

# DROGA DO PRZEMIANY MAŁŻEŃSTWA

**Przystanek**

## **NAWRÓCENIE**

**TYDZIEŃ III-IV**

Materiały studyjne

Opracowała  
Jolanta Prokopiuk

Wydanie 2 zmienione  
wrzesień 2007

TYDZIEŃ III

**DROGA REALIZACJI NAWRÓCENIA**

Epicentrum życia człowieka, jego działania, myślenia, jego tożsamości znajduje się w jego sercu. Jest to centralny punkt, w którym dochodzi do spotkania dwóch osób. Głębokie oraz bliskie spotkanie dusz z Bogiem i innymi ludźmi, za którymi tęsknimy, można osiągnąć tylko w sercu. Jezus rozumie serce jako wnętrze człowieka<sup>1</sup>. „Serce” można określić po prostu mówiąc „ja”. *Bez serca nie możemy mieć Boga. Bez serca nie możemy mieć miłości. Bez serca nie możemy mieć wiary. Bez serca nie znajdziemy zadania, które jest tylko dla nas przeznaczone*<sup>2</sup>. Zmiana postawy naszego życia jest niemożliwa bez serca. Nawrócenie rozpoczyna się w sercu człowieka, a zmiana postępowania jest następstwem nawrócenia serca. W sercu znajduje się także sumienie stanowiące o godności człowieka. *Jest ono bowiem najtajniejszym ośrodkiem i sanktuarium człowieka, gdzie przebywa on sam z Bogiem, którego głos w jego wnętrzu rozbrzmiewa... nakazem: czyń to, tamtego unikaj*<sup>3</sup>. Nawrócenie jest darem Ducha Świętego i dokonuje się pod Jego wpływem. Jest ono nieodzownym warunkiem przebaczenia grzechów. *Ewangeliczne „przekonanie o grzechu” pod wpływem Ducha Prawdy nie może urzeczywistnić się w człowieku na innej drodze, jak tylko na drodze sumienia. [...] Owocem prawego sumienia jest przede wszystkim nazywanie po imieniu dobra i zła*<sup>4</sup>.

Drogą nawrócenia jest sakrament pojednania i przygotowanie do niego w postaci **pięciu warunków dobrej spowiedzi:**

- ⇒ **rachunek sumienia,**
- ⇒ **żał za grzechy,**
- ⇒ **mocne postanowienie poprawy,**
- ⇒ **wyznanie grzechów,**
- ⇒ **zadośćuczynienie Panu Bogu i bliźniemu.**

Akcent zostanie postawiony na rachunek sumienia, ponieważ bez dobrego rachunku sumienia cztery pozostałe elementy po prostu nie zaistnieją. Codzienny rachunek sumienia jest darem Bożym, ale także trudem człowieka. Można się zafascynować owocami rachunku sumienia, jednakże to dopiero punkt wyjścia, aby podjąć trud codziennej wierności. Tak jak we wszystkim również w rachunku sumienia należy wyrobić sobie nawyk, aby był trwałym elementem naszego spotkania z Bogiem i czujności naszego serca. Jak mawiał ks. Aleksander Zienkiewicz *nawyk to druga natura człowieka*.

---

<sup>1</sup> Por. Mk 7, 21-22.

<sup>2</sup> John Eldredge, *Pełnia serca*, Poznań 2005, s. 61.

<sup>3</sup> Jan Paweł II, *Dominum et Vivificantem*, nr 43.

<sup>4</sup> Jan Paweł II, *Dominum et Vivificantem*, nr 43.

## RACHUNEK SUMIENIA OGÓLNY

W rachunku sumienia chodzi oto, aby być przed „Bogiem, który widzi” (por. Rdz 16, 13) z życiem i przeżyciami danego dnia. W psalmach rachunek sumienia oznacza przede wszystkim, aby swoje własne życie rozumieć i próbować przeżywać jako historię zbawienia i w ten sposób stać się „mądrym”. W Nowym Testamencie znajdujemy zaproszenie do rachunku sumienia przede wszystkim w słowach, które napominają, aby być „trzeźwymi i czuwającymi” (por. 1 P 5, 8), uczyć się rozpoznawać „znaki czasu” i „badać duchy”.

Właściwy sens rachunku sumienia to uczyć się **żyć ze wzmożoną UWAGĄ**. Podstawowe **kroki** rachunku sumienia ogólnego to:

- 1) obecność,
- 2) dziękczynienie,
- 3) rozeznawanie duchów,
- 4) pojednanie,
- 5) przewidywanie.

**OBECNOŚĆ** → przyjść do siebie, wyciszyć się, zaakceptować rzeczywistość, w której się znajduję.

**ĆWICZENIE SIĘ W DZIĘKCZYNIENIU** → podziękować za dzień, pracę, dzieci, sąsiadów, za to co odkryłem, za moje słabości. Wraz z rozwojem wiary poszerza się nasza skala dziękczynienia. Jesteśmy bardziej wrażliwi na działanie Boże.

**ĆWICZENIE W ROZEZNAWANIU** → rozeznąć, znaczy spoglądać po raz pierwszy i drugi na rzeczywistość:

**pierwsze spojrzenie** → pozwala wszystkiemu w sposób nieuporządkowany i bez cenzury pojawić się w mojej świadomości, co tylko zechce się ukazać: smutek, radość, gniew, niecierpliwość, spotkanie, decyzje,

**drugie spojrzenie** → należy rozeznawać, w jakim kierunku prowadzą mnie zdarzenia, doznania, własne uczynki: w kierunku Boga, to jest miłości, czy w kierunku złego, braku miłości:

- wolno słuchać, co zostało powiedziane,
- widzieć co się stało,
- wyczuwać czego doznaję.

**ĆWICZENIE SIĘ W POJEDNANIU** → nierzadko w moim życiu istnieje coś, co nie „pozwała mi dojść do spokoju”: kłótnia, złe słowo, zaniedbanie, grubiańska bezwzględność, brak miłości. Wszystko co stwarza niepokój, wymaga pojednania: pojednania z Bogiem, pojednania z innymi ludźmi, pojednania z samym sobą.

