



## **Wprowadzenie**

Skoncentruj się, przygotuj na spotkanie z Jezusem. Zostaw trudy dzisiejszego dnia i pozwól Jezusowi się poprowadzić, otwórz się na Jego słowo. Teraz będzie mówił tylko do Ciebie.

## **Posłuchaj Słowa Bożego**

*Jezus przyszedł do jednej wsi. Tam pewna niewiasta, imieniem Marta, przyjęła Go w swoim domu. Miała ona siostrę, imieniem Maria, która usiadłszy u nóg Pana, słuchała Jego słowa. Marta zaś uwijała się około rozmaitych posług. A stanąwszy przy Nim, rzekła:*

*– Panie, czy Ci to obojętne, że moja siostra zostawiła mnie samą przy usługiwaniu? Powiedz jej, żeby mi pomogła.*

*A Pan jej odpowiedział:*

*– Marto, Marto, martwisz się i niepokoisz o wiele, a potrzeba mało albo tylko jednego. Maria obrała najlepszą część, której nie będzie pozbawiona.*

## **Prośba o czystość intencji**

Proś Boga, Pana naszego, aby wszystkie Twoje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu.

## **Zaangażowanie wyobraźni**

Zanurz się w tej biblijnej scenie. Zobacz krzątającą się Martę. Spójrz na jej twarz, ruchy oraz wynikające z tego emocje. Dla kontrastu przyjrzyj się Marii. Uważnie obserwuj jej zachowanie. Spróbuj dostrzec jak najwięcej różnic pomiędzy kobietami. Zobacz w tej scenie również Jezusa i Jego postawę. Usłysz Jego spokojny, pełen miłości głos. Pozwól sobie smakować ten obraz.

## **Prośba o owoc**

Proś o owoc tej medytacji – pokazanie czym jest obranie najlepszej części.

### **1. Marta**

- Marta przyjęła do swojego domu Jezusa. Chcąc by był jak najlepiej ugoszczony, zaczęła zajmować się domem, prawdopodobnie sprzątała, przygotowywała posiłek. Uważała, że to wszystko jest konieczne, by Jezus poczuł się dobrze w jej domu. Tym samym także spełniała swoje wyobrażenie o tym, jak powinno się przyjmować gości. A jakie jest twoje wyobrażenie tego by między Tobą, a Jezusem było dobrze? Skonfrontowałeś z Nim tę wizję?
- Dla Marty jej wizja była tak ważna, że w pewnym momencie zwróciła się do Jezusa z prośbą o to, by powiedział jej siostrze, by jej pomogła. Spróbuj teraz zobaczyć



emocje Marty. Na pewno była sfrustrowana całą tą sytuacją. Starła się, usługiwała a jednak nie dawało jej to poczucia pokoju, akceptacji. Spójrz teraz na swoje życie, jedną konkretną sytuację, w której twoje zachowanie było zbliżone do zachowania Marty. Jakie emocje się w Tobie pojawiały, do czego prowadziły? Co z nimi zrobiłeś?

## 2. Maria

- Od momentu przyjścia Jezusa do betańskiego domu, Maria trwała przy swoim Panu. Słuchała tego, co mówił. Najważniejsze dla niej były słowa Jezusa, z których mogła czerpać naukę. Kiedy ostatnio zdarzyło Ci się w coś/kogoś zaśłuchać. Przywołaj to wspomnienie, pobądź w nim.
- Zwróć się teraz ku swojej codzienności. Odnajdź w niej takie chwile, w których tak jak Maria trwasz z Jezusem, słuchając Jego głosu. Jak się wtedy czujesz? Co taka rozmowa Ci daje? Jak kształtują się Twoje plany, zadania, powołanie?

## 3. Jezus

- Obie postawy przedstawione w tej Ewangelii są od siebie tak diametralnie różne, a jednocześnie uzupełniają się. Jezus nie pogardza postawą Marty, docenia jej starania. Pielgrzymka jest mieszaniną różnych osób, które w różny sposób przeżywają swoją relację z Jezusem. Jest to idealna okazja by zobaczyć jak czujesz się gdy ktoś inny żyje i odczuwa inaczej niż Ty. Jakie emocje pojawiają się w Tobie na myśl, że inni żyją i myślą inaczej?
- Jezusowi zależy na tym, aby obie potrafiły decydować o tym, co zbliża je do zbawienia i osiągnięcia życia wiecznego. Zastanów się teraz na tym, jak postrzegasz swoje życie, obowiązki, zajęcia. Czym się kierujesz podczas ich wykonywania? Do jakiej postawy Ci bliżej – zatroskanej o sprawy doczesne Marty czy wsłuchującej się w słowo Jezusa Marii? Czy akceptujesz swoją drogę?

## Rozmowa końcowa

Spróbuj przypomnieć sobie najważniejsze momenty tej modlitwy. Daj sobie przestrzeń, by zachwycić się tym, co przyniosła ta modlitwa. Jeśli nie widzisz nic takiego, co Cię poruszyło, poproś Jezusa o pokazanie Ci tego, co jest Twoją najlepszą częścią.

Ojcze Nasz...