

Chodzić w Duchu Świętym

6 tydzień zwykły

Czytanie i rozważanie Słowa Bożego

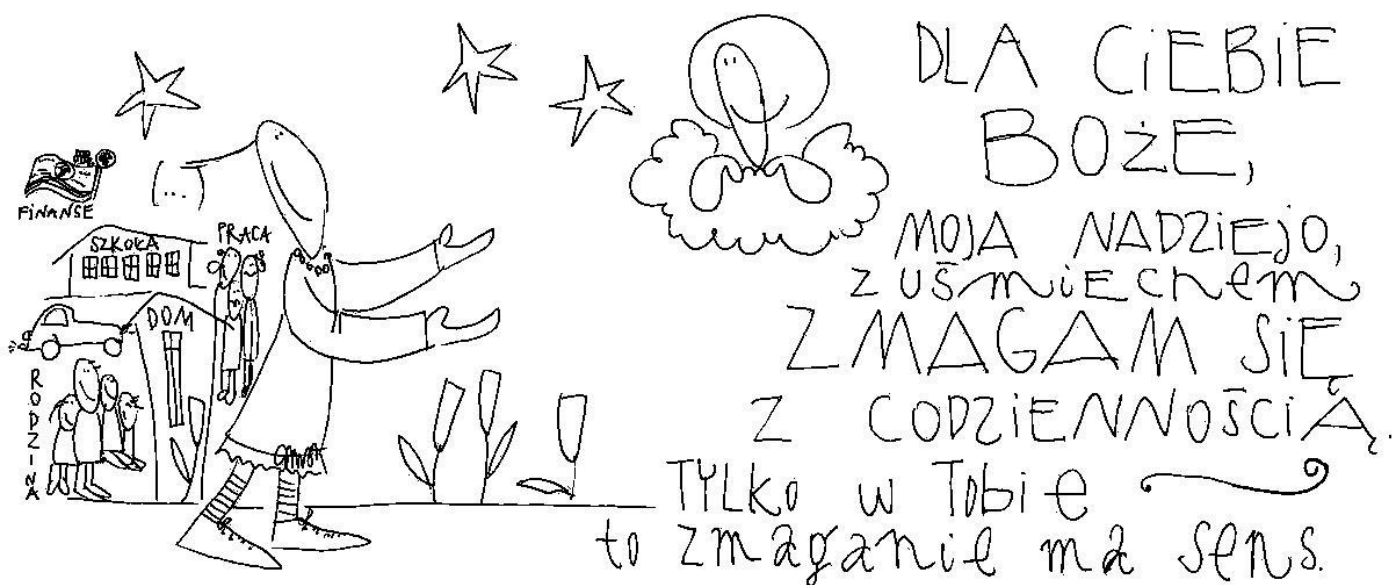


Wiara rodzi się z tego, co się słyszy, tym zaś, co się słyszy, jest słowo Chrystusa (Rz 10,17)

Parafia NMP Bolesnej, Wrocław – Strachocin, 11.02.2018

Teksty dostępne na stronie: www.onjest.pl

Rysunek tygodnia:



Opracowanie rozważań:

Jolanta i Jerzy Prokopiuk, Łukasz Kneć, Monika Mosior, Jolanta i Krzysztof Mikos, Przemek i Ewelina Rożnowscy, Justyna i Marcin Miloch, Ewa Palczyńska, Marta i Mariusz Stańco, Dariusz Trocha, Elżbieta Gładka,

Korekta:

Jerzy Prokopiuk

Rysunek:

Marta Stańco

Asysta kościelna:

ks. Wojciech Jaśkiewicz

Aplikacje mobilne:

Tomek Romanowski/ Tymoteusz Abramek/ Michał Bogdał

Niniejsze rozważania przygotowują osoby ze wspólnoty „On Jest”, Ruchu Światło – Życie
Czytania zamieszczone w aneksie: www.liturgia.wiara.pl



Lectio divina – metoda osobistego studium Pisma Świętego

Mnisi znali dwa sposoby medytacji Słowa Bożego: **ruminatio** – przetrawianie Słowa Bożego poprzez jego ciągle powtarzanie oraz **lectio divina** – Bożą lekturę, w której chodziło o to, aby wszystkie słowa Biblii rozumieć jako drogę do Boga, jako opis drogi duchowej. Kluczowe jest tu pytanie: kim jestem, co jest tajemnicą mojego życia, kim i czym stałem się dzięki Jezusowi Chrystusowi? **Kiedy bowiem poprzez medytację poczuję, kim jestem, zmieni się także moje działanie w świecie.**

Kilka uwag o miejscu modlitwy, czasie oraz pozycji modlitewnej.

1. **Miejsce** – idealne to kościół czy kaplica z wystawionym Najświętszym Sakramentem. W praktyce będzie to każde miejsce, w którym znajdziemy choć odrobinę wyciszenia.
2. **Czas** – przynajmniej kwadrans. Dobrze, jeśli będzie to pół godziny. Pora dnia nie jest istotna, ważne tylko, byśmy byli przytomni i w czasie modlitwy nie zasnęli.
3. **Pozycja w czasie modlitwy** – godna i wygodna. Można klęczeć, siedzieć na małej ławeczce, można też zwyczajnie usiąść na wygodnym krześle przy stole.

Przebieg *lectio divina*

Istotą tej metody jest jej podział na kilka części:

1. **Czytanie (*lectio*),**
2. **Medytację (*meditatio*),**
3. **Modlitwę (*oratio*) i trwanie przed Bogiem (*contemplatio*).**
4. **Działanie (*actio*)**

Całość powinna być poprzedzona chwilą wyciszenia, skupienia, prośbą skierowaną do Ducha Świętego o dobre owoce. Na zakończenie powinniśmy podziękować Bogu oraz dokonać refleksji nad naszą modlitwą – jak się czuliśmy, co było dobre w tej modlitwie a co należałoby w niej poprawić w przyszłości.

