



Ćwiczenie duchowe

Fragment Pisma Świętego -

"Nie lękaj się, bo cię wykupiłem, wezwałem cię po imieniu; tyś moim!" Iz 43, 1:

Ćwiczenia:

1. Przeczytaj ten krótki fragment kilka razy. Pomyśl o tym, co Jezus chce Ci powiedzieć w tym fragmencie? Czy dociera do Ciebie waga tych słów? Czy wierzysz, że jeśli On Cię "wykupił" to nic, ani nikt nie jest w stanie oderwać Cię od Jego miłości?
2. Zadzwoń lub napisz dziś do kogoś za kim bardzo tęsknisz, powiedz tej osobie, jak bardzo jest dla Ciebie ważna. Jeśli tej osoby nie ma już na tym świecie, pomódl się za nią... pozwól sobie na płacz, czy smutek, nie duś w sobie emocji.
3. Podziękuj Jezusowi za to, że On już pokonał wszystkie Twoje lęki, tęsknoty i samotności na krzyżu i zaprosz go do tych miejsc, które są dla Ciebie najtrudniejsze/ najbardziej bolesne.

Miejsce na notatki: