



# Wspólnota "Miriam"

## Odnowa w Duchu Świętym

### Rzeszów - Tabor

5 marzec 2019

BIULETYN WSPÓLNOTY, ROK XI, NUMER 490

Spotkania Wspólnoty odbywają się według harmonogramu umieszczonego na stronie Wspólnoty w Domu Diecezjalnym „Tabor” ul. Połonińska 25

### Teksty do medytacji od 6.03.2019 r.

Kochani !

Przed nami okres Wielkiego Postu, okres nawrócenia, jak zwykły mawiać „przeciętny katolik”. To czas pracy nad sobą dla wielu osób. Jako jednak uczniowie Chrystusa nigdy nie jesteśmy zwolnieni z pracy nad sobą. Chrześcijanin podlega ciągłej ewangelizacji. Różne metody ewangelizacji które przeszliśmy: drogę ucznia na podstawie Ewangelii św. Marka, drogę Maryi przez Litanię Loretańską miały nam pomóc w odkrywaniu w nas Boga. Przed nami teraz inna droga, droga ćwiczeń duchowych oparta o reguły św. Ignacego Loyoli. Te ćwiczenia duchowe to podręczne narzędzia rozwoju duchowego i osobistego. Dlaczego taka droga? Wspólnota ma nam pomóc przede wszystkim w dwóch rzeczach:

- osobisty rozwój wiary
- rozwój osoby we wspólnocie

Samo ćwiczenie powinno trwać 15 min. Przygotowanie ok 2-3 min i notatki po ćwiczeniu ok 2-3 min. Na całość więc wychodzi ok. 20 min. Niektórzy będą mówić że długo, niektórzy, że krótko. Proszę ufać dalej w moje rozeznanie i Boże prowadzenie we wspólnocie, do którego zostałem posłany przez ks. bpa Jana.

Na ten moment zawieszam czytanie Katechizmu Kościoła Katolickiego, wrócimy do niego po ćwiczeniach duchowych, proszę więc nie wybiegać z czytaniem tej lektury. Przypominam, że dalej obowiązuje nas codzienna modlitwa Anioł Pański w intencji wspólnoty oraz zachęcam do postu w intencji wspólnoty każdego 12 dnia miesiąca. Proszę, aby traktować to zobowiązanie do modlitwy i zachętę do postu równie poważnie.

Jednocześnie przypominam, że o wszelkie wyjazdach na jakiegokolwiek rekolekcje należy przedyskutować z Pasterzem.

Co zrobić podczas ćwiczenia?

- Trzeba usiąść wygodnie w cichym miejscu, tam gdzie będzie łatwo się nam modlić.
- Poodychać, uspokoić siebie, serce, wsłuchać się w ciszę serca.
- Przywołać do siebie myśl, że rozmawiam z Bogiem. Pomodlić się do Ducha Świętego dowolną modlitwą.
- Zanim zaczniesz ćwiczenie usiądź i zastanów się, o co w nim chodzi i co chciałbyś w nim przeżyć, aby nie było to tylko odbębniowane i powierzchowne.
- Ćwiczenia duchowe to nie jakiś magiczny czas, w którym zrobisz „enter” i idziesz dalej. Ich owoc będzie się pojawiał przez wierność im, a czasami powrót do niektórych z nich.
- Po ćwiczeniu warto usiąść w innym miejscu i zapisać w swoim dzienniku duchowym odpowiedzi na trzy pytania: co czułeś podczas ćwiczenia? Co ci ono pokazało o Tobie? Co powinieneś zrobić?

**Na owocną pracę, błogosławieństwo +**

**Oddaję każdego z Was w rany Chrystusa i Jego Krew, oraz zamykam w Sercu Maryi.**

**ks. Damian, Pasterz**

**Telefon Wspólnoty**

☎ 884-315-151

**Struktura Wspólnoty:**

**ks. Damian Ziemia**

Pasterz

tel. 791-386-047

e-mail: [mini-damian@o2.pl](mailto:mini-damian@o2.pl)

**Barbara Zacharska**

Lider

tel. 607-433-848

e-mail: [b-lech@wp.pl](mailto:b-lech@wp.pl)

**Marcin Zacharski**

V-ce lider

**Andrzej Pańkiewicz**

Skarbnik

**Środa – 6.03.**

Rozpoczynamy etap I ćwiczeń: **miłość Boga**

1. Wybierz jedną sferę swojego życia, która jest dla Ciebie teraz trudna: sytuacja materialna, decyzja, grzech, choroba, nieporadność itp.
2. Wejdź w tę sytuację na chwilę i popatrz na to, co ona rodzi w Tobie.
3. Spróbuj wewnętrznie zgodzić się na te uczucia i myśli. Spróbuj je zaakceptować i przyjąć. Zgódź się na to, że tak teraz się w Tobie dzieje.
4. Powiedz Bogu, że tego nie rozumiesz, ale chcesz wierzyć, że ma to sens.

## Animatorzy diakonii

**Ewelina Konieczna**  
diakonia modlitewna

**Andrzej Pańkiewicz**  
diakonia uwielbienia

**Magdalena Pachalska**  
diakonia prowadzenia spotkań

**Marcin Zacharski**  
diakonia modlitwy wstawienniczej

**Wojciech Wojdyło**  
diakonia liturgiczna

**Klaudia Winiarska**  
diakonia medialna

**Alicja Cyrnek**  
diakonia organizacyjna  
diakonia techniczno-porządkowa

**Barbara Zacharska**  
diakonia prorocka

### Czwartek – 7.03.

1. Wyjdź na spacer, popatrz na rośliny, zachód słońca, gwiazdy, posłuchaj szumu wiatru, śpiewu ptaków itp.
2. Wsłuchując się w to, staraj się sobie uświadomić, jak Bóg to stwarzał, jak chciał, żeby to było piękne i idealne.
3. Uświadom sobie, że zrobił to dla Ciebie.
4. Podziękuj Bogu za to.

### Piątek – 8.03.

1. Wybierz sobie kościół lub kaplicę, która jest po drodze do Twojego domu.
2. Po pracy / wykładach / zajęciach wpadnij tam na chwilę. Podziękuj Bogu za te rzeczy, które były dzisiaj dobre.

### Sobota – 9.03.

1. Zastanów się, jaka sprawa będzie / była dla Ciebie dziś najważniejsza.
2. Oddaj ją całkowicie Bogu.
3. Poproś, aby On Cię prowadził.
4. Powiedz, że Mu ufasz.

### Niedziela – 10.03

1. Przeczytaj kilka razy, powoli fragment (Jr 1,5a): *Zanim ukształtowałem Cię w łonie matki znałem Cię, nim przyszedłeś na świat, poświęciłem Cię.*
2. Przenieś się myślami do dalekiej przeszłości, gdy jeszcze nikt o Tobie nie wiedział i się Ciebie nie spodziewał.
3. Zobacz, że Bóg już wtedy cieszył się, że będziesz, znał Ciebie bardzo dobrze. Już wtedy Ci błogosławił i Ciebie uświęcił, jako człowieka dobrego i kochającego.

### Poniedziałek – 11.03

1. W połowie dnia zrób sobie kawę / herbatę i usiądź gdzieś w odosobnieniu.
2. Przejrzyj cały dzień od momentu wstania aż do teraz (można nakręcić swój film).
3. Odszukaj miejsca, w których Bóg Ci pokazał, że żyje i działa.
4. Podziękuj za nie.

### Wtorek – 12.03

1. Znajdź najbliższe miejsce, gdzie można adorować Najświętszy Sakrament.
2. Usiądź najbliżej jak się da.
3. Na początku, swoimi słowami, oddaj Panu czas tej modlitwy.
4. Podczas modlitwy nie rób nic. Możesz siedzieć, klęczeć, myśleć o wczoraj i o jutrze. Czuć się swobodnie przy Jezusie.

### Środa 13.03.

Rozpoczynamy etap II ćwiczeń: **miłość siebie**

1. Wyobraź sobie, że Bóg wymawia Twoje imię, mówi do Ciebie. Wsłuchaj się w jaki sposób wymawia je, jaka jest barwa głosu.
2. Przypomnij sobie, jak nazywali Cię różni ludzie przez całe Twoje życie. Zobacz, jakie różne warianty Twojego imienia i nazwiska padały. Wróć do tych sytuacji, zobacz ich twarze, wsłuchaj się w nie, w ich głos.
3. Popatrz jakie uczucia się w Tobie rodzą. Czy lubisz swoje imię, nazwisko?
4. Podziękuj Bogu, że On dał Ci imię.

### Intencje do modlitwy

- ✓ Za wspólnotę o oczyszczenie z każdej formy zła oraz umocnienie w dobru
- ✓ Za błądzących w wierze, odrzucających nauczanie Jezusa oraz za poszukujących wiary, o łaskę Ducha Świętego dla nich
- ✓ O jedność wszystkich chrześcijan

### Ogłoszenia

1. **Przypominamy, o obowiązkowej modlitwie Anioł Pański w intencji naszej wspólnoty oraz zachęcie Pasterza do postu w intencji wspólnoty 12 dnia miesiąca.**
2. W dniu 9 marca 2019r. w DD Tabor odbędzie się Dzień Skupienia dla członków Wspólnoty Miriam. Plan spotkania znajduje się na stronie [www.miriam.rzeszow.pl](http://www.miriam.rzeszow.pl).
3. 27 kwietnia 2019r. (sobota) we Frysztaku odbędzie się Dzień Jedności Wspólnot Odnowy w Duchu Świętym Diecezji Rzeszowskiej. Zapraszamy do liczego udziału.
4. Informujemy, że w dniach od 16 do 18 maja 2019r. w Częstochowie odbędzie się Kongres Odnowy w Duchu Świętym w Częstochowie. Zapisy i informacje nt. wydarzenia wkrótce.