

О. Кшыштоф Вонс SDS

Молитва Евангелием Великий Пост

Введение в молитву Словом Божьим

**Сестры Редemptористки
Петропавловск**

Великий Пост

Пепельная Среда – Мт 6, 1-6.16-18

ДЕЛАТЬ ДОБРО, МОЛИТЬСЯ И ПОСТИТЬСЯ

О чем прошу? О глубоком желании добра, молитвы и поста

- В начале молитвы поручу Богу все дни Великого Поста, которые я вновь от Него получаю. Пробужу в себе глубокую жажду обращения. Спрошу Иисуса, что Он от меня ожидает в это время?
- Иисус представляет мне три возможности, благодаря которым я могу хорошо пережить это время перемены: дела милосердия, молитва, пост. Какое место до сих пор они занимали в моей жизни? Что я охотно практикую, а чем пренебрегаю?
- В горячей молитве попрошу Иисуса, чтобы помог мне углубить три эти ценности Великого Поста и пробудил желание их обновления в моей жизни.
- Иисус учит меня деликатности в совершении дел милосердия. Отец небесный все видит. Он знает каждое дело любви, даже самое незаметное. Какие чувства рождаются во мне, когда я осознаю, что ничто не сокрыто от Отца?
- Что могу сказать о моей отзывчивости на нужды других людей? Какие дела милосердия я ныне предпринял? Какими пренебрег?
- Иисус хочет пробудить во мне жажду личной молитвы. Приглашает меня, чтобы я нашел мою «комнату» для размышлений и учился молитве без «многих слов».
- Есть ли у меня любимое место для молитвы? Люблю ли я молитву в тишине, молитву поклонения и созерцания?
- Иисус обращает внимание на ценность практики поста. Подумаю, какой пост я хочу предпринять в течение сорокадневного периода покаяния. Мое решение поручу Иисусу, повторяя: «Иисусе, я делаю это из любви к Тебе и Отцу!».

Четверг после Пепельной Среды - Лк. 9, 22-25

НЕ СОСРЕДОТАЧИВАТЬСЯ НА СТРАДАНИИ И ИМУЩЕСТВЕ **О чем я прошу? О свободном сердце, готовом всё** **оставить ради Иисуса и для Иисуса**

- Приблизюсь к Иисусу, прислоню голову к Его груди. Прежде чем я начну слушать Его слова, постараюсь услышать биение Его сердца. Буду просить о возможности принять каждое Его слово, пребывать в глубокой связи с Ним.
- Увижу печаль и боль в глазах Иисуса. Он говорит мне, что будет много страдать. Будет оставлен друзьями. Будет убит (ст. 22). Я хочу быть рядом с этим Иисусом. Какие чувства вызывает во мне мысль о страдании, отвержении и смерти? Я скажу об этом Иисусу.
- Иисус оставляет мне великое обещание: в конце мира нас ожидает воскресение, вечная жизнь, без боли, без страха, нескончаемое счастье с Ним и в Нем. Последнее объявление Иисуса это не мука, но воскресение! (22).
- Что для меня является самым большим страданием? Отвержение? Страх смерти? Я осознаю, что во всем этом присутствует Иисус. Страдает вместе со мной. Обещает жизнь, воскресение. Я верю в это?
- Иисус однозначно говорит мне, что если я хочу быть с ним, я должен согласиться на преодолении себя. Переступить через себя и свои проблемы. Я должен примириться со своим крестом, сосредоточиться не на своей боли, но на Иисусе (23).
- Я приглашу Иисуса в историю моей жизни. Я покажу Ему места, отношения, события, в которых я был ранен больше всего или я ранил других. Я буду просить, чтобы Он помог мне примириться с моими ранами, исцелил мою память от гнева, злости и не умения прощать.
- Иисус учит меня, чтобы я заботился о внутренней свободе, был готов к потерям, отречению ради Него (24-25). Значение имеет лишь перспектива вечной жизни, а не то, что теперь могу приобрести на короткое время. Я буду повторять: Иисус, Ты вся моя жизнь!

Пятница после Пепельной Среды - Мт 9, 14-15

ПОСТИТЬСЯ, ЧТОБЫ БОЛЕЕ ЛЮБИТЬ

О чем я прошу? О благодати поста, углубляющим связь с Иисусом и ближним.

- Стану между учениками Иоанна. Они пришли к Иисусу обеспокоенные (14). Я увижу удивление в их глазах и непонимание на их лицах. Я прислушаюсь к тому, что они говорят.
- Вспомню случаи из жизни, когда меня беспокоили какие-то вопросы, когда не мог что-то понять, согласиться с чем-то. Говорил ли я об этом Иисусу? Искал ли я ответ у Него?
- Ученики Иоанна и фарисеи много постились, требовали этого и от себя и от других. Но, кажется, пост не помогал им испытывать и переживать радость от близости с Иисусом (14).
- Что я могу сказать о моей практике поста? Стараюсь ли я его соблюдать? Приближает ли он меня к Иисусу и к другим людям? Как он влияет на состояние моего духа?
- Иисус напоминает, что самым главным является присутствие Жениха. Пост лишь путь к Нему. Пост поможет мне ощутить голод по Иисусу, когда буду переживать Его «молчание и отсутствие». Пост учит ждать Жениха (15).
- Вспомню испытания поста, которые помогли мне пережить тоску по Иисусу и прильнуть к Нему с большей любовью. Когда это было? Я скажу об этом Иисусу.
- В сердечном разговоре с Иисусом я буду просить о благодати поста, который сделает меня более чистым и свободным в любви к Иисусу. Я прикоснусь к Нему в молитве сердца: «Иисус, научи меня тосковать по Тебе через молитву и пост!».

Суббота после Пепельной Среды - Лк 5, 27-32

ВСТАТЬ НА ПУТЬ ОБРАЩЕНИЯ

О чем я прошу? О великопостной милости радикального обращения

- Начну медитацию с горячей молитвы к Святому Духу, с прошения о даре сосредоточения над евангельским текстом. Попрошу Святого Духа, чтобы «перенес меня» в Капернаум и помог мне пережить описанное событие.
- Приблизюсь к Левия, чтобы вместе с ним пережить встречу с Иисусом. Иисус, выходя узрел его (27). Я увижу взгляд Иисуса, который проникает до глубины: видит страсти, увлечения, привязанности, нечистую совесть Левия.
- Попрошу Иисуса, чтобы взглянул на меня также как на Левия; чтобы в Его взгляде, как в зеркале, я мог увидеть мои зависимости, неупорядоченные привязанности, моральные и душевные болезни.
- Увидел и сказал: «следуй за Мною» (27). Взгляд и слово Иисуса восстанавливают смысл и ценность жизни, позволяют открыть призвание человека. Время Великого Поста особенным образом призывает к созерцанию лика Иисуса и толкованию Его слов. Как я отвечу на этот призыв? Что я решу?
- «И он, оставив все, встал и последовал за Ним» (28). Призвание ведёт к обращению. Пойти за Иисусом значит оставить всё, что до сих пор было смыслом жизни и встать на сторону Иисуса. Ведёт ли жизненное призвание, которое я осуществляю, к радикальному обращению?
- Иисус, который ищет близость грешников (29). Эту картину даёт Церковь для созерцания в начале Великого Поста. Буду просить Святого Духа, чтобы научил меня признать собственные грехи и охранил меня от роптания (30), которое препятствует моей вере в Божье милосердие.
- «Не здоровые имеют нужду во враче, но больные» (31). Иисус дает мне понять, что я не должен «играть» перед Ним «здорового». Говорит мне: «Я пришел призвать не праведников, а грешников» (32).
- Глубокое осознание собственной слабости может привести меня к встрече с милосердным Иисусом. Я буду возвращаться к словам: «Не здоровые имеют нужду во враче...». Эти слова будут моей великопостной молитвой сердца.

Первая неделя Великого Поста

Год А - Воскресенье Мт 4, 1-4

ПОЗВОЛИТЬ ДУХУ ВВЕСТИ МЕНЯ НА ПУТЬ МОЛИТВЫ И ПОКАЯНИЯ

О чем прошу? Об искреннем открытии сердца и пробуждении духа молитвы и покаяния.

- «Иисус возведен был Духом в пустыню». Буду просить Иисуса, чтобы во время Великого Поста часто «вводил» меня в пустыню молитвы и внутренней борьбы с моими склонностями ко злу.
- Буду созерцать Иисуса, который в жаре дня и холоде ночи в одиночестве пребывает в пустыне. Попробую сопровождать Его, быть около Него, спрашивать Его, почему Он это делает?
- «И приступил к Нему искушитель». Это должно учить меня смирению на пороге Великого Поста. Сатана хочет уничтожить мои добрые решения. Искушает меня унынием всегда, когда начинаю молитву или пост.
- Замечу, какое время избирает сатана, чтобы искушать Иисуса: когда Иисус чувствует себя физически изнуренным, когда голоден. Горячо попрошу Иисуса, чтобы особенно укреплял меня в те моменты, когда охватывает духовная лень.
- Обращу внимание на три искушения, которыми сатана хочет склонить Иисуса к неверности. Что могу сказать об этих трех искушениях в моей жизни? Которому из них чаще подчиняюсь?
- Иисус показывает мне, как надо бороться с сатаной и разоблачать его хитрость. Он решительно отбрасывает искушения лукавого, не входит в диалог с ним и не соглашается на длинные разговоры. Концентрируется на Слове Божьем. Это плоды Его молитвы и умерщвления плоти.
- Вспомню те моменты, когда я чувствовал огромную силу молитвы и ее победу над искушениями. В окончательной молитве вновь приглашу Иисуса в мою жизнь. Прочитаю гимн Святому Духу.

**Первая неделя Великого Поста
Год Б - Воскресенье Мк 1, 12-15**

**ПОДЧИНИТЬСЯ ВДОХНОВЕНИЯМ ДУХА МОЛИТВЫ И
ПОКАЯНИЯ**

**О чем прошу? О полном послушании Святому Духу в
переживании Великого Поста**

- Буду всматриваться в Иисуса, который чувствует сильный призыв Духа, чтобы идти в пустыню (ст. 12). Постараюсь сопровождать Иисуса в Его одиночестве во время дороги в пустыню. Попрошу Его, чтобы я сумел хорошо познать замыслы Святого Духа обо мне.
- Обращу внимание на символику пустыни. Пустыня является не только местом молитвы, но также местом искушения сатаной (ст. 12). Иисус позволяет мне осознать, что чем более я буду жить вдохновениями Святого Духа, тем сильнее буду атакован дьяволом.
- «Сорок дней» (ст.12) - это символ времени, которое необходимо мне для обращения и соединения с Иисусом. Великий Пост напоминает мне, что поиск воли Божьей является программой всей жизни. Он тесно соединен с молитвой, покаянием и борьбой со злом. Хочу ли я идти этой дорогой? О чем хочу просить Иисуса?
- «Ангелы служили Ему» (ст.13). Это для меня утешение. Живя для Иисуса, буду не только искушаем дьяволом, но также могу рассчитывать на непрестанное присутствие ангелов. Помолюсь моему Ангелу Хранителю о его особой опеке во время Великого Поста.
- Вернусь к сцене из Евангелия. Буду сопровождать Иисуса, который из пустыни идет в Галилею. Провозглашение Благой Вести начинается с родного города. Призыв к обращению направляет сначала к своим близким (ст.14-15). О чем я хочу просить Иисуса для моей семьи и общины?
- В сердечной молитве буду просить Иисуса, чтобы послал мне Духа молитвы и покаяния, чтобы я поддался Его вдохновениям. Доверю Ему мое переживание Великого Поста: «Иисус, пошли мне Духа молитвы и покаяния, чтобы я хорошо пережил это святое время!».

Первая неделя Великого Поста

Год С - Воскресенье Лк 4, 1-13

ПОСТИТЬСЯ И МОЛИТЬСЯ БОЖЬИМ СЛОВОМ

О чем прошу? О щедрости и великодушии в переживании Великого Поста

- Буду созерцать Иисуса исполненного Духа Святого, который идет в пустыню. Иисус там одинок и борется с трудными условиями пустыни. Постится, чувствует голод, и ... искушается сатаной.
- Попрошу Иисуса, чтобы позволил мне пребывать вместе с Ним и познать Его чувства (ст. 1-2). Буду с Ним в молитве, в Его борении с голодом. Внимательно вслушаюсь в Его решительный голос, которым отвечает на искушения Лукавого.
- Замечу, что сатана начинает искушать Его в момент Его физического и психического «кризиса», когда Он почувствовал голод (ст. 2-3). Не переживаю ли и я теперь такой кризис? Не хочу ли я сдаться? Выскажу это искренно Иисусу.
- Обращу внимание на суть трех искушений: желание имени, владения и независимости за любую цену (ст. 3-12). В искушениях кроются трагические последствия: ненасыщенное желание имени рождает сильное желание владения, которое ведет к полному самоволию.
- Иисус открывает дьявольскую логику искушений. Решительно отвечает своей логикой подхода к ценностям: не хочет имени, но избирает бедность; не хочет, чтобы Ему служили, но хочет сам служить; отвергает гордую самодостаточность и провозглашает, что только Бог является Господом.
- Иисус каждый раз преодолевает искушения, цитируя слова из Библии (ст. 3-12). Жизнь Словом Божьим является источником мудрости и силы в искушениях. Буду учиться от Иисуса мудрости в преодолении искушений.
- Буду просить Святого Духа, чтобы пробудил во мне желание пустыни и внутренней тишины. Обновлю мое желание молитвы и жизни Словом Божьим каждый день. Буду повторять: «Иисус, помоги мне прильнуть к Твоему Слову».

Первая неделя Великого Поста **Понедельник - Мт 25, 31-46.**

ЛЮБИТЬ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ

О чем прошу? О большой любви и чуткости к нуждающимся людям

- С начала Великого Поста Иисус приглашает меня к испытанию совести по совершённым мною делам любви. Самый важный вопрос, который ежедневно задает мне Господь, касается чуткости моего сердца в отношении к нуждающимся людям. Этот же самый вопрос Он мне задаст, когда я буду стоять перед воротами вечности. Я буду судим по любви.
- Из перспективы вечности моя жизнь измеряется лишь добрыми делами. Во всякой помощи, оказанной другому человеку, скрывается для меня благословение (стих 34-36). В чем сегодня я вижу самое большое счастье? Чем я руководствуюсь, оценивая мою жизнь?
- В горячей молитве я попрошу Иисуса, чтобы показал мне те места и события в истории моей жизни, в которых Он давал мне возможность делать добро. Какие из этих воспоминаний вызывают во мне самую большую радость, а какие рождают печаль и подавленность?
- Вспомню нуждающихся, которых Иисус ставил на моей дороге: голодных, жаждущих, страждущих, больных, заключенных (35-40). Вспомню их взгляды, их лица, их голоса, их слова. Какие движения сердца они пробуждают во мне?
- Осознаю, что в каждом из этих лиц было лицо Иисуса, в каждом их взгляде -Его взгляд, в каждом их голосе - Его голос (40). О чем они меня просили? Как я реагировал на их просьбы?
- Иисус остерегает меня перед жизнью закрытой от бед нуждающихся людей. Закрывать от бед нуждающихся означает - закрывать от Иисуса - закрывать от вечной жизни (45-46).
- Поручу Иисусу всех нуждающихся, которых я когда-либо буду встречать на моей дороге. Буду просить, чтобы я смог быть для них добрым и чутким человеком. Извинюсь перед Иисусом за каждое пропущенное мною доброе дело, за каждого человека, которым я пренебрег и которого я не принял с любовью.

Первая неделя Великого Поста

Вторник - Мт 6, 7-15

БОДРСТВОВАТЬ КАК РЕБЕНОК ПРИ СЕРДЦЕ ОТЦА

О чем прошу? О глубокой связи с Отцом.

- Осознаю, что каждое слово Иисуса в Евангелии проникнуто любовью к Отцу. Самое большое желание Иисуса - привести меня к Отцу. Он хочет, чтобы я познал Отца и, как ребенок, погрузился в Его объятия.
- Иисус убеждает меня, что я перед Отцом не должен подбирать слова и многое Ему объяснять. Отец знает меня до глубины. Прежде чем зачала меня мать, Он уже знал и любил меня. Он знает, в чем я нуждаюсь (7-8).
- Остановлюсь на моем представлении о Боге Отце. Какое Его «лицо» я знаю через мой духовный опыт? Что я могу сказать о моей связи с Отцом? Расскажу об этом Иисусу. О чем бы я хотел попросить Иисуса?
- Послушаю Иисуса, который хочет меня научить молитве к Отцу (9-13). Обращу внимание на каждое Его слово. Буду слушать Его с любовью, как будто впервые в жизни я слышу эту молитву.
- Какие слова этой молитвы наиболее тронули меня? Буду размышлять над ними. Какие чувства они во мне рождают? К чему меня приглашают?
- Выскажу эти слова медленно и с любовью. Сделаю это, представляя себя в близкой связи с Отцом: в Его объятиях, стоя смиренно на коленях перед Ним, простирая к Нему руки... Какой образ молитвы мне более близок?
- Что помогает, а что препятствует моей более близкой связи с Отцом? Скажу Ему об этом и поручу Ему все мои заботы. Буду просить: "Отец, позволь мне испытать Твою доброту и милосердие!". Попрошу Иисуса, чтобы пребывал со мной в этой молитве.

Первая неделя Великого Поста

Среда - Лк 11, 29-32

ИСКАТЬ ПРИСУТСТВИЯ ИИСУСА

О чем прошу? О благодати испытания присутствия и глубокой близости Иисуса

- Представлю себе в толпе людей находящихся около Иисуса. Обращу внимание на лица стоящих возле меня, людей, более ищущих чудесных знаков, чем самого Иисуса (стих 29).
- Что могу сказать о желаниях моей души? К чему я наиболее привязан? Какое место Иисус занимает в моих желаниях?
- Прислушаюсь к суровым словам Иисуса, который разоблачает действительные намерения толпы (29-32). Люди привязаны к собственным ожиданиям, но не к Иисусу. Спрошу себя о моем отношении к Иисусу, о моих внутренних намерениях и мотивациях.
- Представлю себе Иисуса, который подходит ко мне и хочет сказать, что более всего препятствует моей встрече с Ним и моим отношениям с Ним. Откроюсь на вдохновения Иисуса.
- Иисус не хочет, чтобы я, кроме Него, искал для себя других "знаков жизни". Никто не заменит мне Его. Верю ли я в это? Кем теперь для меня является Иисус?
- Что могу сказать о моей связи с Иисусом? В каких моментах, событиях жизни, отношениях наиболее испытываю Его присутствие?
- Иисус беспрестанно дает мне знаки Своего действия, Своего присутствия. Всякий раз, когда слушаю Его Слово, когда причащаюсь, когда поклоняюсь Ему в Евхаристии, могу сказать: "И вот, здесь больше..." Спрошу себя о моей связи со Словом и с Евхаристией.
- Буду просить Святого Духа, чтобы разжег во мне желание присутствия Иисуса. Мою медитацию продлю короткой молитвой, которую буду произносить в течении дня: « Иисус, жажду Тебя превыше всего!»

Первая неделя Великого Поста

Четверг - Мт 7, 7-12

ПРОСИТЬ НЕУТОМИМО И ДОВЕРЯТЬ ДОБРОТЕ ОТЦА

О чем прошу? О стойкости в молитве и вере в доброту Отца

- Представлю себе Иисуса, который приближается ко мне, к моим близким из семьи и общины, собирает нас вместе, творя из нас общину. Дает понять, что хочет передать нам всем что-то важное.
- Буду прислушиваться к Его словам. Услышу тон его голоса, теплый и любящий. "Просите, и будет дано вам" (стих 7). Иисус дает нам четкое обещание. Совместная молитва, единство в прошении Его, имеет в себе большую силу. Это также радость и для Иисуса.
- Что могу сказать о практике совместной молитвы в моем доме, общине. Молимся ли мы вместе? Молимся ли мы вместе перед важными для нас событиями, намерениями?
- "Ищите, и найдете, стучите, и отворят вам..." (7-8). Иисус как будто настаивает. Каждое следующее Его слово скрывает в себе новое приглашение и новые обещания. Действительно ли я доверяю Ему? Что могу сказать о моей стойкости в молитве?
- Иисус опирается лишь на доброту Отца. Ее одной хватает, чтобы показать, что Бог всегда даст мне все хорошее, если только буду просить Его. Как в моем сердце я представляю себе Бога Отца? Верю ли я, что Бог добр ко мне?
- Призову в памяти лица людей, которые были наиболее добры ко мне. Кто эти люди? Иисус обращается ко мне: "Посмотри, если они дали тебе столько доброты, насколько более добрым для тебя является Бог Отец. Всякая доброта исходит от Него».
- В сердечной молитве обращаюсь к Иисусу с просьбой, чтобы показал мне доброту Отца. Буду повторять в сердце молитву: "Иисус, покажи мне доброту Отца"!

Первая неделя Великого Поста

Пятница - Мт 5, 20-26

ПРОСТИТЬ И ПРИМИРИТЬСЯ

О чем прошу? Об освобождении сердца от гнева и злости, которые закрывают меня от других людей.

- Сяду возле Иисуса, и внимательно буду прислушиваться к каждому Его слову. В начала Великого Поста Он велит мне провести испытание совести о моих отношениях к ближними. Попрошу Иисуса о благодати хорошего испытания совести.
- Сначала посмотрю насколько я справедлив (стих 20). Иисус остерегает меня, от «сухого подхода» к закону любви. Могу ли я дать другим более чем должно?
- Гнев на брата и злые слова могут ранить смертельно. Они как "неугасимый огонь", который жжет и уничтожает. Иисус очень сурово осуждает такое поведение (21-22).
- Не «культивирую» ли я в сердце гнев, от которого не хочу отказаться? Не раню ли я кого-то злым словом? Отдам Иисусу мой неугасимый гнев и мою злость. Буду молиться за людей, которых я ранил.
- Мое участие в Евхаристии - это знак единства с Богом и со всеми людьми, потому что Он любит каждого (23-24). Имею ли я знакомых, с которыми не примирился? Кто это? Готов ли я примириться с ними?
- Иисус повелевает мне, чтобы я немедленно примирился. Медлительность в этом вводит меня в иллюзию, что "еще имею время...». Медлительностью я готовлю себе страдания в будущем (25-26).
- Приблизюсь к Иисусу. Буду настойчиво Его просить, чтобы излечил мое сердце от гнева и несогласия: "Иисус, дай мне сердце кроткое и смиренное".

Первая неделя Великого Поста

Суббота - Мт 5, 43-48

ЛЮБИТЬ, КАК ЛЮБИТ ОТЕЦ

О чем прошу? О сердце чувствительном и любящем как сердце Отца

- Иисус приглашает меня к испытанию совести о любви к ближнему. Его слово для меня как лампада. Оно озаряет сумрак моего сердца, в котором я храню нежелание любить "трудных" ближних. Он хочет меня исцелить.
- Божья логика любви превышает человеческую. Иисус не хочет, чтобы я действовал под влиянием резких порывов, но хочет, чтобы я руководствовался Его словом. Человеческая природа склоняется к ненависти к врагам, слово Иисуса воспитывает любовь (43-44).
- Искренне скажу Иисусу о чувствах неприязни и ненависти к тем, кто меня обидел. Только Иисус может меня освободить от этих чувств. Какие отношения для меня наиболее трудны? Приглашу к ним Иисуса. Буду усиленно молиться о сердце, способном прощать.
- Иисус показывает мне путь любви к неприятелям. Я должен всматриваться в Отца, и созерцать Его любовь (45). Иисус хочет, чтобы я смотрел на моих неприятелей Его глазами. Осознаю, что Бог на самом деле любит всех. «Он повелевает солнцу Своему восходить над злыми и добрыми и посылает дождь на праведных и неправедных».
- Мою медитацию переменю в горячую беседу с Отцом. Расскажу Ему о том, что мне наиболее трудно в любви к ближнему. Буду просить Иисуса, чтобы изменял мое сердце и учил меня любить Его любовью.
- Иисус обращает мое внимание на то, чтобы я не окружал себя только людьми, доброжелательными ко мне. Он хочет, чтобы я приближался также к тем, которых до сих пор я сторонился (46-47). Кто это? Что хотел бы я изменить в отношениях с ними?
- Иисус подводит меня к Отцу и говорит мне: "Будь таким как Он!" (48). Буду повторять сегодня тихую молитву: "Иисус, сделай мое сердце похожим на сердце Отца!"

Вторая Неделя Великого Поста **Воскресенье Год А - Мт 17, 1-9.**

НАХОДИТЬСЯ В БЛИЗКОЙ СВЯЗИ С ИИСУСОМ

О чем прошу? О близости с Иисусом.

- Представлю себе Иисуса и апостолов, измученных долгим путешествием, медленно восходящих на высокую гору. Буду идти рядом с ними, уставшими, и прислушиваться к их беседе.
- В Библии гора - символ места встречи с Богом. Имею ли я такую "гору" в моей обыденной жизни - любимое место моих встреч с Богом? Какое это место? Удаление на "гору" молитвы, всегда требует усилия, чтобы оторваться от занятий, борьбы за сосредоточение и внутреннего спокойствия. Делаю ли я это усилие?
- Иисус взял учеников на гору "по прошествии шести дней" с того времени, когда открыл им, что Ему должно много страдать и быть убитым. В их сердце печаль, подавленность и нерешительность.
- Вспомню ситуации своей жизни когда, узнав о чём-то очень печальном, я становился грустным и подавленным. Сумел ли я доверить Богу свою боль и грусть? Помню ли я молитву, которая во время большой печали и подавленности вселяла мне в сердце спокойствие и утешение?
- Преклоняюсь перед Иисусом, который в сиянии, преобразившийся, стоит перед апостолами. Апостолы, ослепленные Его чудесным видом, говорят Иисусу о своём счастье: «Господи! Хорошо нам здесь быть».
- Вспомню глубоко пережитые мною молитвы, когда я испытывал близость Бога и восхищался Его красотой. В каких случаях это происходило?
- «Сей есть Сын Мой возлюбленный, в Котором Моё благоволение; Его слушайте» (ст. 5). Отец приглашает меня к молитве с возлюбленным Иисусом. Попрошу Его, чтобы помог мне молиться сердцем: «Ты мой возлюбленный Иисус!».

Вторая неделя Великого Поста Год Б - Воскресенье Мк 9, 2-10

ИСКАТЬ ПЕРЕМЕНЫ СЕРДЦА И УТЕШЕНИЕ В МОЛИТВЕ О чем прошу? О глубокой перемене моих страхов и состояния печали

- "После шести дней..." (ст. 2). Попытаюсь понять, что испытывают апостолы. Переживают кризис в следовании за Иисусом. Ужаснулись предсказанием смерти Учителя, рассказом о страданиях. Кроме того, Иисус говорит им, что не могут быть Его учениками, если не возьмут крест свой и не отвергнут себя (ср. 8, 31-38).
- Вернусь к минутам, когда я переживал сильные душевные огорчения и кризис в следовании за Иисусом. Как выглядели тогда мои молитвы? О чем я разговаривал с Иисусом? Как сегодня смотрю на пережитые кризисы? Расскажу об этом Иисусу.
- Иисус взял с собой учеников на гору (ст. 2). Хочет вырвать их из подавленности, чтобы не закрылись в своих отрицательных переживаниях. В минутах кризиса и страдания надо уметь "отдалиться" от себя, выйти на "гору" над своей угнетённостью.
- Буду созерцать чудесно преображенного Иисуса (ст. 2-4). Увижу, как изменяется лицо Петра. Созерцание божества Иисуса изменяет его состояние духа. Вспомню мои личные встречи с Иисусом, в которых я испытал глубокое утешение. Поблагодарю Его за эти минуты.
- Преклонюсь перед Иисусом, и в течение нескольких минут буду повторять слова Петра: "Равви, хорошо нам здесь". Подумаю, за что особенно хочу Его славить? Спрошу себя, являюсь ли я действительно счастливым, что принадлежу Иисусу и могу быть Его учеником?
- "Сей есть Сын Мой возлюбленный; Его слушайте" (ст. 7). В горячей молитве попрошу, чтобы эти слова звучали всегда в моей душе, особенно в минутах горести. Выскажу мое глубокое желание, чтобы Иисус был всегда моим возлюбленным Учителем и Братом, и чтобы я всегда Его слушал.
- Доверю Иисусу будущие горести и кризисы, которые могут быть в моей жизни, чтобы они принесли плоды большей верности и самоотверженности. Буду повторять: "Иисус, моё будущее в твоих руках!".

**Вторая неделя Великого Поста
Год С - Воскресенье Лк 9, 28б-36**

СЛУШАТЬ БОЖЬЕ ВДОХНОВЕНИЕ

О чем прошу? О чувствительности Божьему вдохновению и ревности в ответе на неё.