**ĆWICZENIE W PRZEWIDYWANIU** → doskonalenie się w dziękczynieniu, w rozeznawaniu i pojednaniu jest pomocą i wymogiem dla przewidywania, dla drogi

w przyszłość. Co zostało mi podarowane jest wezwaniem, aby obdarowywać tym samym innych. **Dar jest dany i zadany.**

W nawróceniu prędzej czy później przychodzi również taki moment, w którym ma się głęboką świadomość swojego grzechu, a równocześnie własnej bezsilności. Jedynym rozsądnym działaniem jest przeproszenie za grzech, ale równocześnie proszenie o uzdrowienie z własnej niemocy. **Ostatecznie źródłem uzdrowienia oraz przemiany życia człowieka jest sam Bóg, o czym wielokrotnie zapominamy.**



**Pierwszy dzień****SERCE DROGĄ WIERNOŚCI SOBIE ORAZ BOGU**

*Kategoria „serca” jest poniekąd równoznacznikiem osoby i podmiotu. Droga wezwania do czystości serca, tak jak zostało ono wypowiedziane w Kazaniu na górze, jest w każdym wypadku przywołaniem tej pierwotnej samotności, w której człowiek-mężczyzna został wyprowadzony poprzez otwarcie na drugiego człowieka-kobietę. Czystość serca tłumaczy się więc ostatecznie względem na drugi podmiot jako pierwotnie i nieustannie wezwany. Czystość serca jest wymogiem miłości. Jest wymiarem jej wewnętrznej prawdy w „sercu” człowieka.*

Jan Paweł II, *Mężczyzną i niewiastą stworzył ich*, s. 199

**A. Modlitwa**

Wzywaj Ducha Świętego, aby uczył cię słuchać własnego serca (wnętrza).

Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą.

Mt 5, 8

**B. Studium Biblii**

*Kategorią „serca” nazwany jest każdy z osobna niejako bardziej jeszcze po imieniu. Jest dotknięty w tym, co stanowi w sposób jedyny i niepowtarzalny. **Jest określony w swoim człowieczeństwie „od wewnątrz”.** Owo wnętrze (czyli serce) jest siłą decydującą o „zewnątrznym” kształcie ludzkiego postępowania, a także o kształcie wielorakich struktur i instytucji w wymiarze życia społecznego.*

Jan Paweł II, *Mężczyzną i niewiastą stworzył ich. Przykazanie a etos*

Przeczytaj Mk 7, 14-23.

**I. WIDZIEĆ**

1. Co rozumie Jezus przez „serce”?

.....

.....

2. W jaki sposób Jezus rozumie czystość serca?

.....

.....

**II. OSĄDZIĆ**

1. Jezus rozumie serce jako wnętrze człowieka, które stanowi o istocie człowieka. Czy żyjesz zgodnie z własnym sercem? Czy pozwalasz, aby miało coś do powiedzenia w twoim życiu?

.....

.....



2. Jezus ukazuje, iż nasze działanie wypływa z naszego serca? Czy jesteś wrażliwy na odruchy swojego serca? Czy potrafisz ujrzeć własny grzech i jego powiązanie z sercem?

.....

.....

.....

.....

### **III. DZIAŁAĆ**

Co domaga się zmian w twoim życiu, abyś żył zgodnie z własnym sercem (wnętrzem)?

.....

.....

.....

.....

### **C. Modlitwa małżonków**

Podzielcie się 1 Sm 16, 1-9.

Czy prosicie Jezusa o oczy serca i wrażliwość na własne serce?

**Drugi dzień****DUCH ŚWIĘTY PRZEKONUJE O GRZECHU**

*Ewangeliczne „przekonanie o grzechu” pod wpływem Ducha Prawdy nie może urzeczywistniać się w człowieku na innej drodze, jak tylko na drodze sumienia. Owocem prawego sumienia jest przede wszystkim nazywanie po imieniu dobra i zła.*

Jan Paweł II, *Dominum et Vivificantem*, nr 43

**A. Modlitwa**

Przyzywaj Ducha Świętego, aby uzdolnił cię do głębokiego spotkania z Bogiem w twoim sanktuarium jakim jest sumienie. Twoje ciało jest świątynią Ducha Świętego, a twoje sumienie jest miejscem świętym, jak to w świątyni, gdzie stała Arka Pana.

On zaś, gdy przyjdzie, przekona świat o grzechu, o sprawiedliwości i osądzie. Jeszcze wiele mam wam do powiedzenia, ale teraz znieść nie możecie. Gdy zaś przyjdzie On, Duch Prawdy, doprowadzi was do całej prawdy. J 16, 8. 12-13

**B. Studium Biblii**

*Duch Święty „przekonywa o grzechu” – to znaczy: daje poznać człowiekowi jego zło, a równocześnie skierowuje do dobra. Pod wpływem Pocieszyciela dokonuje się więc owo nawrócenie serca ludzkiego, które jest nieodzownym warunkiem przebaczenia grzechów.*

Jan Paweł II, *Dominum et Vivificantem*, nr 42

Przeczytaj J 7, 37-39; 16, 5-15.

**I. WIDZIEĆ**

1. Jaki jest warunek otrzymania Ducha Świętego?

a) J 7, 37 – .....

.....

.....

b) J 7, 39 – .....

.....

.....

2. Opisz zadanie Ducha Świętego w J 16, 8-13.

a) przekona o grzechu – .....

.....

.....

b) o sprawiedliwości – .....

.....

.....

c) o sądzie – .....

.....

.....

d) w. 13 – .....

.....

.....

## **II. OSĄDZIĆ**

1. Nawrócenie jest w pierwszym rzędzie darem Ducha Świętego. Na ile pragniesz i napełniasz się Duchem Świętym? Podstawowe miejsce napełniania się Duchem Świętym to modlitwa i czytanie Słowa Bożego.

