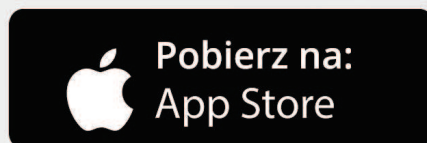
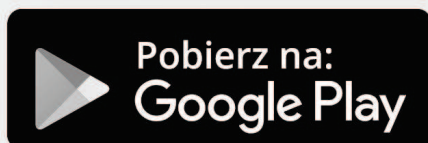


Możesz korzystać z rozważań **LectioDivina** używając swojego smartfona lub innego urządzenia mobilnego. Aplikację możesz pobrać gratis, podając w wyszukiwarce: **“LectioDivina – On Jest”**



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



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

Nawracać się

6 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)

28.03.2021

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

Projekt graficzny: Gladiatore Marketing Michał Gadomski

Niniejsze rozważania przygotowują osoby ze wspólnoty „On Jest”, Ruchu Światło – Życie

Źródło czytań zamieszczonych w aneksie: www.liturgia.wiara.pl



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. Powtarzamy go zatem także w myśli – może nam pomóc zamknięcie oczu. Angażujemy na tym etapie nie tylko rozum, ale także i serce. Można się zastanowić, dlaczego ten fragment mnie zainteresował, pytać się co ten fragment mi mówi, objawia, komunikuje. Ważne jest, aby medytować tylko jeden fragment. Jeśli poruszyło cię więcej fragmentów, zatrzymaj się na pierwszym, pozostałe w tej medytacji cię nie interesują.

Oratio – Teraz ty mów do Boga, a jeśli zabraknie Ci słów to trwaj przed nim bez słów (contemplatio).

Na pewnym etapie medytacji zamienia się 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 moją 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 zabraknie 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 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 znaczący 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.

LECTIO DIVINA – METODA CZYTANIA I ROZWAŻANIA SŁOWA BOŻEGO

Mnisi znali dwa sposoby medytacji Słowa Bożego: **ruminatio** – przetrwanie Słowa Bożego poprzez jego ciągłe powtarzanie oraz **lectio divina** – Bożą lekturę, w której chodziło o to, aby wszystkie słowa Biblii rozumieć jako drogę do Boga, jako opis drogi duchowej. Kluczowe jest tu pytanie: kim jestem, co jest tajemnicą mojego życia, kim i czym stałem się dzięki Jezusowi Chrystusowi? **Kiedy bowiem poprzez rozważanie Bożego Słowa zobaczę, kim jestem, zmieni się także moje działanie w świecie.**

Kilka uwag o miejscu modlitwy, czasie oraz pozycji modlitewnej.

1. **Miejsce** – idealne to kościół czy kaplica z wystawionym Najświętszym Sakramentem. W praktyce będzie to każde miejsce, w którym znajdziemy choć odrobinę wyciszenia.
2. **Czas** – przynajmniej kwadrans. Dobrze, jeśli będzie to pół godziny. Pora dnia nie jest istotna, ważne tylko, byśmy byli przytomni i w czasie modlitwy nie zasnęli.
3. **Pozycja w czasie modlitwy** – godna i wygodna. Można klęczeć, siedzieć na małej ławeczce, można też zwyczajnie usiąść na wygodnym krześle przy stole.

Przebieg *lectio divina*

Istotą tej metody jest jej podział na kilka części:

1. **Czytanie (*lectio*),**
2. **Medytację (*meditatio*),**
3. **Modlitwę (*oratio*) i trwanie przed Bogiem (*contemplatio*),**
4. **Działanie (*actio*)**

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

Lectio – Czytaj z wiarą i uważnie święty tekst, jak gdyby dyktował go dla ciebie Duch Święty.