Lectio – Czytaj z wiarą i uważnie święty tekst, jak gdyby dyktował go dla ciebie Duch Święty.

Wybieramy dłuższy fragment tekstu. Nie zakładamy, że przeczytamy go w całości. Może się zdarzyć, że już pierwszy werset będzie tym fragmentem, nad którym powinniśmy zatrzymać się dłużej. Czytam Pismo Święte powoli i uważnie, nie po to, by pomnożyć swoją wiedzę, lecz by spotkać Boga w Jego Słowie. W czytaniu chodzi bowiem o znalezienie takiego fragmentu (zwykle będzie to jeden werset), który nas poruszy. To poruszenie może mieć bardzo różny charakter. Może to być ciekawość, niezrozumienie, pocięcha, piękno, niepokój. Poruszenie jest świadectwem, że ten werset jest dla nas osobiście ważny. Bardzo ważną informacją jest złość lub agresja rodząca się podczas czytania Słowa Bożego. Oznacza ona bowiem, że Jezus w Słowie Bożym dotyka jakiejś nieuporządkowanej dziedziny naszego życia. Jest bardzo istotne zwrócenie uwagi na uczucia, które nam towarzyszą. Nie mamy wpływu na uczucia, które się rodzą. Są ważne ponieważ, ukazują nam one stan naszego serca. Nie ma uczuć dobrych i złych, ponieważ są one obojętne moralnie. Jeżeli rodzi się uczucie zazdrości lub niechęci to nie jest to grzechem. Materią grzechu będzie dopiero nasza odpowiedź na to uczucie.

Znalezienie tekstu, który Cię porusza jest sygnałem, że kończy się etap *lectio*.

Meditatio – Staraj się zrozumieć dogłębnie tekst. Pytaj siebie: „Co Bóg mówi do mnie?”.

Pierwotne, łacińskie znaczenie tego słowa to „powtarzanie”. W tej części koncentrujemy się na znalezionym urywku. Czytamy go wielokrotnie, powoli, jakby smakując – całość wersetu lub jego fragmenty. Czytając możemy akcentować różne części i wyrazy wersetu. Prawdopodobnie nauczymy się w ten sposób wersetu na pamięć. Powtarzajmy go zatem także w myśli – może nam pomóc zamknięcie oczu. Angażujmy na tym etapie nie tylko rozum, ale także i serce. Można się zastanowić, dlaczego ten fragment mnie zainteresował, pytać się co ten fragment mi mówi, objawia, komunikuje. Ważne jest, aby medytować tylko jeden fragment. Jeśli poruszyło cię więcej fragmentów, zatrzymaj się na pierwszym, pozostałe w tej medytacji cię nie interesują.

Oratio – Teraz ty mów do Boga, a jeśli zabraknie Ci słów to trwaj przed nim bez słów (contemplatio).

Na pewnym etapie medytacji zamienia się ona w modlitwę. Będzie ona miała spontaniczny charakter. Otwórz przed Bogiem serce, aby mówić Mu o przeżyciach, które rodzi w tobie słowo. Módl się prosto i spontanicznie. Czasami będzie to nasza aktywność, ale możemy też być „porwani” przez Boże natchnienie. Wtedy modlitwa stanie się bardziej działaniem Boga w nas niż naszym działaniem. Trudno przewidzieć, co przyniesie modlitwa, jaki dokładnie charakter i kierunek przybierze. Może to być zarówno przebłaganie, prośba jak i dziękczynienie i uwielbienie. Może mieć także charakter krótkiej, żarliwej modlitwy, proszącej Boga, by ukoił moja tęsknotę, by pozwolił się doświadczyć i ujrzeć. Na lub po etapie oratio - Twojej modlitwy do Boga, którą wzbudziło rozważanie danego fragmentu - może przyjść czas, że braknie Ci słów. Trwaj wtedy przy Bogu bez słów - wtedy modlisz się samą swoją obecnością a Duch Święty działający w Tobie będzie kierował do Boga taką modlitwą, która Jemu się podoba: *"Podobnie także Duch przychodzi z pomocą naszej słabości. Gdy bowiem nie umiemy się modlić tak, jak trzeba, sam Duch przyczynia się za nami w błaganiach, których nie można wyrazić słowami. Ten zaś, który przenika serca, zna zamiar Ducha, [wie], że przyczynia się za świętymi zgodnie z wolą Bożą"* (Rz 8, 26-28)

W każdej głębokiej ludzkiej relacji przychodzi etap rozumienia się bez słów. Tak samo jest Bogiem. Ani On nic nie musi mówić, ani ja. Jesteśmy ze sobą razem. I to wystarczy.

Actio – Pytaj siebie: „Co mam zrobić?”.

Ostatni etap lectio divina to zaproszenie do działania, zgodnie z napomnieniem św. Jakuba: *"Wprowadzajcie zaś słowo w czyn, a nie bądźcie tylko słuchaczami oszukującymi samych siebie. Jeżeli bowiem ktoś przysłuchuje się tylko słowu, a nie wypełnia go, podobny jest do człowieka oglądającego w lustrze swe naturalne odbicie. Bo przyjrzał się sobie, odszedł i zaraz zapomniał, jakim był"* (Jk 1, 23-24).

Zadaj sobie pytanie, czy przez to rozważanie Bóg wzywa Cię do podjęcia jakiegoś postanowienia, zadania, porozmawiania z kimś, przebaczenia komuś, pomocy komuś. Jeśli tak, to zapisz sobie konkretny fragment, który Cię porusza do działania albo to, co chcesz uczynić. Po pewnym czasie będziesz wyraźnie widział jak Bóg Cię prowadzi.

Nie zawsze lectio divina będzie kończyło się podjęciem konkretnego postanowienia i wykonaniem konkretnego działania. Doświadczenie pokazuje jednak, że praktykowanie tej metody przebywania ze Słowem Bożym po pewnym czasie przemienia człowieka, porusza go, przekonuje o tym co prawdziwe i ważne, daje światło do podejmowania właściwych decyzji życiowych i zaprasza do podejmowania zmian.

