Możesz korzystać z rozważań **LectioDivina** używając swojego smartfona lub innego urządzenia mobilnego. Aplikację możesz pobrać gratis, podając w wyszukiwarce:
“LectioDivina – On Jest”

Pobierz na: Google Play

Pobierz na: App Store

kindle

MOBI

Kindle oraz inne czytniki obsługujące format .mobi na stronie: www.onjest.pl/slowo

Lectio Divina ONJEST.PL

Facebook: @lectiodivina.onjest

Oczekiwać Pana

3 Tydzień Adwentu

Czytanie i rozważanie Słowa Bożego

Lectio Meditatio Oratio Contemplatio

Lectio Divina

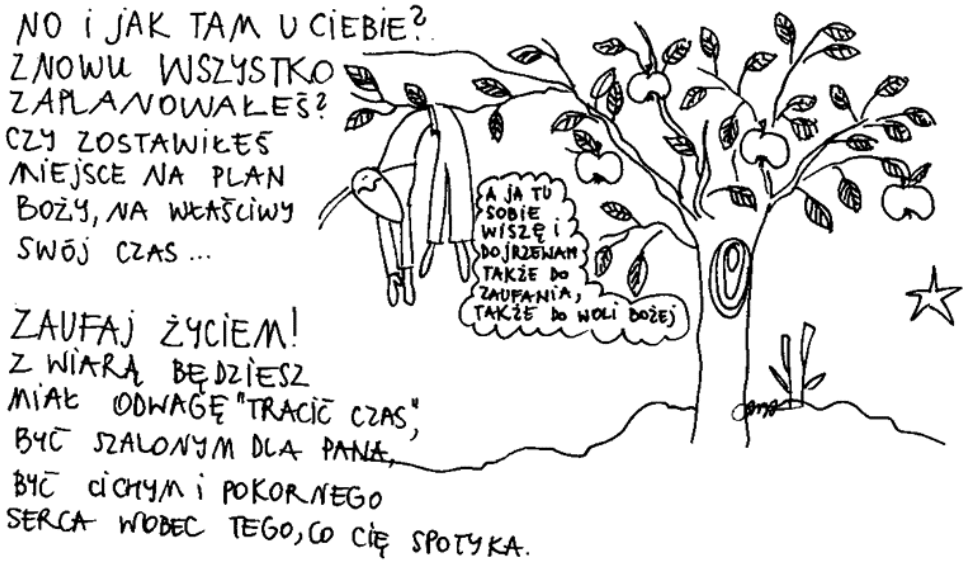
Lectio Divina

Bez wiary zaś nie można podobać się Bogu (Hbr 11,6)

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

16.12.2018
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, Maciek Zimecki, Dariusz Trocha, Marta Szymczakowska, Ewa i Wojciech Palczyńscy, 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
Źródło czytań zamieszczonych w aneksie: www.liturgia.wiara.pl

21.12.2018, piątek – Ewangelia według św. Łukasza 1, 39-45

W tym czasie Maryja wybrała się i poszła z pośpiechem w góry do pewnego miasta w ziemi Judy. Weszła do domu Zachariasza i pozdrowiła Elżbietę.
Gdy Elżbieta usłyszała pozdrowienie Maryi, poruszyło się dzieciątko w jej łonie, a duch Święty napełnił Elżbietę. Wydała ona głośny okrzyk i powiedziała: «Błogosławiona jesteś między niewiastami i błogosławiony jest owoc Twojego łona. a skądże mi to, że Matka mojego Pana przychodzi do mnie? Oto bowiem, skoro głos Twego pozdrowienia zabrzmiał w moich uszach, poruszyło się z radości dzieciątko w moim łonie. Błogosławiona jest, która uwierzyła, że spełnią się słowa powiedziane Jej od Pana».

22.12.2018, sobota – Ewangelia według św. Łukasza 1, 46-56

W owym czasie Maryja rzekła:
«Wielbi dusza moja Pana i raduje się duch mój w Bogu, zbawicielu moim. Bo wejrzał na uniżenie swojej Służebnicy. oto bowiem odtąd błogosławić mnie będą wszystkie pokolenia, gdyż wielkie rzeczy uczynił mi Wszechmocny, a Jego imię jest święte. Jego miłosierdzie z pokolenia na pokolenie nad tymi, którzy się Go boją. Okazał moc swego ramienia, rozproszył pyszniących się zamysłami serc swoich. Strącił władców z tronu, a wywyższył pokornych. Głodnych nasycił dobrami, a bogatych z niczym odprawił. Ujął się za swoim sługą, Izraelem, pomny na swe miłosierdzie. Jak obiecał naszym ojcom, Abrahamowi i jego potomstwu na wieki».
Maryja pozostała u Elżbiety około trzech miesięcy; potem wróciła do domu.

