

# Nawracać się

5 tydzień Wielkiego Postu

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)*

21.03.2021

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, Elżbieta Gładka, Monika Grozik, Józefa Zygmunt – Dłubacz, Maria Bodys
Korekta:	Jerzy Prokopiuk
Rysunek:	Marta Stańco
Dystrybucja broszury:	Basia i Marek Mikuccy
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](http://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: [slovo@onjest.pl](mailto:slovo@onjest.pl) lub przekazać swoje uwagi Księdzu Proboszczowi.

Pozdrawiamy i życzymy błogosławionego spotkania ze Słowem Bożym - Redakcja

21.03.2021, niedziela

## NAWRACAĆ SIĘ TO PRZYJĄĆ I GŁOŚCIĆ WIELKIE DZIEŁA BOŻE

**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 12, 20-33

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:

- Do apostołów podchodzą poganie, wierzący, lecz nie Izraelici. To ludzie jak ja i ty. Przychodzą i o co proszą? Mówią: "Chcemy ujrzeć (**znać, zapamiętać, widzieć**) Jezusa (**JAHWE jest zbawieniem**)! Oni chcą, by apostołowie doprowadzili ich do Boga. Uczniowie myślą i pytają jeden drugiego co zrobić, w końcu to poganie. I chyba dlatego Jezus mówi to kazanie, z mocą i świadectwem. Przecież On przyszedł zbawić wszystkich, którzy chcą Go spotkać „stał się sprawcą zbawienia wiecznego dla wszystkich, którzy Go słuchają” (Hbr 5,9)
- To bardzo ważne dla mnie. Jestem wierzącym katolikiem i coraz częściej spotykam na swej drodze „pogan”, ludzi, którzy odeszli lub nigdy nie poznali „JAHWE jest zbawieniem”. Każdy z nich w jakiś sposób, poszukuje Boga w swoim buncie, negacji Kościoła i Tradycji, uwikłaniu w inne religie czy sekty, czy w pytaniach i wątpliwościach. Czy jestem gotowy służyć im oraz opowiadać o Miłości Bożej?
- Czy głoszę? Przecież jeśli wyłącznie „kocham swoje życie” we wspólnocie, wśród znajomych wyznających te same zasady oraz zaciszu domowym, to nie idę za Panem, pielgrzymem i nauczycielem. Wtedy zamykam się i nie głoszę i „umieram” duchowo. Jeśli jednak jestem z Nim na drodze, mówię i świadczę o Nim to pomimo iż sam "obumieram"- w trudnościach, wyrzeczeniach i pokonywaniu samego siebie - to daję i otrzymuję Jego ŻYCIE. Przecież powiedział „kto zaś chciałby Mi służyć, niech idzie za Mną”.
- Jak służyć innym, również tym poza Kościołem? Czy jestem dla ludzi zniechęconych wiarą i życiem, odrzucających Boga, skrzywdzonych oraz tych, którzy są dla mnie trudnością? Czy głoszę Jezusa w rodzinie, sklepie i pracy nawet drobnymi gestami, daniem miłości oraz przykładem życia? A może oglądam/oglądasz się na innych, bo to „oni” mają odwagę mówić o Nim, a nie ja!

### 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 Jezu wysławiam imię Twoje! Daj mi prośbę siłę, odwagę, mądrość oraz miłość bym mógł być świadkiem Twojej Ofiary i Odkupienia.

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?

22.03.2021, poniedziałek

## NAWRACAĆ SIĘ, TO PROSIĆ O DAR BOJAŻNI BOŻEJ

**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 Daniela 13, 41c- 62

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:

- Zuzanna nie chcąc popełnić grzechu cudzołóstwa z poważanymi starcami ma świadomość, że skazuje się na śmierć. Nie chcąc wejść w grzeszne układy, naraża swoje życie na niebezpieczeństwo. Zuzanna posiada ważny dar - dar bojaźni Bożej. Woła bowiem do Boga żywego: «*Wiekuiesty Boże, który znasz to, co jest ukryte, i wiesz wszystko, zanim się stanie. Ty wiesz, że złożyli fałszywe oskarżenie przeciw mnie. Oto umieram, chociaż nie uczyniłam nic z tego, o co mnie oni złośliwie obwiniają*». Bóg żywy nie może nie odpowiedzieć na jej wołanie. **A Pan wysłuchał jej głosu. Gdy ją prowadzono na stracenie, wzbudził Bóg świętego ducha w młodzieńcu imieniem Daniel.** Czym jest zatem dar Bojaźni Bożej? Autor Mądrości Syracydesa tak charakteryzuje ten dar: *Temu, kto się Pana boi, dobrze będzie na końcu, a w dniu swej śmierci będzie błogostawiony. Początkiem mądrości jest bojaźń Pana.[..] Albowiem mądrość i wykształcenie to bojaźń Pana.* (Syr 1, 13-14a.27)
- Daniel będąc wezwany przez Boga żywego, aby bronić Zuzanny, otrzymuje specjalny dar mądrości, który pozwala mu dowieść niewinność Zuzanny. Wykazuje poważanym starcom ich zakłamanie i obłudę. To, czego Bóg oczekuje od człowieka oskarżonego, to skruszonego ducha: **Pan jest blisko skruszonych w sercu i wybawia złamanych na duchu.** (Ps 34,19) Wiara i dar bojaźni Bożej przeprowadziły Zuzannę przez jej zagrożenie, przez ból, rozdarte i może złamane serce. *Oczy Pana [zwrócone są] ku sprawiedliwym, a Jego uszy na ich wołanie. Wołali, a Pan ich wysłuchał i uwolnił od wszystkich przeciwności.* (Ps 34, 16-17) Potrzebujemy wzrastać w wierze, aby pomyślnie przekraczać nasze własne zagrożenia. Potrzebujemy wołać o przymnażanie wiary w sytuacjach trudnych czy wręcz bez wyjścia. Potrzebujemy prosić o dar bojaźni Bożej. Jak zachowujesz się w sytuacjach trudnych dla siebie? Czy prosisz o dar Bojaźni Bożej?

### 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 dar bojaźni Bożej. Dziękuję za wzrastanie w wierze.

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?

23.03.2021, wtorek , Św. Turybiusza z Mongrovejo

## NAWRACAĆ SIĘ TO POZNAWAĆ SERCE OJCA

**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 8, 21-30

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:

- Jezus mówi o sobie: *Ja nic sam z siebie nie czynię, ale że mówię to, czego Mnie Ojciec nauczył (...) Ja zawsze czynię to, co się Jemu podoba.* List do Hebrajczyków mówi: *Wielokrotnie i na różne sposoby przemawiał niegdyś Bóg do ojców przez proroków, a w tych ostatecznych dniach przemówił do nas przez Syna.* (Hbr 1,1-2) Wiemy dobrze, że Jezus jest Słowem Ojca wypowiedzianym do nas, ale czy rzeczywiście ma to wpływ na Twoją wiarę i obraz Boga Ojca? Jaki miejsce w Twoim sercu zajmuje Ojciec?
- Wszystkie czyny Jezusa są czynami Ojca. Kiedy Jezus wzruszał się nad cierpieniem ludzi, kiedy uzdrawiał, karmił, uwalniał, wskrzeszał, dawał nadzieję - to wszystko czynił także Ojciec. Gdy apostoł Filip zapytał Jezusa: *«Panie, pokaż nam Ojca, a to nam wystarczy»*, usłyszał: *Kto Mnie zobaczył, zobaczył także i Ojca. (...) Słów tych, które wam mówię, nie wypowiadam od siebie. Ojciec, który trwa we Mnie, On sam dokonuje tych dzieł.* Czy Bóg Ojciec jest Ci bliski, czy utożsamiasz cuda Jezusa z działaniem Ojca? Czy w sercu nie przeciwstawiasz dobrego bliskiego Jezusa, dalekiemu, surowemu Ojcu, którego nie znasz i któremu nie można do końca zaufać?
- Bóg Ojciec w wielu miejscach mówi o swoich zamiarach względem nas. Rz 8,32: *On, który nawet własnego Syna nie oszczędził, ale go za nas wszystkich wydał, jakżeby nie miał z nim darować nam wszystkiego?* Rz 8, 28-30: *Wiemy też, że Bóg z tymi, którzy Go miłują, współdziała we wszystkim dla ich dobra, z tymi, którzy są powołani według [Jego] zamiaru. Albowiem tych, których od wieków poznał, tych też przeznaczył na to, by się stali na wzór obrazu Jego Syna, aby On był pierworodnym między wielu braćmi.* Ef 1,5: *Z miłości przeznaczył nas dla siebie jako przybranych synów przez Jezusa Chrystusa.*

### 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 Św. pokaż mi, czy moja relacja z Ojcem jest dobra. Proszę, rozlej we mnie poznanie miłości Ojca, uzdrów moje zahamowania i lęki. Pomóż mi zanurzyć się w bezpiecznym i czułym sercu Taty, wołaj we mnie „Abba”!

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?

24.03.2021, środa

## NAWRACAĆ SIĘ TO ODWRÓCIĆ SMARTFONA EKRANEM W DÓŁ

**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 Daniela 3, 14-20. 91-92. 95**

*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:

- Król powtarza dwukrotnie: *posągowi, który wzniosłem; posągowi, który uczyniłem*. Napawa się dumą. Wymienia dokładnie instrumenty, które grają przy oddawaniu pokłonu. Wyobrażam sobie takie biblijne *tutti forte fortissimo* - gdy słyszę taki moment w filharmonii, robi wrażenie. Coś podobnego dzieje się teraz gdy świat zmierza do końca. Wszystko jedno, czy to będzie za rok, czy za tysiąc lat - koniec jest coraz bliżej. Nieprawość narasta, sodomia podnosi głowę, coraz więcej zła, coraz mniej dobra. Zło jest jak orkiestra Nabuchodonozora, która czyni coraz większy hałas; świat jest jak rozpalony grzechem piec, w którym już nie ma miejsca dla Boga. A my, jak trzej młodzieńcy, możemy poddać się zwątpieniu - lub nie. *Kto wytrwa do końca, ten będzie zbawiony*.
- Czasem, gdy zło w naszym życiu kumuluje się, przychodzą pokusy: "Gdzie jest ten twój Bóg? Dlaczego nie interweniuje? Jest obojętny! Złorzecz Bogu i umieraj!". Czasem jesteśmy wrzuceni do ognia doświadczeń - choroba, utrata pracy, wypadek, rozwód, śmierć... Gdy znajdziemy się na dnie rozpalonego pieca cierpień - pamiętajmy, że to nie Bóg jest sprawcą zła. On w takich sytuacjach posyła anioła pokoju, który stoi przy nas i zapewnia, że przetrwamy. Nie rzucaj w Boga kamieniami pretensji. Przyłgnij do Niego, a nie odstępuj. *Kto wytrwa do końca, ten będzie zbawiony*.
- Oddawanie czci kojarzy mi się z oddawaniem czasu. Tyle czasu oddam Bogu, ile mam dla Niego czci. Oddawanie pokłonu to konkretna pozycja ciała - nachylenie do przodu. Codziennie widzę dziesiątki osób nachylonych do przodu - wpatrzonych nieustannie w smartfony. W jaki sposób oddajesz Bogu swoje ciało? Nie chodzi o wielkie ofiary, ale o przeżywanie codzienności, akceptację i pokój wobec przeszkód. *Kto wytrwa do końca, ten będzie zbawiony*.

### **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: Pan blisko jest, oczekuj Go; Pan blisko jest, w Nim serca moc.*

