18–19–20 LUTEGO 2026

18/ szkoły

19/ regiony

20/ Atlas Arena

/ 8^{30} otwarcie wejść
// 9^{00} rozpoczęcie
-> al. Bandurskiego 7, Łódź



ARENA MŁODYCH

ZGŁOSZENIA
/ grupowe
// indywidulane
/// wolontariat

www.arenamlodych.pl



Rekolekcje Arena Młodych+ 2026

Scenariusz dla prowadzących

18 lutego — spotkanie w szkołach
19 lutego — spotkanie w rejonach (kościołach)
20 lutego — spotkanie w Atlas Arenie

Słowo przewodnie

Mt 20, 1—16

Przypowieść o robotnikach w winnicy

1 Albowiem królestwo niebieskie podobne jest do gospodarza, który wyszedł wczesnym rankiem, aby nająć robotników do swej winnicy. 2 Umówił się z robotnikami o denara za dzień i posłał ich do winnicy. 3 Gdy wyszedł około godziny trzeciej, zobaczył innych, stojących na rynku bezczynnie, 4 i rzekł do nich: „Idźcie i wy do mojej winnicy, a co będzie słuszne, dam wam”. 5 Oni poszli.

Wyszedłszy ponownie około godziny szóstej i dziewiątej, tak samo uczynił. 6 Gdy wyszedł około godziny jedenastej, spotkał innych stojących i zapytał ich: „Czemu tu stoicie cały dzień bezczynnie?” 7 Odpowiedzieli mu: „Bo nas nikt nie najął”. Rzekł im: „Idźcie i wy do winnicy!”

8 A gdy nadszedł wieczór, rzekł właściciel winnicy do swego rządcy: „Zwołaj robotników i wypłać im należność, począwszy od ostatnich aż do pierwszych!” 9 Przyszli najęci około jedenastej godziny i otrzymali po denarze. 10 Gdy więc przyszli pierwsi, myśleli, że więcej dostaną; lecz i oni otrzymali po denarze. 11 Wziąwszy go, szemrali przeciw gospodarzowi, 12 mówiąc: „Ci ostatni jedną godzinę pracowali, a zrównałeś ich z nami, którzyśmy znosili ciężar dnia i spiekoty”. 13 Na to odrzekł jednemu z nich: „Przyjacielu, nie czynię ci krzywdy; czy nie o denara umówiłeś się ze mną? 14 Weź, co twoje i odejdź! Chcę też i temu ostatniemu dać tak samo jak tobie. 15 Czy mi nie wolno uczynić ze swoim, co chcę? Czy na to złym okiem patrzysz, że ja jestem dobry?”

16 Tak ostatni będą pierwszymi, a pierwsi ostatnimi».

Przesłanie rekolekcji

Jesteś widziany i chciany przez Boga i w Jego wezwaniu Twoje życie odnajduje pełnię i sens

Jesteś widziany, chciany i szukany przez Boga. Dlatego wzywa Cię osobiście. Gdy Bóg wzywa do zaangażowania, to po to, żeby to, co w Tobie najlepsze, wyszło na światło dzienne. Zaprasza w ten sposób do pełni życia. Takie życie ma sens i cel. Gdy Bóg posyła do konkretnych zadań, to dlatego, że Ci ufa. Na odpowiedź nigdy nie jest za późno, nigdy nie jest za wcześnie. Bóg szanuje tempo Twojego wzrostu i Twojej odpowiedzi. Czas jest zawsze najwłaściwszy.

Pierwszy dzień rekolekcji Arena Młodych+

Środa, 18 lutego
Spotkanie w szkołach, prowadzone przez katechetów

CEL: Ukazanie Boga jako Tego, który Cię widzi, zna i któremu zależy na Twoim życiu.

Scenariusz

do przygotowania: przygotowana jest prezentacja ze slajdami wprowadzającymi temat rekolekcji, którą według uznania można wykorzystać i zmodyfikować — do pobrania w materiałach multimedialnych

1 Krótkie wprowadzenie do Ewangelii (Mt 20, 1-16)

Nauczyciel wprowadza tymi lub podobnymi słowami:

Usłyszycie za chwilę opowieść o 12 godzinach z życia człowieka. Czy 12 godzin z Waszego życia wygląda tak samo?

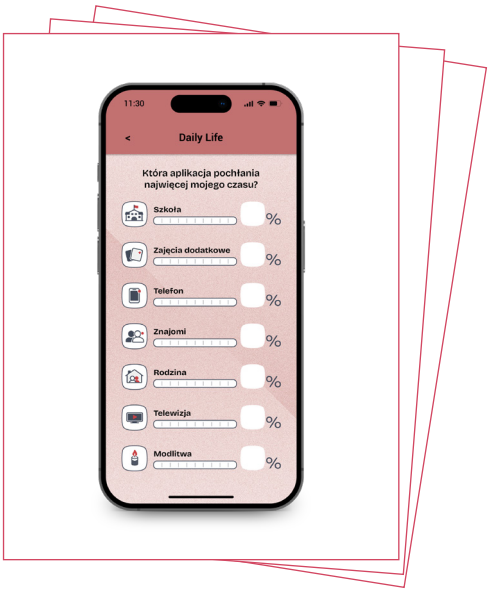
Odtworzenie Ewangelii.

do przygotowania: sprzęt audio, na którym można odtworzyć nagranie słyszalne dla wszystkich; nagranie fragmentu Ewangelii — do pobrania w materiałach multimedialnych

2 Zadanie „Moje 12 h” (graficznie przedstaw swój dzień)

Jest to zadanie do indywidualnego wykonania przez uczniów. Każdy uczestnik dostaje kartkę z grafiką przedstawiającą telefon, na którym pokazane są aplikacje oznaczające codzienne czynności, a następnie musi oznaczyć, ile „energii”, czyli ile czasu zużywa każdego dnia na każdą z nich.

Kartki będą wyglądać następująco:



do przygotowania: wydrukowane kartki „Moje 12 h” — do pobrania w materiałach multimedialnych; coś do pisania dla uczniów

3 Refleksja

Nauczyciel komentuje ćwiczenie w ten lub podobny sposób, dając uczniom czas na zastanowienie się:

Czy patrząc na diagram (obraz) swoich 12 h widzisz sens? Czy wiesz, po co robisz to wszystko? Czy znasz cel?

4 Zadanie w grupie „Ja za 10 lat”

Uczniów dzielimy na kilkuosobowe grupy (5—6 osób). Nauczyciel zachęca do rozpoczęcia zadania w ten lub podobny sposób:

Porozmawiajcie o tym, co każdy z was będzie robił dokładnie za 10 lat, tj. 18 lutego 2036 r. Odpowiedzcie na pytania: Gdzie będziecie mieszkali (w Łodzi czy w innym mieście, a może w innym kraju)? Gdzie będziecie pracowali? Starajcie się odpowiadać precyzyjnie i podajcie jak najwięcej szczegółów.

5 Refleksja/komentarz prowadzącego

Nauczyciel komentuje dotychczasowe ćwiczenia. W komentarzu należy zawrzeć główne przesłanie rekolekcji. Chodzi o to, aby w komentarzu doprowadzić do odkrycia, że Bóg nadaje sens i daje pełnię życia przez to, że wzywa do konkretnego zaangażowania. Można posłużyć się takimi sformułowaniami:

Czy dopuszczacie myśl, że jest ktoś, kto Was dobrze zna, ktoś, kto zna nawet Waszą przyszłość? Ktoś, kto chce dać Wam pracę? Czeka, by Was zatrudnić...? Tym kimś jest Bóg! Ale On mierzy inaczej niż ludzie, On liczy inaczej niż pozostali pracodawcy. Stawia inne cele, wyznacza inne zadania... Jeśli Bóg stawia zadanie, to dlatego, że Ci ufa. Bóg wie, jak wiele dobra i piękna jest w Tobie i chce je wydobyć na światło dzienne. Żebyś sam zobaczył/a, jak jesteś wartościowy i do czego jesteś zdolny/a.

6 Zakończenie — rachunek sumienia „Wezwanie do pełni życia" do przeprowadzenia w domu

Ostatnia część ćwiczeń rekolekcyjnych tego dnia to spojrzenie na siebie w kluczu poszukiwania pełni życia i polega na przyjrzeniu się swojemu zaangażowaniu w wartościowe przestrzenie życia. Szczera odpowiedź na pytania może realnie pomóc podnieść jakość życia. Każdy uczestnik otrzymuje kartki z pytaniami z rachunku sumienia dotyczącymi wykorzystania czasu swojego życia, swoich sił, zdolności.

Rachunek sumienia w formie pliku do wydrukowania znajduje się w materiałach multimedialnych do pobrania.



do przygotowania: wydrukować rachunki sumienia dla wszystkich uczniów — do pobrania w materiałach multimedialnych

7 Zaproszenie na drugi dzień Areny Młodych

Prowadzący zachęca uczestników, by wzięli udział w jutrzejszym i piątkowym spotkaniu rekolekcyjnym. Dobrze przypomnieć szczegóły czwartkowych zajęć oraz uczestnictwa w spotkaniu w Atlas Arenie.

Drugi dzień rekolekcji Arena Młodych+

Czwartek, 19 lutego
Spotkanie w rejonach

CEL: Przeprowadzenie przez doświadczenie „ciemności” i doprowadzenie do prawdy

Posługujący

- Dwoje prowadzących
- Zespół muzyczny
- 6 aktorów do pantomimy i narrator
- Głoszący
- Osoba do świadectwa
- Ksiądz lub diakon do wystawienia Najświętszego Sakramentu i błogosławieństwa
- Ministranci na czas adoracji
- Wolontariusze do rozdawania rekwizytów
- Obsługujący rzutnik
- Zespoły modlitwy wstawienniczej
- Księża spowiednicy

Scenariusz

BLOK I — Odkryć dar, który jest we mnie (ok. 50 min)

1 Przywołanie Ducha Świętego i zawiązanie wspólnoty 7 min

Rozpoczynamy drugi dzień wspólną modlitwą i śpiewem, przywołując Ducha Świętego, aby poruszał się między nami. To czas, by każdy poczuł się członkiem wspólnoty młodych ludzi, których łączy pragnienie spotkania z Bogiem.

do przygotowania: prezentacja (która zawiera slajdy tytułowe i miejsce na teksty piosenek) — do pobrania w materiałach multimedialnych; zespół muzyczny; pieśń do Ducha Świętego; tekst pieśni na slajdach

2 Nawiązanie do poprzedniego dnia 4 min

Krótkie przypomnienie tego, co młodzi powinni usłyszeć pierwszego dnia rekolekcji, a także chwila refleksji nad tym, czym żyli wczoraj — co zostało w ich sercach. Warto zapoznać się ze scenariuszem dnia poprzedniego. Można wyświetlić slajdy podsumowujące dzień 1., które znajdują się w materiałach multimedialnych do pobrania.

do przygotowania: slajdy podsumowujące zajęcia środowe — do pobrania w materiałach multimedialnych

3 Pantomima z Ewangelią 6 min

Artystyczne przedstawienie fragmentu Ewangelii w formie pantomimy. Symboliczny język gestów pomoże głębiej przeżyć Słowo Boże i odkryć jego znaczenie. W tle słyszymy czytany fragment z Ewangelii Mt 20, 1-7.

do przygotowania: zespół aktorów; rekwizyty do pantomimy; miejsce na księgę i Pismo Święte; lektor do odczytania Ewangelii; ewentualnie muzyka do odtworzenia w tle

Scenariusz pantomimy:

Tytuł: „Zaproszeni o każdej porze”

Na podstawie: Mt 20, 1-7
Czas trwania: od 4 do 6 min
Obsada: 7 osób

Role do obsadzenia:

— Robotnik 1 — poranek
— Robotnik 2 — przedpołudnie

— Robotnik 3 — południe
— Robotnik 4 — popołudnie
— Robotnik 5 — popołudnie
— Właściciel
— Narrator

Rekwizyty:

— Kapelusz/koszula — strój wskazujący na właściciela
— 5 identycznych „monet" (np. kartonowe krążki)
— Skrzynka / kosz (symbol winnicy)
— Zegar lub kartki z godzinami (6:00, 9:00, 12:00, 15:00, 17:00)
— Rękawiczki robocze + małe sekatory (dla robotników)

SCENA 1 — Rynek (bezruch i oczekiwanie)

(Na scenie 4 robotników, siedzą lub stoją w różnych pozach)
Robotnik 1 i 2: wyprostowany, pewny siebie
Robotnik 3: zmęczony, rozgląda się
Robotnik 4: zrezygnowany, siedzi skulony
Robotnik 5: bardzo niepewny, opuszczona głowa

(Cisza lub bardzo delikatna muzyka)
Widać bezczynność, czekanie, ocenianie siebie nawzajem.

