

# Nawracać się

6 tydzień Wielkiego Postu - Wielki Tydzień

Czytanie i rozważanie Słowa Bożego



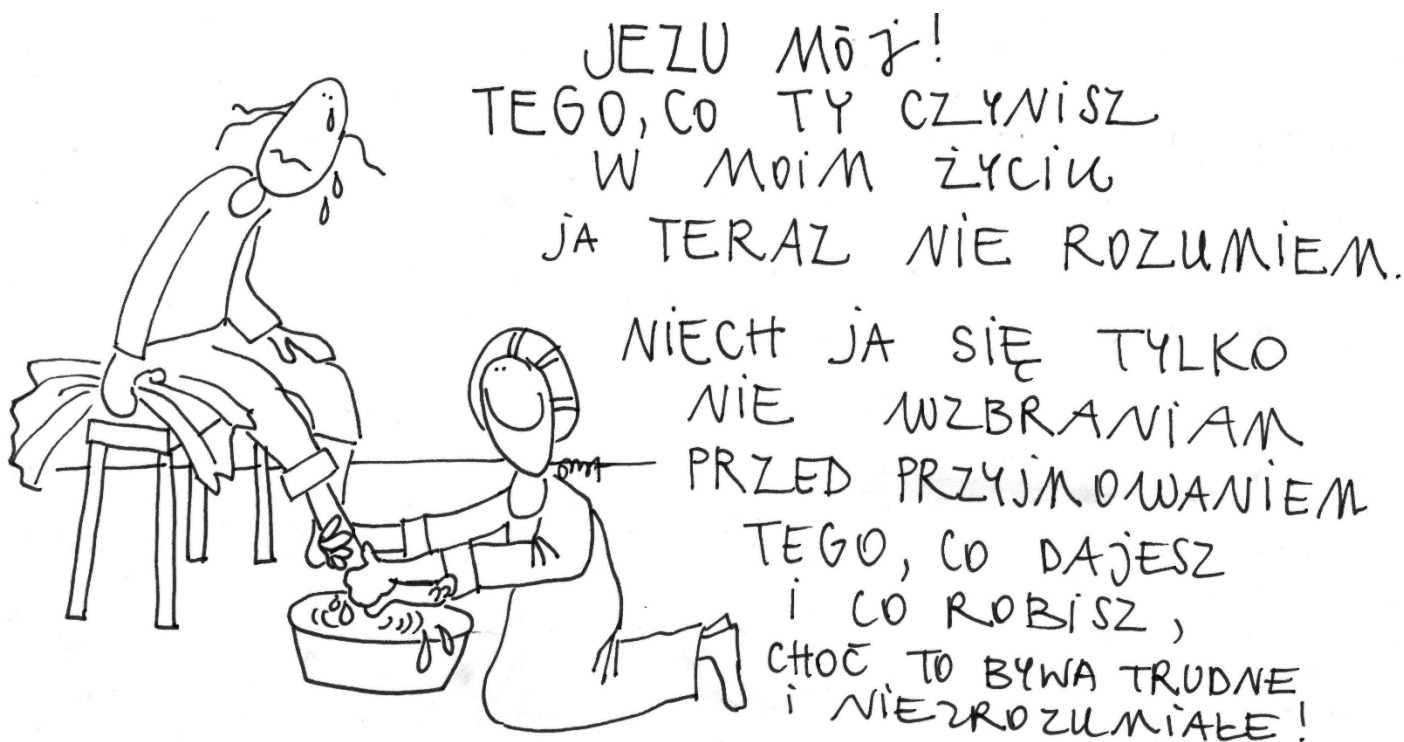
*Bez wiary zaś nie można podobać się Bogu (Hbr 11,6)*

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

14.04.2019

Teksty dostępne na stronie: [www.onjest.pl](http://www.onjest.pl)

Rysunek tygodnia:



Opracowanie rozważań:

Jolanta i Jerzy Prokopiuk, Łukasz Kneć, Monika Mosior, Jolanta i Krzysztof Mikos, Przemek i Ewelina Rożnowscy, Dariusz Trocha, Ewa i Wojciech Palczyński, Elżbieta Gładka, Maciek Zimecki

Korekta:

Jerzy Prokopiuk

Rysunek:

Marta Stańco

Dystrybucja broszury:

Basia i Marek Mikucy

Asysta kościelna:

ks. Wojciech Jaśkiewicz

Aplikacje mobilne:

Tomek Romanowski/ Tymoteusz Abramek/ Michał Bogdał

Druk:

Drukarnia Urdruk, Oleśnica

Drodzy parafianie,

mamy nadzieję, że broszura, którą bierzecie do ręki, pomoże Wam w czytaniu i rozważaniu Słowa Bożego a w ten sposób spotkaniu z Bogiem żywym, obecnym na kartach Pisma Świętego. Naszym celem jest pokazanie Wam przystępnego i prostego sposobu czytania, słuchania i modlitwy Pismem Świętym, tak, aby Słowo Boże, z którym się spotkacie, prowadziło Was w codziennym życiu. Szczególnie tych wszystkich, którzy rozpoczynają korzystanie z naszej propozycji prosimy o przeczytanie kilku wskazówek poniżej. One objaśnią Wam, jak najlepiej skorzystać z broszury, po którą sięgnęliście.

