

Chodzić w Duchu Świętym

30 tydzień zwykły

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)

25.10.2020

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, Elżbieta Gładka, Monika Grozik, Józefa Zygmunt – Dłubacz, Maria Bodys

Korekta:

Jerzy Prokopiuk

Rysunek:

Marta Stańco

Dystrybucja broszury:

Basia i Marek Mikucy

Asysta kościelna:

ks. Wojciech Jaśkiewicz

Aplikacje mobilne:

Tomek Romanowski/ Tymoteusz Abramek

Druk:

Drukarnia Urdruk, Oleśnica

Projekty graficzne:

Gladiatore Marketing Michał Gadomski

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



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: slowo@onjest.pl lub przekazać swoje uwagi Księdzu Proboszczowi.

Pozdrawiamy i życzymy błogosławionego spotkania ze Słowem Bożym - Redakcja

25.10.2020, niedziela

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO KOCHAĆ CAŁYM SOBĄ

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 22, 34-40

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:

- Przyzwyczailiśmy się do byle jakiej miłości, nie tylko wobec Boga, ale także wobec drugiego człowieka. W ogóle zaakceptowaliśmy bylejąkość w naszym życiu. Żyjemy czasami jak żaba w błocie, nie wiedząc, że można żyć inaczej. Naszym błotem jest życie w grzechu i akceptacja grzechu jako normalnego środowiska życia. A Jezus przypomina pierwsze i największe przykazanie, w którym akcent postawiony jest na kochanie Boga całym sobą. Kochanie nie tylko samym sercem, nie tylko samą duszą i nie tylko samym umysłem. Prawdziwa miłość zakłada trzy w jednym: serce, wolę i umysł. Czy każda z tych władz jest jakoś włączona w twoją relację miłości wobec Boga i bliźniego?
- Przysłowie mówi, że jeśli Pan Bóg jest na pierwszym miejscu to wszystko jest na właściwym miejscu. Jeśli kochamy Boga całym sobą, to i powoli będziemy kochać i siebie, i drugiego człowieka w sposób właściwy. Często drugi człowiek staje się bożkiem i zajmuje miejsce żywego i prawdziwego Boga, jeśli miłość Boga nie jest ważniejsza. Bywa, że bożkiem w naszym życiu staje się mąż, dzieci, wnuki lub jakiś idol. Niekoniecznie przyznajemy się do tego wprost, ale nasze myślenie i działanie obnażają nasze serce. A jaka jest ta hierarchia w twoim życiu? Przyjrzyj się, ile czasu poświęcasz Bogu w zwykłym dniu. Pomyśl, czy odbębniasz modlitwę, czy prowadzisz dialog - mówisz i słuchasz?
- Wielokrotnie pragniemy kochać innych, omijając siebie w tej miłości. Z biegiem czasu głęboko doświadczamy, że nasze życie się wywraca, ponieważ my sami głęboko potrzebujemy akceptacji, miłosierdzia, współczucia i delikatności, jak nowo narodzone dziecko. Miłość siebie domaga się akceptacji swoich granic - inteligencji, wytrzymałości czy akceptacji tego kim jesteś. Jakie masz zdanie o sobie? Czy wierzysz Bogu, że On akceptuje ciebie takim, jakim jesteś, że dla Niego jesteś ukochanym synem/ córką?

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, naucz mnie co to znaczy kochać całym sobą Ciebie, siebie i drugiego człowieka. Pokaż mi co to znaczy żyć pełnym sercem, prawdziwie.

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?

26.10.2020, poniedziałek

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO ROZSMAKOWAĆ SIĘ W SŁOWIE BOŻYM

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:

Psalm 1, 1-6

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:

- Psalm 1 to najkrótsza synteza tego, co daje słowo Boże. *On jest jak drzewo zasadzone nad płynącą wodą, które wydaje owoc w swoim czasie. Liście jego nie więdną, a wszystko, co czyni, jest udane.* Człowiek może mieć dobre chęci, zaangażować się na maxa i okaże się po pewnym czasie, że niewiele z tego wynika. Może to rodzić frustracje, rozczarowanie i niechęć do jakiegokolwiek zaangażowania. Kluczem są dobre wybory, które przynoszą owoce w swoim czasie. Zaangażowanie i trud to dopiero rzecz wtórna. Kluczowy jest wybór. Czy dokonujesz dobrych wyborów w swoim życiu? Jakie one rodzą owoce?
- Dobre wybory związane są z czytaniem, rozważaniem i wprowadzaniem w życie Bożego słowa: *Szczęśliwy człowiek, który w Prawie Pańskim upodobał sobie i rozmyśla nad nim dniem i nocą.* Jakiegokolwiek rozmyślanie związane jest z poświęconym czasem i to wcale nie krótkim. **Rozmyślanie dniem i nocą** zakłada poświęcenie wiele czasu na słowo Boże. Tłumaczenie polskie używa sformułowania "rozmyśla", ale użyte tu hebrajskie "hagah" można tłumaczyć także jako: jęczeć, krzyczeć, wzdychać, cmokać, wypowiadać na głos, mruzczyć, szeptać, rozsmakowywać się z lubością. Słowo Boże to największy obiekt miłości wierzącego Żyda. To spotkanie z samym Bogiem żywym. Ile czasu poświęcasz na słuchanie słowa Bożego? Czy Słowo Boże jest obiektem twojego intensywnego zainteresowania, czy wręcz miłości?

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 za miłość do słowa Bożego. Dziękuję Ci za poświęcony czas na Twoje słowo. Dziękuję Ci za dobre wybory.

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?

27.10.2020, wtorek

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO UCZYĆ SIĘ KOCHAĆ 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:

List św. Pawła do Efezjan 5, 21-33

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:

- Czy św. Paweł podawał jakieś specjalne wymagania dla małżonków, tylko ich dotyczące? Nie do końca. Przecież Jezus postawił wszystkim jednakowo wysoką poprzeczkę: *To jest moje przykazanie, abyście się wzajemnie miłowali, tak jak Ja was umiłowałem. Nikt nie ma większej miłości od tej, gdy ktoś życie swoje oddaje za przyjaciół swoich.* (J 15,12-13) Więc miłość w małżeństwie jest w sposób szczególnie wypełnieniem nowego przykazania miłości Jezusa, które obowiązuje nie tylko wobec małżonka.
- Czasem jednak najbliższych jest najtrudniej kochać. Może stąd taki wywód apostoła o małżeństwie. Być z kimś blisko, znaczy przecież usunąć zasieki, bariery obronne, zdjąć maski, odsłonić się... narażając na zranienie, które w takiej relacji boli szczególnie. Czy właśnie tego nie uczy nas Jezus swoim przykładem? On ogołocił samego siebie i stał się podobnym do nas, pozwolił się zmiażdżyć i zamordować tym, których pragnął zbawić. Przeżył zdradę uczniów i przyjął każdy grzech mój i Twój przybijający Go do krzyża. Zgodził się to wszystko przeżyć, aby stać się nam bliskim - Emmanuelem.
- W innym miejscu Paweł pisze: *A jeśli kto nie dba o swoich, a zwłaszcza o domowników, wyparł się wiary i gorszy jest od niewierzącego.* (1 Tm 5,8) Bywa, że łatwiej i chętniej pomaga się poza domem, jest się miłym i dobrym dla obcych czy znajomych. Cóż to jest warte, jeśli dla bliskich brakuje dobroci, cierpliwości i zwykłego uśmiechu? Czy dbasz, by okazywać miłość najbliższym, tak by to czuli? Czy walczysz ze swym egoizmem, by kochać bezinteresownie - okazując dobroć niezależnie od tego, czy bliźni spełnia Twe oczekiwania, zasługuje na to czy nie, sprawia Ci przykrość, czy jest miły?

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 wyznaję, że nie potrafię kochać swoimi siłami. Proszę, napełnij mnie Twoją miłością, uzdalniaj do kochania jak Ty!

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?

