



# zamieniam się W SŁUCH ...wobec siebie

Ostatnie dni - tym razem przyjrzyj się... sobie. W jaki sposób odpoczywasz? Co mówią Ci o Tobie swoje Twoje uczucia, zmęczenie, marzenia? Będziesz w stanie okazywać miłość Panu Bogu i innym, gdy nauczysz się okazywać ją sobie. A zatem... do dzieła!

## Ps 139 (fragmenty)

Panie, przenikasz i znasz mnie,  
Ty wiesz, kiedy siadam i wstaję.  
Z daleka przenikasz moje zamysły,  
widzisz moje działanie i mój spoczynek  
i wszystkie moje drogi są Ci znane.  
Choć jeszcze nie ma słowa na języku:  
Ty, Panie, już znasz je w całości.  
Ty ogarniasz mnie zewsząd  
i kładziesz na mnie swą rękę.  
Zbyt dziwna jest dla mnie Twa wiedza,  
zbyt wzniosła: nie mogę jej pojąć.  
Gdzież się oddalę przed Twoim duchem?  
Gdzie ucieknę od Twego oblicza?  
Gdy wstąpię do nieba, tam jesteś;  
jesteś przy mnie, gdy się w Szeolu położę.  
Gdybym przybrał skrzydła jutrzeńki,  
zamieszkał na krańcu morza:  
tam również Twa ręka będzie mnie wiodła  
i podtrzyma mię Twoja prawica.  
Jeśli powiem: «Niech mię przynajmniej  
ciemności okryją  
i noc mnie otoczy jak światło»:  
sama ciemność nie będzie ciemna dla Ciebie,  
a noc jak dzień zajaśnieje:  
<mrok jest dla Ciebie jak światło>.  
Ty bowiem utworzyłeś moje nerki,  
Ty utkałeś mnie w łonie mej matki.  
Dziękuję Ci, że mnie stworzyłeś tak cudownie,  
godne podziwu są Twoje dzieła.  
I dobrze znasz moją duszę,  
nie tajna Ci moja istota,  
kiedy w ukryciu powstawałem,  
utkany w głębi ziemi.  
Oczy Twoje widziały me czyny  
i wszystkie są spisane w Twej księdze;  
dni określone zostały,  
choćaż żaden z nich [jeszcze] nie nastąpił.

### Co najbardziej lubisz w sobie?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

### Co sprawia, że najlepiej odpoczywasz?

### Co w ciągu ostatniego miesiąca sprawiło Ci największą radość? Dlaczego?

DIM  
AK

zamieniam się  
W SŁUCH

wobec siebie

„Jeśli ktoś mówi: «Ja, aby pozostać zawsze czystym, piję tylko wodę destylowaną», to trzeba mu powiedzieć: umrzesz w ten sposób, ponieważ to nie służy życiu. Prawdziwa miłość nie jest wodą destylowaną. To woda codziennego życia, z problemami, z uczuciami, z chęciami i niechęciami, ale to właśnie to.

Ciało

Jak dbasz o swoje ciało i zdrowie?

Czego najbardziej potrzebuje Twoje ciało obecnie?

Umysł

Jak dbasz o swój rozwój intelektualny?

Co od dawna odkładasz na później?

Duch

Jak dbasz o swój rozwój duchowy?

Za czym duchowym najbardziej tęsknisz?

Jesteś CUDem!  
Jakie postanowienia podejmiesz, żeby w to uwierzyć bardziej?





# zamieniam się W SŁUCH

**19.12-24.12.2021**

## Lista zadań:

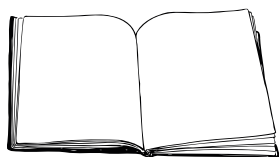
- weź udział we Mszy Świętej w niedzielę
- weź udział w roratach \_\_\_\_\_ raz(y)
- bądź offline (bez telefonu, komputera, telewizora itd.) przez \_\_\_\_\_ godzin
- zaplanuj odpoczynek w formie \_\_\_\_\_
- idź na spacer bez telefonu - spędź czas tylko ze sobą
- wypisz 5 rzeczy, które najbardziej w sobie lubisz
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



Listę zadań tworzysz po swojemu - Ty wiesz najlepiej, czego potrzebujesz w tym tygodniu.

W ramach poniżej zapisz swoją refleksję do podanego fragmentu Pisma Świętego. W każdym odkryjesz coś na temat słuchania.

Codziennie w relacji na naszym IG: **młodzi.diecezja** znajdziesz krótkie rozważanie do fragmentu z dnia!



Niedziela

**Na serio** /Ez 33, 32/

Poniedziałek

**Modlitwa za nich**  
/1 Krl 18, 37/

Wtorek

**Pokusa**  
/Łk 8, 13/

Środa

**Odważnie** /Ps 86, 6/

Czwartek

**Moc świadectwa**  
/Łk 1, 66/

Piątek

**Początek i koniec**  
/Iz 48, 12/

**Uwagi:**