Broszura składa się z 3 części, w kolejności:

- a) propozycji czytania i rozważania na każdy dzień tygodnia,
- b) fragmentów Pisma Świętego do każdego z dni tygodnia (zgodnie z rokiem liturgicznym),
- c) opisu metody modlitwy z Bożym Słowem.

Możesz z niej korzystać w następujący sposób:

1. Zaznajom się z proponowanym sposobem czytania czytając opis metody Lectio Divina na ostatnich stronach. Nie chodzi o to, abyś wszystko zapamiętał(a), ale ogólnie wiedział(a) jak ona przebiega.
2. Przejdź do konkretnego dnia tygodnia i krok po kroku przechodź od jednego punktu do drugiego, według podanych wskazówek, czyli: wycisz się i zaproś Ducha Świętego do modlitwy, przeczytaj tekst do danego dnia ... i tak dalej według wskazówek, zgodnie z zaproponowanym schematem.
3. W trakcie takiego czytania i rozważania możesz, jeśli poczujesz potrzebę, ponownie sięgać do opisu metody zamieszczonego na ostatnich stronach. To pomoże Ci lepiej rozumieć i przeżyć Twoje osobiste spotkanie z Jezusem obecnym w Bożym Słowie.
4. To samo powtarzaj dla każdego innego dnia tygodnia. Bądź wytrwały(a) i cierpliwy(a) a zobaczysz owoce swojego spotkania ze Słowem, bo spotykając się ze Słowem spotykasz się z samym Jezusem. Nie spiesz się, poświęć na to przynajmniej 15 minut każdego dnia.
5. Jeśli masz uwagi czy też chcesz się podzielić swoimi wrażeniami i odkryciami ze spotkania z Jezusem z Bożym Słowem, możesz napisać do nas na: [slovo@onjest.pl](mailto:slovo@onjest.pl) lub przekazać swoje uwagi Księdzu Proboszczowi.

Pozdrawiamy i życzymy błogosławionego spotkania ze Słowem Bożym - Redakcja

14.04.2019, niedziela Niedziela Palmowa

## NAWRACAĆ SIĘ IDĄC DO SWOJEJ JEROZOLIMY

**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 19,28-40

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:

- Jezus ruszył na przedzie zdążając do Jerozolimy. Większa część Ewangelii św. Łukasza mówi o podróży Jezusa do Jerozolimy. Idzie razem ze swoim Ojcem, przecież mówił "ja i Ojciec jedno jesteśmy". Czy życie każdego z nas nie jest taką właśnie podróżą? Na końcu też jest śmierć, ale czy wiesz, co będzie potem? Jezus liczył, że Ojciec nie da mu umrzeć i nie zawiódł się. A ty na kogo albo na co liczysz? Jezus szedł całą drogę z Ojcem a ty z kim albo z czym idziesz? Czy idzie z tobą Bóg, na którego możesz liczyć? Czy ty idziesz z Nim, to znaczy, czy zapraszasz Go do tej drogi, do tego, aby był obecny we wszystkich twoich życiowych wydarzeniach - aby nadawał sens pracy, wychowaniu dzieci, relacjom małżeńskim i rodzinnym? Może ciągle warto ryzykować takie zaproszenie, przecież obiecał - "przyszedłem po to, aby owce miały życie i miały je w obfitości" (J10,10).
- Jezus idzie do miejsca, gdzie znajdzie śmierć, ale dla mnie i dla ciebie będzie to śmierć, z której może zrodzić się nasze życie. Mało tego, zobacz, ile dobra dokonało się na tej drodze - ile uzdrowień, uwolnień, nakarmieni ludzie - nakarmieni chlebem i słowem mogą rozpocząć coś na nowo. Zyskują nową nadzieję. Czy masz pojęcie, ile dobra dokona się w twoim życiu, gdy do swojej Jerozolimy, do końca będziesz szedł razem z Jezusem, gdy będziesz słuchał Jego głosu w Bożym Słowie i szedł za nim? Ile dobra z tego będzie dla ciebie, współmałżonka, dzieci, innych ludzi? Tysiące, setki tysięcy ludzi w historii Kościoła pokazały, że to ma sens. Dlatego daj się odnaleźć Jezusowi i idź z nim do Jerozolimy.
- I wołali głośno „Błogosławiony Król który przychodzi w imię Pańskie". Za tydzień ci sami ludzie będą wołać "na krzyż z nim" albo, w najlepszym wypadku, milczeć i udawać, że Go nie znają. Może byli wściekli, że Jezus nie spełnił ich oczekiwań. Chcieli króla, który wyswobodzi ich z ucisku Rzymian a ten umiera na krzyżu jak ostatni bandyta. Czy ty też masz może czasem takie przekonanie, że wszystko się zawala i jest totalnie bez sensu? Może czujesz w tym jakiś oddech śmierci? Pamiętaj, że z Bogiem i tylko z Nim, po śmierci jest zmartwychwstanie. "Kto wytrwa do końca, ten będzie zbawiony".

### 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:** Panie, jak cenna jest cierpliwość i wytrwałość na drodze do Ciebie. Mam z tym kłopot, dlatego „wzmocnij mnie duchem ochoczym“.

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?

