

DOM FORMACJI DUCHOWEJ KSIĘŻY JEZUITÓW W KALISZU
WSPÓLNOTA ŻYCIA CHRZEŚCIJAŃSKIEGO

REKOLEKCJE IGNACJAŃSKIE
W ŻYCIU CODZIENNYM

TYDZIEŃ IV

Ci, którzy usłyszają, żyć będą



Lublin 2017
Kalisz 2018

Dzień I

Wtedy przypomniły sobie Jego słowa (Łk 24,1-11)

Modlitwa przygotowawcza:

Panie spraw, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty ku Twojej służbie i chwale.

Postaraj się przez chwilę trwać w pragnieniu jedności z Bogiem we wszystkim, czym żyjesz i co robisz.

Wprowadzenie 1:

Przyjrzyj się grafice Chrystusa zmartwychwstałego, który przynosi nam Siebie jak... kelner. Jakie uczucia budzi w tobie taki gest wielkiego Boga wobec Swego stworzenia?

Wprowadzenie 2:

„Prosić o to, czego pragnę”. Tu poproś o pragnienie autentycznej żywej więzi z Jezusem i osadzenie swojego życia w Słowie.

1. W pierwszy dzień tygodnia poszły skoro świt do grobu, niosąc przygotowane wonności. Kamień od grobu zastały odsunięty. A skoro weszły, nie znalazły ciała Pana Jezusa. Gdy wobec tego były bezradne, nagle stanęło przed nimi dwóch mężczyzn w lśniących szatach.

Kobiety przychodzące do grobu oczekiwały zupełnie czego innego. Mogły czuć zawód, smutek, frustrację, bezradność czy bezsilność wobec zastanej sytuacji. Nie spodziewały się nawet, jaką radość zwiastuje pusty grób. My już wiemy, że pustka jest tu zapowiedzą wypełnienia czymś wspaniałym. Czasem trzeba tej pustyni, pustej przestrzeni w sobie, trzeba wyrzucić z siebie szum, niepotrzebne zapychacze, by otworzyć się na łaskę, zrobić jej miejsce. Czasem trzeba coś oddać, by być wolnym i gotowym na przyjęcie czegoś wspanialszego.

Przypomnę sobie te momenty poczucia bezradności w moim życiu, z których Bóg wyprowadził jakieś nieoczekiwane dobro. Te chwile poczucia pustki czy jakiegoś braku w życiu, które Pan wypełnił łaską.

2.

Kobiety przyszły zobaczyć Chrystusa, a zastały pusty grób.

Jak ja przeżywam momenty poczucia braku Boga w moim życiu? Może właśnie teraz, pod koniec rekolekcji, nie widzę jeszcze owoców, a jedynie



MAT XXVIII 3-4

puszkę? Zawierzę to Panu, ufając, że owoce przychodzą czasem po „trzech dniach”, czasem jeszcze później.

3. Przestraszone, pochyliły twarze ku ziemi, lecz tamci rzekli do nich: «Dlaczego szukacie żyjącego wśród umarłych?» (...) A były to: Maria Magdalena, Joanna i Maria, matka Jakuba.

Przy grobie wśród kobiet nie ma Maryi. Czasem brak jest bardziej znaczący niż obecność, więcej nam mówi. Tak jak moment ciszy w muzyce czasem potrafi więcej znaczyć niż dźwięk. Brak Matki Bożej przy grobie bardzo dużo nam mówi na temat wiary Maryi i jej łączności z Synem. Maryja jako jedyna naprawdę wierzyła, że jej Syn zmartwychwstanie. Nie szukała Go więc wśród umarłych.

Ona, w przeciwieństwie do pozostałych kobiet, nie musiała się bać, co dalej. Jest to też nauka dla nas: pielęgnowanie więzi z Jezusem to lekarstwo na lęk.

Czy dbam o to, by być w stałej łączności z Panem, rozmawiać z Nim codziennie jak z serdecznym przyjacielem, żyć sakramentami? Porozmawiam z Nim teraz w szczerości o moich lękach, wątpliwościach w wierze, niedostatecznej ufności.