doskonały». Na to rzekł Zachariasz do Anioła: «Po czym to poznam? Bo sam jestem już stary i moja żona jest w podeszłym wieku». Odpowiedział mu Anioł: «Ja jestem Gabriel, stojący przed Bogiem. I zostałem posłany, aby mówić z tobą i oznajmić ci tę radosną nowinę. A oto będziesz niemy i nie będziesz mógł mówić aż do dnia, w którym się to stanie, bo nie uwierzyłeś moim słowom, które się spełnią w swoim czasie». Lud tymczasem czekał na Zachariasza i dziwił się, że tak długo zatrzymuje się w przybytku. Kiedy wyszedł, nie mógł do nich mówić, zrozumieli więc, że miał widzenie w przybytku. On zaś dawał im znaki i pozostał niemy. A gdy upłynęły dni jego posługi kapłańskiej, powrócił do swego domu. Potem żona jego, Elżbieta, poczęła i kryła się z tym przez pięć miesięcy, mówiąc: «Tak uczynił mi Pan wówczas, kiedy wejrzał łaskawie, by zdjąć ze mnie hańbę wśród ludzi».

20.12.2018, czwartek – Ewangelia według św. Łukasza 1, 26-38

Bóg posłał anioła Gabriela do miasta w Galilei, zwanego Nazaret, do dziewicy poślubionej mężowi imieniem Józef, z rodu Dawida; a dziewicy było na imię Maryja.
Wszedłszy do Niej, Anioł rzekł: «Bądź pozdrowiona, łaski pełna, Pan z Tobą, błogosławiona jesteś między niewiastami ». Ona zmieszała się na te słowa i rozważała, co by miało znaczyć to pozdrowienie.
Lecz anioł rzekł do Niej: «Nie bój się, Maryjo, znalazłaś bowiem łaskę u Boga. Oto poczniesz i porodzisz Syna, któremu nadasz imię Jezus. Będzie on wielki i zostanie nazwany Synem Najwyższego, a Pan Bóg da Mu tron Jego praojca, Dawida. Będzie panował nad domem Jakuba na wieki, a Jego panowaniu nie będzie końca».
Na to Maryja rzekła do anioła: «Jakże się to stanie, skoro nie znam męża?»
Anioł Jej odpowiedział: «Duch Święty zstąpi na Ciebie i moc Najwyższego okryje Cię cieniem. Dlatego też Święte, które się narodzi, będzie nazwane Synem Bożym. a oto również krewna Twoja, Elżbieta, poczęła w swej starości syna i jest już w szóstym miesiącu ta, którą miano za niepłodną. Dla Boga bowiem nie ma nic niemożliwego».
Na to rzekła Maryja: «Oto ja służebnica Pańska, niech mi się stanie według słowa twego».
Wtedy odszedł od Niej Anioł.

Lectio divina – metoda czytania i rozważania Słowa Bożego

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 rozważanie Bożego Słowa zobaczę, 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. To kluczowy moment przed każdym czytaniem i rozważaniem Bożego Słowa. Głębokie znaczenie Pisma Świętego jest sekretem znanym tylko Duchowi Świętemu, który objawia je komu chce, jak chce, kiedy i gdzie chce. *Duch przenika wszystko, nawet głębokości Boga samego* – pisze św. Paweł (1Kor 2,10). Tego Ducha Bóg udzielił i pragnie udzielać nam, jak mówi św. Łukasz: *Jeśli więc wy, choć źli jesteście, umiecie dawać dobre dary swoim dzieciom, o ileż bardziej Ojciec z nieba da Ducha Świętego tym, którzy Go proszą* (Łk 11,13). Dlatego tak ważne jest, aby prosić o Ducha Bożego, który sam sprawi, że księga Pisma Świętego zostanie dla nas otwarta, to znaczy zrozumiemy jego sens dla nas dziś – w czasie i miejscu, w którym się aktualnie znajdujemy.

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, czasami kilka), 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. Grzechem może stać się 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 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 modlitwę, 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. (Jk 1, 23).* 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. Pamiętaj, że działaniem może być także przyzwolenie, zgoda wobec Boga, aby coś w tobie zmienił, aby sam działał w tobie i przemieniał ciebie tak, jak chce. Po pewnym czasie będziesz wyraźnie widział jak Bóg Cię prowadzi.

