

LECTIO DIVINA

CITIRE ȘI MEDITARE

Se citește în întregime textul cu atenție. După o pauză de **cinci minute** fiecare rostește *un cuvânt*, din întregul paragraf, care i se pare semnificativ, care i-a trezit un anumit interes.

Se recitește textul în întregime, urmând ca după o pauză de **cinci minute** fiecare să rostească *o propoziție*, din întregul paragraf, care i se pare mai interesantă sau care i se pare că este esențială. Propoziția poate să nu conțină cuvântul care a fost rostit înainte.

RUGĂCIUNE

Se citește a treia oară textul, iar după o pauză de **sapte minute** fiecare rostește *o scurtă rugăciune*, care să aibă legătură cu cuvântul sau propoziția expuse înainte.

CONTEMPLARE

Se citește a patra oară textul, se stă în silențiu **sapte minute** încercând să urmărim ce a trezit în sufletul nostru acest moment și ce vrea Dumnezeu să ne spună personal.

**Citire din Evanghelia Domnului nostru Isus Cristos
după Sfântul Matei**

13, 1-9

În ziua aceea Isus a ieșit din casă și s-a așezat pe malul lacului. În jurul lui s-a adunat o mulțime așa de mare de oameni, încât el s-a urcat și s-a așezat în barcă iar mulțimea stătea pe mal. El le-a spus multe lucruri în parabole: „Iată, semănătorul a ieșit să semene. În timp ce semăna, o parte din semințe au căzut lângă drum, unde au venit păsările cerului și le-au mâncat. Altele au căzut pe pământ pietros, unde era numai puțin pământ; ele au încolțit îndată pentru că pământul nu era destul de adânc, dar când s-a ridicat soarele le-a dogorât și, pentru că nu aveau rădăcină, s-au uscat. Altele au căzut între spini iar spinii au crescut și le-au înăbușit. În sfârșit, altele au căzut în pământ bun și au dat roade, care o sută, care șaiszeci, care treizeci. Cine are urechi să audă!”

Rugăciune penitențială

Pregătire:

- organizarea cadrului pentru rugăciune: icoană, lumânare, flori, cruce
- hârtie pentru bilețele și instrumente de scris
- un vas în care se poate arde bilețelele
- chibrit
- fond muzical (muzică meditativă)
- text suport: *Testamentul spiritual al lui Frederic Ozanam și Psalmul 50:*

Desfășurarea rugăciunii:

- Invocarea Duhului Sfânt (cântec sau rugăciune)
- se citește cu voce tare și rar „*Testamentul spiritual al Fericitului Frederic Ozanam*” (participanții pot primi câte un exemplar)
- pe fond muzical, fiecare meditează la cele citite (preț de 8-10 minute) și notează pe bilețel tot ceea ce crede că trebuie să fie purificat în viața lui;
- fiecare participant, în liniște, pune bilețelul în vasul pregătit;
- se recită psalmul 50, pe strofe, de o singură persoană sau de mai multe, iar între strofe se cântă: *Stropește-mă, Doamne, cu isop și voi fi curat, spală-mă și voi fi mai alb decât zăpada.* (sau se poate cânta *Kyrie*).
- moment de liniște;
- se dă foc bilețelilor în timp ce se recită/cântă *Tatăl nostru*;
- dacă este un preot se poate da binecuvântarea;
- cântecul de final;

Rugăciune pentru misiune

Pregătire:

- organizarea cadrului pentru rugăciune: icoană, lumânare, flori, cruce
- candelă (lumânări) pentru fiecare participant
- chibrit
- fond muzical (muzică meditativă)
- text suport: *Fragment din evanghelia după Sf. Matei și plicuri cu fraze din spiritualitatea vinčențiană*

Desfășurarea rugăciunii:

- Invocarea Duhului Sfânt (cântec sau rugăciune)
- se citește cu voce tare și rar „*Trimiterea celor doisprezece* (Mt. 10,1-8)
- pe fond muzical, fiecare meditează la cele citite (preț de 4-5 minute)
- fiecare participant, în liniște, se deplasează în locul în care sunt așezate plicurile, ia unul, apoi revine la locul lui, îl deschide și meditează la cele citite (preț de 4-5 minute);
- fiecare participant se îndreaptă spre locul unde sunt pregătite lumânările, ia o lumânare aprinsă, se îndreaptă spre centru, citește cu voce tare ce are pe bilețul sau formulează o rugăciune, apoi așează lumânarea în locul pregătit (pe altar, la picioarele crucii, în fața icoanei).
- grupul răspunde, după fiecare rugăciune cu un refren (Kyrie sau Ubi caritas, sau altceva)
- moment de liniște;
- se recită psalmul 22 (23), între strofe se cântă *Domnul e păstorul meu*;
- se recită/cântă *Tatăl nostru*;
- dacă este un preot se poate da binecuvântarea;
- cântecul de final;

Citire din Evanghelia după Sfântul Matei

În acel timp, chemându-i la sine pe cei doisprezece ucenici, Isus le-a dat putere ca să scoată duhurile necurate și să vindece orice boală și orice neputință. Iată numele celor doisprezece apostoli: cel dintâi, Simon, numit Petru, și Andrei, fratele său; Iacob, fiul lui Zebedeu, și Ioan, fratele său; Filip și Bartolomeu; Toma și Matei vameșul; Iacob, fiul lui Alfeu, și Tadeu; Simon Cananeul și Iuda Iscariotenu, cel care l-a trădat. Pe acești doisprezece Isus i-a trimis în misiune, spunându-le: „Nu mergeți la păgâni și nu intrați în nici o cetate a samaritenilor. Mergeți mai degrabă la oile pierdute ale casei lui Israel. În drumul vostru vestiți că împărăția cerurilor este aproape. Vindecați pe cei bolnavi, înviați-i pe cei morți, curățați-i pe cei leproși și scoateți-i pe diavoli. Gratis ați primit, gratis să dați”.

Fraze din spiritualitatea vincentiană

Slujindu-i pe săraci, îl slujim pe Isus Cristos. O, ficele mele, cât este de adevărat ! Voi îl slujiți pe Isus Cristos în persoana săracilor. Și aceasta este tot atât de adevărat pe cât este de adevărat că ne aflăm aici. O soră se va duce de zece ori la bolnavi și de zece ori pe zi Îl va găsi pe Dumnezeu...Mergeți la bieții ocnași în lanțuri, Îl veți găsi acolo pe Dumnezeu ; slujiți acești copilași, Îl veți găsi pe Dumnezeu; mergeți în case sărace, acolo Îl găsiți pe Dumnezeu.

(31 iulie 1634)

Să înfăptuim lucrarea lui Dumnezeu și El o va înfăptui pe a noastră.

(9 ianuarie 1650)

Dați-mi un om al rugăciunii, el va fi capabil de orice.

(Fără dată)

Să-l iubim pe Dumnezeu, dar să o facem cu puterea brațelor și sudoarea frunții.

(Fără dată)

Să ne amintim de originile noastre și vom vedea că avem motive să-L lăudăm pe Dumnezeu.

(11 noiembrie 1657)

...să știți că, dacă întrerupeți rugăciunea și Sfânta Liturghie pentru slujirea săracilor nu veți pierde nimic, deoarece a-i sluji pe săraci înseamnă a-l vizita pe Dumnezeu; trebuie să-L contemplăm pe Dumnezeu în persoana lor.

(31 iulie 1634)

Nu este de-ajuns să-L iubesc pe Dumnezeu, dacă aproapele meu nu îl iubește. Trebuie să-mi iubesc aproapele ca pe chipul lui Dumnezeu și obiectul iubirii sale.

