

Meditácia týždňa

Ponuka evanjeliovej kontemplácie podľa Lectio divina

ŠTVRTÁ PÔSTNA NEDEĽA RADOSTI – rok B

10. marca 2024

I. Lectio:

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

Ježiš povedal Nikodémovi: „Ako Mojžiš vyzdvihol na púšti hada, tak musí byť vyzdvihnutý aj Syn človeka, aby každý, kto verí, mal v ňom večný život.“ Ved' Boh tak miloval svet, že dal svojho jednorodného Syna, aby nezahynul nik, kto v neho verí, ale aby mal večný život. Lebo Boh neposlal Syna na svet, aby svet odsúdil, ale aby sa skrze neho svet spasil. Kto v neho verí, nie je súdený. Ale kto neverí, už je odsúdený, pretože neuveril v meno Jednorodného Božieho Syna. A súd je v tomto: Svetlo prišlo na svet, a ľudia milovali tmu viac ako svetlo, lebo ich skutky boli zlé. Ved' každý, kto zle robí, nenávidí svetlo a nejde na svetlo, aby jeho skutky neboli odhalené. Ale kto koná pravdu, ide na svetlo, aby bolo vidieť, že svoje skutky koná v Bohu.

Jn 3, 14 – 21

II. Meditatio:

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

V evanjeliu podľa svätého Jána veriť znamená byť vo vzťahu s Pánom Ježišom, mať s Ním puto, ale aj žiť taký život, ktorý je otvorený pôsobeniu Božieho svetla. Neveriť potom znamená nemať vzťah s Pánom Ježišom, nemať s Ním nijaké puto, je to život v temnote hriechu. Neveriaci sa snažia ukryť pravdu o svojom živote aj pred Bohom, dostáva sa na cestu k odsúdeniu.

Som veriaci? Mám vzťah s Pánom Ježišom? Viaže ma s Ním puto, ktoré neustále prehlbujem a upevňujem? Nehanbím sa ukázať svoj život vo svetle? Neskrývam v sebe nič, čo nechcem, aby vyšlo na svetlo, na Božie svetlo? Pristupujem s dôverou k svetlu Božieho Slova, aby bolo vidieť, že svoje skutky konám v Bohu? Potom môžem spokojne žiť, lebo nemám čo skrývať. Neskrývam nič pred Pánom Bohom? Nebojím sa Božieho svetla? Ak navonok deklarujem svoj život vo svetle, „nesympatizujem“ niekde v kútiku svojho srdca s temnotou? Uvedomujem si, že keď vstúpim do svetla Božej pravdy, môžu byť odsúdené moje zlé, nespravodlivé skutky, ale nie ja osobne? Túžim po tom, aby mi tma (najmä v noci) pomáhala dobre sa vyspať, oddýchnuť si a načerpať dostatok nových síl na tvorivý život vo svetle? Uvedomujem si, že Pán Ježiš je Svetlo sveta a zasa ten zlý je Kniežaťom temnoty? Viem, komu som uveril a chcem Mu zostať verným až do konca?

Budem sa modliť za pôstnych kazateľov a spovedníkov, ako aj za veriacich, prežívajúcich Veľkopôstne obdobie, aby to bol požehnaný čas milostí, ktorý prinesie hojné ovocie. Naďalej budem prosiť o mier pre celý svet a najmä pre vojnu zničené regióny.

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:

*Na brehu babylonských riek,
tam sme sedávali a plakali,
keď sme si spomínali na Sion.
Na vrby tejto krajiny vešali sme svoje citary*
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:

Chvála ti, Kráľ vekov.

ks. Ryszard Stankiewicz SDS (Centrum Formacji Duchowej)

Zdroj: <http://www.katolik.pl> (8.03.2024)

Podľa uvedenej predlohy spracoval: F. Kubík SDB