Wybieramy dłuższy fragment tekstu. Nie zakładamy, że przeczytamy go w całości. Może się zdarzyć, że już pierwszy werset będzie tym fragmentem, nad którym powinniśmy zatrzymać się dłużej. Czytam Pismo Święte powoli i uważnie, nie po to, by pomnożyć swoją wiedzę, lecz by spotkać Boga w Jego Słowie. W czytaniu chodzi bowiem o znalezienie takiego fragmentu (zwykle będzie to jeden werset, czasami kilka), który nas poruszy. To poruszenie może mieć bardzo różny charakter. Może to być ciekawość, niezrozumienie, pociecha, piękno, niepokój. Poruszenie jest świadectwem, że ten werset jest dla nas osobiście ważny. Bardzo ważną informacją jest złość lub agresja rodząca się podczas czytania Słowa Bożego. Oznacza ona bowiem, że Jezus w Słowie Bożym dotyka jakiejś nieuporządkowanej dziedziny naszego życia. Jest bardzo istotne zwrócenie uwagi na uczucia, które nam towarzyszą. Nie mamy wpływu na uczucia, które się rodzą. Są ważne, ponieważ, ukazują nam one stan naszego serca. Nie ma uczuć dobrych i złych, ponieważ są one obojętne moralnie. Jeżeli rodzi się uczucie zazdrości lub niechęci to nie jest to grzechem. Grzechem może stać się dopiero nasza odpowiedź na to uczucie.

Znalezienie tekstu, który Cię porusza jest sygnałem, że kończy się etap *lectio*.

Droży 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 zaprosz 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 lub przekazać swoje uwagi Księdzu Proboszczowi.

Pozdrawiamy i życzymy błogosławionego spotkania ze Słowem Bożym - Redakcja

28.03.2021, niedziela , Niedziela Męki Pańskiej (Palmowa)

NAWRACAĆ SIĘ TO PRZYJĄC JEZUSA - BOGA I CZŁOWIEKA

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 2, 6-11

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:

- Jeśli ktoś zapytałby mnie o definicję Bożej Miłości, to ten fragment jest jednym z najlepszych, jakie znam. Gdy go czytam, zawsze zachwyca mnie i wzrusza, choć wciąż mi trudno sobie wyobrazić skalę uniżenia Jezusa. Pamiętam film dokumentalny. Dwóch młodych ludzi, na kilka tygodni staje się bezdomnymi w Nowym Jorku. Można było obserwować, jak ich człowieczeństwo kruszy się w samotności, odrzuceniu, głodzie, zimnie i strachu. Cierpienie i ból przerosły ich wyobrażenia. Wrócili do domów, a ich film poruszył wielu w Ameryce oraz zwrócił uwagę na problem bezdomności.
- To był tylko film i pewien epizod w ich życiu. Tymczasem Jezus Chrystus będąc Bogiem „ogotocił samego siebie, przyjąwszy postać sługi, stając się podobnym do ludzi”. Jak wielka, czy raczej nieskończona, musi być MIŁOŚĆ BOŻA! Ja często nie potrafię zrównać się z moimi dziećmi, aby je zrozumieć, gdy krzyczą, płaczą czy buntują się. A gdy wytrącają mnie z równowagi lub robią nie tak jak ja oczekuję, to nie znajduję zrozumienia ani miłosiernego spojrzenia. Nie potrafię przytulić, pocałować i pierwszy przeprosić. A On „uniżył samego siebie, stając się posłusznym aż do śmierci – i to śmierci krzyżowej”.
- Bóg pomimo to, że wciąż Go porzucam dla grzechu, staje obok mnie, by być ze mną w tym, co mnie powala. A nawet więcej, On ofiarował się jako przebłaganie za moje winy. Tylko On, będąc Panem wszystkiego, mógł złożyć ofiarę przebłagalną za mnie i za ciebie. Dlatego to dzięki Jego obecności, Miłości i ofierze jesteśmy w stanie pokonywać samych siebie, kochać (nawet wrogów), czy umierać dla innych „ku chwale Boga Ojca”.

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:** „I aby wszelki język wyznał, że Jezus Chrystus jest Panem” - tak Jezus, Ty jesteś moim Panem i Zbawicielem.

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?

