1. DAN

Sveti Duh se predstavi

DNEVNA MEDITACIJA

Uvod

Prvi dan bom odkrival, kdo je Sveti Duh, ga bolje spoznal in se, zakaj pa ne, spoprijateljil z njim.

Vabilo k zbranosti

Vzamem si čas, da se ustavim. Zaprem oči, stopala položim na tla. Umirjeno diham. S pogledom vere se osredotočim na navzočnost Svetega Duha v svojem srcu. Zahvalim se mu za zvestobo njegove navzočnosti.

Znamenje križa

V imenu Očeta in Sina in Svetega Duha. Amen.

Molitev k Svetemu Duhu

Sveti Duh, rad bi te poznal. Razodeni se mi.

Božja beseda

»Spoznali bomo in zasledovali, da bi spoznali Gospoda; njegov izhod je zanesljiv kakor zarja, prišel bo k nam kakor jesenski dež, kakor spomladanski dež, ki namaka zemljo.« (Oz 6,3)

Razmišljanje p. Raniera Cantalamesse

Krščanskega življenja ne moremo živeti, ne da bi poznali Svetega Duha. Težava, ki jo imamo s poznavanjem Svetega Duha, je povezana z njegovo naravo. Sveti Duh je kot luč. Luč vse osvetljuje, a ostaja skrita. Če si v temi postavim svetilko tik pred oči, nič ne vidim. Če pa je svetilka za menoj, osvetljuje vse, kar je spredaj. Natanko to je Sveti Duh. Skrita luč.

Še eno podobo Svetega Duha bi si izposodili iz gledališkega sveta: šepetalec. Šepetalec je skrit. A če bi molčal, igralci ne bi več vedeli, kaj reči.

Kdo je torej Sveti Duh v Sveti Trojici? Ljubezen, to je najpomenljivejši izraz. Sveti Duh je osebna ljubezen med Očetom in Sinom. Plamen ljubezni, ki je tako močan, da so vse druge ljubezni, ki jih poznamo – očetovska, materinska, otroška –, le iskrice tega neizmernega, neskončnega požara ljubezni, ki je Sveta Trojica.

Sveti Duh je torej ljubezen, ki se pretaka, kroži med Očetom in Sinom.

Sveti Avguštin je rekel, da je Oče tisti, ki ljubi Sina; Sin je tisti, ki ga ljubi Oče, in Sveti Duh je ljubezen med njima.

Molitev

Molimo. Sveti Duh, razsvetljuj moje življenje, prišepetavaj mojemu srcu, razodevaj se mi, da bom lahko nenehno živel v Božji navzočnosti.

Oče naš, ki si v nebesih, posvečeno bodi tvoje ime, pridi k nam tvoje kraljestvo, zgodi se tvoja volja kakor v nebesih tako na zemlji. Daj nam danes naš vsakdanji kruh in odpusti nam naše dolge, kakor tudi mi odpuščamo svojim dolžnikom, in ne vpelji nas v skušnjavo, temveč reši nas hudega. Amen.

ODLOČITEV ZA DANAŠNJI DAN

Prvi dan se spominjam trenutkov iz svojega življenja, ko mi je Sveti Duh osvetlil pot. Določeno srečanje, dogodek, tolažba ... On je diskretna luč, ki osvetljuje mojo pot. Zahvalim se za navzočnost Svetega Duha v mojem življenju.

SVETNIKI OSVETLJUJEJO ...

»O, Bog, pošlji Svetega Duha, naj mi ustvari novo srce in novega duha. Naj me njegovo mogočno delovanje pouči o vsem, kajti izbrala sem te izmed mnogih in te ljubim bolj kot vse drugo.

Prihajam k tebi, o sladka Luč. Osvetli me z žarki tvojega obličja.

Pridi jutranja zarja, ti ozeleni in razcveti presušeno slamo, podobo moje ničevosti, ki si jo zasadil. Prihajam k tebi, ogenj, ki me poživljaš, moj Bog.«

sv. Gertruda Velika

NAVODILA ZA DRUGO MOLITEV V DNEVU

V Prvi knjigi kraljev Gospod govori:

»›Pojdi ven in se postavi na gori pred Gospoda.‹ In glej, Gospod je šel mimo, velik in silen vihar, ki kruši gore in lomi skale, je bil pred Gospodom; a Gospod ni bil v viharju. Za viharjem je bil potres; a Gospod ni bil v potresu. In za potresom ogenj; a Gospod ni bil v ognju. Za ognjem glas rahlega šepeta. Ko je Elija to slišal, si je s plaščem zagrnil obraz, šel ven in obstal pri vhodu v votlino.«
(1 Kr 19,11–13)

Gospod je Elija naučil razločevati znamenja njegove navzočnosti. Kako pa se razodeva meni? Ob premišljevanju tega odlomka prosim Svetega Duha, naj mi pokaže, na kakšen način prihaja k meni.

2. DAN

Sveti Duh me posinovi

DNEVNA MEDITACIJA

Uvod

Drugi dan bom prosil Svetega Duha, naj me vodi po poteh otroštva, da bom ob zavedanju krstne milosti lahko po Svetem Duhu Boga nagovoril »Aba, Oče«.

Vabilo k zbranosti

Udobno sedim na svojem stolu ali v cerkveni klopi. Zaprem oči. Umirjeno diham. Osredotočim se na svoje dihanje. Vstopim v svoje srce, ki je notranja kapela.

Znamenje križa

V imenu Očeta in Sina in Svetega Duha. Amen.

Molitev k Svetemu Duhu

Kralj, Nebeški tolažnik, Duh Resnice, ti, ki si vsepovsod navzoč in ki napolnjuješ vse, Zaklad dobrega in Darovalec življenja, pridi in ostani v meni.

