

niewielu z nas to rozumie. Ludzie doby współczesnej robią wszystko to, co nie należy do istoty życia. Ich troska, zabieganie o sprawy tak naprawdę drugorzędne, to w dużej mierze zmarnowany czas życia. Jak to wygląda u Ciebie?

Czy Twoje życie nastawione jest na uwielbianie Boga żywego? **Pomódl się:** Jezus, dziękuję, że jesteś Bogiem godnym uwielbienia. Proszę Cię o łaskę uwielbiania Ciebie.

7 lutego 2026, sobota

1 Krl 3,4-13; Ps 119,9-14; Mk 6,30-34

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO PROSIĆ O SERCE, KTÓRE BYŁOBY W STANIE ZREALIZOWAĆ SVOJĄ MISJĘ ŻYCIOWĄ

1 Krl 3, 9-10

„Racz więc dać Twemu słudze serce pełne rozsądku do sądzenia Twego ludu i rozróżniania dobra od zła, bo któż zdoła sądzić ten lud Twój tak liczny? Spodobało się Panu, że właśnie o to Salomon poprosił.”

Król Salomon nie prosił o wysoki iloraz inteligencji. Nie prosił o nic, co służyłoby tylko jemu samemu. Prosił o dar serca, które potrafiłoby rozróżniać dobro od zła. Innymi słowy prosił o to, aby być dobrym królem. Czy prosisz Boga, abyś była dobrą matką/ był dobrym ojcem?

Czy prosisz Jezusa o serce, które byłoby w stanie do końca zrealizować swoją misję życiową? **Pomódl się:** Jezus, proszę Cię o wielkoduszne serce, które byłoby w stanie zrealizować moją własną misję do końca.



1 lutego 2026, niedziela (4 tydzień zwykły; Święto Ofiarowania Pańskiego)

So 2, 3; 3, 12-13; Ps 146, 6-10; 1 Kor 1, 26-31; Mt 5, 1-12a;

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM TO ODKRYĆ POSŁUSZEŃSTWO

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO ODKRYĆ DOBRODZIEJSTWO ŚWIĘTOŚCI

Mt 5, 3-8

Błogosławieni ubodzy w duchu, albowiem do nich należy królestwo niebieskie. Błogosławieni, którzy się smucą, albowiem oni będą pocieszeni. Błogosławieni cisi, albowiem oni na własność posiadą ziemię. Błogosławieni, którzy łakną i pragną sprawiedliwości, albowiem oni będą nasyceni. Błogosławieni miłosierni, albowiem oni miłosierdzia dostąpią. Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą.

Człowiek święty to człowiek błogosławiony. Błogosławieństwo oznacza niesienie życia. Człowiek święty krzewi i rozbudza życie, ponieważ jest człowiekiem wolnym. Ubodzy w duchu to ludzie wolni, którzy nie uzależniają swojego życia od dóbr materialnych czy dóbr duchowych, ponieważ wiedzą Kim jest ich dawca. Ludzie święci to ludzie wdzięczni, którzy dostrzegają otrzymane dobra.

2 lutego 2026, poniedziałek

Ml 3,1-4; Ps 24,7-10; Hbr 2,14-18; Łk 2,22-40

CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO ODKRYĆ POSŁUSZEŃSTWO

Łk 2, 39-40

„A gdy wypełnili wszystko według Prawa Pańskiego, wrócili do Galilei, do swego miasta – Nazaret. Dziecię zaś rosło i nabierało mocy, napelniając się mądrością, a łaska Boża spoczywała na Nim.”



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 czytelniki e-book

Maryja z Józefem są posłusznymi Prawu Pańskiemu. Święta Rodzina jest posłuszna Bożym wezwaniom w swoim życiu. Jezus jest posłuszny swoim rodzicom, ale przede wszystkim swojemu Ojcu w niebie. To tajemnica ich życia – posłuszeństwo - aż po krzyż.

Czy odkryłeś tajemnicę posłuszeństwa w swoim życiu? Co ono dla ciebie znaczy? **Pomódl się:** Jezu dziękuję za Twoje posłuszeństwo. Ucz mnie odkrywać moc posłuszeństwa i daj mi odwagę być posłusznym Tobie.

3 lutego 2026, wtorek 2 Sm 18,9-19,3; Ps 86,1-6;
Mk 5,21-43 **CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM,
TO ODKRYĆ ŹRÓDŁO SVOJEJ PYCHY**

2Sm 18, 9

„Absalom natknął się na sługi Dawida. Jechał na mule. Muł zapuścił się pod konary wielkiego terebintu. Absalom zaczepił głowę o dąb i zawisł między niebem a ziemią – muł natomiast dalej popędził.”