02.04.2021, piątek – Ewangelia według św. Jana 19, 17-30

Zabrali zatem Jezusa. A On sam, dźwigając krzyż, wyszedł na miejsce zwane Miejscem Czaszki, które po hebrajsku nazywa się Golgota. Tam Go ukrzyżowano, a z Nim dwóch innych, z jednej i drugiej strony, pośrodku zaś Jezusa. Wypisał też Piłat tytuł winy i kazał go umieścić na krzyżu. A było napisane: Jezus Nazarejczyk, Król żydowski. Napis ten czytało wielu Żydów, ponieważ miejsce, gdzie ukrzyżowano Jezusa, było blisko miasta. A było napisane w języku hebrajskim, łacińskim i greckim. Arcykapłani żydowscy mówili do Piłata: Nie pisz: Król żydowski, ale że On powiedział: Jestem Królem żydowskim. Odparł Piłat: I. Com napisał, napisałem. Żołnierze zaś, gdy ukrzyżowali Jezusa, wzięli Jego szaty i podzielili na cztery części, dla każdego żołnierza jedna część; wzięli także tunikę. Tunika zaś nie była szyta, ale cała tkana od góry do dołu. Mówili więc między sobą: Nie rozdierajmy jej, ale rzućmy o nią losy, do kogo ma należeć. Tak miały się wypełnić słowa Pisma: Podzielili między siebie szaty moje, a o moją suknię rzucili losy. To właśnie uczynili żołnierze. A obok krzyża Jezusowego stały: Matka Jego i siostra Matki Jego, Maria, żona Kleofasa, i Maria Magdalena. Kiedy więc Jezus ujrzał Matkę i stojącego obok Niej ucznia, którego miłował, rzekł do Matki: Niewiasto, oto syn Twój. Następnie rzekł do ucznia: Oto Matka twoja. I od tej godziny uczeń wziął ją do siebie. Potem Jezus świadom, że już wszystko się dokonało, aby się wypełniło Pismo, rzekł: Pragnę. Stało tam naczynie pełne octu. Nałożono więc na hizop gąbkę nasączoną octem i do ust Mu podano. A gdy Jezus skosztował octu, rzekł: Dokonało się! I skłoniwszy głowę, oddał ducha.

03.04.2021, sobota – Ewangelia według św. Mateusza 28, 1-10

Po upływie szabatu, o świcie pierwszego dnia tygodnia przyszła Maria Magdalena i druga Maria obejrzeć grób. A oto powstało wielkie trzęsienie ziemi. Albowiem anioł Pański zstąpił z nieba, podszedł, odsunął kamień i usiadł na nim. Postać jego była jak błyskawica, a szaty jego białe jak śnieg. Ze strachu przed nim zadrżeli strażnicy i podrętwieli jak umarli. Anioł zaś przemówił do niewiast: «Wy się nie bójcie! Bo wiem, że szukacie Jezusa Ukrzyżowanego. Nie ma Go tu, bo zmartwychwstał, jak powiedział. Chodźcie, zobaczcie miejsce, gdzie leżał. A idźcie szybko i powiedzcie Jego uczniom: "Powstał z martwych i udaje się przed wami do Galilei. Tam Go ujrzycie". Oto co wam powiedziałem». Pospiesznie więc oddaliły się od grobu z bojaźnią i wielką radością i biegły oznajmić to Jego uczniom. A oto Jezus stanął przed nimi i rzekł: «Witajcie». One zbliżyły się do Niego, objęły Go za nogi i oddały Mu pokłon. A Jezus rzekł do nich: «Nie bójcie się. Idźcie i oznajmijcie moim braciom: niech idą do Galilei, tam Mnie zobaczą».

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».

31.03.2021, środa – Księga Proroka Izajasza 50, 4-9a

Pan Bóg mnie obdarzył językiem wymownym, bym umiał przyjść z pomocą strudzonemu, przez słowo krzepiące. Każdego rana pobudza me ucho, bym słuchał jak uczniowie. Pan Bóg otworzył Mi ucho, a Ja się nie oparłem ani się 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?

01.04.2021, czwartek – Ewangelia według św. Jana 13,1-15

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 poznasz to później». 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 wy powinniście sobie nawzajem umywać nogi. Dałem wam bowiem przykład, abyście i wy tak czynili, jak Ja wam uczyniłem».

