Chodzić w Duchu Świętym

2 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)

18.01.2026

Teksty dostępne na stronie: www.onjest.pl

Rysunek tygodnia:

Opracowanie rozważań:	Jolanta i Jerzy Prokopiuk, Monika Mosior, Józefa Zygmunt – Dłubacz, Maria Bodys, Sławomir Łasiewicki, Magda Konopko, Piotr Stawiński, Agnieszka Kępowicz, Mariusz Ożarowski
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 Słowie, możesz napisać do nas na: slowo@onjest.pl lub przekazać swoje uwagi Księdzu Proboszczowi.

Pozdrawiamy i życzymy błogosławionego spotkania ze Słowem Bożym - Redakcja

18.01.2026, niedziela

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO DAĆ MU SIĘ PROWADZIĆ W CODZIENNOŚCI

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

Lectio (czytanie) – *przeczytaj:*

Ewangelia według św. Jana 1, 29–34

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:*

- W czytanym dziś fragmencie Ewangelii św. Jan Chrzciciel wskazuje na Jezusa jako na tego, który przewyższa go godnością, gdyż był wcześniej od niego. Te słowa odsyłają nas do prologu Ewangelii, gdzie Jezus ukazany jest jako pełne mocy przedwieczne Słowo Boga, dzięki któremu wszystko zostało stworzone.
- Jednocześnie Św. Jan wypowiada słowa, które do dziś powtarzamy w każdej Eucharystii: *„Oto Baranek Boży, który gładzi grzech świata*”. Baranek to obraz łagodności, ofiary składanej Bogu, niewinności. Jezus nie przychodzi do nas ludzi w sposób spektakularny, manifestując swą potęgę, ale z łaską i z miłością, która oddaje siebie za innych. To zaproszenie, abyśmy także uczyli się takiej miłości – cichej, wiernej i gotowej do poświęcenia.
- Zstąpienie Ducha Świętego podczas chrztu w Jordanie jest znakiem, że Jezus jest zapowiadanym Mesjaszem, Synem Bożym. Duch Święty nie tylko dotyka Jezusa na chwilę – On na Nim „spoczywa”. To obraz trwałej obecności Boga, który nie opuszcza swojego Syna. Dla nas jest to obietnica, że również w naszym życiu Duch Święty pragnie zamieszkać, prowadzić nas, umacniać i odnawiać serca. To zaproszenie, abyśmy nie poprzestawali na powierzchownej wierze, lecz pozwolili Bogu działać w nas głęboko i trwale.
- Na końcu Jan składa świadectwo: „*On jest Synem Bożym*”. To zdanie jest wyznaniem wiary, które każdy z nas jest zaproszony powtarzać swoim życiem. Nie tylko słowami, ale postawą, wyborami, miłością wobec innych. Dzisiejsza Ewangelia pyta nas: czy potrafię rozpoznać Jezusa w codzienności? Czy pozwalam Duchowi Świętemu mnie prowadzić? I czy moje życie wskazuje na Chrystusa tak, jak życie Jana Chrzciciela?

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 Jezu, Baranku Boży, który gładzi grzech świata, ucz mnie rozpoznawać Twoją obecność w codzienności i iść za Tobą z ufnością. Uzdolnij mnie do ofiarnej miłości. Ześlij na mnie Twojego Ducha, aby przemieniał moje serce. Niech moje życie stanie się świadectwem, że Ty jesteś Synem Bożym. Amen.

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?

19.01.2026, poniedziałek , Św. Józefa Sebastiana Pelczara, biskupa

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO PODEJMOWAĆ POST I ZNALEŹĆ SWOJE BUKŁAKI