*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?*

25.03.2021, czwartek , Uroczystść Zwiastowania Pańskiego

## NAWRACAĆ SIĘ I BYĆ SZCZĘŚLIWYM

**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:

- Kiedyś - po rekolekcjach Lectio Divina ze św. Markiem, w przeddzień Zwiastowania Pańskiego, po medytacji w Maryjną uroczystość - w moim kalendarzu zapisałam słowa: „Raduj się (...) znalazłaś bowiem łaskę u Pana (...) Dla Boga nie ma nic niemożliwego” (Łk 1,30.37). Moja radość wywołana bliskim spotkaniem z Panem była olbrzymia. Pan autentycznie obdarzył mnie swoją łaską i obdarza po dziś dzień. Bliskie spotkania z Jego słowem dają moc do życia, które nie zawsze „ustłane jest różami”.
- Anioł Gabriel, przychodząc do Maryi, rzekł do Niej: „*Bądź pozdrowiona, łaski pełna, Pan z Tobą, błogosławiona jesteś między niewiastami*”. Tak rozpoczyna się najważniejsze spotkanie w dziejach świata, nowa era, nowa relacja pomiędzy Bogiem a Jego ludem. Maryja - jedna z nas - powierza się Bogu, który w Niej staje się ciałem za sprawą Ducha Świętego. Rodzi Boskiego Syna, który jest Emmanuelem, to znaczy „Bogiem z nami”. Pan przychodzi do Niej, jest z Nią, obdarza Ją swoją łaską, przez co staje się błogosławioną, czyli szczęśliwą. Mimo początkowych obaw i lęku staje się spokojna i pogodna jak dziecko w rękach matki. Z odpowiedzialnością i nadzieją powierza się Bogu: „*Niech mi się stanie według słowa Twego*”. To co się wydarzyło zmieniło Jej życie. Swoim „Fiat” pozwoliła Bogu na przyście, na spotkanie, w którym możemy uczestniczyć również i my.
- Do każdej i każdego z nas Bóg codziennie posyła anioła ze swoim zwiastowaniem. Wystarczy tylko Go posłuchać. Otworzyć się na Bożą łaskę, Boże błogosławieństwo i Boże słowo, które stanie się pokarmem dla naszych serc. Wystarczy, wzorem Maryi, znaleźć czas na spotkanie z przychodzącym Bogiem, a wtedy, tak jak Ona, staniemy się „pełni łaski”, to znaczy pełni Boga, pełni miłości, czyli szczęśliwi. Pan jest blisko ze swoją uprzedzającą miłością. Jemu możesz zaufać i powierzyć wszystko, a wtedy radość i szczęście zagości w Twoim sercu na zawsze.
- W jakich okolicznościach czuję się szczęśliwy; co wtedy przeżywam? Czy znajduję czas na bliskie spotkania z Bogiem? Czy relacja z Bogiem daje mi szczęście? Czy potrafię słuchać tego, co zwiastuje mi Bóg? Jak często powierzam sprawę Bogu, mówiąc Mu „Fiat”?

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

Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przeproszenia, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. **Możesz modlić się tak:** Panie, dziękuję Ci za Twoją Łaskę i szczęście. W Tobie moja moc, bądź ze mną i we mnie.

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?



26.03.2021, piątek

## NAWRACAĆ SIĘ, TO SZUKAĆ PRAWDY PRZEZ DUŻE „P”

**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 10, 31-42

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 przejeżdżałem samochodem obok billboardów promujących życie i miłość taty i mamy. Najpierw ktoś domalował na nich, że "aborcja jest ok", ktoś inny to zamazał a teraz znów plamy farby rozlane na całej powierzchni. Żydzi z dzisiejszego czytania przetłumaczyli sobie na swój sposób, że Jezus jednak czyni zło. Niszczący billboardy z przesłaniem życia też uważają podobnie. Jedni i drudzy mają swoją własną prawdę i usprawiedliwiają nią wszelkie zło, jakiego się dopuszczają. Ale czy ja też nie tworzę swojej własnej prawdy tam, gdzie mi wygodnie zamiast szukać Prawdy?
- Zamknięcie, brak dialogu, nieprzyjmowanie prawdy o sobie to objawy głębszej choroby serca, którą Jezus nazywa zatwardziałością serca. To choroba serca, dobrze scharakteryzowana przez proroka Izajasza: *Słuchać będziecie, a nie zrozumiecie, patrzeć będziecie, a nie zobaczycie. Bo stwardniało serce tego ludu, ich uszy stępiały i oczy swe zamknęli, żeby oczami nie widzieli ani uszami nie słyszeli, ani swym sercem nie rozumieli: i nie nawrócili się, abym ich uzdrowił.* (Mt 13, 14). Jezus potwierdza swoją naukę czynami, ale ludziom o zatwardziałym sercu nic one nie mówią. *Ukazałem wam wiele dobrych czynów pochodzących od Ojca. Za który z tych czynów chcecie Mnie ukamienować?*
- *Wierzcie moim dziełom, abyście poznali i wiedzieli, że Ojciec jest we Mnie, a Ja w Ojcu.* Dzieła Ojca, przez Syna wobec nas to miłosierdzie i przebaczenie grzechów. Ludzie nie chcą wierzyć słowom, ale o wiele bardziej są skłonni uwierzyć dziełom. Jak wygląda moja jałmużna w tegorocznym Wielkim Poście? Jak w ogóle przejawia się moje miłosierdzie wobec innych, w konkretnie? Czy i jak uczę tego swoje dzieci, wnuki, daję przykład znajomym?