Božja beseda

»Ker pa ste sinovi, je Bog poslal v naša srca Duha svojega Sina, ki vpije: ›Aba, Oče!‹« (Gal 4,6)

Razmišljanje p. Raniera Cantalamesse

Temeljno dejanje Svetega Duha v našem življenju je to, da nam Boga naredi za Očeta in Kristusa za Odrešenika. Sveti Pavel to dejanje Svetega Duha opisuje predvsem v Pismu Galačanom, kjer beremo:

»Ker pa ste sinovi, je Bog poslal v naša srca Duha svojega Sina, ki vpije: ›Aba, Oče!‹ Potemtakem nisi več suženj, temveč sin, če pa si sin, si tudi dedič po Bogu.« (Gal 4,6–7)

Kako se uresniči novo rojstvo? Na svet se vsi rodimo kot stari človek, ki živi pod oblastjo greha. In v tej oblasti človek hlepi po užitkih, prevladi, denarju ... Bog se mu zdi kot nekdo, ki mu zapira pot, rekoč: »Moraš«, »Ne smeš«. V tem položaju Boga dojema kot sovražnika, oviro do sreče. V starem človeku je prisotna nekakšna jeza na Boga.

Ko Sveti Duh pri krstu in potem po drugih zakramentih, po Božji besedi, pride nad nas, nam začenja oblikovati nov pogled na Boga; pogled, s katerim v Bogu prepoznamo Očeta: zagovornika naše sreče in ne sovražnika. Saj zaradi nas celo lastnemu Sinu ni prizanesel.

Skratka, človek se omehča. Spozna, da je Bog njegov Oče v trenutku, ko je pripravljen izreči »Aba, Oče!«. To je velika sprememba, ki jo povzroči Sveti Duh.

Molitev

Molimo. Sveti Duh, po krstu sem postal Božji sin in zato molim:

Aba, Oče, ki si v nebesih, posvečeno bodi tvoje ime, pridi k nam tvoje kraljestvo, zgodi se tvoja volja kakor v nebesih tako na zemlji. Daj nam danes naš vsakdanji kruh in odpusti nam naše dolge, kakor tudi mi odpuščamo svojim dolžnikom, in ne vpelji nas v skušnjavo, temveč reši nas hudega. Amen.

ODLOČITEV ZA DANAŠNJI DAN

Danes želim živeti kot sin oziroma kot hči in ne kot sirota. Prižgem svečko ali manjšo lučko, ki me bo spominjala na to, da sem Očetov sin oziroma Očetova hči po krstu in da želim živeti kot otrok luči, kot pravi sveti Pavel Efežanom (prim. Ef 5,8).

SVETNIKI OSVETLJUJEJO ...

»Jezus nas je s svojo smrtjo, s svojim odrešenjem naredil za Božje otroke, svoje brate in tudi nam po Svetem Duhu dal možnost, da vstopimo v samo Sveto Trojico v njem, z njim in po njem, tako da lahko tudi mi izrekamo njegov božanski vzklik: ›Aba, Oče‹ – očka, moj očka, naš očka – z vsem, kar ta vzklik vsebuje: gotovost njegove zaščite, varnost, slepo izročitev njegovi ljubezni, Božjo tolažbo, moč, gorečnost. Gorečnost, ki se rodi v srcu tistega, ki vé, da je ljubljen ...

To je krščanska molitev. Izjemna molitev.

Seveda lahko vzklik ›Aba, Oče‹ izrekamo v njegovem polnem pomenu le, če ga v nas izgovarja Sveti Duh.«

Chiara Lubich

NAVODILA ZA DRUGO MOLITEV V DNEVU

Sem Očetov sin, sem Očetova hči in kot pravi sveti Pavel: *»In če smo otroci, smo tudi dediči: dediči pri Bogu, sodediči pa s Kristusom.«* (Rim 8,17) To molitev izrekam počasi in jo ponotranjam:

Imam Očeta, ki me ljubi, me spremlja s pogledom ljubezni, vedno. Oče, želiš mi le srečo in jaz te želim osrečiti. Tvoj otrok sem. Ko padem, me dvigneš; ko obupam, me bodriš. Sveti Duh, še globlje mi razodeni pravi obraz Očeta, ki je v nebesih. O, Oče, zahvaljujem se ti za čudež, da sem, kakršen sem. O, Oče, tebi vsa slava.

3. DAN

Po Svetem Duhu se v srce izliva Božja ljubezen

DNEVNA MEDITACIJA

Uvod

Danes bom premišljeval o neizmerni ljubezni, ki jo Bog goji do mene, o ljubezni, ki jo v moje srce izliva Sveti Duh. Izkusiti ljubezen, ki jo Bog goji do mene, pomeni izkusiti delovanje Svetega Duha v mojem življenju.

Vabilo k zbranosti

Sem kot skodelica vroče vode; znotraj te skodelice je čajna vrečka, ki oddaja svojo vonjavo. Skodelica je moja duša, čajna vrečka je Božja ljubezen, ki se izliva po Svetem Duhu. Vzamem si nekaj trenutkov, globoko vdihnem in ob vdihu sprejmem Božjo ljubezen; pustim, da se vonjava razširi po moji notranjosti.

Znamenje križa

V imenu Očeta in Sina in Svetega Duha. Amen.

Molitev k Svetemu Duhu

Pridi k meni, Duh ljubezni, obišči mojo dušo, napolni jo z nebeško milostjo in izlij svojo ljubezen v moje srce.

Božja beseda

»Božja ljubezen je izlita v naša srca po Svetem Duhu, ki nam je bil dan.« (Rim 5,5)

Razmišljanje p. Raniera Cantalamesse

»Božja ljubezen je izlita v naša srca po Svetem Duhu, ki nam je bil dan.« To je bistvo binkošti. V Apostolskih delih beremo, da so bili vsi napolnjeni s Svetim Duhom, to pomeni, da so bili vsi napolnjeni z Božjo ljubeznijo. Bilo je, kot bi jih popolnoma zajela Božja ljubezen. Opazimo, da so od tega trenutka apostoli popolnoma spremenjeni. Sveti

Duh je prenovil ljubezen. Samo ljubezen lahko povzroči tako korenite spremembe.

Za kakšno ljubezen gre? Kakšna ljubezen se je po Svetem Duhu izlila v naša srca? To ni naša ljubezen do Boga. To je Božja ljubezen do nas. Božja, večna ljubezen Boga do ustvarjenih bitij. Nekaj najpomembnejšega je to, da nas Bog ljubi. Sveti Janez je sprožil pravo revolucijo, ko je v Prvem pismu dejal: »*Nismo mi vzljubili Boga. On nas je vzljubil.*« (1 Jn 4,10) V krščanstvu je ljubezen največja zapoved, vendar izhaja iz dejstva, da nas Bog ljubi prvi.

