

Chodzić w Duchu Świętym

15 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)

14.07.2024

Teksty dostępne na stronie: www.onjest.pl

Rysunek tygodnia:



CZY ŻYJESZ TAK,
ABY ROZPOZNAĆ BOGA
TAM, GDZIE JESTEŚ?

ZAUFAJ CI SZY,
ABYŚ MOGŁ ODPOWIEDZIEĆ:

"OTO JESTEM".

ODWAGI!

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

Drodzy parafianie,

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

Broszura składa się z 3 części, w kolejności:

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

Możesz z niej korzystać w następujący sposób:

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

Pozdrawiamy i życzymy błogosławionego spotkania ze Słowem Bożym - Redakcja

14.07.2024, niedziela , Św. Kamila de Lellis, prezbitera, św. Henryka

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO ZNAĆ SWÓJ ŻYCIOWY CEL

Wyciszenie – zapraszaj Ducha Świętego, aby On prowadził modlitwę, np.: „Duchu Święty, proszę Cię, pomóż mi usłyszeć to wszystko, co Bóg chce mi dziś powiedzieć”.

Lectio (czytanie) – przeczytaj:

List św. Pawła do Efezjan 1, 3-10

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:

- Z miłości przeznaczył nas dla siebie jako przybranych synów poprzez Jezusa – to jest celem Twojego życia: Bóg Cię zaplanował, wybrał jeszcze przed założeniem świata, aby Cię kochać jako swoje dziecko. Wszelkie inne powołania: rodzina, praca, różne pasje, misje życiowe są w dalszej kolejności i nie zastąpią tego pierwszego powołania – do bycia w miłości z Bogiem. Żadna inna miłość czy pasja nie zaspokoi i nie ukoji tęsknoty ludzkiego serca, bo ono zostało stworzone do dużo większej miłości i pasji – do relacji z Bogiem. Czy według tej prawdy żyjesz, układasz swoją hierarchię wartości? Co jest celem i sensem Twoich codziennych wysiłków, dążeń, trudów?
- Jak ten cel rozpoznać? Np. po reakcji na trudne sytuacje, na niespełnione oczekiwania. Jak reagujesz, gdy Twoje plany upadają? Gdy coś tracisz lub nawet nie zdołałeś osiągnąć? Na ile to wszystko wpływa na Twój pokój wewnętrzny, poczucie sensu, bezpieczeństwa, radość? Czy nie próbujesz nakarmić swojej duszy jakimś zastępnikiem Boga, czy nie szukasz ukojenia w drugim człowieku lub jakichś działaniach? Co jest tym czynnikiem, który jest koniecznie potrzebny, abyś się czuł bezpiecznie, aby życie miało sens?
- Czy szukasz zaspokojenia swego serca w Bogu? Czy zauważasz wpływ jakości relacji z Bogiem na swoje funkcjonowanie? *On nappełnił nas wszelkim błogosławieństwem duchowym na wyżynach niebieskich – w Chrystusie* – im większa bliskość z Jezusem, tym bardziej możesz korzystać z duchowych bogactw. *W Nim bowiem wybrał nas przed założeniem świata, abyśmy byli święci i nieskalani przed Jego obliczem* – wybrał nas wszystkich, nie tylko pojedynczych wielkich świętych. Twoim przeznaczeniem nie jest „jakoś przeżyć” to życie, być „dobrym człowiekiem”, ale być świętym i nieskalanym, nappełnionym wszelkim błogosławieństwem duchowym. Jaka jest Twoja perspektywa, do czego dążysz?

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:** Dziękuję Ci Panie, że wybrałaś mnie na swoje dziecko, dziękuję za wspaniałe plany jakie masz dla mnie – bycia z Tobą. Proszę Duchu Św. objawiaj mi tą prawdę, pomóż mi to pojąć, uwierzyć tej miłości i rzeczywiście na niej oprzeć moje 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?

