

Ewangelia wg św. Jana 15, 9-17

Jezus powiedział do swoich uczniów: «Jak Mnie umiłował Ojciec, tak i Ja was umiłowałem. Trwajcie w miłości mojej. Jeśli będziecie zachowywać moje przykazania, będziecie trwać w miłości mojej, tak jak Ja zachowałem przykazania Ojca mego i trwam w Jego miłości. To wam powiedziałem, aby radość moja w was była i aby radość wasza była pełna. To jest moje przykazanie, abyście się wzajemnie miłowali, tak jak Ja was umiłowałem. Nikt nie ma większej miłości od tej, gdy kto życie swoje oddaje za przyjaciół swoich. Wy jesteście przyjaciółmi moimi, jeżeli czynicie to, co wam przykazuję. Już was nie nazywam sługami, bo sługa nie wie, co czyni pan jego, ale nazwałem was przyjaciółmi, albowiem oznajmiłem wam wszystko, co usłyszałem od Ojca mego. Nie wyście Mnie wybrali, ale Ja was wybrałem i przeznaczyłem was na to, abyście szli i owoc przynosili i by owoc wasz trwał, aby wszystko dał wam Ojciec, o cokolwiek Go poprosicie w imię moje. To wam przykazuję, abyście się wzajemnie miłowali».

Modlitwa przygotowawcza: Na początku uświadom sobie, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. Uczyni znak krzyża i poproś Go, aby wszystkie Twoje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu.

Obraz: Wyobraź sobie, jak słuchasz Jezusa dającego apostołom ostatnie wskazówki przed zbliżającym się rozstaniem z nimi.

Prośba o owoc: Poproś o łaskę wypełniania przykazania miłości.

1. „To jest moje przykazanie, abyście się wzajemnie miłowali [...]” W obliczu nadchodzącej śmierci Jezus chce przekazać uczniom to, co uważa za najważniejsze. Zwróć uwagę na to, jak wiele razy w tym krótkim fragmencie użył, w różnych formach gramatycznych, wyrazu „miłować”. Powoli czytaj, a właściwie wsłuchuj się w ten tekst Ewangelii. Potraktuj go jak testament Jezusa. Możesz zatrzymywać się przez chwilę przy słowach, które Cię szczególnie poruszyły.
2. „[...] abyście się wzajemnie miłowali, tak jak Ja was umiłowałem.” To wydaje się trudne, czasem wręcz niemożliwe, zwłaszcza gdy samemu nie doświadczyło się bycia kochanym. Jakie jest Twoje doświadczenie otrzymywania miłości? Na ile wierzysz w zapewnienia Jezusa, że On Cię kocha, pragnie Twojej przyjaźni, bliskości? Porozmawiaj z Nim o tym szczerze.
3. „Nikt nie ma większej miłości od tej, gdy kto życie swoje oddaje za przyjaciół swoich.” W historii znajdziemy wiele przykładów heroicznych dowodów miłości, włącznie z poświęceniem własnego życia. Przykazanie Jezusa dotyczy jednak także, a może przede wszystkim, codzienności. Jak można je praktykować? Kiedy dzielisz się z kimś tym, co wydaje Ci się niezbędne, a nie tym, co Ci zbywa – oddajesz część swojego życia. Gdy poświęcasz czas na pomoc komuś w potrzebie, dzielisz z nim swoje życie. Jeżeli powstrzymujesz się przed odwetem za doznaną krzywdę, ćwiczysz oddanie swojego życia za bliźniego. Poproś Jezusa o zdolność do takiego uczenia się miłości, zwłaszcza w zwykłych, codziennych sytuacjach.

Rozmowa końcowa: Zbierz wszystkie myśli, poruszenia, które miały miejsce podczas medytacji i podziękuj Bogu za wszystko, czego doświadczyłeś. Zakończ modlitwą *Ojcze nasz*.