28.10.2020, środa , Św. Apostołów Szymona i Judy Tadeusza

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM I MODLIĆ SIĘ

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 Mądrości Syracha 35,12-14.16-18

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:

- Jaka powinna być nasza modlitwa? Dzisiejsze Słowo uczy nas wiele na ten temat. Po pierwsze, jak Bóg zachowuje się wobec naszej modlitwy? Pan wysłuchuje prośby, nie lekceważy błagania, z upodobaniem przyjmuje, ujmuje się za sprawiedliwymi, wydaje słuszny wyrok. Zatem modlitwa nasza powinna być wytrwała, ufna, nieustanna. I jeszcze jedno: powinna mieć cel. Czy zastanawiałeś się kiedykolwiek, jaki jest **cel** twojej modlitwy? Bo jeśli jest cel, to jest i kierunek, mapa, drogowskazy. Jeśli nie ma celu, błąkasz się po bezdrożach.
- Modlitwa nasza powinna być połączona ze służbą Bogu. *Kto służy Bogu, z upodobaniem będzie przyjęty, a błaganie jego dosięgnie obłoków.* Czasem mam wrażenie, że w naturze ludzkiej leży skłonność do przesady w jedną lub w drugą stronę. Jedni dużo się modlą, zaniedbując obowiązki stanu i różne sprawy życiowe, jak choćby dbanie o siebie. Inni angażują się bardzo na rzecz Kościoła: wspólnota, diakonia, spotkania, aktywność, służba służba, służba.... ale nie mają czasu na modlitwę osobistą. Ich życie przypomina żonę, która tak bardzo chciała solidnie pracować w firmie swojego męża, że zupełnie przestała interesować się nim samym. W którą stronę idzie twoja skłonność?
- Krzywda i bieda zbliżają nas do Boga. Wyzwalają takie pokłady modlitwy, o jakich w dobrych czasach nawet nam się śniło.

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, Ty nigdy nie lekceważysz mojego błagania. Bądź uwielbiony.

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?

29.10.2020, czwartek

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM STAJĄC DO WALKI ZE ZŁYM

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 Efezjan 6, 10-20

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:

- Szatan, upadły anioł, ten, który dzieli i oszukuje (grec. diabolos), nie odstępuje od nas w naszym życiu na krok i nikt, nawet nasz Pan, nie uchronił się przed diabelskimi atakami. Żyjemy w świecie, w którym przebiegłość szatana przybiera na sile. Stosuje on różne strategie do walki z człowiekiem, aby odciągnąć go od Boga. Życie chrześcijanina staje się zatem nieustanną z nim walką. Święty Paweł, inicjator walki duchowej, proponuje mi dziś, abym "stanęła" z nim "do walki" o zbawienie swoje i najbliższych (innych) "w pełnej zbroi Bożej" - jak rycerz. Podpowiada, że walka ze Złym będzie możliwa, gdy "będę mocna w Panu - siłą Jego potęgi". Gdy będę świadoma, że tylko w relacji z Bogiem w Trójcy Świętej Jedyńnym moje działanie i zwycięstwo będzie miało jakąkolwiek moc. Poleganie na swej własnej sile nic nie da. Rysuje portret "wojownika Pana", który będzie skutecznie zwyciężał z przeciwnikiem, a nie przegrywał.
- Do elementów "zbroi wojownika Pana" zalicza: prawdę, sprawiedliwość Bożą, głoszenie Dobrej Nowiny, wiarę, nadzieję zbawienia, Słowo Boże. Klamrą spinającą te wszystkie elementy ma być modlitwa w Duchu! O nią mam się troszczyć szczególnie i nie ustawać, idąc za przykładem naszego Zbawiciela. Ma ona być głosem mojej wiary w Boga, mojej ufności i miłości, a najważniejsza w niej ma być moja żywa więź z Panem i Zbawicielem.
- Aby zostać zbawioną mam szczególnie zadbać o "miecz Ducha, to jest słowo Boże". Posługując się Nim, będę mogła skutecznie nie tylko chronić się przed Złym, ale go też atakować. Jak Chrystus podczas kuszenia (zob: Mt 4, 1-11). Jest to, najlepszy z możliwych, sposób na pokonanie szatana. Wkładajmy więc "zbroję Pana" każdego dnia i jak pisze święty Jakub, przeciwstawiamy się diabłu, a on od nas ucieknie (zob: Jk 4,7). Czy mam świadomość istnienia osobowego zła w świecie? Jak próbuję się chronić przed nim? Co jest moim orężem w tej walce? Czy korzystam ze "zbroi Bożej" w codziennym życiu? Jaką formę obrony wybieram najczęściej?

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:** „Błogosławiony Pan, Opoka moja. On moje ręce zaprawia do walki, moje palce do bitwy. On mocą i warownią moją, osłoną moją i moim wybawcą, moją tarczą i Tym, któremu ufam” (Ps 144, 1 - 2)*

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?