4. Przypomnijcie sobie, jak wam mówił, będąc jeszcze w Galilei: «Syn Człowieczy musi być wydany w ręce grzeszników i ukrzyżowany, lecz trzeciego dnia zmartwychwstanie». Wtedy przypomniały sobie Jego słowa i wróciły od grobu, oznajmiły to wszystko Jedenastu i wszystkim pozostałym».

Kobietom daje pocieszenie, wiarę i pragnienie głoszenia Zmartwychwstania przypominanie Słów. Słów, którymi Maryja żyła nieustannie.

Jak często ja przypominam sobie w różnych trudnych sytuacjach życiowych Słowa Pisma? Jak często przypominam je sobie, staram się nimi żyć w mojej codzienności i do niej je stosuję? Może pomogą mi w tym medytacje, które będę odprawiać również po zakończeniu rekolekcji?

Rozmowa końcowa:

Podziękuję Panu za wszystkie trudne doświadczenia w moim życiu, poproszę o zaufanie i o to, bym był otwarty na to, że Pan Bóg może mnie czymś zaskoczyć.

Ojcie nasz... Zdrowaś Maryjo... Chwała Ojcu...

Notatki:

Dzień II

Dlaczego stoicie i wpatrujecie się w niebo? (Dz 1,1-11)

Modlitwa przygotowawcza:

Panie spraw, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty ku Twojej służbie i chwale.

Postaraj się przez chwilę trwać w pragnieniu jedności z Bogiem we wszystkim, czym żyjesz i co robisz.

Wprowadzenie 1:

Wyobraź sobie siebie w tłumie obserwujących Wniebowstąpienie Jezusa. Poczuj się adresatem słów Chrystusa, by być Jego świadkiem.

Wprowadzenie 2:

„Prosić o to, czego pragnę”. Tu możesz prosić o pragnienie bycia dojrzałym chrześcijaninem i o to, byś dojrzał, że Bóg dał ci wszystko, czego ci trzeba, aby apostołować.

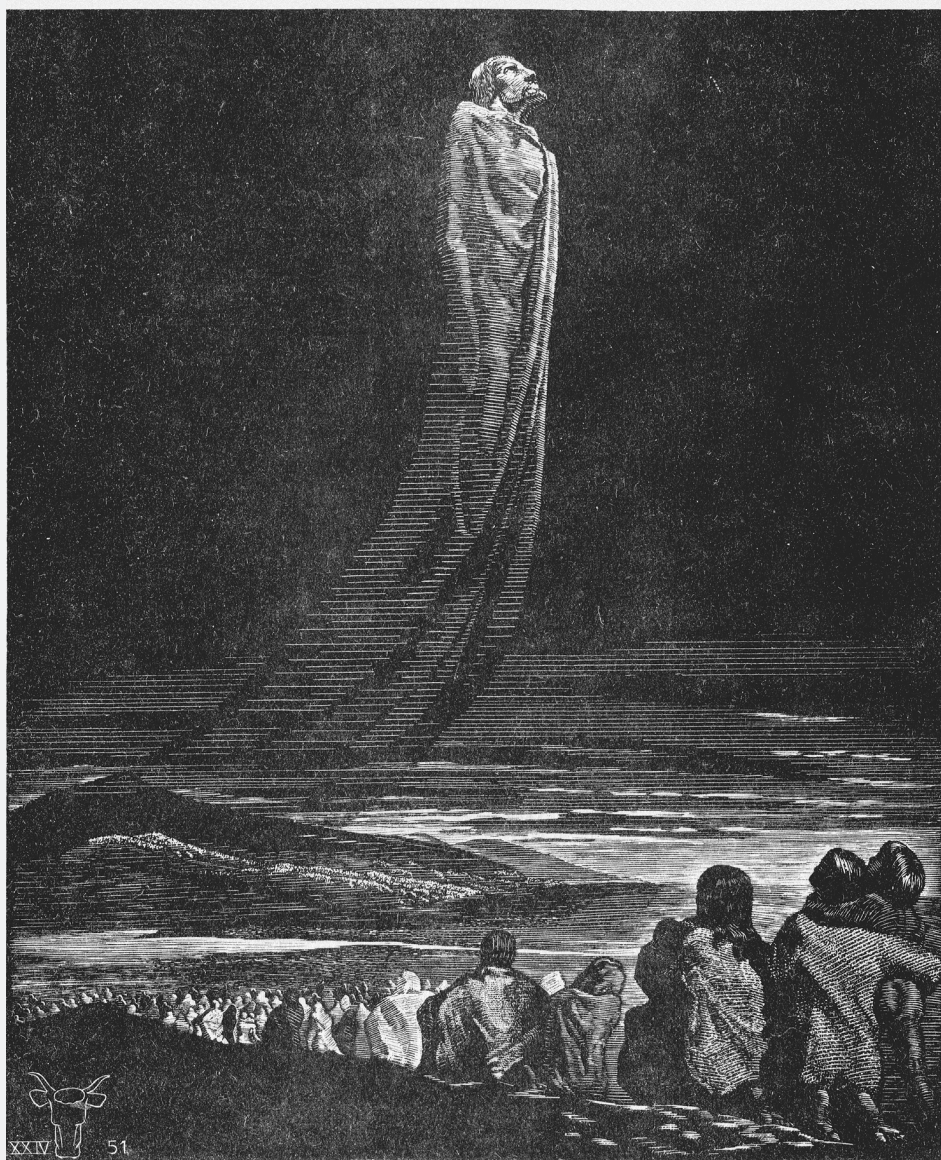
1.

