

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

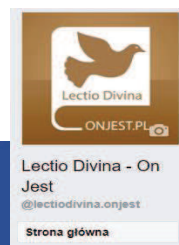


- dla urządzeń Apple z systemem iOS w appstore



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

Możesz korzystać z rozważań Lectio Divina także na Facebook:



Lectio Divina - On Jest  
@lectiodivina.onjest  
Strona główna

# Spotkać Zmartwychwstałego

3 tydzień Wielkanocny

Czytanie i rozważanie Słowa Bożego



„(...)Jezus , stanął pośrodku i rzekł do nich : « Pokój wam !» (...) Uradowali się zatem uczniowie ujrzawszy Pana . A Jezus znowu rzekł do nich : « Pokój wam !”.

(Ewangelia św. Jana 20,19b – 21a)

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, Jerzy Prokopiuk  
Korekta: Marta Stańco  
Rysunek: ks. Wojciech Jaśkiewicz  
Asysta kościelna: Tomek Romanowski/ Tymoteusz Abramek/ Michał Bogdał  
Aplikacje mobilne:

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



uczeń, imieniem Ananiasz. «Ananiaszu!» – przemówił do niego Pan w widzeniu. A on odrzekł: «Jestem, Panie!» A Pan do niego: «Idź na ulicę Proszą i zapytaj w domu Judy o Szawła z Tarsu, bo właśnie się tam modli». (I ujrzał Szawła w widzeniu, jak człowiek imieniem Ananiasz wszedł i położył na niego ręce, aby przejrzeć). «Panie – odpowiedział Ananiasz – słyszałem z wielu stron, jak dużo złego wyrządził ten człowiek świętym Twoim w Jerozolimie. I ma on tutaj władzę od arcykapłanów, aby więzić wszystkich, którzy wzywają Twego imienia». «Idź – odpowiedział mu Pan – bo wybrałem sobie tego człowieka jako narzędzie. On zanieś imię moje do pogan i królów, i do synów Izraela. I ukazę mu, jak wiele będzie musiał wycierpieć dla mego imienia». Wtedy Ananiasz poszedł. Wszedł do domu, położył na niego ręce i powiedział: «Szawle, bracie, Pan Jezus, Ten, co ukazał ci się na drodze, którą szedłeś, przysłał mnie, abyś przejrzął i został napełniony Duchem Świętym». Natychmiast jakby łuski spadły z jego oczu i odzyskał wzrok, i został ochrzczony. A gdy spożył posiłek, wzmacnił się. Jakiś czas spędził z uczniami w Damaszku i zaraz zaczął głosić w synagogach, że Jezus jest Synem Bożym.

#### 21.04.2018, sobota – Dzieje Apostolskie 9, 31-42

Kościół cieszył się pokojem w całej Judei, Galilei i Samarii. Rozwijał się i żył bogobojnie, i napełniał się pociechą Ducha Świętego. Kiedy Piotr odwiedzał wszystkich, przyszedł też do świętych, którzy mieszkali w Liddzie. Znalazł tam pewnego człowieka imieniem Eneasz, który był sparaliżowany i od ośmiu lat leżał w łóżku. Piotr powiedział do niego: „Eneaszu, Jezus Chrystus cię uzdrawia, wstań i zaściel swoje łóżko!” I natychmiast wstał. Widzieli go wszyscy mieszkańcy Liddy i Saronu i nawrócili się do Pana. Mieszkała też w Jafie pewna uczennica imieniem Tabita, co znaczy Gazela. Czyniła ona dużo dobrego i dawała hojne jałmużny. Wtedy właśnie zachorowała i umarła. Obmyto ją i położono w izbie na piętrze. Lidda leżała blisko Jafy; gdy więc uczniowie dowiedzieli się, że jest tam Piotr, wysłali do niego dwóch posłańców z prośbą: „Przyjdź do nas bez zwłoki”. Piotr poszedł z nimi, a gdy przyszedł, zaprowadzili go do izby na górze. Otoczyły go wszystkie wdowy i pokazywały mu ze łzami w oczach chitony i okrycia, które zrobiła im Dorkas za swego życia. Po usunięciu wszystkich Piotr upadł na kolana i modlił się. Potem zwrócił się do ciała i rzekł: „Tabito, wstań!” A ona otworzyła oczy i zobaczywszy Piotra, usiadła. Piotr podał jej rękę i podniósł ją. Zawołał świętych i wdowy i ujrzeli ją żywą.

