

## W nurcie Modlić się Psalmami : **Hojność Serca Pasterza**

(Propozycja medytacji na czas ADORACYJNEJ SZTAFETY)

### Stanąć w obecności Pana...

... zaprosić Go do tego czasu, miejsca...

### Obraz:

Wyobrazić sobie zielone pastwisko, a na nim siebie, owcę:  
czy to w Jego stadzie, czy zagubioną, oczekującą na odnalezienie.  
→ Jaką jestem owcą?

Wyobrazić sobie Pana Jezusa jako Pasterza, może nawet takiego z obrazków albo bardziej współczesnego. Zbudować scenę: *Rusinowa Polana*;) inne owce, świadomość, że z jednej strony jestem jedyna/jedyny w swoim rodzaju, a z drugiej żyjemy wspólnie, stadnie: w domu, we wspólnocie modlitwy tego wieczora, w parafii, w Kościele...

### Lektura/medytacja...

Powoli czytać tekst Psalmu i rozważać. Do medytacji można wykorzystać do tego podane punkty (na 2 stronie), kolejno lub tylko niektóre. Będą pomocne do zatrzymania się na poszczególnych wersach, pozwolą Panu przeprowadzić się drogą tego tekstu przez zaufanie, wdzięczność, uzdrowienie, zauważenie obdarowania i prośbę...

*1 Pan jest moim pasterzem,  
nie brak mi niczego.*

*2 Pozwala mi leżeć  
na zielonych pastwiskach.  
Prowadzi mnie nad wody,  
gdzie mogę odpocząć:*

*3 orzeźwia moją duszę.  
Wiedzie mnie po właściwych  
ścieżkach przez wzgląd  
na swoje imię.*

*4 Chociażbym chodził ciemną  
doliną, zła się nie ulękne,  
bo Ty jesteś ze mną.*

*Twój kij i Twoja laska  
są tym, co mnie pociesza.*

*5 Stół dla mnie zastawiasz  
wobec mych przeciwników;  
namaszczasz mi głowę olejkami;  
mój kielich jest przeobfity.*

*6 Tak, dobroć i łaska  
pójdą w ślad za mną  
przez wszystkie dni mego życia  
i zamieszkać w domu Pańskim  
po najdłuższe czasy.*

### 1. **Pan moim Pasterzem...**

... zaufanie do Pasterza oddanego całym Sercem

### 2. **Troska o mnie...**

... zielone pastwiska, pokrzepienie, nakarmienie, odpoczynek...  
> jak doświadczam dobroci Jego Serca w życiu oraz w sakramentach – wdzięczność...

### 3. **Obecność Pana w trudnych chwilach...**

... schować się w Ranie Serca:

- > co jest moją ciemną doliną?
- > czy również wtedy pozwalam się prowadzić?
- > czy próbuję poprzez znaki, Słowo, innych ludzi (kij i laska pasterska) dostrzegać Jego Obecność?

Przyjąć siebie także w tym, że nie potrafię wtedy być na 100%, że upadam. Oddać siebie w tej słabej kondycji Pasterzowi, pozwolić się opatrzyć, przytulić.

### 4. **(jakie są) Moje oczekiwania...**

... pragnienia, które Pan może spełnić, o które chciałabym/chciałbym prosić.

- > Czy spodziewam się tego, że Pan może mi je dać, a nawet, że da mi więcej niż proszę, inaczej niż proszę.
- > Czy doświadczam, że Serce Jezusa – (jest) hojne dla wszystkich, którzy Go wzywają

Zakończyć:

Serce Jezusa hojne dla wszystkich którzy Cię wzywają,

→ zmiłuj się nad nami!

UWAGA!

*Po/zamiast całej medytacji można sobie wybrać jeden werset, który zwrócił uwagę, zapadł w serce i z nim pozostać przed Panem, powtarzać, podać się temu, co przynosi. Na modlitwę/medytację warto przeznaczyć 30-45 minut*