

ĆWICZENIA WIELKOPOSTNE



ŁAZISKA GÓRNE TYDZIEŃ V

2025

W dzisiejszym świecie możemy czasem odnieść wrażenie, że nasze życie jest beznadziejne, tracimy sens i cel naszego życia. W tym Wielkim Poście spróbujmy zobaczyć, że to wrażenie, to tylko kłamstwo szatana, a nasza nadzieja jest w Bogu. Niech to przyświeca naszym ćwiczeniom.

- Znajdź chwilę spokoju na modlitwę.
- Sięgnij do fragmentu Pisma Świętego, przeczytaj go spokojnie 2, 3 razy.
- Zastanów się co Cię poruszyło w tym fragmencie, jakieś słowo lub zdanie.
- Pomyśl co to znaczy w Twoim życiu, do czego Cię to prowadzi, zachęca, motywuje.
- Jeśli jest Ci trudno skorzystaj z pytań zaproponowanych do danego fragmentu.
- Postaraj się podjąć postanowienie z tej modlitwy, możesz wykorzystać zaproponowane zadanie.



@BOGATE_SLOWO



Możesz skorzystać także z codziennych rozważań Słowa na Facebooku lub Instagramie.

Czwartek

Jezus powiedział do Żydów: Gdybym Ja wydawał świadectwo o sobie samym, sąd mój nie byłby prawdziwy. Jest przecież ktoś inny, kto wydaje sąd o Mnie; a wiem, że sąd, który o mnie wydaje, jest prawdziwy. Wysłaliście poselstwo do Jana i on dał świadectwo prawdzie. Ja nie zważam na świadectwo człowieka, ale mówię to, abyście byli zbawieni. On był lampą, co płonie i świeci, wy zaś chcieliście radować się krótki czas jego światłem. Ja mam świadectwo większe od Janowego. Są to dzieła, które Ojciec dał Mi do wykonania; dzieła, które czynię, świadczą o Mnie, że Ojciec Mnie posłał. Ojciec, który Mnie posłał, On dał o Mnie świadectwo. [...] Badacie Pisma, ponieważ sądzicie, że w nich zawarte jest życie wieczne: to one właśnie dają o Mnie świadectwo. A przecież nie chcecie przyjść do Mnie, aby mieć życie. [...] Jak możecie uwierzyć, skoro od siebie wzajemnie odbieracie chwałę, a nie szukacie chwały, która pochodzi od samego Boga? [...] (J 5,31-47)

PYTANIA do medytacji:

- Jakie świadectwo wydaję o sobie samym? Na ile ono się pokrywa z rzeczywistością?
- Jakie świadectwo o mnie wydał by Jezus, który zna moje serce?
- Co mogliby o mnie powiedzieć moi bliscy?

ZADANIE:

- Zaproponuję bliskiej mi o sobie, która mnie zna, wymianę świadectw na temat drugiej osoby, zastanowię się i zapytam czy jest coś nad czym powinienem pracować.

Piątek

Jezus obchodził Galileę. [...] A zbliżało się żydowskie święto Namiotów. Kiedy zaś bracia Jego udali się na święto, wówczas poszedł i On, jednakże nie jawnie, lecz skrycie. Niektórzy z mieszkańców Jerozolimy mówili: Czyż to nie jest Ten, którego usiłują zabić? A oto jawnie przemawia i nic Mu nie mówią. Czyżby zwierzchnicy naprawdę się przekonali, że On jest Mesjaszem? Przecież my wiemy, skąd On pochodzi, natomiast gdy Mesjasz przyjdzie, nikt nie będzie wiedział, skąd jest. A Jezus, ucząc w świątyni, zawołał tymi słowami: I Mnie znacie, i wiecie, skąd jestem. Ja jednak nie przyszedłem sam od siebie; lecz prawdziwy jest Ten, który Mnie posłał, którego wy nie znacie. Ja Go znam, bo od Niego jestem i On Mnie posłał. Zamierzali więc Go pojmać, jednakże nikt nie podniósł na Niego ręki, ponieważ godzina Jego jeszcze nie nadeszła. (J 7,1-2.10.25-30)

PYTANIA do medytacji:

- Jakimi kryteriami oceniam drugiego człowieka?
- Czy próbuję weryfikować swoje osądy na temat drugiego człowieka?
- Czy jest we mnie ciekawość na temat drugiego człowieka, czy potrafię się zaangażować w poznanie innych?