Chrystus, odchodząc do Ojca, nie pozostawił Apostołów nieprzygotowanymi do głoszenia Dobrej Nowiny. Dał im wszystko, co jest im potrzebne, a zapewnił jeszcze o darach Ducha Świętego, które otrzymają. Pan nam, jako dojrzałym chrześcijanom, zostawia pewną samodzielność, ale też nie zostawia nas samych. Mamy wszystko, czego nam potrzeba, by apostołować.

Wierzę w to? Przypomnę sobie to wszystko, w co mnie Bóg wyposażył: moją formację katechetyczną, domową, wspólnotową, różne rekolekcje, w których uczestniczyłem, w końcu wszystkie Sakramenty, łącznie z otrzymaniem darów Ducha Świętego na bierzmowaniu. Podziękuję Bogu za to.

2. Im też po swojej męce dał wiele dowodów, że żyje.

Bóg również nam daje dowody swego istnienia i swego działania w naszym życiu, tylko nie zawsze jesteśmy otwarci na dostrzeganie ich. A On mówi do nas przez różne wydarzenia w historii naszego życia, przez świadectwo innych ludzi, przez ich działania, ale też i przez nasze działania, będące skutkiem Jego natchnienia. Poproszę Ducha Świętego, by przypominał mi o tych najważniejszych zdarzeniach z ostatniego czasu, w których objawiał On swoją opiekę nade mną.



XXIV 51



3. Po tych słowach uniósł się w ich obecności w górę i obłok zabrał Go im sprzed oczu. Kiedy uporczywie wpatrywali się w Niego, jak wstępował do nieba, przystąpili do nich dwaj mężowie w białych szatach. I rzekli: «Mężowie z Galilei, dlaczego stoicie i wpatrujecie się w niebo? Ten Jezus, wzięty od was do nieba, przyjdzie tak samo, jak widzieliście Go wstępującego do nieba».

Czy czasem nie próbuję zatrzymać Boga w Jego działaniach? Czy godzę się na Boże plany, z których nie wszystkie do końca rozumiem, niektóre budzą mój niepokój, opór? Poproszę Jezusa o łaskę ufności.

4.

Czy mam w sobie gotowość do apostołowania, świadczenia o Chrystusie? Czy chcę tylko cały czas „stać i wpatrywać się w niebo”? Jest czas bycia z Bogiem, modlitwy i czas dzielenia się doświadczeniem tego spotkania, głoszenia Dobrej Nowiny. Jeśli poprzestaję tylko na modlitwie, to porozmawiam z Panem, dlaczego tak się dzieje. Co mnie wstrzymuje przed działaniem, głoszeniem Królestwa?

