

PYTANIA DO KONTEMPLACJI

Słowo Ojca zbawia dzieci

- Krew znak ofiary. Poprzez wylaną krew Baranka otrzymujemy nowe życie. Czy zdaję sobie sprawę z tego, iż właśnie ta Ofiara nadaje sens naszemu poświęceniu, działaniom wbrew opinii „sprawiedliwych”, kroczeniu w ciemności, zmaganiu się z ościeniem nam danym, itd.?
- Aby powstał winny moszcz, który stanie się po fermentacji krystalicznym winem, potrzeba najpierw zerwać grona i wrzucić je do tłoczni. Czy jestem przygotowany na zmiżdżenie w tłoczni spraw, wydarzeń, sytuacji, pomówień, niezrozumienia? Czy jestem w stanie wydać dobre owoce swojego nawrócenia?
- Czy jesteś teraz w stanie powiedzieć Jezusowi, który pozwolił się zmiżdżyć, abyś to Ty mógł korzystać z owoców Odkupienia, że ufasz Mu ze względu na Jego miłość do Ciebie? Zrób to teraz.

Na zakończenie każdej kontemplacji podziękuj Bogu za otrzymane łaski, odmawiając np. taką modlitwę:

Jezu, Maryjo, Józefie, dajcie mi udział w Waszej wytrwałości w dobrym pomimo trudności i doświadczeń. Jesteśmy jak słabe trzciny, którymi miota wiatr pokus i utrapień. Jeżeli jednak Wy jesteście z nami, to któż przeciwko nam? Bądźcie z nami w życiu i przy śmierci. Jezu, Maryjo, Józefie – oświecajcie nas, dopomagajcie nas, ratujcie nas.

Ks. Jan Berthier MSF

Kontemplacja – Krzyż w Świętej Rodzinie

- Na ile uświadamiam sobie, że Krzyż Jezusa Chrystusa stanowi centrum mojego życia?
- Jakie uczucia budzi we mnie zdanie z Listu św. Pawła do Rzymian 10,9: *„Jeżeli ustami swoimi wyznasz, że Jezus jest Panem i w sercu swoim uwierzysz, że Bóg wskrzesił Go z martwych – osiągniesz zbawienie. Bo sercem przyjęta wiara prowadzi do usprawiedliwienia, a wyznawanie jej ustami do zbawienia”*?
- Jakie grzechy, słabości, lęki, nierozwiązane sprawy, nieprzebaczone zranienia chciałbym teraz złożyć u stóp Krzyża, po to aby z jego wysokości Chrystus ogarnął je swoim miłosierdziem?
- Na ile potrafię, bez żadnych zabezpieczeń (wszystkie ludzkie plany, pieniądze, władza, wróżbiarstwo itp., inwestycje w rzeczy materialne), żyć z Bogiem ukrzyżowanym. Tzn. na ile jestem w stanie przyjąć każdego dnia to, co dzieje się w moim życiu, wiedząc iż jest to Jego wola i Jego plan wobec mnie?
- Przypomnij sobie jak reagujesz, kiedy przychodzą sytuacje trudne, krytyczne, dramatyczne? Na ile będąc „na dnie” wołasz do Boga jak Bartymeusz pod Jerychem: *„Jezusie, Synu Dawida ulituj się nade mną!”*?

Na zakończenie każdej kontemplacji podziękuj Bogu za otrzymane łaski, odmawiając np. taką modlitwę:

Jezu, Maryjo, Józefie, dajcie mi udział w Waszej wytrwałości w dobrym pomimo trudności i doświadczeń. Jesteśmy jak słabe trzciny, którymi miota wiatr pokus i utrapień. Jeżeli jednak Wy

jesteście z nami, to któż przeciwko nam? Bądźcie z nami w życiu i przy śmierci. Jezu, Maryjo, Józefie – oświecajcie nas, pomagajcie nas, ratujcie nas.

