

# Chodzić w Duchu Świętym

11 tydzień Okresu Zwykłego

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)*

16.06.2024

Teksty dostępne na stronie: [www.onjest.pl](http://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

Korekta:

Jerzy Prokopiuk

Rysunek:

Marta Stańco

Asysta kościelna:

ks. Wojciech Jaśkiewicz

Aplikacje mobilne:

Tomek Romanowski

Druk:

Parafia NMP Bolesnej Wrocław - Strachocin

Projekty graficzne:

Gladiatore Marketing Michał Gadomski

Źródło czytań zamieszczonych w aneksie: [www.liturgia.wiara.pl](http://www.liturgia.wiara.pl)

Drodzy parafianie,

mamy nadzieję, że broszura, którą bierzecie do ręki, pomoże Wam w czytaniu i rozważaniu Słowa Bożego a w ten sposób spotkaniu z Bogiem żywym, obecnym na kartach Pisma Świętego. Naszym celem jest pokazanie Wam przystępnego i prostego sposobu czytania, słuchania i modlitwy Pismem Świętym, tak, aby Słowo Boże, z którym się spotkacie, prowadziło Was w codziennym życiu. Szczególnie tych wszystkich, którzy rozpoczynają korzystanie z naszej propozycji prosimy o przeczytanie kilku wskazówek poniżej. One objaśnią Wam, jak najlepiej skorzystać z broszury, po którą sięgnęliście.

Broszura składa się z 3 części, w kolejności:

- a) propozycji czytania i rozważania na każdy dzień tygodnia,
- b) fragmentów Pisma Świętego do każdego z dni tygodnia (zgodnie z rokiem liturgicznym),
- c) opisu metody modlitwy z Bożym Słowem.

Możesz z niej korzystać w następujący sposób:

1. Zaznajom się z proponowanym sposobem czytania czytając opis metody Lectio Divina na ostatnich stronach. Nie chodzi o to, abyś wszystko zapamiętał(a), ale ogólnie wiedział(a) jak ona przebiega.
2. Przejdź do konkretnego dnia tygodnia i krok po kroku przechodź od jednego punktu do drugiego, według podanych wskazówek, czyli: wycisz się i zaproś Ducha Świętego do modlitwy, przeczytaj tekst do danego dnia ... i tak dalej według wskazówek, zgodnie z zaproponowanym schematem.
3. W trakcie takiego czytania i rozważania możesz, jeśli poczujesz potrzebę, ponownie sięgać do opisu metody zamieszczonego na ostatnich stronach. To pomoże Ci lepiej rozumieć i przeżyć Twoje osobiste spotkanie z Jezusem obecnym w Bożym Słowie.
4. To samo powtarzaj dla każdego innego dnia tygodnia. Bądź wytrwały(a) i cierpliwy(a) a zobaczysz owoce swojego spotkania ze Słowem, bo spotykając się ze Słowem spotykasz się z samym Jezusem. Nie spiesz się, poświęć na to przynajmniej 15 minut każdego dnia.
5. Jeśli masz uwagi czy też chcesz się podzielić swoimi wrażeniami i odkryciami ze spotkania z Jezusem z Bożym Słowem, możesz napisać do nas na: [slowo@onjest.pl](mailto:slowo@onjest.pl) lub przekazać swoje uwagi Księdzu Proboszczowi.

Pozdrawiamy i życzymy błogosławionego spotkania ze Słowem Bożym - Redakcja

16.06.2024, niedziela

## CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO BYĆ CIERPLIWYM

**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 4, 26-34

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:

- "Czy śpi, czy czuwa, we dnie i w nocy, nasienie kiełkuje i rośnie..." W ziarnie zawarta jest cała informacja genetyczna o mającej powstać roślinie. W ziarnie tak maleńkim, jak ziarenko gorczycy, z którego może wyrosnąć ogromne drzewo. Jakie to jest niesamowite, że Bóg tak to stworzył. I na dodatek, On jest taką informacją genetyczną w nas. Każdy z nas ma w sobie Jego DNA, jesteśmy do Niego podobni, bo stworzeni na Jego obraz. I dzisiaj Jezus tłumaczy nam, jak działa Królestwo Boże w każdym z nas. Otóż - w każdym inaczej. Nasienie kiełkuje i rośnie, czasem to widać, jak w dzień, a czasem zupełnie nic nie widać, jak w nocy. Ale to nie znaczy, że nic się nie dzieje. Bo "ziemia sama z siebie wydaje plon, najpierw źdźbło, potem kłos, a potem pełne ziarno w kłosie". W tym procesie jest dynamika. To są etapy, które wymagają od nas cierpliwości.
- Bóg pozwala nam na słabości i upadki, bo są to normalne etapy wzrostu. A nawet więcej: On dostosowuje się do naszego tempa rozwoju. I nigdy nas nie pospiesza. Ma wobec nas niekończące się pokłady cierpliwości. A jak u Ciebie z cierpliwością? Wobec innych i wobec siebie? Czy dajesz sobie czas na wzrost? Czy ufasz Bogu, że On wie co robi i jak Cię ma prowadzić? Czy pozwalasz sobie na bycie ziarnem w Jego ręku, ręku najlepszego siewcy?
- "Wypuszcza wielkie gałęzie, tak że ptaki podniebne gnieźdzą się w jego cieniu". Bardzo lubię obietnicę zawartą w tym zdaniu. Każdy z nas może być drzewem, w którym inni znajdują dom, czy schronienie. On to sprawia, że wszystko, czym w Nim jesteśmy, jest jednocześnie dla nas i dla innych. Miłość, cierpliwość, życzliwość, łagodność, radość i inne dary z Nieba, zawsze są i dla nas i dla innych, których możemy tym "nakarmić". Pomyśl, dla kogo dzisiaj możesz być takim fizycznym, czy emocjonalnym schronieniem? Kogo możesz dzisiaj przytulić do swojego, a przez to Jego serca?

### 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, proszę Cię spraw, by moja wiara była jak ziarno gorczycy, z którego wyrasta ogromne drzewo. I bym miała cierpliwość, by czekać na wzrost, oraz ufność, że Ty zawsze, absolutnie zawsze, wszystko widzisz i wiesz, co jest dla mnie najlepsze.

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?

17.06.2024, poniedziałek , Św. Alberta Chmielowskiego, zakonnika

## CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM KAŻDĄ CHWILĄ ŻYCIA

**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:

### 2 Księga Kronik 18,3-8.12-17.22

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:

- Król izraelski ma czterystu ludzi, których Biblia nazywa prorokami, a jednak pyta o kogoś, kogo nazywa prorokiem pańskim. Owych czterystu proroków zgodnie stwierdziło, że Achab ma wyruszyć - a jednak Jozafat nie dowierza. Mądry człowiek. Gładka i przestronna jest droga pełna obietnic zwycięstw, wąska i ciasna jest brama do poznania prawdy Bożej (Mt 7,13-14). Jeśli wszystko ci się układa, odnosisz same sukcesy, spotykasz samych dobrych ludzi, nie masz żadnych przeciwności, omijają cię problemy zdrowotne, finansowe... to zatrzymaj się i zastanów, czy na pewno zmierzasz w Bożym kierunku.
- Achab uwierzył prorokowi zapowiadającemu nieszczęście, a nazwał kłamcami tamtych czterystu, którzy wieszczili sukcesy. Czy to znaczy, że mamy cieszyć się z trudności, witać radośnie przeciwności, a po rozwiązaniu kolejnego problemu z niecierpliwością czekać na następny? Czy to znaczy, że droga chrześcijanina musi być najeżona przykrościami i zmaganiem? Nie, oczywiście że nie - nasz Pan daje nam zwycięża nad wszystkim, co usiłuje nas pokonać. Warto jednak pamiętać, że diabeł nieustannie próbuje nas zniechęcić i jedną z jego metod jest rzucanie nam kłód pod nogi i wywoływanie problemów nieraz w takich miejscach i sytuacjach, w których byśmy się nie spodziewali. Wołamy wtedy o pomoc do Boga - a błogosławiony jest ten, kto w Niego nie zwątpi (Mt 11,6). To On sam wyprowadza nas z duchowej walki i z największej zagłady (Tb 13,2).
- Trzymaj się blisko Pana Boga, a przeszkody niech nie będą ci duchowym hamulcem - lecz duchową trampoliną.

### 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:** Wierzę w Twoją mądrość, opatrzność, życzliwość - ufam Ci, Panie Boże, ku mnie łaską zdjęty.