Rozmowa końcowa:

Podziękuję Panu za to, że zaprasza mnie do współpracy z Nim, że mi ufa. Poproszę Go, żeby pomógł mi mocniej zaufać Jemu.

Ojcze nasz... Zdrowaś Maryjo... Chwała Ojcu...

Notatki:

Dzień III

Znajdowali się wszyscy razem (Dz 1,12-14, 2,1-13)

Modlitwa przygotowawcza:

Panie spraw, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty ku Twojej służbie i chwale.

Postaraj się przez chwilę trwać w pragnieniu jedności z Bogiem we wszystkim, czym żyjesz i co robisz.

Wprowadzenie 1:

Zobacz siebie wśród Apostołów zgromadzonych w wieczerniku – radosnych, przepełnionych Bożą miłością, doświadczających obecności i działania Boga.

Wprowadzenie 2:

„Prosić o to, czego pragnę”. Tu możesz prosić Maryję, Matkę Kościoła o rozbudzenie w tobie większej miłości do Niego, o poczucie większej odpowiedzialności za Jego kształt i solidarności z Jego wspólnotą.

1. Przybywszy [do Jerozolimy], weszli do sali na górze i przebywali w niej: Piotr i Jan, Jakub i Andrzej, Filip i Tomasz, Bartłomiej i Mateusz, Jakub, syn Alfeusza, i Szymon Gorliwy, i Juda, [brat] Jakuba. Wszyscy oni trwali jednomyślnie na modlitwie razem z niewiastami, Maryją, Matką Jezusa, i braćmi Jego. (...) Kiedy nadszedł wreszcie dzień Pięćdziesiątnicy, znajdowali się wszyscy razem na tym samym miejscu.

Bóg chce przychodzić do wspólnoty, powołuje nas, zbawia, obdarza łaskami w Kościele, nie każdego oddzielnie. Wysłuchuje, gdy „dwóch albo trzech zbierze się” w imię Jego. Również w tym fragmencie czytamy, że Duch Święty przychodzi do Apostołów, gdy są wszyscy razem i jednomyślnie się modlą.

Poproszę teraz Pana w szczerzej rozmowie o lepsze zrozumienie, jak ważna jest dla Boga jedność między ludźmi i wspólne oddawanie Mu czci.

2.

Maryja, jak czytamy, od początku towarzyszy tworzącemu się Kościołowi. Później został Jej nadany tytuł Matki Kościoła.

Poproszę Ją, aby uczyła mnie miłości do Kościoła i inspirowała do różnych działań na rzecz Jego rozwoju i rozwoju wspólnot w Jego obrębie.



LUK XXIV 45
JOH XX 22



3.

Maryja, Oblubienica Ducha Świętego, z jak wielką radością musiała przyglądać się tak bliskiemu spotkaniu Apostołów z Duchem Świętym. Tak jak my cieszymy się, kiedy przedstawiamy swoim rodzicom ukochaną czy ukochanego, poznajemy ze sobą naszych przyjaciół, kiedy spotykają się ze sobą ważne dla nas osoby. Zobaczmy w wyobraźni radość Maryi z tej jedności, radość z tego, że i Apostołowie mogli być bliżej Tego, kogo ona kocha.

Poproszę Maryję o taką radość w pokazywaniu innym ludziom Boga.

4. I wszyscy zostali napełnieni Duchem Świętym, i zaczęli mówić obcymi językami, tak jak im Duch pozwalał mówić.

Duch Święty daje nam swoją moc, umiejętności do głoszenia Boga. Korzystajmy z tego i roztropnie głosmy Dobrą Nowinę każdemu w jego „języku” – jednemu bezpośrednio słowem, innemu przykładem; jednemu radą, innemu świadectwem; jednemu wsparciem i miłosierdziem, innemu napomnieniem. Wierzmy, że przekaz Boży jest uniwersalny – do każdego trafi – i zaufajmy jednocześnie Duchowi Świętemu, że podpowie nam odpowiedni „język”, który trafi do tego właśnie konkretnego człowieka, którego dziś spotkamy.

Poproszę Ducha Świętego, by oświecał mnie swoim światłem w moim codziennym świadczeniu o Bogu.