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 2,18-22

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:*

- Usiądź dziś z Jezusem i przyjrzyj się rozmowie w dzisiejszej Ewangelii. Dotyczy ona poszczenia i jego sensu. Czy jest jakieś słowo, zdanie, zachowanie, które w szczególny sposób porusza twoje serce?
- A może Jezus chce dzisiaj ciebie zapytać o sens twojego postu. Zastanów się, w jaki sposób pościsz, co jest twoim postem, wyrzeczeniem. Jak wygląda twój post piątkowy, wielkopiątkowy, czy inne. Zapytaj Jezusa, do czego chce ciebie dziś zaprosić. Porozmawiajcie.
- Fragmenty o ubraniu i bukłakach mają podobną wymowę. Przypatrzmy się bliżej porównaniu wino – bukłaki. Młode wino charakteryzuje się tym, że ciągle dojrzewa, pracuje i wytwarza gazy. Stare bukłaki są sztywne, ich skóra nie jest już rozciągliwa, stąd gazy młodego wina mogą wytworzyć tak duże ciśnienie, które je rozerwie. Zrozumiałem to, gdy mój tata zapomniał kiedyś włożyć rurkę z wodą do baniaka z zacierem na bimber i pół mieszkania trzeba było sprzątać. Marek na określenie „młode wino" używa greckiego słowa „neos", które oznacza młodość w sensie czasowej niedojrzałości, niedorozwinięcia. Natomiast nowość bukłaków polega na tym, że są odnowione w sensie nowej jakości (gr. kainos), czyli wytrzymałe i elastyczne.
- Jaki może być sens tej przenośni dla nas? Czytając Słowo Boże i odpowiadając na nie modlitwą wchodzimy na nowy poziom myślenia, myśli i drogi Boże stają się coraz bardziej naszymi myślami i drogami. Może wtedy potrzebujemy w jakiś sposób odnowić formy naszej pobożności, aby lepiej wyrażały to, co się w nas dzieje, przemienia? Na przykład spróbować różańca z własnymi dopowiedzeniami, świadomego oddania na modlitwę swojego najlepszego możliwego czasu w ciągu dnia, a może spotkania się na wspólnej modlitwie i czytaniu Słowa z żoną, dziećmi?

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, pokaż mi to, do czego chcesz mnie zaprosić. Pokaż mi proszę czym mogą być dla mnie nowe bukłaki, jak przygotować je na przyjęcie młodego wina Twojego Słowa.

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

Actio (działanie)

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

20.01.2026, wtorek , Św. Sebastiana, męczennika

CHODZIĆ W DUCHU PAŃSKIM JAK DAWID

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:*

1 Księga Samuela 16,1-13

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:*

- Zastanawia mnie podobieństwo Dawida do Józefa egipskiego. Najmłodszy z braci, a wybraniec Boży. Z piękną, lecz trudną historią życia: dużo Bożej łaski i dużo przeciwności. Jezus też był trochę jak najmłodszy z braci: w królewskich szatach, a służył. Pociągał wyglądem, a budził sprzeciw. Dużo Bożej łaski i dużo przeciwności, z których największą okazała się śmierć. Jednakże wszyscy oni - wybrańcy Boży, święci i umiłowani - ostatecznie zwyciężają dzięki zaufaniu do Pana. Pan patrzy na serce. Przyjrzyj się dzisiaj swoim relacjom w rodzinie. Jeśli masz rodzeństwo, zastanów się, jakie są między wami stosunki i czy mogą one podobać się Bogu. Jeśli tak, oddaj Mu chwałę i podziękuj. Jeśli nie - co możesz zrobić, by coś się zmieniło? Czasem wystarczy mały krok, jeden drobiazg - i modlitwa za rodzinę. Pan będzie towarzyszył ci w próbie zmiany, bo On zawsze wspiera tych, którzy próbują wyjść z utartych schematów i wygodnych kapci.
- Zarówno Dawid, jak i Józef egipski byli pasterzami. Było to zajęcie najmniej wartościowe według ówczesnych pojęć. A jednak pasterzem nazywa siebie także Jezus, stając raz jeszcze w rzędzie z Dawidem i Józefem. Dlaczego pasterze byli pogardzaną grupą zawodową? Nie mieli wykształcenia, stałego domu, ziemi. Dlatego właśnie Biblia pokazuje ich nam jako tych, którzy jako pierwsi dowiadują się o narodzinach Mesjasza i odnajdują grotę z Dzieciątkiem. To był najniższy szczebel drabiny społecznej, a Bóg właśnie do nich przychodzi, odwracając nie po raz pierwszy i nie ostatni porządek świata. Możni tego świata marzyli o tym, by ujrzeć Pomazańca Bożego - ale tę łaskę dostali najubożsi, najbardziej wzgardzeni.
- Dużo czasu upłynęło od dnia, gdy po namaszczeniu Duch Pański opanował Dawida - do dnia, w którym Dawid objął rządy nad Izraelem. Ten czas był synowi Jessego dany, by mógł dojrzewać, rozwijać kompetencje i umiejętności. Przebywał w ukryciu aż do chwili, gdy zjawił się na dworze Saula. Podobnie Jezus - po wzniosłych chwilach objawień anielskich i zachwytu mędrców trafił do małej miejscowości, pogardzanej przez wielu (czyż może być coś dobrego z Nazaretu?). Tam rósł i rozwijał się wiele lat, a Ewangelie o tym nie mówią. To okres pozornego zniknięcia, ale tak naprawdę okres intensywnego wzrostu duchowego, fizycznego, intelektualnego. Przyjrzyj się swojej historii życia, podziękuj Bogu za okresy spokojne, za możliwość rozwoju, za warunki jakie dostajesz od Niego, żeby wzrastać. Jak wykorzystujesz takie chwile? Czy współpracujesz z łaską? Warto się tego uczyć, by pełniej żyć.