Wiść o tym rozeszła się po całej Jafie i wielu uwierzyło w Pana

*Anioł Pański powiedział do Filipa: «Wstań i pójdz około południa na drogę, która prowadzi z Jerozolimy do Gazy: jest ona pusta». A on poszedł. Właśnie wtedy przybył do Jerozolimy oddać pokłon Bogu Etiop, dworzanin królowej etiopskiej Kandaki, zarządzający całym jej skarbcem, i wracał, czytając w swoim wozie proroka Izajasza. «Podejdz i przyłącz się do tego wozu» – powiedział Duch do Filipa. Gdy Filip podbiegł, usłyszał, że tamten czyta proroka Izajasza: «Czy rozumiesz, co czytasz?» – zapytał. A tamten odpowiedział: «Jakżeż mogę rozumieć, jeśli mi nikt nie wyjaśni?» I zaprosił Filipa, aby wsiadł i spoczął przy nim. A czytał ten urywek Pisma: «Prowadzą Go jak owcę na rzeź, i jak baranek, który milczy, gdy go strzygą, tak On nie otwiera ust swoich. W Jego uniżeniu odmówiono Mu słuszności. Któż zdoła opisać ród Jego? Bo Jego życie zabiorą z ziemi». «Proszę cię, o kim to Prorok mówi, o sobie czy o kimś innym?» – zapytał Filipa dworzanin. A Filip otworzył usta i wyszedłszy od tego tekstu Pisma, opowiedział mu Dobrą Nowinę o Jezusie. W czasie podróży przybyli nad jakąś wodę: «Oto woda – powiedział dworzanin – cóż stoi na przeszkodzie, abym został ochrzczony?» I kazał zatrzymać wóz, i obaj, Filip i dworzanin, weszli do wody. I ochrzcił go. A kiedy wyszli z wody, Duch Pański porwał Filipa i dworzanin już więcej go nie widział. Jechał zaś z radością swoją drogą. A Filip znalazł się w Azocie i głosił Ewangelię, przechodząc przez wszystkie miasta, aż dotarł do Cezarei.*

*Szawel ciągle jeszcze siał grozę i dyszał żądzą zabijania uczniów Pańskich. Udał się do arcykapłana i poprosił go o listy do synagog w Damaszku, aby mógł uwięzić i przyprowadzić do Jeruzalem mężczyzn i kobiety, zwolenników tej drogi, jeśliby jakichś znalazł. Gdy zbliżał się już w swojej podróży do Damaszku, olśniła go nagle światłość z nieba. A gdy upadł na ziemię, usłyszał głos, który mówił: «Szawle, Szawle, dlaczego Mnie prześladujesz?» «Kto jesteś, Panie?» – powiedział. A On: «Ja jestem Jezus, którego ty prześladujesz. Wstań i wejdz do miasta, tam ci powiedzą, co masz czynić». Ludzie, którzy mu towarzyszyli w drodze, oniemieli ze zdumienia, słyszeli bowiem głos, lecz nie widzieli nikogo. Szawel podniósł się z ziemi, a kiedy otworzył oczy, nic nie widział. Zaprowadzili go więc do Damaszku, trzymając za ręce. Przez trzy dni nic nie widział i ani nie jadł, ani nie pił. W Damaszku znajdował się pewien*

Mnisi znali dwa sposoby medytacji Słowa Bożego: **ruminatio** – przetrawianie Słowa Bożego poprzez jego ciągłe 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, pociecha, 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. Angażujemy 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.

*Oni zaś rzekli do Niego: «Cóż mamy czynić, abyśmy wykonywali dzieła Boga?»*

*Jeżus, odpowiadając, rzekł do nich: «Na tym polega dzieło Boga, abyście uwierzyli w Tego, którego On posłał».*

**17.04.2018, wtorek – Ewangelia według św. Jana 6, 30-35**

*W Kafarnaum lud powiedział do Jezusa:*

*«Jaki więc Ty uczynisz znak, abyśmy go zobaczyli i Tobie uwierzyli? Cóż zdasz? Ojcowie nasi jedli mannę na pustyni, jak napisano: „Dał im do jedzenia chleb z nieba”».*

*Rzekł do nich Jezus: «Zaprawdę, zaprawdę, powiadam wam: Nie Mojżesz dał wam chleb z nieba, ale dopiero Ojciec mój daje wam prawdziwy chleb z nieba. Albowiem chlebem Bożym jest Ten, który z nieba zstępuje i życie daje światu».*

*Rzekli więc do Niego: «Panie, dawaj nam zawsze ten chleb!»*

*Odpowiedział im Jezus: «Ja jestem chlebem życia. Kto do Mnie przychodzi, nie będzie łaknął; a kto we Mnie wierzy, nigdy pragnąć nie będzie».*

**18.04.2018, środa – Ewangelia według św. Jana 6, 35-40**

*Jezus powiedział do ludu:*

*«Ja jestem chlebem życia. Kto do Mnie przychodzi, nie będzie łaknął; a kto we Mnie wierzy, nigdy pragnąć nie będzie. Powiedziałem wam jednak: Widzieliście Mnie, a przecież nie wierzycie. Wszystko, co Mi daje Ojciec, do Mnie przyjdzie, a tego, który do Mnie przychodzi, precz nie odrzucę, ponieważ z nieba zstąpiłem nie po to, aby pełnić swoją wolę, ale wolę Tego, który Mnie posłał.*

*Jest wolą Tego, który Mnie posłał, abym nic nie stracił z tego wszystkiego, co Mi dał, ale żebym to wskrzesił w dniu ostatecznym. To bowiem jest wolą Ojca mego, aby każdy, kto widzi Syna i wierzy w Niego, miał życie wieczne. A Ja go wskrzeszę w dniu ostatecznym».*

Aneks:

## CZYTANIA ROZWAŻANE W POSZCZEGÓLNYCH DNIACH TYGODNIA

### 15.04.2018, niedziela – Ewangelia według św. Łukasza 24, 35-48

*Uczniowie opowiadali, co ich spotkało w drodze i jak poznali Jezusa przy łamaniu chleba. A gdy rozmawiali o tym, On sam stanął pośród nich i rzekł do nich: «Pokój wam!» Zatrwożonym i wylękłym zdawało się, że widzą ducha. Lecz On rzekł do nich: «Czemu jesteście zmieszani i dlaczego wątpliwości budzą się w waszych sercach? Popatrzcie na moje ręce i nogi: to Ja jestem. Dotknijcie Mnie i przekonajcie się: duch nie ma ciała ani kości, jak widzicie, że Ja mam». Przy tych słowach pokazał im swoje ręce i nogi. Lecz gdy oni z radości jeszcze nie wierzyli i pełni byli zdumienia, rzekł do nich: «Macie tu coś do jedzenia?» Oni podali Mu kawałek pieczonej ryby. Wziął i spożył przy nich. Potem rzekł do nich: «To właśnie znaczyły słowa, które mówiłem do was, gdy byłem jeszcze z wami: Musi się wypełnić wszystko, co napisane jest o Mnie w Prawie Mojżesza, u Proroków i w Psalmach». Wtedy oświecił ich umysły, aby rozumieli Pisma.*