Rozmowa końcowa:

Podziękuję Bogu za wszystkie dary Ducha Świętego, które otrzymałem na bierzmowaniu. Poproszę, bym chciał z nich korzystać dla dobra Kościoła i na chwałę Bożą.

Ojcze nasz... Zdrowaś Maryjo... Chwała Ojcu...

Notatki:

Dzień IV

*Kto słucha słowa mego i wierzy w Tego, który Mnie posłał,
ma życie wieczne (J 5,19-30)*

Modlitwa przygotowawcza:

Panie spraw, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty ku Twojej służbie i chwale.

Postaraj się przez chwilę trwać w pragnieniu jedności z Bogiem we wszystkim, czym żyjesz i co robisz.

Wprowadzenie 1:

Wyobraź sobie Maryję, jak w swoim ludzkim ciele jest zabierana do nieba.

Wprowadzenie 2:

„Prosić o to, czego pragnę”. Tu możesz prosić o głęboką wiarę, że zmarłych wstaniemy w swoich ciałach i autentyczną radość z tego powodu.

1. Zaprawdę, zaprawdę, powiadam wam: Syn nie mógłby niczego czynić sam od siebie, gdyby nie widział Ojca czyniącego. Albowiem to samo, co On czyni, podobnie i Syn czyni. Ojciec bowiem miłuje Syna i ukazuje Mu to wszystko, co On sam czyni, i jeszcze większe dzieła ukaze Mu, abyście się dziwili.

Bóg ukazuje nam się tu jako przede wszystkim trwający w miłości i jedności. Poproszę Maryję, aby to, jak Ona naśladuje Boga w swej jedności z Synem, było dla mnie inspiracją w codziennym życiu, w dbaniu o pielęgnowanie jedności z Bogiem i ludźmi.

2. Zaprawdę, zaprawdę, powiadam wam: Kto słucha słowa mego i wierzy w Tego, który Mnie posłał, ma życie wieczne i nie idzie na sąd, lecz ze śmierci przeszedł do życia.

Maryja mogłaby być dla nas wzorem słuchania. Ona rozważała wszystko i zachowywała w swoim sercu, Ona była uważna na głos Pana. Czy w innym przypadku usłyszałaby głos Gabriela? Bóg nie chce przekrzykiwać naszego wewnętrznego hałasu, Gabriel nie przyszedł przy dźwiękach trąb Jerychońskich. To postawa stałego zaśłuchania i otwarcia na Boże Słowo poskutkowałą przyjęciem Słowa przez Maryję.

Czy ja w codziennym zabieganiu znajduję chociaż chwilę w ciągu dnia na zatrzymanie się i wsłuchanie w to, co chce mi dziś powiedzieć Bóg? Że chce



mi powiedzieć, jak bardzo mnie dziś kochał, ile mi dał, że był ze mną w każdej z moich chwil, też tych smutnych czy niemiłych. Czy pozostawiam Mu taki czas – ignacjańskiego rachunku sumienia, medytacji, spontanicznej modlitwy, uwielbienia?

Poproszę o łaskę, żebym umiał robić Mu miejsce w moim życiu, jak Maryja zrobiła Mu miejsce pod swoim sercem.

3. Podobnie jak Ojciec ma życie w sobie, tak również dał Synowi: mieć życie w sobie samym. Przekazał Mu władzę wykonywania sądu, ponieważ jest Synem Człowieczym. Nie dziwcie się temu! Nadchodzi bowiem godzina, w której wszyscy, którzy spoczywają w grobach, usłyszą głos Jego: a ci, którzy pełnili dobre czyny, pójdą na zmartwychwstanie życia; ci, którzy pełnili złe czyny – na zmartwychwstanie potępienia.

Otrzymujemy od Boga obietnicę zmartwychwstania ciał i uzyskania życia dzięki trwaniu w Nim, tak jak trwała Maryja. Maryja wzięta z ciałem do Nieba wskazuje nam na nasze przeznaczenie do życia wiecznego w Bogu w chwalebnym ciele. Bóg jest bowiem Dawcą i Źródłem wszelkiego życia.