Jeśli jednak po wielokrotnym jej praktykowaniu nigdy nie będziesz się czuł poruszony i wezwany do konkretnego czynu, to może znaczyć, że Twoja modlitwa ze Słowem ma charakter czysto akademicki, nie przemienia Twojego serca, nie prowadzi do nawrócenia i nie dotyka Ciebie w Twojej własnej historii życia.

11.02.2018, niedziela

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO ŻYĆ PEŁNIĄ

Wyciszenie – zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę

Lectio (czytanie) – przeczytaj:

1 List św. Pawła do Koryntian 10, 31 – 11, 1

zatrzymaj się na wersecie, który Cię poruszył.

Meditatio (powtarzanie)

Przeczytaj 2-3 razy fragment, który Cię poruszył. Przeczytaj go powoli, delektując się każdym słowem. Pytaj siebie: „Co Bóg mówi do mnie?”.

Rozważanie – jeśli nie znajdujesz fragmentu, który Cię porusza, możesz skorzystać z pomocy poniższego rozważania:

- *Czy jecie, czy pijecie, czy cokolwiek innego czynicie, wszystko na chwałę Bożą czyńcie. Jeśli pierwsze i najważniejsze przykazanie mówi, że mamy miłować Boga z całego serca, całym umysłem i ze wszystkich sił, to wynika z tego, że całe życie i wszystkie jego sfery mają być podporządkowane tej miłości. Inaczej mówiąc mają być przeniknięte miłością Boga, uświęcone Jego obecnością i błogosławieństwem. Bo w Nim żyjemy, poruszamy się i jesteśmy* pisze autor Dziejów Apostolskich (Dz 17, 28). Czy zauważasz, uświadamiasz sobie Bożą obecność w różnych miejscach, momentach swojej codzienności? Czy sztucznie nie rozdzielasz w swoim życiu sacrum od profanum, każąc Jezusowi zostać w tabernakulum, radząc sobie po swojemu i tylko wydzielając Bogu konkretne chwile Twojej uwagi? Nie przez przypadek Bóg się człowiekowi przedstawił jako JA JESTEM... Bóg zawsze jest przy Tobie, ale czy Twoje serce jest przy Nim?
- *Św. Ireneusz z Lyonu głosił: Chwałą Pana jest człowiek żyjący w pełni. Bóg jest pełnią - doskonałą pełnią miłości, dobra, życia. Im więcej Boga w życiu, tym ono pełniejsze - mające sens, sycące serce i promieniujące na świat Bożą miłością. To diabeł sący w nas wizję Boga, który zabiera, ogranicza - tak jakby potrzebował czegoś od nas? To perfidne kłamstwo, bo jest na odwrót - Bóg zawsze daje, obdarza z niesamowitą hojnością udzielając nam ze swojej pełni. Jaki jest Twój obraz Boga, jakie odczucia/ odruchowe oczekiwania? Że coś Ci zabierze/ utrudni, czy obdarzy dobrem? Ewangelia św. Jana 10,10: *Złodziej przychodzi tylko po to, aby kraść, zabijać i niszczyć. Ja przyszedłem po to, aby [owce] miały życie i miały je w obfitości.* Komu wierzysz?*

Oratio (modlitwa) i contemplatio (trwanie w obecności Boga)

*Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przeproszenia, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. **Możesz modlić się tak:** Wybacz Panie moje niedowiarstwo. Chcę Cię przyjąć jeszcze bardziej, chcę żyć w Twojej obecności cały czas. Panie potrzebuję Twojej miłości, proszę daj mi doświadczyć spełnienia Twojej obietnicy: miłość Boża rozlana jest w sercach naszych przez Ducha Świętego, który został nam dany (Rz 5,5).*

Gdy zabraknie ci słów w modlitwie, to trwaj całym sobą przed Panem bez słów.

Actio (działanie)

Czy przez rozważany fragment Bóg skłania cię w sercu do podjęcia jakiegoś konkretnego działania, jeśli tak to jakiego? Pytaj siebie: Co mam zrobić? Jak to zrobić? Kiedy to zrobić?

12.02.2018, poniedziałek

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO WIERZYĆ W KAŻDEJ SYTUACJI

Wyciszenie – zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę

Lectio (czytanie) – przeczytaj:

List św. Jakuba 1,1-11

zatrzymaj się na wersecie, który Cię poruszył.

Meditatio (powtarzanie)

Przeczytaj 2-3 razy fragment, który Cię poruszył. Przeczytaj go powoli, delektując się każdym słowem. Pytaj siebie: „Co Bóg mówi do mnie?”.

Rozważanie – jeśli nie znajdujesz fragmentu, który Cię porusza, możesz skorzystać z pomocy poniższego rozważania:

- *Za pełną radość poczytujcie to sobie, bracia moi, ilekroć spadają na was różne doświadczenia. To jeden z wielu paradoksów chrześcijaństwa. Jak tu cieszyć się, gdy życie nie szczędzi ciosów? Gdy na każdym kroku napotykamy przeciwności?*
- *Jako chrześcijanin jestem „nie z tego świata”. Nasza bowiem ojczyzna jest w niebie. (Flp 3, 20). Mam świadomość, że Bóg, stwórca świata, Ten, który panuje nad wszystkim jest przy mnie, że On jest po mojej stronie. Ta świadomość dramatycznie zmienia punkt widzenia na wszystko co się w moim życiu dzieje. Głęboka ufność pokładana w Nim jest zawsze źródłem radości. Trudy i przeciwności nie znikają, nie przestają boleć. Ale nie są już najważniejsze, nie prowadzą do rozpacz, do zniechęcenia.*
- *Jezus mówił do uczniów: Także i wy teraz doznajecie smutku. Znowu jednak was zobaczę i rozraduje się serce wasze, a radości waszej nikt wam nie zdoła odebrać (J 16, 22). Spotkanie z Panem i trwanie w Nim prowadzi do radości. A problemy? Do tej pory o nic nie prosiliście w imię moje: Proście, a otrzymacie, aby radość wasza była pełna (J 16, 24).*
- *Na jednym z chrześcijańskich portali można odnaleźć hasło: „Nie mów Bogu, że masz wielki problem. Powiedz swojemu problemowi, że masz wielkiego Boga.” To właśnie jest sednem postawy chrześcijańskiej: całkowita, dziecięca wręcz ufność w moc wielkiego Boga, który jest naszym Tatusiem. I przekonanie, że nie musimy nawet go bardzo prosić i błagać. Albowiem wie Ojciec wasz, czego wam potrzeba, wpierv zanim Go poprosicie (Mt 6, 8).*