30.10.2020, piątek

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM I WYRAŻAĆ WDZIĘCZNOŚĆ

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 1,1-11

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:

- Lepiej zrozumiemy tekst, gdy uświadomimy sobie 2 rzeczy związane z Listem do Filipian. Po pierwsze, Filippi to pierwsza wspólnota chrześcijańska założona przez św. Pawła w Europie, takie pierwociny Europy dla Chrystusa. Po drugie, List czasami określa się mianem "listu wdzięczności". Zwroty - *dziękuję Bogu mojemu, ilekroć was wspominam; noszę was wszystkich w sercu; gorąco tęsknię za wami* - wskazują na wyjątkową więź, jaka łączyła apostoła z Filipianami. Św. Paweł miał konkretne powody do wdzięczności - Filipianie wielokrotnie przychodzili mu z pomocą, szczególnie materialną, dlatego mówi, że mają oni udział w jego łasce szerzenia Ewangelii. Wsparcie misjonarzy, dzieł miłosierdzia, ewangelizacji, utrzymania parafii - to nasz wkład. Zdajesz sobie sprawę, że masz wtedy swój udział w szerzeniu Ewangelii?
- Wyrażana przez św. Pawła wdzięczność kazała mi pomyśleć, w jaki sposób ja realizuję ją w moim życiu. Spojrzałem lata wstecz, aby zobaczyć komu mogę być wdzięczny za to, co otrzymałem. Na myśl przyszła mi postać mojego dawnego proboszcza, dziś już 90-latką. Dlaczego nie pomyślałem do tej pory, aby wyrazić mu wdzięczność za przekazywanie wiary? Dlaczego tak często tyle słów wdzięczności na pogrzebach a nie wtedy, gdy człowiek żyje? Nie wiem, ale cieszę się, że Duch Boży podpowiada mi i pociąga mnie do wyrażenia wdzięczności. Czy są tacy ludzie w twoim życiu, czy wyrażałeś im swoją wdzięczność i szacunek za ich trud?
- *Mam właśnie ufność, że Ten, który zapoczątkował w was dobre dzieło, dokończy go do dnia Chrystusa Jezusa.* Tak często wydaje mi się, że tak bardzo się staram być lepszym, ale to Bóg sam prowadzi dzieło mojej przemiany. Jeśli tak, to właściwą reakcją z mojej strony jest przyzwolenie na Jego działanie we mnie i zmienianie mnie. Czy jest w tobie gotowość do przyzwolenia Bogu, aby swoje dzieło w tobie kontynuował tak, abyś mógł być "świętym i nieskalanym" gdy staniesz z Nim twarzą w twarz? Co ci w tym przeszkadza? Czy może boisz się, że tak naprawdę Bóg nie jest wobec ciebie dobry i każe ci cierpieć? W dialogu z Nim podziel się swoimi wątpliwościami i tym, co jest w twoim sercu.

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

Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przepraszania, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. Możesz modlić się tak: Panie Jezu, wiem, że jesteś wobec mnie dobry, choć czasem mam wątpliwości. Wlej w moje serce swojego Ducha wolności, radości i pokoju jako pieczęci Twojej łaski.

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?

31.10.2020, sobota

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO UCZYĆ SIĘ POKORY OD JEZUSA

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 14,1.7-11

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:

- Faryzeusze ze względu na szczególną gorliwość w zachowywaniu Prawa uważali, że są bliżej Pana Boga, a przez to należą im się szczególne przywileje. Pokusa bycia ważniejszym od innych może dotyczyć każdego. Czyniąc coś dla innych (zwłaszcza dla osób wpływowych, ważnych społecznie) nie powinienem oczekiwać rewanżu, zapłaty. To co robię powinno wypływać z miłości. Jeśli chcę poznać swoje miejsce, to muszę się wpatrywać w Jezusa, który uniżył się nieskończenie i stał się Sługą wszystkich, zwłaszcza tych najmniejszych i najślabszych, Jezusa, którego serce jest ciche i pokorne.
- Umiejętność zajęcia ostatniego miejsca jest wyrazem wdzięczności i pokory wobec Boga. W oczach dzisiejszego świata pokora jest niewiele warta. Narażamy się więc na kpinę i śmieszność. Ale ta pokora wynika ze świadomości, że wszystko cokolwiek mam (życie, talenty, dobra materialne, pozycja społeczna...) jest niczym niezastąpionym darem Boga. On w swojej miłości i hojności troszczy się o mnie i daje wszystko czego potrzebuję, a nawet wiele więcej.
- Jaka jest moja relacja do drugiego człowieka? Czy porównuję się z innymi, rywalizuję? Czy potrafię zauważyć, docenić, ucieszyć się jego dobrem, a nawet uznać jego pierwszeństwo? Czy potrafię czynić dobro w sposób bezinteresowny?