29.03.2021, poniedziałek , Wielki Poniedziałek

NAWRACAĆ SIĘ, TO PRZYJĄĆ DAR KOBIETY

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, 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:

- W poniedziałek Wielkiego Tygodnia, Kościół proponuje nam Słowo ukazujące miłość i wrażliwość kobiety, wyrażoną przez gest namaszczenia drogocennym olejkiem. Z drugiej strony mamy Jezusa, który ten dar kobiecości - całą tę okazaną Mu wrażliwość i miłość - przyjmuje i docenia. *Marta usługiwała [...] Maria zaś wzięła funt szlachetnego, drogocennego olejku nardowego i namaściła Jezusowi stopy, a włosami swymi je otarła. A dom napełnił się wonią olejku. Dwie kobiety zaprzyjaźnione z Jezusem usługiwały Mu, ale każda z nich na swój sposób. Obydwie były potrzebne. Oba sposoby usługiwania Jezusowi wyrażały miłość i troskę. Czy odkryłeś swój sposób objawiania miłości Jezusowi, usługiwania Jezusowi? Czy odkryłeś i doceniłeś wszystkie wyrazy miłości, która objawiała ci się w twoim życiu przez posługę kobiet? Przez mamę, żonę, koleżankę, siostrę, babcię...?*
- Tego daru nie potrafił przyjąć Judasz. Nie potrafił wyjść poza swoje schematy myślenia. *«Czemu to nie sprzedano tego olejku za trzysta denarów i nie rozdano ich ubogim?» Powiedział zaś to nie dlatego, że dbał o biednych, ale ponieważ był złodziejem i mając trzos, wykradał to, co składano. Judasz nie potrafił przebić się przez swoje myślenie i swój grzech. Wszystko zredukowałby do pieniądza, inteligencji i samowystarczalności. Każdy dar, niezależnie od tego, czy to coś mojego, czy nie, da się zniszczyć. Można zniszczyć swoją męskość i kobiecość, swoją wrażliwość i piękno. Można zniszczyć także swoje człowieczeństwo. Jakie dary posiadasz, włączając w to także męskość i kobiecość? Czy dobrze z tych darów korzystasz? Czy inni są z tych darów zadowoleni?*

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 kobiecości w moim życiu. Dziękuję Ci Panie za wrażliwość kobiet i ich piękno zewnętrzne i wewnętrzne.

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?

30.03.2021, wtorek , Wielki Wtorek

NAWRACAĆ SIĘ TO BYĆ CORAZ BLIŻEJ 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. 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:

- *Jezus wzruszył się do głębi...* Warto spojrzeć na tą znaną nam scenę z perspektywy relacji. Jezus jest bardzo szczery, okazuje przyjaźń, czułość, bliskość z uczniami, których nazywa przyjaciółmi. Widać po Nim było głębokie wzruszenie. Ostatni raz siedzieli wszyscy razem, a On wiedział, że za chwilę odejdzie Judasz, potem pozostali. Dzielił się z przyjaciółmi swoim sercem - bólem z powodu Judasza, zadaniem jakie było przed Nim, relacją z Ojcem. Chciał być z nimi blisko, powtórzyć im najważniejsze rzeczy, umocnić ich na chwilę próby. *Dzieci, jeszcze krótko jestem z wami.*
- *Panie, dlaczego teraz nie mogę pójść za Tobą? Życie moje oddam za Ciebie.* Uczniowie byli skupieni na Jezusie, wsłuchani, starający się Go zrozumieć, pocieszyć, być blisko. Czy masz takie chwile z Jezusem? Modlitwy, kiedy nie Ty jesteś w centrum? Kiedy nie mówisz i nie myślisz o swoich potrzebach, ani o potrzebach całego świata... ale jesteś całkowicie "dla" Jezusa? Być całkowicie skupionym na Nim, na słuchaniu Jego serca. Może właśnie teraz, przed Paschą, jest czas, by odłożyć na bok wszystkie swoje uczucia i myśli, swoje "nie rozumiem", "nie potrafię", "potrzebuję" i po prostu kochać i być blisko. Dostrajając swoją duszę, do Jezusowej duszy. Każdego dnia wsłuchiwać się w Jego serce i być z Nim krok po kroku, przez mękę aż do zmartwychwstania.

