zwichniętego stawu biodrowego dotknęło boleśnie Jakuba, wówczas spontanicznie się modlił, aby Jahwe został z nim „do końca”, tak jak „do końca” Bóg nas umiłował (por. J 13, 1).

### 3. PUŚĆ MNIE, BO JUŻ WSCHODZI ZORZA!

*A wreszcie rzekł: „Puść mnie, bo już wschodzi zorza!”* Kiedy robimy w naszym życiu miejsce Bogu, On przychodzi i prowadzi z nami dialog. Jednak w dialogu tym Stwórca zachowuje się nierzadko w sposób, który moglibyśmy „po ludzku” ocenić jako niekonsekwentny. Najpierw „sam” przychodzi, a później „sam” pragnie zostawić człowieka. Tajemnicza Istota mówi do Jakuba: *Puść mnie, bo już wschodzi zorza!*

Pan Jezus w swoich spotkaniach z ludźmi nierzadko zachowywał się podobnie. Klasycznym przykładem może być tu postawa Jezusa wobec uczniów idących do Emaus. Chrystus sam, z własnej inicjatywy, dołącza się do nich i zaprasza, aby wypowiedzieli się przed Nim szczerze: *Cóż to za rozmowy prowadzicie ze sobą w drodze?* (Łk 24, 17). A kiedy nawiązał się serdeczny dialog, Jezus *okazywał, jakoby miał iść dalej* (Łk 24, 28). Chrystus przychodzi sam, ale nie chce zostać z uczniami z własnej inicjatywy. Ewangelista pisze, iż uczniowie *przymusiłi Go* (Łk 24, 29), żeby został z nimi.



W życiu duchowym człowiek najpierw sam robi przestrzeń dla Boga, a później Bóg robi przestrzeń dla człowieka. To przestrzeń ludzkiej wolności. Jeżeli ma dojść do rzeczywistego spotkania z Bogiem, musimy sami z całą wolnością i zaangażowaniem wejść w dialog ze Stwórcą. *Zostań z nami, gdyż ma się ku wieczorowi i dzień się już nachylił* (Łk 24, 29). *Nie puszczę cię, dopóki mi nie pobłogosławisz!* – to dwie modlitwy, które objawiają determinację szukających Boga: uczniów idących do Emaus i Jakuba. Objawiają one radykalizm wewnętrznego pragnienia.

Prośmy w tej medytacji o taką właśnie wewnętrzną determinację, dzięki której zaprosimy, wręcz „przymusimy” Boga, aby został z nami. Bóg zostaje „do końca” z tymi, którzy Go szukają. Boga znajdują tylko ci, którzy Go głęboko i szczerze pragną. Aby móc Go znaleźć, trzeba już Nim żyć.

W obecnej modlitwie wróćmy do naszej przeszłości i spróbujmy zobaczyć najpierw chwile, w których bardzo nam zależało na Panu Bogu. Chwile, w których „przymuszaliśmy” Go, aby zostawał z nami. Jeżeli jest w nas dzisiaj choćby najmniejsze pragnienie modlitwy, to właśnie dlatego, iż takie chwile były w naszym życiu. Byliśmy na miarę naszej kruchości Bogu wierni.

Z drugiej strony, zobaczmy jednak także, jak bardzo byliśmy niekonsekwentni w naszych pragnieniach duchowych, w naszym szukaniu Stwórcy. Zauważmy, iż brakowało nam nieraz wytrwałości i ewangelicznego radykalizmu. Zauważmy też naszą opieszałość w modlitwie, w skupieniu wewnętrznym, w korzystaniu z sakramentów świętych. I właśnie z powodu duchowego lenistwa nasze pragnienie Boga bywa jeszcze powierzchowne. Jeżeli w życiu modlitwy brakuje konsekwencji i radykalizmu, brakuje także rozwoju i dojrzałości.

*Nie puszczę cię, dopóki mi nie pobłogosławisz!* – módlmy się tą właśnie modlitwą Jakuba. Prośmy, aby wraz z naszym życiem modlitwy rósł także nasz wewnętrzny radykalizm.