- Присоединюсь к апостолам, которые идут с Иисусом на гору. Попрошу о внутреннем переживании близости Иисуса. Буду разговаривать с Ним о моих буднях, о моих огорчениях.
- Иисус сам предпринимает инициативу (ст. 28). Забирает апостолов на гору, чтобы оторвать их от будничности, утомлённости и подготовить к предстоящему времени страстей. Замечу заботу и чувствительность Иисуса при виде слабостей Его учеников.
- Забочусь ли я об углублении сердечной связи с Иисусом? Замечаю ли я вдохновение, через которое Иисус зовет меня к личной молитве? Какие сильные вдохновения я испытал в последнее время? Чего они касаются? Как я отвечаю на них в течение дня?
- Иисус ведет апостолов к мистическому переживанию, чтобы они могли увидеть Его божество и красоту (ст. 29-32). Замечу восторг и счастье апостолов (ст. 33). Вместе с ними буду созерцать Иисуса, который желает насытить меня своей любовью и красотой своего божества и человечности.
- Вспомню наиболее сильно пережитые личные встречи с Иисусом. Где это было? Когда? В каких обстоятельствах? Выскажу Иисусу сильные переживания, душевные желания, положительные чувства. Поблагодарю за них. Иисус дал мне их, чтобы они укрепляли и радовали меня в трудные минуты.
- Глубокая связь с Иисусом может изменить наши будни. Обновлю в молитве мое желание близкой связи с Иисусом. Попрошу о каждодневной верности этому желанию. Буду повторять посреди моих занятий: «Иисус, Тебя желаю, Тебя ищущ».

Вторая Неделя Великого Поста

Понедельник - Лк 6, 36-38

БЫТЬ МИЛОСЕРДНЫМ, КАК НАШ ОТЕЦ.

О чем прошу? О способности любить и прощать в каждой ситуации.

- Приблизюсь к Иисусу, чтобы услышать его наставления и советы. Попрошу Его о смирении и открытости Его слову. Замечу, что в каждом его совете содержится также обещание счастливой жизни. Иисус дает мне указания, как быть всегда счастливым.
- «Будьте милосердны, как и Отец ваш милосерд» (ст. 36). Все в моей жизни я получаю от Отца как дар, без моей заслуги. Иисус желает, чтобы я любил как Отец, даже того человека, о котором я думаю, что он этого не заслуживает. Вспомню людей, которых мне наиболее трудно любить.
- «Не судите, и не будете судимы» (ст. 37). Иисус дает мне жизненную мудрость: если я начну осуждать другого, я попаду в порочный круг осуждения. Не избежать его и мне, я тоже могу ошибиться. Попрошу Иисуса, чтобы дал мне сердце, которое не будет судить.
- «Не осуждайте, и не будете осуждены» (ст. 37). Бог ежедневно дает мне шанс возвращения к Нему. Желает моего спасения и не осуждает. Остается терпеливым и ожидающим. Хочет, чтобы я также относился к ближним. Смогу ли я это?
- «Прощайте, и прощены будете» (ст. 37). Если я сумею простить другим, смогу обратиться к Богу: «И прости нам долги наши, как и мы прощаем должникам нашим». Есть ли в моей жизни люди, которых я не хочу прощать? О чём буду просить Иисуса?
- «Давайте, и дастся вам» (ст. 38). Если я буду открытым для других людей, я смогу встретить их любовь. Если я закроюсь в своем эгоизме, я лишусь возможности встречать их доброту. Щедрость родит щедрость. Скупость родит скупость. Буду усиленно просить Иисуса, чтобы научиться проявлять свою любовь первым.
- Буду стремиться к Иисусу всю мою жизнь. Буду просить Его, чтобы до глубины наполнил меня своей любовью, и дал мне сердце милосердное, прощающее и щедрое.

Вторая Неделя Великого Поста

Вторник - Мт 23, 1-12

ОСТЕРЕГАТЬСЯ ВЫСОКОМЕРИЯ И ТЩЕСЛАВИЯ

О чем прошу? О смиренном сердце, свободном от непорядочных привязанностей.

- Подойду к Иисусу, как ученик к своему учителю, чтобы слушать Его. Он хочет показать мне истинный образ евангельского ученика и предостеречь меня от его фальсификации и искажения.
- Иисус предостерегает меня от искушения двусмысленной жизнью: "ибо они говорят, и не делают». И ещё хуже: других облагают тяжелыми бременами, "сами же не хотят и перстом двинуть их" (ст. 1-4).
- Какие чувства пробуждаются в моем сердце, когда я слышу предостережение Иисуса. Спокойна ли моя совесть? Доверю Иисусу состояние моей души. О чём хотел бы просить Его?
- Иисус показывает мне другую опасность, которой учащий кого-либо особенно подвергнут: высокомерие и зазнайство (ст. 5-7). Эта опасность имеет разные "лица": тщеславие, жизнь напоказ, жажда первых мест, постоянное желание обратить на себя внимание, подчеркивание своей важности, своих званий.
- Не подхожу ли я под образ, который показывает Иисус? Посмотрю на разные ситуации моей жизни, в семье, в обществе, в разговорах с людьми.
- Иисус показывает мне, каким путем я могу идти, чтобы не стать высокомерным и тщеславным (ст. 8-12). Все зависит от моего правильного общения с Богом Отцом и Иисусом. Если Иисус будет на первом месте в моей жизни, я смогу испытать всю полноту существования. Все остальное будет менее важным.
- Попрошу Иисуса, чтобы открыл мне любовь Бога Отца, и молился обо мне и вместе со мной такими словами: Отец, Ты - Мой Единственный Отец! Иисус - Ты Мой Единственный Господь и Учитель! Буду повторять эти слова до тех пор, пока не почувствую, что они наполняют всего меня.

Вторая Неделя Великого Поста

Среда - Мт 20, 17-28

УЧИТЬСЯ СМИРЕНИЮ И САМОПОЖЕРТВОВАНИЮ

О чем прошу? О сердце смиренном, способном на самоотверженную службу.

- Иисус и двенадцать учеников на дороге к Иерусалиму. Буду идти рядом с ними. Прислушаюсь к словам Учителя. Он точно объясняет события, которые Его ждут (ст. 17-19). Следование Иисусу приводит на путь отвержения, истязания и мук.
- Какие чувства будят во мне слова Иисуса об унижении и кресте. Готов ли я идти дорогой Иисуса? Соглашаюсь ли я на нее? Не ухожу ли я от нее? Что является сегодня моим Иерусалимом? Открою перед Иисусом мои сомнения и страхи. "И в третий день воскреснет" (ст. 19). Страдание есть слово жизни. Оно всегда ведет к жизни. Обновлю мою связь с Божьим словом. Что хотел бы я углубить в моих встречах со словом?
- Прислушаюсь к словам матери, которая приближается к Иисусу с сыновьями (ст. 20-21). Обращу внимание, как её слова контрастируют со словами Иисуса. Иисус говорил об отвержении и кресте, они просят первых мест и тронов в царстве. Желаниями и мыслями - далеко от Иисуса, приговоренного на муки. Не заглушаю ли я в себе вдохновение Иисуса, оставаясь при своих планах и ожиданиях?
- Встречу взгляд Иисуса. Он обращается ко мне с вопросом: "можете ли пить чашу, которую я буду пить?" (ст. 22). Глубоко задумаюсь над этим вопросом. Смогу ли я сегодня разделить с Иисусом его судьбу? Признаюсь Ему в моей любви и моих слабостях. Он уверяет меня, что, доверяя всё Ему, я стану способен следовать за Ним во всём (ст. 23).
- Поднимусь среди возмущенных учеников (ст. 24). Ими овладевают зависть и дух соперничества. Они почувствовали, что два брата опередили их. Осознаю, как я веду себя на работе, в семье, в обществе? Способен ли я на зависть, соперничество? Умею ли я радоваться успехам близких?
- Иисус зовет учеников к Себе. Вкладывает им в сердце то, что является самым важным - Евангелие (ст. 25-28). Показывает на Себя и говорит мне: «Учись от Меня как служить другим, вплоть до отречения от собственной жизни».
- Упаду на колени перед Иисусом и буду созерцать Его смирение и беспредельное самопожертвование. Попрошу: "Излечи меня от моего высокомерия и дай мне сердце смиренное и самоотверженное".

Вторая Неделя Великого Поста Четверг - Лк 16, 19-31

ЖИТЬ ДЛЯ ДРУГИХ

О чем прошу? О сердце, чувствительном к человеческой нужде и способном на самопожертвование.

- Иисус хочет сделать мое сердце чувствительным. Рассказывает мне о двух категориях людей: о бедных и о богатых, бесчувственных к человеческой нужде (ст. 19-21). Что наиболее меня волнует и что возмущает в описанной сцене?
- Восстановлю в памяти "Лазаря", который живет рядом со мной и с которым я встречаюсь каждый день. Какова их самая большая нужда - материальная, моральная или душевная? Пробовал ли я им помочь? Как? Чем я пренебрег? Расскажу об этом Иисусу.
- Чем моя судьба похожа на судьбу Лазаря? В чём я нуждаюсь более всего? Как я переживаю эту нужду? Как я её терплю? Доверяюсь Иисусу. В чём я чувствую себя наиболее одиноким, брошенным. Что я могу сказать о моем терпении?
- "Умер нищий... Умер и богач..." (ст. 22). Перед лицом смерти самые большие богатства значат столько же, сколько и их отсутствие. Исчисляется только любовь. Только она вечна. Что составляет наибольшую ценность моей жизни? Попытаюсь назвать её.
- Задумаюсь о приводящей в ужас судьбе богатого (ст. 23-26). Холодный и беспощадный эгоизм в жизни может в вечности поменяться на огромное, болезненное одиночество. Буду усиленно просить Иисуса, чтобы берег мое сердце от холодного равнодушия.
- "У них есть Моисей и пророки, пусть слушают их" (ст. 29). Вспомню слова из Святого Писания, которые призывали меня к обращению. Как я ответил на них? Что они изменили в моей жизни?
- В сердечном разговоре с Иисусом открою самые глубокие желания и порабощения моего сердца. Признаюсь в моих привязанностях, которые закрывают меня для других. Буду с волнением повторять: «Иисус, научи меня жить для других!».

Вторая Неделя Великого Поста **Пятница - Мт 21, 33-43. 45-46**

НЕ ПОГУБИТЬ ЖИЗНИ

О чем прошу? О сердце, чувствительном к каждому дару Бога, и об обращении от гордыни.

- Представлю себе Иисуса, который приходит ко мне и говорит: "Выслушай другую притчу" (ст. 33). Эта притча для меня и обо мне. Попрошу Иисуса, чтобы дал мне сердце, открытое на каждое Его слово.
- Моя жизнь как виноградник. Он сам его с любовью насадил и отдал мне в "аренду" (ст. 33). Чувствую ли я себя одаренным Богом? Радуюсь ли я моей жизни? За что благодарю Его более всего?
- Иисус рассказывает мне о людях, которые ведут себя так, как будто бы виноградник был их собственностью. Приводит это их к наиболее тягостным грехам против хозяина (ст. 35-39). Какие чувства пробудило во мне поведение этих людей?
- Буду пламенно просить Иисуса, об осознании того, что нам все дано от Него и Ему принадлежит. Замечаю ли я в себе тенденцию "становиться независимым" от Бога? Какие ждут меня последствия?
- Обращу внимание на взволнованное поведение хозяина. На насилие слуг он отвечает любовью. Он дает им время на раздумывание и обращение (ст. 34-38). Буду просить, чтобы я хорошо использовал время Великого Поста.
- Слуги не способны увидеть данное им время любви. Пренебрегают и оскверняют каждый жест хозяина. Оскверненное время любви превращается для них во время потерь (ст. 40-43). Не оскверняю и не отвергаю ли я любовь Иисуса?
- Знаю ли я, что Иисус в притче говорит также и обо мне? Какие чувства пробуждаются во мне? (ст. 45-46). Сохраню в сердце молитву: "Иисус не позволь, чтобы я не оправдал Твоих надежд".

Вторая Неделя Великого Поста

Суббота - Лк 15, 1-3.11-32

ВЫЙТИ ИЗ СОСТОЯНИЯ ПОТЕРЯННОСТИ И НАЙТИ ОТЦА **О чем прошу? О внутреннем оздоровлении моих** **отношений с Богом Отцом.**

- Первые слова Евангелия - для меня большое утешение. К Иисусу приближаются мытари и грешники. Почувствовав собственную греховность, я не должен «уходить в себя» (ст. 1-2). В таком состоянии я еще более нуждаюсь в близости Иисуса.
- Иисус знает историю моей жизни в каждой ее подробности. Знаком с моей верностью и неверностью, моей любви к Нему и моими изменами Ему. Он хочет рассказать мне мою историю жизни, так как Он её видит. Сяду около Него и буду слушать самую красивую притчу (ст. 3).
- Внимательно выслушаю историю младшего сына (ст. 11-19): его бегство в далекую страну, его потери, крайний голод, беспомощность, возвращение к отцу. Что обо мне самом говорит эта история? Смогу ли я, как младший сын из притчи, прийти к отцу со всем моим прошлым?
- Рассмотрю историю старшего сына (ст. 25-30): его связь с домом и с отцом, а также его недовольство, претенциозность, упрямство, досаду, которые в нём "уже столько лет". Вижу ли я какое-либо подобие между ним и мной?
- Посмотрю на отца (ст. 20-32). Увижу в нём Бога Отца, который выбегает мне навстречу, когда я возвращаюсь "в лохмотьях", идёт за мной "преисполненный горечи", когда я не хочу входить в дом. Погружусь в созерцание Отца, который взволнованно смотрит на меня.
- Буду молиться Отцу как младший и старший сыновья. Итак, будучи в объятиях Иисуса, всё Ему расскажу (ст. 20-21). Признаюсь в моих огорчениях, претензиях, которые закрывают меня от Бога и людей и не позволяют радоваться жизни (ст. 28-30). Услышу голос Отца: "Сын мой!" (ст. 31).
- В заключение медитации обращусь к Иисусу с просьбой сердца, которую буду повторять в течение дня: "Иисус, помоги мне найти любящего Отца!".

Третья неделя Великого Поста Воскресенье Год А - Ин 4, 5-42

КУЛЬТИВИРОВАТЬ ДУХОВНЫЕ ЖЕЛАНИЯ

О чем прошу? Об искренности и открытости во встречах с Иисусом

- Представлю себе Иисуса, идущего в зное дорогами Самарии. Посмотрю, как Он, утомлённый и испытывающий жажду, остановится и сядет возле колодца. Там он встретит женщину (Ин 4, 5-7).
- Осознаю, что Иисус желает встретиться со мной в обыденности – там, где я выполняю свои ежедневные обязанности. Работа, которую я выполняю ежедневно, приближает меня к Иисусу или отдаляет от Него?
- Женщина не ожидает, что Иисус будет искать с ней контакта. Согласно действующих законов, Он не должен с ней разговаривать. Более того, Иисус знает, что разговаривает с женщиной, которая находится в разводе (16-18). Иисус хочет встречаться с каждым человеком.
- Подумаю о тех, кого мне труднее всего одобрить и принять. Осознаю, что Иисус встречает этих людей с такой же сердечностью, с какой Он относится и ко мне.
- Сяду возле колодца, и буду слушать разговор Иисуса с женщиной. Этот разговор открывает истину её грешной жизни. Способ Иисуса разговаривать помогает женщине глубоко и искренне общаться с Ним. Уметь быть искренним и открытым (17-19)
- Что я могу рассказать о моих разговорах с Иисусом? Умею ли я открывать перед Ним наиболее глубокие состояния моей духовной жизни, эмоциональной и моральной?
- Иисус во время разговора с женщиной несколько раз возвращается к желаниям. Призывает, чтобы она просила о более глубоких духовных желаниях для своей жизни (13-15) Есть ли во мне желание глубокой духовной жизни вместе с Иисусом? О каком желании я хотел бы просить Иисуса более всего?
- В конце разговора я усиленно буду просить Иисуса, чтобы он освободил меня от порочных желаний, которые ослабляют или уничтожают мою духовную жизнь. В сердце я буду носить молитву: «Жаждет Тебя душа моя».

