

ludzkiego życia. Ludzie, którzy niczego nie pragną, niczego nie osiągają. Potrzebujemy prosić o dobre pragnienia, które pozwolą nam dobrze przeżyć swoje życie.

Czy jesteś świadomy swoich pragnień? Nazwij je. **Pomódl się:** Jezu, dziękuję Ci za dobre pragnienia mojego serca. Dziękuję, że uzdalniasz mnie do dobrego przeżycia swojego życia.

26 lipca 2025, sobota

Wj 24,3-8; Ps 50,1-15; Mt 13,24-30

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO WYKORZYSTAĆ DOBRO I ZŁO W SWOIM ŻYCIU

Mt 13, 27-28

„Słudzy gospodarza przyszli i zapytali go: *Panie, czy nie posiałeś dobrego ziarna na swej roli? Skąd więc wziął się na niej chwast? Odpowiedział im: Nieprzyjazyń człowiek to sprawił. Rzekli mu słudzy: Chcesz więc, żebyśmy poszli i zebrali go?*”

Dobro i zło w naszym życiu w przedziwny sposób się przenika. Jesteśmy w jakiś nieunikniony sposób uwikłani w dobro i zło swoje i cudze. Często zło w naszym życiu pozwala nam duchowo wzrastać choćby przez przebaczenie i ćwiczenie się w cierpliwości. Wszystko może być okazją do dziękczynienia, bo Bóg ze wszystkiego, co wydaje się złem i zniszczeniem, może wyprowadzić dobro, kiedy to wszystko mu powierzysz.

W jaki sposób przewyciężasz zło w swoim życiu? Czy potrafisz być wdzięczny za dobro? **Pomódl się:** Jezu, dziękuję, że pozwalasz mi przyjmować dobro i zło w swoim życiu. Dziękuję, że sprawiasz, że zło staje się okazją do wzrostu.

	Opracowała: Jolanta Prokopiuk, korekta: Elżbieta i Grzegorz Kowalewscy, ilustracje: Marta Stańco, skład: Mariusz Stańco. Asystent kościelny – ks. Wojciech Jaśkiewicz. Wspólnota Domowego Kościoła Ruchu Światło – Życie „On Jest”
Teksty do medytacji znajdują się na stronie: www.onjest.pl/slowo Zachęcamy do korzystania z metody czytania i rozważania Słowa Bożego Lectio Divina i rozważań dostępnych na stronie internetowej oraz w formie aplikacji na urządzenia z systemami Android, Apple (kod QR obok), jak również czytniki e-book	



CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM



20 lipca 2025, niedziela

Rdz 18,1-10; Ps 15,1-5; Kol 1,24-28; Łk 10,38-42

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO SPODZIEWAĆ SIĘ BOGA W NAJGORĘTSZEJ PORZE DNIA

Rdz 18, 1-2

Pan ukazał się Abrahamowi pod dębami Mamre, gdy ten siedział u wejścia do namiotu w najgorętszej porze dnia. Abraham, spojrzawszy, dostrzegł trzech ludzi naprzeciw siebie. Ujrawszy ich, podążył od wejścia do namiotu na ich spotkanie.

Bóg przychodzi do nas często w porze najmniej oczekiwanej. Najgorętsza pora dnia, to czas, kiedy ludzie chowają się w domach przed upałem. W najgorętszej porze dnia Jezus spotkał się z Samarytanką i nadał jej życiu nowy sens. Bóg zaprasza nas do tego, aby być otwartym i Go oczekiwać.

Kiedy jest dla ciebie „najgorętszą porą dnia”? Jak się wówczas zachowujesz? Czy jest to czas otwartości na zmiany i na Boga w drugim człowieku? **Pomódl się:** Jezu, dziękuję Ci, że pragniesz do mnie przyjść w najgorętszej porze dnia.

21 lipca 2025, poniedziałek

Wj 14,5-18; Ps.: Wj 15,1-6; Mt 12,38-42

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO PRZEKSZTAŁCAĆ SVOJE NARZEKANIE W DZIEKCZYNIENIE

Wj 14, 15-16

Pan rzekł do Mojżesza: „Czemu głośno wołasz do Mnie? Powiedz

Izraelitom, niech ruszają w drogę. Ty zaś podnieś swą łaskę i wyciągnij rękę nad morze, i rozdziel je na dwoje, a wejdą Izraelici w środek morza na suchą ziemię.

Izraelici na każdym etapie swojej drogi wychodzenia z Egiptu i podążaniu przez pustynię, narzekali i szemrali. Widzieli znaki i cuda, ale gdy nadarzyła się okazja dalej narzekali. Efekt końcowy był taki, że tylko dwóch ludzi, Jozue i Kaleb, którzy wyszli z Egiptu weszło do ziemi obiecanej. Potrzebujemy przekształcać swoje narzekanie i szemranie w dziękczynienie i uwielbienie Boga żywego, aby w ten sposób budować swoje zaufanie w Jego prowadzenie.

Czy potrafisz dziękować Jezusowi za wszystkie trudne wydarzenia w swoim życiu? Czy przekształcasz swoje narzekanie i szemranie w dziękczynienie? **Pomódl się:** Jezu, dziękuję Ci za dar wiary. Dziękuję, że mogę swoje szemranie i narzekanie przekształcać w dziękczynienie.

22 lipca 2025, wtorek – święto świętej Marii Magdaleny

Pnp 8, 6-7; Ps 63, 2-9; J 20, 1. 11-18

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM,

TO ODKRYĆ NAJGŁĘBSZY SENS SWOJEGO ŻYCIA

Pnp 8, 6-7a

Połóż mnie jak pieczęć na twoim sercu, jak pieczęć na twoim ramieniu, bo jak śmierć potężna jest miłość, a zazdrość jej nieprzejeđnana jak otchłań; żar jej to żar ognia, płomień Pana. Wody wielkie nie zdołają ugasić miłości, nie zatopią jej rzeki.

Pragnąć Ducha Świętego, to pragnąć miłości. Miłość jest bowiem najgłębszym sensem ludzkiego życia. Człowiek został stworzony przez Boga z miłości i jest szczęśliwy, gdy odkryje miłość. Maria Magdalena została pochwycona przez Miłość i była tej Miłości wierna aż po krzyż.

Czy odkryłeś w swoim życiu miłość, która nadała sens twojemu zmaganiu? **Pomódl się:** Jezu, dziękuję Ci, że jesteś miłością. Dziękuję, że nadajesz sens mojemu życiu.

23 lipca 2025, środa – święto świętej Brygidy, patronki Europy

Ga 2, 19-20; Ps 16, 1-11; J 15, 1-8

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM,

TO AKCEPTOWAĆ PROCES OCZYSZCZENIA

J 15, 1-3

Ja jestem prawdziwym krzewem winnym, a Ojciec mój jest tym, który uprawia. Każdą latorośl, która we Mnie nie przynosi owocu, odcina, a każdą, która przynosi owoc, oczyszcza, aby przynosiła owoc obfity. Wy już

jesteście czyści dzięki słowu, które wypowiedziałem do was.

Oczyszczenie w życiu człowieka to ważny proces duchowy – ważny, ale i bardzo trudny. Oczyszczenie dokonuje się często przez trudne i bolesne doświadczenia życiowe. Jest to trudna łaska, ale po czasie przynosi błogosławione owoce. Potrzebujemy akceptować i dziękować za proces oczyszczenia w naszym życiu.

Jak reagujesz na trudne i bolesne doświadczenia życiowe? Czy dostrzegasz ich głębszy sens? **Pomódl się:** Jezu, dziękuję Ci za trudne i bolesne doświadczenia życiowe. Dziękuję, że przeprowadzasz mnie sam przez mój proces oczyszczenia.

24 lipca 2025, czwartek

Wj 19,1-20; Dn 3,52-56; Mt 13,10-17

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM,

TO UWIELBIAĆ BOGA ŻYWEGO

Dn 3, 52-53

Błogosławiony jesteś, Panie, Boże naszych ojców, pełen chwały i wywyższony na wieki. Błogosławione jest imię Twoje pełne chwały i świętości, uwielbione i wywyższone na wieki.

Każda chwila może stać się okazją do uwielbiania Boga żywego. Możemy uwielbiać Boga żywego w naszym człowieczeństwie, w naszych słabościach i talentach, w naszej pracy i wszelkich spotkaniach z drugim człowiekiem, w naszym cierpieniu i sytuacjach bez wyjścia. Każda chwila i każda okazja może być miejscem uwielbienia Boga w Jezusie Chrystusie.

Jak często uwielbiasz Boga żywego? Jakie sytuacje najczęściej sprzyjają temu uwielbieniu? **Pomódl się:** Jezu, dziękuję Ci, że mogę uwielbiać Ciebie, Boga żywego. Dziękuję, że mogę coraz głębiej żyć mentalnością słowa Bożego.

25 lipca 2025, piątek – święto świętego Jakuba apostoła

2 Kor 4, 7-15; Ps 116,10-18; Mt 20, 20-28

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM,

TO UŚWIADAMIAĆ SOBIE SWOJE PRAGNIENIA

Mt 20, 20-21

Matka synów Zebedeusza podeszła do Jezusa ze swoimi synami i oddając Mu pokłon, o coś Go prosiła. On ją zapytał: „Czego pragniesz?” Rzekła Mu: „Powiedz, żeby ci dwaj moi synowie zasiedli w Twoim królestwie, jeden po prawej, a drugi po lewej Twej stronie”.

Czego pragniesz – to ważne pytanie, które zadaje Jezus każdemu człowiekowi. Pragnienia to klucz do rozwoju duchowego i jakości