#### 4. WIERNOŚĆ KOBIETY KANANEJSKIEJ

Pan Bóg „poddaje próbie” pragnienia człowieka, sprawdza ich siłę. Aby móc pełniej zrozumieć tę prawdę, odwołajmy się do bardzo pięknego, choć także bardzo trudnego spotkania Jezusa z kobietą kananejską. Na początku spotkania Jezus zdaje się traktować tę biedną kobietę, poganę, w sposób chłodny i obojętny. Ona idzie za Nim, woła, krzyczy, a *On nie odezwał się do niej ani słowem*. Miłosierny i litościwy Jezus wydaje się niewrażliwy i nieczuły na biedę kobiety, której córka była ciężko nękana przez złego ducha.

Kiedy krzyk kobiety sprzykrzył się uczniom, proszą Go: *Odpraw ją, bo krzyczy za nami*. Jezus zdaje się słuchać uczniów i mówi do kobiety: *Niedobrze jest zabierać chleb dzieciom, a rzucać szczyniętom*. Odwołując się w tych słowach do „ludowej teologii” Żydów, w której poganie uważani byli za nieczyste psy, daje kobiecie odpowiedź odmowną. Były to przykre, a nawet bolesne słowa. Zauważmy jednak siłę wiary w odpowiedzi kobiety, jej głębię zaufania do Jezusa, głębię jej modlitwy: *Tak, Panie, lecz i szczynięta jedzą okruchy, które spadają ze stołu ich panów*. Dopiero po tych słowach Jezus odslania do końca „swoje karty”: *Wielka jest twoja wiara; niech ci się stanie, jak pragniesz*.

Kananejka miała wszelkie powody ku temu, by obrazić się na Jezusa. Odwołując się do swojego poczucia godności osobistej, mogłaby powiedzieć Jezusowi: „Niby dlaczego wy, Żydzi, jesteście wybranymi dziećmi Boga, a my, poganie, nieczystymi psami?”. Człowiek może obrazić się na Boga, kiedy Ten próbuje jego wiarę, kiedy zdaje się odmawiać spełnienia dobrze uzasadnionych „po ludzku” próśb.

Prośmy w tej medytacji, byśmy nie obrażali się na siebie samych, na bliźnich i na Boga, ale z najbardziej przykrych i bolesnych sytuacji, zdarzeń i słów umieli wyczytać prawdę o naszym stanie wewnętrznym. Prośmy także, byśmy pozwolili Bogu próbować naszą małą wiarę. Tylko w ten sposób mogą objawić się jej mocne i słabe strony. Im więcej jest nieraz prawdy w pewnych opiniach o nas i naszym życiu, tym bardziej obrażamy się na ludzi wyrażających te opinie i wycofujemy ze

wzajemnych relacji. Takie reakcje powodują jeszcze większe cierpienie, samotność, ból i udrękę.

Jezus będzie próbował naszą wiarę i zaufanie Jego słowu, aby dać nam szansę wzrostu. Prośmy o intuicję kobiety kanaanjskiej, o inteligencję serca, dzięki której będziemy umieli przeczuć, co Jezus robi z nami i jaki jest cel Jego działania wobec nas.

## 5. JAKIE JEST TWOJE IMIĘ?

Kiedy człowiek zadeklaruje swoje oddanie Bogu: *Nie puszczę cię, dopóki mi nie pobłogosławisz*, wtedy Pan Bóg wkracza w jego życie w sposób bardzo jednoznaczny i zdecydowany. I tu właściwie zaczyna się tak naprawdę dialog Boga z człowiekiem: „Jakie masz imię? Kim ty jesteś?”. Człowiek winien doświadczyć, kim jest, jeżeli ma rozmawiać prawdziwie z Bogiem. „Nie możesz rozmawiać ze Mną – zdaje się mówić Bóg do Jakuba – jeżeli nie znasz siebie”. Dojrzały dialog osobowy wymaga świadomości obu stron. Im bardziej jesteśmy enigmatyczni dla siebie samych, tym bardziej też bywamy zamknięci na Boga i Jego słowo.