Ks. Jan Berthier MSF

Kryzys, który nie jest porażką

- Jak radzimy sobie z konfliktami w naszych wspólnotach?
- Czy istnieje w naszych wspólnotach coś takiego jak „kultura sporu”?
- Czy mamy odwagę, by w codzienności inicjować kroki ku pojednaniu?

Na zakończenie każdej kontemplacji podziękuj Bogu za otrzymane łaski, odmawiając np. taką modlitwę:

Jezu, Maryjo, Józefie, dajcie mi udział w Waszej wytrwałości w dobrym pomimo trudności i doświadczeń. Jesteśmy jak słabe trzciny, którymi miota wiatr pokus i utrapień. Jeżeli jednak Wy jesteście z nami, to któż przeciwko nam? Bądźcie z nami w życiu i przy śmierci. Jezu, Maryjo, Józefie – oświecajcie nas, pomagajcie nas, ratujcie nas.

Ks. Jan Berthier MSF

Tron Bożego Miłosierdzia

- Jak w świetle perykopy o Łazarzu i Bogaczu rozumiem ślub ubóstwa
- Kiedy i jak objawia się moja postawa roszczeniowa?
- Napisz pięć swoich talentów. I pomyśl czy dobrze je wykorzystujesz na rzecz wspólnoty?

Na zakończenie każdej kontemplacji podziękuj Bogu za otrzymane łaski, odmawiając np. taką modlitwę:

Jezu, Maryjo, Józefie, dajcie mi udział w Waszej wytrwałości w dobrym pomimo trudności i doświadczeń. Jesteśmy jak słabe trzciny, którymi miota wiatr pokus i utrapień. Jeżeli jednak Wy jesteście z nami, to któż przeciwko nam? Bądźcie z nami w życiu i przy śmierci. Jezu, Maryjo, Józefie – oświecajcie nas, pomagajcie nas, ratujcie nas.

Ks. Jan Berthier MSF

Kontemplacja o Nazarecie

- Modlitwa przygotowawcza

Proszę Cię, Panie Boże, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Twojego Boskiego Majestatu. (CD 46)

- Wprowadzenie 1

Przypomnieć sobie historię tego, co ma się kontemplować. Uprzytomnić sobie posłuszeństwo Jezusa wobec Józefa i Maryi. Następnie ustalić miejsce jakby się je widziało. Widzieć szczegółowo dom w Nazarecie, izbę w której krzątała się Maryja oraz warsztat św. Józefa, w którym pracował Jezus od najmłodszych lat.

- Wprowadzenie 2

Prośba o owoc kontemplacji: prosić o dogłębne poznanie życia ukrytego Pana Jezusa w Nazarecie, abym bardziej kochał i naśladował św. Rodzinę.

- Punkt 1

Widzieć osoby, tak jakby się mieszkało w Nazarecie w domu św. Rodziny. Widzieć ubóstwo jakie tam panowało. Prostotę postaw, gestów i czynów. Przyglądać się jak Jezus wzrastał pod okiem Maryi i Józefa. 'Wrócił do Nazaretu i był im poddany' Łk 2, 51b. Widzieć modlitwę i milczenie św. Rodziny. 'Lecz Maryja zachowywała wszystkie te sprawy i rozważała je w swoim sercu' Łk 2, 19. Dostrzegać jednocześnie to, co najważniejsze w Nazarecie – wzajemną miłość. Zobaczyć również swoje życie w świetle tajemnicy Nazaretu.

