

Meditácia týždňa

Ponuka evanjeliovej kontemplácie podľa Lectio divina

PRVÁ PÔSTNA NEDEĽA – rok B

18. februára 2024

I. Lectio:

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

Duch hnal Ježiša na púšť. Na púšti bol štyridsať dní a satan ho pokúšal. Bol medzi divou zverou a anjeli mu posluhovali. Keď Jána uväznili, Ježiš prišiel do Galiley a hlásal Božie evanjelium. Hovoril: „Naplnil sa čas a priblížilo sa Božie kráľovstvo. Kajajte sa a verte evanjeliu.”

Mk 1, 12 – 15

II. Meditatio:

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

Veriť evanjeliu, byť otvorený evanjeliu, žiť evanjelium. Aby sa to mohlo stať, je potrebné, aby v našich srdciach a životoch bol primeraný priestor pre evanjelium: dôstojný, usporiadaný, pripravený naplniť sa evanjeliom až po okraj. To si vyžaduje neustály proces obrátenia, zmeny zmysľovania: z toho ľudského na Božie, zápasu s rôznymi slabosťami, hriechmi a pokušeniami zlého ducha. Čím väčší priestor v srdci a živote bude pre evanjelium, tým účinnejšie bude obrátenie. Môžeme to povedať aj obrátene: čím účinnejšie bude obrátenie, tým viac priestoru sa uvoľní pre evanjelium v srdci a v živote.

Začali sme pôstne obdobie. Je to pre mňa príležitosť, aby som sa ešte intenzívnejšie usiloval o obrátenie? Obraciam sa nielen počas Veľkopôstneho obdobia, ale každý deň? Neodrádzajú ma ťažkosti a neúspechy, s ktorými sa stretávam na mojej ceste k obráteniu? Je jedným z plodov môjho obrátenia viera v evanjelium a život podľa evanjelia? Verím mu a žijem podľa neho? Je pre mňa evanjelium nielen krásna teória, ale aj živá prax? Pri procese obrátenia a viery v evanjelium prizývam každý deň o pomoc Pána Ježiša, môjho anjela strážneho, svojich patrónov, ktorých som dostal pri krste alebo si vybral pri sviatosti birmovania a zverujem sa aj do modlitieb Cirkvi? Mám v srdci túžbu, aby čas môjho života bol naplnený Božím životom a Božím kráľovstvom?

Budem vyprosovať milosť plodného prežívania pôstneho obdobia pre celé spoločenstvo Svätej Cirkvi, pre svojich blízkych, naše spoločenstvo. Budem prosiť aj za seba a za dar pokoja pre ľudské srdcia. Budem premýšľať o svojom pôstnom predsavzatí. Sile Ducha Svätého odporučím najmä deti a študentov, ktorí si v tomto posvätnom čase užívajú svoje prázdniny.

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 dobrý a spravodlivý:
ukazuje cestu hriešnikom.
Pokorných vedie k správne konaniu
a tichých pouča o svojich cestách.*

Ž 73, 23 – 24

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:

V Tebe mám dôveru Pane a Bože môj.

ks. Ryszard Stankiewicz SDS ([Centrum Formacji Duchowej](http://www.centrumformacji.duchowej.pl))

Zdroj: <http://www.katolik.pl> (16.02.2024)

Podľa uvedenej predlohy spracoval: F. Kubík SDB