Zastanowię się w chwili ciszy w jaki sposób Bóg mnie obdarowuje życiem. Przypomnę sobie te sytuacje w mojej historii, kiedy poczułem, że dostaję nowe życie – może po ważnej spowiedzi, może po zmieniających mój sposób myślenia rekolekcjach, może po spotkaniu na swojej drodze ważnego dla mnie człowieka, w doświadczeniu miłości żony, męża, może – paradoksalnie – po doświadczeniu jakiejś straty. Podziękuję za to wszystko.

4. Ja sam z siebie nic czynić nie mogę. Tak, jak słyszę, sądzę, a sąd mój jest sprawiedliwy; nie szukam bowiem własnej woli, lecz woli Tego, który Mnie posłał.

Maryja jest doskonałym przykładem wpatrzenia w Syna i w tym przypadku. Tak jak Chrystus jest posłuszny woli Ojca, tak Maryja swoim życiem świadczy o posłuszeństwie wobec woli Boga. Posłuszeństwo to nie bezwolna, ślepa, bezrefleksyjna uległość. Papież Franciszek charakteryzuje Maryję jako tę, która słucha, decyduje i działa. Posłuszeństwo woli Bożej jest poprzedzone Jej wolną decyzją. Poproszę, bym z Jej pomocą w wolności i odwrotnie wybierał realizowanie Bożej Woli w swoim życiu.

Rozmowa końcowa: Podziękuję Bogu za życie, którym nie obdarzył – to doczesne i to wieczne.

Ojcie nasz... Zdrowaś Maryjo... Chwała Ojcu...

Notatki:

Dzień V
*Oto bowiem błogosławić mnie będą
odtąd wszystkie pokolenia (Łk 1,46-55)*

Modlitwa przygotowawcza:

Panie spraw, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty ku Twojej służbie i chwale.

Postaraj się przez chwilę trwać w pragnieniu jedności z Bogiem we wszystkim, czym żyjesz i co robisz.

Wprowadzenie 1:

Tym razem przyglądając się rycinie Delheza (z I tygodnia), zwróć uwagę na blask, który z góry oświeca Maryję. Ona jeszcze w tym momencie rozmawia z Aniołem, dopiero wypowiada „fiat” w swoim ubogim domu w Nazarecie, a już dotyka ją zapowiedź przyszłej chwały.

Wprowadzenie 2:

„Prosić o to, czego pragnę”. Tu możesz prosić o łaskę prawdziwej pokory i głód Boga w swoim życiu.

1. Wtedy Maryja rzekła: «Wielbi dusza moja Pana, i raduje się duch mój w Bogu, moim Zbawcy. Bo wejrzał na uniżenie Służebnicy swojej.»

Pokora Maryi nie jest modną cnotą w naszych czasach. Może nawet nigdy nie była modna. W świecie promującym przebojowość, krzykliwość, stawianie na swoim i sukces za wszelką cenę, władzę, bycie liderem, kierownikiem, decydemtem pokora może uchodzić za słabość. Ale w oczach Boga to pokora zwycięża. Bóg spogląda na uniżenie swojej Służebnicy i to przez to uniżenie wywyższa Ją do godności Matki Boga. Czy chcę być pokorny? Czy mam odwagę być pokorny? Porozmawiam o tym z Jezusem.

2. Oto bowiem błogosławić mnie będą odtąd wszystkie pokolenia, gdyż wielkie rzeczy uczynił mi Wszechmocny. Święte jest Jego imię – a swoje miłosierdzie na pokolenia i pokolenia [zachowuje] dla tych, co się Go boją.

A co w moim życiu „uczynił mi Wszechmocny”? Czy potrafię dostrzegać to, jak codziennie jestem obdarzany? Przypomnę sobie te wszystkie największe dary, które otrzymałem od Boga w ciągu mojego życia: życie fizyczne, duchowe, może kochającą rodzinę, może wiernych przyjaciół, różne talenty, przebaczenie, uzdrowienie duchowe.



3. On przejawia moc ramienia swego, rozprasza [ludzi] pyszniących się zamysłami serc swoich. Strąca władców z tronu, a wywyższa pokornych. Głodnych nasycza dobrami, a bogatych z niczym odprawia.