Twoim *Actio* może być także nauczenie się na pamięć jakiegoś wersetu z aktualnego czytania. Możesz także pomyśleć, jakie słowo, frazę czy werset zabierzesz ze sobą na cały dzień, to znaczy będziesz je powtarzał i wracał do niego w różnych momentach dnia. W ten sposób dasz Bogu szansę i przestrzeń do Jego działania w tobie, do tego, aby cię przemieniał swoim Słowem, które samo z siebie wydaje owoc: *Czy śpi, czy czuwa, we dnie i w nocy, nasienie kiełkuje i rośnie, on sam nie wie jak. Ziemia sama z siebie wydaje plon (…) (Mk 4,27-28).*

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 samo z siebie, porusza go, przekonuje o tym co prawdziwe i ważne, daje światło do podejmowania właściwych decyzji życiowych i zaprasza do podejmowania zmian.

18.12.2018, wtorek – Ewangelia według św. Mateusza 1,18-24

Z narodzeniem Jezusa Chrystusa było tak.
Po zaślubinach Matki Jego, Maryi, z Józefem, wpierw nim zamieszkali razem, znalazła się brzemienna za sprawą Ducha Świętego. Mąż Jej, Józef, który był człowiekiem prawym i nie chciał narazić Jej na zniesławienie, zamierzał oddalić Ją potajemnie.
Gdy powziął tę myśl, oto anioł Pański ukazał mu się we śnie i rzekł: ”Józefie, synu Dawida, nie bój się wziąć do siebie Maryi, twej Małżonki; albowiem z Ducha Świętego jest to, co się w Niej poczęło. Porodzi Syna, któremu nadasz imię Jezus, On bowiem zbawi swój lud od jego grzechów”.
A stało się to wszystko, aby się wypełniło słowo Pańskie powiedziane przez proroka: Oto Dziewica pocznie i porodzi Syna, któremu nadadzą imię Emmanuel, to znaczy ”Bóg z nami”.
Zbudziwszy się ze snu, Józef uczynił tak, jak mu polecił anioł Pański: wziął swoją Małżonkę do siebie.

19.12.2018, środa – Ewangelia według św. Łukasza 1, 5-25

Za czasów Heroda, króla Judei, żył pewien kapłan, imieniem Zachariasz, z oddziału Abiasza. Miał on żonę z rodu Aarona, a na imię było jej Elżbieta. Oboje byli sprawiedliwi wobec Boga i postępowali nienagannie według wszystkich przykazań i przepisów Pańskich. Nie mieli jednak dziecka, ponieważ Elżbieta była niepłodna; oboje zaś już posunęli się w latach. Kiedy Zachariasz według wyznaczonej dla swego oddziału kolei pełnił służbę kapłańską przed Bogiem, jemu zgodnie ze zwyczajem kapłańskim przypadł w udziale los, żeby wejść do przybytku Pańskiego i złożyć ofiarę kadzenia. A cały lud modlił się na zewnątrz w czasie ofiary kadzenia. Wtedy ukazał mu się anioł Pański, stojący po prawej stronie ołtarza kadzenia. Przeraził się na ten widok Zachariasz i strach padł na niego. Lecz anioł rzekł do niego: «Nie bój się, Zachariaszu! Twoja prośba została wysłuchana: żona twoja, Elżbieta, urodzi ci syna i nadasz mu imię Jan. Będzie to dla ciebie radość i wesele; i wielu cieszyć się będzie z jego narodzin. Będzie bowiem wielki w oczach Pana; wina i sycery pić nie będzie i już w łonie matki napełniony zostanie Duchem Świętym. Wielu spośród synów Izraela nawróci do Pana, ich Boga; on sam pójdzie przed Nim w duchu i z mocą Eliasza, żeby serca ojców nakłonić ku dzieciom, a nieposłusznych do rozwagi sprawiedliwych, by przygotować Panu lud

Aneks:

CZYTANIA ROZWAŻANE W POSZCZEGÓLNYCH DNIACH TYGODNIA

16.12.2018, niedziela – List św. Pawła do Filipian 4,4-7

Radujcie się zawsze w Panu; jeszcze raz powtarzam: radujcie się! Niech będzie znana wszystkim ludziom wasza wyrozumiała łagodność: Pan jest blisko! O nic się już nie martwcie, ale w każdej sprawie wasze prośby przedstawiajcie Bogu w modlitwie i błaganiu z dziękczynieniem. a pokój Boży, który przewyższa wszelki umysł, będzie strzegł waszych serc i myśli w Chrystusie Jezusie.