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?

18.06.2024, wtorek

## CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO DAWAĆ PRZEBACZENIE

**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 5, 43-48

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:

- Miłość nieprzyjaciół jest pewnym papierkiem lakmusowym naszego chrześcijaństwa, naszej dojrzałości w wierze. Jest trudnym wymaganiem, które domaga się wyjścia poza swój punkt widzenia, poza swoją miarę. *Taką samą miarą, jaką wy mierzycie, odmierzą wam i jeszcze wam dolożą.* (Mk 4, 24)
- Miłość nieprzyjaciół wymaga rezygnacji z oskarżania i osądzania drugiego człowieka. Rezygnacji z prerogatyw, które należą wyłącznie do Boga, bo my jesteśmy tylko stworzeniem. Ból, gniew i żal w naszym sercu po wyrządzonej krzywdzie, jest słuszny, ale domaga się przebaczenia i przeproszenia, aby nas nie zniszczył.
- Nie jesteśmy w stanie przekroczyć progu miłości nieprzyjaciół, dopóki nie zaczniemy się modlić i ćwiczyć w przebaczeniu. Jezus w Ewangelii Mateusza mówi: *A Ja wam powiadam: Miłujcie waszych nieprzyjaciół i módlcie się za tych, którzy was prześladowają.* Wyrządzone krzywdy i ich skutek w postaci bólu i gniewu, domagają się powierzenia Jezusowi na modlitwie. Domagają się przebaczenia z naszej strony, a uzdrowienia wewnętrznego przez Boga żywego.
- Czy pamiętasz osoby, które wyrządziły ci krzywdę lub w taki czy inny sposób prześladowały cię? Wymień te osoby. Proś Jezusa o łaskę przebaczenia i wewnętrznego uzdrowienia a doświadczysz jak pokój Boży, który przewyższa wszystko będzie powoli wypełniał Twoje serce.

### 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 miłość nieprzyjaciół jest niemożliwa bez Twojego wsparcia. Proszę Cię o łaskę przebaczenia i wewnętrznego wolności od wyrządzonych mi krzywd.

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?

19.06.2024, środa , św. Romualda, opata

## Z DZIELNOŚCIĄ PROROCKĄ CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM

**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:

### 2 Księga Królewska 2, 1. 6 - 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:

- Pytania ośmioletniego Janka: „Czy dzisiaj mamy proroków? Kto nimi może być?” wybrzmiewają w moich uszach od kilku dni. Bo jakże mało wiemy o ich działalności. O tym, co to w ogóle znaczy być prorokiem. Często termin ten wiążemy ze Starym Testamentem i spłycamy jego znaczenie. A tymczasem prorok to „mąż Boży”, to człowiek, który głosi słowo Boga i naukę zgodną z Jego przekazem. Choć może zabrzmieć to dla niektórych z nas bardzo dziwnie, to jednak bycie chrześcijaninem oznacza bycie prorokiem; świadkiem, komentatorem wydarzeń, które rozgrywają się tu i teraz w świetle Bożego Słowa.
- Eliasz i Elizeusz to postaci, z którymi spotykamy się na dzisiejszej Eucharystii. To osoby wybrane przez Boga, ukształtowane i ugruntowane w wierze, będące przewodnikami ludu w okresie wielkich mroków bałwochwalstwa. Elizeusz, następca Eliasza, którego imię oznacza „Bóg jest zbawieniem”, „nie opuszcza” mistrza i „idzie [z nim] razem” przez życie. U kresu jego ziemskiego życia prosi go: „niechby dwie części twego ducha przeszły na mnie” – i te części otrzymuje. Przejmuje funkcje, które dotąd spełniał Eliasz i wypełnia je z wielką gorliwością (zob.: 2 Krl, 2 – 13). Staje się przewodnikiem innych ku Bogu i żyje prawdą, a nie jej namiastkami; uczy ich jak pokładać w Nim nadzieję i stawać się człowiekiem wolnym, posłusznym Bogu i własnemu sumieniu. Sam nauczył się tego, gdy towarzyszył Eliaszowi w jego codziennym „wstępowaniu do Nieba”. Czy potrafię towarzyszyć Jezusowi w swojej codziennej wędrówce przez życie i cierpliwie podglądać do czego uzdalniał Go Duch Święty, którego przekazał mi na chrzcie świętym i bierzmowaniu? Czy zapraszam Go do swojego życia i proszę o Jego dary?
- I we mnie i w tobie żyje Święty Duch Chrystusa i pragnie nas przemieniać na wzór Serca Jezusa. Działać w moim i twoim sercu, uczyć jak być cichym i pokornym, a jednocześnie wychodzić do innych z prorocką misją. Czytając po raz kolejny dzisiejszą historię z 2 Księgi Królewskiej spróbuj zobaczyć w sobie i drugim człowieku proroka. Wyjdź z Dobrym Słowem (Nowiną) do innych, stawiaj czoła wyzwaniom i próbom, które niesie życie. Stawaj się człowiekiem, pełnym Ducha Świętego i wiary. Bycie prorokiem wśród swoich to zadanie na twoje ziemskie życie.

### 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:** Boże, mój Ojcze, uzdalniaj mnie do tego, abym z prorocką misją dzielnie potrafiła kroczyć przez życie.

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?

20.06.2024, czwartek

## CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO OCZYSZCZAĆ SWOJĄ MODLITWĘ

**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 6,7-15

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:

- *"Na modlitwie nie bądźcie gadatliwi jak poganie.* Czego oczekujesz od modlitwy? Czy modlitwa jest Ci do czegokolwiek potrzebna? Może to monolog, który wypowiadasz sam przed sobą? Może masz poczucie, że Bóg nie wysłuchuje Twoich próśb? Modlisz się dla siebie czy Boga? Która z modlitw, które znasz jest najlepszą i najskuteczniejszą? Różaniec, Litania Pompejańska, Koronka, Ojciec nasz, czy jeszcze inna? Jk 4,3 - *" Modlicie się , a nie otrzymujecie, bo się źle modlicie, starając się o zaspokojenie swoich żądz."* Można modlić się dobrze albo źle. Można coś otrzymać albo nie. Czy Twoja modlitwa jest aktem miłości?
- *"Albowiem wie Ojciec wasz, czego wam potrzeba, wpieryw zanim Go poprosicie."* Skoro Bóg przenika nasze serce i wie czego nam potrzeba to jak na tym tle wyglądają Twoje próśby? Perspektywa naszych próśb najczęściej dotyczy teraźniejszości. Perspektywa Boga dotyczy teraźniejszości, przyszłości i wieczności. Bóg zna przyszłość i często dla zaoszczędzenia nam większej troski nie wysłuchuje modlitwy. Za co w swoim czasie będziemy mu wdzięczni. Czy jesteś przygotowany na to, że Bóg nie wysłucha Twojej prośby, bo z perspektywy zbawienia nie jest ona dla Ciebie dobra? Mt 7, 9-10: *"Gdy któregoś z Was syn prosi o chleb, czy jest taki, który poda mu kamień?"* Z perspektywy zbawienia pokarm, o który prosisz może być trucizną. Jeżeli dziecko choruje na jelita i prosi o jedzenie a lekarz mówi, że podanie mu pokarmu przez jakiś czas zabije go, to podasz mu pokarm? O co więc warto prosić na modlitwie?
- Gdy stajesz do modlitwy to z jakimi najczęściej stajesz intencjami? Czy są to tylko próśby? Czy jest też tam wdzięczność i dziękczynienie? Czy może jest także skrucha i przepraszenie? Gdy apostołowie prosili Jezusa, aby nauczył ich modlić się, to Jezus podał im treść tylko jednej modlitwy, którą znamy jako "Ojciec nasz". Skoro tak, to jest ona wzorem dla każdej innej modlitwy. W modlitwie "Ojciec nasz" najpierw zwracamy się do Boga - naszego Taty - a następnie wypowiadamy 7 próśb. Te 7 próśb obejmuje całe nasze życie. Życie duchowe, życie materialne, życie teraźniejsze, życie przyszłe i życie wieczne. Gdy spojrzymy na modlitwę Jezusa w Ogrójcu (Mt 26, 39), to mimo innych słów, treść zawiera te same próśby co modlitwa "Ojciec nasz". Zobacz jaka jest kolejność próśb modlitwy "Ojciec nasz" i czego tak naprawdę te próśby dotyczą. Gdzie jest tam uwielbianie i wdzięczność, gdzie prośba o sprawy teraźniejsze, materialne, skrucha i przebaczenie. Czy zauważasz, że ta modlitwa jest aktem miłości?

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

Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przepraszania, próśby, dziękczynienia, uwielbienia. **Możesz modlić się tak:** Odmów „Ojciec nasz”. Zatrzymaj się po każdej prośbie i zobacz co ona wyraża. Pójdź sercem za tymi prośbami.

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?



21.06.2024, piątek , Św. Alojzego Gonzagi, zakonnika

## CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO ZAUWAŻAĆ OKAZJE DO MIŁOWANIA

**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 6, 19-23

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:

- Skarby w niebie to miłość ofiarowana tym najbliższym, ale i tym dalszym, czy całkiem obcym. Jezus stawia poprzeczkę dużo wyżej: Słyszeliście, że powiedziano: *Będziesz miłował swego bliźniego, a nieprzyjaciela swego będziesz nienawidził. A Ja wam powiadam: Miłujcie waszych nieprzyjaciół i módlcie się za tych, którzy was prześladują (...)* Jeśli bowiem miłujecie tych, którzy was miłują, cóż za nagrodę mieć będziecie? Czyż i celnicy tego nie czynią? (Mt 5, 43-44.46) Każdy akt dobroci, szczególnie bezinteresowny, jest jakby wrzuceniem monety do skarbony w niebie. Kiedy osobiście tracisz coś (czas, wysiłek, wszelkie inne zasoby) dla bliźniego w imię miłości, ten dar tak naprawdę przyjmuje Jezus: *Zaprawdę, powiadam wam: Wszystko, co uczyniliście jednemu z tych braci moich najmniejszych, Mnieście uczynili.* (Mt 25,40)
- *Światłem ciała jest oko.* Wzrok oznacza postrzeganie świata, pojmowanie go, przyjmowanie, ocenianie sytuacji. Oczywiście to od nas, nie od oka zależy, jak będziemy widzieć świat - i jest to wielka odpowiedzialność, by kształtować swoje patrzenie na świat po Bożemu. To od Ciebie zależy, jak patrzysz na świat! Możesz widzieć w ludziach wrogów, zauważać wszelkie ich niedoskonałości, skupiać się na ich grzechach i winach (szczególnie wobec Ciebie). Owocem tego będzie nieufność, lęk, zamknięcie się i skupienie na sobie, zgorzknienie, osamotnienie i smutek. Boże patrzenie na świat owocuje zaufaniem, dostrzeganiem wszędzie i w każdym dobra, radością i zachwytem nad światem, miłością i pragnieniem, by szeroko rozdawać miłość. Jakie owoce w sobie widzisz, co one mówią o Twoim patrzeniu na świat?

### 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., daj mi spojrzenie miłości, chcę patrzeć na ludzi jak Ty! Pomóż mi widzieć świat z Twojej perspektywy - Boga miłości, zwycięzcy wszelkiego zła, Boga miłosierdzia i przebaczenia!

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

### Actio (działanie)

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

22.06.2024, sobota , Świętych męczenników Jana Fishera, biskupa i Tomasza More'a

## CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO TRWAĆ W WYZNAWANIU WIARY

**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 6, 24-34

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:

- Potrzebujemy zmieniać nasze myślenie i głośno wyznawać, że Bóg żywy troszczy się o wszystkie nasze potrzeby. Mateusz Ewangelista mówi o tym jednoznacznie: *Przecież Ojciec wasz niebieski wie, że tego wszystkiego potrzebujecie*. Potrzebujemy wzrastać w wierze, że Bóg jest dobry, a my jesteśmy Jego dziećmi. Autor Listu do Hebrajczyków przynagla nas do wyznawania wiary w Bożą moc: *Mając więc arcykapłana wielkiego, który przeszedł przez niebiosy, Jezusa, Syna Bożego, trwajmy mocno w wyznawaniu wiary*. (Hbr 4, 14) Bez wiary nie przekroczymy naszych lęków ani naszych wątpliwości. Bez wiary nie przekroczymy naszych ograniczeń. Jakie potrzeby swoje lub swojej rodziny próbujesz zaspokoić i przekracza to twoje możliwości? Jakie lęki cię paraliżują?
- Mateusz ewangelista przypomina nam co powinno być centrum naszego życia: *Starajcie się naprzód o królestwo Boga i o Jego sprawiedliwość, a to wszystko będzie wam dodane*. Sprawy Bożego królestwa mają stać się centrum naszego życia. Czym zatem jest to Boże królestwo? Święty Paweł w Liście do Rzymian pisze: *Bo królestwo Boże to nie sprawa tego, co się je i pije, ale to sprawiedliwość, pokój i radość w Duchu Świętym. A kto w taki sposób służy Chrystusowi, ten podoba się Bogu i ma uznanie u ludzi*. (Rz 14, 17-18) Potrzebujemy poświęcić czas na wzrastanie w wierze, choćby przez wsłuchiwanie się w Boże Słowo. Potrzebujemy poświęcać czas na modlitwę, aby usłyszeć co Bóg ma nam do powiedzenia. Możesz modlić się tak: Wyznaję Jezu, że dzięki Twojej interwencji mam moc wzrastać w wierze. Wyznaję, że *przenikasz i znasz mnie Ty wiesz, kiedy siadam i wstaję. Z daleka przenikasz moje zamysły, widzisz moje działanie i mój spoczynek i wszystkie moje drogi są Ci znane*. (Ps 139, 2-3) Bądź uwielbiony i wywyższony w moim życiu.

### 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:** Nie martwcie się zatem i nie mówcie: co będziemy jedli? co będziemy pili? czym będziemy się przyodziewali? Bo o to wszystko poganie zabiegają.

**MAŁE PACIORKI:** Starajcie się naprzód o królestwo Boga i o Jego sprawiedliwość.

*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

### 16.06.2024, niedziela – Ewangelia według św. Marka 4, 26-34

*Jezus mówił do tłumów: «Z królestwem Bożym dzieje się tak, jak gdyby ktoś nasienie wrzucił w ziemię. Czy śpi, czy czuwa, we dnie i w nocy, nasienie kiełkuje i rośnie, sam nie wie jak. Ziemia sama z siebie wydaje plon, najpierw źdźbło, potem kłos, a potem pełne ziarno w kłosie. Gdy zaś plon dojrzeje, zaraz zapuszcza sierp, bo pora już na żniwo». Mówił jeszcze: «Z czym porównamy królestwo Boże lub w jakiej przypowieści je przedstawimy? Jest ono jak ziarno gorczycy; gdy się je wsiewa w ziemię, jest najmniejsze ze wszystkich nasion na ziemi. Lecz wsiane, wyrasta i staje się większe od innych jarzyn; wypuszcza wielkie gałęzie, tak że ptaki podniebne gnieźdzą się w jego cieniu». W wielu takich przypowieściach głosił im naukę, o ile mogli ją rozumieć. A bez przypowieści nie przemawiał do nich. Osobno zaś objaśniał wszystko swoim uczniom.*

### 17.06.2024, poniedziałek – 2 Księga Kronik 18,3-8.12-17.22

*Król izraelski, Achab zwrócił się do króla judzkiego Jozafata: Czy pójdziesz ze mną przeciw Ramot w Gileadzie? Odpowiedział mu: Ja tak, jak i ty, lud mój, jak i twój lud będziemy z tobą na wojnie. Ponadto Jozafat rzekł królowi izraelskiemu: Najpierw zapytaj, proszę, o słowo Pana. Król więc izraelski zgromadził czterystu proroków i rzekł do nich: Czy powinienem wyruszyć na wojnę o Ramot w Gileadzie, czy też powinienem tego zaniechać? A oni odpowiedzieli: Wyruszaj, a Bóg je da w ręce króla! Jednak Jozafat rzekł: Czy nie ma tu jeszcze jakiegoś proroka Pańskiego, abyśmy przez niego mogli zapytać? Na to król izraelski odrzekł Jozafatowi: Jeszcze jest jeden mąż, przez którego można zapytać Pana. Ale ja go nienawidzę, bo mi nie prorokuje dobrze, tylko zawsze źle. Jest to Micheasz, syn Jimli. Wtedy Jozafat powiedział: Nie mów tak, królu! Zawołał więc król izraelski któregoś dworzanina i rzekł: Pospiesz się po Micheasza, syna Jimli! Ten zaś posłaniec, który poszedł zawołać Micheasza, powiedział mu tak: Oto przepowiednie proroków są jednogłośnie pomyślne dla króla, niechże twoja przepowiednia, proszę cię, będzie jak każdego z nich, taką, żebyś zapowiedział powodzenie. Wówczas Micheasz odrzekł: Na życie Pana, na pewno będę mówił to, co powie mój Bóg. Potem przyszedł przed króla. Wtedy król się odezwał do niego: Micheaszu, czy powinniśmy wyruszyć na wojnę przeciw Ramot w Gileadzie, czy też powinniśmy tego zaniechać? Wtedy do niego przemówił: Wyruszcie, a zwyciężycie. Będą oni oddani w wasze ręce. Król zaś mu powiedział: Ile razy ja cię mam zaklinać, żebyś mi mówił tylko prawdę w imieniu Pana? Wówczas on rzekł: Ujrzałem całego Izraela rozproszonego po górach, jak trzodę owiec i kóz bez pasterza. Pan rzekł: Nie mają swego pana.*

*Niech wróci każdy w pokoju do swego domu! Wtedy król izraelski zwrócił się do Jozafata: Czyż ci nie powiedziałem? Nie prorokuje mi pomyślności, tylko nieszczęścia! Oto dlatego Pan dał teraz ducha kłamstwa w usta tych twoich proroków. Pan bowiem zawyrokował twoją zgubę.*

## **18.06.2024, wtorek – Ewangelia według św. Mateusza 5, 43-48**

*Jezus powiedział do swoich uczniów:*

*«Słyszeliście, że powiedziano: „Będziesz miłował swego bliźniego”, a nieprzyjaciela swego będziesz nienawidził.*

*A Ja wam powiadam: Miłujcie waszych nieprzyjaciół i módlcie się za tych, którzy was prześladują, abyście się stali synami Ojca waszego, który jest w niebie; ponieważ On sprawia, że słońce Jego wschodzi nad złymi i nad dobrymi, i On zsyła deszcz na sprawiedliwych i niesprawiedliwych.*

*Jeśli bowiem miłujecie tych, którzy was miłują, cóż za nagrodę mieć będziecie? Czyż i celnicy tego nie czynią? I jeśli pozdrawiacie tylko swych braci, cóż szczególnego czynicie? Czyż i poganie tego nie czynią? Bądźcie więc wy doskonali, jak doskonały jest Ojciec wasz niebieski».*

## **19.06.2024, środa – 2 Księga Królewska 2, 1. 6 - 14**

*Kiedy Pan miał wśród wichru unieść Eliasza do nieba, Eliazsz szedł z Elizeuszem z Gilgal. Wtedy rzekł Eliazsz do niego: «Zostań, proszę, tutaj, bo Pan posłał mnie aż do Jordanu». Elizeusz zaś odpowiedział: «Na życie Pana i na twoje życie: nie opuszczę cię!» I szli dalej razem.*

*A pięćdziesięciu spośród synów prorockich poszło i stanęło z przeciwka, w oddali, podczas gdy oni obydwaj przystanęli nad Jordanem.*

*Wtedy Eliazsz zdjął swój płaszcz, zwinął go i uderzył w wody, tak iż się rozdzieliły w obydwie strony. A oni we dwóch przeszli po suchym łożysku.*

*Kiedy zaś przeszli, Eliazsz rzekł do Elizeusza: «Żądaj, co mam ci uczynić, zanim wzięty będę od ciebie». Elizeusz zaś powiedział: «Niechby – proszę – dwie części twego ducha przeszły na mnie!» On zaś odrzekł: «Trudnej rzeczy zażądałeś. Jeżeli mnie ujrzysz, jak wzięty będę od ciebie, spełni się twoje życzenie; jeśli zaś nie ujrzysz, nie spełni się».*

*Podczas gdy oni szli i rozmawiali, oto zjawił się wóz ognisty wraz z rumakami ognistymi i rozdzielił obydwóch; a Eliazsz wśród wichru wstąpił do niebios.*

*Elizeusz zaś patrzył i wołał: «Ojcze mój! Ojcze mój! Rydwanie Izraela i jego jeźdźcze». I już go więcej nie ujrzał. Ująwszy następnie swoje szaty, Elizeusz rozdarł je na dwie części i podniósł płaszcz Eliasza, który spadł od niego z góry.*

*Wrócił i stanął nad brzegiem Jordanu. I wziął płaszcz Eliasza, który spadł od niego z góry, i uderzył w wody. Wtedy rzekł: «Gdzie jest Pan, Bóg Eliasza?» I uderzył w wody, a one rozdzieliły się na obydwie strony. Elizeusz zaś przeszedł środkiem.*

## **20.06.2024, czwartek – Ewangelia według św. Mateusza 6,7-15**

*Na modlitwie nie bądźcie gadatliwi jak poganie. Oni myślą, że przez wzgląd na swe wielomówstwo będą wysłuchani. Nie bądźcie podobni do nich! Albowiem wie Ojciec wasz, czego wam potrzeba, wpieryw zanim Go poprosicie. Wy zatem tak się módlcie: Ojcze nasz, który jesteś w niebie, niech się święci imię Twoje! Niech przyjdzie królestwo Twoje; niech Twoja wola spełnia się na ziemi, tak jak i w niebie. Chleba naszego powszedniego daj nam dzisiaj; i przebacz nam nasze winy, jak i my przebaczymy tym, którzy przeciw nam zawinili; i nie dopuść, abyśmy ulegli pokusie, ale nas zachowaj od złego! Jeśli bowiem przebaczycie ludziom ich przewinienia, i wam przebaczy Ojciec wasz niebieski. Lecz jeśli nie przebaczycie ludziom, i Ojciec wasz nie przebaczy wam waszych przewinień.*

## **21.06.2024, piątek – Ewangelia według św. Mateusza 6, 19-23**

*Jezus powiedział do swoich uczniów:*

*«Nie gromadźcie sobie skarbów na ziemi, gdzie mół i rdza niszczą i gdzie złodzieje włamują się i kradną. Gromadźcie sobie skarby w niebie, gdzie ani mół, ani rdza nie niszczą i gdzie złodzieje nie włamują się i nie kradną. Bo gdzie jest twój skarb, tam będzie i serce twoje. Światłem ciała jest oko. Jeśli więc twoje oko jest zdrowe, całe twoje ciało będzie rozświetlone. Lecz jeśli twoje oko jest chore, całe twoje ciało będzie w ciemności. Jeśli więc światło, które jest w tobie, jest ciemnością, jakże wielka to ciemność!»*

## **22.06.2024, sobota – Ewangelia według św. Mateusza 6, 24-34**

*Jezus powiedział do swoich uczniów:*

*«Nikt nie może dwom panom służyć. Bo albo jednego będzie nienawidził, a drugiego – miłował; albo z jednym będzie trzymał, a drugim wzgardzi. Nie możecie służyć Bogu i Mamonie!*

*Dlatego powiadam wam: Nie martwcie się o swoje życie, o to, co macie jeść i pić, ani o swoje ciało, czym się macie przyodzierać. Czyż życie nie znaczy więcej niż pokarm, a ciało więcej niż odzienie? Przypatrzcie się ptakom podniebnym: nie sieją ani żną i nie zbierają do spichlerzy, a Ojciec wasz niebieski je żywi. Czyż wy nie jesteście ważniejsi niż one? Kto z was, martwiąc się, może choćby jedną chwilę dołożyć do wieku swego życia? A o odzienie czemu się martwicie?*

*Przypatrzcie się liliom polnym, jak rosną: nie pracują ani przędą. A powiadam wam: nawet Salomon w całym swym przepychu nie był tak ubrany jak jedna z nich. Jeśli więc ziele polne, które dziś jest, a jutro do pieca będzie wrzucone, Bóg tak przyodziewa, to czyż nie tym bardziej was, ludzie małej wiary? Nie martwcie się zatem i nie mówcie: co będziemy jedli? co będziemy pili? czym będziemy się przyodziewali? Bo o to wszystko poganie zabiegają. Przecież Ojciec wasz niebieski wie, że tego wszystkiego potrzebujecie. Starajcie się naprzód o królestwo Boga i o Jego sprawiedliwość, a to wszystko będzie wam dodane. Nie martwcie się więc o jutro, bo jutrzejszy dzień sam o siebie martwić się będzie. Dosyć ma dzień każdy swojej biedy».*

## 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)*. 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](http://www.onjest.pl/slowo)



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