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

Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przeproszenia, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. **Możesz modlić się tak:** Jezu proszę Cię o łaskę otwartości na Ducha Świętego. Proszę Cię o pragnienie nawracania się, aby moje serce nie stawało się twarde i niewrażliwe, aby szukało Prawdy.

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?

27.03.2021, sobota

## **NAWRACAĆ SIĘ, TO BYĆ WDZIĘCZNYM JEZUSOWI ZA JEGO MĘKĘ I ŚMIERĆ**

**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 11,45-47**

*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:

- Jezus dopiero co dokonał niesamowitego cudu – wskrzesił Łazarza. O Jego działalności zrobiło się głośno. Pewnie o Nim, Jego cudach rozmawiano w wielu miejscach. Sława ta była powodem obaw przywódców religijnych. W ich mniemaniu zagrażał istniejącemu porządkowi politycznemu. Jezus stał się po ludzku niewygodny. Dzisiaj już nie ma prawie miejsc, w których by nie słyszano o Jezusie. Jego nauczanie i postawa dzisiejszych wyznawców budzą wiele skrajnych emocji (radość, pokój, agresję, ...). Co we mnie wzbudza Osoba Jezusa: zachwyt, miłość, pragnienie poznania Go i pójścia za Nim? A może: niechęć, bunt, okopywanie się na swoim stanowisku, kpinę? Czy pragnę, aby Jezus działał również w moim życiu, czy raczej wolę, aby trzymał się ode mnie z daleka?
- Kajfasz, chcąc pozbyć się niewygodnego człowieka, nakierowuje myślenie kapłanów na zabicie Jezusa. Taki czyn wyciszyłby poruszenie wśród ludzi, jakie wywoływał Jezus, a dodatkowo pogrzebałby ewentualne wyobrażenia niektórych o Jezusie – Mesjaszu politycznym. Gotów był poświęcić jednego człowieka za cenę swojego spokoju. Czy ja nie buduję sobie czasem wygodnego życia, minimalizując własne trudności, kłopoty, kosztem innych? Czy moje sukcesy, komfort psychiczny nie pozostawiają po sobie „ofiar” z ludzi wokół mnie? Czy rezygnując z niesienia własnego krzyża, nie staję się krzyżem dla innych?
- Słowa Kajfasza okazały się prorocze. Jezus umarł nie tylko za naród żydowski, ale za każdego człowieka, żyjącego wcześniej, obecnie i tego, który się jeszcze narodzi. Umarł również za mnie. Zrobił to z miłości, dobrowolnie, aby otworzyć mi niebo, abym mógł mieć udział w życiu wiecznym. Czy mam świadomość wielkości tej ofiary, jakie skutki ona niesie (życie wieczne)? Czy dziękuję Mu za to?

### **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 to, że nie pozwalasz mi pozostać obojętnym na 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?*

Aneks:

## CZYTANIA NA POSZCZEGÓLNE DNI TYGODNIA

### 21.03.2021, niedziela – Ewangelia według św. Jana 12, 20-33

*Wśród tych, którzy przybyli, aby oddać pokłon Bogu w czasie święta, byli też niektórzy Grecy. Oni więc przystąpili do Filipa, pochodzącego z Betsaidy Galilejskiej, i prosili go, mówiąc: «Panie, chcemy ujrzeć Jezusa». Filip poszedł i powiedział Andrzejowi. Z kolei Andrzej i Filip poszli i powiedzieli Jezusowi. A Jezus dał im taką odpowiedź: «Nadeszła godzina, aby został otoczony chwałą Syn Człowieczy. Zaprawdę, zaprawdę, powiadam wam: Jeśli ziarno pszenicy, wpadłszy w ziemię, nie obumrze, zostanie samo jedno, ale jeśli obumrze, przynosi plon obfity. Ten, kto kocha swoje życie, traci je, a kto nienawidzi swego życia na tym świecie, zachowa je na życie wieczne. Kto zaś chciałby Mi służyć, niech idzie za Mną, a gdzie Ja jestem, tam będzie i mój sługa. A jeśli ktoś Mi służy, uczci go mój Ojciec. Teraz dusza moja doznała lęku i cóż mam powiedzieć? Ojcze, wybaw Mnie od tej godziny. Ależ właśnie dlatego przyszedłem na tę godzinę. Ojcze, wsław imię Twoje!» Wtem rozległ się głos z nieba: «Już wsławiłem i jeszcze wsławię». Stojący tłum to usłyszał i mówił: «Zagrzmiało!» Inni mówili: «Anioł przemówił do Niego». Na to rzekł Jezus: «Głos ten rozległ się nie ze względu na Mnie, ale ze względu na was. Teraz odbywa się sąd nad tym światem. Teraz władca tego świata zostanie wyrzucony precz. A Ja, gdy zostanę nad ziemię wywyższony, przyciągnę wszystkich do siebie». To mówił, oznaczając, jaką śmiercią miał umrzeć.*