- Punkt 2

Następnie słuchać w jaki sposób zwracają się do siebie członkowie św. Rodziny. Wsłuchiwać się w milczenie św. Józefa. Dostrzegać w tym milczeniu najwyższy sposób komunikacji z drugim człowiekiem. Jezus najpierw umiłował milczenie. Nazwał siebie cichym i pokornego serca. Zapowiedziany był jako Sługa łagodny, cierpliwy, milczący. Wymowa tego milczenia jest ogromna. Bardzo wymowny jest fakt, że św. Józef na kartach Pisma św. ani razu nie przemówił. Jedną z ksiązek o św. Józefie nosi tytuł: 'Głos mówiącego milczenie'. Maryja jest również Dziewicą milczącą. Ona również lubi rozważać i milczeć w zaciszu swego serca. Pascal stwierdza: 'W miłości lepiej jest milczeć niż mówić'. A papież Paweł VI w homilii wygłoszonej w Nazarecie wołał: 'O milczenie Nazaretu! Naucz nas skupienia i wejścia w siebie, otwarcia się na Boże natchnienia i słowa prawdy. Naucz nas potrzeby i wartości przygotowania, studium, rozważania, osobistego życia wewnętrznego i modlitwy, której Bóg wysłuchuje w skrytości.'

- Punkt 3

Dialog z Bogiem: co ja mogę uczynić, aby moje życie wspólnotowe nawiązywało do duchowości Nazaretu – konkretne postanowienie.

- Rozmowa końcowa

Odmówić "Ojcze nasz" i modlitwę:

Zabierz, Panie, i przyjmij całą wolność moją, pamięć moją i rozum, i wolę mą całą, cokolwiek mam i posiadam. Ty mi to wszystko dałeś – Tobie to, Panie, oddaję. Twoje jest wszystko. Rozporządzaj tym w pełni wedle swojej woli. Daj mi jedynie miłość twą i łaskę, albowiem to mi wystarcza. Amen. (CD 234 wg. św. Jgnacego Loyoli "Ćwiczenia duchowne")

Kontemplacja Misterium Przedstawienia Pana w świątyni

(Łk 2, 22-39)

- Modlitwa przygotowawcza

Proszę Cię, Panie Boże, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Twojego Boskiego Majestatu. (CD 46)

- Wprowadzenie 1

Przypomnieć sobie historię tego, co ma się kontemplować, a co zapowiadali już prorocy: 'Oto Ja pośle anioła mego, aby przygotował drogę przede Mną, a potem nagle przybędzie do swej świątyni Pan, którego wy oczekujecie' Ml 3,1. Tutaj wyobrazić sobie Jezusa, Maryję i Dzieciątka Jezus w świątyni Jerozolimskiej. Rodzice przynoszą Dzieciątka, aby je przedstawić Panu i ofiarować za Niego parę synogarlic lub dwa młode gołębie. Widzieć proroka Symeona, który przez wiele lat czekał na spełnienie się Bożej obietnicy.

- Wprowadzenie 2

Prośba o owoc kontemplacji: prosić o dogłębne poznanie życia Pana Jezusa, abym Go bardziej kochał i naśladował w swoim życiu zakonnym.

- Punkt 1

Przyglądać się scenie ofiarowania Pana Jezusa w świątyni, tak jakby się tam było. Oczami wyobraźni widzieć ogrom świątyni Jerozolimskiej; tłum ludzi gromadzących się na modlitwie i składaniu ofiar. Zwrócić uwagę na fakt, że na to spotkanie w świątyni nie przyszedł lud wybrany. W tym tłumie dostrzegać Św. Rodzinę, która chce wypełnić nakaz prawa Mojżeszowego. Widzieć ubóstwo składanej ofiary – para synogarlic – ofiara ubogich. Wpatrywać się również w starca Symeona, który 'za natchnieniem Ducha przyszedł do świątyni' Łk 2, 27a. Prorok Symeon bierze Pana Jezusa w ramiona. Zobaczyć również swoje życie w świetle tajemnicy Ofiarowania.