Третья неделя Великого Поста
Год Б - Воскресенье Ин 2, 13-25

ПОЗВОЛИТЬ ИИСУСУ РАЗРУШИТЬ «СТЕНЫ» ГРЕХА

О чем прошу? О полном очищении моего сердца от грехов

- Буду сопутствовать Иисусу, идущему в Иерусалим на праздник Пасхи (ст. 13). Он входит в храм, который является самым дорогим для Него местом на земле – домом Отца. В сердечной беседе спрошу Его о Его любви к Отцу, о Его переживаниях перед самыми страстями.
- Вспомню мой храм, в котором чаще всего бываю. Охотно ли я бываю в нем? Ищу ли я укрепления у Отца, когда приходит страдание?
- Приблизюсь мыслью к храму, перед которым стоят столы и продавцы. Услышу их крики. Представлю себе, как возрастает гнев Иисуса. Бичом изгнал продающих и опрокинул столы менял (ст. 14-15). Храм полностью принадлежит Отцу и Его делам (ст. 16-17).
- Буду об этом событии разговаривать с Иисусом. Попрошу Его, чтобы дал мне сердце чуткое на всё, что свято, и чтобы я никогда не использовал Бога для моей собственной корысти.
- Храмы из кирпича напоминают мне храмы духа (ст. 18-21). Сколько раз вхожу в святые места, столько раз Бог напоминает мне, что Он сам хочет пребывать во мне. Осознаю, что Иисус каждый день приходит ко мне и спрашивает меня о состоянии храма моего тела. Он знает, что находится в моем сердце (ст. 25).
- Каков взгляд Иисуса представляю себе теперь, когда думаю, что Он смотрит в мое сердце: радостный или грустный? Что могу сказать о моем духовном настроении? Что преобладает в моем сердце: покой и молитва или крики и торговля?
- Иисус имеет силу восстановить храм моего сердца, даже тогда, когда уничтожил его грех. Он может оживить сердце мертвое и каменное. Приглашу Иисуса к себе словами: «Дай мне сердце новое!»

**Третья неделя Великого Поста
Год С - Воскресенье Лк 13, 1-9**

ЧУВСТВОВАТЬ НЕОБХОДИМОСТЬ ОБРАЩЕНИЯ

О чем прошу? О решительной воли обращения и перемены жизни

- Предстану перед Иисусом в простоте сердца, в унижении и смирении. Попрошу о благодати глубокого познания собственной грешности.
- Обращу внимание, как сильно Иисусу призывает людей, чтобы признали свой грех и не опаздывали с обращением. Многократно повторяет: «Если не покаетесь..., погибнете».
- Иисус открывает у людей недостаток чувства грешности. Это ведет к смерти. Обращение невозможно без осознания своей грешности. Жизнь без обращения становится лишь видимостью: она как дерево, посаженное в винограднике, которое не приносит плода (ст. 6-9).
- Буду просить о глубоком познании зла греха и его силы. Какие чувства рождаются во мне, когда пробую размышлять о безобразии моего греха. Скажу о них Иисусу.
- Грех, сохранённый в сердце, ослабляет жизнь: делает вялыми желания, портит наработанные ранее плоды добра, и убивает жизнь. Не живу ли я в грехе? Не пренебрегаю ли я и не откладываю ли исповеди? Не храню ли я в сердце сокрытого восхищения каким-либо грехом?
- Если я не чувствую необходимости исповеди, может быть это симптом моего ожесточения в грехе? Попрошу, чтобы Иисус обновил во мне понятие греха и оживил необходимость хорошей исповеди.
- Запланирую себе время для встречи с Иисусом в таинстве исповеди во время Великого Поста. Уже теперь буду Его просить, чтобы послал мне Духа истины, который обличит меня о грехе моем (Ин 16, 8) и вдохновит желанием глубокой встречи с Иисусом в исповеди. Буду говорить Ему: «Иисус, помоги мне обратиться всем сердцем!»

Третья неделя Великого Поста

Понедельник - Лк 4, 24-30

ВСТАНУ НА СТОРОНУ ОТВЕРГНУТОГО ИИСУСА

О чем прошу? О смелости и страстности духа, чтобы встать на сторону отвергаемого Иисуса.

- Обращу внимание на то, что Иисус начинает свою общественную деятельность с «проигрыша». Это первое лицо Иисуса: Иисус, принимающий поражение, не услышанный, отвергаемый, не понятый в городе, изгнанный.
- Буду размышлять и восхищаться Иисусом, который в драматической ситуации сохраняет абсолютную свободу и не пренебрегает проповедью «Евангелия без успеха» (28-30).
- Смогу ли я встать на сторону слабого Иисуса? Смогу ли я публично исповедовать непопулярное Евангелие? Как я веду себя, в то время когда чувствую, что Евангельские ценности презирают и высмеивают? Доверю Иисусу все мои слабости и сомнения.
- Обращу внимание на тот факт, что вначале «и глаза всех в синагоге были устремлены на него» (20). Иисус находится под давлением ожиданий слушателей, стоит перед искушением приспособиться к их желаниям и потребностям.
- Он выступает свободно и призывает людей к перемене образа их мыслей. Следует приспособить жизнь к Евангелию, а не наоборот. Умею ли я слушать правду Евангелия в полной свободе? Не избегаю ли я слов, призываний Иисуса, которые требуют изменения моего мышления, отказа от порочных желаний, изменения ситуаций моей жизни?
- В сердечном разговоре с Иисусом попрошу Его о смелости и внутренней свободе в принятии и проповедовании правды Евангелия.

Третья неделя Великого Поста Вторник - Мт 18, 21-35

ПРОЩАТЬ ТАК, КАК ОТЕЦ ПРОЩАЕТ МНЕ

О чем прошу? Об освобождении сердца от огорчений и обид и о благодати прощения

- Прежде чем начну медитацию, искренне прислушаюсь к моему сердцу – не говорят ли в нем боль, злость, претензии из-за какой-либо обиды. Приблизюсь к Иисусу как Петр и искренне спрошу: «Господи, сколько раз прощать брату моему?»(21).
- Осознаю ответ на свой вопрос. Признаю, что я должен всегда прощать (22). Пойму, что нуждаюсь в Иисусе, чтобы научиться прощать. Приглашу Его в события моей жизни, которые рождают боль, с которыми я не могу справиться. Какая рана болит у меня больше всего?
- Иисус проливает бальзам на мои раны. Рассказывает притчу о милосердном слуге. Осознаю, что это рассказ о моей жизни, о беспредельной любви Отца ко мне. Сяду рядом с Петром около Иисуса, чтобы слушать притчу(23-24).
- Задумаюсь о словах Иисуса «Господи имей терпение надо мной, я все тебе отдам» (26). Вернусь памятью к дням, когда я молил Бога о прощении и обещал, что исправлюсь.
- «Государь, умиловившись над рабом тем, отпустил его... (27) Вспомню ситуации моей жизни, когда я испытал терпеливую любовь Бога. В каких ситуациях моей жизни Бог более всего проявляет ко мне терпения? Какой наибольший долг Он мне простил?
- Выслушав остальную часть притчи (28-34), спрошу о собственном терпении и снисхождении к другим людям. Кто мой самый большой должник? Кому надо больше всего прощать? Кто это? Хочу ли я ему простить?
- Переменю медитацию на убедительную просьбу. Буду молить Бога о терпении к этим людям, которых труднее всего любить и прощать. Буду повторять слова: «Отец, научи меня прощать Твоею любовью!».

Третья неделя Великого Поста Среда - Мт 5, 17-19

ПРОДОЛЖАТЬСЯ В СЛОВЕ И ЖИТЬ СЛОВОМ

О чем прошу? О глубокой и верной преданности Божьему слову

- Прислушаюсь к решительным словам, которые говорит Иисус. Осознаю, что Он обращается ко мне. Хочет сделать меня более восприимчивым к Божьему закону и верным в жизни Слову.
- Слово дано, чтобы Его исполнить. И оно исполняется в Иисусе. Он научит меня соблюдать Божье слово. Он желает быть моим словом. О чём бы я хотел Его попросить?
- Осознаю, что сколько раз я читаю Божье слово, столько раз оно становится словом лично для меня. Осознаю, что хочу наполнить и изменить свою жизнь. Откровенен ли я? Верю ли я, что слово Божье высказано для меня лично? Какое место слово занимает в моей жизни, как помогает в распознавании призвания?
- Иисус говорит, что каждое слово, высказанное Богом, сбудется (18). Бог словесный и верный в том, что сказал. Какие чувства во мне будит это убеждение?
- Иисус остерегает меня от уклонения от Божьих заповедей и от научения этому других (19). Что мог бы сказать Иисус о моей верности заповедям? Попрошу Иисуса, что бы исследовал состояние моего сердца и совести.
- В глазах Иисуса я большой тогда, когда я соблюдаю его слово и мужественно учу других. Время, о котором говорит Иисус, длится вечно (19). Что для меня является главным критерием величия? В чём я ищу его более всего?
- Есть ли во мне отвага и жажда жить Божьим словом? Как я свидетельствую об этом в общине и семье? В сердечной молитве буду повторять: «Иисус, разожги моё сердце Своим словом»!

Третья неделя Великого Поста Четверг - Лк 11,14-23

ОТБРОСИТЬ ДВУЗНАЧНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

О чем прошу? О связи с Иисусом и бескомпромиссной борьбе со злом

- Буду всматриваться в Иисуса, который изгоняет Вельзевула (14). Осознаю, что через крещение я принадлежу Иисусу. Буду жить в Его любви. Каждый раз, когда я пребываю в Нем, сатана не имеет власти надо мной. Верую ли я в это?
- Слово Божье и особенно таинства - это пространство благодати, благодаря которым я могу пребывать в силе Иисуса. Что я могу сказать о моей связи с Божьим словом, о моем понимании таинства Покаяния и Евхаристии?
- Иисуса подозревали в связях с Вельзевулом (15). Это потрясающее обвинение напоминает мне, что если я встану на сторону Иисуса, буду подозреваем и осуждаем как Он. Встать на сторону Иисуса, означает подвергнуть себя риску осуждения, ожесточенных атак зла.
- Божье царство приходит туда, где зло решительно преодолено (17-20). Иисус учит меня бескомпромиссной борьбе со злом. Что я могу сказать о чистоте моих намерений? На какие компромиссы я иду чаще всего? Вспомню ситуации, отношения, мысли.
- Иисус призывает меня к смиренной бдительности (21-22). Дьявол не отказывается от своих планов, не отступает. Ищет случаи, способ, чтобы лишить меня моего наиболее ценного «имущества»: свободы и чистоты сердца. Его оружие – искушение «невинными компромиссами».
- «Кто не со Мною, тот против Меня...» (23). Глубоко задумаюсь над решительными словами Иисуса. Он требует от меня радикального выбора: до выступления на Его стороне. Или я с Ним или против Него. Третьего пути нет.
- Подойду к Иисусу и попрошу Его, чтобы показал мне двусмысленные положения, компромиссы, которых я не замечаю. Буду молиться сегодня в своем сердце словами: «Иисус, очисти меня от ошибок скрытых от меня».

Третья неделя Великого Поста Пятница - Мк 12, 286-34

ЛЮБИТЬ ВСЕМ СВОИМ СУЩЕСТВОМ

О чем прошу? О щедрости и великодушии в любви к Богу, самому себе и ближним

- Осознаю приглашение в свете Евангелия понять главную ценность своей жизни. Приблизюсь к Иисусу и в сердечном разговоре спрошу Его: что должно быть на первом месте в моей жизни?
- Первый ответ: «Слушай...» (29). Уровень моей духовной жизни зависит в большой мере от способности слушания Бога, который проникает в меня и знает наиболее хорошо пути моей жизни. Призыв «слушай» напоминает мне, что Бог беспрестанно обращается ко мне и открывает свою волю. Убежден ли я, что Бог говорит мне ежедневно? Слышу ли я, как Бог говорит лично мне? Ищу ли я в буднях сосредоточения и тишины?
- Иисус напоминает мне, что Бог – для меня «Бог» единственный (29). Мог бы я в эту минуту признаться ему: «Господь Бог наш есть Единственный Господь»? Не скрываю ли я в своем сердце божков, от которых не хочу отказаться?
- Существует лишь один способ возлюбить Бога всей полнотой. Он хочет всего сердца, всей души, всего ума и всей крепости твоей (30). Какие переживания вызывает во мне радикальный тон высказывания Иисуса?
- Спрошу себя искренне: хочу ли я любить Бога так, как говорит Иисус - полностью и безусловно? Не поддаюсь ли я половинчатости и компромиссам? Что наиболее ослабляет мою любовь к Богу? Я скажу об этом Иисусу.
- Любовь к себе и ближнему проверяет зрелость моей любви к Богу (31). Свои отношения с Богом могу строить лишь тройственно: я – ближний - Бог. Что мне труднее всего полюбить в себе и других?
- Скажу Иисусу о людях, которых не могу одобрить. Кто это? Попрошу Его, чтобы исцелил сложные отношения в моей семье и общине.

Третья неделя Великого Поста Суббота - Лк 18, 9-14

ПРЕДСТОЯТЬ ПЕРЕД БОГОМ С ИСКРЕННИМ СЕРДЦЕМ

О чем прошу? О сердце простом и искреннем в разговорах с Богом

- Иисус желает потрясти сердца тех, кто убежден в собственном целомудрии, безгрешности, но презирает других людей. Через притчу взывает их к изменению их жизни (9). Внимательно буду наблюдать за героями притчи и стараться отыскать в себе черты, которые являют они.
- Положение фарисея (11-12). Делает лишь вид разговора с Богом. Разговаривает только сам. Он закрыт на слушание. Ищет только подтверждений для своего поведения. Это причина, по которой он живёт в лицемерии. Высокомерие не позволяет ему признать свои слабости. Чтобы укрепиться в убеждении о своей справедливости, расхваливает себя и презирает других.
- Положение мытаря (13). Имеет глубокое осознание своей грешности. Не старается её оправдать перед Богом. Не ищет для себя смягчающих обстоятельств. Напротив, признает и говорит открыто о своей грешности. Отдаёт её Богу. Нелицемерный.
- Встану перед Иисусом, посмотрю и спрошу себя - нет ли во мне проявления зазнайства и лицемерия. Осознаю свои отношения с другими людьми, особенно с близкими. Не имею ли я потребности подчеркивать собственную «справедливость», пренебрегать другими?
- Признаюсь перед Иисусом и отдам Ему слабости, которые вызывают у меня наибольший стыд. Буду горячо просить Иисуса о смирении и простоте в переживании моей греховности.

