



# Wspólnota "Miriam"

## Odnowa w Duchu Świętym

### Rzeszów - Tabor

29 kwiecień 2019

BIULETYN WSPÓLNOTY, ROK XI, NUMER 497

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

#### Teksty do medytacji od 2.05.2019 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 odbębnione 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

#### Czwartek – 2.05.

1. Wyjdź na miasto. Poproś Jezusa, aby otwierał Ci oczy.
2. Patrz na ludzi w różnych sytuacjach życia. Spróbuj w ich zachowaniach, słowach, gestach, mimice zobaczyć Jezusa.
3. Dziękuj Bogu za każdą osobę, którą widzisz i że Jezus też w nich jest.

#### Piątek – 3.05.

1. Po odbytej spowiedzi usiądź i wyobraź sobie, że siedzisz razem z Jezusem.
2. Wyobraź sobie, że On Tobie przebacza. Co mówi do Ciebie? Jak na Ciebie patrzy?
3. Wybierz sobie jedną z osób, których nie lubisz, które zawiniły wobec Ciebie. Pójdź do niej i bądź taki, jak Jezus na tym spotkaniu.

#### Sobota – 4.05.

##### **Rozpoczynamy VIII etap: rozeznawanie duchowe**

1. Zlokalizuj jedno uczucie, które się dzisiaj w Tobie przejawia (wobec jakiej osoby, rzeczy, wydarzenia).
2. Nazwij je. Do czego ono Ciebie dziś prowadzi?

#### Niedziela – 5.05.

1. Istnieje Boża radość. Poznasz ją po tym, że zbliża do miłości Boga, drugiego człowieka i siebie.
2. Istnieje fałszywa radość. Poznasz ją po tym, że zamyka na Boga, drugiego człowieka i skupia na sobie.
3. Wyłap różnicę w swoim sercu.

## 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

### **Poniedziałek – 6.05.**

1. Poproś Jezusa u początku dnia o łaskę pociechy duchowej.
2. Na koniec dnia spróbuj odnaleźć takie chwile, w których czułeś się blisko Boga.
3. Zapisz jakie uczucia Ci towarzyszyły.

### **Wtorek – 7.05.**

1. Poproś rano Boga, aby Cię dzisiaj prowadził.
2. Pod koniec dnia zastanów się, czy odczuwałeś dzisiaj:
  - że bardziej ufasz Bogu?
  - że masz większą nadzieję na szczęście i dobro?
  - że potrafisz bardziej kochać?
3. Tam, gdzie czułeś w taki sposób czułeś ducha dobrego, Twoje odczucia wtedy były czasem pociechy.

### **Środa - 8.05.**

1. Wypisz wszystkie miejsca w swoim życiu duchowym, w których odczuwasz niepokój lub masz poczucie, że coś jest złe.
2. Zastanów się nad każdym z tych miejsc, czy ten niepokój zbliża Cię czy oddala:
  - od ufania Bogu?
  - od kochania drugiego człowieka?
  - od akceptacji siebie?
3. Jeżeli zbliża do w.w to pochodzi od Boga, jeżeli oddala to od złego ducha.
4. Odrzucaj niepokój zła i proś o Boży pokój.

### **Intencje do modlitwy**

- ✓ Za ubogich i biednych, za niemających pracy
- ✓ W intencji naszej wspólnoty o miłość, pokój, jedność
- ✓ Za naszych nieprzyjaciół i tych, których kochamy za mało, za tych których skrzywdziliśmy w naszym życiu
- ✓ Za małżeństwa z naszej wspólnoty, o ich świętość, umocnienie miłości i jedności małżeńskiej

### **Ogłoszenia**

1. **Przypominamy, o obowiązkowej modlitwie Anioł Pański w intencji naszej wspólnoty oraz zachęcie Pasterza do postu w intencji wspólnoty 12 dnia miesiąca.**