### 22.03.2021, poniedziałek – Księga Proroka Daniela 13, 41c- 62

*Na wygnaniu w Babilonie zgromadzenie Izraela skazało na śmierć Zuzannę, fałszywie oskarżoną przez dwóch starców. Wtedy Zuzanna zawołała donośnym głosem: «Wiekuisty Boże, który znasz to, co jest ukryte, i wiesz wszystko, zanim się stanie. Ty wiesz, że złożyli fałszywe oskarżenie przeciw mnie. Oto umieram, chociaż nie uczyniłam nic z tego, o co mnie oni złośliwie obwiniają». A Pan wysłuchał jej głosu. Gdy ją prowadzono na stracenie, wzbudził Bóg świętego ducha w młodzieńcu imieniem Daniel. Zawołał on donośnym głosem: «Jestem czysty od jej krwi!» Cały zaś lud zwrócił się do niego, mówiąc: «Co oznacza to słowo, które wypowiedziałeś?» On zaś, powstawszy wśród nich, powiedział: «Czy tak bardzo jesteście nierozumni, Izraelici, że skazujecie córkę izraelską bez dochodzenia i pewności? Wróćcie do sądu, bo ci ją fałszywie obwinili». Cały lud zawrócił w pośpiechu. Starsi zaś powiedzieli: «Usiądź tu wśród nas i wyjaśnij nam, bo tobie dał Bóg przywilej starszeństwa». Daniel powiedział do nich: «Rozdzielcie ich, jednego daleko od drugiego, a ja ich osądzę». Gdy zaś zostali oddzieleni od siebie, zawołał jednego z nich i powiedział do niego: «Zestarzałeś się w przewrotności, a teraz wychodzą na jaw twe grzechy, jakie poprzednio popełniłeś, wydając niesprawiedliwe wyroki. Potępiałeś niewinnych i uwalniałeś winnych, chociaż Pan powiedział: Nie przyczynisz się do śmierci niewinnego i sprawiedliwego. Teraz więc, jeśli ją rzeczywiście widziałeś, powiedz, pod jakim drzewem widziałeś ich obcujących z sobą?» On zaś powiedział: «Pod lentyszkiem». Daniel odrzekł: «Dobrze! Skłamałeś na swą własną zgubę. Już bowiem anioł Boży otrzymał od Boga wyrok na ciebie, by cię rozedrzeć na dwoje». Odesławszy go, rozkazał przyprowadzić drugiego i powiedział do niego: «Potomku kananejski, a nie judzki, piękność sprowadziła cię na bezdroża, a żądza uczyniła twe serce przewrotnym. Tak postępowaliście z córkami izraelskimi, one zaś, bojąc się, obcowaly z wami. Córka judzka jednak nie zgodziła się na waszą nieprawość. Powiedz mi więc teraz, pod jakim drzewem spotkałeś ich obcujących z sobą?» On zaś powiedział: «Pod dębem». Wtedy Daniel powiedział do niego: «Dobrze! Skłamałeś i ty na swoją własną zgubę. Czeka bowiem anioł*

*Boży z mieczem w ręku, by rozciąć cię na dwoje, by was wytępić!» Całe zgromadzenie zawołało głośno i wychwalało Boga, że ocala tych, co pokładają w Nim nadzieję. Zwrócili się następnie przeciw obu starcom, ponieważ Daniel wykazał na podstawie ich własnych słów nieprawdziwość oskarżenia. Postąpiono z nimi według miary zła wyrządzonego przez nich bliźnim, zabijając ich według Prawa Mojżeszowego. W dniu tym ocalono niewinną krew.*