ZADANIE:

- Zastanowię się czy jest człowiek, o którym wydałem zły osąd, a nie sprawdziłem czy to prawda. Spróbuję to naprawić.

Sobota

Wśród słuchających Go tłumów odezwały się głosy: Ten prawdziwie jest prorokiem. Inni mówili: To jest Mesjasz. Ale - mówili drudzy - czyż Mesjasz przyjdzie z Galilei? Czyż Pismo nie mówi, że Mesjasz będzie pochodził z potomstwa Dawidowego i z miasteczka Betlejem? I powstało w tłumie rozdzielenie z Jego powodu. Niektórzy chcieli Go nawet pojmać, lecz nikt nie odważył się podnieść na Niego ręki. Wrócili więc strażnicy do arcykapłanów i faryzeuszów, a ci rzekli do nich: Czemuście Go nie pojmali? Strażnicy odpowiedzieli: Nigdy jeszcze nikt nie przemawiał tak, jak ten człowiek przemawia. Odpowiedzieli im faryzeusze: Czyż i wy daliście się zwieść? Czy ktoś ze zwierzchników lub faryzeuszów uwierzył w Niego? A ten tłum, który nie zna Prawa, jest przeklęty. Odezwał się do nich jeden spośród nich, Nikodem, ten, który przedtem przyszedł do Niego: Czy Prawo nasze potępia człowieka, zanim go wpierw przesłucha, i zbada, co czyni? Odpowiedzieli mu: Czy i ty jesteś z Galilei? Zbadaj, zobacz, że żaden prorok nie powstaje z Galilei. I rozeszli się - każdy do swego domu. (J 7,40-53)

PYTANIA do medytacji:

- W jaki sposób staram się bronić niewinnych?
- Czy potrafię zabrać głos, nawet jeśli większość jest przeciwko komuś?
- Czy potrafię się zachwycić słowami Jezusa?

ZADANIE:

- Przeczytam wybrany fragment Ewangelii (może choć 1 rozdział).

Niedziela

Wówczas uczeni w Piśmie i faryzeusze przyprowadzili do Niego kobietę którą pochwyciono na cudzołóstwie, a postawiwszy ją pośrodku, powiedzieli do Niego: Nauczycielu, tę kobietę dopiero pochwyciono na cudzołóstwie. W Prawie Mojżesz nakazał nam takie kamienować. A Ty co mówisz? Mówili to wystawiając Go na próbę, aby mieli o co Go oskarżyć. Lecz Jezus nachyliwszy się pisał palcem po ziemi. A kiedy w dalszym ciągu Go pytali, podniósł się i rzekł do nich: Kto z was jest bez grzechu, niech pierwszy rzuci na nią kamień. I powtórnie nachyliwszy się pisał na ziemi. Kiedy to usłyszeli, wszyscy jeden po drugim zaczęli odchodzić, poczynając od starszych, aż do ostatnich. Pozostał tylko Jezus i kobieta, stojąca na środku. Wówczas Jezus podniósłszy się rzekł do niej: Kobieto, gdzież oni są? Nikt cię nie potępił? A ona odrzekła: Nikt, Panie! Rzekł do niej Jezus: I Ja ciebie nie potępiam. - Idź, a od tej chwili już nie grzesz. (J 8,1-11)

PYTANIA do medytacji:

- Dlaczego denerwuje się, że ktoś inny grzeszy inaczej niż ja?
- Co takiego mnie złości w grzechach innych osób?
- Czy byłbym gotowy tyle przebaczyć co Jezus?

ZADANIE:

- Poświęcę kilka minut w ciągu dnia na modlitwę dziękczynienia za każde przebaczenie, które otrzymałem. Podziękuję za cierpliwość Jezusa co do mojego nawrócenia.