**15.04.2019, poniedziałek Wielki Poniedziałek**

## **NAWRACAĆ SIĘ TO BYĆ ŁAGODNYM**

**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:

### **Księga Proroka Izajasza 42, 1-7**

*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:

- U progu Wielkiego Tygodnia, Słowo Boże wskazuje na prawo, jakie niesie ze sobą Jezus Chrystus. Jest to prawo Miłości. Całe prawo Jezusa opiera się na Miłości i jest to Miłość wzajemna: *Wszystko cokolwiek byście chcieli by inni wam czynili i wy m czyńcie (Mt7, 12).*
- Dzisiejszy tekst może stanowić zaproszenie do rachunku sumienia właśnie z Miłości. Może już przystąpiłeś do sakramentu pokuty przed zbliżającymi się świętami a może dopiero zamierzasz to uczynić. Teraz możesz przejrzeć się w osobie Jezusa Chrystusa. Tu znajdziesz pytanie o twoją łagodność w codzienności, życzliwość względem ludzi. Ale także pytanie czy potrafisz wprowadzać dobrą atmosferę, pojednanie w swoim środowisku, czy nie jesteś przyczyną zamętu, niepokoju. W jaki sposób traktujesz osoby z bliskiego otoczenia, które mają odmienne poglądy, sposób zachowania, działania? Jednym słowem jak niesiesz innym Jezusowe prawo Miłości. I nie chodzi tutaj o wielki akcje ewangelizacyjne czy też opowiadanie się po konkretnej stronie w sprawach ważnych moralnie. Chodzi o twoją codzienność. O twoje serce w codzienności. *Nie będzie krzyczał ani podnosił głosu (...) Trzciny nadłamanej nie złamie i tłącego się knota nie dogasi.*
- Czy często błogosławisz? Okazujesz innym swoją życzliwość, poprzez uśmiech, dobre słowo? Czy przebywając z Tobą wiedzą, że pragniesz ich dobra, nawet jeśli ciągle są uwikłani w zło? Czy potrafisz wtedy zachęcić do dobrego, podnieść na duchu, czy też raczej odwracasz się do nich plecami...
- A co z lekkimi grzechami? Czasem popełniając grzech powszedni zauważam, że moje serce jest tak twarde, że nie żałuje tych lekkich przewinień. Jednak Duch Święty nieustannie przypomina mi o wielkiej Miłości Boga jaką ma dla mnie zawsze, w każdej sytuacji, o Jego dobroci i łasce. Tak jak podaje psalmista: *Skosztujcie i zobaczcie jak dobry jest Pan!* Te słowa potrafią mnie zawstydzić, w obliczu Bożej Miłości, przypomnieć o tym, że Jego Miłość jest dla mnie, dla każdego! Że jest wieczna i nieskończona, niezależnie czy popełniam grzechy lekkie czy ciężkie, czy za nie żałuję, czy wybieram się do spowiedzi czy jeszcze szukam wymówek by do spowiedzi nie iść. Jego Miłość jest! On jest!

### **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, dziękuję Ci za Ducha świętego, którego posyłasz ludziom, za ducha miłości i łagodności.*

*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?*

16.04.2019, wtorek Wielki Wtorek

## NAWRACAĆ SIĘ, TO UJRZEĆ W SOBIE ZDRAJCĘ

**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. Jana 13, 21-33. 36-38

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:

- Dzisiejsze słowo Boże pragnie nam powiedzieć, że każdy człowiek jest zdolny do zdrady, tylko siebie o to nie podejrzewa, ponieważ siebie nie zna. Jan ewangelista ukazuje trzy postawy apostołów: postawę Judasza, postawę Szymona Piotra i postawę Jana Apostoła. Każdy z nich był w stanie zdradzić Jezusa, również Jan Apostoł. Zaparł się Jezusa zarówno Judasz jak i Szymon Piotr. Dlaczego nie zdradził Jan, najmłodszy z apostołów? Ewangelista nadmienia ważny moment z życia Jana. **Jeden z Jego uczniów – ten, którego Jezus miłował – spoczywał na Jego piersi.** "Spoczywanie na piersi" jest znakiem głębokich relacji Jana z Jezusem. Miłość Jezusa do Jana i miłość Jana do Jezusa sprawiły, że Jan był wierny do końca. Owa miłość w nas rodzi się przez poznawanie Jezusa i siebie na modlitwie ze słowem Bożym. Owa miłość rodzi się także na demaskowaniu fałszywych obrazów Boga w nas. Czy budujesz relacje miłości z Jezusem? Ile czasu poświęcasz na modlitwę ze słowem Bożym i poznawaniu w ten sposób siebie i Jezusa?
- Co było przyczyną zaparcia się Jezusa przez Szymona Piotra? Szymon Piotr nie znał siebie. Mało tego, był bardzo pewny siebie. Ewangelista pisze bowiem: **Powiedział Mu Piotr: «Panie, dlaczego teraz nie mogę pójść za Tobą? Życie moje oddam za Ciebie».** **Odpowiedział Jezus: «Życie swoje oddasz za Mnie? Zaprawdę, zaprawdę, powiadam ci: Kogut nie zapieje, aż ty trzy razy się Mnie wyprzesz».** Judasz nie urodził się zdrajcą. Judasz stał się zdrajcą przez swoje wybory. Kiedy człowiek daje przyzwolenie na małą zdradę w swoim życiu, to prędzej czy później dojdzie do dużej zdrady. Człowiek nie ma prawa do grzechu i jego akceptacji, ponieważ ten grzech zniszczy człowieka. Czy rozpoznałeś w sobie zdolność do zdrady? Do kogo jesteś bardziej podobny do Judasza czy to do Szymona Piotra?