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. proszę, daj mi serce czuwające, naucz mnie i uzdolnij być skupionym tylko na Jezusie.

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

28.03.2021, niedziela – List św. Pawła do Filipian 2, 6-11

Chrystus Jezus, istniejąc w postaci Bożej, nie skorzystał ze sposobności, aby na równi być z Bogiem, lecz ogołocił samego siebie, przyjąwszy postać sługi, stając się podobnym do ludzi. A w zewnętrznej postaci uznany za człowieka, uniżył samego siebie, stając się posłusznym aż do śmierci – i to śmierci krzyżowej. Dlatego też Bóg Go nad wszystko wywyższył i darował Mu imię ponad wszelkie imię, aby na imię Jezusa zgięło się każde kolano istot niebieskich i ziemskich, i podziemnych. I aby wszelki język wyznał, że Jezus Chrystus jest Panem – ku chwale Boga Ojca.

29.03.2021, poniedziałek – Ewangelia według św. Jana 12, 1-11

Na sześć dni przed Paschą Jezus przybył do Betanii, gdzie mieszkał Łazarz, którego Jezus wskrzesił z martwych. Urządzono tam dla Niego ucztę. Marta usługiwała, a Łazarz był jednym z zasiadających z Nim przy stole. Maria zaś wzięła funt szlachetnego, drogiego olejku nardowego i namaściła Jezusowi stopy, a włosami swymi je otarła. A dom napełnił się wonią olejku. Na to rzekł Judasz Iskariota, jeden z Jego uczniów, ten, który Go miał wydać: «Czemu to nie sprzedano tego olejku za trzysta denarów i nie rozdano ich ubogim?» Powiedział zaś to nie dlatego, że dbał o biednych, ale ponieważ był złodziejem i mając trzos, wykradał to, co składano. Na to rzekł Jezus: «Zostaw ją! Przechowała to, aby Mnie namaścić na dzień mojego pogrzebu. Bo ubogich zawsze macie u siebie, Mnie zaś nie zawsze macie». Wielki tłum Żydów dowiedział się, że tam jest; a przybyli nie tylko ze względu na Jezusa, ale także by ujrzeć Łazarza, którego wskrzesił z martwych. Arcykapłani zatem postanowili zabić również Łazarza, gdyż wielu z jego powodu odłączyło się od Żydów i uwierzyło w Jezusa.

30.03.2021, 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 prędeży!» 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

03.04.2021, sobota , Wielka Sobota, Wigilia Paschalna

SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO, TO ZAWIERZYĆ JEGO OBIETNICOM

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 28, 1-10

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:

- Tajemnica pustego grobu przerasta ludzki rozum. A to, co nieznane, może budzić lęk. Posłany przez Boga anioł już na wstępie mówi: „*Nie bójcie się*”. Jezus też niejednokrotnie mówi „*nie lękajcie się*”. On przynosi. Spotkanie z Nim, to spotkanie z Miłością, która pragnie tylko naszego dobra. Czy jest we mnie pokój? Co mnie porusza?
- Na Golgocie, a potem w pustym grobie, objawiły się najpełniej niepojęta miłość Boga do człowieka oraz Jego nieskończona potęga. Nikt i nic nie ma władzy nad Bogiem. On sam jest Panem życia i śmierci. On może dokonywać rzeczy po ludzku niemożliwych. On może i chce przemieniać moje życie. Czy wpuszczę do swego serca światło poranka zmartwychwstania? Czy szukam Tego, który prawdziwie zmartwychwstał i żyje? Bo *"jeśli Chrystus nie zmartwychwstał próżna jest nasza wiara"* (1 Kor 15,14).
- Miejscem spotkania uczniów z Jezusem ma być Galilea. Czy ja już spotkałem Jezusa Zmartwychwstałego? W którym momencie życia doświadczyłem spotkania z Nim? Czy wierzę, że On jest żywy? Że mam moc przemienić śmierć w życie? Że chce wnieść światło we wszystkie moje czarne miejsca płaczu i żałoby (grzechy, choroby, lęki, upadki,...)?
- Wszystkie zapowiedzi Jezusa się spełniają. „*Słowo, które wychodzi z ust moich, nie wraca do Mnie bezowocne, zanim wpięram go w ziemię, co chciałem, i nie spełnił pomyślnie swego posłannictwa*” (Iz 55,11). Zmartwychwstał, jak zapowiedział. Powiedział również, że przyjdzie powtórnie (por. Dz 1,11), że On jest drogą i prawdą, i życiem i nikt nie przychodzi do Ojca inaczej jak tylko przez Niego (por. J 14,6). Spełnienie tej zapowiedzi będzie też naszym udziałem. Czy jestem gotowy, gdyby to miało nastąpić dzisiaj? Jak jeszcze lepiej mogę się na to spotkanie przygotować?