Oratio (modlitwa) i contemplatio (trwanie w obecności Boga)

*Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przeproszenia, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. **Możesz modlić się tak:** Panie, dziękuję Ci za twoją obecność przy mnie. Za twoją życzliwość i opiekę. Za to, że zawsze mogę na Ciebie liczyć. Dziękuję za Twoją moc, którą okazujesz w moim życiu. Ufam Tobie!*

Gdy zabraknie ci słów w modlitwie, to trwaj całym sobą przed Panem bez słów.

Actio (działanie)

Czy przez rozważany fragment Bóg skłania cię w sercu do podjęcia jakiegoś konkretnego działania, jeśli tak to jakiego? Pytaj siebie: Co mam zrobić? Jak to zrobić? Kiedy to zrobić?

13.02.2018, wtorek

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO ZNACZY ODRZUCAĆ KAŻDY DROBNY „ZAKWAS ZŁA”, BY NIE ODSUNĄŁ MNIE OD BOGA

Wyciszenie – zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę

Lectio (czytanie) – przeczytaj:

Ewangelia według św. Marka 8, 14-21

zatrzymaj się na wersecie, który Cię poruszył.

Meditatio (powtarzanie)

Przeczytaj 2-3 razy fragment, który Cię poruszył. Przeczytaj go powoli, delektując się każdym słowem. Pytaj siebie: „Co Bóg mówi do mnie?”.

Rozważanie – jeśli nie znajdujesz fragmentu, który Cię porusza, możesz skorzystać z pomocy poniższego rozważania:

- „... strzeżcie się kwasu faryzeuszów i kwasu Heroda!”
- Czym jest „kwas faryzeuszy”? Moim zdaniem jest to postawa, gdy wiarę, religię i Boga wykorzystuje się do osiągnięcia własnych celów. Gdy zamiast Boga, w centrum postawię swoje "JA", to bardzo łatwo zepsuć to, co jest dobre wokół mnie, łatwo zakwasić całą mąkę. Czy jest w moim życiu ten „kwas faryzeuszy”? Oczywiście! Znajduję go tam, gdzie mówię innym o Bogu, a sam nie wsłuchuję się w Jego Słowo, bo nie mam czasu na czytanie Pisma Św. Znajduję go tam, gdzie szemram, obmawiam, krytykuję lub oceniam innych, ich czyny czy relację z Bogiem. Jest na pewno tam, gdy moje dobre uczynki wykonuję po to, bym poczuł się lepiej lub kimś lepszym, bym został zauważony czy pochwalony. Gdy poświęcam czas na najlepsze nawet dzieła kosztem spotkania z JEZUSEM na adoracji lub w czasie Mszy Św.
- „Kwas Heroda” to władza, bogactwo, kariera i przyjemność, jeżeli stają się celem i wartością życia. To moment, w którym decydujesz się pracować nadgodziny kosztem czasu dla rodziny. To moment, w którym dwuznacznie żartujesz lub przedmiotowo wyrażasz się o kobiecie. To moment, w którym martwisz się o przyszłość, zapominając o Bogu czyniącym cuda w myśl swojej hojnej i nieprzewidywalnej matematyki obdarowywania (np. $5/5000=12$ i $7/4000=7$).
- Poszukaj w swoim życiu tych małych „porcji kwasu” gdzie ktoś lub coś było ważniejsze od Boga. Ja znalazłem „małą porcję”, którą jest brak regularnego spotkania ze Słowem Bożym (10-15 min dziennie). Niewiele? Nie, bo kwas działa i wyjaławia się moje życie duchowe. Coraz trudniej mi wsłuchiwać się w Jego Słowo.

Oratio (modlitwa) i contemplatio (trwanie w obecności Boga)

Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przeproszenia, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. Możesz modlić się tak: Dziękuję Ci Jezusie za to słowo i proszę o Ducha Św. bym odnajdował kolejne miejsce, którego jeszcze nie oddałem Tobie. Naucz mnie Panie zaufania w Twoje miłosierdzie oraz „Bożej matematyki obdarowywania”.

Gdy zabraknie ci słów w modlitwie, to trwaj całym sobą przed Panem bez słów.

Actio (działanie)

Czy przez rozważany fragment Bóg skłania cię w sercu do podjęcia jakiegoś konkretnego działania, jeśli tak to jakiego? Pytaj siebie: Co mam zrobić? Jak to zrobić? Kiedy to zrobić?

14.02.2018, środa , Środa Popielcowa. Początek okresu Wielkiego Postu.

NAWRACAĆ SIĘ, TO MODLIĆ SIĘ, POŚCIĆ I DAWAĆ JAŁMUŻNĘ W UKRYCIU

Wyciszenie – *zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę*

Lectio (czytanie) – *przeczytaj:*

Ewangelia według św. Mateusza 6, 1-6. 16-18

zatrzymaj się na wersecie, który Cię poruszył.

Meditatio (powtarzanie)

Przeczytaj 2-3 razy fragment, który Cię poruszył. Przeczytaj go powoli, delektując się każdym słowem. Pytaj siebie: „Co Bóg mówi do mnie?”.