### **23.03.2021, wtorek – Ewangelia według św. Jana 8, 21-30**

*Jezus powiedział do faryzeuszów: «Ja odchodzę, a wy będziecie Mnie szukać i w grzechu swoim pomrzecie. Tam gdzie Ja idę, wy pójść nie możecie». Mówili więc Żydzi: «Czyżby miał sam siebie zabić, skoro powiada: Tam, gdzie Ja idę, wy pójść nie możecie?» A On rzekł do nich: «Wy jesteście z niskości, a Ja jestem z wysoka. Wy jesteście z tego świata, Ja nie jestem z tego świata. Powiedziałem wam, że pomrzecie w grzechach swoich. Jeżeli bowiem nie uwierzycie, że Ja Jestem, pomrzecie w grzechach waszych». Powiedzieli do Niego: «Kimże Ty jesteś?» Odpowiedział im Jezus: «Przede wszystkim po cóż do was mówię? Wiele mam w waszej sprawie do powiedzenia i do osądzenia. Ale Ten, który Mnie posłał, jest prawdomówny, a Ja mówię wobec świata to, co usłyszałem od Niego». A oni nie pojęli, że im mówił o Ojcu. Rzekł więc do nich Jezus: «Gdy wywyższycie Syna Człowieczego, wtedy poznacie, że Ja Jestem i że Ja nic sam z siebie nie czynię, ale że mówię to, czego Mnie Ojciec nauczył. A Ten, który Mnie posłał, jest ze Mną; nie pozostawił Mnie samego, bo Ja zawsze czynię to, co się Jemu podoba». Kiedy to mówił, wielu uwierzyło w Niego.*

### **24.03.2021, środa – Księga Proroka Daniela 3, 14-20. 91-92. 95**

*Król Nabuchodonozor powiedział: Czy jest prawdą, Szadraku, Mészaku i Abed-Nego, że nie czcicie mojego boga ani nie oddajecie pokłonu złotemu posągowi, który wzniosłem? Czy teraz jesteście gotowi - w chwili gdy usłyszycie dźwięk rogu, fletu, lutni, harfy, psalterium, dud i wszelkiego rodzaju instrumentów muzycznych - upaść na twarz i oddać pokłon posągowi, który uczyniłem? Jeżeli zaś nie oddacie pokłonu, zostaniecie natychmiast wrzuceni do rozpalonego pieca. Który zaś bóg mógłby was wyrwać z moich rąk? Szadrak, Mészak i Abed-Nego odpowiedzieli, zwracając się do króla Nabuchodonozora: Nie musimy tobie, królu, odpowiadać w tej sprawie. Jeżeli nasz Bóg, któremu służymy, zechce nas wybawić z rozpalonego pieca, może nas wyratować z twej ręki, królu! Jeśli zaś nie, wiedz, królu, że nie będziemy czcić twego boga, ani oddawać pokłonu złotemu posągowi, który wzniosłeś. Na to wpadł Nabuchodonozor w gniew, a wyraz jego twarzy zmienił się w stosunku do Szadraka, Mészaka i Abed-Nega. Wydał rozkaz, by rozpalono piec siedem razy bardziej, niż było trzeba. Mężom zaś najsilniejszym spośród swego wojska polecił związać Szadraka, Mészaka i Abed-Nega i wrzucić ich do rozpalonego pieca. Król Nabuchodonozor popadł w zdumienie i powstał spiesznie. Zwrócił się do swych doradców, mówiąc: Czy nie wrzuciliśmy trzech związanych mężów do ognia? Oni zaś odpowiedzieli królowi: Rzeczywiście, królu. On zaś w odpowiedzi rzekł: lecz widzę czterech mężów rozwiązanych, przechadzających się pośród ognia i nie dzieje się im nic złego; wygląd czwartego przypomina anioła. Nabuchodonozor powiedział na to: Niech będzie błogosławiony Bóg Szadraka, Mészaka i Abed-Nega, który posłał swego anioła, by uratował swoje sługi. W Nim pokładali swą ufność i przekroczyli nakaz królewski, oddając swe ciała, aby nie oddawać czci ani pokłonu innemu bogu poza Nim.*

### **25.03.2021, 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. Anioł wszedł do Niej i rzekł: „Bądź pozdrowiona, pełna łaski, Pan z Tobą, błogosławiona jesteś między niewiastami”. Ona zmieszana się na te słowa i rozważała, co miałyby znaczyć to pozdrowienie. Lecz anioł rzekł do Niej: „Nie bój się, Maryjo, znalazłaś bowiem łaskę u Boga. Oto poczniesz i porodysz Syna, któremu nadasz imię Jezus. Będzie On wielki i będzie 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 osłoni Cię. 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, która uchodzi za nieplodną. Dla Boga bowiem nie ma nic niemożliwego”. Na to rzekła Maryja: „Oto ja służebnica Pańska, niech mi się stanie według twego słowa”. Wtedy odszedł od Niej anioł.