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

Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przeproszenia, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. **Możesz modlić się tak:** Panie, oddaję Ci moje momenty chwały, chwile upokorzenia, przestoje które były szansą wzrostu. Niech moje życie będzie oddawaniem Tobie chwały. Amen.

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?

21.01.2026, środa , Św. Agnieszki, dziewicy i męczennicy

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO STALE ODKRYWAĆ BOGA

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 3, 1-6

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:*

- Boga nie można zamknąć w przykazaniach. Nie można Go zamknąć w definicji, obrazie, postaci, metaforze. Nigdy do końca Go nie pojmiemy - ani osobiście, ani jako Kościół. Oczywiście, że wiele o Nim wiemy z Objawienia, z Pisma Św. Jednak wciąż nie wiemy, jak wielu rzeczy nie wiemy...
- Czy masz swój obraz Boga, taki znany, pewny, czy masz wrażenie, że Go dobrze znasz? Jeśli tak to dobrze, ale też nie do końca... Świadectwa świętych i mistyków nam podpowiadają, że jest taki moment w zbliżaniu się do Niego, kiedy człowiek zaczyna coraz mniej rozumieć i wiedzieć. Kiedy traci ten swój obraz Boga i pyta wręcz "Boże, kim Ty jesteś?"
- Powodem nie przyjęcia Mesjasza było właśnie przywiązanie do swojego poglądu na temat Boga, Mesjasza, wiary. Jezus pokazywał prawdę o Bożej naturze i zderzał się ze ścianą. Zatwardziałość serca - twarde trzymanie się swojego zdania jako jedynie słusznego, słuszniejszego niż opinia samego Boga. To postawa przegrana. Święci wygrali dzięki pokorze, która pozwala przyznać, że mój obraz i pogląd mógł być nieprawdziwy, mimo że tak bardzo jestem z nim związany. Święci bardziej pragnęli poznać prawdę o Bogu, niż trwać w ciepełku swoich wyobrażeń. Wybierali dyskomfort chwilowego zagubienia, utraty gruntu pod nogami, by tak dojść do spotkania i poznania prawdziwego Boga, takiego jaki jest.
- Czy pozwalasz Bogu przekraczać Twoje wyobrażenia o Nim? Czy Twoje postrzeganie Boga w ciągu życia się zmienia, ewoluuje? Czy pragniesz poznawać Boga, nawet jeśli to będzie trudne przeżycie?

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, chcę żebyś naprawdę Ty był najważniejszy. Nie moje poglądy, uczucia, zasady, czy to jak sobie Ciebie wyobrażam. Jaki Ty jesteś mój Boże?

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?