Rozważanie – *jeśli nie znajdujesz fragmentu, który Cię porusza, możesz skorzystać z pomocy poniższego rozważania:*

- „*Jałmużna*” - to nie tylko pieniądz, ale wszelkie dobro podarowane drugiej osobie, np. czas. Można ją dawać w sposób, który podkreśli własną szczodrość i dobroć, niejednokrotnie kosztem godności obdarowanego.
- „*Modlitwa*” - można modlić się tak, że od spotkania z Bogiem ważniejsza będzie opinia innych na mój temat (jaki to jestem pobożny, do ilu grup parafialnych nie należę, jak często uczestniczę w modlitwach wspólnotowych). Nieważne, że zaniedbuje współmałżonka, dzieci, dom, przecież trzeba pokazać innym, że się modłę.
- „*Post*” – można zrezygnować, ograniczyć wiele rzeczy (jedzenie, czas przed komputerem czy telewizorem, ...), czy też podjąć dodatkowy trud (np. regularna pomoc chorej sąsiadce, wolontariat, regularna modlitwa za kogoś, ...). Jeśli jednak zamiast przemiany duszy zmieniam tylko nawyki żywieniowe, uczę się lepszej organizacji czasu, itp., to może nie warto się trudzić. Czy i jak modłę się, poszczę, daję jałmużnę? Czy mam pragnienie stałej pracy nad sobą w tym zakresie?
- „*pełna zapłata*” (*grec. apecho*); nasze trudy i wyrzeczenia mają pewną wartość. Za podejmowane wysiłki otrzymamy kiedyś zapłatę. Jednak rodzaj zapłaty nie zależy od rodzaju podejmowanego wysiłku, ale od motywacji jaką się kierujemy. Najszlachetniejszy czyn miłosierdzia pełniony na pokaz, ma wartość jedynie w oczach ludzi. Bóg bowiem patrzy na serce i mierzy miarą miłości. Jeśli czyn wypływa z miłości, choćby nie był zauważony przez ludzi, będzie wielki w oczach Boga. On, „który widzi w ukryciu”, nagrodzi za to z całą swoją szczodrością i hojnością. Jeśli jednak motywacją jest oczekiwanie ziemskiego wynagrodzenia, ludzkiego podziwu, nie mamy co liczyć na nagrodę Boga. Co ostatnio zrobiłem dobrego? Czym się kierowałem, jakie były intencje? Co mogę w tym zakresie poprawić?

Oratio (modlitwa) i contemplatio (trwanie w obecności Boga)

*Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przeproszenia, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. **Możesz modlić się tak:** Panie, spójrz na moje serce, intencje, pragnienia i oczyść z tego, co nieszczerze i obłudne.*

Gdy zabraknie ci słów w modlitwie, to trwaj całym sobą przed Panem bez słów.

Actio (działanie)

Czy przez rozważany fragment Bóg skłania cię w sercu do podjęcia jakiegoś konkretnego działania, jeśli tak to jakiego? Pytaj siebie: Co mam zrobić? Jak to zrobić? Kiedy to zrobić?

15.02.2018, czwartek

NAWRACAĆ SIĘ, TO ŚWIADOMIE PODEJMOWAĆ DECYZJE WYBORU BOGA

Wyciszenie – zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę

Lectio (czytanie) – przeczytaj:

Księga Powtórzonego Prawa 30, 15-20

zatrzymaj się na wersecie, który Cię poruszył.

Meditatio (powtarzanie)

Przeczytaj 2-3 razy fragment, który Cię poruszył. Przeczytaj go powoli, delektując się każdym słowem. Pytaj siebie: „Co Bóg mówi do mnie?”

Rozważanie – jeśli nie znajdujesz fragmentu, który Cię porusza, możesz skorzystać z pomocy poniższego rozważania:

- W rozpoczynający się Wielki Post Kościół uświadamia nam i zaprasza do podjęcia decyzji czy chcemy iść za Bogiem żywym czy też za światem. Dlaczego potrzebna jest decyzja? Decyzja i wprowadzenie jej w życie sprawia, że nasze życie ma możliwość zmiany. Często chcielibyśmy coś zmienić w życiu, ale nie wiemy jak. Oczywiście ważne jest, czy ta decyzja jest właściwa, bo od niej zależą zmiany. Niepodejmowanie decyzji też jest decyzją związaną z opowiedzeniem się za tym, co znane i chwilowo bezpieczne. Nasze życie bowiem jest takie jakie są nasze decyzje. Opowiedzenie się za Bogiem jest zawsze dobrą decyzją, bo Bóg to źródło życia i szczęścia. Jakie są twoje decyzje związane z początkiem Wielkiego Postu? Czy chcesz wzrastać w wierze? Czy chcesz żyć wiarą biblijną - opartą o słowo Boże?
- Dzisiejsze Słowo precyzuje, co to znaczy wybrać Boga żywego w swoim życiu. *Ja dziś nakazuję ci miłować Pana, Boga twego i chodzić Jego drogami, zachowywać Jego polecenia, prawa i nakazy, abyś żył i mnożył się, a Pan, Bóg twój, będzie ci błogosławił w kraju, który idziesz posiłkować.* Co można zrobić, gdy się nie kocha Boga (gdy jestem nie usatysfakcjonowany z tej miłości), gdy się nie potrafi wybierać Jego poleceń i przykazań, a chciałoby się to robić? Bóg zaprasza nas do wołania o Jego interwencję. Bóg ceni sobie naszą szczerość. Powiedzenie Bogu o tym, że nie potrafię Go kochać i realizować Jego poleceń, objawia naszą samoświadomość, nie upiększanie siebie i dodawanie tego, czego zwyczajnie nie ma. To On ma moc zmienić nasze życie. Jaka jest twoja świadomość kochania Boga? Ile czasu poświęcam na przebywanie z Nim?
- Słyszymy dziś także o tym, co oznacza odrzucenie Boga żywego. *Ale jeśli swe serce odwrócisz, nie usłuchasz, zbłądzisz i będziesz oddawał pokłon cudzym bogom, służąc im – oświadczam wam dzisiaj, że na pewno zginiecie, niedługo zabawicie na ziemi, którą idziecie posiłkować.* Dzisiejszym bogiem niszczącym człowieka bywa często praca, która zabiera wszelki czas na budowanie relacji z Bogiem, ale i z drugim człowiekiem, ze współmałżonkiem, dziećmi, dalszą rodziną, sąsiadami, ludźmi ze wspólnoty. Innymi bogami bywają - dobrobyt, konsumpcjonizm, często dzieci, które nie nauczone są szacunku do drugiego człowieka, jego pracy i trudu. Innymi „bogami” niszczącymi człowieka i jego rodzinę są wszelkie uzależnienia. Co jest twoim bogiem, czy masz takich, których boisz się odrzucić lub nie potrafisz odrzucić?