### 16.04.2018, poniedziałek – Ewangelia według św. Jana 6, 22-29

*Nazajutrz, po rozmnożeniu chlebów, tłum stojący po drugiej stronie jeziora spostrzegł, że poza jedną łodzią nie było tam żadnej innej oraz że Jezus nie wszedł do łodzi razem ze swymi uczniami, lecz że Jego uczniowie odpłynęli sami. Tymczasem w pobliżu tego miejsca, gdzie spożyto chleb po modlitwie dziękczynnej Pana, przy płynęły od Tyberiady inne łodzie.*

*A kiedy ludzie z tłumy zauważyli, że nie ma tam Jezusa ani Jego uczniów, wsiedli do łodzi, dotarli do Kafarnaum i tam szukali Jezusa. Gdy zaś odnaleźli Go na przeciwległym brzegu, rzekli do Niego: «Rabbi, kiedy tu przybyłeś?» W odpowiedzi rzekł im Jezus: «Zaprawdę, zaprawdę, powiadam wam: Szukacie Mnie nie dlatego, że widzieliście znaki, ale dlatego, że jedliście chleb do syta. Zabiegajcie nie o ten pokarm, który niszczy, ale o ten, który trwa na życie wieczne, a który da wam Syn Człowieczy; Jego to bowiem pieczęcią swą naznaczył Bóg Ojciec».*

15.04.2018, niedziela

### SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO I GŁOSIĆ ŻE ON ŻYJE

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

*Lectio (czytanie) – przeczytaj:*

**Ewangelia według św. Łukasza 24, 35-48**

*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:

- *Uczniowie opowiadali, co ich spotkało w drodze i jak poznali Jezusa przy łamaniu chleba.* - oto najprostsza metoda ewangelizacji dostępna dla każdego. Opowiedzieć o swojej drodze życia, spotkaniu Jezusa, o tym jak go rozpoznałeś - że żyje, że jest przy Tobie, jak Go poznajesz przy łamaniu chleba. Co myślisz, co czujesz teraz, czytając to?
- *Kiedy uczniowie opowiadają o Jezusie, On sam zjawia się między nimi - i tak to się dzieje dzisiaj.* Kiedy mówisz komuś o żywym Jezusie - On staje przy Was, a Jego łaska może dotykać serc. *Gdzie dwóch albo trzech gromadzi się w Moje imię, tam jestem pośród nich* - może tej drugiej osoby to nie dotyczy, ale jeśli Ty w imię miłości do Jezusa zaczynasz głosić komuś ewangelię, to On sam staje przy Tobie - jak obiecał, a Duch Św. zaczyna działać, by przekonać serca o prawdzie (J 16,8) - jeśli są one choć uchylone dla Bożej miłości.
- *Lecz gdy oni z radości jeszcze nie wierzyli i pełni byli zdumienia* - spotkanie żywego Boga musi budzić zdziwienie, radość i zachwyt nad Jego dobrocią, miłosierdziem, łaskawością i potęgą. Czy doświadczasz takich spotkań - kiedy odkrywasz konkretne działanie Boga w sobie/ swoim życiu i budzi to Twoją głęboką radość i wdzięczność Bogu - że jest tak blisko, że jest tak dobry i hojny, że Cię tak kocha? Nasz Bóg taki właśnie jest - zachwycający w swojej miłości do każdego z nas, tylko my nie zawsze to zauważamy. Im bardziej to zauważamy, tym bardziej chcemy się tą dobrą nowiną o Bożej miłości dzielić. Czy na co dzień czujesz się obdarowany przez Boga? Czy masz doświadczenie Jego hojności i dobroci?
- Jezus się nie złości na niedowiarstwo uczniów, na ich zdumienie. Cierpliwie im udowadnia, że nie jest zjawą a następnie oświeca umysły, by pojęli pisma. Jeśli nie doświadczasz Bożego działania w swoim życiu, to proś o nie. Jeśli nie spotkałeś Zmartwychwstałego, to zaprosz Go - na pewno przyjdzie i nie będzie robił wyrzutów, ale tchnie łaską.

