

Chodzić w Duchu Świętym

26 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)

26.09.2021

Teksty dostępne na stronie: www.onjest.pl

Rysunek tygodnia:



Opracowanie rozważań:

Jolanta i Jerzy Prokopiuk, Łukasz Kneć, Monika Mosior, Jolanta Mikos, Przemek Rożnowski, Elżbieta Gładka, Józefa Zygmunt – Dłubacz, Maria Bodys, Małgorzata Marsicka, Monika Klawikowska, Małgorzata Wojdowska, Agnieszka Fryca-Kubińska, Patrycja Nocoń, Mateusz Kisiel, Sławomir Łasiewicki, Magdalena Fojutowska, Katarzyna Piwko – Zacharska, Piotr Stawiński

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

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

26.09.2021, niedziela , Świętych męczenników Kosmy i Damiana

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO PRZYWOŁYWAĆ ŻYWA OBECNOŚĆ BOŻĄ

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. Marka 9, 38-43. 45. 47-48

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:

- *w Twoje imię wyrzucał złe duchy.* W mentalności żydowskiej imię nie jest tylko nazwą, opisem, szczególnie gdy chodzi o imię Boga. Wymawiać imię, to jakby uobecnić osobę, wzywać Jego imienia to wchodzić z Nim we wspólnotę. Poznać Jego imię, to znaleźć się w samym centrum Bożej obecności. Działać w Jego imię, to zjednoczyć się z potęgą, jaką On sam posiada.
- Wymawiając Boże imię, ten ktoś o kim mówią apostołowie, przywoływał Bożej obecności - żywej, realnej, przemieniającej i kruszącej mury zła, niepojednania i rozłamu. Niedawno dane mi było doświadczyć tej mocy obecności Boga żywego w modlitwie za ciężko chorą żonę, gdy w imię Jezusa - przez moc Jego żywej obecności pomiędzy nami w sakramencie małżeństwa, modliłem się o uzdrowienie. W nocy wysłałem jej sms: "Pan działa". Następnego dnia nastąpiło przesilenie... Czy korzystasz z daru modlitwy "w imię Jezusa", przyzywając w ten sposób Jego uzdrawiającą obecność?
- Druga część dzisiejszego Słowa to wezwanie do radykalnego zerwania z grzechem. Utnij sobie rękę, nogę, wyłup oko, jeśli w ten sposób zerwiesz z grzechem, bo stawką jest życie wieczne! Oczywiście to hiperbole, ale są użyte po to, aby uświadomić mi, że zerwanie z grzechem ma być zdecydowane! A wszystko zaczyna się w sercu, to pytanie: Czy naprawdę chcę zerwać z grzechem? Zauważyłem u siebie, że gdy odpowiadam Panu: chcę - to przychodzi łaska większej świadomości tego, jakie sytuacje sprzyjają danemu grzechowi. Stąd już tylko krok, aby od nich uciekać. Tak więc, czy naprawdę z twojego wnętrza, z twoich trzewi, niesie się wołanie do Pana - Panie nie chcę już więcej grzeszyć?

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, naucz mnie modlić się w Twoje imię, przywoływać Twojej obecności, szczególnie przez wszystkie sakramenty, które przyjąłem.*

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?

27.09.2021, poniedziałek , Św. Wincentego a Paulo

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO SŁUŻYĆ I KOCHAĆ. W IMIĘ 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 9, 46-50

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:

- Naszła uczniów myśl, kto jest największy. Jakie to dziś ważne. Być największym. Chcę mieć prestiż, chcę być ważny. I to moja racja ma być na wierzchu. Chcę mieć władzę. W domu, w pracy, wszędzie. Wtedy czuję się silny. Wartościowy. Szanowany. Szczęśliwy. A Jezus wywraca to myślenie do góry nogami. Chcesz być największy? Weź dziecko. Zaczynaj służyć. Porzuć oczekiwanie wdzięczności. Porzuć tęsknotę za władzą i pragnienie bycia poważanym, szanowanym, cenionym, prestiżowym. W opiece nad dzieckiem nie ma nic z władania, z rządzenia, z bycia „największym”... Jest troska, bezinteresowność. Jest nieustanne dawanie siebie. Nie ma nic w zamian. Tylko miłość.
- Uczniowie boją się o swoją pozycję przy Jezusie. „...widzieliśmy, jak ktoś w imię Twoje wypędzał złe duchy, i zaczęliśmy mu zabraniać, bo nie chodzi z nami”. Budzi się w nich zazdrość, że ktoś inny - choć nie należy do ich ścisłego grona - osiąga sukces, do tego w imię Jezusa. A On znów wywraca to ludzkie myślenie : „nie zabraniajcie !” Każdy ma swoją drogę do Boga. Może on kiedyś będzie bliżej Boga niż ja.. może już jest? Ile razy myślę, że jestem bliżej Jezusa.. bliżej od reszty.. że wiem najlepiej, co inni powinni robić.. ile razy osądzam cudzą wiarę.. ile razy myślę, że moja wiara jest prawdziwsza i bardziej podoba się Bogu.. Ile razy chciałbym mieć Jezusa tylko dla siebie?

