

Chodzić w Duchu Świętym

16 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)

21.07.2024

Teksty dostępne na stronie: www.onjest.pl

Rysunek tygodnia:



Opracowanie rozważań:

Jolanta i Jerzy Prokopiuk, Łukasz Kneć, Monika Mosior, Jolanta Mikos, Przemek Roźnowski, 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: slowo@onjest.pl lub przekazać swoje uwagi Księdzu Proboszczowi.

Pozdrawiamy i życzymy błogosławionego spotkania ze Słowem Bożym - Redakcja

21.07.2024, niedziela , Św. Wawrzyńca z Brindisi; Św. Apolinarego

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO BYĆ Z BOGIEM W TRUDZIE I W ODPOCZYNKU

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 6, 30-34

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:

- Zapraszam Cię Duchu Św. Przyjdź proszę i otwórz mój umysł oraz serce, bym mógł odczytać, co dziś Bóg mówi do mnie w swoim Słowie.
- Do Jezusa wracają zmęczeni apostołowie. Nauczyciel wysłał ich (Mk 6,7-13) by uzdrawiali, wypędzali złe duchy oraz mówili o Dobrej Nowinie. Musieli mieć ogrom pracy, bo, co podkreśla św. Marek, w drodze nie mieli nawet czasu na jedzenie. Jezus wysłuchuje ich opowiadań o tym, co się wydarzyło i poleca by sobie odpoczęli na miejscu pustynnym. Tyle pracy a Jezus nakazuje odpoczynek. Czy nie widzi, jak wiele jest do zrobienia? I do tego pustynia! Czy nie lepiej odpoczęli by w swoich domach rodzinnych lub gospodzie?
- Każdy z nas co dzień zmagają się z różnymi trudami. Mamy pracę, dojazdy, opiekę nad dziećmi, naukę i inne obowiązki oraz zadania. Wszystko to w biegu by zdążyć do wieczora. To jest bardzo wyczerpujące i dlatego często wieczorem myślę o śnie a nie o modlitwie. Tymczasem Jezus zaprasza mnie bym usiadł i opowiedział o tym co się wydarzyło. Zaprasza mnie bym znalazł chwilę ciszy i odosobnienie na modlitwę, dialog z Bogiem, na wyhamowanie w biegu. I gdy znajduję czas dla Niego, to jest ze mną, jak z apostołami na łodzi. Chyba jest ze mną nawet wtedy, gdy ta cisza i spokój przynosi sen.
- A czy ty masz czas dla Niego? Czy pamiętasz, by spotkać się z Nim codziennie i opowiedzieć o wydarzeniach dnia? Czy potrafisz wypoczywać nie tylko uprawiając sport, oglądając internet czy telewizor, ale także modląc się w ciszy, będąc tylko z Nim?
- Może spróbujesz codziennie znaleźć te kilka minut tylko dla Niego by porozmawiać i posłuchać w ciszy co mówi? Spróbuj zagubić zgiełk codzienności by wsłuchać się w Jezusa. Wstąp do mijanego kościoła, poszukaj kiedy jest Adoracja lub zaszyj się w kąciaku gdzieś w domu, gdy już dzieci zasną i wsłuchaj się w głos Boga.

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

*Teraz zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przepraszania, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. **Możesz modlić się tak:** Panie jak dobrze wiedzieć, że interesujesz się tym co u mnie. Dziękuję Ci, że słuchasz o moich troskach, problemach czy sukcesach. naucz mnie tylko bym potrafił też słuchać, gdy przychodzi pora byś Ty mówił.*

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?