Oratio (modlitwa) i contemplatio (trwanie w obecności Boga)

Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przepraszania, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. **Możesz modlić się tak:** Jezu, dziękuję Ci, że mogę wybierać. Dziękuję, że wyposażyłeś mnie w wolną wolę. Dziękuję, że mogę wybierać Ciebie.

Gdy zabraknie ci słów w modlitwie, to trwaj całym sobą przed Panem bez słów.

Actio (działanie)

Czy przez rozważany fragment Bóg skłania cię w sercu do podjęcia jakiegoś konkretnego działania, jeśli tak to jakiego? Pytaj siebie: Co mam zrobić? Jak to zrobić? Kiedy to zrobić?

16.02.2018, piątek

NAWRACAĆ SIĘ, TO PYTAĆ PANA O POST

Wyciszenie – zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę

Lectio (czytanie) – przeczytaj:

Ewangelia według św. Mateusza 9, 14-15

zatrzymaj się na wersecie, który Cię poruszył.

Meditatio (powtarzanie)

Przeczytaj 2-3 razy fragment, który Cię poruszył. Przeczytaj go powoli, delektując się każdym słowem. Pytaj siebie: „Co Bóg mówi do mnie?”.

Rozważanie – jeśli nie znajdujesz fragmentu, który Cię porusza, możesz skorzystać z pomocy poniższego rozważania:

- *Pytanie uczniów Jana skierowane do Jezusa: "Dlaczego my i faryzeusze dużo pościmy..." można odwrócić i zadać je już nie Jezusowi, lecz samemu sobie: Dlaczego ja nie postzczę? Uczniowie Jezusa nie pościli, gdyż pan młody był razem z nimi i cieszyli się Jego obecnością. A jakie ja mam na to usprawiedliwienie?*
- *Jezus nie potępił tego, że Jego najbliżsi teraz nie postczą. On zapowiedział, że "gdy zabiorą im pana młodego wówczas będą pościć". Można powiedzieć, że gdy nadejdzie właściwy moment, to będą pościć. Rodzi się we mnie pytanie, jaki będzie ten właściwy moment dla mnie i kiedy on nastąpi? Dla uczniów tym momentem była śmierć, zmartwychwstanie i wniebowstąpienie Jezusa. A czym on będzie dla mnie? Czy muszę czekać, aż coś spektakularnego się wydarzy w moim życiu i wówczas będę pościł?*
- *Bóg nie chce twojego i mojego umartwiania na siłę. On inaczej widzi post. Pięknie to ujmuje dzisiejsze pierwsze czytanie: „Czyż nie jest raczej ten post, który wybieram: rozerwać kajdany zła, rozwiązać więzy niewoli, wypuścić na wolność uciśnionych i wszelkie jarzmo połamać; dzielić swój chleb z głodnym, do domu wprowadzić biednych tułaczy, nagiego, którego ujrzysz, przyodziać i nie odwrócić się od współziomków. Wtedy twoje światło wzejdzie jak zorza i szybko rozkwitnie twe zdrowie” (Iz 58, 6-7).*
- *Właściwy post przynosi dobre owoce, jak pisze Prorok: „Wtedy twoje światło wzejdzie jak zorza i szybko rozkwitnie twe zdrowie. Sprawiedliwość twoja poprzedzać cię będzie, chwała Pańska iść będzie za tobą. Wtedy zawołasz, a Pan odpowie, wezwiesz pomocy, a On rzeknie: „Oto jestem!” (Iz 8-9a).*
- *Porozmawiaj z Panem w ten pierwszy piątek Wielkiego Postu jak masz pościć? Może nie musisz sobie czegoś odmawiać, może Pan chce abyś zrobił coś dla drugiego człowieka, może z kimś porozmawiał, kogoś odwiedził? To proste. Pytaj!*

Oratio (modlitwa) i contemplatio (trwanie w obecności Boga)

*Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przeproszenia, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. **Możesz modlić się tak:** Panie Jezu jakiego postu ode mnie oczekujesz? Naucz mnie pościć.*

Gdy zabraknie ci słów w modlitwie, to trwaj całym sobą przed Panem bez słów.

Actio (działanie)

Czy przez rozważany fragment Bóg skłania cię w sercu do podjęcia jakiegoś konkretnego działania, jeśli tak to jakiego? Pytaj siebie: Co mam zrobić? Jak to zrobić? Kiedy to zrobić?

17.02.2018, sobota

NAWRACAĆ SIĘ KORZYSTAJĄC Z BOŻEJ RECEPTY NA ŻYCIE

Wyciszenie – zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę

Lectio (czytanie) – przeczytaj:

Księga Proroka Izajasza 58, 9b-14

zatrzymaj się na wersecie, który Cię poruszył.

Meditatio (powtarzanie)

Przeczytaj 2-3 razy fragment, który Cię poruszył. Przeczytaj go powoli, delektując się każdym słowem. Pytaj siebie: „Co Bóg mówi do mnie?”.