15.07.2024, poniedziałek , Św. Bonawentury, biskupa i doktora Kościoła

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO TO TRACIĆ NA ZIEMI ABY ZYSKAĆ W NIEBIE

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 10, 34 – 11, 1

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:

- Bardzo trudne słowa. Dla mnie jedne z najtrudniejszych w Ewangelii. O braku pokoju tam, gdzie go potrzebujemy najbardziej: w rodzinie. O byciu godnym Jezusa za cenę niesienia własnego krzyża. O stracie życia. O byciu przyjętym i byciu odrzuconym, bo przecież prorocy to ludzie odrzuceni. Wielu starotestamentalnych proroków doświadczyło ogromnego odrzucenia, agresji, wykluczenia ze strony tych, którym głosili. A jednak mimo to głosili, bo Słowo jak ogień trawiący paliło im wewnątrz.
- Kto was przyjmuje, Mnie przyjmuje - zadziwiają mnie te słowa. Jezus utożsamia się w pełni ze swoimi uczniami, z tymi którzy Go głoszą. To jest niesamowite. Podobnie jak w chwili nawrócenia świętego Pawła, gdy Jezus pyta: dlaczego Mnie prześladujesz? A prześladowany był przecież Kościół. Wszędzie na świecie, gdzie wobec ewangelizatorów stosowana jest przemoc, represje, agresja - tam Jezus utożsamia się z nimi. I wciąż słyhać echo tego pytania wobec świata: dlaczego Mnie prześladujesz?
- *Nie przyszedłem przynieść pokoju, ale miecz. Będą nieprzyjaciółmi człowieka jego domownicy.* Zatrzymaj się nad tymi słowami i pomódl się w skupieniu za wszystkich, którzy cierpią odrzucenie z powodu Jezusa we własnych domach, miejscach pracy, grupach znajomych. Proś o mądrość i odwagę dawania świadectwa. Kto przyzna się do Mnie przed ludźmi, do tego Ja przyznam się przed moim Ojcem, który jest w niebie.

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:** Miłuję Cię Panie, mocy moja.*

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?

16.07.2024, wtorek , Najśw. Maryi Panny z Góry Karmel

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO ODNAJDYWAĆ JEZUSA W KAŻDEJ EUCHARYSTII

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 11, 20-24

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:

- Zastanowiły mnie słowa Pana Jezusa, w których przypomina, że cuda powinny w Żydach wzbudzić wiarę prowadzącą do nawrócenia (post i pokuta). Ale przecież cuda, a zwłaszcza uzdrowienie, to miejsce na radość i uwielbienie Boga a nie na pokutę. Tymczasem nawrócenia potrzebuje tylko ten, kto odwrócił się lub zapomniał o Bogu. Dlaczego Żydów traktuje tak surowo? Im objawił się JAHWE, wyprowadził ich z Egiptu do Kanaan, w Arce Przymierza spoczywały jego przykazania, Jego Słowo mieli w zwojach Starego Testamentu a ON sam przebywał w ich Świątyni.
- Czy te słowa mógłby Jezus powiedzieć też o mnie? Przecież nie widzę na co dzień Jego cudów. A może są, lecz ja ich nie widzę? A EUCHARYSTIA! Przecież to największy cud jaki może zdarzyć się na świecie. W jednej chwili przychodzi do mnie sam Bóg i mogę z Nim zjednoczyć się na znak, że Go przyjmuję do swego serca i życia. W czasie Mszy Św. przemawia do mnie Bóg w czytaniach, psalmach i Ewangelii. Odpuszcza mi grzechy, gdy czynię akt pokuty. Przyjmuje me dary, które składam przed ołtarzem i obdarza mnie łaskami, gdy wołam „Ojciec Nasz”.
- Czy Ty to widzisz, bo ja wciąż NIE. Przyzwyczailem się do tych cudów, ubrałem je w formułki, które odmawiam często bez zastanowienia. Nie słucham czytań ani kazań i jestem tu, by spełnić obowiązek. Mam prawdziwego Jezusa jak mieli Żydzi z tej Ewangelii, lecz tak jak i oni nie nawracam się, nie zmieniam swego życia.
- Zastanów się, jak ty przeżywasz Mszę Św? Czy ona zmienia Twoje życie na lepsze? Czy po wyjściu z Kościoła ludzie widzą, że jesteś lepszym człowiekiem? A może szukasz w niej tylko „cudów”, czegoś ciekawego, jak dobra muzyka, charyzmatyczny kaznodzieja lub uniesienia duchowe?