22.07.2024, poniedziałek , Św. Marii Magdaleny

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO PRZYTULAĆ SIĘ DO PANA

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

Lectio (czytanie) – przeczytaj:

Księga Micheasza 6,1-4.6-8

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:

- Zupełnie inaczej niż szatan, który oskarża, by zniszczyć i pogrzyść człowieka - Pan oskarża dlatego, że Mu na nas zależy. Wyrzuty sumienia, napominający przyjaciół, rodzic lub brat, tęsknota za powrotem do Boga - to Jego głos, Jego sposoby by do nas dotrzeć i skłonić do nawrócenia. Ludu mój, ludu, cóżem ci uczynił, w czymem zasmucił albo w czym zawinił? Znana dobrze pieśń wielkotypodniowa, w której ten właśnie fragment księgi Micheasza jest w przejmujący sposób spleciony z męką i cierpieniem Jezusa. Idąc dalej, słyszymy: *Czy trzeba, bym wydał pierworodnego za mój postępki, owoc łona mego za grzech mojej duszy? Oto Bóg wydaje swego Pierworodnego za nasze postępkę, błogosławiony owoc żywota Miriam za grzech naszych serc.*
- Pan żąda nie ofiar, hekatomb, tysięcy tłustych owiec - czymkolwiek by one w naszym życiu nie były - ale sprawiedliwości, życzliwości i pokornego obcowania z Nim. Tu mamy obraz łagodnego Baranka, który taki właśnie jest. Sprawiedliwy, życzliwy nam i pokorny Baranek Boży zastępuje w naszej relacji z Bogiem owe hekatombę - On sam jest ofiarą przebłagalną. Dlatego nie w ofiarności leży nasza siła, nie w hojności (choć cenne), ale w ciszy i ufności, w przebywaniu z Nim. W przytuleniu naszego policzka do Jego twarzy, do policzka Bożego Baranka.
- Odłóż smartfon, odejdz od laptopa. Idź i przytul się.

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:** Niebiosą zwiastują Jego sprawiedliwość, albowiem sam Bóg jest sędzią.

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?

23.07.2024, wtorek , Św. Brygidy, patronki Europy

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO PODDAWAĆ SIĘ PRZYCINANIU

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 15, 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:

- Zestawienie: krzew winny – latorośle, pozwala uświadomić nam sobie banalną prawdę, że życie płynie od krzewu winnego do latorośli, nie odwrotnie. Nie ma trwania w krzewie winnym – latorośl usycha. Nie trwasz w Jezusie poprzez modlitwę i sakramenty – usychasz. Koniec. Kropka.
- Nawet jeśli jakaś uschła latorośl nie szkodzi innym, to i tak się ją wyrzuca, gdyż zadaniem latorośli jest wydawanie owocu, ona od tego jest. Dość paradoksalnie pasuje tu odniesienie do sceny sądu ostatecznego. Wszyscy ci, którzy nie wydali dobrego owocu, którzy nic dobrego nie zrobili, nawet jeśli nie zrobili nic złego, zostają potępieni: *„Idźcie precz ode Mnie, przekłęci, w ogień wieczny, przygotowany diabłu i jego aniołom ! Bo byłem głodny, a nie daliście Mi jeść; byłem spragniony, a nie daliście Mi pić ; byłem przybyszem, a nie przyjęliście Mnie; byłem nagi, a nie przyodzialiście Mnie; byłem chory i w więzieniu, a nie odwiedziliście Mnie .”* (Mt 25, 41-43)
- Jeśli latorośl wydaje nawet skromny owoc, to dobry ogrodnik będzie ją pielęgnował, aby owoc był lepszy. Ta pielęgnacja dokonuje się przez oczyszczanie i przycinanie. Po takiej „operacji” wydaje się, że latorośl jest zniszczona, ale po czasie okazuje się, że odżywa i lepiej rodzi. Jeśli po takim przycięciu w naszym życiu, nie obrazimy się na ogrodnika a dalej będziemy trwać w winnym krzewie – Jezusie, to zobaczymy owoce, które pojawiają się we właściwym czasie.
- Oczyszczenie dokonuje się w prosty sposób – przez Słowo Boże. Jezus mówi dziś - *Wy już jesteście czyści dzięki słowu, które wypowiedziałem do was.* Słuchamy Słowa, staramy się usłyszeć, co Bóg mówi do nas i zastosować w życiu to, do czego to Słowo wzywa nas osobiście. Tylko tyle a czasami aż tyle.