### **26.03.2021, piątek – Ewangelia według św. Jana 10, 31-42**

Żydzi porwali za kamienie, aby Jezusa ukamienować. Odpowiedział im Jezus: «Ukazałem wam wiele dobrych czynów, które pochodzą od Ojca. Za który z tych czynów chcecie Mnie kamienować?» Odpowiedzieli Mu Żydzi: «Nie kamienujemy Cię za dobry czyn, ale za bluźnierstwo, za to, że Ty, będąc człowiekiem, uważasz siebie za Boga». Odpowiedział im Jezus: «Czyż nie napisano w waszym Prawie: „Ja rzekłem: Bogami jesteście?” Jeżeli Pismo nazwało bogami tych, do których skierowano słowo Boże – a Pisma nie można odrzucić – to czemu wy o Tym, którego Ojciec poświęcił i posłał na świat, mówicie: „Bluźnisz”, dlatego że powiedziałem: „Jestem Synem Bożym?” Jeżeli nie dokonuję dzieł mojego Ojca, to Mi nie wierzcie! Jeżeli jednak dokonuję, to choć nie wierzylibyście Mi, wierzcie moim dziełom, abyście poznali i wiedzieli, że Ojciec jest we Mnie, a Ja w Ojcu». I znowu starali się Go pojmać, ale On uszedł z ich rąk. I powtórnie udał się za Jordan, na miejsce, gdzie Jan poprzednio udzielał chrztu, i tam przebywał. Wielu przybyło do Niego, mówiąc, iż Jan wprawdzie nie uczynił żadnego znaku, ale wszystko, co Jan o Nim powiedział, było prawdą. I wielu tam w Niego uwierzyło.

### **27.03.2021, sobota – Ewangelia według św. Jana 11,45-47**

Wielu spośród Żydów przybyłych do Marii, ujrawszy to, czego Jezus dokonał, uwierzyło w Niego. Niektórzy z nich udali się do faryzeuszów i donieśli im, co Jezus uczynił. Arcykapłani więc i faryzeusze zwołali Sanhedryn i rzekli: «Cóż zrobimy wobec tego, że ten człowiek czyni wiele znaków? Jeżeli Go tak pozostawimy, to wszyscy uwierzą w Niego, a przyjdą Rzymianie i zniszczą nasze miejsce święte i nasz naród». Wówczas jeden z nich, Kajfasz, który w owym roku był najwyższym kapłanem, rzekł do nich: «Wy nic nie rozumiecie i nie bierzecie tego pod rozwagę, że lepiej jest dla was, aby jeden człowiek umarł za lud, niżby miał zginąć cały naród». Tego jednak nie powiedział sam od siebie, ale jako najwyższy kapłan w owym roku wypowiedział proroctwo, że Jezus ma umrzeć za naród, i nie tylko za naród, ale także po to, by rozproszone dzieci Boże zgromadzić w jedno. Tego więc dnia postanowili Go zabić. Odtąd Jezus już nie występował otwarcie wśród Żydów, tylko odszedł stamtąd do krainy w pobliżu pustyni, do miasta zwanego Efraim, i tam przebywał ze swymi uczniami. A była blisko Pascha żydowska. Wielu przed Paschą udawało się z tej okolicy do Jerozolimy, aby się oczyścić. Oni więc szukali Jezusa i gdy stanęli w świątyni, mówili jeden do drugiego: «Jak wam się zdaje? Czyżby nie miał przyjść na święto?» Arcykapłani zaś i faryzeusze wydali polecenie, aby każdy, ktokolwiek będzie wiedział o miejscu Jego pobytu, doniósł o tym, by można było Go pojmać.

## 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 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 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)*. Zadał 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)