17.12.2018, poniedziałek – Ewangelia według św. Mateusza 1, 1-17

Rodowód Jezusa Chrystusa, syna Dawida, syna Abrahama. Abraham był ojcem Izaaka; Izaak ojcem Jakuba; Jakub ojcem Judy i jego braci; Juda zaś był ojcem Faresa i Zary, których matką była Tamar. Fares był ojcem Ezrona; Ezron ojcem Arama; Aram ojcem Aminadaba; Aminadab ojcem Naassona; Naasson ojcem Salmona; Salmon ojcem Booza, a matką była Rachab. Booz był ojcem Obeda, a matką była Rut. Obed był ojcem Jessego, a Jesse ojcem króla Dawida.
Dawid był ojcem Salomona, a matką była [dawna] żona Uriasza.
Salomon był ojcem Roboama; Roboam ojcem Abiasza; Abiasz ojcem Asy; Asa ojcem Jozafata; Jozafat ojcem Jorama; Joram ojcem Ozjasza; Ozjasz ojcem Joatama; Joatam ojcem Achaza; Achaz ojcem Ezechiasza; Ezechiasz ojcem Manassesa; Manasses ojcem Amosa; Amos ojcem Jozjasza; Jozjasz ojcem Jechoniasza i jego braci w czasie przesiedlenia babilońskiego.
Po przesiedleniu babilońskim Jechoniasz był ojcem Salatiela; Salatiel ojcem Zorobabela; Zorobabel ojcem Abiuda; Abiud ojcem Eliakima; Eliakim ojcem Azora; Azor ojcem Sadoka; Sadok ojcem Achima; Achim ojcem Eliuda; Eliud ojcem Eleazara; Eleazar ojcem Mattana; Mattan ojcem Jakuba; Jakub ojcem Józefa, męża Maryi, z której narodził się Jezus, zwany Chrystusem.
Tak więc w całości od Abrahama do Dawida jest czternaście pokoleń; od Dawida do przesiedlenia babilońskiego czternaście pokoleń; od przesiedlenia babilońskiego do Chrystusa czternaście pokoleń.

16.12.2018, niedziela

OCZEKIWAĆ PANA TO ZASMAKOWAĆ W RADOŚCI

Wyciszenie – *zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę, np.: „Duchu Święty, proszę Cię, pomóż mi usłyszeć to wszystko, co Bóg chce mi dziś powiedzieć”.*

Lectio (czytanie) – *przeczytaj:*

List św. Pawła do Filipian 4,4-7

Ponawiaj czytanie, aż znajdziesz fragment, który Cię porusza. Zatrzymaj się na nim.

Meditatio (powtarzanie)

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

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

- Człowiek naturalnie potrzebuje radości - jak powietrza. Lubimy spotykać sie z ludźmi, którzy przynoszą radość. Radość to uczucie wielkiego zadowolenia. Stan emocjonalny, który wyraża uczucie całkowitego spełnienia. Radość bowiem jest synonimem także szczęśliwego, satysfakcjonującego życia. To uczucie, którego każdy by pragnie i oczekuje. Możemy doświadczyć wiele naturalnej radości w postaci zakochania, rodzicielstwa, pokonania przeciwności, osiągnięcia czegoś istotnego w życiu. W jakich sytuacjach doświadczałeś radości, która przynosiła spełnienie i zadowolenie? Czy jesteś człowiekiem radości?
- Święty Paweł pisze o innej radości, która przekracza naturalne możliwości człowieka. *Radujcie się zawsze w Panu; jeszcze raz powtarzam: radujcie się!* Jest to radość wypływająca z wiary. Papież Franciszek o radości z Boga*: Radość jest darem Pana, którego nikt nie może nam odebrać. „Wypełnia nas od wewnątrz. Tę radość znajdujemy w pewności, że Jezus jest z nami i z Ojcem”.* Papież zauważa, że radość jest „cnotą ludzi wielkich”, takich, „którzy nie dają się wplątać w małe sprawy wspólnot, Kościoła”, czyli w różne intrygi, knowania, zatargi. *Ci „wielcy ludzie” wznoszą się ponad różne „małości ludzkie”, „patrzą w stronę horyzontu”. Tym horyzontem są wielkie sprawy, takie jak: zbawienie, Bóg, wielkość Jego łaski, bliskość Jezusa, potęga Ducha Świętego.* Czy potrafisz spoglądać na swoje życie w perspektywie Bożej?
- Ten ceni radość, kto doświadczył smutku. O takiej radości pisze autor Psalmu 126: *Gdy Pan odmienił los Syjonu, byliśmy jak we śnie. Wtedy usta nasze były pełne śmiechu, a język wołał pełen radości. (…) Którzy we łzach sieją, żąć będą w radości. Postępują naprzód wśród płaczu, niosąc ziarno na zasiew: Z powrotem przychodzą wśród radości, przynosząc swoje snopy.* (Ps 126, 1-2a. 4-6) Czy doświadczyłeś smutku związanego ze swoim grzechem, ranami grzechowymi zadanymi przez innych? Czy doświadczyłeś radości zmartwychwstania związanej z nawracaniem się?