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, bardzo potrzebuję mocy Ducha Świętego, aby wytrwać w Tobie mimo różnych burz i zawirowań życiowych. Niech Twój Duch przychodzi do mnie w obfitości, potrzebuję Go.*

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?

24.07.2024, środa , Świętej Kingi

BEZ LĘKU 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:

Księga Jeremiasza 1, 1. 4 - 10

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

Meditatio (powtarzanie)

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

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

- „Nie lękaj się (...), bo jestem z tobą, by cię chronić” to najlepsza Dobra Nowina jaką mogę usłyszeć od mojego Boga i Pana. Powinam ją powtarzać każdego dnia jak mantrę. Umieścić w swoim sercu na zawsze i być człowiekiem spokojnym o swój los, szczęśliwym i spełnionym. Powinam ... ale czy potrafię? Czy słucham Bożego słowa i wcielam je w życie? Jakim jestem słuchaczem i odbiorcą?
- Bóg Ojciec zapewnia mnie dzisiaj, że „zanim ukształtował mnie w łonie matki” umiłował (znał) mnie, wybrał, uczynił swoją własnością (poświęcił) i posłał (ustanowił) jako dar dla świata. Wiedz, że nie tylko Jeremiasza, ale także mnie i ciebie Bóg przeznacza do spełnienia konkretnych zadań. Czy dziękujesz Mu za to kim jesteś? Czy potrafisz z miłością, bez lęku pełnić powierzone ci obowiązki rodzinne, wychowawcze, społeczne, religijne, kulturowe? Czy zapraszasz do nich Boga w Trójcy Świętej Jedyne i powierzasz Mu je bez reszty, ufając w Jego prowadzenie? Czy pragniesz „budować i sadzić” w konkretnej rzeczywistości to co przekazuje ci Pan przez swoje Słowo? Niech Ono staje się, tak jak w ustach Jeremiasza, twoją siłą i uobecnia się niejako w twojej codzienności.
- Również św. Kingę, patronkę dnia dzisiejszego, Bóg posłał z Węgier do Polski i powołał do konkretnego celu, wyłączył ze zwykłego trybu życia i przeznaczył do swojej dyspozycji. Jako księżna krakowska i sandomierska, a potem ksieni klasztoru sióstr klarysek w Starym Sączu bardzo dużo wniosła w krzewienie wiary i rozwój kultury narodu polskiego. Nazwana Panią Ziemi Sądeckiej wspiera do dzisiaj okolicę i jej mieszkańców u dobrego Boga, wyprasząc dla nich potrzebne łaski. Tak, jak przy Jeremiaszu, św. Kinga i wielu innych powołanych Bóg Jest również przy tobie i mnie. Daje odczuć swoją obecność, wybiera, daje dary i łaskę, aby móc powierzone powołanie zrealizować. Towarzyszy Swoją mocą, dodaje odwagi do życia mądrego i godnego Jego miłości. Potrafisz podjąć bez lęku to wezwanie?

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:** Boże, mój Ojcze, uzdalniaj mnie do tego, abym była mężna i mocna, nie lękała się podejmować powierzonych mi przez Ciebie do realizacji zadań i z ufnością oraz odpowiedzialnością je wypełniała.

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?