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 Jezu naucz mnie, jak być skupionym na Mszy Św. Pokaż co mi w niej przygotowałeś bym mógł wzrastać w wierze, przemieniać się i być bliżej Twego Miłującego Serca.

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?

17.07.2024, środa

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO POZNAWAĆ BOGA NA SPOTKANIU Z NIM

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 11, 25-27

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:

- Prostota nie oznacza prymitywności. Ludzie prości w Ewangelii, to ludzie ducha, pokładający całkowitą ufność w Bogu. To ludzie „cisi i pokorni sercem”, „ubodzy duchem”, „słuchający bardziej Boga niż ludzi”. Takim ludziom zdecydowanie łatwiej jest dostrzegać obecność Boga i Jego działanie w życiu niż tym, którzy posiadają wiedzę o Nim, odczytanym, zgłębiającym Go rozumem. Ci narażeni są bardziej na popadnięcie w pychę samowystarczalności, wszechwiedzy i elokwencji. Szukanie mądrości samo w sobie jest dobrem, mądrość jest przecież darem pochodzącym od Ducha Świętego. Ważne jest jednak jeszcze, do jakiej postawy to doprowadza.
- Wiedza odsłania przed człowiekiem swoje przestrzenie. Z jednej strony może wzbudzać pokorę, a z drugiej wpędzać człowieka w zachwyty nad samym sobą, swoimi umiejętnościami i możliwościami poznawczymi. Sam Bóg nie mieści się jednak w ludzkim pojmowaniu, przekracza rozum człowieka, nie da się Go poznać jedynie na drodze rozumu. Której postawy jest we mnie więcej: prostoty, ufności, czy tej poszukującej rozumowego doświadczenia Boga?
- Znajomość traktatów teologicznych, katechizmu na pamięć nie oznacza bliskości z Bogiem. Można być człowiekiem z nizin społecznych, niewykształconym, a żyć w zażyłości z Nim. Żeby się z kimś zaprzyjaźnić nie wystarczy dowiedzieć się o nim jak najwięcej. By znajomość, rozwinęła się w przyjaźń trzeba się spotkać z drugą osobą, wejść z nią w relację. Bóg jest Osobą, która chce wejść z człowiekiem w relację. On chce być blisko, jest Emanuelem - Bogiem z nami. Tęskni i czeka w Eucharystii, w Słowie, aż przyjdę, odezwę się do Niego, posłucham co do mnie mówi. Boga można poznać poznając Jezusa. Czy dostrzegam tęsknotę Boga? Czy spotykam się z Nim?

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, „niech się radują i weselą w Tobie wszyscy, co Ciebie szukają” (Ps 40,17).*

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?

18.07.2024, czwartek , Bł. Szymona z Lipnicy, prezbitera

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO OCZYSZCZAĆ SWOJE SERCE, ABY ZAPANOWAŁA W NIM POKORA

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 11,28-30

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

Meditatio (powtarzanie)