Św. Augustyn, biskup Hippony i doktor Kościoła, modli się: „Obym poznał siebie, obym poznał Ciebie”. Początkiem prawdziwej modlitwy jest poznanie siebie. „Musimy wiedzieć, kim jesteśmy – pisze jeden z najwybitniejszych historyków duchowości Simon Tugwell OP. – Musimy dostrzec «jaśniej niż słońce», że wewnątrz siebie nie znajdziemy źródła dobra ani doskonałości. Musimy zrezygnować z wszelkich prób udawania przed Bogiem kogoś lepszego, niż jesteśmy w istocie, czy choćby zjednywania Go sobie. Musimy nauczyć się żyć z jak najgłębszym przekonaniem, że nie jesteśmy nawet nicością. Tylko wówczas Bóg może przetworzyć nas w coś prawdziwie pięknego”.

*Jakie masz imię?* – pyta Jakuba Anioł Jahwe. Ten odpowiada: *Jakub*. Imię *Jakub* etymologicznie znaczy „być oszustem”. Oszustwa Jakuba tak się zrosły z jego życiem, że stały się częś-

cią jego imienia. Sam Ezaw mówi o swoim bracie: *Nie darmo dano mu imię Jakub! Dwukrotnie mnie już podszedł: pozbawił mnie mego przywileju pierworodztwa, a teraz odebrał za mnie błogosławieństwo* (Rdz 27, 36). Kłamstwo i oszustwo tak się zrastają z człowiekiem, że stają się jego imieniem, jego życiem. Imię w sensie biblijnym to istota człowieka. Pytanie: „Jakie jest moje imię?” w tym kontekście to dla nas pytanie: „Jakie są moje kłamstwa?”.

Prośmy w tej medytacji, byśmy mieli odwagę wejść w nasze kłamstwa. Wejść w to wszystko, co zniekształca nasze życie, co fałszuje nasz obraz Boga, nasze spojrzenie na zasadniczy cel i sens życia. Życiowe kłamstwa, o których tu mówimy, wcielają się nieraz w pewien styl życia, w sposób zachowania, w sposób na życie. Nasza codzienność, życie społeczne, wspólnotowe są nieraz utkane z kłamstw. Oto pewne przykłady takich właśnie kłamstw wpisanych w mentalność społeczną: „Człowiek powinien piąć się coraz wyżej po drabinie kariery”; „Wszyscy powinni nas szanować”; „Nikt nie powinien sprawiać nam przykrości”; „Wszyscy powinni dobrze o nas mówić”.

Jakie są moje kłamstwa? Jakie są moje zniekształcenia obrazu Boga? Jakie są zniekształcenia sensu i celu mojego życia? Duchowość chrześcijańska, życie Ewangelią wymaga od nas krytycznego myślenia, wymaga refleksji, krytycznej oceny siebie. Lustrem tej oceny nie może być codzienna prasa, reklamy telewizyjne, opinie środowiska, panujące mody. Lustrem dla naszego życia winna być Ewangelia. Trzeba dobrze poznać pokusy kłamstwa we własnym życiu, aby móc rozumieć innych w tym względzie. Jeżeli nie zdemaskujemy naszych kłamstw, wtedy próbując demaskować cudze kłamstwa, będziemy ludźmi sądzić, obrażać, upokarzać, poniżać czy też moralizować. Nie będziemy im pomagać, ale przede wszystkim będziemy przerzucać na nich własny gniew i niezadowolenie z siebie.