SCENA 2 — Przyjście Właściciela (poranek)

Wchodzi Właściciel — spokojny, uważny.
Podchodzi do niego Robotnik 1, pełen entuzjazmu i pewności siebie, że chce i nadaje się do tej pracy (jest już nawet przygotowany, ponieważ ma już narzędzia).
Właściciel z chęcią zabiera go do swojej winnicy (zaplecze lub inne miejsce).
Bez testów, bez pytań. Samo zaproszenie.

SCENA 3 — Kolejne godziny

Właściciel wraca 4 razy (można zaznaczyć kartkami z godzinami lub zegarem lub może to zaznaczyć narrator):

Przedpołudnie: zaprasza Robotnika 2 — ten waha się, ale idzie; jest to człowiek dobrze przygotowany do pracy, ale mało pewny czy chce

Południe: zaprasza Robotnika 3 — jest zmęczony, z trudem wstaje, ale idzie do pracy

Popołudnie: zaprasza Robotnika 4 — zdziwienie: „mnie?"

Wieczór: zostaje Robotnik 5 — siedzi sam, jest pozbawiony pewności siebie, nie ma poczucia własnej wartości

Właściciel podchodzi do niego najdelikatniej: kuca, podnosi jego głowę, zaprasza z uśmiechem i gestem serca. Wyposaża w narzędzia.

Robotnik 5 idzie niepewnie, jakby się wstydził. Ale na samym końcu obraca się za siebie i na jego twarzy pojawia się uśmiech.

4 Głoszenie i świadectwo 15-20min

To czas, w którym usłyszymy słowo pomagające odkryć, że każdy jest obdarowany przez Boga i zaproszony do działania w Jego Imię na podstawie przybliżonego fragmentu. Następnie wysłuchamy świadectwa osoby, która wykorzystuje swoje talenty do świadczenia o Bogu w swojej codzienności (wolontariusze, młode osoby zaangażowane w Kościół).

do przygotowania: głoszenie — idee do głoszenia znajdują się w materiałach multimedialnych do pobrania; świadectwo młodej osoby

5 Ignacjański Rachunek Sumienia 8 min

Zatrzymamy się, by z wdzięcznością spojrzeć na wszystko, co w naszym życiu jest darem — od codziennych radości po wewnętrzne zdolności, które otrzymaliśmy od Boga. To moment, by dostrzec dobro, które już w nas jest i przygotować serce do odkrywania tego, co najlepsze w nas samych.

do przygotowania: osoba prowadząca rachunek sumienia; według uznania muzyka w tle

1. **Na początku wyobraź sobie siebie przed lustrem.** Stoisz przed nim — kogo w nim widzisz?

Widzisz człowieka — młodego chłopaka/młodą dziewczynę — stworzonego przez Boga. Pan Bóg stworzył Ciebie, bo Ciebie chce. Jesteś dziełem Jego wielkiego pragnienia. Pomyśl, że jesteś chciany. Był taki czas, kiedy Bóg Ciebie zapragnął i stworzył Cię z powodu swojej wielkiej miłości. Nie jesteś przypadkiem, tylko kimś, kto narodził się z wielkiego, Bożego pragnienia.

Poproś Boga, aby pokazał Ci teraz to, co jest w Tobie największym dobrem.

(chwila ciszy)

Zobacz na początku swój uśmiech (może dawno się nie śmiałeś), przypatrz się swoim oczom. Czy pamiętasz ich kolor? W tym właśnie kolorze, w rysach Twojej twarzy, w Twoich kręconych lub prostych włosach — tam są obecne ślady artysty, który tak pięknie Ciebie stworzył i ukształtował.

