

Spotkać Zmartwychwstałego

1 tydzień Wielkanocny

Czytanie i rozważanie Słowa Bożego



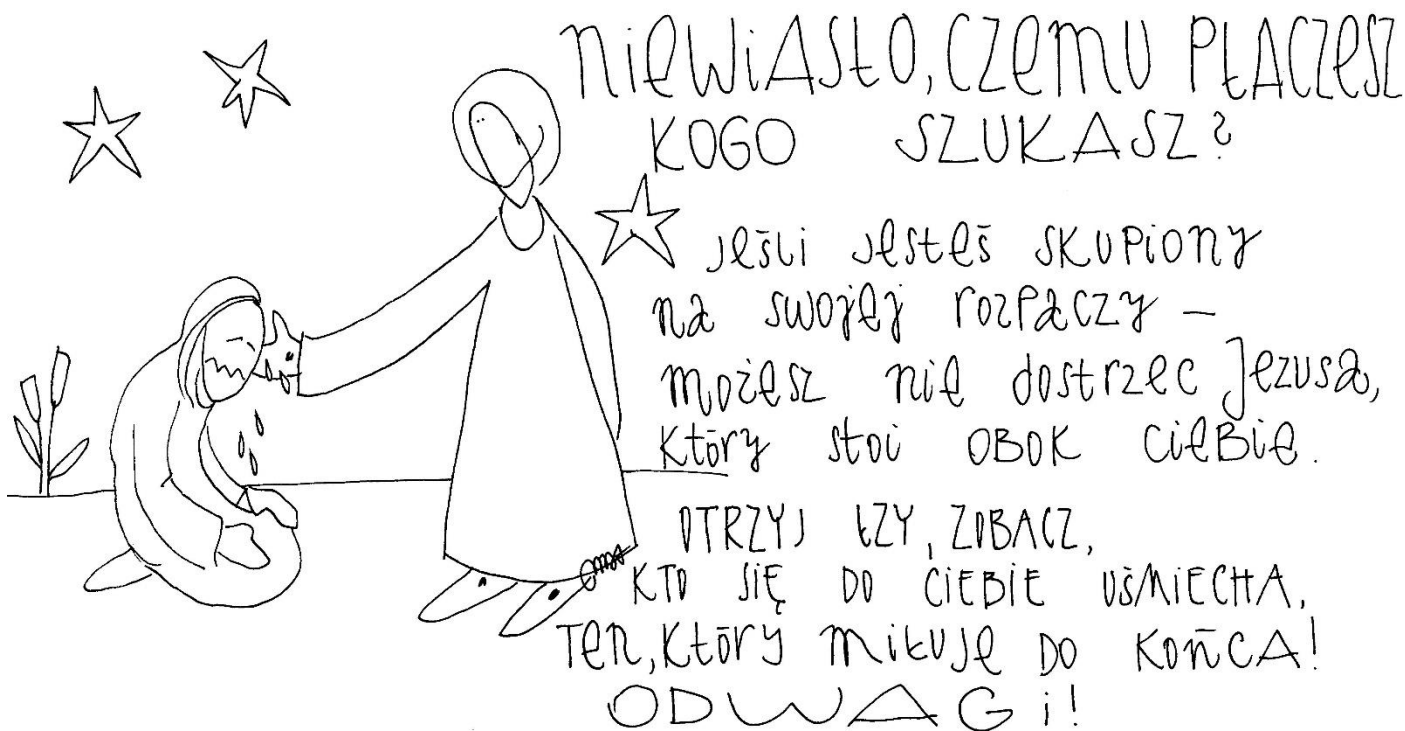
Bez wiary zaś nie można podobać się Bogu (Hbr 11,6)

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

31.03.2024

Teksty dostępne na stronie: www.onjest.pl

Rysunek tygodnia:



Opracowanie rozważań:

Jolanta i Jerzy Prokopiuk, Łukasz Kneć, Monika Mosior, Jolanta Mikos, Przemek Rożnowski, Józefa Zygmunt – Dłubacz, Maria Bodys, Sławomir Łasiewicki, Magdalena Fojutowska, Katarzyna Piwko – Zacharska, Ewa i Wojtek Palczyńscy, Piotr Stawiński, Patrycja Nocoń, Elżbieta Gładka
Jerzy Prokopiuk

Korekta:

Marta Stańco

Rysunek:

ks. Wojciech Jaśkiewicz

Asysta kościelna:

Tomek Romanowski

Aplikacje mobilne:

Parafia NMP Bolesnej Wrocław - Strachocin

Druk:

Gladiatore Marketing Michał Gadomski

Projekty graficzne:

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

31.03.2024, niedziela , Niedziela Zmartwychwstania Pańskiego

SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO TO WIERZYĆ W ŻYCIE WIECZNE

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 20, 1-9

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:

- Grób jest pusty. Nie ma Go tu! On żyje! Jako pierwsza na własne oczy zobaczyła to Maria Magdalena. Szła do grobu, gdy jeszcze było ciemno, nie tylko na dworze, ale także w jej sercu. Na moment uwierzyła, że Jezus nie żyje. Przez chwilę zabrakło jej wierności i wiary Jego Słowu, że zmartwychwstanie. Ale On nie zostawił jej samej z tym bólem. Chwilę później ukazał się jej i wezwał ją po imieniu, a ona natychmiast Go poznała. Dzisiaj Pan mówi do Ciebie po imieniu: „Piotrze, Jacku, Kasiu, Magdo – ja żyję! Zbawiłem Cię, kocham Cię nad życie”. Wierzysz w to?
- Jezus nie ukazał się najpierw Piotrowi – przyszłej głowie Kościoła, ani Janowi – swemu ukochanemu uczniowi, ani nawet swojej własnej Mamie. Ukazał się kobiecie, która nie miała za sobą łatwej przeszłości, a na dodatek w tamtej kulturze kobieta znacznie mniej liczyła się od mężczyzny. Jezus jednak nigdy nie patrzy na status społeczny, czy stanowiska. Patrzy na serce. Czy Twoje serce jest dzisiaj gotowe na spotkanie z Nim?

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, daj mi radość spotkania z Tobą Zmartwychwstałym, żywym Bogiem i człowiekiem. Przymnóż mi proszę nadziei zmartwychwstania i świeżości życia.*

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?

01.04.2024, poniedziałek, Poniedziałek Wielkanocny

SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO NA DRODZE CODZIENNOŚCI

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 28,8-15

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:

- Pierwsze polecenie Jezusa: niech idą. Sam był w drodze przez te trzy lata, oni chodzili za Nim. Gdy umarł, przestali - zamknęli się w czterech ścianach. Objawił się tym, którzy tego nie zrobili - uczniom wędrującym do Emaus i kobietom idącym do grobu wcześniej rano. Zastanawiam się nad tym, jak wygląda moje życie. Gdzie jestem w drodze, gdzie jestem zamknięta? Co mogę zrobić, by do tych sfer zamkniętych wpuścić Jezusa?
- To bycie w drodze miało ciąg dalszy - gdy Jezus spotkał się z uczniami, nakazał im, by szli na cały świat i głosili Ewangelię. Wszystko miało swój czas: ich doświadczenie spotkania z Jezusem, doświadczenie Ducha Świętego, wewnętrzna przemiana, spotkanie z Izraelitami i poganami, głoszenie Ewangelii. Myślę, że w moim obecnym życiu te doświadczenia po prostu muszą się przeplatać. Wewnętrzna przemiana to proces, któremu sprzyja doświadczenie Ducha Świętego i którego owocem jest głoszenie Ewangelii podczas spotkań z ludźmi. Jak rozumiałam kiedyś głoszenie Ewangelii? Jak rozumiem je dziś? Jak Duch Święty zmieniał moje myślenie, działanie, metody ewangelizacji? W jakich sposobach ewangelizacji dziś odnajduję się najlepiej?
- Poproś Jezusa, aby rozwijał Twoje talenty ewangelizacyjne. Nigdy nie powtarzaj, że się nie nadajesz - bo nie masz śmiałości, nie masz "gadane" albo cokolwiek innego. Bóg cię zna i wie najlepiej, jak poprowadzić cię w głoszeniu Ewangelii. Jedyne, czego od ciebie oczekuje, to otwartość, gotowość, dyspozycyjność i posłuszeństwo. A na to zawsze nas stać, jeśli naprawdę nam na Nim zależy.

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, daj mi chleba, abym nie ustał w drodze za Tobą a Twoje Słowo niech będzie lampą dla moich stóp i światłem na mojej ścieżce.*

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?