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

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

- "Przyjdźcie do mnie wszyscy, którzy obciążeni i utrudzeni jesteście, a Ja was pokrzepię." Czy masz takie doświadczenie, że modliłeś się i nie otrzymałeś tego o co się modliłeś? Czy masz takie doświadczenie, że ofiarowałeś Jezusowi swoje życie, ale to nic nie zmieniło w Twoim życiu? Czy cierpiełeś, albo cierpisz i prosisz Jezusa o ulgę i pokrzepienie a to się nie stało? Czy możesz przyznać się do tego, że większości Twoich próśb i modlitw Bóg nie wysłuchał? Czułeś, że Jezus Cię nie wysłuchał, ale starałeś się to racjonalizować rozumem? Takie doświadczenie nie jest mi obce. Jak zatem wygląda przychodzenie do Jezusa, które daje pokrzepienie? Celem modlitwy - przychodzenia do Jezusa, jest miłość sama w sobie. Przychodzenie do Jezusa to otwieranie się na miłość przychodzącą w taki sposób, w jaki chce się ona udzielać. W miłości nie ma przymusu, nacisku, wymuszania. W miłości jest wolność. W miłości przyjmuje się to co przychodzi. Miłość nie usuwa trudnych sytuacji z życia, ale pomaga przez nie przejść. Pokrzepienie przychodzi wtedy, gdy otwieramy się na miłość, kiedy zaczynamy kochać siebie i ludzi z najbliższego otoczenia. To w miłości ludzkiej udziela się BÓG, który jest MIŁOŚCIĄ.
- "Weźcie moje jarzmo na siebie i ucztujcie się ode mnie," Skoro Bóg jest Miłością i jako druga Osoba Boska, w osobie Jezusa stał się człowiekiem, to wydaje się, że życie Jezusa z Nazaretu jest praktycznym obrazem udzielania się Boga (Miłości) w życiu ludzkim. Skoro tak jest, to wydaje się, że najważniejszą rzeczą w naszej wierze jest poznanie Jezusa i naśladowanie Go, naśladowanie na poziomie serca, co też będzie miało odbicie w naszych uczynkach. Jak poznawać Jezusa? Myślę, że bez znajomości Ewangelii trudno to zrobić, a bez rozważania Słowa Bożego trudno poznać Jego serce.
- "ucztujcie się ode Mnie, bo jestem cichy i pokorny sercem, a znajdziecie ukojenie dla dusz waszych." Jezus mówi, że ma ciche i pokorne serce i proponuje aby uczyć się od Niego oczyszczania swojego serca, aby zapanowała w nim cichość i pokora. Ciche i pokorne serce daje ukojenie dla duszy, jak również pokrzepienie w "utrudzeniu" i "obciążeniu". Czy znasz swoje serce? Czy w swoim sercu uznajesz prawdę o sobie, o swoim życiu? Co się w nim rodzi i czego jest więcej? Pokorne serce przyciąga Boga - Miłość i pozwala jej się zdomowić.

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

Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przeproszenia, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. **Możesz modlić się tak:** Jezu cichy i pokornego serca, uczyn 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?

19.07.2024, piątek

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO BYĆ SKUPIONYM NA JEZUSIE

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 12, 1-8

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 Jego, odczuwając głód, zaczęli zrywać kłosa i jeść ziarna.* Wyobraź sobie tę scenę. Jako pobożni Żydzi uczniowie na pewno znali zasady szabat. Co się musiało stać, że je złamali? Pewnie szli rozmawiając, tak jakby się zapomnieli i beztruosko, odruchowo zaczęli rwać kłosa. Jakby opadły z nich więzy sztywnych przepisów i zasad. Pozwolili sobie na naturalność, spontaniczność. Odpowiedzią może być wolność, jakiej doświadczali przy Jezusie.
- Druga rzecz, to że byli całkowicie zapatrzeni i zasluchali w Jezusa. On był najważniejszy. Jego autorytet dawał poczucie bezpieczeństwa, pewności, wolności. Jak dzieci mogli na Nim się oprzeć, Jemu powierzyć i być beztruoskami - bo On był blisko. Jego słowa były ważniejsze niż wszystko i wszyscy - łącznie z zasadami społecznymi i uczonymi w Prawie.
- Czy widzisz w sobie takie skutki bycia przy Jezusie? Czy owocem Twojego czasu z Nim jest poczucie bezpieczeństwa, wolności? Czy po modlitwie osobistej/ mszy św. jesteś bardziej beztruoski, pełen nadziei, sił? Czy się tego spodziewasz i oczekujesz? Czy może przyzwyczyłeś się, że nic się nie zmienia? Czy Jego słowo jest ważniejsze od wszystkicj innych słów? Czy walczysz, by tak było - by wierzyć słowu Boga i pozwalać Mu w ten sposób działać w Tobie?

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 Ci Jezu, proszę, przymnóż mi wiary! Chcę szukać Twojej akceptacji nie ludzi, Ciebie słuchać, na Tobie się opierać!

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?