(chwila ciszy)

2. **Podziękuj Panu Bogu**, tak jak potrafisz, za to, że Cię stworzył. I pomyśl o swoich umiejętnościach oraz talentach... Na pewno je masz. Co dał Ci Pan Bóg?

— Piękny śpiew
— Taniec
— Umiejętności sportowe
— Dobre serce
— Niesienie pomocy innym
— Wrażliwość
— Odpowiedzialność
— ...

(chwila ciszy)

Przypomnij sobie, jak z tego korzystasz. Zobacz, jak te cechy i talenty wykorzystujesz.

(chwila ciszy)

3. **Poproś Pana Boga**, aby pokazał Ci sytuacje z Twojego życia, w których znając swoje talenty i możliwości z jakichś powodów nie wykorzystałeś ich.

Być może miałeś okazję zrobić coś dobrego, ale z różnych przyczyn tego nie zrobiłeś?

Może myślisz, że znowu Ci się nie udało lub ponownie kogoś zawiodłeś, nie dotrzymałeś słowa, nie wyszło Ci. Może tym samym zawiodłeś nie tylko kogoś innego, ale przede wszystkim samego siebie? Znowu zła ocena w szkole pomimo że się przygotowałeś. Znowu negatywna uwaga wysłana do rodziców.

Tych „znowu" widzisz w swoim życiu coraz więcej i czujesz się, jak ci robotnicy, których znowu nikt nie przyjął do pracy i znowu muszą czekać, aż ich ktoś łaskawie zauważy. Być może tak jak oni czujesz się niepotrzebny?

(chwila ciszy)

Nie jesteś niepotrzebny!

Pan Bóg podchodzi do Ciebie i prowadzi Cię do swojej winnicy. On doskonale Ciebie zna i widzi Twoją wartość — wielką wartość — bo Ciebie doskonale zna... bo Cię kocha.

4. **Podziękuj Mu** za to i **przeproś** za te wszystkie momenty złego wykorzystywania swoich talentów i złego podejścia do siebie.

(*chwila ciszy*)

5. **Poproś Pana Boga**, aby nauczył Cię wychodzenia z wewnętrznego marazmu. On Ci ufa, nawet wtedy, gdy Ty sam nie ufasz sobie.

On Cię kocha, nawet wtedy, gdy Ty sam siebie nie kochasz. Poproś Go o tę umiejętność spojrzenia na siebie z miłością. Pozwól Mu działać i zaproś do swojego serca.

(chwila ciszy)

Na koniec pomódl się modlitwą **Ojcze nasz**.

6 „CV — to, co jest we mnie najlepsze i najpiękniejsze” 5 min

Ćwiczenie duchowe i symboliczny moment odkrywania własnych talentów, darów i pragnień. Każdy uczestnik tworzy swoje duchowe „CV” — zapis tego, co Bóg w nim złożył najcenniejszego.

Wolontariusze rozdają uczestnikom wydrukowane formularze „CV” i coś do pisania.

do przygotowania: wydrukować formularze CV dla wszystkich uczestników — do pobrania w materiałach multimedialnych; coś do pisania

BLOK II — Obdarowani, by służyć ok. 50 min

Przechodzimy do drugiej części spotkania, która będzie modlitewną odpowiedzią na Boże wezwania.

7 Wystawienie Najświętszego Sakramentu

Czas adoracji — osobistego spotkania z Jezusem obecnym w Najświętszym Sakramencie.

do przygotowania: wystawienie Najświętszego Sakramentu; służba liturgiczna

8 Złożenie „CV” na ołtarzu

W geście zawierzenia każdy uczestnik składa swoje „CV” przed Panem — jako znak gotowości, by Jego wola stawała się drogą życia.

do przygotowania: miejsce na składanie formularzy

9 Losowanie Słowa Bożego

Po odejściu od ołtarza każdy może wylosować ze skrzyneczki fragment z Pisma Świętego. To symboliczny moment odkrycia, że Bóg odpowiada na nasze „CV” zawsze pozytywnie. On przyjmuje nas takimi, jacy jesteśmy, bo już nas obdarował, nawet jeśli tego jeszcze nie dostrzegliśmy.

do przygotowania: miejsce (np. koszyk) z cytatami z Pisma Świętego — cytaty w formie do wydrukowania, pocięcia i poskładania do pobrania w materiałach multimedialnych