S Kristusom ljubezen prevzame človeški obraz. Kristus je imel s posebno ljubeznijo rad vse ljudi: rad je imel otroke, žene, svoje učence ... Šele ko sprejmemo Božjo ljubezen, nas ta usposobi, da ljubimo Boga in druge ljudi.

Molitev

Molimo. Sveti Duh, kot prvi apostoli, zbrani v dvorani na binkoštni praznik, želim tudi jaz v tem trenutku prejeti polnost tvoje ljubezni. Predajam se tvoji ljubezni, naj me prežame, preobrazi in v meni zaneti nov ogenj.

Oče naš, ki si v nebesih, posvečeno bodi tvoje ime, pridi k nam tvoje kraljestvo, zgodi se tvoja volja kakor v nebesih tako na zemlji. Daj nam danes naš vsakdanji kruh in odpusti nam naše dolge, kakor tudi mi odpuščamo svojim dolžnikom, in ne vpelji nas v skušnjavo, temveč reši nas hudega. Amen.

ODLOČITEV ZA DANAŠNJI DAN

Sklenem, da si bom čez dan vzel več kratkih odmorov, kolikor mogoče pogostih, da se predam Božji ljubezni, ki me vseskozi spremlja, jo poveličeval in se Bogu zahvaljeval zanjo.

SVETNIKI OSVETLJUJEJO ...

»O moj Bog, presveta Trojica, pomagaj mi, da bom popolnoma pozabila nase, da se bom zasidrala v tebi, negibna in mirna, kakor da bi moja duša že prebivala v večnosti. Naj nobena stvar ne moti mojega miru in naj me ne loči od tebe, o Nespremenljivi; vsak hip me vedno bolj potapljaj v svojo skrivnost. Umiri mojo dušo. Naj bo tvoje ljubo bivališče in trajen prostor tvojega počitka. Naj te nikoli ne zapustim. Vedno naj bom potopljena vate, vsa prevzeta z vero, vsa v češčenju, popolnoma predana tvoji ustvarjalni dejavnosti ... O poživljajoči ogenj, Duh ljubezni, pridi vame, da se bo zgodilo v meni kakor novo učlovečenje Besede. Naj bom zanjo nova človeškost, v kateri bo obnovil svojo skrivnost.«

sv. Elizabeta presvete Trojice

NAVODILA ZA DRUGO MOLITEV V DNEVU

Včasih čutim, kot da nisem vreden Boga, zdi se mi, da je daleč ali da se zame ne zmeni več, ker ga ne občutim več ob sebi ali prestajam določeno preizkušnjo.

Premišljujem odlomek iz Pavlovega pisma Rimljanom:

»Kajti prepričan sem: ne smrt, ne življenje, ne angeli ne poglavarstva, ne sedanjost ne prihodnost, ne moči, ne visokost, ne globokost ne kakršna koli druga stvar nas ne bo mogla ločiti od Božje ljubezni v Kristusu Jezusu, našem Gospodu.« (Rim 8,38–39)

Pavel je v svojem življenju prestajal raznovrstne preizkušnje, a je kljub temu ohranjal to gotovost, da ga nič ne more ločiti od Kristusove ljubezni, nobena težava, nikakršno ponižanje, noben poraz ... Pustim, da me Pavlova beseda okrepi v veri. Znova jo preberem, pustim, da se naseli vame in prosim Svetega Duha za milost, da bom veroval v brezpogojno Božjo ljubezen do mene.

4. DAN

Sveti Duh moli v meni

DNEVNA MEDITACIJA

Uvod

Četrti dan Sveti Duh prenavlja moje molitveno življenje, tako da On sam moli v meni.

Vabilo k zbranosti

Udobno se namestim. Zaprem oči. Osredotočim se na občutenje telesa ob dotiku s stolom. Svetemu Duhu izročim napetosti, ki so prisotne v mojem telesu. Sprejmem Svetega Duha in poiščem mir.

Znamenje križa

V imenu Očeta in Sina in Svetega Duha. Amen.

Molitev k Svetemu Duhu

Pridi, Stvarnik Sveti Duh, pošlji iz nebes žarek svoje luči.

Božja beseda

»Prav tako tudi Duh prihaja na pomoč naši slabotnosti. Saj niti ne vemo, kako je treba za kaj moliti, toda sam Duh posreduje za nas z neizrekljivimi vzdihi.« (Rim 8,26)

Razmišljanje p. Raniera Cantalamesse

Ko bi le mogli razkriti, kaj Sveti Duh izgovarja z neizrekljivimi vzdihi, s katerimi On moli v nas!

Sveti Duh prenavlja vse vrste molitve: bogoslužno molitev, osebno molitev, kontemplativno molitev. On je Luč, ki vse razsvetli. Sicer je krščanska molitev eno samo blebetanje. Krščanska molitev brez Svetega Duha je zgolj kopičenje besed. Poznamo dve vrsti molitve: bogoslužno in zasebno molitev. Bogoslužna molitev je

občestvena, a ni spontana. Osebna molitev pa je spontana, a ni občestvena. Potrebujemo še tretjo vrsto molitve, ki je spontana in hkrati občestvena. To molitev živimo v molitvenih skupinah (ki niso nujno karizmatične). V molitvenih skupinah Sveti Duh daje svoje karizme. Krščanstvo se je začelo s takšno molitvijo. Takšno molitev so živeli apostoli. Nekdo bere Sveto pismo, nekdo drug ima karizmo, da Božjo besedo poveže s trenutno situacijo. Vez med Božjo besedo in situacijo sproži delovanje Duha. Zgodijo se nove binkošti. Danes moramo na novo odkriti tretjo vrsto molitve, ki daje moč Cerkvi v nastajanju.

Molitev je boj. In tudi ko je molitev suha, se spomnimo, da je Sveti Duh vedno tu.

Molitev

Molimo. Sveti Duh, danes vzemi vajeti mojega molitvenega življenja v svoje roke. Obvaruj me, da bi »blebetal kakor pogani«. Bodi ti sam moja molitev.