22.01.2026, czwartek , Św. Wincentego Pallottiego, prezbitera

CHODZIĆW DUCHU ŚWIĘTYM, TO WZRASTAĆ W POKORZE

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:*

1 Księga Samuela 18, 6-9; 19, 1-7

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:*

- Władza i królowanie odebrały królowi Saulowi dar widzenia siebie w prawdzie, reflaksji nad tym, jakim się jest naprawdę. Przed namaszczeniem na króla, Izraela był człowiekiem pokornym. *«Czyż ja nie jestem Beniaminitą - z jednego z najmniejszych pokoleń izraelskich, a ród mój czyż nie jest najniższy ze wszystkich rodów pokolenia Beniamina?* (1Sm 9,21) Lata zwycięstw, dobrobytu i poważania odebrały Saulowi właściwe spoglądanie na siebie i na innych. Pojawienie się skromnego, młodego Dawida, który pokonał Goliata, nie były powodem wdzięczności czy zastanawiania się nad drogami Boga, ale zazdrości. *Mówił: «Dawidowi przyznały dziesiątki tysięcy, a mnie tylko tysiące. Brak mu jedynie królowania». I od tego dnia Saul patrzył na Dawida zazdrosnym okiem.* Czy potrafisz zauważać dobro u innych, czy potrafisz za nie dziękować i gratulować?
- Potrzebujemy wzrastać w pokorze, aby widzieć i przyjmować prawdę o sobie. Potrzebujemy widzieć dobro w innych, te małe i te duże, aby czynić dobro i wzmacniać dobro w innych. Dostrzeganie braków w sobie, pozwala przyjmować braki innych i okazywać innym i sobie miłosierdzie. Dostrzegamy raczej braki, wady i niedociągnięcia innych, niż ich dobre strony. Dawid uczynił królowi Saulowi i Izraelowi wiele dobra, ale to zrodziło w sercu króla Saula jedynie zazdrość. Potrzebujemy z determinacją wołać o łaskę pokory, aby spoglądać oczami Boga na naszą rzeczywistość. Możesz pomodlić się tak: Jezu, proszę Cię o łaskę pokory, o łaskę widzenia siebie w prawdzie, abym nie wynosił się ponad innych. Pozwól mi wzrastać w pokorze.

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: Mówił: «Dawidowi przyznały dziesiątki tysięcy, a mnie tylko tysiące. Brak mu jedynie królowania». I od tego dnia Saul patrzył na Dawida zazdrosnym okiem.
MAŁE PACIORKI: I od tego dnia Saul patrzył na Dawida zazdrosnym okiem.

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?

23.01.2026, piątek

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO BYĆ WYBRANYM PRZEZ JEZUSA

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

Lectio (czytanie) – *przeczytaj:*

Ewangelia według św Marka 3, 13-19

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 w dzisiejszej ewangelii wybiera swoich następców. Wybiera tych, którym będzie chciał pokazać coś więcej. Wybiera tych, którym będzie na osobności tłumaczył to, czego nie będą rozumieli w trakcie Jego nauczania, wybiera tych, którzy będą świadkami dokonywanych przez Niego cudów.
- Czym wyróżniali się Ci przyszli apostołowie, że Jezus ich wybrał? Żaden z nich nie był szlachetnie urodzony. Czterech pierwszych to zwykli rybacy znający się na połowie ryb. W gronie wybranych jest również kolaborant Mateusz, a listę zamyka zdrajca Judasz. To byli zwykli ludzie mający swoje przywary, wady, borykający się z różnymi słabościami, ale Jezus potrzebował właśnie ich.
- Po co ich Jezus wybrał? Czy tylko po to by chodzili za Nim? Nie. Ewangelista Marek pisze, że wybrał ich po to „*by mógł wysyłać ich na głoszenie nauki i by mieli władzę wypędzać złe duchy*". Jezus potrzebował ludzi, by kontynuowali Jego dzieło, by współpracowali razem z Nim. On cały czas potrzebuje ludzi, którzy będą głosić światu Ewangelię. On potrzebuje ciebie i mnie byśmy kontynuowali Jego dzieło. Poprzez codzienne rozważanie Jego Słowa (sam na sam z Bogiem) przygotowuje nas do pełnienia Jego misji.
- Czy wierzysz w to Joanno, Marku, Adamie, Elżbieto…., że Jezus potrzebuje właśnie Ciebie? On mówi „Nie wyście mnie wybrali, ale Ja Was wybrałem" (J 15,16). Czy wierzysz w to, że Jezus cię wybrał? Czy wierzysz w to, że Jezus potrzebuje twoich rąk, twoich nóg, twoich ust, że potrzebuje właśnie ciebie? Nie mów, że Jesteś za słaby, że się do tego nie nadajesz. Ta dwunastka też się do tego nie nadawała, ale skoro wybrał ich Jezus, to wiedział, że oni wypełnią Jego polecenie najlepiej. Bądź jak Samuel, który słysząc głos Pana odpowiedział: „*Mów Panie, bo sługa Twój słucha*" (1Sm 3,10) i nie martw się, bo Jezus zna Ciebie lepiej niż ty sam siebie.