- Punkt 2

Następnie słuchać. Najpierw delikatnego, ale wyraźnego tchnienia Ducha Św., który nakazał prorokowi Symeonowi przyjść do świątyni. Symeon przyszedłszy do świątyni wziął Dzieciątka Jezus w ramiona i błogosławił Boga. 'Bo moje oczy ujrzwały Twoje zbawienie, któreś przygotował wobec wszystkich narodów światło na oświecenie pogan' Łk 2, 31–32a. Kiedy Pan przyszedł do świątyni zabrakło Izraela, który przecież przygotowywał się na przyjście Mesjasza Pańskiego. U progu tego spotkania jest wielki zawód, wielkie rozczarowania, i jest proroctwo – stosunek do Chrystusa – znak sprzeciwu. 'Oto Ten przeznaczony jest na upadek i na powstanie wielu w Izraelu, i na znak, któremu sprzeciwiać się będą' Łk 2, 34b. Jest to już zapowiedź misterium paschalnego. A duszę Maryi 'miecz przeniknie, aby na jaw wyszły zamysły serc wielu' Łk 2,35 – współdział w rozczarowaniu Boga. Dostrzegać w tym wydarzeniu – nowość chrześcijaństwa – prawo reszty. Bóg zwycięża w reszcie. Tą resztą są ludzie ubodzy, mali, nic nie znaczący. Prawo reszty jest prawem miłości odrzuconej. Następnie odnieść to rozważanie do swojego życia, aby mieć jakiś pożytek duchowy.

- Punkt 3

Dialog z Bogiem: uwielbiać Króla, który przychodzi do swojej świątyni. (Konkretne postanowienie)

- Rozmowa końcowa

Odmówić "Ojcze nasz" i modlitwę:

Zabierz, Panie, i przyjmij całą wolność moją, pamięć moją i rozum, i wolę mą całą, cokolwiek mam i posiadam. Ty mi to wszystko dałeś – Tobie to, Panie, oddaję. Twoje jest wszystko. Rozporządzaj tym w pełni wedle swojej woli. Daj mi jedynie miłość twą i łaskę, albowiem to mi wystarcza. Amen. (CD 234 wg. św. Jgnacego Loyoli "Ćwiczenia duchowne")

Kontemplacja Misterium Wcielenia

(Łk 1, 26-38)

- Modlitwa przygotowawcza

Proszę Cię, Panie Boże, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Twojego Boskiego Majestatu. (CD 46)

- Wprowadzenie 1

Tutaj przypomnieć sobie, jak Maryja z Józefem wyruszyli z Nazaretu do Betlejem. Oczami wyobraźni widzieć całą drogę do Betlejem, przypatrując się jej, jak jest długa, jak szeroka, czy idzie ta droga po równinie, czy przez doliny i wzgórza. Patrzyć również na miejsce narodzenia, czy jest obszerne, czy szczupłe, jak urządzone.

- Wprowadzenie 2

Prośba o owoc kontemplacji: tutaj prosić o dogłębne poznanie Pana Jezusa, który dla mnie narodził się w ubóstwie, abym Go więcej kochał i więcej szedł w Jego ślady.

- Punkt 1

Widzieć osoby, Maryję, Józefa i Dzieciątka Jezus po Jego narodzeniu tak, jakby się tam było. Stać się ich sługą ubogim i niegodnym. Patrząc na nich, kontemplując ich i służąc im w ich potrzebach tak, jakbym się tam znajdował. A potem wejść w siebie, aby jakiś pożytek duchowy z tego patrzenia wyciągnąć dla siebie.

- Punkt 2

Patrzyć, zwracać uwagę i kontemplować to, co mówią osoby. 'I nagle przyłączyło się do anioła mnóstwo zastępów niebieskich, które wielbiły Boga słowami: Chwała Bogu na wysokościach, a na ziemi pokój, ludziom Jego upodobania' Łk 2, 13-14. Patrzyć co czynią, jak podróżują i trudzą się, aby Pan narodził się w skrajnym ubóstwie – a to wszystko dla mnie. 'Stał się ubogim, aby was ubóstwem swoim ubogacić' 2 Kor 8, 9. Tajemnica Narodzenia to również wielkie poniżenie – nie było dla nich miejsca w gospodzie. Dostrzegać również w tym ubóstwie i poniżeniu wielką godność człowieka, jego ciała – świątynia Ducha Św. Potem odnieść to wszystko do siebie, aby mieć dla siebie jakiś pożytek duchowy.