## 6. ŻYCIE DUCHOWE ROZPOCZYNA SIĘ OD WEWNĘTRZNEGO NAWRÓCENIA

*Odtąd nie będziesz się zwał Jakub, lecz Izrael, bo walczyłeś z Bogiem i z ludźmi i zwyciężyłeś. Nie będziesz kłamcą, ale będziesz Izraelem, będziesz moim dzieckiem, będziesz moim synem. Dlaczego nie będziesz kłamcą? Bo kłamstwa nie dają ci życia, w kłamstwie nie ma szczęścia. Kłamstwo wypływa z lęku o siebie i jest źródłem nienawiści. To właśnie kłamstwa Jakuba były źródłem wzajemnych nieporozumień między nim a jego bratem Ezawem. To kłamstwa były przyczyną konfliktu z Bogiem i z sobą samym. Życie duchowe zaczyna się od przyznania się do kłamstwa, słabości, grzechu, po to by przyjąć imię nadane nam przez Boga. Życie duchowe rozpoczyna się od nawrócenia.*

W zakończeniu tej medytacji rozmawiamy najpierw z Matką Najświętszą jako Mistrzynią medytacji słowa Bożego. Prośmy Ją, aby prowadziła nas w tych rekolekcjach.

Rozmawiamy także z Jezusem, który wobec swojego Ojca był *tylko* Synem. Prośmy o wewnętrzne poznanie, co dla nas znaczy być dzieckiem – synem Ojca w niebie.

Rozmawiamy z Bogiem Ojcem, prosząc Go, byśmy odkryli Jego Boską miłość. Ojcostwo jest rodzeniem, dawaniem życia z miłości. Prośmy, byśmy w tych rekolekcjach zdemaskowali każdą formę załęknięcia przed Bogiem, które wypływa z naszego poczucia zagrożenia, z licznych ludzkich zranień, z chorego poczucia winy, z obawy przed śmiercią. Ponieważ czujemy się niekochani, odbieramy Boga jako zagrożenie. Zamykamy się na Niego, gdyż obawiamy się, że On może nas zranić tak, jak ranili nas bliźni. Prośmy, abyśmy umieli odczuć bezsens naszego bronienia się przed Bogiem, naszego uciekania przed Nim.

## SPIS TREŚCI

<b>WPROWADZENIA DO MEDYTACJI</b> .....	7
<b>I. WALKA JAKUBA Z ANIOŁEM</b> .....	9
1. Został sam jeden. ....	10
2. Każdy z nas cierpi .....	12
3. Puść mnie, bo już wschodzi zorza! .....	13
4. Wierność kobiety kananejskiej .....	15
5. Jakie jest twoje imię? .....	16
6. Życie duchowe rozpoczyna się od wewnętrznego nawrócenia .....	18
<b>II. MÓJ OBRAZ BOGA</b> .....	19
1. Bóg jest tajemnicą .....	19
2. Doświadczenie miłości ludzi i miłości Boga .....	20
3. Docenić kruchą ludzką miłość .....	21
4. Panie, pokaż nam Ojca, a to nam wystarczy .....	23
5. Moja fascynacja Bogiem .....	24
6. Miłowałem Izraela, gdy jeszcze był dzieckiem .....	25
<b>III. SŁUCHAJ, IZRAELU</b> .....	29
1. Pierwsze ze wszystkich przykazań .....	29
2. Bóg mówi, człowiek słucha .....	31
3. Pan Bóg jest nasz .....	33
4. Pan Bóg jest jedyny .....	35
5. Hierarchia wartości naszego życia .....	36
<b>IV. BĘDZIESZ MIŁOWAŁ PANA, BOGA SWEGO</b> .....	39
1. Miłowanie Boga .....	39
2. Integralność w miłości Boga .....	42
3. Tylko Bóg jest Bogiem .....	45
4. Bądźcie doskonali jak Ojciec wasz niebieski .....	47