**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 zapraszam Cię, otwórz mi oczy na Twoje działanie, chcę się zachwycić Tobą!*

*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?*

16.04.2018, poniedziałek

## SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO, TO UWIERZYĆ W TEGO, KTÓRY ZOSTAŁ POŚLANY

Wyciszenie – zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę

Lectio (czytanie) – przeczytaj:

### Ewangelia według św. Jana 6, 22-29

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:

- Wielki cud dokonał się na oczach pięć-tysięcznego tłumu. Wystarczyło chleba dla wszystkich i dużo jeszcze zostało. Szybko zauważyli zniknięcie Nauczyciela, a On wyczuł ich zamiary obwołania Go królem. Nie takim władcą chce być dla nich Jezus. Wraca do Kafarnaum i tam ich konfrontuje z oczekiwaniami. Bóg na miarę naszych potrzeb i planów. Dajemy się ponieść przekonaniu, że wszystko wiemy najlepiej. Modlimy się, prosimy, a On nie spełnia naszych prośb. Frustracja wzrasta. Domagamy się kolejnego znaku.
- Nakarmiony tłum biegnie za Jezusem. Oni już mają plan co do Jego osoby. Pełny brzuch jest wyznacznikiem poszukiwań Mistrza. Chcą Go kontrolować, dlatego pytają, kiedy przybył. A Jezus jak zawsze cierpliwie tłumaczy, chcąc pytających wprowadzić na właściwy sposób myślenia. Poszukują Go dla pełnego brzucha, a nie zobaczyli w chlebie, który im ofiarował znaku Jego samego.
- Czym jest pokarm, który trwa na życie wieczne? W odróżnieniu od codziennego chleba, który karmi nasze ciało, jest trwały i złożony w nasze ręce jako dar. Jeżeli zatrzymujemy się na darze i nie widzimy Osoby, która stoi za nim, jesteśmy jak kury biegające za osobą rzucającą im ziarno. Nieistotne jest kto rzuca, ale co rzuca i jakiej ilości. Jezus chce ofiarować znacznie więcej. To nas odróżnia od zwierząt, że potrzebujemy do istnienia słowa, które nadaje naszej rzeczywistości sens. To ono stwarza relacje pomiędzy osobami. Spożywanie *Chleba z wysoka* to wymiana słów miłości z Ojcem i przyjęcie ofiary Syna. To trwanie w dialogu z Ojcem i Synem.

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:** Jezu, daj mi łaskę przyjęcia Ciebie w darze Eucharystii.

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?

21.04.2018, sobota

## SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO I OBDARZAĆ DOBREM INNYCH

Wyciszenie – zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę

Lectio (czytanie) – przeczytaj:

### Dzieje Apostolskie 9, 31-42

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:

- Często zapominamy, że Bóg potrzebuje naszych rąk, naszych serc, naszych nóg, aby Jego dobroć mogła wylewać się na innych. Bóg jest dobry i nie da się wyprzedzić w obdarzaniu dobrem przez innych.
- Piotr Apostoł przychodzi do Jaffy, aby odpowiedzieć na dobroć pewnej uczennicy imieniem Tabita, co znaczy Gazela. Łukasz apostoł nadmienia, że czyniła dużo dobrego i dawała hojnie jałmużny. Wtedy właśnie zachorowała i umarła.
- Gdy Piotr wszedł do domu zmarłej Tabity: Otoczyły go wszystkie wdowy i pokazywały mu ze łzami w oczach chitony i płaszcze, które zrobiła im Gazela za swego życia. Wydaje się, że Bóg nie chce im jeszcze zabrać dobra, którym była Gazela dla swojego środowiska. Owe kobiety przyjmowały dobroć zmarłej z ogromną wdzięcznością.
- Bóg często zabiera nam jakieś dobro, gdy nie jesteśmy wdzięczni za nie. Gdy wyrażamy Mu swoje niezadowolenie. Często także nie otrzymujemy wiele, ponieważ nie nauczyliśmy się być wdzięczni. Święty Paweł w Liście do Kolosan napomina chrześcijan: *I bądźcie wdzięczni!* (Kol 3,15)
- Tłumaczenie greckie tego tekstu brzmi: *I wdzięczni stawajcie się*. Oznacza ono nic innego jak pewien proces uczenia się wdzięczności. Aby stawać się wdzięcznym potrzebujemy zmiany w myśleniu i spoglądaniu na rzeczywistość, w której żyjemy, w której Bóg nas kształtował. Potrzebujemy wejść w proces nawracania się, który uczy wdzięczności.

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:** Jezu, proszę Cię o łaskę wdzięczności w swoim życiu. Zmień moje serce, moje spoglądanie na rzeczywistość, abym dostrzegał Twoją dobroć.

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?

20.04.2018, piątek

### SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO TO BYĆ POSŁUSZNYM JEGO PROWADZENIU

Wyciszenie – zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę

Lectio (czytanie) – przeczytaj:

#### Dzieje Apostolskie 9, 1-20

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:

- Dzisiejszy fragment jest opisem nawrócenia Św. Pawła, ale dla mnie prawdziwym bohaterem tego tekstu jest Ananiasz. Ten uczeń z Damaszku otrzymuje od Pana polecenie pozornie sprzeczne ze zdrowym rozsądkiem. Polecenie, które może doprowadzić go do uwięzienia a nawet śmierci. Ananiasz podejmuje próbę dyskusji z Bogiem, ale następnie posłusznie wypełnia zadanie. Dzięki temu Święty Paweł zostaje ochrzczony i napełniony Duchem Świętym i rozpoczyna swoją wielką misję apostolską.
- A o co ciebie dzisiaj prosi Pan? Może nie otrzymałeś żadnej wizji, jak Ananiasz, ale Bóg przemawia do każdego z nas w ciszy naszego serca. Czy stwarzasz sobie taki czas, w którym w modlitewnej ciszy możesz słuchać głosu Boga? On mówi szeptem - nie usłyszysz Go w pośpiechu i w zgiełku dnia.
- Bóg często prosi nas nie o rzeczy spektakularne, ale bardzo prozaiczne. Dobrze wiemy czego On oczekuje, ale tłumaczymy sobie, że to może nie od Niego, że może to głupie, że nie teraz, może jutro itd... Problemem jest, żeby po prostu wstać i to zrobić.
- Bóg nie zawsze daje nam zrozumieć całość swojego planu. W dzisiejszym fragmencie Pan wyjaśnił Ananiaszowi swój zamiar dotyczący Szawła, ale np. Filipowi (Dz 8, 26nn) powiedział tylko "Wstań i idź na drogę". Często Bóg prowadzi nas krok po kroku. Jeśli ufając Mu zrobię jeden krok, On oświetla mi dalszą drogę. Ale muszę zrobić ten pierwszy krok.
- Jakie Boże zadanie dla ciebie chcesz dzisiaj zrealizować?

#### 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:** Oto ja, poślij mnie! Pragnę Panie być Twoim posłańcem. Pomóż mi słyszeć Twój głos i posłusznie wypełniać Twoje polecenia.

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?