Четвертая неделя Великого Поста Воскресенье - Год А - Ин 9, 1-41

ПОЗВОЛИТЬ ИИСУСУ ВЫВЕСТИ МЕНЯ ИЗ ДУШЕВНОЙ СЛЕПОТЫ.

О чем прошу? Об освобождении от душевной слепоты.

- Буду смотреть на слепого, который от рождения живет в темноте (ст. 1). Припомню тяжело больных, страдающих много лет. Доверю их Иисусу. Может быть и я переживаю какой-то трудный опыт? Расскажу об этом Иисусу.
- Увижу, как Иисус проходит около слепого, задерживается и оздоравливает его глаза (ст. 1, 6-7). Представлю себе счастье этого человека в тот момент, когда он обмыл глаза и впервые увидел окружающий его мир.
- Что более всего закрывает мои глаза на радость жизни и мир? Скажу об этом Иисусу. Горячо Его попрошу, чтобы обмыл и освободил меня от того, что порождает темноту в моем сердце.
- Родители слепого боятся свидетельствовать об Иисусе (ст. 20-23). Но исцеленный отважно проповедует правду, даже под страхом быть осужденным фарисеями (ст. 24-34). Что я могу сказать о моем публичном свидетельстве об Иисусе?
- Буду наблюдать за поведением фарисеев, которые не могут принять правду об Иисусе, Божьем Сыне. В этом им мешает их собственное "знание" о Боге. Они следуют установленным ими схемам и представлениям, которых не хотят изменить (ст. 13-34). Позволю ли я Богу, чтобы Он постоянно направлял меня так, как Он сам этого хочет? Открыт ли я на события жизни, через которые Бог вновь объявляет мне Самого Себя?
- "Сам ты родился в грехах, а смеешь нас направлять?" (ст. 34). Верю ли я в то, что Бог может говорить со мной через людей "очень обыкновенных" и простых? Как я принимаю назидания и замечания людей, которые слабее меня и менее значимы, чем я?
- В заключительной молитве выскажу Иисусу мою веру. Вместе с исцеленным слепым поклонюсь Иисусу: "Ты - мой единственный Спаситель!".

Четвертая неделя Великого Поста Год Б - Воскресенье Ин 3, 14-21

ОТКРЫТЬСЯ БЕЗГРАНИЧНОЙ ЛЮБОВИ БОГА

О чем прошу? О глубочайшем убеждении в том, что любовь Бога больше моего греха.

- Войду в атмосферу ночного разговора Никодима с Иисусом. Желание Никодима исполнено: он может лично встретиться с Учителем. От глубины моих желаний зависит глубина моих встреч с Иисусом. Что могу сказать о своих желаниях в этой медитации?
- "Как Моисей возвысил змею в пустыне..." (ст. 14-15). Иисус, умирающий на кресте, имеет силу, чтобы ежедневно исцелять мою жизнь. Однако Он нуждается в моей вере.
- «Так Бог возлюбил мир...» (ст.16). Осознаю, что на кресте висит единственный Сын Бога Отца. Он умирает за меня лично. Я – «весь мир Бога». Как и каждый человек, я для Него - единственное дитя.
- Иисус убеждает меня, что Отец хочет не моего осуждения, но спасения (ст.17-18). Неуверенность в любви и милосердии Бога приведут меня к внутреннему беспокойству. Верю ли я в беспредельную доброжелательность Бога ко мне? Не замечаю ли я в себе тенденции к самоосуждению?
- Приближение к Распятому - это приближение к свету, который проникает меня до глубины, и открывает наиболее тайные уголки моего сердца (ст. 19-21). Только находясь перед ним в правде, я могу испытать Его любовь и близость. Стану у креста. Обниму Распятого, и буду просить, чтобы защитил меня от неправды.
- Всмотриваясь в раны Распятого, искренне расскажу Ему о ранах моего сердца. Попрошу Его, чтобы открыл предо мною грехи, доставляющие Ему наибольшие страдания. Пробужу в себе глубокое сожаление из-за моих беззаконий. Помолюсь 50 псалмом.

Четвертая неделя Великого Поста
Год С - Воскресенье Лк 15, 1-3.11-32

ПОЧУСТВОВАТЬ СЕБЯ РЕБЕНКОМ В ОБЪЯТИЯХ ОТЦА

О чем прошу? О глубокой любви к Богу Отцу

- Иисус рассказывает о потерянном сыне и любви Отца. Внимательно, с открытым сердцем буду смотреть на поведение сына и отца.
- Сначала буду всматриваться в сына, как уходит из дома, потом в отца, как молчит и уважает его свободу (ст. 12-13). Попрошу, чтобы я мог войти сердцем в страдания отца и, таким образом, почувствовать безобразие греха, который ранит и приносит боль.
- Когда я исповедую мои грехи (в испытании совести и в исповеди), вижу я «лицо» Отца и Его страдание? Как часто я думаю о Его чувствах, когда смотрю на мой грех?
- Буду следить за историей сына, который отошел от отца. Увижу, как грех рождает грех, и углубляет нищету сына (ст. 13-16). Осознаю эти ситуации в моей жизни, когда я способствовал накоплению грехов.
- Буду созерцать глубокое волнение отца, который обнимает возвратившегося сына (ст. 20). Стану на колени перед Богом Отцом, выскажу Ему грехи, которые мучат мое сердце. Попрошу о благодати прощения и опыте Его отцовской любви, чтобы я мог почувствовать себя ребенком в Его объятиях.
- Замечу реакцию старшего сына, который не хочет войти в дом. Не может принять поведения Отца по отношению к младшему брату. Он убежден, что тот не достоин любви (ст. 29-30). Какие чувства появляются во мне, когда смотрю на поведение старшего сына?
- Подумаю, что слова отца, обращенные к старшему сыну, касаются меня самого. Все, что имеет Отец, принадлежит также мне. Я все имею от Него даром. Мне не надо зарабатывать Его любовь. Он хочет только, чтобы я позволил себя любить. Окончу молитву прославлением Бога Отца.

Четвертая неделя Великого Поста

Понедельник - Ин 4, 43-54

ПОВЕРИТЬ ИИСУСУ НА СЛОВО

О чем прошу? О глубочайшем обновлении моей веры и упования на Иисуса.

- Буду сопровождать усталого Иисуса, который возвращается в родную Галилею (ст. 43-44). Он уже прошел длинный путь по Иудее через Самарию. Помнит болезненные минуты, когда был выгнан земляками из Назарета. Подойду к Иисусу, чтобы поговорить с Ним о Его любви, кротости и смирении.
- Были ли в моей жизни такие моменты, когда я избегал Иисуса? Отвергал ли я Его любовь? Допускал ли я Его в свою личную жизнь? Иисус не перестает возвращаться к моей обыденной жизни. Его "родная Галилея" - мои будни. Поблагодарю Его за верную и терпеливую любовь.
- Галилеяне принимают Иисуса, потому что видели его чудеса в Иерусалиме (ст. 45). Иисус принимает их незрелую веру и любовь. Что меня наиболее привлекает в Иисусе? Почему я молюсь? Почему я встречаю Его в евхаристии и принимаю в св. Причастии? Что я могу сегодня сказать о мотивациях моей веры и о моих религиозных практиках?
- Обращаю внимание на поведение царедворца из Капернаума – как он бежит за Иисусом до Каны Галилейской, чтобы просить исцеления для умирающего сына (ст. 46-49). В безнадежной для человека ситуации, он не теряет веры. Страдание не убивает его надежды.
- Что сегодня для меня является самой большой жизненной трудностью и огорчением? К кому наиболее часто обращаюсь с моими проблемами и просьбами о помощи? Умею ли я о моих проблемах разговаривать с Иисусом? Что бы сейчас я хотел доверить Ему?
- Царедворец, без каких-либо условий, "поверил словам Иисуса, которые Он сказал ему" (ст. 50-53). Дома он встречает здорового ребенка. Царедворец получает опыт исполнения слова Иисуса. Вспомню слово Божие, которое чудесным образом сбылось в моей жизни. За какое слово я хотел бы сегодня поблагодарить Иисуса?
- "Господи, приди, пока не умер сын мой" (ст.49). В горячей молитве приглашу Иисуса в свою семью, общину. Доверю Ему все, что болит, что уязвимо, что может погубить мою жизнь. Буду просить о глубокой вере и надежде для себя и своих близких.

Четвертая неделя Великого Поста Вторник - Ин 5, 1-3а. 15-16

ИСПЫТАТЬ СИЛУ ИИСУСА ЧЕРЕЗ СОБСТВЕННУЮ СЛАБОСТЬ.

О чем прошу? Об испытании силы Иисуса через мою слабость.

- "Войду" с Иисусом в Иерусалим (ст. 1). Представлю себе город во время праздника. Шум, толпы людей, направляющихся к храму. Иисус знает, что в этом городе будет измучен и убит. Буду разговаривать с Иисусом об ожидающей Его муче.
- Иисус ведет меня к купальне Вифезда, где лежит множество больных (ст. 2-3). Иисус всегда окружен страждущими. Он хочет, чтобы я был вместе с Ним у больных. Увижу среди них моих близких и знакомых.
- Буду разговаривать с Иисусом о близких моему сердцу людях и просить о том, чтобы дал им сил и излечил их. Кого больше всего я хотел бы доверить Ему?
- Замечу, как Иисус, среди множества больных, обращает внимание на парализованного (ст. 5-6). Иисус знает, что этот человек страдает тридцать восемь лет и очень одинок. Услышу, как Иисус с любовью спрашивает его: "Хочешь ли быть здоров?" (стих 6-7).
- Иисус также замечает и мои болезни, каждый мой жизненный паралич. Он приближается ко мне и спрашивает: "Хочешь ли ты быть здоровым?". Верю ли я, что Он может исцелить меня от всех страданий, даже от тех, которые парализуют меня долгое время? О чём бы я хотел попросить Его?
- Остановлюсь на сцене исцеления (ст. 8-9). В один момент исчезает страдание, которое мучило человека много лет. Иисус доказал силу своего слова. Пойму, что именно это слово Он оставил мне в Библии. Слово, полное силы.
- "Не грехи больше, чтобы не случилось с тобою хуже" (ст. 14). Иисус позволяет мне осознать, что источник моего наибольшего страдания - грех. Что я могу сказать о моих испытаниях совести и об исповедях? Буду просить Иисуса: "Не позволь мне находиться в грехе!"

Четвертая неделя Великого Поста Среда - Ин 5, 17-30

ЖИТЬ ЛЮБОВЬЮ И ВОЛЕЙ ОТЦА

О чем прошу? О глубокой связи с Отцом и его волей.

- Начну свою молитву с огромной просьбы быть вместе с преследуемым иудеями Иисусом. Их общение с Иисусом крайне поверхностно. Они не могут заметить в Нем Сына Божьего (ст. 17-18).
- Прильну к Иисусу, и буду усиленно просить Его, чтобы позволил мне испытать близкое общение с Отцом. Прислушаюсь к Его словам, в которых рассказывает мне о своей связи с Отцом.
- Иисус видит "творящего Отца" (ст. 19-20). Буду наблюдать за Иисусом, который всматривается в Отца. За всем, что Он делает, переживает в сосредоточенном объединении с Отцом. Посмотрю на мое общение с Отцом. Что осталось во мне после этого общения? О чём я хотел бы просить Иисуса?
- "Ибо Отец любит Сына..." (ст. 20). Иисус хочет, чтобы я был с Ним всю жизнь. Хочет разделить со мной глубокое испытание любви Отца. Я попрошу Его, чтобы «разлил» во мне любовь Отца, чтобы я также почувствовал, что любим Отцом.
- Иисус воскрешает к жизни так же, как Отец (ст. 21). Он ежедневно приходит ко мне, посылаемый Отцом. Возрождает во мне усердие, радость, мир. Приглашаю Его во все ситуации моей жизни, в которых " мне не хочется жить".
- Отец передал Ему власть (ст. 27). Отдам себе отчет в том, что Иисус имеет всякую силу и власть надо мной. Он желает войти в мою жизнь, чтобы каждый день возвращаться от меня к Отцу.
- Ищу «воли пославшего Меня Отца» (ст. 30). Искать воли Отца – это подтверждение действительного, детского общения с Богом. Чаще буду молиться словами: «Иисус, помоги мне жить волей Отца».

Четвертая неделя Великого Поста Четверг - Ин 5, 31-47

ПОВЕРИТЬ В ЛЮБОВЬ

О чем прошу? О духе веры, чтобы никогда не усомниться в любви Отца и Сына.

- Приблизюсь к Иисусу, который говорит с евреями. Прислушаюсь к Его заботливым словам. Он желает, чтобы они поверили Ему. Не хочет, чтобы кто-либо не понял слов спасения (ст. 31-32).
- Напоминает им свидетельство Иоанна (ст. 33), который желал одного - встретиться с Мессией. Свидетельствование об этой правде наполнило всю его жизнь. Есть ли во мне страсть к свидетельству о евангельских ценностях? Живу ли я ими?
- "Говорю это для того, чтобы вы спаслись" (ст. 34). Представлю себе, как взгляд Иисуса вонзится в меня. Это ко мне обращены эти слова. Моё спасение зависит от Него. Верю ли я Ему? Завишу ли я от Иисуса?
- Вспомню людей, которые показали мне Иисуса, и передали мне опыт веры. Иисус дал их мне. Пошлёт мне также и других. Однако мне надо сосредоточиться на Иисусе, не на них. Они - только "лампа", которая коротко светит (ст. 35).
- Не привязываюсь ли я к моим душевным проводникам, полагаясь более на них чем на Иисуса? Не заслоняют ли они мне Его? Отдам их признательно Иисусу.
- "Исследуете Писания..; а они свидетельствуют о Мне... Но вы не хотите придти ко мне, чтобы иметь жизнь» (ст. 39-40). Ведут ли мои слова к живым встречам с Иисусом? Изменяет ли Его слово мою жизнь? Приглашу Иисуса в те места моей жизни, в которые я до сих пор Его не допускал.
- Иисус хочет, чтобы я глубоко пережил истину, что Он послан ко мне Отцом (ст. 36-39). Он хочет приблизить моё сердце к Отцу. Это Его наибольшее желание. Все, что Он делает, говорит мне о том, как сильно любит меня Отец. Он очень страдает, когда я не доверяю Ему (ст. 38; 43-47).
- В сердечном разговоре с Иисусом скажу Ему о моей потребности в Отце, о тоске по Нему. Буду повторять: "Иисус, сделай так, чтобы я поверил в любовь Отца!".