.....

.....

.....

2. Czy doświadczasz przekonywania Ducha Świętego o grzechu, sprawiedliwości i sądzie?

.....

.....

.....

## **III. DZIAŁAĆ**

Fundamentalnym miejscem doświadczania Ducha Świętego jest serce człowieka. Co domaga się zmian w twoim życiu, abyś był wrażliwy na Ducha Świętego w twoim sercu?

.....

.....

### **C. Modlitwa małżonków**

Podzielcie się J 14, 25-31.

Duch Święty swoją obecność manifestuje przez pokój oraz odwagę. Jak często doświadczacie takiej postawy w waszym małżeństwie oraz rodzinie? Jakie sytuacje temu sprzyjają?

*Trud ludzkiego serca, trud sumienia, pośród którego dokonuje się owa „metanoia”, nawrócenie, jest zarazem odzwierciedleniem tego procesu, w którym wyrzut przemienia się w zbawczą miłość, która umie cierpieć. Utajonym szafarzem tej zbawczej siły jest Duch Święty: On, którego Kościół nazywa „Światłością sumień”, przenika i zarazem wypełnia „głębie serc” ludzkich. Przez takie nawrócenie w Duchu Świętym, człowiek otwiera się w stronę przebaczenia, w stronę odpuszczenia grzechów.*

Jan Paweł II, *Dominum et Vivificantem*, nr 45

### **A. Modlitwa**

Przyzywaj Ducha Świętego, abyś doświadczał potrzeby i konieczności czuwania.

Bądźcie trzeźwi! Czuwajcie! Przeciwnik wasz, diabeł, jak lew ryczący krąży szukając kogo pożreć.

1 P 5, 8

### **B. Studium Biblii**

Przeczytaj Mt 26, 36-46; 1 Tes 5, 1-11.

#### **I. WIDZIEĆ**

1. Napisz kilka słów, jaką rolę spełnia modlitwa i czuwanie w trwodze konania w Ogrójcu.

.....

.....

.....

2. Jaką rolę w życiu chrześcijanina ma spełniać czuwanie?

.....

.....

.....

#### **II. OSĄDZIĆ**

1. Jezus w godzinie udręczenia w Ogrójcu modlił się i czuwał. Jaka jest twoja postawa w udręczeniu i w chwilach, a nawet okresach bardzo trudnych?

.....

.....

.....

2. W chwilach dobrobytu i spokoju Jezus wzywa do czuwania. Jaka jest twoja postawa w tych okresach twojego życia?

.....

.....

.....

### III. DZIAŁAĆ

Czuwanie to właśnie rachunek sumienia. Zrób rachunek sumienia według schematu:

- 1) obecność,
- 2) dziękczynienie,
- 3) rozeznawanie duchów,
- 4) pojednanie,
- 5) przewidywanie.

#### C. Modlitwa małżonków

Podzielcie się Mt 25, 1-13.

Panny roztropne czuwały przez zapobiegliwość i wyobraźnię. Oliwa jest symbolem Ducha Świętego. W jaki sposób jesteście zapobiegliwi o Ducha Świętego?

**Czwarty dzień****ŻAL ZA GRZECHY****SKRUCHA I MOCNE POSTANOWIENIE POPRAWY**

*Zasadniczym aktem Pokuty ze strony penitenta jest żal, czyli jasne i zdecydowane odrzucenie popełnianego grzechu i postanowienie niegrzeszenia na przyszłość, z miłości do Boga, która odradza się przez skruchę. Tak pojęty żal jest więc postawą i duszą nawrócenia, owej ewangelicznej metanoi, która przyprowadza człowieka do Boga, jak syna marnotrawnego powracającego do Ojca, która znajduje w Sakramencie Pokuty swój znak widzialny, doskonalący ową skruchę. Dlatego „prawdziwość pokuty zależy od tej skruchy serca”.*

Jan Paweł II, *Reconciliatio et paenitentia*, nr 31

**A. Modlitwa**

Wzywaj Ducha Świętego, aby uzdolnił cię do żalu za grzechy i pragnienia zmian w twoim życiu.

Uznaję bowiem moją nieprawość, a grzech mój jest zawsze przede mną. Tylko przeciw Tobie zgrzeszyłem i uczyniłem, co złe jest przed Tobą. Ps 51, 5-6a

**B. Studium Biblii**

*Człowiek nie wchodzi na drogę prawdziwej i szczerzej pokuty tak długo, jak długo nie dostrzeże, że grzech sprzeciwia się normie etycznej, zapisanej w głębi jego jestestwa; jak długo nie uzna, że dopuścił się tego sprzeniewierzenia osobiście i w sposób odpowiedzialny: jak długo nie powie nie tylko „istnieje grzech” ale: „ja zgrzeszyłem” zasadniczym aktem Pokuty ze strony penitenta jest jasne i zdecydowane odrzucenie popełnionego grzechu i postanowienie nie grzeszenia na przyszłość, z miłości do Boga, która odradza się przez skruchę.*

Jan Paweł II, *Reconciliatio et paenitentia*, nr 31

Przeczytaj Łk 7, 36-50.

**I. WIDZIEĆ**

1. Scharakteryzuj postawę nawróconej grzesznicy i Szymona faryzeusza.

.....

.....

2. Jaką postawę jawno grzesznicy Jezus pochwała i stawia za wzór? Opisz tę postawę.

.....

.....

.....

**II. OSĄDZIĆ**

1. Na ile dominuje w twoim życiu i postawie zachowanie faryzeusza Szymona?

.....

.....

.....

2. Na ile dominuje w twoim życiu postawa nawróconej jawnogrzesznicy?

.....

.....

.....

**III. DZIAŁAĆ**

Co domaga się zmian w twoim sercu, abyś doświadczył słów Jezusa: *odpuszczone są jej liczne grzechy, ponieważ bardzo umiłowała?*

.....