Absalom był pięknym młodzieńcem o długich lokowanych włosach. Ów piękny wygląd był powodem jego wynoszenia się ponad innych. Końcówka jego życia, jego śmierć związana jest z zaczepieniem na tych lokach w konarach drzewa. To co było powodem jego pychy, stało się w konsekwencji powodem jego śmierci.

Czy odkryłeś co jest powodem Twojej pychy? Co z tym robisz? **Pomódl się:** Jezu, dziękuję za łaskę odkrycia swojej pychy. Dziękuję Ci za łaskę przemiany.

4 lutego 2026, środa 2 Sm 24,2-17; Ps 32,1-7; Mk 6,1-6
CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM, TO WOŁAĆ O NAWRÓCENIE
2Sm 24, 10

„Serce Dawida zadrżało, dlatego że zliczył lud. Dawid zwrócił się do Pana: Bardzo zgrzeszyłem tym, czego dokonałem, lecz teraz, o Panie, daruj łaskawie winę swego sługi, bo postąpiłem bardzo nierozsądnie.”

Dawid słyszał głos Boży w swoim sercu. Znał nakazy Pana, który zabraniał liczyć lud. Ma świadomość popełnionego grzechu. My natomiast żyjemy w kulturze śmierci, która nie bierze pod uwagę Boga – dawcy życia i niszczy wszelką wrażliwość na głos Boży. Często mówimy, że nie widzimy swojego grzechu. To co możemy wtedy robić, to wołać o nawrócenie, prosić o skruszenie naszej pychy, która nas zaślepia i sprawia, że stajemy się głusi na Boże wezwania.

Czy widzisz swój grzech? Czy słyszysz Boży głos i Boże wezwania? **Pomódl się:** Jezu, dziękuję Ci za łaskę skruszenia mojej pychy. Dziękuję Ci za łaskę nawracania się.

5 lutego 2026, czwartek 1 Krł 2,1-12; Ps: 1 Krn 29,10-12; Mk 6,7-13
**CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM,
TO ŻYCIEM PRZEKAZAĆ SVOJE NAJWAŻNIEJSZE
WARTOŚCI**

1Krł 2, 2-3

„Ja wyruszam w drogę przeznaczoną ludziom całej ziemi. Ty zaś bądź mocny i okaż się mężem! Będziesz strzegł zarządzeń Pana, Boga twego, aby iść za Jego wskazaniem, przestrzegać Jego praw, poleceń i nakazów, jak napisano w Prawie Mojżesza, aby ci się powiodło wszystko, co zamierzysz, i wszystko, czym się zajmiesz.”

Król Dawid pragnął, aby jego dzieci przestrzegały Prawa Mojżeszowego. Dawid pragnął, aby jego dzieci przyjęły żyjącego Boga jako najważniejszą wartość i żyły tą wartością. Wielką sztuką jest tak żyć i tak wychować swoje dzieci, aby one chciały przyjąć wartości, które są dla nas najważniejsze. Jakie wartości są dla Ciebie najważniejsze, które z nich chciałbyś przekazać swoim dzieciom? Czy Twój przekaz jest świadectwem życia, czy tylko mówieniem?

Kim jest dla Ciebie Bóg żywy? Czy wartości, które są ważne dla króla Dawida są także ważne dla Ciebie? **Pomódl się:** Jezu, daj mi odkryć Ciebie jako Boga żywego. Pozwól mi podporządkować moje życie Twojemu Słowu.

6 lutego 2026, piątek Syr 47,2-11; Ps 18,31-51;
Mk 6,14-29

**CHODZIĆ W DUCHU ŚWIĘTYM,
TO ODKRYĆ ISTOTĘ LUDZKIEGO ŻYCIA**

Syr 47, 10

„Świętom nadał przepych i upiększył doskonale uroczystości, aby wychwalano święte imię Pana i by przybytek już rozbrzmiewał echem. Pan darował mu grzechy, moc jego podniósł na wieki, zawarł z nim przymierze królewskie i dał tron chwały w Izraelu.”

Najważniejszym zadaniem człowieka jest uwielbianie Boga żywego. Uwielbiasz Go wtedy, gdy stajesz przed Nim jako dziecko, w zaufaniu oczekując wszystkiego od Niego. To jest istota życia człowieka, jednak