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, oczyść moje serce z każdego ziarenka pychy, abym w każdym położeniu umiał wielbić Ciebie.

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

Actio (działanie)

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

Aneks:

CZYTANIA NA POSZCZEGÓLNE DNI TYGODNIA

25.10.2020, niedziela – Ewangelia według św. Mateusza 22, 34-40

Gdy faryzeusze dowiedzieli się, że Jezus zamknął usta saduceuszom, zebrali się razem, a jeden z nich, uczony w Prawie, zapytał wystawiając Go na próbę: “Nauczycielu, które przykazanie w Prawie jest największe?” On mu odpowiedział: “«Będziesz miłował Pana Boga swego całym swoim sercem, całą swoją duszą i całym swoim umysłem». To jest największe i pierwsze przykazanie. Drugie podobne jest do niego: «Będziesz miłował swego bliźniego jak siebie samego». Na tych dwóch przykazaniach opiera się całe Prawo i Prorocy»”.

26.10.2020, poniedziałek – Psalm 1, 1-6

Szczęśliwy człowiek, który nie idzie za radą występnych, nie wchodzi na drogę grzeszników i nie zasiada w gronie szyderców, lecz w Prawie Pańskim upodobał sobie i rozmyśla nad nim dniem i nocą. On jest jak drzewo zasadzone nad płynącą wodą, które wydaje owoc w swoim czasie. Liście jego nie więdną, a wszystko, co czyni, jest udane. Co innego grzesznicy: są jak plewa, którą wiatr rozmiata. Albowiem droga sprawiedliwych jest Panu znana, a droga występnych zaginie.

27.10.2020, wtorek – List św. Pawła do Efezjan 5, 21-33

Bracia: Bądźcie sobie wzajemnie poddani w bojaźni Chrystusowej. Żony niechaj będą poddane swym mężom, jak Panu, bo mąż jest głową żony, jak i Chrystus – Głową Kościoła: On – Zbawca Ciała. Lecz jak Kościół poddany jest Chrystusowi, tak i żony mężom – we wszystkim. Mężowie, miłujcie żony, bo i Chrystus umiłował Kościół i wydał za niego samego siebie, aby go uświęcić, oczyściwszy obmyciem wodą, któremu towarzyszy słowo, aby samemu sobie przedstawić Kościół jako chwalebny, niemający skazy czy zmarszczki, czy czegoś podobnego, lecz aby był święty i nieskalany. Mężowie powinni miłować swoje żony, tak jak własne ciało. Kto miłuje swoją żonę, siebie samego miłuje. Przecież nigdy nikt nie odnosił się z nienawiścią do własnego ciała, lecz

każdy je żywi i pielęgnuje, jak i Chrystus – Kościół, bo jesteśmy członkami Jego Ciała. Dlatego opuści człowiek ojca i matkę, a połączy się z żoną swoją, i będą dwoje jednym ciałem. Tajemnica to wielka, a ja mówię: w odniesieniu do Chrystusa i do Kościoła. W końcu więc niechaj również każdy z was tak miłuje swą żonę jak siebie samego. A żona niechaj ze czcią się odnosi do swojego męża.

28.10.2020, środa – Księga Mądrości Syracha 35,12-14.16-18

Pan jest Sędzią, który nie ma względu na osoby. Nie będzie miał On względu na osobę przeciw biednemu, owszem, wysłucha prośby pokrzywdzonego. Nie lekceważy błagania sieroty i wdowy, kiedy się skarży. Kto służy Bogu, z upodobaniem będzie przyjęty, a błaganie jego dosięgnie obłoków. Modlitwa biednego przeniknie obłoki i nie ustanie, aż dojdzie do celu. Nie odstąpi ona, aż wejrzy Najwyższy i ujmie się za sprawiedliwymi, i wyda słuszny wyrok.