<b>V. BĘDZIESZ MIŁOWAŁ BLIŹNIEGO SWEGO</b> .....	49
1. Bliźni konieczny do życia .....	49
2. Kto jest moim bliźnim? .....	51
3. Drugie przykazanie konsekwencją pierwszego ....	54
4. Wolność związana z miłością. ....	56
5. Formy manipulacji w codzienności życia .....	58
<b>VI. BĘDZIESZ MIŁOWAŁ SIEBIE SAMEGO</b> .....	61
1. Miłość siebie samego miarą miłości bliźniego. ....	61
2. Akceptacja własnego życia .....	63
3. Przyjęcie swojego życia jako daru miłości Boga ....	64
4. Miłość siebie równa miłości bliźniego .....	66
5. Żyje we mnie Chrystus .....	68
6. Nie ma większego przykazania od tych dwóch ....	68
<b>VII. KTÓŻ MNIE WYZWOLI Z CIAŁA, CO WIEDZIE KU ŚMIERCI?</b> .....	71
1. Gdy chcę czynić dobro, narzuca mi się zło .....	72
2. Chcę czynić dobro .....	74
3. Narzuca mi się zło .....	75
4. Nieszczęsny ja człowiek! .....	76
5. Łaska Boga przez Jezusa Chrystusa .....	77
<b>VIII. FASCYNACJA GRZECEM</b> .....	79
1. Dążenia szatana .....	80
2. Dialog ze złem pierwszą przyczyną grzechu .....	81
3. Szatan oskarżycielem .....	84
4. Bezradność człowieka w namiętności i pokusie ....	85
5. Zerwała zatem owoc i dała swemu mężowi .....	86
6. Boże, rozjaśnij ciemności mego serca .....	87
<b>IX. ROZCZAROWANIE GRZECEM</b> .....	89
1. Głębia przyzywa głębię hukem Twych potoków ..	90
2. Skryli się przed Panem Bogiem .....	92
3. Dlaczego twarz twoja jest ponura? .....	94
4. Bóg nie zostawia człowieka w jego grzechu .....	95
5. Rozmowa grzesznika z Jezusem ukrzyżowanym. . .	97

<b>X. ZGRZESZYŁEM WOBEC PANA</b> . . . . .	101
1. Puste serce miejscem ludzkiego grzechu . . . . .	102
2. Grzech rodzi grzech. . . . .	103
3. Postępek Dawida nie podobał się Panu . . . . .	105
4. Misja Proroka Natana . . . . .	106
5. Czemu zlekceważyłeś słowo Pana? . . . . .	109
6. W Jego ranach jest nasze uzdrowienie . . . . .	111
<b>XI. JAK WIELKIE JEST MIŁOSIERDZIE PAŃSKIE!</b> . . . . .	113
1. Zobaczyć wszystkie swoje grzechy . . . . .	114
2. Ważyć ciężkość swoich grzechów . . . . .	115
3. Kimże jestem w porównaniu ze wszystkimi ludźmi? . . . . .	116
4. Kim jest Bóg, przeciwko któremu grzeszymy? . . . . .	117
5. Okrzyk pełen zdziwienia i wielkiej miłości . . . . .	118
<b>XII. BÓG NIE PRZEZNACZA NIKOGO DO PIEKŁA</b> . . . . .	121
1. Piekło skandalem Boga . . . . .	121
2. Realna możliwość wiecznego niespełnienia . . . . .	124
3. Poczuć gorycz piekła . . . . .	125
4. Dołącz nas, Panie, do grona swoich wybranych . . . . .	127
<b>XIII. OJCIEC WZRUSZYŁ SIĘ GŁĘBOKO</b> . . . . .	129
1. Przejście od własnego grzechu do Bożego miłosierdzia. . . . .	130
2. A gdy syn był jeszcze daleko . . . . .	131
3. Ujrzał go jego ojciec i wzruszył się głęboko . . . . .	132
4. Wybiegł naprzeciw niego . . . . .	134
5. Rzucił mu się na szyję i ucałował go . . . . .	135
6. Bezinteresowność serca najważniejsza w każdym darze. . . . .	136
7. W miłości liczą się czyny, a nie tylko słowa . . . . .	137
8. Dwie ręce miłosiernego ojca . . . . .	138
<b>XIV. DWAJ BRACIA W JEDNYM DOMU OJCA</b> . . . . .	141
1. Moje dziecko, ty zawsze jesteś ze mną . . . . .	142
2. Wszystko, co moje, do ciebie należy . . . . .	143
3. Czy jestem „zadowolony” z Boga? . . . . .	144