25.07.2024, czwartek , Święto św. Jakuba, Apostoła

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO SŁUŻYĆ Z MIŁOŚCIĄ

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 20,20-28

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:

- Można „oburzać się” razem z uczniami na zachowanie matki Jakuba i Jana (synów Zebedeusza), na jej tupet. Ale można też dostrzec w tym najprostszy, bo bezpośredni, sposób rozmowy z Jezusem. Sama prośba była nie na miejscu (zasiadanie „po prawicy” oznaczało udział w sprawowaniu władzy), ale jej odwaga, troska o przyszłość dzieci mogą wzbudzić refleksję nad moją osobistą postawą. Czy rozmawiam z Jezusem tak bezpośrednio? Czy przedstawiam Mu swoje pragnienia? Czy zasiadanie z Nim w niebie jest moim największym pragnieniem? Czy jestem gotowy narazić się na oburzenie, brak akceptacji ze strony innych, aby osiągnąć życie wieczne?
- Miarą wielkości i pierwszeństwa człowieka nie są dyplomy, odznaczenia, stanowiska, ale służba. Grec. *diakonos* określa służbę pokorną, podrzędną, bez zapłaty, wypływającą z potrzeby serca, a nie niewolniczą pracę wykonywaną pod przymusem. Jesteśmy wzywani do podejmowania takiej diakonii dla budowania wspólnoty (Kościoła, parafialnej, rodzinnej,...) przy wykorzystaniu otrzymanych od Ducha Świętego darów. Tu nie chodzi o czynienie nie wiadomo jak wielkich dzieł, ale o zwykłe codzienne czynności: pozmywanie naczyń, przygotowanie posiłku, wyniesienie śmieci, kupienie chleba, zrobienie herbaty, poczytanie dziecku, uśmiech na powitanie w domu.
- Każde poświęcenie, rezygnacja ze swojego dobra, wynikające z miłości do drugiej osoby mogą być na miarę nieba. Czym służę w rodzinie, we wspólnocie, w sąsiedztwie? Czego oczekuję w zamian? Których darów otrzymanych od Ducha nie wykorzystuję do czynienia dobra? Dlaczego?

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, rozbudź w moim sercu pragnienie służby, wspieraj w rezygnowaniu z siebie dla dobra innych.

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?

26.07.2024, piątek , Świętych Rodziców Najśw. Maryi Panny, Joachima i Anny

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO DBAĆ O RELACJĘ ZE SŁOWEM

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 13, 18-23

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:

- Spytaj Ducha Św, jaki grunt jest w Twoim sercu? Jaka jest główna przeszkoda, że nie owocujesz jeszcze bardziej?
- *Posiane wreszcie na ziemię żyzną oznacza tego, kto słucha słowa i rozumie je.* Słowo Boże podpowiada, że nie wystarczy słuchać, trzeba też rozumieć. Czyli wykorzystać umysł, refleksję, podjąć mniejszy, a czasem większy wysiłek, by zrozumieć. Czy nie poddajesz się, nie pomijasz fragmentów Pisma Św., których nie rozumiesz, które brzmią obco, nijako, nie przemawiają do Ciebie? Słowo Boga jest żywe i skuteczne, wierzymy że Bóg do nas mówi przez Pismo Św. Nie można więc godzić się z sytuacją, kiedy nie rozumiesz, co On do Ciebie mówi i nic z tym nie robisz. Jeśli komuś zależy na relacji, na osobie, to nie zgadza się na taką sytuację blokady komunikacyjnej. Bóg dał nam umysł, inteligencję, zdolność czytania, dostępność Biblii, łatwy dostęp do przeróżnych publikacji, konferencji itd - naprawdę nie ma uczciwej wymówki.
- Bezlitosnym parametrem, który pokazuje co/ kto jest dla nas najważniejsze, jaka jest hierarchia ważności, jest nasze gospodarowanie czasem. Jak rozdzielasz czas na poszczególne czynności/ osoby (w tym sobie samemu)/ przedmioty/ ile na relację z Bogiem (a może na modlitwę zostają tylko pozostałe resztki?). Warto co jakiś czas zrobić taki rachunek sumienia z zarządzania czasem wychodząc od tego, że każdy dzień i chwila jest darem Boga. Nie możemy ani o sekundę przedłużyć swojego życia, każda chwila jest nam dana po coś.... Bóg nie daje nam za mało czasu, byśmy mogli być z Nim blisko - tak naprawdę mamy dość czasu na wszystko, na co powinniśmy ten czas spożytkować.