### 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, dziękuję Ci, że pozwalasz mi ujrzeć prawdę o mnie samym. Dziękuję, że zapraszasz mnie do głębokich relacji ze Sobą.

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?

17.04.2019, środa Wielka Środa

## NAWRACAĆ SIĘ TO UŚMIERCAĆ STAREGO CZŁOWIEKA MIŁUJĄC JAK JEZUS

**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:

### Księga Proroka Izajasza 50, 4-9a

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:

- Ten fragment nosi tytuł *Proroctwo o cierpiącym słudze Jahwe* i odnosi się przede wszystkim do męki Jezusa. Jednak każdy ochrzczony jest włączony w Chrystusa, napełniony tym samym Duchem Bożym i ma podobną misję - głoszenia Królestwa Bożego, a temu mogą towarzyszyć podobne prześladowania. Chrześcijanin ma wręcz obowiązek być *drugim Chrystusem (alter Christus)*, na tym polega chrześcijaństwo, jak przypominał choćby św. Josemaria Escriva, czy ostatnio papież Franciszek. Czy masz tę perspektywę, cel - w takiej pełni pozwolić Jezusowi żyć w Tobie?
- Żeby to było możliwe, trzeba zrobić miejsce dla Pana - usuwać chwasty starego człowieka (egocentrycznego JA). Jednym ze sposobów jest zgoda na śmierć w oczach ludzi: *Nie zasłoniłem mojej twarzy przed zniewagami i opluciem. Pan Bóg mnie wspomaga, dlatego jestem nieczuły na obelgi.* Dopóki ludzkie opinie, obmowy, czy choćby brak docenienia i sympatii sprawiają Ci ból, dopóty stary człowiek daje o sobie znać. Im większy to ból i im większy ma wpływ na Twoje działanie, tym więcej do powiedzenia ma stare JA, i tym mniej miejsca dla Jezusa. Pozwolić by Jezus żył w Tobie, to zgodzić się na każdy moment Jego życia - także mękę, która się stanie Twoim udziałem. Jezus kochał swoich oprawców, ich też zbawił, kochał zapierających się Go uczniów... Jego miłość jest bez-warunkowa i niezmienna. Jeśli żyje w Tobie Jezus, to i miłuje w Tobie Jezus - swoją miłością, do której stary człowiek nie jest zdolny. To Ty podejmujesz decyzję - czy żyjesz w posłuszeństwie staremu człowiekowi i dokarmiasz jego pychę (walcząc o swój wizerunek, odgrywając się, będąc dobrym tylko dla dobrych)? Czy w danej sytuacji uśmiercasz stare (pozwalając, by cierpienie ukrzyżowało Twoją pychę i egoizm), a uwalniasz miłość Jezusa, która jest w Tobie na mocy sakramentów, i działasz nią kierowany?

### 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 przymnóż mi wiary, że Ty jesteś moim bezpieczeństwem, życiem i pokojem i nie muszę o to walczyć. Niech umiera we mnie pycha, aby Twoja miłość mogła się przeze mnie rozlewać na braci.

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?

**18.04.2019, czwartek Wielki Czwartek**

## **NAWRACAĆ SIĘ TO W MODLITWIE PROSIĆ O DAR MIŁOŚCI**

**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. Jana 13, 1-15**

*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 Wielki Czwartek. Dzień, w którym Pan Jezus ustanawia Eucharystię. To jedno z najważniejszych wydarzeń w dziejach ludzkości a tymczasem Ewangelia wspomina o umyciu nóg apostołom. Wieczera już trwała, więc nie był to element przygotowania do posiłku. Dlaczego więc to zrobił? Co Jezusa do tego skłoniło? Ewangelia wspomina o dwóch rzeczach. Pierwsze to decyzja w sercu Judasza. Zwycięstwo szatana i grzech, który spowoduje, że zaraz odwróci się on od Jezusa i wyjdzie w noc, by Go wydać. Drugi to modlitwa „widząc, że Ojciec dał Mu wszystko w ręce oraz że od Boga wyszedł i do Boga idzie”, która popycha do dzielenia się miłością „umilowawszy swoich na świecie, do końca ich umilował”. Myślę, że Jezus zrobił to dla Judasza. Wiedział o jego decyzji, o tym, co ona przyniesie. Mimo to klęka przed grzesznikiem i służy mu, obmywa jego śmierdzące stopy z brudu.
- Dobiega do końca Wielki Post, w którym modlitwa oraz jałmużna miały pomagać mi w przygotowaniu się do przeżywania tajemnicy Męki, Krzyża i Zmartwychwstania. Patrząc jednak na Jezusa obmywającego stopy Judaszowi zastanawiam się, co popychało mnie do dawania jałmużny. Czy była modlitwa, która wzbudzała miłość i chęć służenia bliźniemu? Czy moje gesty miłosierdzia nie były przypadkiem elementem jakiegoś zwyczaju, wynikiem chwilowego wzruszenia, czy też przejawu poprawności „bo wszyscy dają”? Czy działał mechanizm: modlitwa – miłość (dar od Boga) – służba/jałmużna/pokora? Dziś czuję się jak Piotr, trochę zmieszany, bo zrozumiałem, że tylko Bóg potrafi wskazać i poprowadzić do miejsca, gdzie potrzebna jest miłość oraz służba. Gdy JA sam staram się robić coś MOJEGO, dającego MI satysfakcję, to nie ma w tym służby i miłości. Jestem po prostu JA.
- Dlatego zapraszam Cię dziś do modlitwy z prośbą o dar miłości, który otrzymasz, by go rozdawać w pokorze służąc innym.