10 Spowiedź i modlitwa wstawiennicza

Otwarte serca spotykają się z Bożym miłosierdziem. W tym czasie kapłani posługują w sakramencie pokuty i pojednania, uczestnicy mogą także skorzystać z modlitwy wstawienniczej. Prowadzący krótko wprowadzają w istotę obu znaków.

do przygotowania: księża do spowiedzi; wstawiennicy do modlitwy; muzyka w tle na czas spowiedzi i modlitwy wstawienniczej

11 Uwielbienie

Wspólna modlitwa uwielbienia Boga, która pomoże pogłębić przesłanie dnia i doprowadzi do momentu oddania się Panu Bogu, tu i teraz.

do przygotowania: zespół muzyczny i osoby prowadzące modlitwę

12 Błogosławieństwo

Zakończenie modlitwy błogosławieństwem — znak, że Pan posyła nas dalej, byśmy żyli tym, co otrzymaliśmy.

13 Ogłoszenia i zaproszenia

— Krótka **prezentacja** lokalnych **wspólnot młodzieżowych**

— **Przedstawienie możliwości zaangażowania** — miejsc i inicjatyw, w które młodzi mogą się włączyć po Arenie

— Informacje o kolejnym dniu rekolekcji — **zaproszenie do Atlas Areny**

do przygotowania: prezentacja — slajdy dotyczące Atlas Areny znajdują się w prezentacji w materiałach multimedialnych do pobrania, inne ogłoszenia dobrze przygotować samemu również w formie slajdu

Materiały do przeprowadzenia scenariusza

Jako organizatorzy zapewnimy następujące materiały multimedialne do przygotowania rekolekcji:

— **na środę:** prezentacja wprowadzająca rekolekcje i ich temat; nagranie Ewangelii do odtworzenia; kartki „Moje 12 h" do wydrukowania; rachunek sumienia „Wezwani do pełni życia" do wydrukowania, do pobrania są również czcionki, którymi posługujemy się w tym roku w oprawie graficznej **— dostępne od 24.01.2026 r.**

— **na czwartek:** prezentacja wprowadzająca rekolekcje i ich temat, zawierające slajdy podsumowujące poprzedni dzień, miejsce na teksty piosenek, zaproszenie na Atlas Arenę itd.; przygotowany szablon głoszenia; „formularze CV" do wydrukowania; cytaty z Pisma Świętego do wydrukowania i pocięcia; do pobrania są również czcionki, którymi posługujemy się w tym roku w oprawie graficznej **— dostępne od 30.01.2026 r.**

Materiały multimedialne można pobrać tutaj:

https://tiny.pl/gv8gkbqjf

Materiały są również dostępne na stronie internetowej **www.arenamlodych.pl** w zakładce „Pliki do pobrania".

Pozostałe materiały i rekwizyty prosimy przygotować we własnym zakresie.

Ponadto, na czwartek, postaramy się służyć pomocą, jeśli będzie potrzeba znaleźć osobę do wygłoszenia świadectwa (kontakt do o. Jakuba Szelki SJ 797 907 584) oraz osoby do modlitwy wstawienniczej (kontakt do Katarzyny Bednarskiej-Szczepaniak 783 627 087).

Pytania dotyczące programu prosimy kierować do Wydziału Duszpasterstwa Młodzieży (ks. Adam Pawlak, Adam Niźnikowski):

609 102 827, wdm@archidiecezja.lodz.pl

Pytania dotyczące zapisów prosimy kierować do Wydziału Katechetycznego:

katechet@archidiecezja.lodz.pl

Bardzo dziękujemy za współpracę i życzymy owocnego czasu przygotowań. Cieszymy się na wspólne przeżycie tegorocznych rekolekcji! Z Panem Bogiem!

Ramowy plan spotkania

Atlas Arena
20 lutego 2026 r.

8:30	Otwarcie wejść
9:00	Rozpoczęcie
10:15	Słowo ks. Biskupa Piotra Kleszcza
11:00	Spowiedź, modlitwa wstawiennicza
12:30	Komunia Święta
12:45	Zakończenie

Dla każdego uczestnika spotkania
przewidziana jest butelka wody.

Arena Młodych