.....

Zrób rachunek sumienia według schematu:

- 1) obecność,
- 2) dziękczynienie,
- 3) rozeznawanie duchów,
- 4) pojednanie,
- 5) przewidywanie.

**C. Modlitwa małżonków**

Podzielcie się Łk 10, 13-16.

W naszym życiu dokonuje się wiele zmian i cudów podobnie jak w Betsaidzie. Wymieńcie zmiany i cuda w waszym małżeństwie.

**Piąty dzień****WYZNANIE GRZECHÓW****I ZADOŚĆUCZYNIENIE PANU BOGU I BLIŹNIEMU**

*Oskarżenie się z grzechów nie może być zredukowane do jakiegokolwiek próby psychologicznego wyzwolenia, chociaż odpowiada słusznej i naturalnej wrodzonej ludzkiemu sercu potrzebie otwarcia się wobec kogoś drugiego; jest to akt liturgiczny, uroczysty w swojej dramatyczności prosty i skromny przy całej wzniosłości swego znaczenia. Jest to akt marnotrawnego syna, który wraca do Ojca i zostaje przez niego powitany pocałunkiem pokoju; akt lojalności i odwagi; akt zawierzenia siebie samego, pomimo grzechu, miłosierdziu, które przebacza.*

Jan Paweł II, *Reconcilatio et paenitentia*, nr 31

**A. Modlitwa**

Proś Ducha Świętego o doświadczenie uzdrowienia i radości z wyznania grzechów.

Ojcie, zgrzeszyłem przeciw Bogu i względem ciebie, już nie jestem godzien nazywać się twoim synem. Łk 15, 21

**B. Studium Biblii**

*Żadna ludzka cena nie może wyrównać tego, co się otrzymało, owocu przynajdroższej Krwi Chrystusowej. Akty zadośćuczynienia zawierają cenne elementy: są znakiem osobistego zaangażowania, które chrześcijanin podejmuje w Sakramencie wobec Boga, aby rozpocząć nowe życie (dlatego zadośćuczynienie nie powinno sprowadzać się tylko do odmówienia pewnych modlitw, ale winno ono obejmować akty czci Bożej, uczynki miłości, miłosierdzia i wynagrodzenia).*

Jan Paweł II, *Reconcilatio et paenitentia*, nr 31

Przeczytaj Ps 32.

**I. WIDZIEĆ**

1. Opisz sytuację człowieka przed wyznaniem grzechów.

.....

.....

.....

2. Jaka zmiana zaszła w człowieku po wyznaniu grzechów?

.....

.....

3. Jaką obietnicę wiąże Bóg z wyznawaniem grzechów (w. 8-9)?

.....

.....

.....



**II. OSĄDZIĆ**

1. Na ile wyznawanie grzechów blokuje twoje przystępowanie do częstego sakramentu pojednania?

.....  
.....  
.....

2. Czy doświadczasz uzdrowienia po sakramencie pojednania?

.....  
.....  
.....

3. Czy masz swojego spowiednika i kierownika duchowego, czy modlisz się za niego lub o niego?

.....  
.....  
.....

**III. DZIAŁAĆ**

Co domaga się zmian w twoim życiu, aby sakrament pojednania stawał się sakramentem uzdrowienia i życia?

.....  
.....  
.....

Zrób rachunek sumienia według schematu:

- 1) obecność,
- 2) dziękczynienie,
- 3) rozeznawanie duchów,
- 4) pojednanie,
- 5) przewidywanie.

**C. Modlitwa małżonków**

Podzielcie się Łk 17, 11-19.

Poważną chorobą serca jest brak wdzięczności oraz pamięci o cudach w swoim życiu. Jak często wspominaliście dobrze odprawione sakramenty pojednania oraz cud przebaczenia grzechów?

**Szósty dzień****BÓG ŹRÓDŁEM UZDROWIENIA I PRZEMIANY**

*Trud ludzkiego serca, trud sumienia, pośród którego dokonuje się owa „matanoia”, nawrócenie, jest zarazem odzwierciedleniem tego procesu, w którym wyrzut przemienia się w zbawczą miłość, która umie cierpieć. Utajonym szafarzem tej zbawczej siły jest Duch Święty: On, którego Kościół nazywa „światłością sumień”, przenika i zarazem wypełnia „głębnię serc” ludzkich. Przez takie nawrócenie w Duchu Świętym, człowiek otwiera się w stronę przebaczenia, w stronę odpuszczenia grzechów.*

Jan Paweł II, *Dominum et Vivicantem*, nr 45

**A. Modlitwa**

Wzywaj Ducha Świętego, abyś coraz częściej doświadczał cudu uzdrowienia oraz przemiany życia.

Cóż jest łatwiej powiedzieć: „Odpuszczają ci się twoje grzechy”, czy powiedzieć: „Wstań i chodź”?

Łk 5, 23

**B. Studium Biblii**

Przeczytaj Łk 5, 17-26.

**I. WIDZIEĆ**

1. Jakie osoby zaangażowane są w pomoc paralitykowi? Scharakteryzuj ich postawę.

.....

.....

.....

.....

2. Scharakteryzuj metody działania Jezusa (w.23-25).

.....

.....

.....

.....

## II. OSĄDZIĆ

1. Paralytyk jest uzdrowiony dzięki mocy Jezusa. Istotny jest także udział jego przyjaciół. Bez ich pomocy ów człowiek nie dotarłby do Jezusa. Czy prowadzisz z wyobraźnią innych ludzi do Jezusa? Czy nie zamknąłeś się w starych schematach i myśleniu?

.....

.....

.....

2. Tylko Jezus ma moc uzdrawiać serce człowieka, aby mogło się nawracać. Wymień problemy, z którymi borykasz się w swoim życiu (brak cierpliwości, agresja, wpadanie w złość, brak konsekwencji w działaniu itp.), a z którymi nie potrafisz sobie poradzić. Czy oddajesz je Jezusowi i prosisz o uzdrowienie?