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:** „Niech nas ogarnie łaska Twoja Panie, według ufności pokładanej w Tobie!” (Ps 33,22).

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?

31.03.2021, środa , Wielka Środa

NAWRÓCIĆ SIĘ Z GADANINY

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:

- Cierpienie to głęboka tajemnica, która nas przerasta. Usiłujemy ją opanowywać, nadając nazwy i definicje. Pan Bóg chce, Pan Bóg dopuszcza, Pan Bóg nie chce... Wpadamy w koleiny myślowe, zamiast zamilknąć z szacunkiem. Dzisiejsze wyznanie Izajasza przypomina mi księgę Hioba. Dopóki przyjaciele Hioba siedzieli przy nim w milczeniu, było dobrze. Gdy zaczęli go pouczać, obnażyli swoje niedostatki wiary i wiedzy. Czy potrafię zamilknąć, gdy ktoś cierpi? Być przy nim tak po prostu, jak przyjaciel? Bez pouczenia, nadawania sensów, dodawania interpretacji, szukania przyczyn, lawiny dobrych rad.
- Lekarstwem na cierpienie jest obecność. Jeśli ktoś choruje, cierpi - czy tylko wspominam go w myślach i modlitwie? Czy może jednak potrafię wziąć do ręki telefon i zadzwonić, albo chociaż napisać sms ze słowem *krzepiącym*? Cóż to da cierpiącemu, że tylko o nim myślę?
- W tajemnicy cierpienia, która nas przerasta, pojawia się Jezus - w swojej męce i śmierci. To On wchodzi najgłębiej w to doświadczenie i przyjmuje na Siebie wszystko, co jest zdolny przeżyć człowiek. Ból samotności, odrzucenia, obojętności. Samotność dogłębna, aż do rdzenia istnienia. Te dni właśnie teraz, przed nami. Bądźmy z Cierpiącym Jezusem poprzez obecność w głębokim milczeniu, pełnym 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:** Niesłyszana to jest dobroć, Za kogo na krzyżu umrzeć, Któż to może dzisiaj zdziałać, Za kogo swoją duszę dać? Sam to Pan Jezus wykonał, Bo nas wiernie umiłował.

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?

01.04.2021, czwartek , Wielki Czwartek

NAWRACAĆ SIĘ PRZEZ NAŚLADOWANIE SŁUŻBY 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. 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:

- To niesamowity wieczór. Uczniowie razem z Jezusem spożywają wieczerzę i chyba nie do końca są świadomi tego, co się będzie działo. W scenerii codzienności rozgrywają się zdarzenia, które będą później przez Kościół wspomniane przez tysiąclecia. Pan i Mistrz wstaje w trakcie posiłku i umywa nogi wszystkim uczniom. Gest ten jest czynnością, która była wykonywana przez niewolnika, świadcząca o gościnności i serdeczności przyjęcia. Bibliści mówią jeszcze o zażyłości oblubienicy wobec oblubieńca i szacunku syna wobec ojca.
- Uczniowie zaskoczeni całą tą sytuacją, nawet zazwyczaj dobrze zorientowany Piotr jest zdziwiony i protestuje. Nie podoba mu się to, że ten, który ma szansę zostać obwołany królem, staje się jak niewolnik. To może budzić sprzeciw. Nie pierwszy raz Jezus zachowuje się inaczej niż oczekiwaliby tego uczniowie. A On w swojej wolności i dobrze pojętej miłości jest gotowy umywać nam nogi. Czym jest to umywanie nóg drugiemu człowiekowi, które każe czynić Nauczyciel? Gotowością służby, otwartością na drugiego, ale też warto zauważyć, że Jezus nie zaprzecza swojej tożsamości Nauczyciela i Pana. To wszystko się nie wyklucza. Pełniąc swoją funkcję możesz służyć drugiemu.
- Przypomniała mi się taka scena z lat moich studiów, kiedy wchodziłam do dziekanatu swojego wydziału, po otwarciu drzwi słyszałam z ust kierowniczkę: "Czym mogę pani służyć?" Zawsze mnie to wzruszało, bo to było rzadkie zachowanie wobec studentów. Kiedyś, po wielu latach, ją spotkałam, ona oczywiście mnie nie pamiętała, ale mogłam jej podziękować za traktowanie mnie po ludzku. Ona była jedną z tych osób, które pokazywały mi wartość człowieczeństwa we mnie i w drugim. A wszystko przez tak prosty gest. Pomyśl, w jaki sposób, jakimi prostymi gestami, możesz usłużyć tym, z którymi jesteś na co dzień?

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, cichy i pokornego serca uczyn serca nasze według serca Twego.

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?

02.04.2021, piątek , Wielki Piątek; Św. Franciszka z Pauli

NAWRACAĆ SIĘ PATRZĄC NA KRZYŻ 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. Jana 19, 17-30

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:

- To tylko fragment z całej dzisiejszej Ewangelii, fragment skoncentrowany na krzyżu Jezusa. Czytam go wielokrotnie i ciągle na nowo dochodzę do przekonania, że tak naprawdę ani umysłem, ani uczuciem nie ogarniam, co oznacza krzyż Jezusa. Oczywiście jestem w stanie powtórzyć coś usłyszanego w kościele, ale ciągle mam przekonanie, że nie dotarłem do głębi tego wydarzenia. Jeśli u ciebie jest inaczej, to dziękuj Panu za dar zrozumienia tak wielkiej tajemnicy!
- Staję bezradny w nieustannej, już wieloletniej, próbie zrozumienia krzyża. Czy kiedyś mi się to uda? A może nie chodzi o to, aby zrozumieć, tylko aby przy nim być, trwać, kontemplować, przypatrywać się? Może zrozumienie przychodzi przez współodczuwanie? A może przez zwykłe towarzyszenie cierpiącemu Jezusowi? Spróbuj dziś adorować krzyż tak zwyczajnie przy nim trwając, nie zagadując Jezusa swoimi słowami. Gdy twoje myśli zaczną gdzieś dryfować, powtarzaj przez chwilę słowo "Jezus", aż myśli odpłyną i znowu będziesz blisko krzyża.
- Przyjrzyj się dziś szczególnie postawie Maryi, przeczytaj fragment jej "adoracji Jezusa na krzyżu" wiele razy. Spróbuj wyobrazić sobie, co czuje i myśli matka, gdy widzi cierpienie syna. Ale zobacz też, że Maryja wychodzi ponad to co ogląda - przyjmuje ucznia Jana, bierze jakby do swojego Niepokalanego Serca cały Kościół, także ten twój, w twoim domu. Jeśli nie rozumiesz krzyża, także swojego, to zanieś jej swoje myśli, poproś ją o pomoc w zrozumieniu i prowadzenie do zrozumienia męki, śmierci i zmartwychwstania jej syna.

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:** Niepokalana Matko Kościoła, pomóż mi zrozumieć ofiarę Twojego syna i jej znaczenie w moim życiu.

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

Actio (działanie)

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