**DROGA DO NOWEJ JAKOŚCI ŻYCIA**



**Materiały tematyczne ze Słowem Bożym** **dla dorosłych**

OPRACOWAŁA:

**Jolanta Prokopiuk**

KOREKTA:

**Marta Iwaniec**

KONSULTACJE:

**Magdalena Kaczorowska**

**Monika Mosior**



Strona Słowa Bożego:

**www.oknodonieba.pl**

Luty 2022

Materiały są przeznaczone na trzy dni pracy. Można zrealizować je w dowolnym czasie, jednak warto pamiętać, że stanowią one całość. Jest to spotkanie ze Słowem Bożym, którego treści rozważamy przy pomocy historii z życia.

|  |  |
| --- | --- |
| **WPROWADZENIE DO TEMATU** | Droga do nowej jakości życia związana jest z nauką celebrowania własnego życia. Życie warto celebrować, ponieważ jest krótkie. Celebrować, czyli nauczyć się czynić chwile wyjątkowymi, ważniejszymi niż zazwyczaj.To nie jest złożona umiejętność. Jest jednak zdumiewająco rzadka.Celebrowanie oznacza takie podejście do różnych sytuacji w naszym życiu, by zrobić z nich coś specjalnego i wyjątkowego. Co istotne, celebrowanie nie wymaga od nas nie wiadomo jak dużych wysiłków czy wydatków! Zwykle sprowadza się do prostych, drobnych zachowań i modyfikacji.Ubierzmy się odrobinkę lepiej na spotkanie ze znajomymi, tak by podkreślić, dla siebie samego/samej rangę tego spotkania. Idąc na Eucharystię ubierzmy się odświętnie, aby podkreślić rangę święta. Zatrzymaj się na moment z tą kawą, którą sobie kupujemy. Zamiast bezmyślnie ją wychylić dla życiodajnej porcji kofeiny, którą zawiera, spędźmy z nią chwilę, relaksując się jej smakiem i aromatem.Celebrowanie sprowadza się do docenienia momentu. Do podniesienia jego rangi i uczynienia danej chwili niezwykłą i wyjątkową. Do wyróżnienia danej sytuacji z wielu podobnych. Twój mózg potrzebuje wyróżnienia, by wiedzieć, że daną sytuację warto docenić, że warto podbić poziom przyjemności z nią związany.Czy da się celebrować wszystko, każdą chwilę? Mózg nie jest w stanie wszystkiego celebrować, ponieważ przyzwyczaja się i wchodzi w tryb oszczędzania energii, gdzie powtarzalne bodźce przestają mieć większe znaczenie. Ciągła celebracja szybko zmieniłaby się w zupełny brak celebracji, w codzienny, powtarzalny rytuał.Możemy jednak celebrować często, różne rzeczy. Możemy celebrować a to poranną kawę, a to wieczorny spacer, a to spotkanie z przyjaciółmi. Nie zajmuje nam to wiele czasu, ale uczyni nasze życie dużo przyjemniejszym.**CELEBRACJA, TO NARZĘDZIE, KTÓRE POZWALA SMAKOWAĆI CIESZYĆ SIĘ ŻYCIEM**Istotnym elementem celebracji jest np. pamięć. Gdy Izrael zapominał o tym co Pan Bóg dla niego uczynił, automatycznie naród ten tracił wiarę.Możemy celebrować ważne wydarzenia wiary:* Czytanie Słowa Bożego.
* Sakrament małżeństwa lub każdy inny sakrament.
* Eucharystię.
* Różne święta liturgiczne i wracać do korzeni tych świąt.
* Rocznice powstania np. wspólnoty, poradni rodzinnej, wejścia do wspólnoty, rocznice ważnych znajomości.
 |

**Dzień pierwszy – CELEBROWANIE OTRZYMANEGO DOBRA**

**Łk 17,11-19**

*Zmierzając do Jerozolimy przechodził przez pogranicze Samarii i Galilei.**Gdy wchodzili do pewnej wsi, wyszło naprzeciw Niego dziesięciu trędowatych. Zatrzymali się z daleka**i głośno zawołali: «Jezusie, Mistrzu, ulituj się nad nami!»**Na ich widok rzekł do nich: «Idźcie, pokażcie się kapłanom!» A gdy szli, zostali oczyszczeni.**Wtedy jeden z nich widząc, że jest uzdrowiony, wrócił chwaląc Boga donośnym głosem,**upadł na twarz do nóg Jego i dziękował Mu. A był to Samarytanin.**Jezus zaś rzekł: «Czy nie dziesięciu zostało oczyszczonych? Gdzie jest dziewięciu?**Żaden się nie znalazł, który by wrócił i oddał chwałę Bogu, tylko ten cudzoziemiec».**Do niego zaś rzekł: «Wstań, idź, twoja wiara cię uzdrowiła».*

|  |  |
| --- | --- |
| **KOMENTARZ** | **Komentarz do czytania:**Kiedy nie dziękujemy za otrzymane dobro, ono gdzieś w nas przepadai zapominamy o nim. Wdzięczność pozwala wydobyć z naszej podświadomości otrzymane dobro. Pamiętajmy, że funkcjonujemy w pracy mózgu w trybie przetrwania, czyli pamiętamy bolesne i trudne momenty,a wyrzucamy dobre chwile. **Aby celebrować otrzymane dobro potrzebujemy:*** Zatrzymać się i je zauważyć.
* Podziękować za nie Bogu, drugiemu człowiekowi.

Dzisiejsza Ewangelia pokazuje, że człowiek nawet za ogromne dobrow swoim życiu, nie potrafi dziękować. Uzdrowienie trędowatych, to uczynienie im przez Jezusa niewyobrażalnego dobra. Człowiek trędowaty umierał za życia, oglądając odpadające części własnego ciała. Pozostawał całkowicie sam, wykluczony ze środowiska i własnej rodziny, ponieważ trąd był i jest chorobą zakaźną. Jezus mówi dość jednoznacznie: *«Czy nie dziesięciu zostało oczyszczonych? Gdzie jest dziewięciu?**Żaden się nie znalazł, który by wrócił i oddał chwałę Bogu, tylko ten cudzoziemiec».* |

**Historia:**

Ania z Kamilą były dobrymi przyjaciółkami, tak przynajmniej wydawać się mogło. Gdy mąż Kamili, Bartek, zachorował na nowotwór jelita grubego, Ania przyszła z pomocą swojej przyjaciółce. Często robiła zakupy, nawet miała dyżury przy ciężko chorym Bartku. Niestety mąż Kamili zmarł, a ona miała psychiczne problemy, aby uporać się ze śmiercią Bartka. Ania wspierała swoją przyjaciółkę
i pomogła dojść do psychicznej równowagi. Dla Ani było to oczywiste i normalne, że wspiera się swoich przyjaciół. Po kilku latach od śmierci Bartka, zachorowała Ania na nowotwór piersi. Była osobą samotną i potrzebowała wsparcia
z zewnątrz. Miała nadzieję, że otrzyma wsparcie ze strony Kamili. Okazało się, że jej przyjaciółka jest tak zapracowana, że nie może udzielić jej pomocy. Ania była kobietą modlitwy i Bóg żywy przysłał jej inną koleżankę ze wspólnoty, która była dla niej ogromną pomocą fizyczną i psychiczną. Ania miała głębokie przekonanie, że Bóg nie pozostawia swoich przyjaciół w potrzebie i się nie zawiodła. Nie mogła nadziękować się Jezusowi swojemu przyjacielowi i nowo otrzymanej przyjaciółce Basi.

1. Jak zachowują się trędowaci po uzdrowieniu przez Jezusa?
2. Jak zachowuje się Ania, a jak Kamila przy konieczności wsparcia swojej przyjaciółki?
3. Jak zachowujesz się, gdy otrzymasz od drugiej osoby różnego typu dobro mniejsze lub większe? Czy je zauważasz? Czy potrafisz za nie podziękować?

**MODLITWA:**

Ukochany Jezu, proszę Cię naucz mnie celebrować dobro w swoim życiu. Dziękuję ci za wszelkie otrzymane dobro …………… (wymień, za które chciałbyś szczególnie podziękować i dlaczego). Dziękuję Ci szczególnie za trudne dobro …… (wymień je).

