

Impuls wielkopostny

Wiele osób rozumie Wielki Post jako czas powstrzymania się - głównie od słodczych, alkoholu itp. Być może możemy również wykorzystać okres postu do myślenia „na szerszą skalę”, do zbadania całego naszego życia.

Raz w tygodniu znajdziesz na naszej stronie głównej, a także na Facebooku / Instagramie rozważania dla Ducha.

Poświęć jemu trochę czasu; poszukaj spokojnego miejsca, wygodnej pozycji do siedzenia, w razie potrzeby możesz posłuchać cichej muzyki. Jeśli chcesz, możesz prowadzić tzw. „Dziennik postu”. W trakcie medytacji możesz zapalić świecę. To zależy tylko od ciebie, jak wykorzystasz ten czas z rozważaniami, dla siebie!

Mając na uwadze pobyt Jezusa na pustyni oraz Jego pokusy, pozwólmy, aby Duch Święty, na początku Wielkiego Postu, poprowadził nas do refleksji nad trzema wymiarami naszego życia

Oparcie - postawa - zachowanie

Najpierw zapytaj siebie, na kim opierasz swoje życie.

Gdzie siebie znajduje w moim życiu? Czy opieram się na mojej rodzinie,

przyjaciółach i kolegach? Czy jest ono w mojej pracy? Czy jest ono przy Bogu

Jak mogę kształtować swoje relacje? Z jaką intensywnością i szczerością?

Co jest dla mnie ważne w moich związkach? Czy potrafię się oprzeć na innych ludziach?

Drugi wymiar to moje postawy.

Jaka jest moja podstawowa postawa, która kształtuje moją mowę i czyny?

Czy jestem szczery, hojny, spokojny a może agresywny, niezadowolony, zawzięty?

Czy moja postawa zależy od moich nastrojów? (Po roku w warunkach pandemii nie byłoby to zaskakujące!)

W jaki sposób mogę ustalić, czy wszystko jest w porządku, czy też nie?

Po trzecie, powinien się przyjrzeć swojemu zachowaniu.

Co wpływa na moje zachowanie? Czy uzależniam moje zachowanie wyłącznie od współczucia lub antypatii?

Jakie wymagania stawiam sobie w stosunku do samego siebie, do innych i Boga?

Czas Wielkiego Postu to dobra okazja do przyjrzenia się na kim się opieram, moim postawom i jak się zachowuje w moim życiu

Jako inspirację do modlitwy i zaproszenie do modlitwy / medytacji na powyższe tematy polecam Psalmem 63: (tłum. Biblia Tysiąclecia)

Boże, Ty Boże mój, Ciebie szukam;
Ciebie pragnie moja dusza,
za Tobą tęskni moje ciało,
jak ziemia zeschła, spragniona, bez wody.

W świątyni tak się wpatruję w Ciebie,
bym ujrział Twoją potęgę i chwałę.

Skoro łaska Twoja lepsza jest od życia,
moje wargi będą Cię sławić.

Tak błogosławię Cię w moim życiu:
wzniosę ręce w imię Twoje.

Dusza moja się syci niby sadłem i tłustością,
radosnymi okrzykami warg moje usta Cię chwala,
gdy wspominam Cię na moim postaniu
i myślę o Tobie podczas moich czuwań.

Bo stałeś się dla mnie pomocą
i w cieniu Twych skrzydeł wołam radośnie:

do Ciebie Ignie moja dusza,
prawica Twoja mnie wspiera.

A ci, którzy szukają zguby mojej duszy,
niech zejda w głębiny ziemi.

11 Niech będą wydani pod miecze
i staną się łupem szakali.

A król niech się raduje w Bogu,
niech chlubi się każdy, który nań przysięga,
tak niech się zamkną usta mówiących kłamliwie.