Oče ubogih, Delivec darov, Luč našega srca, ti, ki navdihuješ naš jezik, da poje, pridi in napolni prostor mojega šotora, pridi in dihni v jadro moje duše, naj bo tvoja molitev moja molitev. Posreduj v meni z neizrekljivimi vzdihi, da bi vse dosegla tvoja luč. Amen.

Slava Očetu in Sinu in Svetemu Duhu, kakor je bilo v začetku, tako zdaj in vselej in vekomaj. Amen.

ODLOČITEV ZA DANAŠNJI DAN

Danes bom tekom dneva večkrat ozavestil navzočnost Svetega Duha, ki prebiva v mojem srcu. Ob lepoti nasmeha ali narave mu bom pustil, da v meni izrazi hvaležnost. Ko bo nebo preletavalo letalo, ko bo mimo drvel vlak, ko se bodo oglasile sirene gasilcev, reševalcev ali policistov, bom Svetemu Duhu pustil, da v meni prosi za vse te ljudi.

SVETNIKI OSVETLJUJEJO ...

»Vemo, kako res je to, kar pravi sveti Pavel: ›Saj niti ne vemo, kako je treba za kaj moliti.‹ Želimo moliti, a Bog je daleč, ne najdemo besed, jezika, s katerim bi nagovorili Boga, še misli ne. Lahko se zgolj odpremo, damo svoj čas Bogu na razpolago in čakamo, da nam on sam pomaga vstopiti v pravi pogovor. Apostol pravi: pomanjkanje besed, odsotnost besed, a tudi želja, da bi stopili v stik z Bogom, je že molitev, ki jo Sveti Duh ne samo razume, ampak tudi ponese pred Boga in mu jo raztolmači. S posredovanjem Svetega Duha prav naša slabotnost postane resnična molitev, pravi stik z Bogom.«

Benedikt XVI.

NAVODILA ZA DRUGO MOLITEV V DNEVU

Vzamem si trenutek tišine za premišljevanje besede iz Pisma Rimljanom:

»Vi pa niste v mesu, ampak v Duhu, če le prebiva v vas Božji Duh.« (Rim 8,9)

Gospodu posvetim nekaj minut, vedoč da sam Sveti Duh vodi čas molitve, saj prebiva v meni in me vodi.

5. DAN

Sveti Duh poenoti moje življenje

DNEVNA MEDITACIJA

Uvod

Peti dan prosim Svetega Duha naj zaveje nad kaosom mojega življenja, naj prinese luč v moje temine in predvsem naj razveže vse vozle mojega bivanja, da bi bilo moje življenje uravnoteženo.

Vabilo k zbranosti

Vzamem si trenutek, da se zberem. Udobno se namestim. Držim se pokončno, sprostim roke, stopala položim na tla. Zaprem oči. Sprejmem navzočnost Svetega Duha in se mu zahvalim, ker iz mene napravlja tempelj svoje navzočnosti.

Znamenje križa

V imenu Očeta in Sina in Svetega Duha. Amen.

Molitev k Svetemu Duhu

Veni Creator Spiritus, pridi Stvarnik Sveti Duh. Izročam ti svoje telo, svoje intelektualno in čustveno življenje, da bi se v tvojih rokah ubrano obnovilo v lepoto, resnico, čistost. *Veni Creator Spiritus.*

Božja beseda

»Da, Gospodov duh prežema ves svet, in ker povezuje vse stvarstvo, ujame vsak glas.« (Mdr 1,7)

Razmišljanje p. Raniera Cantalamesse

V začetku je bilo stvarstvo kaotično. Bila je tema, praznina ... Bil je kaos. Šele ko je Božji Duh zavel nad vodami, je nastal kozmos. Beseda »kozmos« pomeni »urejenost, red, ureditev, nakit, lišp«. In ko začne delovati Sveti Duh, se svetloba loči od teme, kopno se loči od voda. Vse dobi svojo obliko in tudi svojo lepoto. Sveti Duh tako izpopolni Očetovo delo.

Stvarjenje še vedno poteka in Bog je še vedno Stvarnik. Smo v stalnem procesu stvarjenja. Kar pomeni, da je Sveti Duh tisti, ki svet, stvarstvo, iz kaosa spreminja v kozmos. In to se ne zgodi zgolj v enem trenutku. Odvija se namreč cela evolucija. Znotraj evolucije, tega delovanja stvarstva, je na delu Sveti Duh.

Cerkev je mali svet znotraj sveta, tako je Sveti Duh tisti, ki Cerkev preoblikuje iz kaosa, nasprotij, razdorov, nesporazumov v usklajenost, v enotnost. Čeprav je potrebnega še veliko dela za doseganje usklajenosti, je to še vedno delo Svetega Duha.

Molitev

Molimo. Sveti Duh, ki je že od začetka vel nad puščavami in teminami sveta ter je preoblikoval blato in kaos v usklajenost, vdihnil v človeka globine življenja, pridi in razcveti našo puščavo, pridi molit v nas, preoblikuj nas po Sinu, našo dušo pripravi na svojo milost, pripravi nas, da bomo sprejeli Očeta in njegovo voljo.

Oče naš, ki si v nebesih, posvečeno bodi tvoje ime, pridi k nam tvoje kraljestvo, zgodi se tvoja volja kakor v nebesih tako na zemlji. Daj nam danes naš vsakdanji kruh in odpusti nam naše dolge, kakor tudi mi odpuščamo svojim dolžnikom, in ne vpelji nas v skušnjavo, temveč reši nas hudega. Amen.

ODLOČITEV ZA DANAŠNJI DAN

Noč je podobna začasnemu padcu v kaos: bojazni, sanje, nočne more, dobro in slabo, resnično in neresnično. Včasih vstanemo z občutkom, da vse začenjamo z ničle. Današnji dan začenjam s Svetim Duhom, da bi iz kaosa prešel v kozmos in postal nova stvaritev. Pogosto v dnevu nagovarjam Svetega Duha z besedami: »Pridi, Stvarnik Sveti Duh, obišči mojo dušo.«

SVETNIKI OSVETLJUJEJO ...