02.04.2024, wtorek

SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO PO WYTRWAŁYCH POSZUKIWANIACH

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 20,11-18

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

Meditatio (powtarzanie)

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

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

- *Rzekł do niej Jezus: "Niewiasto, czemu płaczesz? Kogo szukasz?"* Zastanawiające jest dlaczego Jezus od razu nie dał się poznać Marii Magdalenie? Zamiast tego wdaje się z nią w rozmowę, zadaje pytanie: kogo szukasz? Może od wielu lat uważam się za osobę, która wierzy w Chrystusa i za Nim idzie. A Chrystus mnie pyta kogo szukasz, kim dla Ciebie jestem? Czego tak naprawdę w tej relacji szukam? Może bezpieczeństwa, pomyślności, radości, zdrowia, pocieszenia... Może mój płacz nie jest związany z tym, że straciłem Go z oczu, zerwałem relację, ale dlatego, że los przestał mi sprzyjać. Czy szukam Chrystusa dla Niego samego - bez żadnego innego powodu?
- *A kiedy tak płakała, nachyliła się do grobu i ujrzała dwóch aniołów w bieli [...] I rzekli do niej: "Niewiasto, czemu płaczesz?"* W dzisiejszej Ewangelii aż czterokrotnie czytamy o płaczu Marii Magdaleny. Jest tak zrozpaczona, że nawet aniołowie nie przykuwają jej uwagi - ona jedynie chce odnaleźć ciało zabitego Nauczyciela. Chrystus często mówił swoim uczniom o tym, że umrze, ale tyle samo razy mówił, że po trzech dniach zmartwychwstanie (i pewnie Maria Magdalena też to słyszała). Oni wszyscy zupełnie zapomnieli o zmartwychwstaniu. Warto słuchać Chrystusa od początku do końca. Nie skupiać się jedynie na tym co łatwo nam przyjąć, co pasuje do naszej wizji świata - wtedy może unikniemy łez bólu i rozczarowania. Maria zrozumiała dopiero kiedy Chrystus zawołał ją po imieniu.
- *Rzekł do niej Jezus: "Nie zatrzymuj Mnie"* Kiedy już odnajdziemy Chrystusa, tą chwilę, kiedy wszystko zaczyna mieć sens, kiedy otrzymujemy pocieszenie, umocnienie to chcielibyśmy ten moment zatrzymać już na zawsze - zostać w tym stanie, w którym jest tak dobrze... A Chrystus mówi "nie zatrzymuj Mnie". Kiedy uczniowie Jana zapytali Chrystusa, gdzie mieszka On odpowiedział: "chodźcie zobaczcie". Nie podał im swojego adresu, ale zaprosił do pójścia z Nim. Zależało Mu, żeby uczniowie Mu towarzyszyli. Sam o sobie mówił, że jest "drogą i prawdą i życiem". Idźmy za Chrystusem, bo starając się zachować swoje życie takie, jakie jest, ostatecznie możemy je stracić.
- „Wstępuję do Ojca mego i Ojca waszego oraz do Boga mego i Boga waszego” - na końcu naszej podróży pójdziemy za Chrystusem do naszego Taty. Tak, nasze życie po śmierci się zmieni, ... ale się nie skończy!

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:** Proszę Cię Panie o wiarę w zmartwychwstanie.

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?

03.04.2024, środa

SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO TO PROSIĆ JEZUSA BY SIĘ MI OBJAWIŁ

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 24, 13-35

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:

- Tak naprawdę to uczniowie uciekali od miejsc i wydarzeń, których byli świadkami. Jezus został ukrzyżowany, ich nadzieje na zmiany zostały pogrzebane. Ponieważ Jezus umarł, wszystko straciło sens i może chcieli sobie ułożyć życie na nowo? Ale doświadczamy tego samego – nieuczciwi klienci, zbuntowane dzieci, niezrozumienie w małżeństwie czy niezrealizowane marzenia i pomysły na życie i nasze nadzieje uciekają. Dopiero, gdy Jezus przyszedł i dotykał ich, wtedy zobaczyli wszystkie wydarzenia w nowej perspektywie. A w których miejscach Ty potrzebujesz dotknięcia Jezusa i zobaczenia różnych wydarzeń swojego życia w nowej perspektywie, takiej, która niesie z sobą jakąś nadzieję na przyszłość?
- Dla przemiany uczniów kluczowa była obecność Jezusa, który sam się do nich przyłączył. Byli otwarci, nie zamykali się w sobie, słuchali. Z jakiejś perspektywy własnego grobu, własnej bezradności i niemożności dawali się Jezusowi wprowadzać w zupełną nowość – perspektywę zmartwychwstania. Na ile Ty dajesz szansę Jezusowi aby do Ciebie mówił? Czy pozwalasz Mu do siebie mówić, choćby przez otwartość serca, to znaczy gotowość do słuchania szeptów swojego sumienia? Ale także przez czytanie Bożego Słowa. Jezus chce dokonywać w Tobie przemiany, ale bez Twojego przyzwolenia nic nie poradzi.
- Ostateczna zmiana dokonuje się w nich, gdy rozpoznają Jezusa przez łamanie chleba. Dopiero teraz dociera do nich, że Jezus żyje, że zmartwychwstał. Ogarnia ich taka radość, tak są pobudzeni tym doświadczeniem, że natychmiast wracają do Jerozolimy, z której właśnie uciekli. To wydarzenie musiało zupełnie zmienić ich życie, bo chyba nieczęsto zdarza się widzieć kogoś, kto powstał z martwych... Dobrze, ale jak ta prawda o zmartwychwstaniu mogłaby stać się naszą prawdą, prawdą, która byłaby w stanie totalnie przemienić nasze życie? Nie mam recepty. Wołaj do Jezusa, aby, jeśli zmartwychwstał i żyje, sam Ci siebie objawił. Tak, jak tego potrzebujesz.

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, działaj we mnie, dokonuj zmian, jakich potrzebuję, Ty najlepiej mnie znasz, bo jesteś moim Stworzycielem. Chcę być otwarty na Twoje działanie w moim sercu i 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?

04.04.2024, czwartek, Św. Izydora, biskupa i doktora Kościoła

SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO TO MIEĆ POKÓJ W SERCU

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 24,35-48

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:

- *"Uczniowie opowiadali, co ich spotkało w drodze i jak poznali Jezusa przy łamaniu chleba."* Uczniowie z Emaus opowiadają apostołom o swoim spotkaniu z Jezusem, z którym długo rozmawiali idąc, a którego rozpoznali dopiero kiedy zasiedli do wspólnego posiłku. Jezus wykonał prosty gest przełamania chleba, taki sam jak podczas wspólnego posiłku na Ostatniej Wieczerzy, kiedy ustanawiał Eucharystię. Gestu przełamania chleba dokonuje każdy kapłan podczas sprawowania Eucharystii. Jak wygląda Twoja Eucharystia? Co się dzieje w Tobie, kiedy idziesz na Mszę Świętą, podczas jej trwania i gdy z niej wychodzisz? Co przynosisz w sobie na Eucharystię - dary, podziękowania i jakie prośby? Za czym podążają Twoje myśli i emocje podczas Mszy Świętej? Czy jesteś świadomy tego co dzieje się podczas Eucharystii? Czy wychodząc z Eucharystii masz poczucie spotkania, które odbyłeś z żywym Chrystusem?
- *"On stanął pośród nich i rzekł do nich: Pokój Wam."* Gdybym mógł poprosić tylko o jedną jedyną, niematerialną rzecz Jezusa na dzisiaj i na przyszłość to byłby to zawsze pokój w sercu. Kiedy patrzę na ludzi świętych, to bez względu, kiedy żyli i co robili, z ich postaci zawsze emanuje wewnętrzny pokój. Jezus mówiąc o posłannictwie Ducha Świętego podkreśla *"Pokój zostawiam Wam, pokój mój daję wam. Nie tak jak daje świat, Ja wam daję. Niech się nie trwoży serce wasze ani się nie lęka."* Św. Augustyn w swoim "Wyznaniu" pisał - *Niespokojne jest serce człowieka, póki nie spocznie w Bogu. Pokoju w sercu nie da się samemu sobie zapewnić. Pokój w sercu jest zawsze efektem bliższego wchodzenia w relację z Jezusem i zaufania mu. Jak to jest u Ciebie? Co gości w Twoim sercu?*
- *"To właśnie znaczyły słowa, które mówiłem do was, gdy byłem jeszcze z Wami. ... Wtedy oświecił ich umysły, aby rozumieli Pisma."* Przez trzy lata chodząc ze swoimi uczniami, Jezus mówił im, że umrze, ale też, że zmartwychwstanie. Pokazywał im, że w księgach proroków jest napisane o Mesjaszu, że będzie cierpiał i umrze i zmartwychwstanie. Dlaczego nie dotarło to do serc i umysłów apostołów? Jak wygląda Twoje słuchanie najbliższych? Twoich dzieci, rodziców, męża, żony? Czy ich słuchasz i zauważasz, wiesz o czym mówią i co chcą Ci powiedzieć? Nie zawsze nasi najbliżsi najbardziej potrzebują spraw materialnych. Może nie chcesz słuchać tego co mają Ci do powiedzenia albo boisz się zapytać? Nie czekaj na "oświecenie" które przychodzi, gdy ktoś albo coś umrze.