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

Teraz zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przeproszenia, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. **Możesz modlić się tak:** Jezu, dziękuję Ci za radość w moim życiu. Dziękuję Ci także za smutek, który rodzi smakowanie radości.

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?

17.12.2018, poniedziałek

OCZEKIWAĆ PANA TO ZROBIĆ MIEJSCE DLA NIEGO W SWOIM SERCU

Wyciszenie – *zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę, np.: „Duchu Święty, proszę Cię, pomóż mi usłyszeć to wszystko, co Bóg chce mi dziś powiedzieć".*

Lectio (czytanie) – *przeczytaj:*

Ewangelia według św. Mateusza 1, 1-17

Ponawiaj czytanie, aż znajdziesz fragment, który Cię porusza. Zatrzymaj się na nim.

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 jednak nie znajdujesz fragmentu, który Cię porusza, możesz skorzystać z pomocy poniższego rozważania:*

- Izrealici bardzo pielęgnowali pamięć o przodkach, to ona pozwalała zachować tożsamość rodziny np. w okresie wygania. Bardzo dobrze znali historie swojego rodu, byli w niej zakorzenieni. A dzisiaj? Czy znasz historię swojej rodziny, która wpłynęła na twoje życie, na to kim jesteś, jak cię ta rodzina ukształtowała do podejmowania zadań w dorosłości?
- Czy jesteś wdzięczny tym, których spotkałeś na swojej drodze, którzy nauczyli modlitwy, bojaźni Bożej, szacunku do innych ludzi, odpowiedzialności etc. Wspomnij tych wszystkich dobrodziejów, którzy cię obdarowali na przestrzeni minionych lat. Tak rodzi się wdzięczność. Pozwól by dzisiaj ona wypełniła twoje serce. Bóg działa przez ręce innych ludzi, których stawia na twojej drodze. Zacznij świadomie kształtować w sobie postawę wdzięczności, to ona zaprowadzi cię do Dawcy wszelkiego dobra. Najlepszym wzorem do naśladowania niech będzie Maryja: "*Wielbi dusza moja Pana i raduje się duch mój w Bogu, moim Zbawcy. Bo wejrzał na uniżenie Służebnicy swojej"* (Łk 1, 46-47).
- Może być też tak, że sama myśl o własnej rodzinie i dzieciństwie powoduje ból, wstyd, rozczarowanie, jakiś żal, nieprzebaczenie. Dziś Pan chce uświadomić ci, że był i jest obecny w całej historii życia, tej dobrej i tej trudnej. Może chce poprowadzić cię do przebaczenia wyrządzonych krzywd, doznanego upokorzenia, dotknąć twoich ran, aby je uzdrowić. On jest Panem czasu i Panem naszego życia. Jeśli w to wierzysz, to oddaj Mu dzisiaj cały ten smutek i żal. One często tak bardzo wypełniają nasze serce, że pozostaje niewiele miejsca na przyjęcie błogosławieństwa Boga. Człowiek zamiast przyjmować miłość płynąca z Krzyża, zajęty jest swoim nieprzebaczeniem, wstydem, upokorzeniem. Brakuje miejsca na radość. Nie widzisz wtedy Bożej obecności, Bożego błogosławieństwa.
- Ta genealogia pokazuje różne osoby - znane, nieznane, wierne Bogu i nieposłuszne. Dopisz do niej tych, którzy ci zawinili i zawiedli, tak konkretnie z imienia i nazwiska. Zobacz, że Bóg jest także z nimi, nie opuszcza ich, mimo że grzeszą, że wskutek nieposłuszeństwa wyrządzili krzywdę innym. Bóg i tak ich kocha, to są także Jego dzieci! Kocha tak bardzo, że posyła swojego Syna na świat na odkupienie wszystkich grzechów, wszystkich ludzi.

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, chcę aby moje serce stało się puste, by mogło przyjąć łaskę płynącą od Ciebie. Zabierz ode mnie wszystko to, co przeszkadza mi przyjmować Twoją Miłość.

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?

22.12.2018, sobota

OCZEKIWAĆ PANA TO UWIERZYĆ W SWOJĄ SŁABOŚĆ

Wyciszenie – *zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę, np.: „Duchu Święty, proszę Cię, pomóż mi usłyszeć to wszystko, co Bóg chce mi dziś powiedzieć".*

Lectio (czytanie) – *przeczytaj:*

Ewangelia według św. Łukasza 1, 46-56

Ponawiaj czytanie, aż znajdziesz fragment, który Cię porusza. Zatrzymaj się na nim.