»Duša, vedi, koliko te Stvarnik časti, bolj kot vse drugo stvarstvo. Nebo ni ustvarjeno po Božji podobi, ne luna, ne sonce, ne zvezde, pa naj bodo te še tako lepe, tudi ne vse ostalo, kar se pojavi v stvarstvu. Samo ti si podoba narave, ki presega vsakršen razum. Samo ti si podobna neminljivi lepoti; ti si znamenje prave božanskosti, zbirališče srečnega življenja, odsev prave luči. Če jo gledaš, postaneš to, kar je [...]. Nič na svetu ni dovolj veliko, da bi preneslo primerjavo s tvojo veličino. [...] On, ki je tako velik,

zmožen v svoji roki držati celotno stvarstvo, v celoti postane vsebina tebe; v tebi prebiva, ne da bi se čutil utesnjenega, ko vstopi v tvojo naravo.«

sv. Gregor iz Nise

NAVODILA ZA DRUGO MOLITEV V DNEVU

Pri drugi molitvi v dnevu prosim Svetega Duha, da me obišče v globinah in skupaj z njim v veri, ki jo imam danes, izrekam molitev, da bi se uresničila v mojem življenju:

Sveti Duh, zaokroži nad kaosom moje podzavesti, prestola temnih sil, nasprotujočih nagibov, kjer se nahajajo bojazni in skrbi, pa tudi nepoznane sposobnosti. *»Duh preiskuje vse«* (1 Kor 2,10), pravi sveti Pavel. Sveti Duh, obišči mojo podzavest; pridi, Stvarnik Sveti Duh, obišči moj notranji kaos. Gospod, ti si moj Oče, jaz sem glina, ti si moj Lončar, jaz sem delo tvojih rok (prim. Iz 64,7).

6. DAN

Sveti Duh navdihuje Božjo besedo

DNEVNA MEDITACIJA

Uvod

Danes premišljujem o vlogi in delovanju Svetega Duha, medtem ko berem Božjo besedo. Kako Sveti Duh prenavlja moj način branja Božje besede? Kako jo bo v mojem življenju naredil živo in delujočo?

Vabilo k zbranosti

Pripravim se za molitev, (znova) se zavem svojega telesa. Prisluhnem mu, preletim občutja, ki me obdajajo – fizičen stik s tlemi ali stolom, na katerem sedim, vonjave, ki me obdajajo, občutek utrujenosti ali dobrega počutja, bolečina ... Osredotočenost na lastno telo me postopoma postavlja v

sedanji trenutek. V molitev vstopim vesel nad spoznanjem, da se nahajam točno tam, kjer me trenutno želi Bog.

Znamenje križa

V imenu Očeta in Sina in Svetega Duha. Amen.

Molitev k Svetemu Duhu

Božji Duh, dih življenja,
Božji Duh, dih ognja,
pridi in se spusti nadme.

Božja beseda

»Človek naj ne živi samo od kruha, ampak od vsake besede, ki prihaja iz Božjih ust.« (Mt 4,4)

Razmišljanje p. Raniera Cantalamesse

V Boga bi se morali zaljubiti zaradi njegovega glasu, zaradi njegove Besede. Svetopisemski Bog je Bog, ki govori. Natanko v tem je razlika med živim Bogom in maliki.

Maliki imajo usta, a ne govorijo. V Svetem pismu beremo: *»Poslušaj, moje ljudstvo«, »Božja beseda«, »Gospodov izrek«.* Kakšen drug pomen naj pripišemo takšnim besednim zvezam, če ne pooseblјen? Ali ima Bog usta? Če odgovorim, Bog govori v srcu. Prerok Jeremija pravi: »Svojo postavo bom zapisal v njihova srca.« Preroki so bili prepričani v resničnost poslušanja glasu. Z Jezusovim prihodom pride do spremembe. Bog sam namreč govori po svojem Sinu. Apostoli so lahko njegovo Besedo poslušali s telesnimi ušesi. Vprašajmo se: kako nas beseda, ki so jo preroki slišali s srcem in apostoli z ušesi, nagovarja? Kakšno vlogo ima Sveti Duh pri tej besedi?

Vsaka beseda potrebuje dih, da je izražena. Temeljni zakon velja tudi pri Božji besedi. Božja beseda ne more biti sporočena brez diha. In kakšen je Božji dih? To je Sveti Duh. Lepo je v Svetem pismu spoznavati simbole vetra, diha, ki ju Bog uporabi, da z nami govori o Svetem Duhu.

Sveti Duh je torej dih, ki nam prinaša Božjo besedo.

Molitev

Molimo. Sveti Duh, želim slišati tvoj glas v Božji besedi. Prenovi mojo željo po branju Božje besede. Nauči me brati svetopisemska besedila, jih premišljevati, živeti iz tvoje Besede. Molimo z Marijo, ki je vse ohranila v svojem srcu.

Zdrava Marija, milosti polna, Gospod je s teboj. Blagoslovljena si med ženami in blagoslovljen je sad tvojega telesa, Jezus. Sveta Marija, mati Božja, prosi za nas grešnike, zdaj in ob naši smrtni uri. Amen.

ODLOČITEV ZA DANAŠNJI DAN

Danes sklenem, da bom določen čas namenil branju Božje besede. Pred branjem prosim Svetega Duha, naj me razsvetli, pripravi srce, da ga sprejme. Vzamem si čas, da jo premišljujem. Ponavljam si vrstico, ki me nagovarja. Zaključim z vprašanjem, kako bi lahko Besedo udejanjil čez dan.

SVETNIKI OSVETLJUJEJO ...

»Naj vam Kristus pomaga, predragi bratje, da bi Božjo besedo vedno sprejeli s hrepenečim in žejnim srcem: tako vas bo najzvestejša poslušnost napolnila z duhovnim veseljem. Toda če hočete, da so svetopisemska besedila za vas sladka in da vam Božji predpisi koristijo, kot je treba, se za nekaj ur odmaknite od posvetnih opravil. Prebirajte v svojih domovih Božjo besedo, popolnoma se posvetite njegovemu usmiljenju. Tako vam bo uspelo uresničiti, kar je zapisano o srečnem človeku v prvem psalmu, v drugi vrstici: ›Premišljuje njegovo postavo podnevi in ponoči.‹‹‹

Viljem Thierryjski

NAVODILA ZA DRUGO MOLITEV V DNEVU

Premišljujem priliko o sejalcu in semenu:

»Ko se je zbrala velika množica in so ljudje iz raznih mest prihajali k njemu, je spregovoril v priliki: ›Sejalec je šel sejat svoje seme. Ko je sejal, je nekaj semena padlo na pot. Pohodili so ga in ptice neba so ga pozobale. Drugo je padlo na skalo, in ko je pognalo, se je posušilo, ker ni imelo vlage. Drugo je padlo med trnje, in trnje, ki je zraslo z njim, ga je zadušilo. In spet drugo je padlo v dobro zemljo in pognalo ter obrodilo stoteren sad.‹ [...]