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

Zanieś przed Oblicze Boże to, co cię poruszyło w czasie rozważania. Może to być modlitwa przeproszenia, prośby, dziękczynienia, uwielbienia. **Możesz modlić się tak:** Panie Jezu, dziękuję za to że mnie wybrałeś. Powiedz, co mam dzisiaj czynić.

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?

24.01.2026, sobota , Św. Franciszka Salezego, biskupa i doktora Kościoła

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO WYPEŁNIAĆ WOLĘ OJCA NIEZALEŻNIE OD OPINII INNYCH

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 3, 20-21

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:*

- Do czyjego domu przyszedł Jezus? Nie do swojego bo takiego nie miał. Jezus całkowicie poświęcił się innym. Nic nie zatrzymywał dla siebie. Nawet rzeczy, jak dom i czas na posiłek, które się należą każdemu. Wydaje się, że żadna minuta jego czasu nie była zmarnowana. A jak jest u mnie? Ile czasu zajmuje mi przeglądnięcie portali informacyjnych? Czy komuś to pomoże dojść do Prawdy?
- Rodzina się zgorszyła. Według doświadczonych, pewnie starszych jej przedstawicieli młody Jezus zwariował i przynosił wstyd. Być może był potencjalnym zagrożeniem w tamtych niespokojnych czasach. Jezus nie zważał na ich opinie i pełnił Wolę Ojca. Z jednej strony nie mogli go odwieźć od misji ale z drugiej strony nie mógł liczyć na wsparcie krewnych. Czy potrafię „postawić się" rodzinie w sprawach wiary, przekonań?
- Konflikt rodzinny to recepta na wieloletnią kłótnię i nienawiść. Ile mamy takich wewnątrzrodzinnych konfliktów i animozji? One bardzo bolą bo dotyczą osób bliskich, wobec których jesteśmy bezbronni. Wiemy jednak, że po zmartwychwstaniu Jezusa jego krewni tj. „bracia Pańscy" pełnią znaczącą rolę w kościele Jerozolimskim. Jego Miłość pokonała przeszkody. Kochajmy bliskich nawet gdy się z nimi nie zgadzamy.
- Zdarza się jednak, że wariujemy grzesząc. Rodzina może być wtedy siłą (nie przez nakaz lecz przez miłość i modlitwę), która wskaże prawidłowy kierunek. Rodzina Bogiem silna to jedno z naszych zadań w tym 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:** Proszę Cię, abym ja i mój dom zawsze służył Panu.

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

18.01.2026, niedziela – Ewangelia według św. Jana 1, 29–34

Jan zobaczył podchodzącego ku niemu Jezusa i rzekł: «Oto Baranek Boży, który gładzi grzech świata. To jest Ten, o którym powiedziałem: „Po mnie przyjdzie Mąż, który mnie przewyższył godnością, gdyż był wcześniej ode mnie”. Ja Go przedtem nie znałem, ale przyszedłem chrzcić wodą w tym celu, aby On się objawił Izraelowi». Jan dał takie świadectwo: «Ujrzałem Ducha, który zstępował z nieba jak gołębica i spoczął na Nim. Ja Go przedtem nie znałem, ale Ten, który mnie posłał, abym chrzcił wodą, powiedział do mnie: „Ten, nad którym ujrzysz Ducha zstępującego i spoczywającego na Nim, jest Tym, który chrzci Duchem Świętym”. Ja to ujrzałem i daję świadectwo, że On jest Synem Bożym».