**Dzień drugi – CELEBROWANIE WZAJEMNYCH RELACJI**

**Łk 7, 36-50**

*Jeden z faryzeuszów zaprosił Go do siebie na posiłek. Wszedł więc do domu faryzeusza i zajął miejsce za stołem.**A oto kobieta, która prowadziła w mieście życie grzeszne, dowiedziawszy się, że jest gościem w domu faryzeusza, przyniosła flakonik alabastrowy olejku,**i stanąwszy z tyłu u nóg Jego, płacząc, zaczęła łzami oblewać Jego nogi i włosami swej głowy je wycierać. Potem całowała Jego stopy i namaszczała je olejkiem.**Widząc to faryzeusz, który Go zaprosił, mówił sam do siebie: «Gdyby On był prorokiem, wiedziałby, co za jedna i jaka jest ta kobieta, która się Go dotyka, że jest grzesznicą».**Na to Jezus rzekł do niego: «Szymonie, mam ci coś powiedzieć». On rzekł: «Powiedz, Nauczycielu!»**«Pewien wierzyciel miał dwóch dłużników. Jeden winien mu był pięćset denarów, a drugi pięćdziesiąt.**Gdy nie mieli z czego oddać, darował obydwom. Który więc z nich będzie go bardziej miłował?»**Szymon odpowiedział: «Sądzę, że ten, któremu więcej darował». On mu rzekł: «Słusznie osądziłeś».**Potem zwrócił się do kobiety i rzekł Szymonowi: «Widzisz tę kobietę? Wszedłem do twego domu, a nie podałeś Mi wody do nóg; ona zaś łzami oblała Mi stopy i swymi włosami je otarła.**Nie dałeś Mi pocałunku; a ona, odkąd wszedłem, nie przestaje całować nóg moich.**Głowy nie namaściłeś Mi oliwą; ona zaś olejkiem namaściła moje nogi.**Dlatego powiadam ci: Odpuszczone są jej liczne grzechy, ponieważ bardzo umiłowała. A ten, komu mało się odpuszcza, mało miłuje».**Do niej zaś rzekł: «Twoje grzechy są odpuszczone».**Na to współbiesiadnicy zaczęli mówić sami do siebie: «Któż On jest, że nawet grzechy odpuszcza?»**On zaś rzekł do kobiety: «Twoja wiara cię ocaliła, idź w pokoju!».*

|  |  |
| --- | --- |
| **KOMENTARZ** | **Komentarz do czytania:**Szczególnym miejscem budowania wzajemnych relacji jest stół. To czas nie tylko spożywania posiłków, ale także rozmów i dzielenia się swoimi przemyśleniami, odkryciami. Wielu z nas budowania relacji przy stole jeszcze nie odkryło, ponieważ musieliśmy nasze posiłki zwyczajnie spożywać lub nie mieliśmy z daną osobą o czym rozmawiać. Mając wiele codziennych obowiązków, na posiłek na ogół ma się najmniej czasu. Jezus w dzisiejszej Ewangelii został zaproszony na wspólny posiłek do Szymona - faryzeusza. Przy stole nawiązuje się ciekawa rozmowa z przyjściem kobiety, która przez pewien czas była prostytutką. Gesty i zachowanie jej wobec Jezusa były formą wdzięczności za przywrócenie godności i szacunku do samej siebie. Szymon faryzeusz jest zgorszony postawą Jezusa. Jezus ze spokojem wyjaśnia mu brak wdzięczności wobec Niego oraz pominięcie przez Szymona elementarnych, zwyczajowych gestów, gdy zaprasza się gościa do swojego domu. Pokazuje mu na czym polega wdzięczność, miłość i wiara kobiety, którą faryzeusz pogardzał.  |

**Historia:**

Romek został zaproszony na obiad do domu swoich przyjaciół z czasów studiów. Klara, pani tego domu bardzo, lubiła piękne obrusy, świeczki i ładną zastawę obiadową, by w ten sposób podkreślać czas rodzinnych spotkań. Romek, gdy wszedł do domu swoich przyjaciół, mocno zaintrygował się pięknym dębowym stołem, do którego został zaproszony. Obiad był wyśmienity, więc pozwolił sobie wyrazić uznanie wobec gospodyni domu. Wspomnień
i przypominanych historii było bez liku. Stół, obiad i wspólne przebywanie to dobry czas, aby przypomnieć sobie miłe zdarzenia w swoim życiu, może naznaczone trudem, ale piękne i owocne. Refleksje biesiadników sprawiły, że
w sercach rozmówców zrodziła się wdzięczność za przeżyty czas.

1. Jakie prawdy wypowiedział Jezus przy spotkaniu z kobietą, która miała odwagę wyrażać Mu wdzięczność w domu Szymona faryzeusza?
2. Jaką rolę spełnił stółw życiu przyjaciół z okresu studiów?
3. Jakie znaczenie ma dla ciebie stół? Czy jest to miejsce budowania
i pogłębiania relacji?

**Modlitwa:**

Jezu, dziękuję Ci za szczególne relacje z moimi przyjaciółmi……… (wymień ich). Dziękuję Ci za łaskę czasu poświęconego na liczne rozmowy. Dziękuję Ci za czas spędzony przy stole, za dobry posiłek, ale i liczne dobre i ciekawe rozmowy.

