



# Wspólnota "Miriam"

## Odnowa w Duchu Świętym

### Rzeszów - Tabor

7 maj 2019

BIULETYN WSPÓLNOTY, ROK XI, NUMER 498

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

#### Teksty do medytacji od 9.05.2019 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, wstuchać 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 Maryji.**

**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 – 9.05.**

1. Zastanów się nad jakąś sferą swojego życia, w której obiektywnie patrząc zaczynasz bardziej ufać Bogu, kochać drugiego człowieka i akceptować siebie.
2. Wypisz wszystkie przeciwności, trudności, porażki, osłabiające myśli jakich doświadczasz w tej sferze życia w ostatnim czasie.
3. Uznaj, że są to metody złego ducha, którymi chce Cię zahamować.

#### **Piątek – 10.05.**

1. Przypomnij sobie, jakiś niedawny moment, w którym ciężko Ci się modliło.
2. Zastanów się, co było przyczyną:
  - złe samopoczucie fizyczne?
  - nerwy, stres, problemy życiowe?
  - zmęczenie?
  - bylejakość, lenistwo?
  - nie wiadomo co?
3. Jeżeli działa się to z Twojej winy, zacznij naprawę. Jeżeli nie z Twojej, ufaj Bogu. Ucz się cierpliwości i wierności.

#### **Sobota – 11.05.**

1. Zobacz niepokoje dnia dzisiejszego:
  - do czego Cię mobilizowały, jakie myśli wywoływały?

## Animatorzy diakonii

**Ewelina Konieczna**  
diakonia modlitewna

**Andrzej Paśkiewicz**  
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

- co w Tobie wywołały: panikę, strach, zaufanie?

2. Jeżeli zbliżały Cię do Boga, zwiększały wiarę i zaufanie były od Bożego ducha, jeżeli odciągały Cię od Niego i skupiały na sobie, to od złego ducha.

### Niedziela – 12.05.

1. Znajdź dla siebie ciche miejsce, w którym usiądziesz i nikt nie będzie Ci przeszkadzał przez 15 min.

2. Wołaj o Ducha Świętego, aby On Ciebie napełniał i dawał swoje wskazówki na Twoje życie – słowo z Pisma Świętego, obrazy, natchnienia, wspomnienia.

3. Zapisz wszystko i spróbuj ocenić do czego Cię one wzywają. Następnie przedstaw to kierownikowi duchowemu / spowiednikowi. Bóg przemawia osobiście, ale też w wierności Kościołowi.

### Poniedziałek – 13.05.

1. Popatrz na burzę, jeżeli to możliwe, albo ją sobie wyobraź. Jak się czujesz podczas burzy? Strach, niepokój, niepewność itd.? Zapisz te odczucia. Co robisz w czasie burzy: chowasz się w kąt, palisz świeczkę? Przypomnij sobie jak się czułeś przed burzą i jak się czujesz po burzy?

2. Zauważ, że kiedyś ona się kończy i przychodzi słońce. Tak samo, jak trzeba przeczekać burzę w życiu normalnym, tak samo trzeba przeczekać burzę w życiu duchowym, opierając się o wspomnienie tego, jak było przed nią i jak będzie po niej. Potrzeba w niej zaufania i wierności Słońcu – Jezusowi.

### Wtorek – 14.05; Środa - 15.05.

Ostatnie dwa dni: **wtorek** i **środa** to możliwość powrotu do wybranych ćwiczeń duchowych. Warto wybrać takie, z którymi było nam ciężko.

## 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.**

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](http://www.miriam.rzeszow.pl) • [www.facebook.com/miriam.rzeszow](https://www.facebook.com/miriam.rzeszow) •

• • •