- Punkt 3

Dialog z Bogiem: uwielbiać Boga za cud narodzenia Pana Jezusa. Postanowić konkretnie, w jaki sposób to misterium może przemienić i moje życie, zwiększyć wierność ślubom i łasce powołania.

- Rozmowa końcowa

Odmówić "Ojcze nasz" i modlitwę:

Zabierz, Panie, i przyjmij całą wolność moją, pamięć moją i rozum, i wolę mą całą, cokolwiek mam i posiadam. Ty mi to wszystko dałeś – Tobie to, Panie, oddaję. Twoje jest wszystko. Rozporządzaj tym w pełni wedle swojej woli. Daj mi jedynie miłość twą i łaskę, albowiem to mi wystarczy. Amen. (CD 234 wg. św. Jgnacego Loyoli "Ćwiczenia duchowne")

Kontemplacja Misterium Narodzenia

(Łk 2, 1-14 (20); Mt 1, 18-25)

- Modlitwa przygotowawcza

Proszę Cię, Panie Boże, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały Twojego Boskiego Majestatu. (CD 46)

- Wprowadzenie 1

Tutaj przypomnieć sobie, jak Maryja z Józefem wyruszyli z Nazaretu do Betlejem. Oczami wyobraźni widzieć całą drogę do Betlejem, przypatrując się jej, jak jest długa, jak szeroka, czy idzie ta droga po równinie, czy przez doliny i wzgórza. Patrzeć również na miejsce narodzenia, czy jest obszerne, czy szczupłe, jak urządzone.

- Wprowadzenie 2

Prośba o owoc kontemplacji: tutaj prosić o dogłębne poznanie Pana Jezusa, który dla mnie narodził się w ubóstwie, abym Go więcej kochał i więcej szedł w Jego ślady.

- Punkt 1

Widzieć osoby, Maryję, Józefa i Dzieciątka Jezus po Jego narodzeniu tak, jakby się tam było. Stać się ich sługą ubogim i niegodnym. Patrząc na nich, kontemplując ich i służąc im w ich potrzebach tak, jakbym się tam znajdował. A potem wejść w siebie, aby jakiś pożytek duchowy z tego patrzenia wyciągnąć dla siebie.

- Punkt 2

Patrzeć, zwracać uwagę i kontemplować to, co mówią osoby. 'I nagle przyłączyło się do anioła mnóstwo zastępów niebieskich, które wielbiły Boga słowami: Chwała Bogu na wysokościach, a na ziemi pokój, ludziom Jego upodobania' Łk 2, 13-14. Patrzeć co czynią, jak podróżują i trudzą się, aby Pan narodził się w skrajnym ubóstwie – a to wszystko dla mnie. 'Stał się ubogim, aby was ubóstwem swoim ubogacić' 2 Kor 8, 9. Tajemnica Narodzenia to również wielkie poniżenie – nie było dla nich miejsca w gospodzie. Dostrzegać również w tym ubóstwie i poniżeniu wielką godność człowieka, jego ciała – świątynia Ducha Św. Potem odnieść to wszystko do siebie, aby mieć dla siebie jakiś pożytek duchowy.

- Punkt 3

Dialog z Bogiem: uwielbiać Boga za cud narodzenia Pana Jezusa. Postanowić konkretnie, w jaki sposób to misterium może przemienić i moje życie, zwiększyć wierność ślubom i łasce powołania.

- Rozmowa końcowa

Odmówić "Ojcze nasz" i modlitwę:

Zabierz, Panie, i przyjmij całą wolność moją, pamięć moją i rozum, i wolę mą całą, cokolwiek mam i posiadam. Ty mi to wszystko dałeś – Tobie to, Panie, oddaję. Twoje jest wszystko. Rozporządzaj tym w pełni wedle swojej woli. Daj mi jedynie miłość twą i łaskę, albowiem to mi wystarczy. Amen. (CD 234 wg. św. Jgnacego Loyoli "Ćwiczenia duchowne")