Katechizm mówi nam, że człowiek jest „żebrakiem wobec Boga”, a modlitwa to „spotkanie Bożego i naszego pragnienia”. To właśnie to błogosławione „duchowe ubóstwo” otwiera nas na Boga. Nie ma spotkania z Bogiem bez Jego (spotkania) i Jego (Boga) pragnienia. Poproszę o doświadczanie takiego właśnie ubóstwa, które rozpali we mnie głód Boga – trwający długo też po zakończeniu tych rekolekcji.

4. Ujął się za sługą swoim, Izraelem, pomny na miłosierdzie swoje – jak przyobiegał naszym ojcom – na rzecz Abrahama i jego potomstwa na wieki.

Jak ja naśladowuję Boga solidarnego z ubogimi, wstawiającymi się za słabymi?

5.

Bóg jawi się tu nam jako Bóg wierny, Bóg spełniający swą obietnicę daną Abrahamowi – że „w jego potomstwie narody zostaną pobłogosławione”.

Czy ja również wierzę Bogu, który obiecał nam ostateczne zwycięstwo dobra, szczęścia, miłości? Mimo tego, że często w moim życiu spotykam zło, nieszczęścia, nienawiść? Poproszę Boga o wiarę i ufność w Jego obietnicę.

Rozmowa końcowa:

Podziękuję Panu za to, że zawsze wstawia się za najsłabszymi. Poproszę Go, bym potrafił Go w tym naśladować.

Ojcze nasz... Zdrowaś Maryjo... Chwała Ojcu...

Notatki:

Dzień VI

Medytacja powtórkowa

Od końca

Zacznij od Zmartwychwstania
od pustego grobu
od Matki Boskiej Radosnej
wtedy nawet krzyż ucieszy
jak perkoz dwuczuby na wiosnę
anioł sam wytłumaczy jak trzeba
choć doktoratu z teologii nie ma
grzech ciężki staje się lekki
gdy się jak świntuch rozplącze
- nie róbcie bekсы ze mnie
mówi Matka Boska
to kiedyś
teraz inaczej
zacznij od pustego grobu
od słońca
ewangelie czyta się jak hebrajskie litery
od końca.

ks. Jan Twardowski

Notatki:

*Grafiki autorstwa Victora Delhez'a
pochodzą z ulubionych przez papieża Franciszka
„Czterech Ewangelii wg naszego Pana Jezusa Chrystusa”,
wydanych w roku 1956 w Buenos Aires,
które w wieku 20 lat otrzymał od swojej rodziny.
Grafiki w nich zawarte wyraźnie wpłynęły na jego duchowość.
Posługuje się tą Księgą do dziś.
Dwie ostatnie grafiki pochodzą z innych dzieł.*

PRZYGOTOWANIE DO MEDYTACJI (15 MIN.)

Przeczytaj wolno i uważnie kilka razy tekst biblijny,
zanotuj kilka myśli i odczuć jakie się w Tobie pojawiły.

MEDYTACJA (30–45 MIN.)

1. uczynić znak krzyża
2. uświadom sobie Bożą obecność, dobrze poczuć siebie
3. pomódl się modlitwą św. Ignacego:

**Panie spraw, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny
były skierowane w sposób czysty ku Twojej służbie i chwale.**

4. przeczytaj uważnie tekst biblijny
5. wyobraź sobie scenę, obraz do medytacji
6. poproś Boga o owoc medytacji
7. medytuj
8. porozmawiaj z Bogiem o poruszeniach jakie się pojawiły
9. odmów *Ojcze nasz*
10. uczynić znak krzyża

REFLEKSJA PO MEDYTACJI (5 MIN.)

Zapisz choć jedną myśl z podsumowania medytacji, np. jej owoc.

RACHUNEK SUMIENIA WG ŚW. IGNACEGO (15 MIN.)

1. podziękuj Bogu za otrzymane dobrodziejstwa
2. poproś o łaskę poznania grzechów i ich odrzucenia
3. zażądaj od duszy swojej zdania sprawy
4. poproś Boga o przebaczenie win
5. postanów poprawę przy pomocy Jego łaski