### **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 napełnij mnie proszę miłością, bym mógł odczytać jak i gdzie chcesz przeze mnie działać. Daj mi też pokorę, bym widział Ciebie w innych.*

*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?*



**19.04.2019, piątek Wielki Piątek**

## **NAWRACAĆ SIĘ PATRZĄC NA JEZUSA UKRZYŻOWANEGO**

**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:

### **Księga Proroka Izajasza 52,13-53,12**

*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:

- Sługa Pański, tak po ludzku, jest człowiekiem przegranym. Za swoje świadectwo wierności Bogu został przez rodaków potraktowany jak najgorszy ze złoczyńców. Proroctwo o Słudze wypełniło się w Jezusie. Mesjasz, stał się sługą, wręcz niewolnikiem (mycie nóg uczniom – zajęcie niewolników), wydał siebie za tych, których ukochał. Zamiast zachować się jak tego oczekiwali Żydzi, że wyniszczy wrogów - wyniszczył siebie. Zamiast skazać grzeszników na piekło, *sam stał się grzechem, aby nas uczynić sprawiedliwością Bożą* (por. 2 Kor 5,21).
- Może się wydawać, że śmierć Sługi jest bezwolną ofiarą ludzkiego sadyzmu. Ale Bóg przewidział ją w swych planach zbawczych, „*jako okup za wielu*” (Mt 20,28) grzeszników. Jezus dobrowolnie podjął się realizacji tego planu (por. Łk 22,42). Dzięki temu odniósł zwycięstwo nad grzechem i śmiercią. Dobrowolnie, został w niej śmiertelnie zraniony i w końcu odniósł wspaniałe zwycięstwo nad śmiercią, złem i szatanem. Czy rozpamiętuję mękę i śmierć Jezusa? Jaka jest moja postawa wobec takiego przejawu miłości do mnie?
- Jezus został przybity do krzyża jak pospolity kryminalista i wśród takich złoczyńców umiera. On przychodzi ze swoim odkupieniem w każde miejsce i do każdego człowieka. Jego krew przelana na krzyżu ma moc obmyć nas z każdego grzechu „*choćby grzechy były jak szkarłat, jak śnieg wybieleją*” (Iz 1,18).
- „*Ramię Pańskie*” jest wyciągnięte do każdego, kto upada pod ciężarem słabości i grzechów. Decyzja, czy przyjmę tę pomoc należy do mnie. Moja wolność daje mi prawo wyboru: wesprzeć się na Tym, który jest wszechmocny i troszczy się o mnie, czy unieść się pychą i tkwić w błocie. Co dzisiaj mnie przygniata? Czy przyjmę silne ramię Ojca?

### **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, Pomocy moja, spiesz mi na ratunek!” (Ps 22,20)*

*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?*

**20.04.2019, sobota Wielka Sobota**

## **NAWRACAĆ SIĘ UFAJĄC DO KOŃCA**

**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:

### **Księga Rodzaju 22,1-18**

*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:

- **Bóg rzekł;** Ciekawe jak? Czy był to głos wewnętrzny? A Abraham usłyszał ten głos. Nie dość, że usłyszał, to również poważnie potraktował to, co usłyszał i poszedł za wezwaniem. Głos Boga, jest delikatny, nie narzuca się, ale jeśli się go usłyszy, to wymaga radykalnych decyzji ze strony człowieka. Czy do mnie też Bóg przemawia? Czy słyszę Jego głos? Co robić, aby rozpoznać głos Boga?
- Na każde słowo Boga Abraham odpowiada; *Oto jestem!* To znaczy, że jest gotowy spełnić każde Jego polecenie, nawet to najbardziej szalone: złożyć w ofierze swojego syna. Ta gotowość czyni Abrahama bliskim Bogu, który z miłości do człowieka Syna swego Jednorodzonego dał (J 3,16).
- Co Abraham musiał przeżywać w swoim sercu? A mimo to decyduje się na śmierć syna. W ten sposób mówi Bogu: przekonałeś mnie do siebie podczas naszej wspólnej wędrówki; ufam Ci, choć ogarnia mnie wielka ciemność i nic nie rozumiem. Ale spełnię twój plan. Absolutne posłuszeństwo, jakie Abraham okazał Bogu było owocem jego heroicznej wiary. Dlatego otrzymał od Boga obietnicę: będę ci błogosławił. Bez takiego zakończenia, ta niezwykle ciężka próba wiary, jaką podjął i przeszedł byłaby bezcelowym cierpieniem. Bóg nie pragnie ofiary, lecz miłości, zaufania i posłuszeństwa. Bóg jest Miłością, nie usiłuje więc wystawić człowieka na próbę po to, aby go udręczyć czy zniszczyć, lecz umocnić w wierze, aby poznał Jego miłość i moc. Oddając Panu Bogu wszystko co mamy zyskujemy o wiele więcej. Ważne jest jednak to, czy zaufamy do końca, czy oddamy rzeczywiście wszystko, czy spróbujemy zostawić coś dla siebie, tak na wszelki wypadek. Czy słyszę, że Bóg wzywa mnie do oddania czegoś, zrezygnowania z czegoś z czym jestem bardzo mocno związany? Dlaczego jeszcze tego nie uczyniłem?

