

TÝŽDEŇ 3

ČÍTANIE A ŠTÚDIUM BIBLIE

- 1. deň: Lukáš 6:1 – 19
- 2. deň: Lukáš 6:20 – 36
- 3. deň: Lukáš 6:37 – 49
- 4. deň: Lukáš 7:1 – 17
- 5. deň: Lukáš 7:18 – 35

Plán rozjímania

Úryvok na rozjímanie: „Ale Ježiš mu odpovedal: Napísané je: Nie samým chlebom žiť bude človek ale každým slovom Božím.“ (Lukáš 4:1 – 4 /Dt 8:3/)

Deň 1: Chlieb

Zamerajte sa na slovo chlieb. Premýšľajte o rôznych druhoch chleba, o tom, ako chlieb vonia a aký je na dotyk, ako sa chlieb vyrába. Premýšľajte o úlohe, ktorú chlieb zohrával v dejinách a na celom svete; premýšľajte o úlohe, ktorú zohráva vo vašom živote.

Deň 2: Manna

Lukáš 4:4 je vlastne citát z 5M 8:3 a týka sa manny. Hovorí, že manna mala byť poučením o tom, čo nás živí (Exodus 16 rozpráva tento príbeh). Použite svoju predstavivosť a buďte Izraelitom, ktorý je hladný na púšti, bez jedla pre svoje deti a bez nádeje v dohľade a jedného dňa sa zobudí a zbadá mannu. Aký je to pocit zbierať ju každé ráno?

Deň 3: Čítanie s Trojicou

Pomaly si prečítajte úryvok a poproste Boha Otca, aby vám ukázal svoju úlohu v ňom.

Prečítajte si ju ešte raz, tentoraz poproste Ducha Svätého, aby vám ukázal, čo robí.

Nakoniec si ju prečítajte a premýšľajte o Ježišovi. Uvažujte o jeho ľudskosti. Uvažujte o jeho božstve.

4. deň: Lectio Divina

- 1. Lectio (čítanie) – pomaly a s modlitbou si prečítajte Lk 4:1 – 4. Možno si verše budete chcieť prečítať viackrát a poprosiť Boha, aby sa vám zjavil.
- 2. Meditatio (Meditácia) – opakujte si vetu „nielen chlebom bude človek žiť“ a dovoľte, aby slová interagovali s vašimi myšlienkami, obavami, snami.
- 3. Oratio (Modlitba) – Odpovedzte Bohu s vďačnosťou za to, čo o sebe zjavil.
- 4. Contemplatio (Kontemplácia) – Odpočívajte v Božej prítomnosti a vnímajte jeho objatie. Nie sú potrebné žiadne slová.

5. deň: Slovo, ktoré hovorí do tvojho života

Premýšľajte o tom, kam vkladáte svoj čas, úsilie, peniaze a emocionálnu energiu. Napíšte si 3 – 5 z nich. Držiac v mysli prvú vec, dovoľte, aby ju verš z Lukáša 4:4 osvetlil Božím pohľadom. Opakujte to pri každej z vecí, ktoré ste si napísali.

Deň 6: Čítanie s Ježišom

Pritiahnite si vedľa seba stoličku. Predstavte si Ježiša, ako tam sedí. Keď budete pomaly čítať úryvok, počujte, ako vám číta slová. Dovoľte mu, aby vám vyrozprával svoju spomienku na ten deň, svoju skúsenosť. Nech vám povie, prečo bol ten deň taký dôležitý a čo môže znamenať pre váš život.