(30 mai 1659)

Cum, să fii creștin și să-l vezi pe fratele tău îndurerat fără să plângi cu el, fără să fii bolnav împreună cu el! Ar însemna să nu ai milă și că ești creștin doar cu numele; înseamnă că ești lipsit de omenie, înseamnă că ești mai rău decât dobitoacele.

(30 mai 1659)

« Unui flămând să i se dea de mâncare, apoi să i se dea o unealtă de lucru, apoi nimic... astfel ajutoarele nu vor fi decât pentru cei care nu pot să muncească. » (26 aprilie 1651)

Spălarea picioarelor

Pregătire:

- organizarea cadrului pentru rugăciune: icoană, lumânare, flori, cruce
- lighean, urcior cu apă, ștergar;
- fond muzical (muzică meditativă)
- text suport: *Fragment din evanghelia după Sf. Ioan*
-

Desfășurarea rugăciunii:

- Invocarea Duhului Sfânt (cântec sau rugăciune)
- se citește cu voce tare și rar „*Spălarea picioarelor*” (I. 13, 1-17)
- pe fond muzical, fiecare meditează la cele citite (preț de 4-5 minute)
- unul dintre participanți ia ligheanul, urciorul și ștergarul și se îndreaptă spre unul dintre participanți căruia îi va spăla un picior (sau mâinile), îl va șterge cu ștergarul, apoi va pune lucrurile la loc și se va așeza;
- următorul participant va proceda la fel;
- la final, fiecare participant va spăla pe cineva și va fi spălat de cineva;
- totul poate decurge pe fond muzical, sau în timp ce unul este spălat se poate cânta refrenul „*Poruncă nouă vă dau vouă, să vă iubiți unul pe altul.*”
- rugăciunea Sf. Vincențiu pentru a cere umilința (se poate recita împreună, sau de o singură persoană, sau de mai multe persoane, cu pauză între intervenții);
- timp de tăcere,
- rugăciunea Tatăl nostru, pentru a conștientiza că suntem frați;
- cântecul de final;

Rugăciunea Sfântului Vincențiu de Paul pentru a cere umilința

Lăudat să fie Dumnezeu!
Din toată inima îți cer îndurare.
Îndurare, Dumnezeul meu, îndurare.
Pentru toate abuzurile comise.
Pentru toate neglijențele care te-au supărat.
Nu-ți aminti de păcatele noastre,
Privește doar inimile celor care imploră îndurarea ta.

Dumnezeule mântuitor, te rog, dăruiește-ne umilința,
Tu care ai căutat mereu slava Tatălui și nu propria mărire,
ajută-ne să renunțăm o dată pentru totdeauna la plăcerea deșartă a succesului.

Eliberează-ne de orgoliul ascuns și de dorința de a fi apreciați.
Te implorăm, Dumnezeule milostivirii, dă-ne spiritul sărăciei.
Dacă trebuie să avem bunuri,
Fă ca acestea să nu dăuneze sufletului,
Să nu rănească dreptatea, nici să nu ne tulbure inima.

Mântuitorule, tu ai venit să ne înveți să-l iubim pe aproapele ca pe noi înșine.
Ne-ai arătat, prin viața ta, că slujirea săracilor are întâietate.
Ajută-ne să înțelegem că nu trebuie să te părăsim decât pentru ei.
În ei însă, Doamne, te întâlnim pe tine; slujindu-i pe ei, te slujim pe tine.

Dumnezeule, suntem gata să acceptăm tot ce ne vei trimite, acceptăm imediat, pe deplin,
mereu și cu iubire.
Ne aruncăm în brațele tale, Mântuitorul lumii.
Doamne, atrage-ne la tine, dă-ne harul să urmăm exemplul tău și să privim toate așa cum
le privești tu.
Împreună cu tine, Doamne, nu ne va lipsi nimic și nu ne va împiedica nimic.
Lăudat să fie Dumnezeu!