### **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 umocnij mnie, dodaj sił i odwagi, żebym w czasie nawet najcięższej próby umiał zaufać Ci w pełni.*

*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 NA POSZCZEGÓLNE DNI TYGODNIA

### 14.04.2019, niedziela – Ewangelia według św. Łukasza 19,28-40

*Jezus ruszył na przedzie zdążając do Jerozolimy.*

*Gdy przyszedł w pobliże Betfage i Betanii, do góry zwanej Oliwną, wysłał dwóch spośród uczniów, mówiąc: „Idźcie do wsi, która jest naprzeciwko, a wchodząc do niej, znajdziecie ośłę uwiązane, którego nikt jeszcze nie dosiadł. Odwiążcie je i przyprowadźcie tutaj. A gdyby was kto pytał, dlaczego odwiązujecie, tak powiecie: «Pan go potrzebuje»”. Wysłani poszli i znaleźli wszystko tak, jak im powiedział. A gdy odwiązywali ośłę, zapytali ich jego właściciele: „Czemu odwiązujecie ośłę?” Odpowiedzieli: „Pan go potrzebuje”. I przyprowadzili je do Jezusa, a zarzuciwszy na nie swe płaszcze, wsadzili na nie Jezusa. Gdy jechał, stali swe płaszcze na drodze. Zbliżał się już do zbocza Góry Oliwnej, kiedy całe mnóstwo uczniów poczęło wielbić radośnie Boga za wszystkie cuda, które widzieli. I wołali głośno „Błogosławiony Król który przychodzi w imię Pańskie. I Pokój w niebie i chwała na wysokościach” Lecz niektórzy faryzeusze spośród tłumu rzekli do Niego „Nauczycielu, zabroń tego swoim uczniom”. Odrzekł: „Powiadam wam, jeśli ci umilkną, kamienie wołać będą”.*

### 15.04.2019, poniedziałek – Księga Proroka Izajasza 42, 1-7

*Oto mój Sługa, którego podtrzymuję. Wybrany mój, w którym mam upodobanie. Sprawilem, że Duch mój na Nim spoczął; On przyniesie narodom Prawo. Nie będzie wołał ni podnosił głosu, nie da słyszeć krzyku swego na dworze. Nie złamie trzciny nadłamanej, nie zagasi knotka o nikłym płomyku. On niezachwianie przyniesie Prawo. Nie zniechęci się ani nie załamie, aż utrwali Prawo na ziemi, a Jego pouczenia wyczekują wyspy. Tak mówi Pan Bóg, który stworzył i rozpiął niebo, rozpostarł ziemię wraz z jej plonami, dał ludziom na niej dech ożywczy i tchnienie tym, co po niej chodzą. «Ja, Pan, powołałem Cię słusznie, ująłem Cię za rękę i ukształtowałem, ustanowiłem Cię przymierzem dla ludzi, światłością dla narodów, abys otworzył oczy niewidomym, ażebyś z zamknięcia wypuścił jeńców, z więzienia tych, co mieszkają w ciemności.*

### 16.04.2019, wtorek – Ewangelia według św. Jana 13, 21-33. 36-38

*W czasie wieczerzy z uczniami Jezus wzruszył się do głębi i tak oświadczył: «Zaprawdę, zaprawdę, powiadam wam: Jeden z was Mnie wyda». Spoglądali uczniowie jeden na drugiego, niepewni, o kim mówi. Jeden z Jego uczniów – ten, którego Jezus miłował – spoczywał na Jego piersi. Jemu to dał znak Szymon Piotr i rzekł do niego: «Kto to jest? O kim mówi?» Ten, oparłszy się zaraz na piersi Jezusa, rzekł do Niego: «Panie, któż to jest?» Jezus odparł: «To ten, dla którego umoczę kawałek chleba i podam mu». Umoczywszy więc kawałek chleba, wziął i podał Judaszowi, synowi Szymona Iskarioty. A po spożyciu kawałka chleba wstąpił w niego Szatan. Jezus zaś rzekł do niego: «Co masz uczynić, czyń prędeż! » Nikt jednak z biesiadników nie rozumiał, dlaczego mu to powiedział. Ponieważ Judasz miał pieczę nad trzosem, niektórzy sądzili, że Jezus powiedział do niego: «Zakup, czego nam potrzeba na święto», albo żeby dał coś ubogim. On więc po spożyciu kawałka chleba zaraz wyszedł. A była noc. Po jego wyjściu rzekł Jezus: «Syn Człowieczy został teraz otoczony chwałą, a w Nim Bóg został chwałą otoczony. Jeżeli Bóg został w Nim otoczony chwałą, to i Bóg Go otoczy chwałą w sobie*

