Adoracja Najświętszego Sakramentu – pomoc w modlitwie indywidualnej

I. REFLEKSJA KOŚCIOŁA

Z adhortacji apostolskiej papieża Franciszka Evangelii gaudium (punkt 3):

Zapraszam każdego chrześcijanina, niezależnie od miejsca i sytuacji, w jakiej się znajduje, by odnowił dzisiaj swoje osobiste spotkanie z Jezusem Chrystusem, albo przynajmniej podjął decyzję gotowości spotkania się z Nim, szukania Go nieustannie każdego dnia. Nie ma racji, dla której ktoś mógłby uważać, że to zaproszenie nie jest skierowane do niego, ponieważ «nikt nie jest wyłączony z radości, jaką nam przynosi Pan» (Paweł VI, *Gaudete in Domini*, 22). Kto zaryzykuje, by uczynić mały krok w kierunku Jezusa, tego Pan nie zawiedzie, przekona się, że On już na niego czekał z otwartymi ramionami.

II. ZAPYTAM SIEBIE

1. Czy rzeczywiście szukam Jezusa w Słowie Bożym?
2. Czy pozwalam Jezusowi, który do mnie przemawia podczas Liturgii Słowa i prywatnej lektury Pisma Świętego, działać w moim życiu?
3. Czy wsłuchanie się w nauczanie Jezusa prowadzi mnie do zjednoczenia z Nim w modlitwie i sakramentach świętych?
4. Czy pogłębiam swoją wiarę poprzez poszerzanie wiedzy religijnej (lektura Katechizmu Kościoła Katolickiego, książek i czasopism religijnych, rozmowy na tematy religijne, udział w grupach formacyjnych)?
5. W jaki sposób dzielę się z innymi (rodzina, grono przyjaciół, środowisko pracy) Dobrą Nowiną o Jezusie?
6. W jaki sposób mogę wesprzeć jedną z form przepowiadania Słowa Bożego i refleksji nad nim, jaką jest szkolna katecheza?

III. MEDYTACJA

Tekst do medytacji stanowi Ewangelia z dzisiejszej niedzieli (Mk 7,1-8.14-15.21-23). W trakcie medytacji można sięgnąć po inny fragment Ewangelii, zawierający nauczanie Jezusa.

U Jezusa zebrali się faryzeusze i kilku uczonych w Piśmie, którzy przybyli z Jerozolimy. I zauważyli, że niektórzy z Jego uczniów brali posiłek nieczystymi, to znaczy nieobmytymi rękami. Faryzeusze bowiem, i w ogóle Żydzi, trzymając się tradycji starszych, nie jedzą, jeśli sobie rąk nie obmyją, rozluźniając pięść. I gdy wrócą z rynku, nie jedzą, dopóki się nie obmyją. Jest jeszcze wiele innych zwyczajów, które przejęli i których przestrzegają, jak obmywanie kubków, dzbanków, naczyń miedzianych.
Zapytali Go więc faryzeusze i uczeni w Piśmie: «Dlaczego Twoi uczniowie nie postępują według tradycji starszych, lecz jedzą nieczystymi rękami?»
Odpowiedział im: «Słusznie prorok Izajasz powiedział o was, obłudnikach, jak jest napisane: „Ten lud czci Mnie wargami, lecz sercem swym daleko jest ode Mnie. Ale czci Mnie na próżno, ucząc zasad podanych przez ludzi”. Uchyliliście przykazanie Boże, a trzymacie się ludzkiej tradycji».
Potem przywołał znowu tłum do siebie i rzekł do niego: «Słuchajcie Mnie, wszyscy, i zrozumcie! Nic nie wchodzi z zewnątrz w człowieka, co mogłoby uczynić go nieczystym; lecz to, co wychodzi z człowieka, to czyni człowieka nieczystym. Z wnętrza bowiem, z serca ludzkiego pochodzą złe myśli, nierząd, kradzieże, zabójstwa, cudzołóstwa, chciwość, przewrotność, podstęp, wyuzdanie, zazdrość, obelgi, pycha, głupota. Całe to zło z wnętrza pochodzi i czyni człowieka nieczystym».