Четвертая неделя Великого Поста

Пятница - Ин 7, 1-2. 10. 25-30

БЫТЬ С ИИСУСОМ В ТРУДНЫЕ ЧАСЫ ЖИЗНИ

О чем прошу? О глубоком общении с Иисусом в трудные часы жизни.

- С надеждой обращусь к Иисусу, и буду просить о том, чтобы я мог сопровождать Его в моменты Его одиночества и страдать вместе с ним, когда Его отвергают (ст. 1;10; 25-30).
- Дольше задержусь на словах: "иудеи искали убить Его" (ст. 1). В сердечном разговоре спрошу Иисуса, что в моей жизни наиболее уязвляет Его? Какими поступками я предаю Его?
- Иисус остается скрытым и неузнанным теми, кто не верит в Него (ст. 10; 25-27). Замечаю ли я Его в моих буднях? Слушаю ли я Его слово? Когда и где я не замечаю Его?
- "Но мы знаем Его, откуда Он..." (ст. 27). Привязанность к собственным схемам понимания Бога не позволяет иудеям узнать Иисуса. Какие мысленные схемы, картины мешают мне встречаться с Иисусом в молитве?
- Иисус говорит иудеям, что они не знают Бога (ст. 28). Преклонюсь перед Иисусом и усиленно буду просить Его, чтобы помог увидеть правду моих отношений с Богом. Что Он позволил мне увидеть?
- Каков опыт моих отношений с Богом? Как я представляю себе Отца? Буду просить Иисуса, чтобы помог мне углубить мое общение с Отцом.
- Приблизюсь к Иисусу, и буду повторять: "Позволь мне пребывать с Тобю, когда наступит час Твоей муки" (ст. 30).

Четвертая неделя Великого Поста Суббота - Ин 7, 40-53

БЫТЬ ОТКРЫТЫМ НА СЛОВО БОГА И НА ЗАМЕЧАНИЯ ЛЮДЕЙ

О чем прошу? О смиренном сердце, открытом слову Бога и человеческой помощи.

- Слово этого дня приглашает меня сосредоточиться на Иисусе и людях, которые Его окружают. Первый стих показывает различие отношений людей к Иисусу. Проявляются разные мнения. Прислушаюсь к голосам толпы (ст. 40-43). Тоже выскажу мнение об Иисусе: Он для меня...
- Не переживаю ли я какой-то раздвоенности в моей связи с Иисусом? Попытаюсь назвать то, что меня приближает к Нему и то, что отдаляет от Него.
- "Некоторые из них хотели схватить Его" (ст. 44). Они поддаются соблазну манипулировать Иисусом и диктовать Ему собственные ожидания. Не ограничиваю ли я действий Иисуса в моей жизни? Не испытываю ли я желания «поймать» Его для удовлетворения собственных целей? Тщательно рассмотрю моё отношение к Иисусу.
- Прислушаюсь к разговору служителей со священниками и фарисеями (ст. 45-49). Первые находятся под сильным впечатлением от слов Иисуса. Вторые – гордые, самонадеянные и «закрытые». Они привязаны к собственному видению Бога и мира, что показывает их внутренняя агрессия.
- В каких из этих отношений к Иисусу я узнаю себя? Что я могу сказать о моей открытости слову? Есть ли что-то, что мешает мне? Буду просить Иисуса, чтобы помог мне исследовать моё сердце.
- Никодим безрезультатно напоминает своим собратьям (ст. 50-52). Предостерегает их от беззаконий. Кто мой "Никодим"? Умею ли я его слушать? Бог через напоминания людей хочет спасти меня от жизненных ошибок.
- "И разошлись все по домам " (ст. 53). Также и я вернусь к моим житейским делам. Чувствую ли я себя более открытым Иисусу после этой молитвы? Буду практиковать молитву сердца: "Иисусе, открой меня и приблизь к Себе!".

Пятая неделя Великого Поста Воскресенье Год А - Ин 11, 1-45

ВЫЙТИ ИЗ ТЬМЫ И ЧЕРПАТЬ ЖИЗНЬ В ИИСУСЕ

О чём прошу? О сильной вере, чтобы найти в Иисусе всю полноту жизни.

- Сконцентрирую своё внимание на дружеском отношении Иисуса с Марией, Марфой и Лазарем. Кроме апостолов, у Иисуса в Вифании были друзья миряне. Иисус не скрывал своих дружеских чувств к ним.
- Что могу сказать о моей дружбе с Иисусом? Говорю ли Ему о своих чувствах? Умею ли их выражать? Верю ли я, что Иисус одаривает меня личным и глубоким чувством любви?
- С волнением буду слушать разговор Иисуса с Марфой и Марией (ст. 20-32). Обращу внимание на то, с какой простотой и открытостью говорят Иисусу о своей боли.
- Буду созерцать лицо Иисуса, который страдает, глядя на боль и слезы рыдающих женщин. Буду смотреть, как Он, полный печали, идет к гробу друга - Лазаря и плачет (ст. 33-35).
- Осознаю, что Иисус видит каждое мое страдание, беспокоится при виде моей боли. Плачет, когда видит мои потери и беспомощность. Верю ли в Его чувствительность? В минуты страдания, могу ли я говорить Ему о своих чувствах, признаваться, как Мария и Марфа, во внутренних страхах, а также в претензиях и опасениях? Разговариваю ли я с Ним искренне о своих бунтах?
- «Лазарь, иди вон!» (ст. 43). Долго буду созерцать эту сцену. Услышу полные силы слова Иисуса. Увижу удивление собравшейся толпы и Лазаря, выходящего из темноты могилы. Иисус способен вывести меня из безнадежного положения.
- В горячей молитве попрошу Иисуса, чтобы отодвинул камень от темных мест моей жизни, в которых я хороню мои хорошие желания. Попрошу Его о благодати хорошей исповеди и подготовки к празднику Пасхи. Буду повторять: «Иисус, Ты - моя жизнь!».

Пятая неделя Великого Поста
Год Б - Воскресенье Ин 12, 20-33

ПОЛОЖИТЬ СВОЮ СУДЬБУ В РУКИ ИИСУСА И ОТЦА

О чем прошу? О глубоком соединении с Иисусом, об уповании на Него и верном следовании Его путями

- В начале медитации попрошу Иисуса, чтобы помог мне исследовать связь, которая меня с Ним соединяет. Почему верю в Иисуса? Почему иду за Ним?
- «Господин, нам хочется видеть Иисуса» (ст. 21). Замечу, как велико желание греков, которые хотят увидеть Иисуса вблизи. Вспомню опыт моей первой любви, очарование, радость, которые меня тогда охватили.
- Иисус готовит учеников к своим страстям. Буду внимательно слушать слова Иисуса о «смерти» зерна и потери жизни для жизни (ст. 24-25). Какие чувства рождаются в моем сердце? Что я боюсь потерять в моей жизни? Какие привязанности еще во мне не умерщвлены?
- «Где Я, там и слуга мой будет» (ст. 26). Что сегодня могу сказать о том, что я пойду за Иисусом, куда бы Он ни пошел? В каких ситуациях я Ему более верен, а в каких неверен? Посмотрю с Иисусом на все места и ситуации моей верности и неверности. Вновь отдам Ему себя.
- Замечу, что Иисус – предсказывая свою муку – сознается в своем возмущении (ст. 27-28). Все-таки не хочет избежать своего часа, который предназначил для него Отец. Войду с Иисусом в мои личные страхи. Буду просить Его о внутреннем освобождении от всяких страхов, которые искушают меня к бегству.
- Коротко перед страстями Иисус слышит голос Отца, который напоминает о нерушимости Его правления историей мира и моей личной историей (ст. 28-31). Даже в моментах величайших испытаний ничего не выпускает их своих рук. Моя верность будет вознаграждена.
- В молитве перед распятым Иисусом буду просить, помня о Его обещании, чтобы притянул меня к Себе и вновь разжег во мне любовь к Нему и Отцу. Буду просить, чтобы Дух Иисуса помог мне вместе с Ним молиться в сердце: «Авва, Отче!».

Пятая неделя Великого Поста Год С - Воскресенье Ин 8, 1-11

ВСТРЕТИТЬСЯ С ИИСУСОМ В СВОЕЙ СЛАБОСТИ

О чем прошу? О глубоком соединении с Иисусом в своей слабости

- Вспыльчивые обвинители приводят к Иисусу блудницу. Встану среди собранной толпы, чтобы всмотреться в лицо испуганной и униженной женщины (ст. 3).
- Буду созерцать полное нежности лицо Иисуса. Подумаю, что Иисус так смотрит на меня каждый день. Приблизжусь к нему в молчании, как женщина из Евангелия.
- На публичные обвинения против женщины Иисус отвечает молчанием (ст. 6 и 8). Попробую погрузиться в молчание Иисуса, который знает каждое сердце, а также и мое. Встану перед Ним в молчании, со всей своей грешностью. Подумаю, что Иисус смотрит на меня. Он знает меня до глубины. Обращу внимание на рождающиеся во мне чувства и выскажу их Иисусу.
- Обвинители не выдержали тишины и «продолжали спрашивать Его» (ст. 7). Тишина является необходимой, чтобы услышать и познать истину о себе. Ищу ли я тишины? Как часто стою в истине перед Богом? Не убегаю ли я от взгляда Иисуса?
- Буду созерцать Иисуса, который смотрит на женщину с прощающей любовью (ст. 9-11). Этот взгляд помог женщине увидеть и признать свой грех. Попрошу Иисуса, чтобы помог мне смотреть на себя Его взглядом – в истине и любви.
- «И Я не осуждаю Тебя» (ст. 11). Иисус обращает эти слова лично ко мне. Умею ли я прощать себе и другим так, как прощает Иисус? Не осуждаю ли я себя? Попрошу Иисуса, чтобы я умел принимать себя таким, каков я есть. Доверю Ему всю мою жизнь, мое возрастание и мою борьбу с грехом.

Пятая неделя Великого Поста
Понедельник - Ин 8, 1-11

СОЕДИНИТЬСЯ С ИИСУСОМ В СОБСТВЕННОЙ СЛАБОСТИ

О чём прошу? О глубоком соединении с Иисусом в своих слабостях.

- Суровые обвинители привели к Иисусу грешную женщину. Встану в толпе, чтобы всматриваться в лицо оробевшей и посрамленной женщины (ст. 3).
- Затем буду созерцать полное нежности и деликатности лицо Иисуса. Подумаю, что Иисус так смотрит на меня каждый день. Поднимусь перед Ним молча, подобно женщине из Евангелия.
- На публичные обвинения женщины Иисус ответит молчанием (ст. 6 и 8). Попытаюсь погрузиться в молчание Иисуса, который знает каждое сердце, а также и мое. Молчаливый, встану перед Ним со всей моей грешностью, как эта грешная женщина. Подумаю о том, что Иисус смотрит на меня. Он всецело знает меня. Обращу внимание на пробуждающиеся во мне ощущения и расскажу об этом Иисусу.
- Обвинители не выдержали тишины и «продолжали спрашивать Его» (ст. 7). Тишина необходима, чтобы услышать и узнать правду о себе. Ищу ли я тишины? Как часто я правдив перед Богом? Не избегаю ли я взгляда Иисуса?
- Буду созерцать Иисуса, который смотрит на женщину со всепрощающей любовью (ст. 9-11). Этот взгляд помог женщине увидеть и признать собственный грех. Попрошу Иисуса, чтобы учил меня смотреть на себя Его глазами - в правде и любви.
- «И Я не осуждаю тебя» (ст. 11). Иисус направляет эти слова лично ко мне. Умею ли я прощать себя и других так, как Иисус прощает меня? Не осуждаю ли я себя? Попрошу Иисуса, чтобы учил меня принимать себя таким, каким я есть. Доверю Ему мою жизнь, мое возрастание и мою борьбу с грехом.

Пятая неделя Великого Поста Вторник - Ин 8, 21-30

СОЗЕРЦАТЬ ЛЮБОВЬ, КОТОРАЯ ЖЕРТВУЕТ СЕБЯ ДО КОНЦА

О чём прошу? О хорошей подготовке к переживанию тайн Страстной Недели.

- Иисус знает, что время Его муки и смерти близко. Буду созерцать Его озабоченное лицо. Многие не верят в Него. Он не хочет, чтобы я потерял время благодати. Прислушаюсь к Его словам. Он оставляет мне слово, которое подготавливает меня к плодотворному переживанию Страстной Недели.
- «Я отхожу, и будете искать Меня» (ст. 21). Иисус подготавливает меня к своему уходу. Он идет впереди туда, куда я теперь пойти не могу. Он всегда наполняет меня своей милостью. Идет умирать за меня, чтобы я имел силы идти за ним до конца.
- «Если не уверуете, что это Я, то умрете во грехах ваших» (ст. 24). Для св. Иоанна «верить» обозначает «прильнуть», «войти в близкое отношение с Иисусом». Иисус принимает на себя каждый мой грех, который уничтожает мои отношения с Ним. Нужна лишь моя вера в Его любовь и готовность принять её.
- «Вы от нижних, я от вышних...» (ст. 23). Нуждаюсь в Его слове, чтобы я мог читать историю моей жизни с позиции Иисуса. Из перспективы Распятого моя история является историей спасения. Нуждаюсь в Его взгляде, чтобы я мог это увидеть. Нуждаюсь в том, чтобы прильнуть к его сердцу, чтобы я мог в это поверить.
- «Пославший меня...» (ст. 26). Иисус указывает мне на Отца. Все, что Иисус сделает для меня в Страстную Неделю, будет свидетельствовать о большой любви Отца. Он возлюбил меня, что отдал Сына Своего Единородного.
- «Когда вознесете Сына Человеческого, тогда узнаете, что это Я» (ст. 28). На кресте Бог объявляет самое прекрасное Своё имя. Всё в Иисусе говорит: Я есть любовь. Буду часто созерцать Распятого и просить Его, чтобы проник в меня и изменил мою любовь.
- Приблизюсь к Иисусу и ласково прижмусь к Его сердцу. Во время молитвы буду повторять: «Разожги мое сердце Твоею любовью». Доверю Ему моих близких: «Помоги им поверить в Твою любовь» (ст. 30).

Пятая неделя Великого Поста

Среда - Ин 8, 31-42

ЖИТЬ В ПРАВДЕ И СВОБОДЕ

О чём прошу? Об освобождении от дурных привязанностей и о возрастании в любви к правде.