Njegovi učenci so ga spraševali, kaj pomeni ta prilika. Rekel jim je: ›[...] Prilika pa pomeni tole: Seme je Božja beseda. Ob poti so tisti, ki poslušajo, nato pa pride hudič in jim vzame besedo iz njihovih src, da ne bi verovali in ne bi bili rešeni. Na skali so tisti, ki z veseljem sprejmejo besedo, ko jo slišijo, vendar ti nimajo korenine: nekaj časa verujejo, v trenutku preizkušnje pa odpadejo. Seme, ki je padlo med trnje, so tisti, ki slišijo, vendar se zaradi skrbi, bogastva in naslad življenja na svoji poti zadušijo, tako da ne obrodijo sadov. Seme v dobri zemlji pa so tisti, ki z lepim in dobrim srcem besedo slišijo in jo ohranijo ter v stanovitnosti obrodijo sad.‹‹
(Lk 8,4–15)

Nekaj trenutkov se prepustim Gospodovemu vprašanju: kakšna vrsta zemlje sem jaz? Kakšna je razpoložljivost srca, ki jo ohranjam tekom dneva, da bi se prepuščal delovanju Božje besede?

7. DAN

Sveti Duh prenavlja mojo ljubezen do Boga

DNEVNA MEDITACIJA

Uvod

Sedmi dan duhovnih vaj bom premišljeval o poživljajočem ognju, ki je Sveti Duh, ki obnavlja mojo ljubezen do Boga.

Vabilo k zbranosti

Vzamem si trenutek, da se zberem. Sprostim se, sprostim ramena, zaprem oči. Sveti Duh je tu, v globinah mojega srca. Zahvalim se mu za njegovo ljubezen.

Znamenje križa

V imenu Očeta in Sina in Svetega Duha. Amen.

Molitev k Svetemu Duhu

Pridi, Sveti Duh, napolni moje srce in vžgi v njem ogenj svoje ljubezni.

Božja beseda

»Poljubi naj me s poljubi svojih ust! Saj je tvoja ljubezen opojnejša od vina, opojnejša od vonja tvojih olj. Imenitno olje je tvoje ime, zato te ljubijo dekleta. Povleci me za sabo, teciva; kralj naj me povede v svoje sobane. Radovali in veselili se te bomo, opevali bomo tvojo ljubezen. Bolj kot slastno vino te ljubijo.« (Vp 1,2–4)

Razmišljanje p. Raniera Cantalamesse

Bog nas ni ljubil samo z ljubeznijo usmiljenja, dobrohotnosti, odpuščanja. Ljubil nas je s strastno ljubeznijo. Kar pomeni, da si nas želi. Hoče in želi našo ljubezen. Takšna mora biti ljubezen, ki jo v nas obnavlja Sveti Duh. V glasbi je razlika med vročim (hot) in hladnim (cool) džezom. Hladni džez je zvrst glasbe, ki ima čudovito tehniko in mojstrska ponavljanja. Vroči džez pa je ravno nasprotno poln zagona, novega ustvarjanja, izvirne improvizacije; je strasten, vnet, izrazit, sestavljen iz čustev. Če podobo prenesemo na duhovno področje, je videti, da je naša ljubezen do Boga pogosto hladni džez. Boga ljubimo z glavo in ne s srcem. Naša ljubezen do Boga mora biti »vroča« ljubezen. Moramo si želeti Boga, čutiti pravo privlačnost do Kristusa. Naj bo Kristus pravi ženin. Takšno bo moralo biti krščanstvo v prihodnosti. Krščanstvo, za katerega Kristus ne bo samo neka ideja, temveč oseba, ženin, ki nas ljubi in ki si želi biti ljubljen z naše strani. Takšna je revolucija, ki jo je v kristjanih sposoben sprožiti Sveti Duh. Revolucija, ki privede do veselja.

Molitev

Molimo. Sveti Duh, zanemaril sem prvo ljubezen. Pridi na pomoč mlačnemu srcu in pomanjkanju želje! Objemi me, izlij v moje srce Očetovo ljubezen! Ti, ki vse delaš novo, pridi in me vžgi; poleno, kakršno sem, naj postane vroča žerjavica! To te prosimo po Marijini priprošnji.

Zdrava Marija, milosti polna, Gospod je s teboj. Blagoslovljena si med ženami in blagoslovljen je sad tvojega telesa, Jezus. Sveta Marija, mati Božja, prosi za nas grešnike, zdaj in ob naši smrtni uri. Amen.

ODLOČITEV ZA DANAŠNJI DAN

Danes si vzamem trenutke v dnevu, da slavim Boga: v avtu, v kuhinji, pod prho, pojem Bogu in si dovolim izraziti ljubezen do Boga.

SVETNIKI OSVETLJUJEJO ...

»Jezus želi, da vam znova povem, kako globoka je ljubezen, ki jo ima do vsakega izmed vas – onstran vsega, kar si sploh morete predstavljati. Ne samo, da vas ljubi – še več, goreče si vas želi. Pogreša vas, ko niste z njim. Žeja ga po vas. Vedno vas ljubi, tudi ko se ne čutite vredni.«

sv. Mati Terezija

NAVODILA ZA DRUGO MOLITEV V DNEVU

Premišljujem odlomek iz Prvega Janezovega pisma: *»Ljubezen je v tem – ne v tem, da bi bili mi vzljubili Boga. On nas je vzljubil.«* (1 Jn 4,10)

Priznam lastno nesposobnost ljubiti in prosim Svetega Duha, naj napolni s svojo ljubeznijo vsa moja dejanja, tudi tista drobna, najmanjša.

8. DAN

...

Sveti Duh prenavlja mojo ljubezen do drugih ljudi

DNEVNA MEDITACIJA

Uvod

Osmi dan se pripravljam, da na nov način sprejmem Božjo ljubezen, ki se po Svetem Duhu izliva v moje srce. Da bom lahko obrodil sad in da bo moja ljubezen do bližnjega dejavna.

