

POSTAKADEMICY – medytacja
20.07.2017

(Mt 11,28-30)

Jezus przemówił tymi słowami:

«Przyjdźcie do Mnie wszyscy, którzy utrudzeni i obciążeni jesteście, a Ja was pokrzepię. Weźcie moje jarzmo na siebie i uczcie się ode Mnie, bo jestem cichy i pokorny sercem, a znajdziecie ukojenie dla dusz waszych.

Albowiem jarzmo moje jest słodkie, a moje brzemię lekkie»

Rozpoczęcie: Spróbuj się wyciszyć. Uświadom sobie, że stoisz w obecności Boga.

Modlitwa przygotowawcza: Prosić Boga, Pana naszego, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny były w sposób czysty skierowany ku służbie i chwale Jego Boskiego Majestatu.

Wyobrażenie miejsca:

Wyobraź sobie Jezusa zapraszającego wszystkich, także siebie.

Prośba o owoc medytacji:

By w pokorze przyjmować powołanie do miłości i odpowiedzialności.

Punkta:

1. *„Przyjdźcie do Mnie wszyscy, którzy utrudzeni i obciążeni jesteście, a Ja was pokrzepię”*
Jakie są twoje uczucia, gdy widzisz tak wyjątkowe zaproszenie? Czy jesteś utrudzony i obciążony? Jeśli tak, to czym? Czy wierzysz, że w Jezusie możesz znaleźć pokrzepienie?
2. *Weźcie moje jarzmo na siebie i uczcie się ode Mnie, bo jestem cichy i pokorny sercem, a znajdziecie ukojenie dla dusz waszych.*
Co Jezus rozumie poprzez słowa „moje jarzmo”? Jak ty to rozumiesz? Jak uczyć się od Niego? Czy wierzysz, że ta nauka może ci pomóc w znalezieniu ukojenia duszy?
3. *Albowiem jarzmo moje jest słodkie, a moje brzemię lekkie.*
Z czego wynika ta słodkość i lekkość? Jak je rozumiesz? Co jest konkretnie tym Jego jarzmem słodkim i lekkim, które masz wziąć na siebie?

Rozmowa końcowa

Porozmawiaj z Jezusem jak z przyjacielem. Opowiedz, co Cię poruszyło, czego doświadczyłeś w czasie medytacji, poproś o pomoc. Na koniec odmów *Ojcze Nasz*.