29.10.2020, czwartek – List św. Pawła do Efezjan 6, 10-20

Bądźcie mocni w Panu – siłą Jego potęgi. Przyobleczcie pełną zbroję Bożą, byście mogli się ostać wobec podstępnych zakusów diabła. Nie toczymy bowiem walki przeciw krwi i ciału, lecz przeciw Zwierzchnościom, przeciw Władzom, przeciw rządcom świata tych ciemności, przeciw duchowym pierwiastkom zła na wyżynach niebieskich. Dlatego przywdziejcie pełną zbroję Bożą, abyście się zdołali przeciwstawić w dzień zły i ostać, zwalczwszy wszystko. Stańcie więc do walki, przepasawszy biodra wasze prawdą i przyoblóktszy pancerz, którym jest sprawiedliwość, a obuwszy nogi w gotowość głoszenia dobrej nowiny o pokoju. W każdym położeniu bierzcie wiarę jako tarczę, dzięki której zdołacie zgasić wszystkie rozżarzone pociski Złego. Weźcie też hełm zbawienia i miecz Ducha, to jest słowo Boże – wśród wszelakiej modlitwy i błagania. Przy każdej sposobności módlcie się w Duchu! Nad tym właśnie czuwajcie najusilniej i proście za wszystkich świętych i za mnie, aby dane mi było słowo, gdy usta otworzę, by jawnie i swobodnie głosić tajemnicę Ewangelii, dla której sprawuję poselstwo jako więzień – żebym jawnie ją wypowiedział, tak jak winienem.

30.10.2020, piątek – List św. Pawła do Filipian 1,1-11

Paweł i Tymoteusz, słudzy Chrystusa Jezusa, do wszystkich świętych w Chrystusie Jezusie, którzy są w Filipi, wraz z biskupami i diakonami. Łaska wam i pokój od Boga, Ojca naszego, i Pana, Jezusa Chrystusa! Dziękuję Bogu mojemu, ilekroć was wspominam – zawsze, w każdej modlitwie, zanosząc ją z radością za was wszystkich – z powodu waszego udziału w szerzeniu Ewangelii od pierwszego dnia aż do chwili obecnej. Mam właśnie ufność, że Ten, który zapoczątkował w was dobre dzieło, dokończy go do dnia Chrystusa Jezusa.

Słusznie przecież mogę tak o was myśleć, bo noszę was wszystkich w sercu jako tych, którzy mają udział w mojej łasce: zarówno w moich kajdanach, jak i w obronie Ewangelii uzasadnionej dowodami. Albowiem Bóg jest mi świadkiem, jak gorąco tęsknię za wami wszystkimi ożywiony miłością Chrystusa Jezusa. A modlę się o to, by miłość wasza doskonalila się coraz bardziej i bardziej w głębszym poznaniu i wszelkim wyczuciu dla oceny tego, co lepsze, abyście byli czysti i bez zarzutu na dzień Chrystusa, napełnieni płonem sprawiedliwości, który przynosimy przez Jezusa Chrystusa, na chwałę i cześć Boga.

31.10.2020, sobota – Ewangelia według św. Łukasza 14,1.7-11

Gdy Jezus przyszedł do domu pewnego przywódcy faryzeuszów, aby w szabat spożyć posiłek, oni Go śledzili. Potem opowiedział zaproszonym przypowieść, gdy zauważył, jak sobie pierwsze miejsca wybierali. Tak mówił do nich:

«Jeśli cię ktoś zaprosi na ucztę, nie zajmuj pierwszego miejsca, by przypadkiem ktoś znamienitszy od ciebie nie był zaproszony przez niego. Wówczas przyjdzie ten, kto was obu zaprosił, i powie ci: „Ustąp temu miejsca”, a wtedy musiałbyś ze wstydem zająć ostatnie miejsce. Lecz gdy będziesz zaproszony, idź i usiądź na ostatnim miejscu. A gdy przyjdzie ten, który cię zaprosił, powie ci: „Przyjacielu, przesiądź się wyżej”. I spotka cię zaszczyt wobec wszystkich współbiesiadników. Każdy bowiem, kto się wywyższa, będzie poniżony, a kto się unią, będzie wywyższony».

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)*. 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.

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



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