Vabilo k zbranosti

Udobno se namestim. Umirjeno zaprem oči. Vso pozornost usmerim v lastno dihanje. Občutim dih v nosnicah ali v grlu, premike trebuha. Sveti Duh, vem, da si tu, v globinah mojega srca. Okušam tvojo navzočnost.

Znamenje križa

V imenu Očeta in Sina in Svetega Duha. Amen.

Molitev k Svetemu Duhu

Mili Sveti Duh, napolni me s svojo milino, s svojo ljubeznijo, odpri mi oči in ušesa, da bom vedno bolj razpoložljiv za potrebe mojih bližnjih.

Božja beseda

»Sad Duha pa je: ljubezen, veselje, mir, potrpežljivost, blágost, dobrotljivost, zvestoba, krotkost, samoobvladanje.« (Gal 5,22–23)

Razmišljanje p. Raniera Cantalamesse

Kakšna bo kvaliteta naše ljubezni do bratov? Naše ljubezni do bližnjih? Sveti Pavel nam natančno pojasni. V pismu Rimljanom pravi: »*Ljubezen* [govori o ljubezni drug do drugega, ki jo imenujemo sočutje] *naj bo brez hinavščine.*« (Rim 12,9) Za svetega Pavla ljubezen ni nekaj, kar izkazujemo z rokami, torej to, kar dajemo, kar naredimo za druge. Ljubezen je nekaj, kar mora biti najprej v srcu. Ljubezen mora biti iskrena. Torej mora biti dobrohotnost pred dobrodelnostjo. In zakaj Pavel toliko poudarja iskreno, notranjo ljubezen iz srca? Ker je ljubezen zlahka ponarediti; delati dobro drugim ... ne da bi druge zares imeli radi. Zato poudarja. Ne zato, da bi ljubezen srca postavil nasproti dejavni ljubezni, temveč, da bi sporočil, da mora biti dejavna ljubezen ukoreninjena v iskreno ljubezen. Moramo se pustiti prepojiti z ljubeznijo Boga, ki jo vliva Sveti Duh in ji omogočiti, da se širi najprej med ljudi, ki so nam najbližji.

Molitev

Molimo. Mili plamen, pridi, dotakni se mojega kamnitega srca, preženi žalostni mraz. Prihajaš lahkotno kot veter in me z dihom znova razvnameš z Božjo ljubeznijo. Po tebi smo združeni s teboj in z vezjo ljubezni se združujemo med seboj.

Slava Očetu in Sinu in Svetemu Duhu, kakor je bilo v začetku tako zdaj in vselej in vekomaj. Amen.

ODLOČITEV ZA DANAŠNJI DAN

Danes sklenem, da bom z veseljem in brez pričakovanj naredil vsaj eno dobro delo svojemu bližnjemu ali sodelavcu v službi.

SVETNIKI OSVETLJUJEJO ...

»Ne mislite, da mora biti prava Ljubezen kaj posebnega. Treba je samo vztrajno ljubiti. Tudi oljna svetilka lahko sveti le, če ima stalni dotok oljnih kapljic. Nič kapljic olja, nič svetlobe. Dragi prijatelji, kaj so oljne kapljice v naših svetilkah? To so drobne stvari iz vsakdanjega življenja: veselje, velikodušnost, prijazne besede, ponižnost in potrpežljivost, tudi misel na druge, naš način molčanja, poslušanja, gledanja, odpuščanja, govorjenja in odzivanja. To so prave kapljice Ljubezni, ki vse življenje vzdržujejo živi plamen. Torej ne iščite Jezusa kje daleč; tukaj je, v vas.«

sv. Mati Terezija

NAVODILA ZA DRUGO MOLITEV V DNEVU

V Jezusovi deželi sta dve obširnejši vodni površini: Galilejsko jezero in Mrtvo morje. Galilejsko jezero je odprto: sprejema vode Jordana, ki ga prečka, a jih ne zadržuje zase. Te vode, polne življenja, se razlivajo po dolini. Mrtvo morje pa je zaprto in brez življenja. Dve zelo različni vodni površini, pa vendar se v obeh nahaja ista voda.

Enako je z nami. Ali želim biti kot Galilejsko jezero ali kot Mrtvo morje? Če hočemo biti Galilejsko jezero, moramo prejeti Božjo ljubezen, ki jo Sveti Duh izliva v naša srca, in jo dati naprej drugim.

Spremljam, kako besedilo odmeva v meni. Ali se počutim kot Galilejsko jezero ali bolj kot Mrtvo morje? Napolni me, izlij se name, razlivaj se v meni, Sveti Duh življenja in ljubezni. Daj mi svojo moč v pogovorih ali pri življenjskih odločitvah, ki jih moram sprejeti.

9. DAN

Sveti Duh me pošilja oznanjat veselo novico

DNEVNA MEDITACIJA

Uvod

Sveti Duh je živi ogenj, ki se širi. Zadnji dan devetdnevnice prosim za milost, da bi Sveti Duh prenovil mojo željo po oznanjevanju Božje ljubezni.

Vabilo k zbranosti

Prostor, kjer se trenutno nahajam, je kot binkoštna dvorana. Tu ob meni je Devica Marija, tako kot je bila na binkošti z apostoli. Razprem roke v znamenje, da želim sprejeti Svetega Duha. Sveti Duh je navzoč, odeva me s svojo senco. Kot apostoli se pustim presenetiti z današnjim darom Svetega Duha.

Znamenje križa

V imenu Očeta in Sina in Svetega Duha. Amen.

Molitev k Svetemu Duhu

Pridi, Sveti Duh!
Vžgi me, da te bom ljubil,
razsvetli me, da te spoznam,
pritegni me, da najdem
v tebi svoje veselje.

sv. Gertruda Velika

Božja beseda

»Mar ne veste, da ste Božji tempelj in da Božji Duh prebiva v vas?« (1 Kor 3,16)

Razmišljanje p. Raniera Cantalamesse

Na dan velike noči, ko se je Kristus prikazal apostolom, jim je dejal: *»›Kakor je Oče mene poslal, tudi jaz vas pošiljam.‹ In ko je to izrekel, je dihnil vanje in jim dejal: ›Prejmite Svetega Duha!‹«* (Jn 20,21–22)

Sveti Duh je dih.