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, Ty znasz moje myśli.. spraw, bym szanował ludzi, którzy zmierzają w tym samym kierunku, choć może inną drogą. Spraw, bym w żyjąc w przyjaźni z Tobą nie zranił nikogo, kto wciąż Ciebie szuka. I żeby nie pragnął wielkości, ale Twojej miłości. Tylko miłości.

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?

28.09.2021, wtorek , św. Wacława, męczennika

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO GASIĆ GNIEW POKORĄ

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 9, 51-56

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

Meditatio (powtarzanie)

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

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

- Gniew to wino demonów. Upija i zabiera rozum a serce czyni nieczułym na krzywdę. Gniew wybucha jak wulkan, spada ogniem i niszczy wszystko co jest na drodze.
- W dzisiejszej Ewangelii gniew wybucha w apostołach. Coś dzieje się nie po ich myśli. Samarytanie nie przyjmują Jezusa a może raczej chodzi o Jakuba i Jana. Przychodzą przecież w imieniu tego wielkiego nauczyciela-cudotwórcy, który uzdrawia nieuleczalnych i jednym słowem wyrzuca złe duchy. Oni są prawowiernymi Żydami, wybranymi przez Syna Bożego a ci Samarytanie śmia ich odrzucać?! Trzeba ich zniszczyć!
- Tymczasem Jezus odwraca się i odchodzi. Akceptuje ich wybór. Jednoznacznie jednak karci Jana i Jakuba gasząc gniew, który w nich już prawie eksploduje. Bóg kocha każdego człowieka, nawet jeśli on go odrzuca. On wciąż czeka i jest gotowy przyjąć z powrotem każdego z nas. Nie ma natomiast zgody na gniew, który krzywdzi.
- Często wybucham gniewem na moje dzieci. I gdy patrzę wstecz na te „erupcje” krzyku i groźnych, raniących słów, to widzę, że przyczyną gniewu była zawsze zawiedziona i zraniona pycha. „Ja coś powiedziałem, zleciłem i czemu one mnie nie słuchają! One mnie nie szanują!” i wybuch. Jezus mówi mi dziś, że gniew trzeba zostawić. Trzeba wybaczyć, aby wyruszyć za Nim w kierunku Drogi Krzyżowej i Krzyża, gdzie umiera pycha a rodzi się bezwarunkowa miłość.

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 Jezus oddaję ci siebie samego. Pragnę służyć z miłością tym, których stawiasz na mojej drodze. Naucz mnie patrzeć Twoimi oczyma na innych. Wyprowadź mnie z gniewu bym miał uśmiech oraz otwarte serce zamiast krzyku i złości.

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?

29.09.2021, środa , Święto świętych Archaniołów Michała, Gabriela i Rafała

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO OCZEKIWAĆ WIĘCEJ

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 1,47-51

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 dzisiejszą Uroczystość Św. Archaniołów Michała, Gabriela oraz Rafała, Kościół przypomina nam o wielkich i potężnych duchach opiekunach Narodu Wybranego oraz opiekunach Kościoła. Potężne, ale skromne w swojej wielkości. Stojące w gotowości przed tronem Boga żywego. Warto się z nimi zaprzyjaźnić, aby doświadczyć ich potężnej ochrony.
- Aniołowie są niezawodni w nieporozumieniach ze współmałżonkiem, dziećmi oraz z osobami, z którymi się zwyczajnie nie rozumiemy. Są ochroną przed złem, z którym sobie nie radzimy. Czy zaprosiłeś tych wielkich przyjaciół człowieka do swojego życia? Czy doświadczasz ich ochrony?
- Dzisiejsza Ewangelia wyraźnie akcentuje i afirmuje postawę Natanaela: *Oto prawdziwy Izraelita, w którym nie ma podstęp.* To sedno rozmowy Jezusa z Natanaelem. Pochwała jego bezkompromisowości. Wiara tego apostoła jest przyczyną zaproszenia go, aby oczekiwał na większe rzeczy niż te, które do tej pory oglądał, a związane wprost z aniołami. Wiara to fundament naszej przemiany i wielkich rzeczy. Czy wzrastasz w wierze? Czy żyjesz bez kompromisów ze złem?

