

# Meditácia týždňa

*Ponuka evanjeliovej kontemplácie podľa Lectio divina*

**DRUHÁ PÔSTNA NEDEĽA – rok B**

**25. februára 2024**

## **I. Lectio:**

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

*Ježiš vzal so sebou Petra, Jakuba a Jána a len ich vyviedol na vysoký vrch do samoty. Tam sa pred nimi premenil. Jeho odev zažiaril a bol taký biely, že by ho nijaký bielič na svete tak nevybielil. A zjavil sa im Eliáš s Mojžišom a rozprávali sa s Ježišom. Vtedy Peter povedal Ježišovi: „Rabbi, dobre je nám tu. Urobme tri stánky: jeden tebe, jeden Mojžišovi a jeden Eliášovi.” Lebo nevedel, čo povedať; takí boli preľaknutí. Tu sa utvoril oblak a zahalil ich. A z oblaku zaznel hlas: „Toto je môj milovaný Syn, počúvajte ho.” A sotva sa rozhladli, nevideli pri sebe nikoho, iba Ježiša. Keď zostupovali z vrchu, prikázal im, aby o tom, čo videli, nehovorili nikomu, kým Syn človeka nevstane z mŕtvych. Oni si toto slovo zapamätali a jeden druhého sa vypytovali, čo znamená „vstať z mŕtvych”.*

Mk 9, 2 – 10

## **II. Meditatio:**

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

Za našu každodennú horu premenenia môžeme považovať modlitbu. Práve na tejto hore sa odohráva zázrak našej životnej premeny. Práve tam, na hore modlitby, získavajú novú žiaru, novú kvalitu nielen naše šaty, ale predovšetkým naše slová, myšlienky, skutky a naše srdcia. Tam je to správne miesto, kde sa učíme neobyčajnému dialógu s Pánom Bohom, učíme sa s Ním nielen rozprávať, ale aj pozorne Ho počúvať a získavame silu k naplneniu Jeho slov. Učíme sa tiež rozprávať s hrdinami Starej a Novej zmluvy, komunikovať s nimi, prosiť ich o príhovor, napodobňovať ich životy, a to všetko preto, aby sme sa neskôr hodnotnejšie rozprávali s tými, s ktorými zdieľame náš každodenný život.

Tam, na hore modlitieb, nie je vždy všetko milé a príjemné. Mnohokrát je to miesto nášho duchovného zápasu. Je to boj proti pokušeniam nevyliezť na túto horu, teda prestať sa modliť, prerušiť živý kontakt s Pánom Bohom. Dôsledkom môže byť, že naša premena bude mať len čisto ľudský rozmer a v konečnom dôsledku skončí životnou porážkou a sklamaním. Aby mohol nastať zázrak premeny srdca a života, potrebujeme Božiu milosť, Božiu moc. Na hore modlitby odumierame tomu, čo je hriechne, aby sa v nás uskutočnilo vzkriesenie k tomu, čo je Božie, sväté a dobré.

Som každý deň prítomný na hore svojej premeny – na hore modlitby? Alebo sa radšej tejto hore vyhýbam? Skvalitňuje sa moja modlitba? Pomáham tým, ktorí prežívajú krízu modlitby?

Budem sa modliť za pokoj vo svete a v ľudských srdciach, za milosť ozajstnej premeny ľudských srdiec v sile Božej milosti a za plodné prežívanie prebiehajúceho času Veľkého pôstu.

### 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:

*Splním svoje sľuby Pánovi  
pred všetkým jeho ľuďom  
v nádvoriach domu Pánovho,  
uprostred teba, Jeruzalem.  
Ž 116, 18 – 19*

### 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:

**Pane, som tvoj sluha.**

\*\*\*

ks. Ryszard Stankiewicz SDS ([Centrum Formacji Duchowej](#))

Zdroj: <http://www.katolik.pl> (23.02.2024)

Podľa uvedenej predlohy spracoval: F. Kubík SDB