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

*Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przeproszenia, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. **Możesz modlić się tak:** Duchu Św proszę, pokaż mi prawdę. Proszę wzbudź we mnie głód, tęsknotę, determinację, by walczyć o czas na bycie z Tobą, na słuchanie i rozumienie, co chcesz mi powiedzieć. Ty jesteś Panem czasu, zawierzam Ci Jezu czas, jaki mam i proszę, pokaż mi, jak mam nim rozporządzać zgodnie z Twoją wolą.*

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

Actio (działanie)

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

27.07.2024, sobota

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO ODKRYĆ I ZAAKCEPTOWAĆ PRAWA KRÓLESTWA NIEBIESKIEGO

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 13, 24-30

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:

- Posianie dobrego nasienia na swojej roli domaga się trudu, potrzeby podzielenia się dobrem, które ów gospodarz posiadał. To punkt wyjścia. Ów gospodarz posiadał fundamentalną potrzebę rodzenia nowego życia. To potrzeba, która pragnie dzielenia się z innymi tym co się posiada. Gospodarz podzielił się swoim dobrem w postaci ziarna pszenicy, z którego można uczynić jeszcze większe dobro. Można upiec chleb, bułki, ciasto, pizzę i wszelkie inne wypieki. Potrzebujemy ujrzeć nasze dobra złożone w naszym wnętrzu na poziomie ziarna, które domaga się kiełkowania i wzrastania. Bez tego zasiania dobrego ziarna nie ma mowy o wejściu w przestrzeń królestwa niebieskiego. Jakie dobro zostało złożone w twoim wnętrzu - jakie zdolności i kompetencje? Czy masz potrzebę dzielenia się tym dobrem?
- Zasianie dobrego ziarna i jego wzrastanie nie dzieje się bez zakłóceń z powodu nieprzyjaciela, który posiał chwast między pszenicę. Zwykle płaci się jakąś cenę za posianie dobrego ziarna, to jedno z praw w królestwie niebieskim. Jezuici mawiają, że dobro musi być "ukarane". Dzisiejsza Ewangelia ukazuje nam jeszcze jedno prawo: dobro i zło koegzystują, są obok siebie. Mało tego, potrzebujemy cierpliwie żyć obok zasianego chwastu, bo tylko Bóg żywy ma moc bezpiecznie oddzielić chwast od pszenicy. Potrzebujemy Bożej cierpliwości, która pozwala nam bezpiecznie przejść trudny czas, aby wzrastać i stać się użytecznym narzędziem w Bożych rękach. Możesz pomodlić się tak: "Jezu, jestem człowiekiem obecnej kultury, który wszystko chce zrobić szybko i sprawnie. Brakuje mi nie tylko Twojej cierpliwości, ale także zwykłej, ludzkiej. Pozwól mi zaakceptować prawa funkcjonujące w Twoim królestwie i być narzędziem w Twoich rękach".

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:** Koronka biblijna z tekstu.

DUŻE PACIORKI: Królestwo niebieskie podobne jest do człowieka, który posiał dobre nasienie na swojej roli. Lecz gdy ludzie spali, przyszedł jego nieprzyjaciel, nasiał chwastu między pszenicę i odszedł.

MAŁE PACIORKI: Pozwólcie obojgu rósć aż do żniwa.

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

21.07.2024, niedziela – Ewangelia według św. Marka 6, 30-34

Apostołowie zebrali się u Jezusa i opowiedzieli Mu wszystko, co działali i czego nauczali. A On rzekł do nich: «Pójdźcie wy sami osobno na pustkowie i wypocznijcie nieco». Tak wielu bowiem przychodziło i odchodziło, że nawet na posiłek nie mieli czasu.