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:** Jezus, dziękuję Ci za moich potężnych przyjaciół niebieskich. Uzdolnij mnie do tego, abym nie wybierała kompromisów ze złem.*

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?

30.09.2021, czwartek , Św. Hieronima

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO ROZMIŁOWAĆ SIĘ W SŁOWIE

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 19 (18), 8-9. 10-11

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:

- *Prawo Pańskie, nakazy, sądy, świadectwo Pana* - kojarzą się nam z przykazaniami, a są to wszelkie wypowiedzi Boga w Starym Testamencie. Bóg objawiał swoją wolę, komunikował się z ludem właśnie przez nakazy, Prawo, pouczenia przychodzące przez proroków. To było Słowo Boże dla Narodu Wybranego. Przeczytaj ten psalm jeszcze raz zamieniając te wszystkie określenia wyrażeniem "Słowo Boże". Jak teraz rezonuje ten psalm w Tobie?
- Jaki masz stosunek do Słowa Bożego? Czy masz doświadczenie, że Cię pokrzepia, że daje Ci radość, że rozlewa tajemniczą słodycz w Twoim wnętrzu? Czy rzeczywiście jesteś w pełni przekonany, że Słowo Boże jest mądrością, doskonałością, prawdą, że masz się Mu podporządkować i z Niego uczyć? Czy jest nadrzędne wobec Twoich sądów, przyzwyczajęń, doświadczeń? Można być całkowicie poddanym Słowu i wciąż w różnych sytuacjach grzeszyć z powodu słabości. Czym innym jest jednak świadome trwanie w postawie nie przyjmowania, niezgody z wybranymi elementami Dobrej Nowiny i przykazań.
- Posłuszeństwo Słowu to samonapędzające się koło - im bardziej się jest posłusznym, tym większej doświadcza się wolności i radości. Im większe doświadczenie wolności i radości, tym bardziej pragnie się być jeszcze pełniej poddanym Bogu. Na początku jest jednak decyzja wiary. Jest taka definicja, że wiara to odpowiedź człowieka na Słowo Boga. Najpierw trzeba zaryzykować, uwierzyć Bogu na słowo - Jego przykazaniom i obietnicom. Taka postawa otwiera na działanie łaski. Czy Twoja postawa wobec Słowa Bożego jest pełna zadziwienia, nadziei, pragnienia poznawania i spełniania Go, oczekiwania by Bóg działał? Czy może określenie Słowo Boże kojarzy się z czymś trudnym, nudnym, z nakazami i zakazami, czymś niezrozumiałym? Jeśli widzisz jakieś niedobre myśli/ uczucia (np. dystans, niechęć, obcość), pytaj Ducha Św., dlaczego tak jest? Co je powoduje, jakie wspomnienia lub obecne wydarzenia?

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 ożywiaj we mnie Słowo, rozlewaj we mnie światłość i słodycz Słowa!

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?

01.10.2021, piątek , Św. Teresy od Dzieciątka Jezus

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, SŁUCHAJĄC GŁOSU PAŃSKIEGO

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 Barucha 1, 15 - 22

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:

- „Panu, Bogu naszemu, należna jest sprawiedliwość, nam zaś rumieniec wstydu na twarzy, (...) ponieważ zgrzeszyliśmy przed Panem, nie wierzyliśmy Jemu, nie byliśmy posłuszni głosowi Pana, Boga naszego, by pójść za przykazaniami, które nam dał”. Sięgnij pamięcią wstecz i spróbuj przypomnieć sobie, ile razy w życiu postępowałeś na przekór komuś lub czemuś? Ile razy stawiałeś na swoim, bo tak Ci było wygodniej, lepiej? Ile razy mówiłeś komuś „nie” i odchodziłeś, by wieść życie spokojnie, w przekonaniu, że to Ty masz rację? Ile razy w życiu mówiłeś Bogu „nie” i „nie słuchałeś Jego Głosu z zatwardziałości serca”? (zob.: Ps 95, 7d - 8a). Pan pyta mnie dzisiaj o wierność, o posłuszeństwo; jak sobie z tym radzę? Czy potrafię stanąć w prawdzie i przyznać się do swoich błędów, oddając sprawiedliwość Bogu i innym, z którymi przyszło mi żyć?
- Prorok Baruch przypomina mi o przeżyciach Izraelitów po to, bym potrafiła wyciągnąć wnioski z doświadczeń innych i nie wybierała zła, które prowadzi do „nieszczęścia, przekleństwa” i „zatwardziałości serca”. Antidotum na zło i odejście od Pana (od innych) jest skrucha i przyznanie się przed sobą, Bogiem i innymi, że postępowałam źle (zgrzeszyłam). Wyznanie win i prośba o miłosierdzie. Zawrócenie ze złej drogi, złych wyborów i podjęcie decyzji, która pozwoli mi wieść życie godne chrześcijanina. Pozwoli być jak On i biec drogami Jego przykazań. Pozwoli kochać Boga i drugiego człowieka, zwyciężając zło w sobie i w świecie mocą daru dobra, które otrzymałam od Ojca. Aby tak się stało powinien we mnie zaistnieć zarówno wysiłek miłości jak i wiary. Warto, abym pamiętała o rachunku sumienia i wyznaniu grzechów; dzisiaj pierwszy piątek miesiąca...

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:** „Wspomóż mnie Boże, mój Zbawco, dla chwały Twego imienia; wyzwól mnie i odpuść mi grzechy przez wzgląd na swoje imię (...) gdyż bardzo jestem słaba” (zob.: Ps 79, 9.8).*

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?

02.10.2021, sobota , Świętych Aniołów Stróżów

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO ZOBACZYĆ JEZUSA DZIAŁAJĄCEGO W ŻYCIU

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 10, 17-24

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

Meditatio (powtarzanie)

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

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

- Siedemdziesięciu dwóch powróciło mówiąc z radością: Panie na Twoje imię nawet demony się nam poddają! Czego możemy się nauczyć od tych 72 posłanych? - że poszli, byli posłuszni poleceniu Boga, nie stchórzyli, choć pewnie nie umieli tego robić. A potem wrócili i oddali chwałę Jego imieniu! Wyobrażam sobie jak się cieszyli, może nawet zaskoczeni, oszołomieni cudami, mocą jaką Bóg objawił. Panie na Twoje imię! Może nawet słów im zabrakło!
- Często w naszym życiu doświadczamy smutku, rzadziej radości. A w tym tekście kilkakrotnie pojawia się radość, zachęta do radości z tego, że nasze imiona zapisane są w niebie! Czy zdarzyło mi się doświadczyc takiej radości jak tutaj opisana, jaką przeżywali uczniowie? Czy też raczej smucę się, bo nie widzę Boga działającego w moim życiu, stąpającego po moich „demonach”, moich grzechach, usuwającego lęk, który mnie otacza?
- Jeśli tak jest to proponuję dzisiaj mini ćwiczenie duchowe: rozważanie na temat tego, co zmieniło się w moim życiu tylko (aż) dzięki temu, że staram się żyć świadomością, iż Bóg jest ze Mną, że oddaję MU poszczególne obszary swojego życia? Prawdopodobnie w wielu kwestiach zmagamy się ze złem, grzechem, kłamstwem, strachem. A dzisiejsze słowo mówi, że Jego imię zwycięża zło. Zło zostaje poddane Jego imieniu, już zostało poddane na krzyżu, który jest znakiem ogromnej miłości Boga i znakiem zwycięstwa. Jakie drobne może nawet obszary życia zostały przemienione wskutek tego, że Bóg jest ze Mną? Może przestałem się bać swojego szefa w pracy, denerwować na nieumiejętnych kierowców zajeżdżających mi drogę, irytować na babcię powtarzającą kilkakrotnie to samo, krzyczeć na dzieci, żonę, męża, zamartwiać niezapłaconym kredytem, kłopotami w domu, pracy etc?
- Pomyśl, pomyśl, na pewno coś jest, prosz Ducha Świętego o taką łaskę zobaczenia swojej niewielkiej choćby przemiany, łaskę zobaczenia małej choćby rzeczy, w drobnej kwestii. A jeśli trudno ci to zobaczyć, to poprosz o pomoc- małżonka, dziecko, spowiednika, przyjaciela. Zapytaj ich, co w tobie zmieniło się na lepsze w ostatnim czasie. Proś nie po to aby „obrosnąć w piórka”, ale aby umocnić swoją wiarę! Żeby zobaczyć cuda Jezusa działającego tu i teraz! A potem dziękuj! Bo Jego imię jest wielkie! Bo Jego imię zwycięża zło! I pielęgnuj w sobie wdzięczność, za to wszystko co Pan Bóg przemienił, jak pokonuje twój lęk, zdenerwowanie, złość, nieprzebaczenie, wszelkie irytacje, obawy, niepewność..

