

## **Rekolekcje w Życiu Codziennym, Nie pozwól upaść Słowu – WIELKI POST 2019**

### **Dzień tzw. medytacji powtórkowej**

Raz w tygodniu, oprócz dwóch pór modlitwy, do których otrzymujesz regularnie wprowadzenia, zastosuj modlitwę pogłębiającą owoc i światło modlitw medytacyjnych, które są już za Tobą.

Wybierz dowolny fragment, zbierający doświadczenie i modlitewny klimat poprzednich dni, albo wybierz tylko jeden motyw przewodni, który dotychczas najmocniej Cię poruszył, dotknął, zaintrygował i skłonił do głębszej refleksji nad Słowem Bożym, zatrzymania się nad sobą, smakowania spotkania z Jezusem...

Zbuduj z tego wybranego przez siebie **słowa, zdania, fragmentu** Ewangelii lub z **całej medytacji**, którą już wcześniej odprawiłaś/eś, a którą weźmiesz na ponowne spotkanie z Panem, swoją własną medytację, według znanych Ci dobrze kroków medytacyjnej modlitwy ignacjańskiej:

Nie zapomnij...

@ modlitwę należy wcześniej przygotować!

@ należy przeznaczyć na nią 30-45 min.

### KROKI MODLITWY MEDYTACJI IGNACJAŃSKIEJ...

**Modlitwa przygotowawcza:** Aby wszystkie moje myśli, pragnienia, zamiary i czyny...

**Obraz**

**Modlitwa o owoc**

Punkt/y modlitwy przy których się zatrzymasz...

**Rozmowa końcowa**

*Ojczy Nasz...*

@ należy po modlitwie dokonać refleksji (5-10 min.)

[według klucza: treść / metoda / OWOC tego spotkania z Panem]

*Kiedy następna medytacja?*

**Szukaj jeszcze głębiej... nie pozwól upaść żadnemu Słowu!**