4. Wzajemna miłość braci . . . . .	146
5. Będziemy ucztować i bawić się . . . . .	148
<b>XV. WIELKIE ZAUFANIE ABRAHAMAMA. . . . .</b>	<b>149</b>
1. W Chrystusie Bóg pojednał ze sobą świat . . . . .	150
2. Nieoczekiwane interwencje Boga . . . . .	150
3. Rzekł do niego: „Abrahamie!” . . . . .	151
4. Dialogowanie z Bogiem . . . . .	152
5. Bezwarunkowe powierzenie życia Bogu . . . . .	155
<b>XVI. BĘDĘ CI BŁOGOSŁAWIŁ . . . . .</b>	<b>159</b>
1. Ojcie mój! . . . . .	160
2. Sięgnął po nóż, aby zabić swego syna . . . . .	162
3. Nie podnoś ręki na chłopca i nie czyń mu nic złego! . . . . .	164
4. Barana złożył w ofierze całopalnej zamiast swego syna . . . . .	166
<b>XVII. WESELE W KANIE GALILEJSKIEJ . . . . .</b>	<b>169</b>
1. Zaproszono na wesele także Jezusa . . . . .	170
2. Nie mają już wina . . . . .	170
3. Czyż to moja lub Twoja sprawa, Niewiasto? . . . . .	172
4. Zróbcie wszystko, cokolwiek wam powie . . . . .	173
5. Napelnijcie stągwie wodą . . . . .	174
6. „Zwyczajna” praca człowieka i „cudowna” moc Jezusa . . . . .	176
7. Czas przemiany wskazany przez Jezusa . . . . .	178
<b>ROZWAŻANIA REKOLEKCYJNE. . . . .</b>	<b>181</b>
<b>XVIII. ROZWAŻANIA O LUDZKICH UCZUCIACH. . . . .</b>	<b>183</b>
1. Nawrócenie – przemiana całego człowieka . . . . .	184
2. Jak bezpiecznie kroczyć przez świat uczuć? . . . . .	185
3. Czym są uczucia? . . . . .	187
4. Skąd się biorą nasze uczucia? . . . . .	189
5. Jak pracować nad uczuciami? . . . . .	190
6. Ocena moralna ludzkich uczuć . . . . .	193

7. Opór wewnętrzny . . . . .	194
8. Potrzeba wypowiedania naszych uczuć. . . . .	196
9. Trud wypowiedania własnych uczuć. . . . .	197
10. Nie otrzymaliście ducha niewoli . . . . .	199
11. Miejcie te same uczucia co Jezus Chrystus . . . . .	202
<b>XIX. ROZWAŻANIA O LĘKACH . . . . .</b>	<b>205</b>
1. Służyć Mu będziemy bez lęku . . . . .	205
2. W miłości nie ma lęku . . . . .	206
3. Czym jest lęk? . . . . .	206
4. Nieświadoma obrona przed lękami . . . . .	208
5. Konsekwencje lęku . . . . .	211
6. Czego ja się lękam? . . . . .	213
7. Doświadczenie lęku kryterium autentyczności wiary . . . . .	215
8. Jezus pogrążony w udręce jeszcze usilniej się modlił. . . . .	218
<b>XX. WYCHOWANIE SEKSUALNE . . . . .</b>	<b>223</b>
1. Bóg wszystko uczynił bardzo dobre . . . . .	224
2. Integralność ludzkiej seksualności . . . . .	225
3. Niebezpieczeństwo redukcyjnego spojrzenia na seksualność . . . . .	226
4. Wewnętrzna jedność człowieka w sferze seksualnej wymaga czasu i pracy . . . . .	227
5. Przyjąć swoją tożsamość seksualną. . . . .	229
6. Trudności w przeżywaniu własnej tożsamości psychoseksualnej . . . . .	231
7. Potrzeba pomocy zaufanych osób . . . . .	232
8. Oddramatyzować trudności seksualne . . . . .	233
9. Rozeznanie odpowiedzialności moralnej. . . . .	234
10. Mechanizm „kary i nagrody” . . . . .	236
11. Dynamika napięcia seksualnego. . . . .	238
12. Oczyszczenie klimatu społecznego. . . . .	241
13. Akceptacja własnej seksualności. . . . .	242
<b>XXI. ROZEZNAWANIE DUCHOWE . . . . .</b>	<b>245</b>
1. Potrzeba rozeznawania duchowego . . . . .	246