.....

.....

.....

## III. DZIAŁAĆ

Co domaga się zmian w twoim sercu, abyś doświadczał uzdrowienia wewnętrznego, ale także fizycznego w twoim życiu?

.....

.....

Zrób rachunek sumienia według schematu:

- 1) obecność,
- 2) dziękczynienie,
- 3) rozeznawanie duchów,
- 4) pojednanie,
- 5) przewidywanie.

### C. Modlitwa małżonków

Podzielcie się Łk 18, 35-43.

Czy prosicie Jezusa o rozwiązywanie waszych problemów z taką determinacją, jaka była w postawie niewidomego?

TYDZIEŃ IV

**NAWRÓCENIE W MAŁŻEŃSTWIE I RODZINIE**

Nawrócenie w małżeństwie i rodzinie zależy od tego, czy napełniamy się myśleniem Bożym jako małżonkowie i rodzice. Wdrażanie dzieci w postawę nawrócenia jest formą katechumenatu rodzinnego. O tyle będzie to skuteczne o ile rodzice praktykują lub wdrażają się w praktykowanie nawrócenia. Otwartość na Ducha Świętego oraz współpraca z Jego prowadzeniem jest najlepszą drogą do nawrócenia. Nawrócenie bowiem jest darem Ducha Świętego, a działanie człowieka jest wtórne jako odpowiedzią na ten dar. Oddziaływania świata na nas i nasze dzieci poprzez internet, gry komputerowe, programy telewizyjne, środowisko, w którym przebywamy, jest tak ogromny, iż wielokrotnie jesteśmy zagubieni w podejmowaniu właściwych decyzji. Nie wiemy jak reagować na zaistniałe sytuacje rodzinne i zawodowe. Najlepszym Przewodnikiem w takich sytuacjach oraz całym życiu chrześcijanina jest Duch Święty.

Jan Paweł II w Liście do rodzin pisze: *Nie lękajcie się żadnych zagrożeń! Boże moce są niepomierne większe od waszych trudności! Niepomierne większa od zła, które zakorzeniło się w świecie, jest moc Sakramentu Pojednania. Ojcowie Kościoła nazywali ten sakrament „drugim Chrztem”. Niepomierne większa od zepsucia, któremu ulega świat, jest Boska moc sakramentu Bierzmowania, który otrzymujemy po Chrzcie, i niepomierne większa jest nade wszystko moc Eucharystii. Czyż Chrystus nie ustanowił Eucharystii na sposób rodzinny, podczas Ostatniej Wieczerzy? Tak jak wy spotykacie się przy posiłkach i jesteście sobie bliscy, tak i Chrystus jest Wam bliski. Jest Emmanuelem, Bogiem z nami, kiedy się zbliżacie do Stołu eucharystycznego*<sup>5</sup>.

Zadaniem chrześcijanina, a zwłaszcza rodziny chrześcijańskiej nazwanej domowym Kościołem jest spotkanie ze Słowem Bożym oraz modlitwa. Zmiana jakościowa w modlitwie rodzinnej w moim domu nastąpiła wraz wyłączeniem telewizora, który wcześniej dyktował plan dnia. Kilka lat wcześniej sami przeszliśmy trzyletni okres odtruwania od telewizora. Na początku musieliśmy całkowicie wynieść telewizor z domu, a później wraz z „odtruwaniem” i uwalnianiem mógł stać w mieszkaniu nie włączony. Wówczas została wprowadzona modlitwa z dzieleniem się Ewangelią przed niedzielną Eucharystią. Było to wieloletnie moje marzenie, którego do tamtej pory nie udało się zrealizować. Czytanie Słowa Bożego razem z dziećmi domaga się korzystania z form uaktywniających dzieci. Mniejsze pociechy chętnie rysują do usłyszanego tekstu Słowa Bożego lub wykonują inne prace manualne. Wraz z wiekiem formy modlitwy rodzinnej muszą ulec zmianie, jednakże niezależnie od problemów związanych z formą ważne jest, aby modlitwa rodzinna miała miejsce. Aby dzieci miały wyrobiony nawyk i wiedziały, iż jest to istotne w ich rodzinie. Rok

---

<sup>5</sup> Jan Paweł II, *List do rodzin*, nr 18.

liturgiczny oraz obchodzenie wspomnień świętych jest dobrą okazją do urozmaicenia modlitwy rodzinnej.

Coraz częściej obserwujemy problemy związane z sakramentem pojednania oraz z niedzielą Eucharystią. Są one związane z brakiem zaangażowania dziecka w przeżywany świat liturgii, który funkcjonuje zupełnie inaczej niż współczesny świat. Lansuje on bowiem znacznie ciekawsze formy angażujące dziecko, niż to czyni liturgia. Dynamika oraz akcja jest bardziej dostosowana do percepcji dziecka. Wraz z liturgią dziecko wkracza w zupełnie nowy świat, trudniejszy do przyjmowania przez współczesnego człowieka. Brak praktykujących rodziców powoduje, że coraz częściej dzieci przystępujące do Pierwszej Komunii Św. kończą swoją formację w dzień tej uroczystości po hucznym świętowaniu. Wspólne uczestnictwo w Eucharystii całej rodziny i przyjmowanie Jezusa w komunii św. jest podstawowym świadectwem dla własnych dzieci. Wspólna modlitwa przed sakramentem pojednania w rodzinie sprawia, że dzieci lepiej doświadczają swojego osobistego sakramentu pojednania. Wysilek człowieka jest nieodzowny, jednakże chrześcijaństwo oraz świat liturgii związany jest ściśle z obecnością oraz działaniem Ducha Świętego. **Tylko Duch Święty uzdalnia człowieka do zrozumienia oraz doświadczenia żywej obecności Jezusa w każdej liturgii, także Eucharystycznej.** Podstawową zasadą kierującą w doborze form spotkania z żywym Bogiem jest i pozostanie **miłość**. *Tylko miłość powinna rozstrzygać, czy coś ma być wykonane czy zaniechane, zmienione czy nie zmienione. Miłość jest zasadą działania oraz celem, do którego należy dążyć. Cokolwiek się szczerze uczyni dla niej i zgodnie z nią, nigdy nie będzie niewłaściwe<sup>6</sup>.*

---

<sup>6</sup> Izaak de Stella, w: Jan Paweł II, *Redemptoris missio*, nr 60.