Najzgovornejši primer medsebojne odvisnosti Božje besede in navdiha Svetega Duha so binkošti. Apostoli so prejeli polnost Svetega Duha. Z njim so bili napolnjeni. V tistem trenutku so apostoli začutili potrebo, da gredo oznanjat Kristusa.

Prihod Svetega Duha povzroči širjenje Vesele novice. Prej so apostoli poznali besede, a so bile besede mrtve. Šele ko Sveti Duh napolni besedo, ta oživi in postane dejavna, žareča.

Enaka razlika kot med dvema žicama. Ena je priklopljena na električni tok, druga ne. Žica brez toka je negibna, medtem ko druga zavibrira, ko po njej steče tok. Podobno je z Božjo besedo! Brez Svetega Duha ne vibrira! Božja beseda nas nagovarja, kadar v njej prebiva Sveti Duh. Beseda, navdihnjena od Svetega Duha, postane navdihujoča in nas pošilja, da bi se širila okrog nas.

Molitev

Molimo.
O pridi, Stvarnik, Sveti Duh,
obišči nas, ki tvoji smo,
napolni s svojo milostjo
srce po tebi ustvarjeno.

Razsvetli z lučjo nam razum,
ljubezen v naša srca vlij,
v telesni bedi nas krepčaj,
v slabosti vsaki moč nam daj.

Odženi proč sovražnika
in daj nam stanoviten mir,
pred nami hodi, vodi nas
in zla nas varuj vsakega.

Po tebi naj spoznavamo
Očeta in Sina Božjega,
in v tebe trdno verujemo,
ki izhajaš večno iz obeh.

To te prosimo po Mariji, navzoči v binkoštni dvorani med apostoli.

Zdrava Marija, milosti polna, Gospod je s teboj. Blagoslovljena si med ženami in blagoslovljen je sad tvojega telesa, Jezus. Sveta Marija, Mati Božja, prosi za nas, grešnike, zdaj in ob naši smrtni uri. Amen.

ODLOČITEV ZA DANAŠNJI DAN

Danes bom pozoren, kako me Sveti Duh vodi, ko sem s svojimi bližnjimi. Izkoristil bom priložnosti in navdihe, ki mi jih daje, da bom širil besedo življenja med druge.

SVETNIKI OSVETLJUJEJO ...

»Sveti Duh je duša oznanjevanja. To, kar se je zgodilo pred več kot dva tisoč leti, ni neki oddaljen dogodek, temveč se dogaja tudi nam, je živa izkušnja vsakega od nas. Binkoštna dvorana v Jeruzalemu je začetek; začetek, ki se nadaljuje. Sveti Duh je najboljši dar vstalega Kristusa apostolom, vendar želi, da bi ta dar dosegel vse. Janez poroča, da Jezus pravi: *›Jaz pa bom prosil Očeta in dal vam bo drugega Tolažnika, da bo ostal pri vas vekomaj.‹* (Jn 14,16) To je Duh Zagovornik, Tolažnik, ki opogumlja za oznanjevanje evangelija po vseh poteh sveta! Sveti Duh nam daje gledati obzorje in nas žene vse do bivanjskih periferij oznanjat življenje Jezusa Kristusa. Vprašajmo se, ali se nagibamo k zaprtosti vase, v svojo skupino, ali dovolimo Svetemu Duhu, da nas odpre za oznanjevanje.«

papež Frančišek

NAVODILA ZA DRUGO MOLITEV V DNEVU

Sveti Duh nas krepi. To nam je obljubil Jezus sam: »Prejeli boste moč, ko bo Sveti Duh prišel nad vas.« (Apd 1,8)

Preberem drugo poglavje Apostolskih del. Premišljujem o spremembi, ki se zgodi učencem od trenutka, ko prejmejo Svetega Duha. Sprva so prestrašeni, zaklenjeni, nato pa postanejo drzni, napolnjeni z močjo in gorečnostjo za oznanjevanje evangelija.

Ob premišljevanju te skrivnosti prosim Jezusa, naj mi podari binkoštnega duha, naj prenovi v meni notranjo moč, da bom živel in oznanjal evangelij.

Kazalo

1. DAN: Sveti Duh se predstavi 4

2. DAN: Sveti Duh me posinovi 9

3. DAN: Po Svetem Duhu se v srce izliva Božja ljubezen 14

4. DAN: Sveti Duh moli v meni 20

5. DAN: Sveti Duh poenoti moje življenje 26

6. DAN: Sveti Duh navdihuje Božjo besedo 32

7. DAN: Sveti Duh prenavlja mojo ljubezen do Boga 38

8. DAN: Sveti Duh prenavlja mojo ljubezen do drugih ljudi 43

9. DAN: Sveti Duh me pošilja oznanjat veselo novico 48

Raniero Cantalamessa:

Postanimo prijatelji Svetega Duha

Zbirka: V devetih dneh ...
Izbrali odlomke in uredili molitve:
Marie Malcurat v sodelovanju s Timothéejem Berthonom, s. Marie-Liesse Bigot in Cécile Logeart.
Prevod: Lucija Rifel
Jezikovni pregled: Helena Rozman
Oblikovanje in prelom: Janja Ošlaj
Izdaja: prva

Nihil obstat, Slovenska škofovska konferenca, Ljubljana 13. marec 2023, št. 10-5/23

Izdaja: Založba Emanuel d.o.o., Ljubljana, 2023
Tiskano v Sloveniji. Naklada: 800 izvodov

Naročila: narocila@zalozba-emanuel.si
www.zalozba-emanuel.si, 031 705 792

© Založba Emanuel d.o.o., 2023, za slovensko izdajo
Naslov izvirnika: *Devenir ami de l'Esprit Saint*

© EDITIONS DES BÉATITUDES S.O.C., 2017,

ISBN 979-10-306-0166-4, za francosko izdajo

Svetopisemski navedki so iz Slovenskega standardnega prevoda.
© 1996, 2003 Svetopisemska družba Slovenije

Več informacij o knjigah in zgoščenkah Založbe Emanuel najdete na spletni strani www.zalozba-emanuel.si.