Odплыnęli więc łodzią na pustkowie, osobno. Lecz widziano ich odplywających. Wielu zauważyło to i zbiegli się tam pieszo ze wszystkich miast, a nawet ich wyprzedzili. Gdy Jezus wysiadł, ujrzał wielki tłum. Zlitował się nad nimi, byli bowiem jak owce nie mające pasterza. I zaczął ich nauczać o wielu sprawach.

22.07.2024, poniedziałek – Księga Micheasza 6,1-4.6-8

Słuchajcie, tego, co Pan powiedział: Stań, prowadź spór wobec gór, niech słuchają pagórki twego głosu! Słuchajcie, góry sporu Pańskiego, nakłońcie uszu, posady ziemi! Oto Pan ma spór ze swym ludem i oskarżać będzie Izraela. Ludu mój, cóżem ci uczynił? Czym ci się uprzykrzyłem? Odpowiedz Mi! Otom cię wywiódł z ziemi egipskiej, z domu niewoli wybawiłem cię i posłałem przed obliczem twoim Mojżesza, Aarona i Miriam. Ludu mój, wspomnij, proszę, co zamierzał Balak, król Moabu, a co mu odpowiedział Balaam, syn Beora? Co było od Szittim do Gilgal - żebyś poznał zbawcze dzieła Pańskie. Z czym stanę przed Panem, i pokłonię się Bogu wysokiemu? Czy stanę przed Nim z ofiarą całopalną, z cielętami rocznymi? Czy Pan się zadowoli tysiącami baranów, miriadami potoków oliwy? Czy trzeba, bym wydał pierworodnego mego za mój występki, owoc łona mego za grzech mojej duszy? Powiedziano ci, człowiecze, co jest dobre. I czegoż żąda Pan od ciebie, jeśli nie pełnienia sprawiedliwości, umiłowania życzliwości i pokornego obcowania z Bogiem twoim?

23.07.2024, wtorek – Ewangelia według św. Jana 15, 1-8

Jezus powiedział do swoich uczniów:

„Ja jestem prawdziwym krzewem winnym, a Ojciec mój jest tym, który uprawia. Każdą latorośl, która we Mnie nie przynosi owocu, odcina, a każdą, która przynosi owoc, oczyszcza, aby przynosiła owoc obfity. Wy już jesteście czyści dzięki słowu, które wypowiedziałem do was. Trwajcie we Mnie, a Ja w was trwać będę. Podobnie jak latorośl nie może przynosić owocu sama z siebie, o ile nie trwa w winnym krzewie, tak samo i wy, jeżeli we Mnie trwać nie będziecie.

Ja jestem krzewem winnym, wy - latoroślami. Kto trwa we Mnie, a Ja w nim, ten przynosi owoc obfity, ponieważ beze Mnie nic nie możecie uczynić. Ten, kto we Mnie nie trwa, zostanie wyrzucony jak winna latorośl i uschnie. I zbiera się ją, i wrzuca do ognia, i płonie.

Jeżeli we Mnie trwać będziecie, a słowa moje w was, poprosicie, o cokolwiek chcecie, a to wam się spełni.

Ojciec mój przez to dozna chwały, że owoc obfity przyniesiecie i staniecie się moimi uczniami”.

24.07.2024, środa – Księga Jeremiasza 1, 1. 4 - 10

Słowa Jeremiasza, syna Chilkiasza, z rodu kapłańskiego, który był w Anatot, w ziemi Beniamina.

Pan skierował do mnie następujące słowo: «Zanim ukształtowałem cię w łonie matki, znałem cię, nim przyszedłeś na świat, poświęciłem cię, prorokiem dla narodów ustanowiłem cię».

I rzekłem: «Ach, Panie Boże, przecież nie umiem mówić, bo jestem młodzieńcem!»

Pan zaś odpowiedział mi: «Nie mów: Jestem młodzieńcem, gdyż pójdiesz, do kogokolwiek cię pošlę, i będziesz mówił, cokolwiek ci polecę. Nie lękaj się ich, bo jestem z tobą, by cię chronić» – mówi Pan.