Rozważanie – jeśli nie znajdujesz fragmentu, który Cię porusza, możesz skorzystać z pomocy poniższego rozważania:

- Wielu ludzi szuka sensu i pokoju w życiu. Robimy to przez pracę, dzięki której zyskujemy pozycję i pieniądze, które dają nam poczucie bezpieczeństwa. Poświęcamy czas na sport, rozrywkę i kontakty towarzyskie, które pomagają nam się zrelaksować i odstresować. A Biblia naucza, że tym, co nasycza duszę i przywraca życie, jest służba drugiemu człowiekowi: nakarmienie głodnego, wysłuchanie i pocieszenie przygnębionego. Czy próbowałeś kiedyś zastosować tę biblijną receptę na życie? Czy potrafisz przedłożyć służbę na rzecz innych ponad własny interes i egoizm? Czy wierzysz Bogu, że to jest najlepsza droga?
- Dla nas, chrześcijan, tym wspomnianym w tekście szabatem jest niedziela - dzień Pański, dzień świętowania zmartwychwstania naszego Pana Jezusa Chrystusa. Katechizm Kościoła mówi, że "centrum tego dnia stanowi wieczerza Pańska" (nr 1166). Czy jakoś się do niej przygotowuję, np. przez każdorazowe wzbudzenie swojej intencji? Może przez uprzednie rozważenie przynajmniej jednego z czytań? Może nawet wspólnie z rodziną? Co mogę zrobić, aby Eucharystia nie była tylko jednym z wydarzeń niedzieli, ale naprawdę stała się jej centrum?
- Bóg obiecuje wielkie rzeczy tym, którzy przestrzegają szabatu: „powiedzie ich w triumfie”, „karmić będzie dziedzictwem Jakuba”. Święcenie dnia świętego to jednak nie tylko uczestnictwo we Mszy Świętej i powstrzymanie się od robienia zakupów. Jak mówi Biblia, święcenie niedzieli powinno zacząć się od radości z tego dnia: „nazwania jej rozkoszą” oraz „czcigodnym” i „świętym dniem Pana” oraz i niejako z tego powodu odłożenia swoich spraw na później. Czy traktujesz dzień święty w ten sposób? Jaka jest praktyka spędzania niedzieli przez ciebie i twoją rodzinę? Co możesz zrobić, żeby lepiej świętować ten szczególny dzień?

➤

Oratio (modlitwa) i contemplatio (trwanie w obecności Boga)

Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przeproszenia, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. Możesz modlić się tak: Panie, daj mi zrozumieć i naucz mnie, jak ma wyglądać świętowanie niedzieli w życiu moim i mojej rodziny.

Gdy zabraknie ci słów w modlitwie, to trwaj całym sobą przed Panem bez słów.

Actio (działanie)

Czy przez rozważany fragment Bóg skłania cię w sercu do podjęcia jakiegoś konkretnego działania, jeśli tak to jakiego? Pytaj siebie: Co mam zrobić? Jak to zrobić? Kiedy to zrobić?

Aneks:

CZYTANIA ROZWAŻANE W POSZCZEGÓLNYCH DNIACH TYGODNIA

11.02.2018, niedziela – 1 List św. Pawła do Koryntian 10, 31 – 11, 1

Bracia: Czy jecie, czy pijecie, czy cokolwiek innego czynicie, wszystko na chwałę Bożą czyńcie. Nie bądźcie zgorszeniem ani dla Żydów, ani dla Greków, ani dla Kościoła Bożego, podobnie jak ja, który się staram przypodobać wszystkim pod każdym względem, szukając nie własnej korzyści, lecz dobra wielu, aby byli zbawieni. Bądźcie naśladowcami moimi, tak jak ja jestem naśladowcą Chrystusa.

12.02.2018, poniedziałek – List św. Jakuba 1,1-11

Jakub, sługa Boga i Pana Jezusa Chrystusa, śle pozdrowienie dwunastu pokoleniom w rozproszeniu.

Za pełną radość poczytujcie to sobie, bracia moi, ilekroć spadają na was różne doświadczenia. Wiedźcie, że to, co wystawia waszą wiarę na próbę, rodzi wytrwałość. Wytrwałość zaś winna być dziełem doskonałym, abyście byli doskonali, nienaganni, w niczym nie wykazując braków.

Jeżeli zaś komuś z was brakuje mądrości, niech prosi o nią Boga, który daje wszystkim chętnie i nie wymawiając; a na pewno ją otrzyma. Niech zaś prosi z wiarą, a nie wątpi o niczym. Kto bowiem żywi wątpliwości, podobny jest fali morskiej wzbudzonej wiatrem i miotanej to tu, to tam. Człowiek ten niech nie myśli, że otrzyma cokolwiek od Pana, bo jest mężem chwiejnym, niestałym we wszystkich swych drogach.

Niech się zaś ubogi brat chlubi z wyniesienia swego, bogaty natomiast ze swego poniżenia, bo przeminie niby kwiat polny. Wzeszło bowiem palące słońce i wysuszyło łąkę, kwiat jej opadł, a piękny jej wygląd zginął. Tak też bogaty przeminie w swoich poczynaniach.

13.02.2018, wtorek – Ewangelia według św. Marka 8, 14-21

Uczniowie Jezusa zapomnieli zabrać chleby i tylko jeden chleb mieli z sobą w łodzi. Wtedy im przykazał: Uważajcie, strzeżcie się kwasu faryzeuszów i kwasu Heroda!»

A oni zaczęli rozprawiać między sobą o tym, że nie mają chlebów. Jezus zauważył to i rzekł do nich: «Czemu rozprawiacie o tym, że nie macie chlebów? Jeszcze nie pojmujecie i nie rozumiecie, tak otępiate są wasze umysły? Mając oczy, nie widzicie; mając uszy, nie słyszycie? Nie pamiętacie, ile zebraliście koszów pełnych ułomków, kiedy połamalem pięć chlebów dla pięciu tysięcy?»