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 jednak nie znajdujesz fragmentu, który Cię porusza, możesz skorzystać z pomocy poniższego rozważania:*

- W swoim wspaniałym hymnie Magnificat Maryja mówi o Bogu, który "*strąca władców z tronu, a wywyższa pokornych".* Dlaczego? Czy Bóg nie kocha bogatych, władców lub *"pyszniących się zamysłami serc swoich"*? Czy chce im zrobić na złość?
- Myślę, że warto spojrzeć na te słowa w perspektywie życia duchowego. Jestem bogaty, ale i ubogi zarazem. Są we mnie sfery, w których niedomagam i proszę Boga o pomoc i są takie, w których czuję się mocny i cieszę się tą swoją "mocą". Rzecz w tym, że to poczucie mocy jest tak bardzo złudne. *"Niech przeto ten, komu się zdaje, że stoi, baczy, aby nie upadł." (1Kor 10, 12).* Czując się mocny zamykam się na Boga, bo Go nie potrzebuję. Tam, gdzie jestem zamknięty na Boga, tam wchodzi Zły ze swoimi taktykami i sztuczkami, a przede wszystkim z pokusą pychy. To w efekcie nigdy nie prowadzi mnie do dobrych owoców, ale - wcześniej czy później - do upadku.
- To w ubóstwie mogę spotkać Boga. W poczuciu słabości, niewystarczalności, przekonaniu, że tylko z Jego mocą mogę naprawdę kochać czynić dobro. Tu nie chodzi o krygowanie się, o kurtuazyjne figury retoryczne. Chodzi o zobaczenie prawdy o sobie: "*beze Mnie nic nie możecie uczynić",* mówi Jezus, a ja potrzebuję w to uwierzyć.
- *"Błogosławieni ubodzy w duchu, albowiem do nich należy królestwo niebieskie" (Mt 5, 3).* Jezus od tych właśnie słów zaczyna swoje najważniejsze nauczanie, wypowiadając prawdę, którą intuicyjnie czuje i wypowiada w swoim hymnie Maryja. Stając w prawdzie przed Bogiem - przyznając, że nie jestem samowystarczalny, ale potrzebuję Boga aby żyć - otwieram się na rzeczywistość nieba, pozwalam Bogu działać, zaspokajać moje najgłębsze pragnienia. Dzieją się rzeczy, których sam nigdy bym nie osiągnął. To prowadzi do radości i do uwielbienia: "*Wielbi dusza moja Pana i raduje się duch mój w Bogu, zbawicielu moim."*

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:** Przyjdź Duchu Święty, pokaż mi prawdę o mnie, pomóż mi otworzyć się na pełnię życia, którą daje mi Bóg.

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?

21.12.2018, piątek

OCZEKIWAĆ PANA, TO NIEŚĆ POMOC POTRZEBUJĄCYM

Wyciszenie – *zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę, np.: „Duchu Święty, proszę Cię, pomóż mi usłyszeć to wszystko, co Bóg chce mi dziś powiedzieć”.*

Lectio (czytanie) – *przeczytaj:*

Ewangelia według św. Łukasza 1, 39-45

Ponawiaj czytanie, aż znajdziesz fragment, który Cię porusza. Zatrzymaj się na nim.

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 jednak nie znajdujesz fragmentu, który Cię porusza, możesz skorzystać z pomocy poniższego rozważania:*

- Maryja po zwiastowaniu, pod wpływem otrzymanego objawienia o tym, że jej krewna poczęła w sposób cudowny syna mimo swej starości i niepłodności, udaje się (ok. 140 km) do nich *„z pośpiechem”.* Doświadczenie miłości Boga przynagla ją do wyruszenia w drogę, aby zanieść im radość płynącą od Ducha Świętego i zaoferować swoją pomoc. Napełnienie Maryi Duchem Świętym przerodziło się w jej życiu w konkretne dobro. Jeśli na Boże powołanie odpowiemy z entuzjazmem „tak”, będziemy także iść „z pośpiechem”, by służyć innym.
- *„błogosławiona, która uwierzyła”;* wszyscy, którzy słuchają słowa Bożego i zachowują je są błogosławieni, czyli szczęśliwi (Łk 11,28). Ten, kto słucha, a nie wypełnia, w oczach Jezusa zasługuje na miano głupca (por. Łk 6,49; Mt 7,26). Maryja jest wzorem zasłuchania i bezwarunkowej wiary w obietnice Boże. Owocem tej wiary, słuchania i posłuszeństwa słowu jest jej realne macierzyństwo. Jakim słowem otrzymanym od Boga żyję obecnie? Do czego ono mnie wzywa?
- Maryja zaniosła Jezusa Elżbiecie i Zachariaszowi. Jej pozdrowienie wywołało radość płynącą od Ducha. My także jesteśmy wezwani do tego, aby nieść ludziom Jezusa. Jeżeli żyjemy z Nim w komunii, wówczas wystarczy nasza obecność i dobre słowo, by obdarowywać tym, czym sami żyjemy. Jak wyglądają nasze pozdrowienia, jakie są spotkania z innymi ludźmi? Jakie owoce przynoszą?

