

III. SCHEMAT MEDYTACJI BIBLIJNEJ

Czytanie Pisma Świętego możemy kształtować według następujących wskazówek:

Pismo Święte jest miejscem spotkania z Bogiem.
Dlatego najpierw:

Postaraj się o skupienie

Uspokój się, wejdź w siebie i zaproś tam Boga, jak do domu.
Bądź gotów na przyjęcie Jego słowa i światła.
Pozwól Mu przemówić do Ciebie – słuchaj. A potem:

Weź i czytaj

Pisma Świętego nie można czytać jak powieści.
Dlatego czytaj powoli, uważnie, zatrzymując się nad tym, co do Ciebie szczególnie przemówi.
Jeśli Cię coś zastanowi, poruszy, zaskoczy – nie czytaj dalej, ale:

Zastanów się i rozważ

To, co przeczytałeś, staraj się zgłębić i odnaleźć prawdy ukryte.
Rozważ je dokładnie i zastanów się nad nimi. Następnie:

Nawiąż z Bogiem rozmowę

Odpowiedz Bogu na Jego słowo, które usłyszałeś i przyjąłeś.
Rozmawiaj z Nim jak przyjaciel z przyjacielem o tym,
co zrozumiałeś, co Ci w związku z tym leży na sercu.
Odkryj przed Nim tajemnice, zakamarki swej duszy.

Wznies się wyżej – aż do kontemplacji

Milcząc trwaj w Jego obecności.
W oddaniu pełnym ufności – wyjaw Mu tajemnice swego serca, głębie i korzenie swojej duszy.

Zrób postanowienie

W świetle, którego Ci Bóg użył, zobacz siebie, swoje myśli, uczucia, czyny i postępowanie,
i osądź je – poznaj samego siebie.
Pomyśl, co zmienić, co naprawić, co udoskonalić, od czego odejść, czego bronić, co umocnić?
Zrób chociażby jedno, ale konkretne i jasne postanowienie.
A na koniec:

Wróć do codzienności

Weź z sobą słowo Boga, które otrzymałeś jako dar,
i zamieniaj je w sposób prosty i naturalny w czyn, zawsze i wszędzie.