19.01.2026, poniedziałek – Ewangelia według św. Marka 2,18-22

Uczniowie Jana i faryzeusze mieli właśnie post. Przyszli więc do Jezusa i pytali: «Dlaczego uczniowie Jana i uczniowie faryzeuszów poszczą, a Twoi uczniowie nie poszczą?»
Jezus im odpowiedział: «Czy goście weselni mogą pościć, dopóki pan młody jest z nimi? Nie mogą pościć, jak długo mają pośród siebie pana młodego. Lecz przyjdzie czas, kiedy zabiorą im pana młodego, a wtedy, w ów dzień, będą pościć.
Nikt nie przyszywa łaty z surowego sukna do starego ubrania. W przeciwnym razie nowa łata obrywa jeszcze część ze starego ubrania i gorsze staje się przedarcie. Nikt też młodego wina nie wlewa do starych bukłaków. W przeciwnym razie wino rozerwie bukłaki. Wino się wylewa i bukłaki przepadną. Raczej młode wino należy wlewać do nowych bukłaków».

20.01.2026, wtorek – 1 Księga Samuela 16,1-13

Rzekł Pan do Samuela: Dokąd będziesz się smucił z powodu Saula? Uznałem go przecież za niegodnego, by panował nad Izraelem. Napełnij oliwą twój róg i idź: Posyłam cię do Jessego Betlejemity, gdyż między jego synami upatrzyłem sobie króla. Samuel odrzekł: Jakże pójdę? Usłyszy o tym Saul i zabije mnie. Pan odpowiedział: Weźmiesz ze sobą jałowicę i będziesz mówił: Przybywam złożyć ofiarę Panu. Zaprosisz więc Jessego na ucztę ofiarną, a Ja wtedy powiem ci, co masz robić: wtedy namaścisz tego, którego ci wskażę. Samuel uczynił tak, jak polecił mu Pan, i udał się do Betlejem. Naprzeciw niego wyszła przelękniona starszyzna miasta. Jeden z nich zapytał: Czy twe przybycie

oznacza pokój? Odpowiedział: Pokój. Przybyłem złożyć ofiarę Panu. Oczyśćcie się i chodźcie złożyć ze mną ofiarę! Oczyścił też Jessego i jego synów i zaprosił ich na ofiarę. Kiedy przybyli, spostrzegł Eliaba i mówił: Z pewnością przed Panem jest jego pomazaniec. Pan jednak rzekł do Samuela: Nie zważaj ani na jego wygląd, ani na wysoki wzrost, gdyż nie wybrałem go, nie tak bowiem człowiek widzi , bo człowiek patrzy na to, co widoczne dla oczu, Pan natomiast patrzy na serce. Następnie Jesse przywołał Abinadaba i przedstawił go Samuelowi, ale ten rzekł: Ten też nie został wybrany przez Pana. Potem Jesse przedstawił Szammę. Samuel jednak oświadczył: Ten też nie został wybrany przez Pana. I Jesse przedstawił Samuelowi siedmiu swoich synów, lecz Samuel oświadczył Jessemu: Nie ich wybrał Pan. Samuel więc zapytał Jessego: Czy to już wszyscy młodzieńcy? Odrzekł: Pozostał jeszcze najmniejszy, lecz on pasie owce. Samuel powiedział do Jessego: Poślij po niego i sprowadź tutaj, gdyż nie rozpoczniemy uczty, dopóki on nie przyjdzie. Posłał więc i przyprowadzono go: był on rudy, miał piękne oczy i pociągający wygląd. - Pan rzekł: Wstań i namaść go, to ten. Wziął więc Samuel róg z oliwą i namaścił go pośrodku jego braci. Począwszy od tego dnia duch Pański opanował Dawida.

