

Meditácia týždňa

*Ponuka evanjeliovej kontemplácie podľa Lectio divina*

**ŠTRNÁSTA NEDEĽA V ROKU A**

**5. júla 2020**

**I. Lectio:**

**S vierou a pozorne čítaj posvätný text, akoby ho práve tebe diktoval Duch Svätý.**

*Ježiš povedal: „Zvelebujem ťa, Otče, Pán neba i zeme, že si tieto veci skryl pred múdrymi a rozumnými a zjavil si ich maličkým. Áno, Otče, tebe sa tak páčilo. Môj Otec mi odovzdal všetko. A nik nepozná Syna, iba Otec, ani Otca nepozná nik, iba Syn a ten, komu to Syn bude chcieť zjaviť. Poďte ku mne všetci, ktorí sa namáhate a ste preťažení, a ja vás posilním. Vezmite na seba moje jarmo a učte sa odo mňa, lebo som tichý a pokorný srdcom; a nájdete odpočinok pre svoju dušu. Moje jarmo je príjemné a moje bremeno ľahké.”*

*Mt 11, 25 – 30*

**II. Meditatio:**

**Snaž sa dôkladne pochopiť text. Pýtaj sa: „Čo mi tým chce Boh povedať?“**

Sme v období prázdnin, a Pán Ježiš nás nenechá na pokoj, pozýva nás, aby sme pokračovali v štúdiu, učili sa od Neho. Vo svete, kde vládne hluk a nepokoj, On ponúka ticho, vyzýva nás, aby sme vstúpili do seba, aby sme pokročili vo vzájomných vzťahoch, aby sme zanechali krik a nevydierali jeden druhého. Vo svete, kde sa zdá, že nadutí a pyšní ľudia zbierajú úspech za úspechom, stávajú sa populárni. On nám hovorí niečo úplne iné. Chce, aby sme sa nepretláčali širokými laktami, ale aby sme boli pokorní, často používali slovo „prepáč“. Vo svete, kde sa propaguje sloboda bez obmedzenia, uvoľnenosť mravov, s čím je spojený aj nedostatok zodpovednosti za vykonané skutky a uskutočnené rozhodnutia, Pán Ježiš od nás žiada, aby sme niesli jarmo Jeho evanjelia. Ponúka takú slobodu, ktorá ide ruka v ruku so zodpovednosťou. Také konanie spočiatku spôsobuje bolesť, obmedzuje, prekáža, ale ak človek vytrvá a nenechá sa hneď znechutiť, s postupom času dodáva viac sladkosti, ktorá ani neumenší, ani nezvýši hladinu cukru pod či ponad normovú hodnotu, ale zabezpečuje nárast hladiny lásky. Pán Ježiš nechce, aby som sa tváril, že som tvrdý človek, ale chce, aby som využíval povzbudenie a posilu, ktorú mi On ponúka.

Využívam toto občerstvenie, ktoré mi dáva Pán? Alebo snád' zatínam zuby a zvieram päste, aby som sa nejako sám vo svojom živote prebýjal dopredu, aj za cenu toho, že ukrivdím iným, najmä tým najslabším? Učím sa od Pána Ježiša? Robím to vytrvalo, každý deň, bez toho, aby som to prerušil počas prázdnin a dovoleníek? Ak sa neukáže hneď viditeľný pokrok v nadobúdaní tejto vedy, alebo cítim, že sa odo mňa očakáva viac, väčšie zaangažovanie, čo to robí so mnou? Kapitulujem, alebo sa ešte viac zmobilizujem? Možno nie som závislý na sladkostiach, alebo som prinútený ich obmedzovať. Ale ak ide o sladkosť, ktorú mi ponúka Pán, tam sa nijako nemusím obmedzovať. Stále viac objavujem, akú úžasnú hodnotu pre život Ježišovho učeníka má ticho a mlčanie? Rozumiem tomu a vyhľadávam tieto hodnoty? Robím všetko, čo môžem, aby som obmedzil vplyv hluku na môj život a na život iných? Lúbiť chutné jedlá, ale snažím sa vyhýbať takým slovám a postojom, ktoré by ma chceli premeniť na živý monument pýchy? Som človekom slobodným „v ústach“, či v srdci?

V modlitbe budem prosiť o pokorné srdce, za lásku k tichu a mlčaniu, o dar pravej slobody. Skutočnosť, že Pánovo jarmo je sladké a príjemné, si môžem pripomenúť aj tak, že si kúpim dobrý zákusok a podelím sa s ním s inými.

### **III. Oratio:**

Teraz ty rozprávaj Bohu... Otvor si srdce pred Bohom, aby si mu mohol hovoriť o pocitoch, ktoré v tebe vzbudzuje Božie slovo. Modli sa jednoducho a spontánne – slovami, ktoré sú plodom predošlých častí: „lectio“ a „meditatio“. Umožni Bohu, aby mohol vstúpiť do srdca a prihovárať sa mu vo vlastnom srdci. Započúvaj sa do pohnutí svojho srdca. Vyjadruj ich jasne pred Bohom: oslavuj ho, ďakuj mu, pros ho.

Môže ti pri tom pomôcť i modlitba žalmu:

*Pán je vo všetkých svojich slovách pravdivý  
a svätý vo všetkých svojich skutkoch.  
Pán podopiera všetkých, čo klesajú,  
a dvíha všetkých sklúčených.*

Ž 145, 8 – 9

### **IV. Contemplatio:**

Zotrvaj pred Bohom „celým sebou“. Modli sa prítomnosťou. Zotrvaj pri Bohu. Kontemplácia je časom vdychovania Ducha, nasýtenia sa Bohom, a to všetko bez slov. Je to hodina prijatia Slova.

Opakuj v rôznych okamihoch dňa:

**Budem t'a velebiť, Pane, pokorný Kráľ slávy.**

\*\*\*

ks. Ryszard Stankiewicz SDS (Centrum Formacji Duchowej)

Zdroj: <http://www.katolik.pl> (3.07.2020)

Podľa uvedenej predlohy spracoval: F. Kubík SDB