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 POKORNY SERCEM - UCZYŃ SERCE MOJE 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?

05.04.2024, piątek , Św. Wincentego Ferreriusza, prezbitera

SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO KTÓRY WYZWAŁA

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 21, 1-14

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:

- Szymon Piotr powiedział do nich: «Idę łowić ryby». Piotr pokazuje, że można przejść do porządku dziennego (starego trybu) mimo zmartwychwstania Jezusa. Co w Tobie zmieniło przeżycie Świąt Paschalnych? Widzisz jakiś owoc?
- Jezus przychodzi kolejny i kolejny raz do uczniów, daje im kolejne szanse, aby dotarło do nich w pełni, co się wydarzyło. Nie chodzi bowiem tylko o przyjęcie umysłem pewnej abstrakcyjnej informacji. Chodzi o przyjęcie do swojego życia Osoby, czy inaczej mówiąc - włączenie siebie samego w wydarzenie Osoby Jezusa. Św. Paweł tak to tłumaczy: *Czyż nie wiadomo wam, że my wszyscy, którzyśmy otrzymali chrzest zanurzający w Chrystusa Jezusa, zostaliśmy zanurzeni w Jego śmierć? Zatem przez chrzest zanurzający nas w śmierć zostaliśmy razem z Nim pogrzebani po to, abyśmy i my wkroczyli w nowe życie - jak Chrystus powstał z martwych dzięki chwale Ojca.* (Rz 6, 3-4) To wydarzyło się w sakramencie chrztu, jednak potrzeba naszej współpracy (wolnej woli), aby skutki tego realizowały się w naszym życiu.
- Każda Pascha może być Twoim osobistym zmartwychwstaniem z tych ciemności, upadków, braku nadziei, zranień, grzechów, które w tym momencie życia trzymają Cię jakby w grobie. Czy przeżycie tych świąt sprawiło, że odczuwasz realną radość, ulgę, wdzięczność za (kolejny raz) wyciągnięcie z grobu, nową nadzieję i siły, bycie uratowanym przez Jezusa? Wciąż możesz Go spotkać jak uczniowie - Zmartwychwstałego i wskrzeszającego nasze serca. Wciąż możesz włączyć w Jego śmierć wszelkie swoje śmierci, który zaciemniają Twoje serce, odbierają siły, odcinają od Źródła Życia.

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 oddaję Ci tą ciemność i ciężar, który w sobie widzę. Wyznam, że także moje grzechy zabrałeś na krzyż. Wyznam, że w Tobie jest moja wolność i zwycięstwo. Od Ciebie mam życie, od Ciebie zależę - nie od moich zdolności, siły, doskonałości. Wyrzekam się i wyznaję, że należę do Ciebie Jezu, Twoja miłość pokazuje prawdę o mnie, Twoje obietnice dają mi siłę - Ty jesteś moim jedynym Bogiem 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?

06.04.2024, sobota

SPOTKAĆ ZMARTWYCHWSTAŁEGO, TO SPOTKAĆ GO NA SWÓJ SPOSÓB

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 16, 9-15

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:

- Każdy z nas jest inny. Każdy z nas ma swoją własną, niepowtarzalną, historię. Każdy z nas ma innych rodziców i wyszedł z innej rodziny. Każdy z nas potrzebuje spotkać się ze Zmartwychwstałym Jezusem na swój sposób, dotyczący nas osobiście. Marek Ewangelista ukazuje spotkanie ze Zmartwychwstałym Jezusem na wiele sposobów. Święty Paweł w Liście do Koryntian zaznacza: *Ukazał się Kefasowi, a potem Dwunastu, później zjawił się więcej niż pięciuset braciom równocześnie; większość z nich żyje dotąd, niektórzy zaś pomarli* (1Kor 15,5-6).
- Jezus Zmartwychwstały ukazał się inaczey swojej Matce Maryi, inaczey Marii Magdalenie, inaczey uczniom idącym do Emaus, inaczey apostołom, inaczey kobietom, a jeszcze inaczey Pawłowi z Tarsu. Ten ostatni miał najtrudniejsze i najboleśniejse spotkanie z Jezusem, ale jakże skuteczne. W jaki sposób ty potrzebujesz, czy chciałbyś spotkać z Jezusem Zmartwychwstałym?
- Śmierć Jezusa przez ukrzyżowanie zrodziła w sercach uczniów rozczarowanie, głęboki żal i zapewne także głębokie zranienie wywołane tchórzostwem. To był zapewne czas głębokiego kryzysu, który objawił ich kruchość i słabość. Jezus nieprzypadkowo mówi do uczniów z wyrzutem: *wyrzucił im brak wiary oraz upór, że nie wierzyli tym, którzy widzieli Go zmartwychwstałego*. Kryzysy demaskują bardzo często brak wiary, bezradność i stawiają nam nóż na gardle. Potrzebujemy zatem wołać do Jezusa: Jezusie, Synu Dawida, ulituj się nade mną, bo doszedłem do końca moich ludzkich możliwości. Panie, przymnóż mi wiary i pozwól mi doświadczyć Ciebie, Boga, który zmartwychwstał i żyje. Daj mi się spotkać z Tobą tak jak tego potrzebuję.

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:** Koronka biblijna z tekstu.

DUŻE PACIORKI: Potem ukazał się w innej postaci dwom spośród nich na drodze, gdy szli do wsi. Oni powrócili i obwieścili pozostałym. Lecz im też nie uwierzyli.

MAŁE PACIORKI: Wyrzucił im brak wiary.

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

31.03.2024, niedziela – Ewangelia według św. Jana 20, 1-9

Pierwszego dnia po szabacie, wczesnym rankiem, gdy jeszcze było ciemno, Maria Magdalena udała się do grobu i zobaczyła kamień odsunięty od grobu. Pobiegnęła więc i przybyła do Szymona Piotra oraz do drugiego ucznia, którego Jezus kochał, i rzekła do nich: «Zabrano Pana z grobu i nie wiemy, gdzie Go położono». Wszedł więc Piotr i ów drugi uczeń i szli do grobu. Biegli obydwoj razem, lecz ów drugi uczeń wyprzedził Piotra i przybył pierwszy do grobu. A kiedy się nachylił, zobaczył leżące płótna, jednakże nie wszedł do środka. Nadszedł potem także Szymon Piotr, idący za nim. Wszedł on do wnętrza grobu i ujrzał leżące płótna oraz chustę, która była na Jego głowie, leżącą nie razem z płótnami, ale oddzielnie zwiniętą w jednym miejscu. Wtedy wszedł do wnętrza także i ów drugi uczeń, który przybył pierwszy do grobu. Ujrzał i uwierzył. Dotąd bowiem nie rozumieli jeszcze Pisma, które mówi, że On ma powstać z martwych.

01.04.2024, poniedziałek – Ewangelia według św. Mateusza 28,8-15

Gdy anioł przemówił do niewiast, one pośpiesznie 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 podeszły 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. Gdy one były w drodze, niektórzy ze straży przyszli do miasta i powiadomili arcykapłanów o wszystkim, co zaszło. Ci zebrali się ze starszymi, a po naradzie dali żołnierzom sporo pieniędzy i rzekli: Rozpowiadajcie tak: Jego uczniowie przyszli w nocy i wykradli Go, gdyśmy spali. A gdyby to doszło do uszu namiestnika, my z nim pomówimy i wybawimy was z kłopotu. Ci więc wzięli pieniądze i uczynili, jak ich pouczono. I tak rozniosła się ta pogłoska między Żydami i trwa aż do dnia dzisiejszego.

