

(Łk 9,7-9)

***Tetrarcha Herod usłyszał o wszystkich cudach działanych przez Jezusa i był zaniepokojony. Niektórzy bowiem mówili, że Jan powstał z martwych; inni, że Eliasz się zjawił; jeszcze inni, że któryś z dawnych proroków zmartwychwstał. Lecz Herod mówił: „Ja kazałem ściąć Jana. Któż więc jest Ten, o którym takie rzeczy słyszę?” I chciał Go zobaczyć.***

**Modlitwa przygotowawcza:** Prosić Boga, Pana naszego, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego majestatu.

**Wyobrażenie miejsca:** Wyobrażę sobie stan ducha Heroda, który słysząc o cudach działanych przez Jezusa odczuwa niepokój. Prowadzi niemoralne życie – zabił Jana, żyje z żoną swego brata. Jest udręczony.

**Prośba o owoc medytacji:** O czyste sumienie, wolne od niepokoju, o życie w prawdzie.

### **Punkta**

**1.** Jaki jest mój stan ducha? Co we mnie przeważa: pokój czy niepokój, smutek czy radość, wewnętrzna pewność czy lęk? Spróbuję porozmawiać z Jezusem o moich doznaniach, Co najbardziej obciąża moje serce i sumienie? Co odbiera mi radość życia? Powiem Mu o tym. Będę prosił o uwolnienie i uzdrowienie.

**2.** „Któż więc jest Ten?” Zatrzymam się dłużej przy moim obrazie Jezusa. Jakie wyobrażenie Jezusa noszę w sercu? Co mogę powiedzieć o mojej relacji z Nim? Co w Jezusie najbardziej mnie pociąga, a czego się boję? Dlaczego się z Nim spotykam? Jakie pragnienia i motywacje dostrzegam w moich duchowych praktykach? Wyznam Mu to.

**3.** „I chciał Go zobaczyć”. Porozmawiam z Jezusem o tym, co do tej pory usłyszałem o Nim w moim życiu, o osobach, które mi o Nim mówiły. Będę Go prosił, aby pomógł mi pogłębić z Nim przyjaźń. Wyznam szczerze moje grzechy i nieuporządkowane przywiązania, które wprowadzają niepokój w moje serce i gaszą pragnienie więzi z Jezusem. Będę powtarzał w sercu: „Jezu, naucz mnie żyć w prawdzie i wolności”.

**Rozmowa końcowa:** Porozmawiaj z Jezusem jak z przyjacielem na temat Twoich myśli. Wchodząc w siebie, postaraj się nazwać słowami doświadczenia i odczucia, które Ci towarzyszyły podczas tej medytacji. Ojciec Nasz...