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:** Przyjdź Duchu Radości, rozraduj nas!*

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

26.09.2021, niedziela – Ewangelia według św. Marka 9, 38-43. 45. 47-48

Apostoł Jan rzekł do Jezusa: «Nauczycielu, widzieliśmy kogoś, kto nie chodzi z nami, jak w Twoje imię wyrzucał złe duchy, i zaczęliśmy mu zabraniać, bo nie chodzi z nami».

Lecz Jezus odrzekł: «Przestańcie zabraniać mu, bo nikt, kto uczyni cud w imię moje, nie będzie mógł zaraz źle mówić o Mnie. Kto bowiem nie jest przeciwko nam, ten jest z nami.

Kto wam poda kubek wody do picia, dlatego że należycie do Chrystusa, zaprawdę, powiadam wam, nie utraci swojej nagrody.

A kto by się stał powodem grzechu dla jednego z tych małych, którzy wierzą, temu lepiej byłoby kamień młyński uwiązać u szyi i wrzucić go w morze.

Jeśli zatem twoja ręka jest dla ciebie powodem grzechu, odetnij ją; lepiej jest dla ciebie utomnym wejść do życia wiecznego, niż z dwiema rękami pójść do piekła w ogień nieugaszony. I jeśli twoja noga jest dla ciebie powodem grzechu, odetnij ją; lepiej jest dla ciebie chromym wejść do życia, niż z dwiema nogami być wrzuconym do piekła. Jeśli twoje oko jest dla ciebie powodem grzechu, wyłup je; lepiej jest dla ciebie jednookim wejść do królestwa Bożego, niż z dwójgiem oczu być wrzuconym do piekła, gdzie robak ich nie ginie i ogień nie gaśnie».

27.09.2021, poniedziałek – Ewangelia według św. Łukasza 9, 46-50

Uczniom Jezusa przyszła myśl, kto z nich jest największy.

Lecz Jezus, znając tę myśl w ich sercach, wziął dziecko, postawił je przy sobie i rzekł do nich: «Kto by to dziecko przyjął w imię moje, Mnie przyjmuje; a kto by Mnie przyjął, przyjmuje Tego, który Mnie posłał. Kto bowiem jest najmniejszy wśród was wszystkich, ten jest wielki».

Wtedy przemówił Jan: «Mistrzu, widzieliśmy, jak ktoś w imię Twoje wypędzał złe duchy, i zaczęliśmy mu zabraniać, bo nie chodzi z nami».

Lecz Jezus mu odpowiedział: «Przestańcie zabraniać; kto bowiem nie jest przeciwko wam, ten jest z wami».

28.09.2021, wtorek – Ewangelia według św. Łukasza 9, 51-56

Gdy dopełniały się dni wzięcia Jezusa z tego świata, postanowił udać się do Jeruzalem, i wysłał przed sobą posłańców. Ci wybrali się w drogę i

weszli do pewnego miasteczka samarytańskiego, by przygotować Mu pobyt. Nie przyjęto Go jednak, ponieważ zmierzał do Jeruzalem. Widząc to, uczniowie Jakub i Jan rzekli: «Panie, czy chcesz, byśmy powiedzieli: Niech ogień spadnie z nieba i pochłonie ich?» Lecz On, odwróciwszy się, zgromił ich. I udali się do innego miasteczka.