20.07.2024, sobota , Bł. Czesława, prezbitera

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO POGŁĘBIAĆ RELACJE Z DUCHEM 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:

Ewangelia według św. Mateusza 12, 14-21

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

Meditatio (powtarzanie)

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

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

- Jezus jest posłany przez Ojca i czyni dobro dotąd niespotykane. Mateusz pisze, że uzdrowił wszystkich, którzy przyszli do Niego. Mało tego, stwierdza, że spełnia się obietnica na ich oczach złożona przez proroka Izajasza o Słudze Jahwe. Tam, gdzie przychodzi Bóg żywy, przynosi zdrowie, życie i wszelkie błogosławieństwo. Potrzebujemy wzrastać w wierze, aby rozpoznać przychodzącego Boga, który nawiedza swój lud. Znaki wskazujące na przychodzącego Pana są zawsze takie same: nawrócenie, uzdrowienie, życie, pojednanie, skrucha. Przychodzący Bóg przynosi zmiany i zaprasza do zmian. Jakich zmian potrzebujesz w swoim życiu? Jakie słabości, konflikty zatruwają ci życie?
- Można zatem zadać sobie pytanie: Dlaczego Bóg przynoszący tak niewyobrażalne dobro nie jest przyjmowany? Mateusz Ewangelista jednoznacznie pisze, że *faryzeusze wyszli i odbyli naradę przeciw Jezusowi, w jaki sposób Go zgładzić*. Nie chcieli przyjąć dobra, które przynosi. Nie chcieli przyjąć innego myślenia związanego z Bogiem, drugim człowiekiem i z sobą samym. Jezus powiada, że potrzebujemy Ducha Świętego, który przekonuje o grzechu, o sprawiedliwości i o sądzie. *Jeszcze wiele mam wam do powiedzenia, ale teraz [jeszcze] znieść nie możecie. Gdy zaś przyjdzie On, Duch Prawdy, doprowadzi was do całej prawdy.* (J 16, 12-13) Lekarstwem jest zatem Duch Święty, który objawia prawdę i uzdalnia do przyjęcia tej prawdy. Wołajmy zatem do Ducha Świętego: "Przyjdź Duchu Święty, bo Ciebie potrzebujemy. Przyjdź bo bez Ciebie nie jesteśmy w stanie ujrzeć i przyjąć całej prawdy o sobie, Tobie i drugim człowieku. Przyjdź i ucz nas kochać".

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: Oto mój Sługa, którego wybrałem; Umiłowany mój, w którym moje serce ma upodobanie. Położę ducha mego na Nim, a On zapowie Prawo narodom.

MAŁE PACIORKI: . Położę ducha mego na Nim.

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

14.07.2024, niedziela – List św. Pawła do Efezjan 1, 3-10

Niech będzie błogostawiony Bóg i Ojciec Pana naszego, Jezusa Chrystusa; On napełnił nas wszelkim błogostawieństwem duchowym na wyżynach niebieskich – w Chrystusie. W Nim bowiem wybrał nas przed założeniem świata, abyśmy byli święci i nieskalani przed Jego obliczem. Z miłości przeznaczył nas dla siebie jako przybranych synów poprzez Jezusa Chrystusa, według postanowienia swej woli, ku chwale majestatu swej łaski, którą obdarzył nas w Umiłowanym. W Nim mamy odkupienie przez Jego krew – odpuszczenie występków, według bogactwa Jego łaski. Szczodrze ją na nas wylał w postaci wszelkiej mądrości i zrozumienia, przez to, że nam oznajmił tajemnicę swej woli według swego postanowienia, które przedtem w Nim powziął dla dokonania pełni czasów, aby wszystko na nowo zjednoczyć w Chrystusie jako Głowie: to, co w niebiosach, i to, co na ziemi.

15.07.2024, poniedziałek – Ewangelia według św. Mateusza 10, 34 – 11, 1

Jezus powiedział do swoich apostołów: Nie sądźcie, że przyszedłem pokój przynieść na ziemię. Nie przyszedłem przynieść pokoju, ale miecz. Bo przyszedłem poróżnić syna z jego ojcem, córkę z matką, synową z teściową; i będą nieprzyjaciółmi człowieka jego domownicy. Kto kocha ojca lub matkę bardziej niż Mnie, nie jest Mnie godzien. I kto kocha syna lub córkę bardziej niż Mnie, nie jest Mnie godzien. Kto nie bierze swego krzyża, a idzie za Mną, nie jest Mnie godzien. Kto chce znaleźć swe życie, straci je, a kto straci swe życie z mego powodu, znajdzie je. Kto was przyjmuje, Mnie przyjmuje; a kto Mnie przyjmuje, przyjmuje Tego, który Mnie posłał. Kto przyjmuje proroka, jako proroka, nagrodę proroka otrzyma. Kto przyjmuje sprawiedliwego, jako sprawiedliwego, nagrodę sprawiedliwego otrzyma. Kto poda kubek świeżej wody do picia jednemu z tych najmniejszych, dlatego że jest uczniem, zaprawdę powiadam wam, nie utraci swojej nagrody. Gdy Jezus skończył dawać te wskazania dwunastu swoim uczniom, odszedł stamtąd, aby nauczać i głosić [Ewangelię] w ich miastach.