- Прислушаюсь к разговору Иисуса с иудеями. Они должны решить - хотят ли быть Его истинными учениками. Они будут ими, если примут Его учение (ст. 31).
- Подойду к Иисусу и спрошу о своей жизни и призвании. На каком учении, на каких ценностях строю я свою жизнь?
- Иисус утверждает: если я буду следовать за Ним, я узнаю правду (ст. 31-32). Спрошу себя о моих контактах с Богом и с собою. Умею ли я быть правдивым перед Богом и самим собою? Всё ли я говорю Ему?
- Иисус убеждает: если я откроюсь на правду, я испытаю истинную свободу (ст. 32). «Войду в себя» и обращу внимание на состояние моего сердца. Что дает мне почувствовать свободу, а что стесняет мое сердце?
- Иудеи возмущаются, когда Иисус говорит им, что они несвободны, потому что их порабощает грех (ст. 32-36) . Могу ли я признаться в грехе, который порабощает и меня больше всего? Какой это грех? Исповедовал ли я его Иисусу в таинстве покаяния?
- Иисус разоблачает злонамеренность иудеев. Они хотят убить Его, потому что Он говорит им правду, а иудеи не хотят следовать Его учению (ст. 37-41). Как я реагирую на вдохновения, открывающие правду о моей жизни?
- Иисус наставляет меня в том, что вера оправдана отношениями с Ним (ст. 42). В горячей молитве прильну к Иисусу, и буду повторять: «Иисус, очисти меня от неправды и сделай Твоим настоящим учеником!».

Пятая неделя Великого Поста Четверг - Ин 8, 51-59

УВИДЕТЬ ГРЕХ, КОТОРЫМ Я БОЛЬШЕ ВСЕГО РАНИЮ ИИСУСА

О чём прошу? О переживании глубокой боли от ран, которые я наношу Иисусу.

- Поднимусь близко к Иисусу, который разговаривает со своими земляками. Но они не понимают его науки. Сомневаются в нём и даже относятся к Нему как к опутанному (ст. 51-52). Я буду находиться при Иисусе, который страдает ввиду непонимания и отвержения.
- За какими реакциями я наблюдаю в моей семье, в общественной работе, когда появляются «темы веры». Как я разговариваю о них, когда публично оспариваю их? Умею ли я чётко говорить об Иисусе?
- « Неужели ты больше...» (ст. 53). Для евреев Иисус - «один из многих». Кто Он для меня? Я обращаю внимание на моё отношение с другими, на вещи, которые являются очень ценными в моей жизни. Какое место среди этого всего занимает Иисус?
- «Но вы не poznали Его» (ст. 55). Какую картину Бога - Отца ношу в своем сердце? Я попытаюсь Его описать. Только Иисус знает прекрасно Отца. Слушая его слово, созерцая Иисуса, я могу изучать Отца. Я буду просить Иисуса, чтобы формировал в моем сердце картину Отца.
- Иисус торжественно проповедует, что Он - Бог: «Я есмь» (ст. 58). Верю ли я в божество Иисуса Христа? Верю ли я, что я был избранным в Нём перед сотворением мира? Смогу ли я поставить мою жизнь на его господство?
- Иисус соглашается на отвержение своими земляками. Скрывается и уходит из храма (ст. 59). Вспомню дела из моей жизни, в которых и я отбрасывал Иисуса, я восставал против Него. Буду созерцать Его смиренную любовь и благодарить за Его милосердие.
- Буду всматриваться в страдающий милосердный облик Иисуса. Я отдам Ему доверчиво все грехи моей жизни, в которых наиболее отвергал Его любовь. Я буду повторять: Иисус, милосердия, прощения! Я запланирую мою честную исповедь.

Пятая неделя Великого Поста Пятница - Ин 10, 31-42

ПОВЕРИТЬ ИИСУСУ

О чём прошу? О глубоком испытании близости и силы Иисуса в минуты сомнений.

- Близко подойду к Иисусу. Услышу шум и гул. Обращу внимание на ожесточенные лица иудеев, которые схватили камни (ст. 31-32). Они хотят закидать камнями Иисуса. Его слова их злят.
- Встречаюсь ли я в Евангелии со словами Иисуса, которые волнуют меня, рождают во мне сопротивление, и я закрываюсь от Его слов? Какие это слова? Скажу о них Иисусу. Буду просить, чтобы помог мне открыться на них.
- Иисус напоминает, что вместе с Отцом сделал много хорошего в моей жизни (ст. 32). Что хорошего замечая я в своей жизни? Вижу ли я в этом Божье действие, чувствую ли руку Отца?
- Иудеи не верят, что Иисус – Сын Божий (ст. 33-36). Верю ли я в Божество Иисуса? Буду всматриваться в Его облик, простой, человеческий и созерцать Его Божество.
- Иисус поощряет того, кто может поверить в Него, всего лишь вспоминая Его дела и, таким образом укрепляя свою веру (ст. 37-38). Вернусь к событиям, в которых испытал чудодейственность Иисуса.
- Иисус исповедует свою божью связь с Отцом (ст. 38). Попрошу Его, чтобы ввёл меня в Свою внутреннюю жизнь с Отцом и помог в Нём пребывать.
- Крепко сожму руки Иисуса, осажденного людьми, которые хотят закидать Его камнями. Буду с верой шептать: «Я верую в тебя Иисусе, Сыне Божий!

Пятая неделя Великого Поста Суббота - Ин 11, 45-57

ПРИБЛИЗИТЬСЯ К ИИСУСУ, ТИХОМУ АГНЦУ

О чём прошу? О глубокой душевной связи с Иисусом, готовящимся к мучениям.

- Евангелие этого дня подготавливает меня к тому, чтобы войти в атмосферу Страстной недели. Буду призывать Святого Духа, присутствующего в Божьем слове, чтобы ввел меня в тайну страдания и одиночества Иисуса и помог пребывать с Ним.
- Чудесное действие Иисуса (воскресение Лазаря) у одних людей рождает веру, у других - страх и злобные мысли (ст. 45-48). Вера - это благодать! Буду просить о ней со смирением, чтобы никогда не предать Иисуса.
- Потерянные люди не должны вести потерянных. Порабощённые люди могут манипулировать словом и творить идеологию, согласно своим планам (ст. 47-50; 53). К кому обращаюсь в минуты моей растерянности? Есть ли у меня духовный наставник?
- Бог остается неделимым Господом истории. Его слово спасает мир (ст. 51-52). Иисус берет на себя все наши грехи. Он уже спас мир! Верю ли я, что Иисус господствует во всех сложных ситуациях моей жизни?
- Буду созерцать Иисуса кроткого, который уходит в пустыню (ст. 54), как будто Его выбросили на «задворки» жизни. Его царствование лишь внешне кажется хрупким и слабым. Он спасает нас со всей силой через кротость и хрупкость. Согласен ли я с такой дорогой Иисуса?
- Судьба Иисуса всегда остается той же самой. Одни спрашивают о Нем и ищут Его, другие выступают против Него (ст. 55-57). Какое место Иисус занимает в моей жизни? Завишу ли я от Него? Близка ли моя связь с Ним? Ищу я Его или не впускаю в свою жизнь?
- Прильну к Иисусу, который готовится к Страстям. Буду разговаривать с Ним о Его страданиях. Исповедую Ему мою любовь: «Я люблю Тебя, смиренный Агнец, убитый ради меня!».

Шестая неделя Великого Поста
Вербное Воскресенье - Воскресенье Страстей Господних
Год А - Мт 21, 1-11 (Евангелие перед процессией)

БЫТЬ С ИИСУСОМ, ПОКИНУТЫМ ВСЕМИ

О чем прошу? О милости верного пребывания с Иисусом, оставленным и преданным.

- Буду созерцать сцену торжественного въезда Иисуса в Иерусалим, которая предшествует Его мукам и смерти. Иисус объявляет себя Царём, которого характеризуют смирение и кротость.
- Осознаю, что мое сердце является Иерусалимом, священным местом и домом Бога. Иисус хочет в нем царствовать. Просит у меня разрешения, чтобы Он мог господствовать в моем сердце.
- Приглашаю ли я Иисуса в мое сердце так, чтобы Он безусловно господствовал в нем? Есть ли в моем сердце такие места, которые я еще не отдал Ему? Что не могу Ему отдать? Искренне скажу об этом Иисусу.
- Во время Евхаристической Литургии, когда буду петь «Осанна», спрошу себя: «Действительно ли Иисус является радостью моей жизни? Действительно ли Его присутствие в моей жизни - источник глубокой радости? Нет ли во мне печали, страха, опасений?». Скажу Иисусу о моих чувствах. Попрошу Его, чтобы переменял их.
- Буду созерцать Иисуса, въезжающего в Иерусалим на ослике. Войду в толпу людей, которые ликуют в Его честь и бросают перед Ним свои плащи. Что я могу сказать о моем отношении к Иисусу? Исповедую ли я веру в Него публично?
- Иисус, идущий на муки, напоминает мне, что следование за Ним требует жертвы всей моей жизни. Могу ли я сказать, что исполняю свое жизненное призвание самоотверженно? Не поддаюсь ли я заурядности и не иду ли я на компромиссы? Есть ли во мне глубокое желание евангельского радикализма?
- В сердечной молитве буду прославлять, Иисуса идущего на муки ради меня. Буду просить о благодати сопровождения Его в страданиях: «Иисусе, страдающий из-за моего предательства и отходов от Тебя, смилуйся надо мной!»

Шестая неделя Великого Поста – Страстная Неделя Год Б - Воскресенье Страстей Господних - Мк 11, 1-10

ПРИЛНУТЬ К СТРАДАЮЩЕМУ ИИСУСУ

О чем прошу? О верности в следовании за Иисусом в моментах радости и креста

- Начну Страстную Неделю с чтения Евангелия, которое Церковь читает перед процессией с пальмовыми ветвями. Пробужу в себе глубокое желание сопровождать Иисуса в течение этой недели Его страстей. Попрошу о благодати глубокого сострадания Его страстям.
- Ученики исполняют просьбу Иисуса, не осознавая, что их простая услуга является началом важного момента в истории спасения (ст. 1-7). Иисус может совершать через меня много, казалось бы, не совсем важных действий, которые послужат Ему в исполнении спасительных замыслов. Доверю Иисусу вновь все мои дела, даже самые маленькие.
- Буду созерцать кротость и смирение Иисуса - Царя, въезжающего в Иерусалим на осле (ст. 7). Вспомню Его слова: «Научитесь от Меня, ибо Я кроток и смирен сердцем» (Мф 11, 29). В свете этих слов посмотрю на конкретные ситуации моей жизни, на отношения с людьми.
- Иисус хорошо знает, что люди, которые теперь Его прославляют, потом станут причиной Его страдания и смерти. Все-таки принимает их «Осанна!» (ст. 8-10).
- Во время каждой Евхаристии Иисус принимает мое «Осанна!», позволяя мне Его прославлять, когда принимаю Его в св. Причастии, хотя Он хорошо знает, сколько раз я еще стану причиной Его страданий. Прославлю Его за Его безграничную любовь.
- Войду в толпу восклицающих. Переменю мою медитацию в поклонение Иисусу смиренному и кроткому. Буду прославлять Его, что в следующий раз идет умереть за меня.
- «Благословен грядущий во имя Господне» (ст. 9) – сделаю эти слова моей молитвой во время Страстной недели. Попрошу Иисуса, чтобы я не растратил благодати этих дней.

Шестая неделя Великого Поста - Страстная Неделя Год С - Воскресенье Страстей Господних - Лк 19, 28-40

БЫТЬ С ИИСУСОМ В МИНУТЫ СТРАДАНИЯ

О чем прошу? О глубоком опыте соединения со страдающим Иисусом

- Буду медитировать Евангелие, которое Церковь читает перед процессией с пальмовыми ветвями. Оно непосредственно вводит в переживание страстей Господних. Пробужу в себе намерение, чтобы через молитву и покаяние, а также через терпение повседневных трудностей сопровождать Иисуса в Его страдании.
- Мой Господь добровольно на ослике проходит врата Иерусалима, где будет терпеть муки, будет отвергнут и убит (ст. 35-38). Буду созерцать Иисуса смиренного и отважного. Поблагодарю Его, что идет страдать и умереть за меня. Выражу Ему мою любовь и преданность.
- «Благословен Царь, грядущий во имя Господне» (ст. 38). Войду в приветствующую Иисуса толпу. Поклонюсь Ему и попрошу, чтобы стал Господом моей жизни.
- Осознаю, что мои грехи переменяют восклицания «Осанна!» в крик «распи Его». Буду просить Иисуса, чтобы показал мне, какие грехи моей жизни более всего ранят Его.
- Спрошу себя: Как хочу пережить начинающуюся Страстную неделю и пасхальное Триденствие? Постараюсь больше найти времени для молитвы и размышлений над Страстями Господа.
- Буду просить Скорбную Матерь, чтобы помогла мне с любовью пребывать с Распятым Иисусом: «Любимая Матерь, научи меня сострадать с Иисусом!».

Шестая неделя Великого Поста **Великий (страстной) понедельник - Ин 12, 1-11.**

БЫТЬ РЯДОМ С ИИСУСОМ ПЕРЕД ЕГО МУКАМИ

О чем прошу? О милости глубокого сострадания Иисусу, готовящемуся к мучениям.

- За шесть дней до крестных мук Иисус идет в дом своих друзей (с.1). Он хочет пережить трудные минуты ожидания мучений с теми людьми, которые любят Его и страдают Ему. Иисус нуждается в обычной человеческой дружбе.
- Попрошу Святого Духа о даре сочувствия Иисусу, предчувствующему дни своих мук. Пробужу в себе глубокое желание сострадательного присутствия с Иисусом во время всей Страстной недели.
- Всмотрюсь в Его друзей, с какою любовью они прислуживают своему Наставнику (с. 2-3). Войду в их дом в Вифании, чтобы вместе с Марфой приготовить Иисусу угощение. Сяду около Иисуса, и буду всматриваться в Марию, которая с любовью помазала стопы Иисуса и отирает их своими волосами.
- Какой особенный жест любви хотел бы я подарить Иисусу за шесть дней перед Пасхой? Какой плод моих размышлений, предпринятых во время Великого Поста, удалось мне сохранить на день Его похорон?
- Замечу, как сильно контрастирует поведение Иуды с жестом Марии (с. 4-6). Жест её любви в отношении Иисуса он понимает как расточительство. Иисус защищает её (с. 7-8), указывая на ее красивое намерения и сострадательную любовь.
- Иисус, который является самой добротой, замечает и во мне зёрна добра и простые жесты любви. Он знает мое сердце, видит мои хорошие намерения. Однако, и я должен, как Он и Его друзья, быть готовым встретиться с непониманием и критикой других людей. В моей любви к Иисусу чувствую ли я себя свободным от суждений других людей?
- Буду горячо просить Бога Отца, чтобы одарил меня милостью близкого пребывания со страдающим Иисусом, и чтобы я мог часто приближаться к Нему во время молитвы.