I wyciągnąwszy rękę, dotknął Pan moich ust i rzekł mi: «Oto kładę moje słowa w twoje usta. Spójrz, daję ci dzisiaj władzę nad narodami i nad królestwami, byś wyrwał i obalał, byś niszczył i burzył, byś budował i sadził».

25.07.2024, czwartek – Ewangelia według św. Mateusza 20,20-28

Matka synów Zebedeusza podeszła do Jezusa ze swoimi synami i oddając Mu pokłon, o coś Go prosiła. On ją zapytał: „Czego pragniesz?” Rzekła Mu:

„Powiedz, żeby ci dwaj moi synowie zasiedli w Twoim królestwie, jeden po prawej, a drugi po lewej Twej stronie”. Odpowiadając Jezus rzekł: „Nie wiecie,

o co prosicie. Czy możecie pić kielich, który Ja mam pić?” Odpowiedzieli Mu: „Możemy”. On rzekł do nich: „Kielich mój pić będziecie. Nie do Mnie jednak należy dać miejsce po mojej stronie prawej i lewej, ale dostanie się ono tym, dla których mój Ojciec je przygotował”.

Gdy dziesięciu pozostałych to usłyszało, oburzyli się na tych dwóch braci. A Jezus przywołał ich do siebie i rzekł: „Wiedcie, że władcy narodów uciskają je, a wielcy dają im odczuć swą władzę. Nie tak będzie u was. Lecz kto by między wami chciał się stać wielkim, niech będzie waszym sługą. A kto by chciał być pierwszym między wami, niech będzie niewolnikiem waszym. Na wzór Syna Człowieczego, który nie przyszedł, aby Mu służyono, lecz aby służyć i dać swoje życie na okup za wielu”.

26.07.2024, piątek – Ewangelia według św. Mateusza 13, 18-23

Jezus powiedział do swoich uczniów: «Postępujcie przypowieści o siewcy. Do każdego, kto słucha słowa o królestwie, a nie rozumie go, przychodzi Zły i porywa to, co zasiane jest w jego sercu. Takiego człowieka oznacza ziarno posiane na drodze. Posiane na grunt skalisty oznacza tego, kto słucha słowa i natychmiast z radością je przyjmuje; ale nie ma w sobie korzenia i jest niestały. Gdy przyjdzie ucisk lub prześladowanie z powodu słowa, zaraz się załamuje. Posiane między ciernie oznacza tego, kto słucha słowa, lecz troski doczesne i ułuda bogactwa zagłuszają słowo, tak że zostaje bezowocne. Posiane wreszcie na ziemię żyzną oznacza tego, kto słucha słowa i rozumie je. On też wydaje plon: jeden stokrotny, drugi sześćdziesięciokrotny, inny trzydziestokrotny».

27.07.2024, sobota – Ewangelia według św. Mateusza 13, 24-30

Jezus opowiedział tłumom tę przypowieść:

«Królestwo niebieskie podobne jest do człowieka, który posiał dobre nasienie na swojej roli. Lecz gdy ludzie spali, przyszedł jego nieprzyjaciół, nasiał chwastu między pszenicę i odszedł.

A gdy zboże wyrosło i wypuściło kłosa, wtedy pojawił się i chwast. Słudzy gospodarza przyszli i zapytali go: „Panie, czy nie posiałeś dobrego nasienia na swej roli? Skąd więc wziął się na niej chwast?” Odpowiedział im: „Nieprzyjazny człowiek to sprawił”.

Rzekli mu słudzy: „Chcesz więc, żebyśmy poszli i zebrali go?” A on im odrzekł: „Nie, byście zbierając chwast, nie wyrwali razem z nim i pszenicy. Pozwólcie obojgu rósć aż do żniwa; a w czasie żniwa powiem żeńcom: Zbierzcie najpierw chwast i powiążcie go w snopki na spalenie; pszenicę zaś zwieźcie do mego spichlerza”

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



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