**Pierwszy dzień****RODZINNE CZYTANIE****I DZIELENIE SIĘ SŁOWEM BOŻYM**

*Uczestnicząc w życiu i posłannictwie Kościoła, który słucha nabożnie Słowa Bożego i głosi je z pełną ufnością, rodzina chrześcijańska wypełnia swoje zadanie prorockie przyjmując i głosząc Słowo Boże: w ten sposób staje się z każdym dniem bardziej wspólnotą wierzącą i ewangelizującą. Również od małżonków i rodziców chrześcijańskich żąda się posłuszeństwa wierze: wezwani są oni do przyjęcia Słowa Pańskiego, objawiającego im zdumiewającą nowość – Dobrą Nowinę – ich życia małżeńskiego i rodzinnego, które Chrystus uczynił świętym i uświęcającym.*

Jan Paweł II, *Familiaris consortio*, nr 51

**Modlitwa**

Przyzywaj Ducha Świętego, aby uzdalniał ciebie i twoją rodzinę do wspólnej modlitwy.

Szczęśliwy mąż, który nie idzie za radą występnych, nie wchodzi na drogę grzeszników, lecz ma upodobanie w Prawie Pana, nad Jego Prawem rozmyśla dniem i nocą. Jest on jak drzewo zasadzone nad płynącą wodą, które wydaje owoc w swoim czasie.

Ps 1, 1-2

**B. Studium Biblii**

Przeczytaj Łk 8, 4-15.

**I. WIDZIEĆ**

1. Opisz gleby, na które padło ziarno.

.....

2. Określ znaczenie poszczególnych elementów z przypowieści:

Siewca – .....

.....

Ziarno – .....

.....

Gleba – .....

.....

Droga – .....

.....



Skała – .....

.....

Ciernie – .....

.....

Żyzna gleba – .....

.....

## II. OSĄDZIĆ

1. Jaką glebą jest twoje serce?

.....

.....

2. Jak często siane jest Słowo Boże w twoim sercu?

.....

.....

3. Jak często sam jesteś siewcą?

.....

.....

## III. DZIAŁAĆ

Co domaga się zmian w twoim sercu, a było ono glebą żyzną i przynoszącą obfity plon także na modlitwie z dziećmi?

.....

.....

Zrób rachunek sumienia według schematu:

- 1) obecność,
- 2) dziękczynienie,
- 3) rozeznawanie duchów,
- 4) pojednanie,
- 5) przewidywanie.

## C. Modlitwa małżonków

Podzielcie się Łk 8, 19-21.

Czy stajecie się matką lub bratem Jezusa przez słuchanie Słowa Bożego i realizację tego Słowa w życiu? W jaki sposób się to przejawia?

**Drugi dzień****MODLITWA JAKO UWRAŻLIWIANIE GLEBY SERCA**

*Do członków rodziny chrześcijańskiej można w sposób szczególny odnieść słowa, w których Chrystus obiecał swą obecność: „... zaprawdę powiadam wam: Jeśli dwaj z was na ziemi zgodnie o coś prosić będą, to wszystko użyczy im mój Ojciec, który jest w niebie. Bo gdzie są dwaj albo trzej zebrani w imię moje, tam jestem pośród nich. Taka modlitwa rodzinna czerpie swą pierwotną treść z samego życia rodzinnego, które we wszystkich i rozmaitych okolicznościach jest pojmowane jako powołanie Boże i aktualizowane jako synowska odpowiedź na Jego wezwanie: radości i bóle, nadzieje i smutki, narodziny i rocznice urodzin, rocznice ślubu rodziców, wyjazdy, rozłąka i powroty, dokonywanie ważnych i trudnych wyborów, śmierć drogich osób, oznaczają wkroczenie miłości Bożej w dzieje rodziny.*

Jan Paweł II, *Familiaris consortio*, nr 59

**A. Modlitwa**

Przyzywaj Ducha Świętego, abyś doświadczał Bożej miłości i prowadzenia.

Każdego rana pobudza me ucho, bym słuchał jak uczniowie. Pan Bóg otworzył mi ucho, a ja się nie oparłem ani się nie cofnąłem.

Iz 50, 4b-5

**B. Studium Biblii**

Przeczytaj 2 Krl 18, 17-19; 19, 1-37.

**I. WIDZIEĆ**

1. Opisz oskarżenia, które dotyczyły króla Ezechiasza.

.....

.....

.....

2. Opisz w kilku punktach, jaka jest reakcja Ezechiasza na zarzuty wobec niego.

.....

.....

.....

3. Opisz odpowiedź Boga.

.....

.....

.....

**II. OSĄDZIĆ**

1. Jaka jest twoja reakcja na zarzuty różnych osób wobec ciebie?

.....

.....

.....

2. Które miejsce zajmuje w twoim życiu modlitwa i spotkanie z żywym Bogiem, zwłaszcza w różnych problemach twojego życia?

.....

.....

.....

3. Jaka jest odpowiedź Boga na twoje modlitwy?

.....

.....

.....

**III. DZIAŁAĆ**

Co domaga się zmian w twoim sercu, abyś szedł do Boga z taką ufnością oraz pewnością jak to czynił Ezechiasz?

.....

.....

Zrób rachunek sumienia według schematu:

- 1) obecność,
- 2) dziękczynienie,
- 3) rozeznawanie duchów,
- 4) pojednanie,
- 5) przewidywanie.

**C. Modlitwa małżonków**

Podzielcie się 1 Sm 2, 1-10.

Czy potraficie wyrażać taką radość i uwielbienie przed Panem jak to czyniła Anna, matka Samuela? Z czym macie problemy?

**Trzeci dzień****WDRAŻANIE W RACHUNEK SUMIENIA**

*Rachunek sumienia ma służyć uzmysłowieniu sobie nie tego, co uczyniłeś, ale tego, co zdarzyło się dziś w twoim sumieniu. Zmierza do zjednoczenia cię z Bogiem, sprawiając, że rozumiesz, kochasz i działasz jak On. Stajesz się tym, kim jesteś, synem Bożym, wolnym wolnością Boga, który jest miłością.*

Silvani Fausti, *Okazja czy pokusa*, s. 63 i 69

**A. Modlitwa**

Proś Ducha Świętego, abyś doświadczał mocy i radości z praktykowania rachunku sumienia.

Czuwajcie więc, bo nie wiecie, kiedy pan domu przyjdzie: z wieczora czy o północy, czy o pianiu kogutów, czy rankiem. Lecz co wam mówię, mówię wszystkim: Czuwajcie!

Mk 13, 35.37

**B. Studium Biblii**

Przeczytaj Jk 4, 1-16.

**I. WIDZIEĆ**

1. Co jest według Jakuba przyczyną kłótni i wojen?

.....

.....

.....

2. Kto jest cudzołożnikiem w rozumieniu Jakuba?

.....

.....

.....

3. Opisz udział człowieka w zmaganiu się między Bogiem a diabłem (w. 7).

.....

.....

.....

**II. OSĄDZIĆ**

1. Czy potrafisz zdemaskować żądze, które kierują twoim sercem a w konsekwencji twoimi wyborami i działaniem?

.....

.....

2. W jakim stopniu jesteś cudzołożnikiem w rozumieniu świętego Jakuba?

.....  
.....  
.....

3. W jakim stopniu występuje u ciebie determinacja w opowiadaniu się za Bogiem? Autor listu do Hebrajczyków pisze wprost: *Jeszcze nie opieraliście się aż do przelewu krwi, walcząc przeciw grzechowi* (Hbr 12, 4).

.....  
.....  
.....

### III. DZIAŁAĆ

Co domaga się zmian w twoim sercu, abyś stale przybliżał się do Boga przez upodabnianie się do Jezusa Chrystusa?

.....  
.....  
.....

Zrób rachunek sumienia według schematu:

- 1) obecność,
- 2) dziękczynienie,
- 3) rozeznawanie duchów,
- 4) pojednanie,
- 5) przewidywanie.

### C. Modlitwa małżonków

Podzielcie się Jk 3, 1-12.

*Przy pomocy języka wielbimy Boga i Ojca i nim przeklinamy ludzi, stworzonych na podobieństwo Boże. Z tych samych ust wychodzi błogosławieństwo i przekleństwo. Tak być nie może bracia moi! Czy postępuje w waszym małżeństwie nawrócenie na poziomie języka? W czym się ono przejawia?*

**Czwarty dzień****CELEBROWANIE SAKRAMENTU POJEDNANIA**

*Istotnym i stałym elementem zadania uświęcenia rodziny chrześcijańskiej jest przyjęcie ewangelicznego wezwania do nawrócenia, skierowanego do wszystkich chrześcijan. Także rodzina chrześcijańska nie zawsze trwa konsekwentnie w prawie łaski i świętości chrzcielnej, odnowionej w sakramencie małżeństwa. Skrucha i wzajemne przebaczenie w łonie rodziny chrześcijańskiej, odgrywające taką rolę w życiu codziennym, znajdują szczególny wyraz sakramentalny w sakramencie pokuty chrześcijańskiej.*

Jan Paweł II, *Familiaris consortio*, nr 58

**A. Modlitwa**

Wzywaj Ducha Świętego, aby uzdalniał cię do doświadczania sakramentu pojednania jako sakramentu nawrócenia.

Wyznawajcie zatem sobie grzechy, módlcie się jeden za drugiego, byście odzyskali zdrowie. Wielką moc posiada wytrwała modlitwa sprawiedliwego.

Jk 5, 16

**B. Studium Biblii**

Przeczytaj Ps 32; Ps 51.

**I. WIDZIEĆ**

1. Opisz sytuację człowieka przed wyznaniem grzechów.

.....

.....

.....

.....

2. Jaka jest sytuacja grzesznika po wyznaniu grzechów (Ps 51)?

.....

.....

.....

3. Wraz z nawracaniem i wyznawaniem grzechów Bóg zostawia swoją obietnicę. Czego ona dotyczy (Ps 32, 8-9)?

.....

.....

.....

## II. OSĄDZIĆ

1. Czy wraz z wyznawaniem grzechów w sakramencie pojednania doświadczasz uzdrowienia?

.....  
.....  
.....

2. Czy spotkanie z kapłanem w sakramencie pojednania nie wpływa na częstość uczestniczenia w tym sakramencie?

.....  
.....  
.....

3. Czy modlisz się za swojego lub o swojego kierownika duchowego?

.....  
.....  
.....

## III. DZIAŁAĆ

Co domaga się zmian w twoim sercu oraz myśleniu, aby sakrament pojednania stawał się narzędziem uzdrawiającej mocy Jezusa?

.....  
.....

Zrób rachunek sumienia według schematu:

- 1) obecność,
- 2) dziękczynienie,
- 3) rozeznawanie duchów,
- 4) pojednanie,
- 5) przewidywanie.

### C. Modlitwa małżonków

Podzielcie się Mk 2, 1-12.

Czy doświadczacie w swoim małżeństwie, że grzech jest przyczyną waszego nieszczęścia? Czy przebaczacie sobie wzajemnie i przychodzicie z tym grzechem do Jezusa?

**Piąty dzień****EUCHARYSTIA****MIEJSCEM UZDROWIENIA I NAWRÓCENIA**

*Chrystus, który zaprasza do uczyty eucharystycznej, to zawsze równocześnie ten Chrystus, który wzywa do pokuty, który powtarza: „Nawracajcie się!” Bez tego stałego i wciąż na nowo podejmowanego wysiłku w kierunku nawrócenia samo uczestniczenie w Eucharystii zostałoby pozbawione swej pełnej skuteczności zbawczej. Znikłaby w nim, a w każdym razie spłyciłaby się ta szczególna gotowość składania Bogu „duchowej ofiary”.*

Jan Paweł II, *Redemptor hominis*, nr 20

**A. Modlitwa**

Wzywaj Ducha Świętego, aby otworzył twoje oczy wiary na Jezusa w Eucharystii.

Myśmy poznali i uwierzyli miłości, jaką Bóg ma ku nam. **Bóg jest miłością:** kto trwa w miłości, trwa w Bogu, a Bóg trwa w nim. 1 J 4, 16

**B. Studium Biblii**

Przeczytaj Mk 2, 13-17; 23-28.

**I. WIDZIEĆ**

1. Opisz postawę Jezusa wobec grzeszników.

.....

.....

.....

2. Jezus uważa, iż grzech jest chorobą. Jakie porównanie stosuje w stosunku do Siebie i człowieka?

.....

.....

.....

3. Zatwardziałość serca należy do zagrożenia życia duchowego. W jaki sposób się to przejawia u faryzeuszów w perykpie o uzdrowieniu w szabat?

.....

.....

.....



## II. OSĄDZIĆ

1. Czy doświadczasz, że jesteś chory z powodu grzechu i potrzebujesz lekarza?

.....

.....

2. Zatwardziałość serca jest związana z odmową nawrócenia. Jeśli mówisz, że nie masz się z czego spowiadać, to znaczy, że rozpoczęła się u ciebie choroba zwaną zatwardziałością serca. W jakim miejscu się znajdujesz? Czy potrafisz określić swój stan? W jakich sferach?

.....

.....

## III. DZIAŁAĆ

Co domaga się zmian w twoim myśleniu, abyś przyjmował lekarstwo od Jezusa na chorobę twojego grzechu? Nazwij swoje problemy.

.....

.....

Zrób rachunek sumienia według schematu:

- 1) obecność,
- 2) dziękczynienie,
- 3) rozeznawanie duchów,
- 4) pojednanie,
- 5) przewidywanie.

### C. Modlitwa małżonków

Podzielcie się Mk 8, 22-26.

Czy akceptujecie czas w jakim Jezus uzdrawia wasze serca i ciała? Czy potraficie odczytywać wolę Bożą na kolejny krok, który stoi przed wami?

**Szósty dzień****MIŁOŚĆ SERCEM NAWRÓCENIA  
DUCHOWOŚĆ KOMUNII**

*Czynić Kościół domem i szkołą komunii: oto wielkie wezwanie, jakie czeka nas w rozpoczynającym się tysiącleciu, jeśli chcemy pozostać wierni Bożemu zamysłowi, a jednocześnie odpowiedzieć na najgłębsze oczekiwania świata. Duchowość komunii to przede wszystkim spojrzenie utkwione w tajemnicy Trójcy Świętej, która zamieszkuje w nas i której blask należy dostrzegać także w obliczach braci żyjących wokół nas. Duchowość komunii to także zdolność odczuwania więzi z bratem w wierze dzięki głębokiej jedności mistycznego Ciała, a zatem postrzegania go jako „kogoś bliskiego”, co pozwala dzielić jego radości i cierpienia, odgadywać jego pragnienia i zaspokajać jego potrzeby, ofiarować mu prawdziwą i głęboką przyjaźń.*

Jan Paweł II, *Novo millennio ineunte*, nr 43

**A. Modlitwa**

Proś Ducha Świętego, aby uzdolnił cię do troski o drugiego człowieka.

Dzieci nie miłujmy słowem i językiem, ale czynem i prawdą!

1 J 3, 18

**B. Studium Biblii**

*Duchowość komunii to także zdolność dostrzegania w drugim człowieku przede wszystkim tego, co jest w nim pozytywne, a co należy przyjąć i cenić jako dar Boży: dar nie tylko dla brata, który bezpośrednio go otrzymał, ale także „dar dla mnie”. Duchowość komunii to wreszcie umiejętność „czynienia miejsca” bratu, wzajemnego „noszenia brzemion” i odrzucania pokus egoizmu, które nieustannie nam zagrażają, rodząc rywalizację, bezwzględne dążenie do kariery, nieufność, zazdrość.*

Jan Paweł II, *Novo millennio ineunte*, nr 43

Przeczytaj J 17, 20-26; Jk 2, 14-26.

**I. WIDZIEĆ**

1. Święty Jan mówi wprost gdzie znajduje się nasze źródło duchowości komunii. W jaki sposób przejawia się owa jedność?

.....

.....

.....

.....

2. Duchowość komunii przejawia się w uczynkach. Opisz w jaki sposób Jakub akcentuje wiarę i uczynki, relacje zachodzące między wiarą a uczynkami.

## II. OSĄDZIĆ

1. Źródłem miłości i jedności dla św. Jana jest Trójca Święta. Gdzie jest twoje źródło komunii? Czy na pewno w Bogu?

2. Czy twoje uczynki wypływają z wiary?

## III. DZIAŁAĆ

Co domaga się zmian w twoim sercu, abyś w praktyce realizował duchowość komunii?

Zrób rachunek sumienia według schematu:

- 1) obecność,
- 2) dziękczynienie,
- 3) rozeznawanie duchów,
- 4) pojednanie,
- 5) przewidywanie.

## C. Modlitwa małżonków

Podzielcie się Jk 3, 13-18.

Która postawa wspomniana przez Jakuba, dominuje w waszym życiu osobistym oraz małżeńskim?