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:** „Wielbi dusza moja Pana i raduje się duch mój w Bogu, moim Zbawcy” (Łk 1,46-47).

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?

18.12.2018, wtorek

OCZEKIWAĆ PANA TO BUDZIĆ SIĘ ZE SNU

Wyciszenie – *zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę, np.: „Duchu Święty, proszę Cię, pomóż mi usłyszeć to wszystko, co Bóg chce mi dziś powiedzieć”.*

Lectio (czytanie) – *przeczytaj:*

Ewangelia według św. Mateusza 1,18-24

Ponawiaj czytanie, aż znajdziesz fragment, który Cię porusza. Zatrzymaj się na nim.

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 jednak nie znajdujesz fragmentu, który Cię porusza, możesz skorzystać z pomocy poniższego rozważania:*

- *Po zaślubinach Matki Jego, Maryi, z Józefem, wpierw nim zamieszkali razem, znalazła się brzemienną za sprawą Ducha Świętego.* Bóg wkraczając w życie Maryi przez Zwiastowanie, wkracza też w życie Józefa. Może trochę oswoiliśmy się z tą historią, ale przecież dla Józefa, jako dla świeżo poślubionego małżonka, wiadomość o tym, że Maryja spodziewa się dziecka jest początkowo z pewnością dramatem. Niewiele mówi nam wprost Słowo Boże o jego zmaganiu, ale możemy się tego domyślać.
- Plany Boga przekraczają wyobrażenia Józefa na temat jego przyszłości. Podobnie Boże zamiary wobec nas przekraczają nasze marzenia, plany i pragnienia. Kiedy zaczyna się realizować w twoim życiu Boży plan, może się czasem wydawać, że twoje życie wali się w gruzy (pewnie tak czuł się Józef, gdy dowiedział się o ciąży Maryi). Jednak Boży plan dla nas jest pełen miłości i pokoju. *Jestem bowiem świadomy zamiarów, jakie zamyślam co do was – wyrocznia Pana – zamiarów pełnych pokoju, a nie zguby (Jr 29,11).* Boże zamiary względem ciebie są planem miłości – szatan próbuje cię oszukać, mówiąc, że jest inaczej.
- *Nie bój się wziąć do siebie Maryi, twej Małżonki; albowiem z Ducha Świętego jest to, co się w Niej poczęło.* Bóg wzywa cię, abyś z miłością przylgnął do Jego woli objawiającej się w faktach twojego życia, tak jak Józef przyjął do siebie Maryję i Jezusa w Jej łonie.
- *Zbudziwszy się ze snu, Józef uczynił tak, jak mu polecił anioł Pański.* Przyjęcie Słowa Bożego w naszym życiu oznacza powstanie ze snu, obudzenie się z letargu, nowe życie. Przyjmij w tym świętym czasie Jezusa – Wcielone Słowo i obudź się do nowego życia.

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, pragnę powstawać ze snu i czuwać w oczekiwaniu Twego przyjścia.

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?

19.12.2018, środa

OCZEKIWAĆ PANA BY PRZYJĄĆ JEGO WOLĘ

Wyciszenie – *zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę, np.: „Duchu Święty, proszę Cię, pomóż mi usłyszeć to wszystko, co Bóg chce mi dziś powiedzieć”.*

Lectio (czytanie) – *przeczytaj:*

Ewangelia według św. Łukasza 1, 5-25

Ponawiaj czytanie, aż znajdziesz fragment, który Cię porusza. Zatrzymaj się na nim.

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 jednak nie znajdujesz fragmentu, który Cię porusza, możesz skorzystać z pomocy poniższego rozważania:*