Odpowiedzieli Mu: «Dwanaście».

«A kiedy połamalem siedem chlebów dla czterech tysięcy, ile zebraliście koszów pełnych ułomków?»

Odpowiedzieli: «Siedem».

I rzekł im: «Jeszcze nie rozumiecie?»

14.02.2018, środa – Ewangelia według św. Mateusza 6, 1-6. 16-18

Jezus powiedział do swoich uczniów:

«Strzeżcie się, żebyście uczynków pobożnych nie wykonywali przed ludźmi po to, aby was widzieli; inaczej bowiem nie będziecie mieli nagrody u Ojca waszego, który jest w niebie.

Kiedy więc dajesz jałmużnę, nie trąb przed sobą, jak obłudnicy czynią w synagogach i na ulicach, aby ich ludzie chwalili. Zaprawdę, powiadam wam: ci otrzymali już swoją nagrodę. Kiedy zaś ty dajesz jałmużnę, niech nie wie lewa twoja ręka, co czyni prawa, aby twoja jałmużna pozostała w ukryciu. A Ojciec twój, który widzi w ukryciu, odda tobie.

Gdy się modlicie, nie bądźcie jak obłudnicy. Oni to lubią w synagogach i na rogach ulic wystawać i modlić się, żeby się ludziom pokazać.

Zaprawdę, powiadam wam: otrzymali już swoją nagrodę. Ty zaś, gdy chcesz się modlić, wejdź do swej izdebki, zamknij drzwi i módl się do Ojca twego, który jest w ukryciu. A Ojciec twój, który widzi w ukryciu, odda tobie.

Kiedy pościcie, nie bądźcie posępni jak obłudnicy. Przybierają oni wygląd ponury, aby pokazać ludziom, że poszczą. Zaprawdę, powiadam wam, już odebrali swoją nagrodę. Ty zaś, gdy pościsz, namaść sobie głowę i obmyj twarz, aby nie ludziom pokazać, że pościsz, ale Ojcu twemu, który jest w ukryciu. A Ojciec twój, który widzi w ukryciu, odda tobie».

15.02.2018, czwartek – Księga Powtórzonego Prawa 30, 15-20

«Patrz! Kładę dziś przed tobą życie i szczęście, śmierć i nieszczęście. Ja dziś nakazuję ci miłować Pana, Boga twego, i chodzić Jego drogami, zachowywać Jego polecenia, prawa i nakazy, abyś żył i mnożył się, a Pan, Bóg twój, będzie ci błogosławił w kraju, który idziesz posiąść. Ale jeśli swe serce odwrócisz, nie usłuchasz, zbłądzisz i będziesz oddawał pokłon cudzym bogom, służąc im – oświadczam wam dzisiaj, że na pewno zginiecie, niedługo zabawicie na ziemi, którą idziecie posiąść, po przejściu Jordanu. Biorę dziś przeciwko wam na świadków niebo i ziemię, kładę przed wami życie i śmierć, błogosławieństwo i przekleństwo. Wybierajcie więc życie, abyście żyli wy i wasze potomstwo, miłując Pana, Boga swego, słuchając Jego głosu, Ignąc do Niego; bo tu jest twoje życie i długie trwanie twego pobytu na ziemi, którą Pan poprzysiągł dać przodkom twoim: Abrahamowi, Izaakowi i Jakubowi».

16.02.2018, piątek – Ewangelia według św. Mateusza 9, 14-15

Po powrocie Jezusa z krainy Gadareńczyków podeszli do Niego uczniowie Jana i zapytali: "Dlaczego my i faryzeusze dużo pościmy, Twój zaś uczniowie nie postują?" Jezus im rzekł: "Czy goście weselni mogą się smucić, dopóki pan młody jest z nimi? Lecz przyjdzie czas, kiedy zabiorą im pana młodego, a wtedy będą pościć".

17.02.2018, sobota – Księga Proroka Izajasza 58, 9b-14

Tak mówi Pan Bóg:

„Jeśli u siebie usuniesz jarzmo, przestaniesz grozić palcem i mówić przewrotnie, jeśli podasz twój chleb zgłodniałemu i nakarmisz duszę przygnębiającą, wówczas twe światło zabłyśnie w ciemnościach, a twoja ciemność stanie się południem. Pan cię zawsze prowadzić będzie, nasyci duszę twoją na pustkowiach. Odmłodzi twoje kości, tak że będziesz jak zroszony ogród i jak źródło wody, co się nie wyczerpie.

Twoi ludzie odbudują prastare zwaliska, wzniesiesz fundamenty pokoleń. I będą cię nazywać naprawiaczem wyłomów, odnowicielem uliczek – na zamieszkanie.

Jeśli powściągniesz nogi od przekraczania szabatu, żeby w dzień mój święty spraw swych nie załatwiać, jeśli nazwiesz szabat rozkoszą, a święty dzień Pana – czcigodnym, jeśli go uszanujesz przez unikanie podróży, tak by nie przeprowadzać swej woli ani nie omawiać spraw swoich, wtedy znajdziesz rozkosz w Panu. Ja cię powiodę w triumfie przez wyżyny kraju, karmić cię będę dziedzictwem Jakuba, twojego ojca.

Albowiem usta Pańskie to wyrzekły.”

Możesz korzystać z rozważań Lectio Divina używając swojego smartfona lub innego urządzenia mobilnego. Aplikację możesz pobrać gratis podając w wyszukiwarce „Lectio Divina – On Jest”:



- dla urządzeń z systemem Android w sklepie GooglePlay



- dla urządzeń Apple z systemem iOS w appstore



- dla Kindle i czytników e-book, w formacie mobi można pobrać ze strony: www.onjest.pl/slowo

Możesz korzystać z rozważań Lectio Divina także na Facebook:

