



Wspólnota "Miriam"

Odnowa w Duchu Świętym

Rzeszów - Tabor

10 kwiecień 2019

BIULETYN WSPÓLNOTY, ROK XI, NUMER 495

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

Teksty do medytacji od 11.04.2019 r.

Kochani.

Kontynuujemy ćwiczenia duchowe w oparciu o zasady św. Ignacego Loyoli. Samo ćwiczenie powinno trwać ok. 15 min. Przygotowanie ok 2-3 min i notatki po ćwiczeniu ok 2-3 min. Na całość wychodzi ok. 20 min. 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.

Co zrobić podczas jego trwania?

- Trzeba usiąść wygodnie w cichym miejscu, tam gdzie będzie łatwo nam się 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, błogosławię +

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

Barbara Zacharska

Lider

tel. 607-433-848

e-mail: b-lech@wp.pl

Marcin Zacharski

V-ce lider

Andrzej Paśkiewicz

Skarbnik

Czwartek – 11.04.

1. Przeznacz ten dzień dla siebie. Odmów wszystkie spotkania, odłóż robotę na później. Zrób swój dzień – spacer, film, książka.
2. Pod koniec dnia zobacz, czy pojawia się w Tobie poczucie winy.
3. Jeżeli tak, oddaj je Jezusowi. Proś Go, żeby Cię z tego uwalniał: od przymusu pracy i bezwzględności wobec Twojego dobra. Proś, aby uzdrowił ból związany z poczuciem winy.

Piątek – 12.04.

1. Wyobraź sobie, że Bóg patrzy teraz na Ciebie, proś, aby pokazał Ci to, co ważne.
2. Spróbuj przypomnieć sobie, jakieś dobre słowa, które powiedział o Tobie Twój tato.
3. Przypomnij sobie teraz bolesne słowa. Wybierz te, które bolą najbardziej.
4. Proś Boga, aby uzdrowił tę ranę.

Sobota – 13.04.

1. Spróbuj sięgnąć pamięcią do swojej dalekiej przeszłości i przypomnieć sobie miłe, piękne przeżycie z dzieciństwa.
2. Baw się zmysłami: co wówczas widziałeś, słyszałeś, czułeś?
3. Podziękuj Bogu za to.

Niedziela – 14.04.

1. Przyjrzyj się dzisiejszemu dniowi, od rana do wieczora. Wypisz w słupku wszystkie uczucia, które Ci dziś towarzyszyły. To trudne ćwiczenia, nie martw się. Z czasem nauczysz się zauważać więcej uczuć.
2. Spróbuj do uczuć dopisać bodźce, które je wywołały (sytuacje, osoby, myśli itp.)
3. Przypomnij sobie dokładnie, w jaki sposób te bodźce wzbudziły w Tobie takie uczucia. Wybierz kilka najmocniejszych.

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

4. Zastanów się, dlaczego takie bodźce tak bardzo Tobą targają? Co takiego poruszają?

W przyszłym tygodniu Triduum Paschalne. Na pewno wszyscy będą mieć dużo zajęć w przygotowaniu siebie i otoczenia do Świąt. Zdaje sobie sprawę, że trzeba zrobić zakupy, posprzątać dom, zadbać o spowiedź itd. Dlatego spotkania 17 kwietnia nie będzie. Także na czas Świąt nie będzie pracy z biuletynem, a praca nad sobą z biuletynem jest wyznaczona do 14 kwietnia (niedzieli). Dalszą część zaczniemy 24 kwietnia. Co w tym czasie robić? Podjąć zadumę nad czasem Paschy Jezusa – ciemnicą, Krzyżem, grobem i Zmartwychwstaniem.

Proszę ten czas, który przed nami poświęcić na świętowanie z rodziną. Tak bardzo w tej przestrzeni życia jesteście potrzebni Jezusowi. Zadbajcie, aby w czasie Świąt nie zabrakło miejsca dla zwycięstwa Jezusa i nadziei na wyjście z każdego grobu. Każdemu z Was składam życzenia, przekażcie je rodzinom.

Niech krew Chrystusa, która została przelana na Krzyżu oczyszcza każdego z nas i każdą sferę życia. Niech daje nadzieję, na poranek Zmartwychwstania. Niech Duch Święty daje nam uczestnictwo w tych wydarzeniach. A Maryja, niech pomaga nam trwać przy Chrystusie.

Otaczam Was wszystkich modlitwą! +
ks. Damian, Pasterz

Intencje do modlitwy

- ✓ Za dusze śp. ks. Marcina Szopińskiego
- ✓ O nawrócenie dla zatwardziałych grzeszników
- ✓ O miłość i jedność we wspólnocie

Ogłoszenia

1. **Przypominamy, o obowiązkowej modlitwie Anioł Pański w intencji naszej wspólnoty oraz zachęcie Pasterza do postu w intencji wspólnoty 12 dnia miesiąca.**
2. 17 kwietnia 2019r. (środa) nie ma spotkania Wspólnoty.
3. 24 kwietnia 2019r. (środa) o godz. 18.00 w kaplicy DD Tabor odbędzie się Wieczór Charyzmatyczny. Konferencję wygłosi ks. Mateusz Mądro. Zachęcamy do udziału.

Redaktor biuletynu: Ewelina Konieczna • Biuletyn przeznaczony jest wyłącznie do użytku wewnętrznego •

• telefon Wspólnoty i pogotowie modlitewne: ☎ 884.31.51.51 • e-mail: miriam.rzeszow@gmail.com •

• www.miriam.rzeszow.pl • www.facebook.com/miriam.rzeszow •

• • •