samym, i to zaraz Go chwałą otoczy. Dzieci, jeszcze krótko jestem z wami. Będziecie Mnie szukać, ale – jak to Żydom powiedziałem, tak i teraz wam mówię – dokąd Ja idę, wy pójść nie możecie». Rzekł do Niego Szymon Piotr: «Panie, dokąd idziesz?» Odpowiedział Mu Jezus: «Dokąd Ja idę, ty teraz za Mną pójść nie możesz, ale później pójdziesz». Powiedział Mu Piotr: «Panie, dlaczego teraz nie mogę pójść za Tobą? Życie moje oddam za Ciebie». Odpowiedział Jezus: «Życie swoje oddasz za Mnie? Zaprawdę, zaprawdę, powiadam ci: Kogut nie zapieje, aż ty trzy razy się Mnie wyprzesz».

#### **17.04.2019, środa – Księga Proroka Izajasza 50, 4-9a**

*Pan Bóg mnie obdarzył językiem wymownym, bym umiał pomóc strudzonemu krzepiącym słowem. Każdego rana pobudza me ucho, bym słuchał jak uczniowie. Pan Bóg otworzył mi ucho, a ja się nie oparłem ani się nie cofnąłem. Podałem grzbiet mój bijącym i policzki moje rwącym mi brodę. Nie zasłoniłem mojej twarzy przed zniewagami i opluciem. Pan Bóg mnie wspomaga, dlatego jestem nieczuły na obelgi, dlatego uczyniłem twarz moją jak głaz i wiem, że wstydu nie doznam. Blisko jest Ten, który mnie uniewinni. Kto się odważy toczyć spór ze mną? Wystąpmy razem! Kto jest moim oskarżycielem? Niech się zbliży do mnie! Oto Pan Bóg mnie wspomaga. Któż mnie potępi?*

#### **18.04.2019, czwartek – Ewangelia według św. Jana 13, 1-15**

*Było to przed Świętem Paschy. Jezus widząc, że nadeszła Jego godzina przejścia z tego świata do Ojca, umiłował swych na świecie, do końca ich umiłował.*

*W czasie wieczerzy, gdy diabeł już nakłonił serce Judasza Iskarioty syna Szymona, aby Go wydać, widząc, że Ojciec dał Mu wszystko w ręce oraz że od Boga wyszedł i do Boga idzie, wstał od wieczerzy i złożył szaty. A wzięwszy prześcieradło im się przepasał. Potem nalał wody do miednicy. I zaczął umywać uczniom nogi i ocierać prześcieradłem, którym był przepasany.*

*Podszedł więc do Szymona Piotra, a on rzekł do Niego: «Panie, Ty chcesz mi umyć nogi?» Jezus mu odpowiedział: «Tego, co Ja czynię, ty teraz nie rozumiesz, ale później będziesz to wiedział». Rzekł do Niego Piotr: «Nie, nigdy mi nie będziesz nóg umywał». Odpowiedział mu Jezus: «Jeśli cię nie umyję, nie będziesz miał udziału ze Mną». Rzekł do Niego Szymon Piotr: «Panie, nie tylko nogi moje, ale i ręce, i głowę».*

*Powiedział do niego Jezus: «Wykąpany potrzebuje tylko nogi sobie umyć, bo cały jest czysty. I wy jesteście czysti, ale nie wszyscy». Wiedział bowiem, kto Go wyda, dlatego powiedział: «Nie wszyscy jesteście czysti».*

*A kiedy im umył nogi, przywdział szaty i znów zajął miejsce przy stole, rzekł do nich: «Czy rozumiecie, co wam uczyniłem? Wy Mnie nazywacie „Nauczycielem” i „Panem” i dobrze mówicie, bo nim jestem. Jeżeli więc Ja, Pan i Nauczyciel, umyłem wam nogi, to i wyście powinni sobie nawzajem umywać nogi. Dałem wam bowiem przykład, abyście i wy tak czynili, jak Ja wam uczyniłem».*

#### **19.04.2019, piątek – Księga Proroka Izajasza 52,13-53,12**

*Oto się powiedzie mojemu Słudze, wybije się, wywyższy i bardzo wyrośnie. Jak wielu osłupiało na Jego widok – tak nieludzko został oszpecony Jego wygląd i postać Jego była niepodobna do ludzi – tak mnogie narody się zdumieją, królowie zamkną przed Nim usta, bo ujrzą coś, czego im nigdy nie opowiadano, i pojmą coś niesłychanego. Któż uwierzy temu, co usłyszeliśmy? Komu się ramię Pańskie objawiło?*

*On wyrósł przed nami jak młode drzewo i jakby korzeń z wyschniętej ziemi. Nie miał On wdzięku ani też blasku, aby chciano na Niego popatrzeć, ani wyglądu, by się nam podobał. Wzgardzony i odepchnięty przez ludzi, Mąż boleści, oswojony z cierpieniem, jak ktoś, przed kim się twarz zakrywa, wzgardzony tak, iż mieliśmy Go za nic.*

Lecz On się obarczył naszym cierpieniem, On dźwigał nasze boleści, a my uznaliśmy Go za skazańca, chłostanego przez Boga i zdeptanego. Lecz On był przebity za nasze grzechy, zdruzgotany za nasze winy. Spadła na Niego chłosta zbawienna dla nas, a w Jego ranach jest nasze uzdrowienie.