21.01.2026, środa – Ewangelia według św. Marka 3, 1-6

W dzień szabatu Jezus wszedł do synagogi. Był tam człowiek, który miał uschniętą rękę. A śledzili Go, czy uzdrowi go w szabat, żeby Go oskarżyć. On zaś rzekł do człowieka z uschłą ręką: «Podnieś się na środek!» A do nich powiedział: «Co wolno w szabat: uczynić coś dobrego czy coś złego? Życie uratować czy zabić? » Lecz oni milczeli. Wtedy spojrzawszy na nich dokoła z gniewem, zasmucony z powodu zatwardziałości ich serc, rzekł do człowieka: «Wyciągnij rękę!» Wyciągnął, i ręka jego stała się znów zdrowa. A faryzeusze wyszli i ze zwolennikami Heroda zaraz się naradzali przeciwko Niemu, w jaki sposób Go zgładzić.

22.01.2026, czwartek – 1 Księga Samuela 18, 6-9; 19, 1-7

Gdy Dawid wracał po zabiciu Filistyna, kobiety ze wszystkich miast wyszły ze śpiewem i tańcami naprzeciw króla Saula, przy wtórze bębnów, okrzyków i cymbałów. I zaśpiewały kobiety wśród grania i tańców: «Pobił Saul tysiące, a Dawid dziesiątki tysięcy». A Saul bardzo się rozgniewał, bo nie podobały mu się te słowa. Mówił: «Dawidowi przyznały dziesiątki tysięcy, a mnie tylko tysiące. Brak mu jedynie królowania». I od tego dnia Saul patrzył na Dawida zazdrosnym okiem.
Saul namawiał syna swego, Jonatana, i wszystkie sługi swoje, by zabili Dawida. Jonatan jednak bardzo upodobał sobie Dawida. Uprzedził więc Jonatan Dawida, mówiąc: «Ojciec mój, Saul, pragnie cię zabić. Od rana miej się na baczności; udaj się do jakiejś kryjówki i pozostań w ukryciu. Tymczasem ja pójdę, by stanąć przy mym ojcu na polu, gdzie ty się będziesz znajdował. Ja sam porozmawiam o tobie z ojcem. Zobaczę, co będzie, i o tym cię zawiadomię».
Jonatan mówił życzliwie o Dawidzie ze swym ojcem, Saulem; powiedział mu: «Niechaj nie zgrzeszy król przeciw swojemu słudze, Dawidowi! Nie zawinił on przeciw tobie, a czyny jego są dla ciebie bardzo pożyteczne. On przecież swoje życie narażał, on zabił Filistyna, dzięki niemu Pan dał całemu Izraelowi wielkie zwycięstwo. Patrzyłeś na to i cieszyłeś się. Dlaczego więc masz zamiar zgrzeszyć przeciw niewinnej krwi, bez przyczyny zabijając Dawida?»
Posłuchał Saul Jonatana i złożył przysięgę: «Na życie Pana, nie będzie zabity!»
Zawołał Jonatan Dawida i powtórzył mu całą rozmowę. Potem zaprowadził Dawida do Saula i Dawid został u niego jak poprzednio.

23.01.2026, piątek – Ewangelia według św Marka 3, 13-19

Jezus wszedł na górę i przywołał do siebie tych, których sam chciał, a oni przyszli do Niego. I ustanowił Dwunastu, aby Mu towarzyszyli, by mógł wysyłać ich na głoszenie nauki i by mieli władzę wypędzać złe duchy. Ustanowił więc Dwunastu: Szymona, któremu nadał imię Piotr; dalej Jakuba, syna Zebedeusza, i Jana, brata Jakuba, którym nadał przydomek Boanerges, to znaczy synowie gromu; dalej Andrzeja, Filipa, Bartłomieja, Mateusza, Tomasza, Jakuba, syna Alfeusza, Tadeusza, Szymona Gorliwego i Judasza Iskariotę, który właśnie Go wydał.

24.01.2026, sobota – Ewangelia według św. Marka 3, 20-21

Jezus przyszedł do domu, a tłum znów się zbierał, tak że nawet posilić się nie mogli. Gdy to posłyszeli Jego bliscy, wybrali się, żeby Go powstrzymać. Mówiono bowiem: «Odszedł od zmysłów».

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 modlitwę, 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).* Zadaj 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

MOBI

Kindle oraz inne czytniki obsługujące format .mobi na stronie: www.onjest.pl/slowo

Lectio Divina ONJEST.PL

Facebook: @lectiodivina.onjest