29.09.2021, środa – Ewangelia według św. Jana 1,47-51

Jezus ujrzał, jak Natanael zbliżał się do Niego, i powiedział o nim: „Patrz, to prawdziwy Izraelita, w którym nie ma podstępu”. Powiedział do Niego Natanael: „Skąd mnie znasz?” Odrzekł mu Jezus: „Widziałem cię, zanim cię zawołał Filip, gdy byłeś pod drzewem figowym”. Odpowiedział Mu Natanael: „Rabbi, Ty jesteś Synem Bożym, Ty jesteś królem Izraela!” Odparł mu Jezus: „Czy dlatego wierzysz, że powiedziałem ci: «Widziałem cię pod drzewem figowym»? Zobaczysz jeszcze więcej niż to”. Potem powiedział do niego: „Zaprawdę, zaprawdę, powiadam wam: Ujrzycie niebiosa otwarte i aniołów Bożych wstępujących i zstępujących na Syna Człowieczego”.

30.09.2021, czwartek – Psalm 19 (18), 8-9. 10-11

*Refren: Nakazy Pana są radością serca.
Prawo Pańskie jest doskonałe i pokrzepia duszę, *
świadectwo Pana jest pewne, nierozważnego uczy mądrości.
Jego słuszne nakazy radują serce, *
jaśnieje przykazanie Pana i olśniewa oczy.
Bojaźń Pana jest szczerą i trwa na wieki, *
sądy Pana prawdziwe, wszystkie razem słuszne.
Cenniejsze nad złoto, nad złoto najczystsze, *
słodsze od miodu płynącego z plastra.*

01.10.2021, piątek – Księga Proroka Barucha 1, 15 - 22

*Panu, Bogu naszemu, należna jest sprawiedliwość, nam zaś rumieniec wstydu na twarzy, jak to jest obecnie, oraz każdemu człowiekowi na ziemi judzkiej i mieszkańcom Jeruzalem, królom, zwierzchnikom, kapłanom, prorokom i przodkom naszym, ponieważ zgrzeszyliśmy przed Panem, nie wierzyliśmy Jemu, nie byliśmy posłuszni głosowi Pana, Boga naszego, by pójść za przykazaniami, które nam dał.
Od czasu, kiedy Pan wyprowadził przodków naszych z ziemi egipskiej, aż do dnia dzisiejszego byliśmy niewierni wobec Pana, Boga naszego,*

byliśmy tak niedbali, iż nie słuchaliśmy Jego głosu. Przyłgnęły przeto do nas nieszczęścia i przekleństwo, jakimi Pan zagroził przez Mojżesza, sługę swego, w dniu, w którym wyprowadził przodków naszych z Egiptu, aby nam dać ziemię opływającą w mleko i miód, jak to jest i obecnie. Nie byliśmy posłuszni głosowi Pana, Boga naszego, przekazanemu we wszystkich mowach proroków, których posłał do nas. Każdy chodził według zamysłów swego złego serca, służyliśmy bowiem cudzym bogom i czyniliśmy, co jest złe w oczach Pana, Boga naszego.

02.10.2021, sobota – Ewangelia według św. Łukasza 10, 17-24

Wróciło siedemdziesięciu dwóch z radością, mówiąc:

«Panie, przez wzgląd na Twoje imię nawet złe duchy nam się poddają».

Wtedy rzekł do nich: «Widziałem Szatana, który spadł z nieba jak błyskawica. Oto dałem wam władzę stąpania po węzach i skorpionach, i po całej potędze przeciwnika, a nic wam nie zaszkodzi. Jednakże nie z tego się cieszcie, że duchy się wam poddają, lecz cieszcie się, że wasze imiona zapisane są w niebie».

W tej to chwili rozradował się Jezus w Duchu Świętym i rzekł:

«Wystawiam Cię, Ojczy, Panie nieba i ziemi, że zakryłeś te rzeczy przed mądrymi i roztroprnymi, a objawiłeś je prostaczkom. Tak, Ojczy, gdyż takie było Twoje upodobanie.

Ojciec mój przekazał Mi wszystko. Nikt też nie wie, kim jest Syn, tylko Ojciec; ani kim jest Ojciec, tylko Syn i ten, komu Syn zechce objawić».

Potem zwrócił się do samych uczniów i rzekł: «Szczęśliwe oczy, które widzą to, co wy widzicie. Bo powiadam wam: Wielu proroków i królów pragnęło ujrzeć to, co wy widzicie, a nie ujrzeli, i usłyszeć, co słyszycie, a nie usłyszeli».

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)*. Zadać 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)