Wszyscy pobłądziliśmy jak owce, każdy z nas się zwrócił ku własnej drodze, a Pan obarczył Go winami nas wszystkich. Dręczono Go, lecz sam pozwolił się gnębić, nawet nie otworzył ust swoich. Jak baranek na rzeź prowadzony, jak owca niema wobec strzygących ją, tak On nie otworzył ust swoich.

Po udręce i sędzie został usunięty; a kto się przejmuje Jego losem? Tak! Zgładzono Go z krainy żyjących; za grzechy mego ludu został zbity na śmierć. Grób Mu wyznaczono między bezbożnymi, i w śmierci swej był na równi z bogaczem, chociaż nikomu nie wyrządził krzywdy i w Jego ustach kłamstwo nie powstało.

Spodobało się Panu zmiażdżyć Go cierpieniem. Jeśli On wyda swe życie na ofiarę za grzechy, ujrzy potomstwo, dni swe przedłuży, a wola Pańska spełni się przez Niego. Po udrękach swej duszy ujrzy światło i nim się nasyci. Sprawiedliwy mój Sługa usprawiedliwi wielu, ich nieprawości On sam dźwigać będzie.

Dlatego w nagrodę przydzielę Mu tłumy, i posiadzie możnych jako zdobycz za to, że siebie na śmierć ofiarował i policzony został pomiędzy przestępców. A On poniósł grzechy wielu i oręduje za przestępcami.

## **20.04.2019, sobota – Księga Rodzaju 22,1-18**

Bóg wystawił Abrahama na próbę. Rzekł do niego: „Abrahamie!” A gdy on odpowiedział: „Oto jestem”, powiedział: „Weź twego syna jedynego, którego miłujesz, Izaaka, idź do kraju Moria i tam złoś go w ofierze na jednym z pagórków, jaki ci wskażę”.

Nazajutrz rano Abraham osiodłał swego osiołka, zabrał z sobą dwóch swych ludzi i syna Izaaka, narąbał drzewa do spalania ofiary i ruszył w drogę do miejscowości, o której mu Bóg powiedział. Na trzeci dzień Abraham, spojrzawszy, dostrzegł z daleka ową miejscowość. I wtedy rzekł do swych sług: „Zostańcie tu z osiołkiem, ja zaś i chłopiec pójdziemy tam, aby oddać pokłon Bogu, a potem wrócimy do was”.

Abraham zabrawszy drwa do spalania ofiary włożył je na syna swego Izaaka, wziął do ręki ogień i nóż, po czym obaj się oddalili.

Izaak odezwał się do swego ojca Abrahama: „Ojczy mój!” A gdy ten rzekł: „Oto jestem, mój synu”, zapytał: „Oto ogień i drwa, a gdzież jest jagnię na całopalenie?” Abraham odpowiedział: „Bóg upatrzy sobie jagnię na całopalenie, synu mój”.

I szli obydwaj dalej. A gdy przyszli na to miejsce, które Bóg wskazał, Abraham zbudował tam ołtarz, ułożył na nim drwa i związawszy syna swego Izaaka położył go na tych drwach na ołtarzu. Potem Abraham sięgnął ręką po nóż, aby zabić swego syna.

Ale wtedy anioł Pana zawołał na niego z nieba i rzekł: „Abrahamie!” A on rzekł: „Oto jestem”. Powiedział mu: „Nie podnoś ręki na chłopca i nie czyń mu nic złego! Teraz poznałem, że boisz się Boga, bo nie odmówiłeś Mi nawet twego jedynego syna”.

Abraham, obejrzawszy się poza siebie, spostrzegł barana uwikłanego rogami w zaroślach. Poszedł więc, wziął barana i złożył w ofierze całopalnej zamiast swego syna. I dał Abraham miejscu temu nazwę „Pan widzi”. Stąd to mówi się dzisiaj: „Na wzgórzu Pan się ukazuje”.

Po czym anioł Pana przemówił głośno z nieba do Abrahama po raz drugi: „Przysięgam na siebie, mówi Pan, że ponieważ uczyniłeś to, iż nie oszczędziłeś syna twego jedynego, będę ci błogosławił i dam ci potomstwo tak liczne jak gwiazdy na niebie i jak ziarnka piasku na wybrzeżu morza; potomkowie twoi zdobędą warownie swych nieprzyjaciół. Wszystkie ludy ziemi będą sobie życzyć szczęścia na wzór twego potomstwa, dlatego że usłuchałeś mego rozkazu”.

## LECTIO DIVINA – METODA CZYTANIA I ROZWAŻANIA SŁOWA BOŻEGO

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 rozważanie Bożego Słowa zobaczę, kim jestem, zmieni się także moje działanie w świecie.**

Kilka uwag o miejscu modlitwy, czasie oraz pozycji modlitwowej.

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 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. (Jk 1, 23)*. Zadań 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 cię 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.

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 oraz inne czytniki obsługujące format .mobi na stronie: [www.onjest.pl/slowo](http://www.onjest.pl/slowo)



Facebook: [@lectiodivina.onjest](https://www.facebook.com/lectiodivina.onjest)