



Ćwiczenie duchowe

Fragment Pisma Świętego - Ps 78, 12-16

Uczył cuda przed ich ojcami w ziemi egipskiej na polu Soanu. Rozdzielił morze, a ich przeprowadził i wody ustawił jak groblę. Przez dzień ich prowadził obłokiem, a przez całą noc blaskiem ognia. Rozłupał skały w pustyni i jak wielką otchłanią obficie ich napoił. Wydobył ze skały strumienie, i wylał wodę jak rzekę. :

Ćwiczenia:

1. Czy potrafisz nazwać i określić swoją aktualną relację z Bogiem? Jeśli tak, to kim dla Ciebie jest?
2. Czym jest dla Ciebie zaufanie? Czy potrafisz przypomnieć sobie sytuację, w której darzyłeś bliźniego zaufaniem? Jeśli tak, jak się wtedy czułeś?
3. Czy potrafisz dziękować za otrzymane dobro, zarówno Bogu, jak i bliźniemu?
4. Rozpocznij kolejny dzień od podziękowania Bogu za możliwość obudzenia się - nie zapominaj, że Twoje życie jest darem, a każdy poranek kartką papieru z możliwością zapisania. To od Ciebie zależy w jaki sposób ją zapewnisz. Postaraj się dostrzec w ciągu dnia dobro pochodzące ze świata - nie muszą to być rzeczy wzniosłe, lecz nawet te wpisane w prozę dnia codziennego. Postaraj się choć raz powiedzieć: "Dziękuję", nawet jeśli miałbyś podziękować za uśmiech w tramwaju lub w autobusie otrzymany od nieznajomej osoby. Zaufaj, że pod osłoną każdego dobrego uczynku kryje się Boże miłosierdzie, które pragnie zająć miejsce w Twoim życiu.

Miejsce na notatki: