

*Wieczorem w dniu zmartwychwstania, tam gdzie przebywali uczniowie, choć drzwi były zamknięte z obawy przed Żydami, przyszedł Jezus, stanął pośrodku i rzekł do nich: «Pokój wam!» A to powiedziawszy, pokazał im ręce i bok. Uradowali się zatem uczniowie, ujrawszy Pana.*

*A Jezus znowu rzekł do nich: «Pokój wam! Jak Ojciec Mnie posłał, tak i Ja was posyłam». Po tych słowach tchnął na nich i powiedział im: «Weźmijcie Ducha Świętego! Którym odpuszczacie grzechy, są im odpuszczone, a którym zatrzymacie, są im zatrzymane».*

*Ale Tomasz, jeden z Dwunastu, zwany Didymos, nie był razem z nimi, kiedy przyszedł Jezus. Inni więc uczniowie mówili do niego: «Widzieliśmy Pana!»*

*Ale on rzekł do nich: «Jeżeli na rękach Jego nie zobaczę śladu gwoździ i nie włożę palca mego w miejsce gwoździ, i ręki mojej nie włożę w bok Jego, nie uwierzę».*

*A po ośmiu dniach, kiedy uczniowie Jego byli znowu wewnątrz domu i Tomasz z nimi, Jezus przyszedł, choć drzwi były zamknięte, stanął pośrodku i rzekł: «Pokój wam!» Następnie rzekł do Tomasza: «Podnieś tutaj swój palec i zobacz moje ręce. Podnieś rękę i włoż w mój bok, i nie bądź niedowiarkiem, lecz wierzącym».*

*Tomasz w odpowiedzi rzekł do Niego: «Pan mój i Bóg mój!»*

*Powiedział mu Jezus: «Uwierzyłeś dlatego, że Mnie ujrzałeś? Błogosławieni, którzy nie widzieli, a uwierzyli».*

*I wiele innych znaków, których nie zapisano w tej księdze, uczynił Jezus wobec uczniów. Te zaś zapisano, abyście wierzyli, że Jezus jest Mesjaszem, Synem Bożym, i abyście wierząc, mieli życie w imię Jego.*

**J 20, 19-31**

### **Przygotowanie do modlitwy (przygotowanie dalsze)**

Przeczytaj kilka razy tekst z Ewangelii oraz zaproponowane poniżej punkta. Podkreśl sobie to, co Cię porusza albo co wydaje się trudne, gdzie czujesz opór. Pamiętaj, że nie musisz przejść przez wszystkie zaproponowane treści. Św. Ignacy mówił: „Nie obfitość wiedzy, ale wewnętrzne odczuwanie i smakowanie rzeczy zadowala i nasycza duszę.”

W tym przygotowaniu ważne jest też wybranie sobie miejsca, pozycji i czasu na modlitwę.

**Modlitwa przygotowawcza:** Spróbuj przez chwilę skupić się na tym, z Kim będziesz teraz rozmawiał. Pomyśl o tym, że Jezus sam zaprasza ciebie do wsłuchiwania się w Jego słowo, że zależy Mu na spotkaniu z tobą. Proś, aby to On był najważniejszy w tym czasie, aby On ciebie prowadził, abyś skupiał się na tym, co On chce ci w tym czasie powiedzieć. Święty Ignacy podpowiada, by na początku modlitwy prosić Boga, aby wszystkie nasze pragnienia, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty ku Jego większej chwale.

**Obraz:** Wyobraź sobie wieczernik i uczniów będących w środku. Zobacz co robią, czy o czymś rozmawiają? Spróbuj zobaczyć siebie pomiędzy nimi. Zobacz, jak Chrystus staje pośrodku nich, przypatrz się twarzom uczniów, ich gestom, posłuchaj co mówią. Usłysz też głos Jezusa, który z wielką łagodnością mówi: "Pokój Wam".

Przyglądaj się szczególnie Tomaszowi i Jezusowi. Wybierz sobie jeden moment z tej sceny, który postarasz się mieć w pamięci podczas tej medytacji.

**Owoc:** "prosić o to, czego pragnę" - aby spotkanie z Jezusem Zmartwychwstałym przemieniło moje serce, wlało pokój i nadzieję.

*1. Wieczorem w dniu zmartwychwstania, tam gdzie przebywali uczniowie, choć drzwi były zamknięte z obawy przed Żydami*

Ucniowie słyszeli już, że Jezus Zmartwychwstał. Przy grobie był Piotr i Jan, widzieli odsunięty kamień i złożone chusty.

Maria Magdalena spotkała Jezusa i podzieliła się tą wiadomością z uczniami. Możliwe, że inni uczniowie też poszli zobaczyć grób, w którym był złożony Jezus.

Jednak ich drzwi były dalej zamknięte. Nie wiedzieli, co z tym wszystkim zrobić, co dalej się będzie z nimi działo.

Być może, ty też żyjesz w takim zawieszeniu. Dociera do ciebie tyle informacji, świadectw innych, że Jezus Zmartwychwstał, a twoje drzwi są nadal zamknięte. Może w obawie przed wirusem, przed tą całą konsekwencją kwarantanny, inną trudną sytuacją, przed którą stoicie...nie wiesz co z tobą/wami będzie. Powiedz o tym wszystkim Jezusowi.

*2. przyszedł Jezus, stanął pośrodku i rzekł do nich: «Pokój wam!» A to powiedziawszy, pokazał im ręce i bok. Uradowali się zatem uczniowie, ujrzawszy Pana*

Jezus znał uczniów bardzo dobrze, wiedział, co dzieje się w ich sercach, jakie wątpliwości się w nich rodzą. Przychodzi ze słowami, które uspokajają, wlewają nadzieję, ucisza burze, które być może toczą się w ich sercach. Pokazuje im swoje rany, niczego przed nimi nie ukrywa, tak jak przyjaciel przed przyjacielem.

Może twoje serce też i jest pełne lęku, wątpliwości, myśli, które dołują? Jezus do ciebie i mówi "pokój tobie" wsłuchaj się w te słowa Jezusa i pozwól, aby pokój, który przynosi rozlał się w twoim sercu. Trwaj tak przy Jezusie poddaj się Jemu.

*3. Weźmijcie Ducha Świętego*

Jezus posyła uczniom Ducha Świętego, bo wie, że On może dać im siłę potrzebną do wyjścia z wiecznika. Duch to znaczy życie, Jezus wlewa w uczniów nowe życie (tak jak Bóg stwarzając człowieka tchnął w jego nozdrza tchnienie życia).

Gdzie w Twoim życiu najbardziej realizuje się „tchnienie Ducha”? Gdzie chciałbyś, żeby się realizowało? Gdzie ty potrzebujesz Ducha, czyli życia?

4." nie widzieli a uwierzyli"

Tomasza nie było z uczniami, gdy Jezus pierwszy raz do nich przyszedł.

Nie uwierzył apostołom, dopiero, gdy Jezus ponownie przyszedł, gdy zobaczył Jego rany, wyznał "Pan mój i Bóg mój".

Co na dzisiaj jest dla Ciebie krokiem w ciemność wiary, aktem zaufania Bogu?

Jak dzisiaj, w tych dniach, w tym tygodniu możesz „nie widzieć a uwierzyć”? Porozmawiaj o tym z Jezusem, spróbuj zobaczyć Go w tych twoich ciemnościach.

Rozmowa końcowa.

Zakończ modlitwą Ojciec nasz.