- *Kiedy Zachariasz według wyznaczonej dla swego oddziału kolei pełnił służbę kapłańską przed Bogiem* - czyli wypełniał swoje zwyczajne praktyki religijne. Znał swoje obowiązki, rytuał, zasady i modlitwy. Przyszedł odmówić modlitwy, ale czy przyszedł na spotkanie z Bogiem żywym? Czy się spodziewał odpowiedzi na swoje modlitwy? Jaką postawę zajmujesz w czasie modlitwy - tej osobistej i wspólnotowej (np. mszy św.)? Czy gdy się modlisz, to realizujesz rytuał, swoją pobożność, czy przychodzisz na spotkanie? Czy nasłuchujesz odpowiedzi Boga?
- Można sobie tłumaczyć, że gdybym w sposób jasny i oczywisty usłyszał głos Boga, to bym wiedział co robić, to bym wierzył. Zachariasz usłyszał i zobaczył, a nadal wątpił: *Po czym to poznam? (...) będziesz niemy i nie będziesz mógł mówić aż do dnia, w którym się to stanie, bo nie uwierzyłeś moim słowom, które się spełnią w swoim czasie.* Bóg zawsze pozostawia nam przestrzeń wolności - miejsce na wiarę i wolną decyzję. Nawet jeśli człowiek zobaczył i usłyszał archanioła, to jego nadprzyrodzoność była jakby ukryta, aby nie przygnieść Zachariasza i nie przymusić do decyzji. Tobie Bóg również pozostawia wolność i zawsze będzie pytał - czy chcesz...? Ważne, by chcieć to pytanie usłyszeć - wiesz o co Ciebie pyta Jezus w ostatnim czasie? Jak chce realizować swoją wolę w Tobie i przez Ciebie?
- "Co chcesz, abym ci uczynił?" spytał Jezus niewidomego, który za Nim wołał *"Synu Dawida ulituj się nade mną!"* Jego delikatność stale mocuje się z Jego hojnością. Chce Ci dać całą obfitość swojej łaski, ale jednocześnie nie chce w żaden sposób pogwałcić Twojej woli. Da tylko tyle, ile będziesz chciał przyjąć. Pytanie czy nie budzi się w Tobie lęk przed tym, co Pan może Ci uczynić? Ten lęk może zamykać Twoje serce przed przyjęciem pełni. *W miłości nie ma lęku, lecz doskonała miłość usuwa lęk, ponieważ lęk kojarzy się z karą. Ten zaś, kto się lęka, nie wydoskonalił się w miłości.* (1J 4,18)

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:** Duchu Boży rozlej w moim sercu miłość, ulecz wszelki lęk, ulecz moją głuchotę na Twój głos Panie! Rozpal moje serce pragnieniem spotkania Ciebie! Pragnę abyś...

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?

20.12.2018, czwartek

OCZEKIWAĆ PANA TO WSŁUCHIWAĆ SIĘ W JEGO SŁOWA

Wyciszenie – *zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę, np.: „Duchu Święty, proszę Cię, pomóż mi usłyszeć to wszystko, co Bóg chce mi dziś powiedzieć”.*

Lectio (czytanie) – *przeczytaj:*

Ewangelia według św. Łukasza 1, 26-38

Ponawiaj czytanie, aż znajdziesz fragment, który Cię porusza. Zatrzymaj się na nim.

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 jednak nie znajdujesz fragmentu, który Cię porusza, możesz skorzystać z pomocy poniższego rozważania:*

- Dziś Ewangelia przedstawia scenę zwiastowania Maryi. Do domu Maryi w Nazarecie przychodzi anioł Gabriel. Miejsce zwiastowania jest przedstawione dokładnie tak, by nie było wątpliwości, że dzieje się to w konkretnej i znanej rzeczywistości. Gabriel oznajmia plan Boży a Maryja dopytuje o szczegóły. Niesamowite, Maryja zachowuje się, jakby odwiedził ją ktoś ważny, ale „z tej rzeczywistości”. Dla niej świat duchowy to taka sama realność jak ludzie, zwierzęta i rzeczy ją otaczające. Dodatkowo przyjmuje słowa anioła bez zastrzeżeń i tylko dopytuje się o szczegóły.
- Czy zastanawiałeś się kiedyś co zrobiłbyś, gdyby nagle przed tobą, w twoim domu, tu i teraz, stanął anioł? Czy wierzysz w takie spotkanie? Czy będąc człowiekiem otoczonym cudami techniki, wychowanym w świecie rozumu i doświadczenia, byłbyś w stanie uwierzyć w to, co widzisz? Ja miałbym, czy raczej masz problem, aby zobaczyć rzeczywistość duchową wokół siebie? Wierzę w Pana Jezusa, ale **nie widzę** Go w kawałku chleba w czasie przeistoczenia. Wierzę w świętych obcowanie, ale **nie widzę** mojego patrona czy anioła stróża nawet, jeśli go wzywam prosząc o pomoc. Maryja miała oczy otwarte na świat duchowy (ujrzała anioła) oraz na ludzi (zauważyła brak wina na weselu), bo pragnęła służyć i była wsłuchana w Słowo Boże „*Oto ja służebnica Pańska, niech mi się stanie według słowa twego*”.
- Dlatego dziś zachęcam cię byś prosił Maryję o pomoc i naukę, jak otworzyć się na Boga obecnego tu i teraz, a z tego doświadczenia czerpać siły do służby Bogu i ludziom.

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:** Maryjo, królowo i matko moja, naucz mnie proszę, jak wsłuchiwać się w Słowo Boże, by tak jak Ty stawać się sługą Pańskim.

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?