02.04.2024, wtorek – Ewangelia według św. Jana 20,11-18

Maria Magdalena stała przed grobem, płacząc. A kiedy tak płakała, nachyliła się do grobu i ujrzała dwóch aniołów w bieli, siedzących tam, gdzie leżało ciało Jezusa – jednego w miejscu głowy, drugiego w miejscu nóg. I rzekli do niej: "Niewiasto, czemu płaczesz?" Odpowiedziała im: "Zabrano Pana mego i nie wiem, gdzie Go położono. Gdy to powiedziała, odwróciła się i ujrzała stojącego Jezusa, ale nie wiedziała, że to Jezus. Rzekł do niej Jezus: "Niewiasto, czemu płaczesz? Kogo szukasz?" Ona zaś, sądząc, że to jest ogrodnik, powiedziała do Niego: "Panie, jeśli ty Go przeniosłeś, powiedz mi, gdzie Go położyłeś, a ja Go zabiorę". Jezus rzekł do niej: "Mario!" A ona, obróciwszy się, powiedziała do Niego po hebrajsku: "Rabbuni", to znaczy: Mój Nauczycielu! Rzekł do niej Jezus: "Nie zatrzymuj Mnie, jeszcze bowiem nie wstąpiłem do Ojca. Natomiast udaj się do moich braci i powiedz im: „Wstępuję do Ojca mego i Ojca waszego oraz do Boga mego i Boga waszego”. Poszła Maria Magdalena i oznajmiła uczniom: "Widziałam Pana", i co jej powiedział.

03.04.2024, środa – Ewangelia według św. Łukasza 24, 13-35

W pierwszy dzień tygodnia dwaj uczniowie Jezusa byli w drodze do wsi, zwanej Emaus, oddalonej sześćdziesiąt stadiów od Jerozolimy. Rozmawiali oni ze sobą o tym wszystkim, co się wydarzyło. Gdy tak rozmawiali i rozprawiali ze sobą, sam Jezus przybliżył się i szedł z nimi. Lecz oczy ich były niejako na uwięzi, tak że Go nie poznali.

On zaś ich zapytał: „Cóż to za rozmowy prowadzicie ze sobą w drodze?” Zatrzymali się smutni. A jeden z nich, imieniem Kleofas, odpowiedział Mu: „Ty jesteś chyba jedynym z przebywających w Jerozolimie, który nie wie, co się tam w tych dniach stało”.

Zapytał ich: „Cóż takiego?”

Odpowiedzieli Mu: „To, co się stało z Jezusem z Nazaretu, który był prorokiem potężnym w czynie i słowie wobec Boga i całego ludu; jak arcykapłani i nasi przywódcy wydali Go na śmierć i ukrzyżowali. A myśmy się spodziewali, że właśnie On miał wyzwolić Izraela. Teraz zaś po tym wszystkim dziś już trzeci dzień, jak się to stało. Co więcej, niektóre z naszych kobiet przeraziły nas: Były rano u grobu, a nie znalazły Jego ciała, wróciły i opowiedziały, że miały widzenie aniołów, którzy zapewniają, iż On żyje. Poszli niektórzy z naszych do grobu i zastali wszystko tak, jak kobiety opowiadały, ale Jego nie widzieli”.

Na to On rzekł do nich: „O nierozumni, jak nieskore są wasze serca do wierzenia we wszystko, co powiedzieli prorocy! Czyż Mesjasz nie miał tego cierpieć, aby wejść do swej chwały?” I zaczynając od Mojżesza poprzez wszystkich proroków wykladał im, co we wszystkich Pismach odnosiło się do Niego.

Tak przybliżyli się do wsi, do której zdążali, a On okazywał, jakoby miał iść dalej. Lecz przymusili Go, mówiąc: „Zostań z nami, gdyż ma się ku wieczorowi i dzień się już nachylił”. Wszedł więc, aby zostać z nimi. Gdy zajął z nimi miejsce u stołu, wziął chleb, odmówił błogosławieństwo, połamał go i dawał im. Wtedy otworzyły się im oczy i poznali Go, lecz On zniknął im z oczu. I mówili nawzajem do siebie: „Czy serce nie pałało w nas, kiedy rozmawiał z nami w drodze i Pisma nam wyjaśniał?” W tej samej godzinie wybrali się i wrócili do Jerozolimy. Tam zastali zebranych Jedenastu i innych z nimi, którzy im oznajmili: „Pan rzeczywiście zmartwychwstał i ukazał się Szymonowi”. Oni również opowiadali, co ich spotkało w drodze i jak Go poznali przy łamaniu chleba.

04.04.2024, czwartek – Ewangelia według św. Łukasza 24,35-48

Uczniowie opowiadali, co ich spotkało w drodze, i jak poznali Jezusa przy łamaniu chleba. A gdy rozmawiali o tym, On sam stanął pośród nich i rzekł do nich: Pokój wam! Zatrwożonym i wylęklým zdawało się, że widzą ducha. Lecz On rzekł do nich: Czemu jesteście zmieszani i dlaczego wątpliwości budzą się w waszych sercach? Popatrzcie na moje ręce i nogi: to Ja jestem. Dotknijcie się Mnie i przekonajcie: duch nie ma ciała ani kości, jak widzicie, że Ja mam. Przy tych słowach pokazał im swoje ręce i nogi. Lecz gdy oni z radości jeszcze nie wierzyli i pełni byli zdumienia, rzekł do nich: Macie tu coś do jedzenia? Oni podali Mu kawałek pieczonej ryby. Wziął i jadł wobec nich. Potem rzekł do nich: To właśnie znaczyły słowa, które

mówiłem do was, gdy byłem jeszcze z wami: Musi się wypełnić wszystko, co napisane jest o Mnie w Prawie Mojżesza, u Proroków i w Psalmach. Wtedy oświecił ich umysły, aby rozumieli Pisma, i rzekł do nich: Tak jest napisane: Mesjasz będzie cierpiał i trzeciego dnia zmartwychwstanie, w imię Jego głoszone będzie nawrócenie i odpuszczenie grzechów wszystkim narodom, począwszy od Jerozolimy. Wy jesteście świadkami tego.

05.04.2024, piątek – Ewangelia według św. Jana 21, 1-14

Jezus znowu ukazał się nad Jeziorem Tyberiadzkim. A ukazał się w ten sposób: Byli razem Szymon Piotr, Tomasz, zwany Didymos, Natanael z Kany Galilejskiej, synowie Zebedeusza oraz dwaj inni z Jego uczniów. Szymon Piotr powiedział do nich: «Idę łowić ryby». Odpowiedzieli mu: «Idziemy i my z tobą». Wyszli więc i wsiedli do łodzi, ale tej nocy nic nie ułowili. A gdy ranek zaświtał, Jezus stanął na brzegu. Jednakże uczniowie nie wiedzieli, że to był Jezus. A Jezus rzekł do nich: «Dzieci, macie coś do jedzenia?»

Odpowiedzieli Mu: «Nie». On rzekł do nich: «Zarzućcie sieć po prawej stronie łodzi, a znajdziecie». Zarzucili więc i z powodu mnóstwa ryb nie mogli jej wyciągnąć. Powiedział więc do Piotra ów uczeń, którego Jezus miłował: «To jest Pan!» Szymon Piotr, usłyszawszy, że to jest Pan, przywdział na siebie wierzchnią szatę – był bowiem prawie nagi – i rzucił się w pław do jeziora. Pozostali uczniowie przyплыnęli łódką, ciągnąc za sobą sieć z rybami. Od brzegu bowiem nie było daleko – tylko około dwustu łokci. A kiedy zeszli na ląd, ujrzeli rozłożone ognisko, a na nim ułożoną rybę oraz chleb. Rzekł do nich Jezus: «Przynieście jeszcze ryb, które teraz złowiliście». Poszedł Szymon Piotr i wyciągnął na brzeg sieć pełną wielkich ryb w liczbie stu pięćdziesięciu trzech. A pomimo tak wielkiej ilości sieć nie rozerwała się. Rzekł do nich Jezus: «Chodźcie, posilcie się!» Żaden z uczniów nie odważył się zadać Mu pytania: «Kto Ty jesteś?», bo wiedzieli, że to jest Pan. A Jezus przyszedł, wziął chleb i podał im – podobnie i rybę. To już trzeci raz Jezus ukazał się uczniom od chwili, gdy zmartwychwstał.

06.04.2024, sobota – Ewangelia według św. Marka 16, 9-15

Po swym zmartwychwstaniu, wczesnym rankiem w pierwszy dzień tygodnia, Jezus ukazał się najpierw Marii Magdalenie, z której przedtem wyrzucił siedem złych duchów. Ona poszła i oznajmiła to Jego towarzyszom, pogrążonym w smutku i płaczącym. Ci jednak, słysząc, że żyje i że ona Go widziała, nie dali temu wiary. Potem ukazał się w innej postaci dwom spośród nich na drodze, gdy szli do wsi. Oni powrócili i obwieścili pozostałym. Lecz im też nie uwierzyli. W końcu ukazał się samym Jedenastu, gdy siedzieli za stołem, i wyrzucał im brak wiary oraz upór, że nie wierzyli tym, którzy widzieli Go zmartwychwstałego. I rzekł do nich: «Idźcie na cały świat i głosźcie Ewangelię wszelkiemu stworzeniu!»

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)*. 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 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)