Poniedziałek

Jezus przemówił do faryzeuszów tymi słowami: "Ja jestem światłością świata. Kto idzie za Mną, nie będzie chodził w ciemności, lecz będzie miał światło życia". Rzekli do Niego faryzeusze: "Ty sam o sobie wydajesz świadectwo. Świadectwo Twoje nie jest prawdziwe". W odpowiedzi rzekł do nich Jezus: "Nawet jeżeli Ja sam o sobie wydaję świadectwo, świadectwo moje jest prawdziwe, bo wiem, skąd przyszedłem i dokąd idę. Wy zaś nie wiecie, ani skąd przychodzę, ani dokąd idę. Wy wydajecie sąd według zasad tylko ludzkich. Ja nie sądzę nikogo. A jeśli nawet będę sądził, to sąd mój jest prawdziwy, ponieważ Ja nie jestem sam, lecz Ja i Ten, który Mnie posłał. Także w waszym Prawie jest napisane, że świadectwo dwóch ludzi jest prawdziwe. Oto Ja sam wydaję świadectwo o sobie samym oraz świadczy o Mnie Ojciec, który Mnie posłał". [...] (J 8,12-20)

PYTANIA do medytacji:

- Czy zastanawiałem się nad swoim pochodzeniem? Czy myślę o tym, co mnie ukształtowało?
- Jak wyglądają moje relacje z rodzicami (jak wygląda moja pamięć o nich jeśli nie żyją)?
- Czy okazuję wdzięczność za to, jak zostałem wychowany?

ZADANIE:

- Pomyślę o swoim życiu, o czasie i osobach, które ukształtowały moje życie i to kim jestem. Jeśli te osoby żyją to podziękuję im, a jeśli już umarli to pomodłę się za nie.

Wtorek

[...] Powiedziałem wam, że pomrzecie w grzechach swoich. Tak, jeżeli nie uwierzycie, że Ja jestem, pomrzecie w grzechach swoich. Powiedzieli do Niego: Kimże Ty jesteś? Odpowiedział im Jezus: Przede wszystkim po coś jeszcze do was mówię? Wiele mam o was do powiedzenia i do sądenia. Ale Ten, który Mnie posłał jest prawdziwy, a Ja mówię wobec świata to, co usłyszałem od Niego. A oni nie pojęli, że im mówił o Ojcu. Rzekł więc do nich Jezus: Gdy wywyższycie Syna Człowieczego, wtedy poznacie, że Ja jestem i że Ja nic od siebie nie czynię, ale że to mówię, czego Mnie Ojciec nauczył. A Ten, który Mnie posłał, jest ze Mną: nie pozostawił Mnie samego, bo Ja zawsze czynię to, co się Jemu podoba. Kiedy to mówił, wielu uwierzyło w Niego. (J 8,21-30)

PYTANIA do medytacji:

- W jaki sposób dbam o swoją spowiedź? Czy pilnuję jej regularności?
- Jak wygląda moje przygotowanie i rachunek sumienia?
- Czy pamiętam o swoich postanowieniach ze spowiedzi?

ZADANIE:

- Pomyślę nad swoją spowiedzią, nad czasem, przygotowaniem, nad konkretnym postanowieniem, które będę codziennie weryfikować.

Środa

Jezus powiedział do żydów, którzy Mu uwierzyli: Jeżeli będziecie trwać w nauce mojej, będziecie prawdziwie moimi uczniami i poznacie prawdę, a prawda was wyzwoli. Odpowiedzieli Mu: Jesteśmy potomstwem Abrahama i nigdy nie byliśmy poddani w niczyją niewolę. Jakżeż Ty możesz mówić: Wolni będziecie? Odpowiedział im Jezus: Zaprawdę, zaprawdę, powiadam wam: Każdy, kto popełnia grzech, jest niewolnikiem grzechu. A niewolnik nie przebywa w domu na zawsze, lecz Syn przebywa na zawsze. Jeżeli więc Syn was wyzwoli, wówczas będziecie rzeczywiście wolni. [...] Rzekli do Niego: Myśmy się nie urodzili z nierządu, jednego mamy Ojca - Boga. Rzekł do nich Jezus: Gdyby Bóg był waszym ojcem, to i Mnie byście miłowali. Ja bowiem od Boga wyszedłem i przychodzę. Nie wyszedłem od siebie, lecz On Mnie posłał. (J 8,31-42)

PYTANIA do medytacji:

- Czy wśród moich grzechów jest coś takiego z czym nie chcę walczyć?
- Czy moje postanowienie poprawy w spowiedzi jest szczere?
- Jak patrzę na swoje grzechy? Czy dostrzegam w nich brak miłości Boga, nawet jeśli bezpośrednio Go nie dotyczą?

ZADANIE:

- W modlitwie, spróbuję pomyśleć nad swoimi grzechami i zastanowię się dlaczego dotyczą Jezusa i jak mogę bardziej dbać o miłość do Niego.