17.04.2018, wtorek

### SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO TO UWIERZYĆ, ŻE ON DAJE ŻYCIE WIECZNE

Wyciszenie – zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę

Lectio (czytanie) – przeczytaj:

#### Ewangelia według św. Jana 6, 30-35

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:

- Pan Jezus rozmnożył chleb i nakarmił tłum ludzi. Następnie przeszedł po jeziorze do Kafarnaum a tam ci sami ludzie, stają przed nim i żądają więcej chleba. Chcą wciąż dostawać żywość. Wspominają Mojżesza i Izrael wędrujący przez pustynię, jak otrzymywał mannę i mięso. Pan Jezus odpowiadając wskazuje, że to ON jest chlebem życia zesłanym przez Boga. Jest pokarmem, który nasyci pragnienie i głód, lecz nie ciała, ale duszy.
- Czytając ten fragment zastanawiałem się, o co ja proszę Pana Jezusa. Co jest dla mnie najważniejsze? Przecież gdy stoję przed Nim na modlitwie to proszę o to, co znajduje się tu, na ziemi. Wiem, że moje trudności, problemy, wątpliwość, powinienem powierzać Chrystusowi, ale dlaczego są one w moich modlitwach NAJWAŻNIEJSZE i JEDYNE. Czy wierzę w nieśmiertelną duszę? Czy wierzę w to, że całe moje życie tu i teraz to tylko krótki fragment przed czekającą mnie wiecznością? Przecież gdy przyjmuję Komunię Św. nie proszę, by Bóg nasycił moją duszę, by przygotował ją do wieczności. Gdy się modlę, to nie pytam czy mój rozwój duchowy, to jak postępuję na co dzień, to jak przeżywam sakramenty oraz jak wychowuję dzieci, czy to prowadzi mnie i moich bliskich do zbawienia. NIE! Ja troszczę się TYLKO o finanse, zdrowie, dobrą przyszłość dla mnie oraz moich bliskich. Wiem, że to jest ważne i stanowi część mojej wiary, ale pytam siebie samego, dlaczego **jest tylko to!** Czyżby BÓG był dla mnie tylko Kimś, kto ma mi zapewnić szczęście w życiu doczesnym? A co jeśli zachoruję? Co będzie, jeśli w moim życiu wydarzy się nieszczęście? Czy wtedy uznam, że Jezus nie spełnił mojej prośby, nie zadbał o mnie na ziemi, bo ... Czy będę wtedy w stanie zawołać „Panie cierpię, lecz proszę nasycić moją duszę!”? A może zwątpię i odejdę?

#### 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 naucz mnie jak karmić się „chlebem życia”, by Twoją obecność prowadziła mnie do zbawienia. Naucz mnie, jak z Twojej obecności czerpać siłę w zmaganiu się z codziennością.

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?

18.04.2018, środa

## SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO, TO NIEUSTANNIE PRAGNAĆ KARMIĆ SIĘ JEJEGO CIAŁEM

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

**Lectio (czytanie)** – przeczytaj:

### Ewangelia według św. Jana 6, 35-40

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:

- „Chleb” jest pokarmem powszednim, codziennym, koniecznym do życia. Jezus chce być dla nas chlebem, chce być naszą codziennością, byśmy Go potrzebowali i dzięki Niemu żyli. Byli Chrystusa głodni nie raz na jakiś czas, ale codziennie, zawsze w ten sposób zaspokajając swoje ludzkie pragnienia i przygotowując na życie wieczne. Dlatego zostawił siebie właśnie pod postacią chleba w Eucharystii. Od nas tylko zależy jak często nim się karmimy. Jak często uczestniczę we mszy św? Czy zawsze w sposób pełny (przystępuję do komunii św.)? Czy mogę coś zmienić w tym zakresie?
- „Kto do Mnie przychodzi, nie będzie łaknął”; Jezus jest spełnieniem wszystkich naszych pragnień. Poza Nim będziemy ciągle niezaspokojeni. Głód, wszelkie potrzeby, będą powracały. My możemy Jezusa - chleb życia - jeść i smakować naszymi zmysłami. Ale Jezusa nie da się „najeść na zapas” tak, żeby już nic więcej nie musieć robić. Karmienie się Jezusem Eucharystycznym, Jego słowem, nauką, ma nas pobudzać do nieustannego pragnienia zbliżania się jeszcze bardziej do Niego, coraz doskonalszego odpowiadania swoim życiem na Jego miłość.
- „wolą Tego”; wolą Ojca jest, aby Jezus dał życie wieczne wszystkim, których od Niego "otrzymał". Wolą Ojca względem nas jest to, abyśmy uwierzyli w Jezusa, jego odkupieńczą miłość. Aby każdy kto wierzy w Syna „nie zginął, ale miał życie wieczne” (J3,16). Czy wierzę? W co i Kogo?