2. Trudności w rozeznawaniu duchowym. . . . .	247
3. Działanie złego ducha . . . . .	248
4. Działanie dobrego ducha . . . . .	251
5. Rozeznawanie duchowe szukaniem woli Bożej . . .	253
<b>XXII. REGUŁY O ROZEZNAWANIU DUCHOWYM . . . . .</b>	<b>257</b>
1. Osoby pogrążone w grzechu . . . . .	258
2. Osoby postępujące w oczyszczaniu się ze swoich grzechów . . . . .	261
3. Pocieszenie duchowe. . . . .	264
4. Jak zachować się w stanie pocieszenia duchowego? . . . . .	266
5. Strapienie duchowe . . . . .	267
6. Rozpoznanie stanu strapienia duchowego . . . . .	270
7. Jak zachować się w strapieniu duchowym? . . . . .	271
8. Przyczyny strapienia duchowego . . . . .	274
9. Taktyka działania złego ducha . . . . .	277
<b>XXIII. KSZTAŁTOWANIE SUMIENIA . . . . .</b>	<b>281</b>
1. Sumienie i rozeznanie duchowe . . . . .	282
2. Głos sumienia – głosem miłości Boga . . . . .	283
3. Zranione sumienie . . . . .	286
4. Patrzeć prawdzie w oczy . . . . .	287
5. Spowiedź i kierownictwo duchowe w formacji sumienia . . . . .	288
6. Sumienie i doświadczenie krzyża Jezusa . . . . .	289
7. Świadectwo prawości sumienia ludzi Kościoła . . .	290
<b>XXIV. SAKRAMENT POJEDNANIA. . . . .</b>	<b>293</b>
1. Wychowanie do sakramentu pojednania. . . . .	293
2. Czym jest sakrament pojednania? . . . . .	294
3. Podejście prawne do spowiedzi. . . . .	294
4. Podejście osobowe do spowiedzi . . . . .	295
5. Podejście prawne a podejście osobowe do spowiedzi. . . . .	296
6. Kapłan w konfesjonale znakiem miłosierdzia Bożego . . . . .	299

7. Żal Judaszowy a żal Piotrowy . . . . .	300
8. Kryteria dla odróżnienia żalu Piotra od żalu Judasza. . . . .	302
9. Moje podejście do spowiedzi . . . . .	306
<b>XXV. RACHUNEK SUMIENIA PRZED SPOWIEDZIĄ . . . . .</b>	<b>309</b>
1. Czym jest rachunek sumienia?. . . . .	309
2. Rachunek sumienia – modlitwa związana z bólem. . . . .	311
3. Rachunek sumienia uwzględniający zmieniające się życie . . . . .	312
4. Dziękczynienie za wszystkie otrzymane łaski . . . .	313
5. Wyznanie swoich słabości, niewierności i grzechów. . . . .	316
6. Powierzenie się z zaufaniem Bogu . . . . .	321
7. Postanowienie poprawy . . . . .	323
<b>XXVI. JAK MOŻNA WYKORZYSTAĆ PROPONOWANE ROZWAŻANIA? . . . . .</b>	<b>325</b>
1. Dla odprawienia ośmiodniowych rekolekcji zamkniętych . . . . .	325
2. Dla odprawienia rekolekcji ignacjańskich w życiu codziennym . . . . .	328
3. Jako wprowadzenie do przedłużonej modlitwy indywidualnej. . . . .	329
4. Jako lektura duchowa . . . . .	329