16.07.2024, wtorek – Ewangelia według św. Mateusza 11, 20-24

Jezus począł czynić wyrzuty miastom, w których dokonało się najwięcej Jego cudów, że się nie nawróciły.

«Biada tobie, Korozain! Biada tobie, Betsaido! Bo gdyby w Tyrze i Sydonie działały się cuda, które u was się dokonały, już dawno w worze i w popiele by się nawróciły. Toteż powiadam wam: Tyrowi i Sydonowi lżej będzie w dzień sądu niż wam.

A ty, Kafarnaum, czy aż do nieba masz być wyniesione? Aż do Otchłani zejdziesz. Bo gdyby w Sodomie działały się cuda, które się w tobie dokonały, przetrwałyby aż do dnia dzisiejszego. Toteż powiadam wam: Ziemi sodomskiej lżej będzie w dzień sądu niż tobie».

17.07.2024, środa – Ewangelia według św. Mateusza 11, 25-27

W owym czasie Jezus przemówił tymi słowami:

«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.

Wszystko przekazał Mi Ojciec mój. Nikt też nie zna Syna, tylko Ojciec, ani Ojca nikt nie zna, tylko Syn i ten, komu Syn zechce objawić».

18.07.2024, czwartek – Ewangelia według św. Mateusza 11,28-30

W owym czasie Jezus przemówił tymi słowami: Przyjdźcie do Mnie wszyscy, którzy utrudzeni i obciążeni jesteście, a Ja was pokrzepię. Weźcie moje jarzmo na siebie i uczcie się ode Mnie, bo jestem cichy i pokorny sercem, a znajdziecie ukojenie dla dusz waszych. Albowiem jarzmo moje jest słodkie, a moje brzemie lekkie.

19.07.2024, piątek – Ewangelia według św. Mateusza 12, 1-8

Pewnego razu Jezus przechodził w szabat pośród zbóż. Uczniowie Jego, odczuwając głód, zaczęli zrywać kłosa i jeść ziarna. Gdy to ujrzeli faryzeusze, rzekli Mu: «Oto twoi uczniowie czynią to, czego nie wolno czynić w szabat». A On im odpowiedział: «Czy nie czytaliście, co uczynił Dawid, gdy poczuł głód, on i jego towarzysze? Jak wszedł do domu Bożego i jadł chleby pokładne, których nie było wolno jeść ani jemu, ani jego towarzyszom, lecz tylko kapłanom? Albo nie czytaliście w Prawie, że w dzień szabatu kapłani naruszają w świątyni spoczynek szabatu, a są bez winy? Oto powiadam wam: Tu jest coś większego niż świątynia. Gdybyście zrozumieli, co znaczy: „Chcę raczej miłosierdzia niż ofiary”, nie potępialibyście niewinnych. Albowiem Syn Człowieczy jest Panem szabatu».

20.07.2024, sobota – Ewangelia według św. Mateusza 12, 14-21

Faryzeusze wyszli i odbyli naradę przeciw Jezusowi, w jaki sposób Go zgładzić.

Gdy się Jezus dowiedział o tym, oddalił się stamtąd. A wielu poszło za Nim i uzdrowił ich wszystkich. Lecz zabronił im surowo, żeby Go nie ujawniali. Tak miało się spełnić słowo proroka Izajasza:

«Oto mój Sługa, którego wybrałem; Umiłowany mój, w którym moje serce ma upodobanie. Położę ducha mego na Nim, a On zapowie Prawo narodom.

Nie będzie się spierał ani krzyczał i nikt nie usłyszy na ulicach Jego głosu. Trzciny zgniecionej nie złamie ani knota tlejącego nie dogasi, aż zwycięsko sąd przeprowadzi.

W Jego imieniu narody nadzieję pokładać będą.

LECTIO DIVINA – METODA CZYTANIA I ROZWAŻANIA SŁOWA BOŻEGO

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

Kilka uwag o miejscu modlitwy, czasie oraz pozycji modlitewnej.

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

Przebieg *lectio divina*

Istotą tej metody jest jej podział na kilka części:

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

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

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

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

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

Meditatio – Staraj się zrozumieć dogłębnie tekst. Pytaj siebie: „Co Bóg mówi do mnie?”.

Pierwotne, łacińskie znaczenie tego słowa to „powtarzanie”. W tej części koncentrujemy się na znalezionym urywku. Czytamy go wielokrotnie, powoli, jakby smakując – całość wersetu lub jego fragmenty. Czytając możemy akcentować różne części i wyrazy wersetu. Prawdopodobnie nauczymy się w ten sposób wersetu na pamięć. Powtarzajmy go zatem także w myśli – może nam pomóc zamknięcie oczu. Angażujmy na tym etapie nie tylko rozum, ale także i serce. Można się zastanowić, dlaczego ten fragment mnie zainteresował, pytać się co ten fragment mi mówi, objawia, komunikuje. Ważne jest, aby medytować tylko jeden fragment. Jeśli poruszyło cię więcej fragmentów, zatrzymaj się na pierwszym, pozostałe w tej medytacji cię nie interesują.

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

Na pewnym etapie medytacji zamienia się w modlitwę. Będzie ona miała spontaniczny charakter. Otwórz przed Bogiem serce, aby mówić Mu o przeżyciach, które rodzi w tobie Słowo. Módl się prosto i spontanicznie. Czasami będzie to nasza aktywność, ale możemy też być „porwani” przez Boże natchnienie. Wtedy modlitwa stanie się bardziej działaniem Boga w nas niż naszym działaniem. Trudno przewidzieć, co przyniesie modlitwa, jaki dokładnie charakter i kierunek przybierze. Może to być zarówno przebłaganie, prośba jak i dziękczynienie i uwielbienie. Może mieć także charakter krótkiej, żarliwej modlitwy, proszącej Boga, by ukoił moja tęsknotę, by pozwolił się doświadczyć i ujrzeć. Na lub po etapie oratio - Twojej modlitwy do Boga, którą wzbudziło rozważanie danego fragmentu - może przyjść czas, że braknie Ci słów. Trwaj wtedy przy Bogu bez słów - wtedy modlisz się samą swoją obecnością a Duch Święty działający w Tobie będzie kierował do Boga taką modlitwą, która Jemu się podoba: *"Podobnie także Duch przychodzi z pomocą naszej słabości. Gdy bowiem nie umiemy się modlić tak, jak trzeba, sam Duch przyczynia się za nami w błaganiach, których nie można wyrazić słowami. Ten zaś, który przenika serca, zna zamiar Ducha, [wie], że przyczynia się za świętymi zgodnie z wolą Bożą"* (Rz 8, 26-28)

W każdej głębokiej ludzkiej relacji przychodzi etap rozumienia się bez słów. Tak samo jest Bogiem. Ani On nic nie musi mówić, ani ja. Jesteśmy ze sobą razem. I to wystarczy.

Actio – Pytaj siebie: „Co mam zrobić?”.

Ostatni etap lectio divina to zaproszenie do działania, zgodnie z napomnieniem św. Jakuba: *"Wprowadzajcie zaś słowo w czyn, a nie bądźcie tylko słuchaczami oszukującymi samych siebie. (Jk 1, 23)*. Zadał sobie pytanie, czy przez to rozważanie Bóg wzywa Cię do podjęcia jakiegoś postanowienia, zadania, porozmawiania z kimś, przebaczenia komuś, pomocy komuś. Jeśli tak, to zapisz sobie konkretny fragment, który Cię porusza do działania albo to, co chcesz uczynić. Pamiętaj, że działaniem może być także przyzwolenie, zgoda wobec Boga, aby coś w tobie zmienił, aby sam działał w tobie i przemieniał 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)