**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, spraw, bym karmiąc się Twoim ciałem już tylko Ciebie pragnął, „albowiem w Tobie jest źródło życia” (Ps 36,10).

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?

19.04.2018, czwartek

## SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO, TO SZUKAĆ MIEJSCA SAMOTNOŚCI I CISZY

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

**Lectio (czytanie)** – przeczytaj:

### Dzieje Apostolskie 8, 26-40

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:

- **Anioł Pański powiedział do Filipa: «Wstań i pójdz około południa na drogę, która prowadzi z Jerozolimy do Gazy: jest ona pusta». A on poszedł.** Jaki sens miało polecenie anioła? Dzisiaj moglibyśmy powiedzieć: droga jak droga. Okazuje się jednak, że dawna Gaza była wówczas opuszczoną ruiną, w pobliżu zaś wzniesiono greckie miasta Aszkelon i Nową Gazę. Nie wiadomo, kogo Filip miałby nawracać na mało uczęszczanej drodze, wiodącej do opustoszałego miasta i po nawróceniu w Samarii polecenie to musiało mu się wydawać absurdalne. Jakie sytuacje lub wydarzenia wydawały ci się w twoim życiu absurdalne, a przyniosły dla ciebie ogromne owoce?
- Bóg żywy jest głęboko zainteresowany, aby człowiek spotkał się z Jezusem i przyjął Go jako swojego Pana. Mało tego, szczególną czy uprzywilejowaną sytuacją jest cisza i samotność. Łukasz autor Dziejów Apostolskich pisze bowiem: «Podejdz i przyłącz się do tego wozu» – powiedział Duch do Filipa. Gdy Filip podbiegł, usłyszał, że tamten czyta proroka Izajasza: «Czy rozumiesz, co czytasz?» – zapytał. A tamten odpowiedział: «Jakżeż mogę rozumieć, jeśli mi nikt nie wyjaśni?» I zaprosił Filipa, aby wsiadł i spoczął przy nim. Czy masz swoje miejsce ciszy i samotności, aby czytać słowo Boże? Ile czasu rezerwujesz w swoim dniu na ciszę i samotność, aby spotkać się z Bogiem żywym? Jakie owoce rodzi czytanie słowa Bożego?
- Diakon Filip był głęboko zainteresowany głoszeniem Jezusa, ale także był wyćwiczony w posłuszeństwie Bożym wezwaniom. Efekt był niesamowity. «Proszę cię, o kim to Prorok mówi, o sobie czy o kimś innym?» – zapytał Filipa dworzanin. A Filip otworzył usta i wyszedłszy od tego tekstu Pisma, opowiedział mu Dobrą Nowinę o Jezusie. W czasie podróży przybyli nad jakąś wodę: «Oto woda – powiedział dworzanin – cóż stoi na przeszkodzie, abym został ochrzczony?» I kazał zatrzymać wóz, i obaj, Filip i dworzanin, weszli do wody. I ochrzcił go. Komu ostatnio opowiedziałeś o Jezusie w swoim życiu? Czy masz w swojej postawie potrzebę dzielenia się Jezusem?

**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:** Jezus, dziękuję Ci za Twoje posłuszeństwo. Dziękuję, że mogę się dzielić z innymi Twoim działaniem w moim życiu.

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?