**Dzień trzeci – CELEBROWANIE SŁOWA BOŻEGO**

**Łk 4, 16-28**

*Przyszedł również do Nazaretu, gdzie się wychował. W dzień szabatu udał się swoim zwyczajem do synagogi i powstał, aby czytać.**Podano Mu księgę proroka Izajasza. Rozwinąwszy księgę, natrafił na miejsce, gdzie było napisane: Duch Pański spoczywa na Mnie, ponieważ Mnie namaścił i posłał Mnie, abym ubogim niósł dobrą nowinę, więźniom głosił wolność, a niewidomym przejrzenie; abym uciśnionych odsyłał wolnymi,**abym obwoływał rok łaski od Pana.**Zwinąwszy księgę oddał słudze i usiadł; a oczy wszystkich w synagodze były w Nim utkwione.**Począł więc mówić do nich: «Dziś spełniły się te słowa Pisma, któreście słyszeli».**A wszyscy przyświadczali Mu i dziwili się pełnym wdzięku słowom, które płynęły z ust Jego. I mówili: «Czy nie jest to syn Józefa?»**Wtedy rzekł do nich:
«Z pewnością powiecie Mi to przysłowie: Lekarzu, ulecz samego siebie; dokonajże i tu w swojej ojczyźnie tego, co wydarzyło się, jak słyszeliśmy, w Kafarnaum».* *I dodał: «Zaprawdę, powiadam wam: żaden prorok nie jest mile widziany
w swojej ojczyźnie.**Naprawdę, mówię wam: Wiele wdów było w Izraelu za czasów Eliasza, kiedy niebo pozostawało zamknięte przez trzy lata i sześć miesięcy, tak że wielki głód panował w całym kraju;**a Eliasz do żadnej z nich nie został posłany, tylko do owej wdowy w Sarepcie Sydońskie**j.**I wielu trędowatych było w Izraelu za proroka Elizeusza, a żaden z nich nie został oczyszczony, tylko Syryjczyk Naaman**.**Na te słowa wszyscy w synagodze unieśli się gniewem.*

|  |  |
| --- | --- |
| **KOMENTARZ** | **Komentarz do czytania:**Jezus proklamuje Słowo Boże w swoim rodzinnym mieście Nazarecie. Czyta proroka Izajasza, które odnoszą się wprost do Mesjasza i ogłasza, że te słowa się dziś spełniają. Komentuje je z całą swoją mocą i demaskuje prawdę o jej mieszkańcach. Pokazuje, że nie mogą objawić się cuda takie jak w Kafarnaum, ponieważ brakuje im wiary i posłuszeństwa. Mówienie prawdy jest bardzo niebezpieczne, ale dla Jezus ona jest najważniejsza. |

**Historia:**

Panie Zuzanna i Honorata chodziły w swojej parafii na spotkania biblijne, które organizowane były dla osób dorosłych. Czytanie Słowa Bożego, komentarze do niego oraz dzielenie się nimi sprawiały, że ich życie nabierało głębszego sensu. Oprócz wsłuchiwania się w Słowo Boże wspólnotowe, każdy członek grupy czytał i wsłuchiwał się w Słowo Boże w domu. Najpierw była to walka o wygospodarowanie swojego czasu na czytanie Słowa Bożego. Walka, która trwała przez kilka tygodni. Osoby z grupy biblijnej, postanowiły umieścić Słowo Boże w centralnym miejscu swojego pokoju. Na początku takiej modlitwy, bo czytanie Słowa Bożego jest zanurzone w modlitwie, zapalały ładną świecę, która była specjalnie zakupiona na ten cel. Wybrany fragment był czytany głośno, bez pośpiechu, z pełnym zrozumieniem. Powtarzało się to trzykrotnie. Odkrycia były zapisywane w zeszycie. Tak celebrowane Słowo Boże, po pewnym czasie, domagało się także jednoznacznych wyborów np. związanych z finansami, określoną hierarchią wartości. Pani Zuzanna nie chciała zmienić swojego życia, bo uważała, że jest ciekawe i ekscytujące. Zrezygnowała zatem ze spotkań biblijnych. Pani Honorata przyjęła w swoim życiu Boże wymagania
i uporządkowała swoją hierarchię wartości oraz uregulowała swoje zobowiązania finansowe.

1. Jaka prawda była trudna do przyjęciadla mieszkańców Nazaretu?
2. Jak celebracja Słowa Bożego wpłynęła na życie pani Zuzanny i Honoraty?
3. Czy czytasz Słowo Boże?Przed jakimi wyborami to Słowo cię stawia?

**MODLITWA:**

Ukochany Jezu, spraw, aby Twoje Słowo pozwoliło mi właściwie wybierać. Wylej w moim życiu głód Słowa Bożego.