Шестая неделя Великого Поста **Великий (страстной) вторник - Ин 13, 21-33. 36-38**

СМИРЕННО МОЛИТЬСЯ О ВЕРНОСТИ

О чем прошу? Об искреннем сердце, всегда открытом Иисусу.

- Представлю себе, что пребываю в Горнице, в кругу самых близких учеников Иисуса. Увижу недоумение учеников, когда внезапно они услышат слова взволнованного Иисуса: «Один из вас предаст меня» (с. 21-24). Какие чувства вызывают эти слова во мне?
- Реакция учеников на слова Иисуса показывает их неуверенность в себе. Соединю мой взгляд со взглядом Иисуса. Как Иоанн приближусь к Нему. Положу голову на Его грудь и попрошу: «Не позволь, чтобы я Тебя предал!».
- Буду всматриваться в лицо Иуды (с. 26-30). Увижу смущение, чувство потери и боль в его глазах. Он выходит из Горницы в темную ночь. Это самая большая человеческая трагедия: отдалиться от Иисуса в момент совершения греха.
- Видя одиночество Иуды, уходящего в темную ночь, буду просить Иисуса, чтобы в минуту греха и потери Он не позволил мне отречься от Его присутствия.
- Какое самое большее искушение закрывает от меня Иисуса? Есть ли во мне такое пространство, которое я не могу открыть Иисусу? Приблизюсь к Его сердцу, и буду просить: «Иисусе, открой во мне то, что я сам открыть не могу».
- Буду вслушиваться в слова страдающего Иисуса: «Дети, не долго уже быть Мне с вами» (с. 33). Одиночество в минуты муки и осознание того, что все Его оставили, будут Его наибольшим страданием.
- Решу, что во время Страстной Недели буду чаще бодрствовать вместе со страдающим и всеми оставленным Иисусом. Вспомню о зазнайстве, которое погубило Петра (с. 36-38), и буду повторять со смирением: «Иисусе, будь со мною, чтобы я мог пребывать с Тобою!».

Шестая неделя Великого Поста **Великая (страстная) среда - Мт 26, 14-25**

НЕ РАНИТЬ ИИСУСА

О чем прошу? О внутренней честности в исполнении моего призвания

- Начну медитацию со встречи с Иудой. Матфей вводит меня в трагическую историю этого ученика Иисуса. Подчеркивает, что один из Двенадцати, то есть один из самых близких Его учеников, предает Иисуса (с. 14-15)
- Какие ощущения пробуждает во мне встреча с Иудой? Что более всего трогает меня в истории его призвания? Что Евангелие говорит мне о моей жизни, показывая пример Иуды?
- Иуда ищет возможности, чтобы совершить тяжелый грех (с. 16). Свободен ли я от привязанности к греху? Не ищу ли я возможности, чтобы совершить грех? Открою мое сердце перед Иисусом.
- Ученики подготавливают вечерю – особенную встречу с Иисусом (с. 17-19). Спрошу Иисуса: «Где Ты хочешь встретиться со мной? Чего Ты желаешь от меня во время Страстной недели? Что мне надо подготовить?».
- Войду в Горницу. Это уже вечер – ученики вместе сидят за столом. Буду созерцать Иисуса, который страдает из-за предательства своего ученика (с. 20-21). Спрошу Его об этой Его боли. Приблизюсь к Нему.
- Услышу полные боли слова: «Один из вас предаст Меня» (с. 21). Какие чувства пробуждают во мне слова Иисуса? Что могу сказать о моих изменах в осуществлении жизненного призвания? За что более всего хочу извиниться перед Иисусом?
- Остановлюсь на словах Иисуса: «Горе тому человеку, которым Сын Человеческий предается» (с. 24). В горячей молитве буду просить Иисуса, чтобы сохранил меня от расторжения связи с Ним.
- Буду повторять в сердце: «Иисус, люблю Тебя! Не позволяй, чтобы я ранил Тебя».

Пасхальное Триденствие Великий (страстной) четверг - Ин 13, 1-15

ПРИНЯТЬ ЛЮБОВЬ ИИСУСА

О чем прошу? О смиренном принятии любви Иисуса и освобождении сердца от высокомерия.

- Войду с Иисусом и учениками в Горницу. Сяду за стол. Буду созерцать взгляд Иисуса, до конца меня возлюбившего (с. 1). Он пришел для меня, чтобы пережить этот «час». Теперь возвращается к Отцу, и хочет, чтобы и я с Ним был у Отца. Платит за это великую цену.
- Осознаю, что в каждой Евхаристии Иисус говорит мне, что Он до конца возлюбил меня. Приносит себя в жертву ради меня. Садится со мной за стол и говорит мне: «Очень желал Я есть с тобою сию пасху» (ср. Лк 22, 14).
- Сосредоточу мой взгляд на Иисусе. Буду с любовью всматриваться в каждый Его жест: как встает из-за стола, перепоясывается полотенцем, наливает воды в умывальницу (с. 2-5). Достаточно долго остановлюсь на этой сцене, насыщаясь смиренной, кроткой любовью Иисуса.
- Обращу внимание на поведение учеников, особенно на возмущение Петра (с. 6-9), когда Иисус умывал им ноги. Представлю себе, что Иисус подходит также ко мне, наклоняется, встает на колени, умывает мои стопы и обтирает их. Встречусь взглядом с Иисусом...
- Остановлюсь взглядом на Иисусе, стоящем на коленях около моих стоп. Какие чувства пробуждаются во мне, какова первая реакция сердца, первая мысль? Что я хотел бы сказать Иисусу о том, как я «наклоняюсь», служа другим людям?
- «Вы чисты, но не все...» (с. 10). Каково состояние моего сердца перед началом Пасхального Триденствия? Осознаю, что Иисус готов умереть за чистоту моего сердца. Так же сильно ли я желаю чистоту, как Он желает её для меня?
- Сохраню в сердце этот образ Иисуса, который умывает мои ноги и смотрит в мое сердце. Буду часто повторять: «Восстанови во мне сердце чистое и научи меня служить». Оставляю время для моего бодрствования с Иисусом в Темнице.

Пасхальное Триденствие
Великая (страстная) пятница - Ин 18.1 - 19.42
Воспоминание Страстей Господних

СОЗЕРЦАТЬ УМИРАЮЩЕГО ИИСУСА

О чем прошу? О благодати созерцания Распятого и о перемене моего сердца.

- Постараюсь запланировать, насколько это возможно в 15.00 ч., мою медитацию в часовне или церкви около Темницы.
- Буду сопровождать Иисуса в часы Его мук, страдания и смерти. Буду всматриваться в Распятого.
- Сосредоточусь на Его страдании и смерти. Встану под крестом вместе с Марией. Приблизюсь к Ней и порошу, чтобы помогла мне в тишине созерцать умирающего Иисуса. Буду вместе с Нею медитировать на Его последние слова.
- «Жено! сие сын твой» (с. 19, 26). Встречусь со взглядом Иисуса. Он смотрит на меня с любовью, хотя очень страдает. Умирает и думает обо мне. Отдает меня своей матери. Буду созерцать Его любовь.
- «Сие мать твоя» (с. 27). Иисус живет в страдающем сердце Марии. В Ней всегда могу Его найти. Всмотрюсь с любовью в Марию, и буду вместе с Нею созерцать Иисуса.
- «Жажду» (с. 28). Остановлюсь на словах Иисуса. Буду размышлять над ними и просить Его, чтобы высказал мне свое желание, ибо и я хочу «жить» его желаниями. Отдам Ему мои плохие желания, из-за которых Он страдает и умирает.
- «Совершилось» (с. 30). Сосредоточу взгляд на умершем Иисусе. Увижу Его пронзенное сердце (с. 34). Долго буду молиться в тишине и сосредоточении, и повторять в сердце: «Все это Он сделал для меня». Потом скажу: «Люблю Тебя, Иисус».
- Подойду к Марии, которая с нежностью держит на руках мертвого Иисуса. Буду просить Её, чтобы и меня обняла вместе с Ним. Скажу: «Мать моя, научи меня верности и любви к Иисусу, даже до смерти».

Пасхальное Триденствие
Великая (Страстная) Суббота - Навечерие Пасхи - Святая
ночь
Год А - Мт 28, 1-10

ПОВЕРИТЬ В ЖИЗНЬ СИЛЬНЕЕ, ЧЕМ В СМЕРТЬ

О чем прошу? О вере в силу жизни, которую дарует мне Воскресший.

- Завершается страстная суббота. Слово, которое стало Плотью, лежит в могиле. Нет такого места, откуда Слово не могло бы мне говорить. Оно говорит мне также из могилы, из самого темного места. Если я соединюсь со Словом, то и в могиле буду ожидать жизни, нового рассвета!
- Пойду ко гробу вместе с женщинами (с. 1). Они учат меня, как переживать навечерие Пасхи. Они бодрствуют, чтобы с рассветом быть рядом с Возлюбленным. Переживу вместе с ними событие, которое произошло на могиле.
- Жизнь со всей силой проявляет себя там, где, казалось бы, господствует смерть. Верю ли я, что Воскресший может преодолеть во мне каждое «землетрясение», «выбелить» запачканную совесть, освободить меня от смерти?
- Женщины, погруженные в боль, искали Распятого и нашли жизнь. «Не бойтесь» - это первые слова, которые они слышат (с. 5). Чтобы принять жизнь, надо освободиться от страха. Слово Бога удаляет всякий страх. Какой страх более всего «закрывает» меня от жизни? Есть ли в моем сердце что-то, что препятствует мне переживать эту ночь навечерия Пасхи? Отдам это Иисусу.
- «Воскрес» (с. 7) - это ключевое слово пасхального послания (с. 5-7). Оно придает смысл всей моей жизни. Иисус воскрес, поэтому и меня Он может поднять после каждого моего падения, вывести из самой глубокой пучины.
- Послание жизни, которое женщины слышат на заре, диаметрально изменяет направление их жизни. До сих пор они шли в сторону могилы. Теперь они спешно отдаляются от нее. Почувствую себя посланным, чтобы делиться полученной жизнью.
- Глазами веры и я увижу Воскресшего Иисуса. Он встает предо мною и говорит мне, как и женщинам: «Радуйтесь!». Приблизюсь к Нему, и, обнимая Его за ноги, поклонюсь Ему. Буду насыщаться Его присутствием и повторять: «Возьми мой страх и помоги мне поверить, что Ты даруешь мне жизнь более, нежели смерть».

Пасхальное Триденствие
Великая (Страстная) Суббота - Навечерие Пасхи - Святая
ночь
Год Б – Мк 16, 1-8

ПОВЕРИТЬ, ЧТО МОГУ ВОСКРЕСНУТЬ С ИИСУСОМ
О чем прошу? О глубокой вере, что Иисус может вывести
меня из темноты греха.

- Страстная Суббота в литургии является днем молчания. Перед ночной пасхальной литургией буду медитировать Евангелие от Марка. Потом пойду в церковь, чтобы поклониться Иисусу в гробе, который возлюбил меня до конца.
- Представлю себе женщин, которые рано утром пришли ко гробу (ст. 1). Увижу их плачущие лица, полные страдания глаза, тоскующие по Иисусу. Они пришли помазать тело. Как я могу выразить мою любовь к Иисусу? Что является моими ароматами, которые я принесу к Его гробу?
- У гроба появляются знаки жизни, которые женщины еще не могут увидеть: солнце на горизонте, отваленный камень от гроба (ст. 2-4). Какие знаки своего присутствия указывал мне Иисус в последнее время? Как я на них отвечал?
- Св. Марк три раза обращает внимание на взгляд женщин: «Взглянувши, видят», «увидели» (ст. 4-5). Они смотрят, ибо ищут Иисуса. Что могу сказать о моем взгляде веры? Хочу ли я увидеть Иисуса даже в момент моего греха, моей темноты?
- «Не ужасайтесь» (ст. 6). У гроба они слышат слово Божье, которое освобождает их от страха, омывает их глаза и уши, чтобы могли услышать пасхальное провозглашение. Слово Божье хочет и меня вывести из моего страха, темноты, которые не позволяют мне жить. Хочу ли я того?
- «Он воскрес» (ст. 6). Вот слово жизни, которое слышат женщины у гроба, в месте, где все говорит о смерти. Верую ли я, что одно Его слово может преобразить мою жизнь и дать ей новый смысл?
- Буду повторять слово «Воскрес». Буду делиться им с близкими, несмотря на мою слабость и страх (ст. 7-8). Буду провозглашать Слово даже тогда, когда боюсь.

Пасхальное Триденствие
Великая (Страстная) Суббота - Навечерие Пасхи - Святая
ночь
Год С – Лк 24, 1-12

ВЫЙТИ ИЗ ГРОБА СВОЕГО ГРЕХА

О чем прошу? О благодати открытия для новой жизни.

- Уже только ночь отделяет меня от следующего переживания Дня Христова Воскресения. Услышу слова пасхального провозглашения: *«О, воистину блаженная ночь, ты единственна, что удостоилась знать время и час, когда Христос воскрес от ада...»*. Попрошу Святого Духа, чтобы через слово, которое буду углублять, наполнил меня пасхальной радостью.
- Буду сопровождать женщин в пути к гробу. Они несут приготовленные ароматы – знак любви к Иисусу (ст. 1). Что я принесу Иисусу на литургию Пасхальной Субботы? Каковы плоды Великого Поста в моей жизни?
- Увижу удивление на лицах женщин. Они увидели камень, отваленный от гроба (ст. 2). Войду с ними в гроб. Они испуганны и беспомощны. Не понимают знаков, которые видят.
- И я приглашен, чтобы войти в тайну, которая превосходит мое понимание. Бог объявляет свою оживляющую силу способом, который превышает мои горизонты понимания. Соглашаюсь ли я на это?
- Буду слушать пасхальное провозглашение, направленное к женщинам (ст. 5-7). Единственным смыслом моей жизни является Воскресший. Он многократно убеждал меня в этом своим словом (ст. 8).
- Подумаю о моих желаниях и замыслах, которые охватывают все мои жизненные силы. Чего они касаются?
- Вспомню слова из Библии, которые более всего тронули меня. Верую ли я в их исполнение? Какие слова из Евангелия больше всего трудно мне принять?
- После Пасхального бдения еще раз прибегу к пустому гробу со св. Петром (ст. 12). Буду пребывать там, созерцая тайну Воскресения. Возвращаясь домой, буду повторять слова пасхального провозглашения: *«О, воистину блаженная ночь, в которой соединяется земное с небесным, человеческое с Божественным»*.