

Wspólnota Życia Chrześcijańskiego  
Duszpasterstwo Akademickie KUL

# DUCHU ŚWIĘTY, PRZYJDŹ

TYDZIEŃ IV

*Duch Święty Uświęciciel*



Rekolekcje w życiu codziennym  
wg metody św. Ignacego Loyoli

~ Lublin 2024 ~

**Dzień I**  
**Duch Święty w moim życiu**  
**Dz 1, 1-8**

---

**1. Modlitwa wstępna**

Poproszę Boga o łaskę, żeby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny skierowane były w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu.

**2. Obraz do medytacji**

Zobacz Jezusa Zmartwychwstałego razem z Apostołami, podczas wspólnego posiłku. Usłysz, jak mówi im o zesłaniu Ducha Świętego. Zobacz, jak reagują, jaki mają wyraz twarzy. Spróbuj odczytać co myślą o Duchu Świętym.

**3. Prośba o owoc**

Duchu Święty, otwórz mnie na Twoje Słowo. Poproszę o łaskę ciekawości i otwartości na osobę Ducha Świętego. O chęć nawiązania z Nim trwałej relacji.

**4. Punkta do medytacji**

**4.1. „(...) kazał im oczekiwać”, „zostaniecie ochrzczeni Duchem Świętym.”**

Jezus powtarza uczniom to, co już kiedyś mówił. Wie, że za bardzo nie pojmują tego, co to znaczy być ochrzczone Duchem Świętym i kto to jest Duch Święty. Jezus mówi im o Duchu, a oni o królestwie Izraela. Jezus otwiera ich na prawdę o Duchu na tyle, na ile mogą przyjąć. Zapowiada to, czego od Ducha mogą oczekiwać.

Co ja wiem o Duchu Świętym?

Jak Go sobie wyobrażam?

Czy Go znam? Czy doświadczyłem Jego działania?

Jaką mam z Nim relację?

**4.2. „Gdy Duch Święty zstąpi na was, otrzymacie Jego moc.”**

Jezus wie, że Apostołowie są ludźmi prostymi, słabymi i lęklivymi. Takich wybrał i przeznaczył do wielkich dzieł Bożych. Dlatego obiecuje zaopatrzyć ich w moc z wysoka. W zetknięciu z ich niedoskonałością, ta moc uwiarygadnia przed ludźmi ich świadectwo o Jezusie Chrystusie.

Czy pamiętam, że Jezus zawsze posyła swego Ducha tym, którzy wołają o pomoc?

Czy wołam o Ducha Świętego? Czy wzywam Go bezpośrednio?

### 4.3. „bądźciecie moimi świadkami”

Apostołowie mieli opowiadać o Jezusie, głosić Jego naukę, uobecniać Go wśród ludzi i uczyć relacji z Panem. Czynie to przez harmonijne, pełne miłości życie wspólnotowe, łamanie chleba, wspólną modlitwę, znaki i cuda. To dzięki Duchowi Świętemu byli w tym wszystkim bardzo przekonujący, co skutkowało wzrostem liczby wiernych.

Na ile otwieram się na działanie Ducha Świętego?

Czy mogę powiedzieć, że jest moim Przyjacielem? Czy Go wzywam, rozmawiam z Nim, dziękuję Mu...?

Czy jestem świadkiem Ducha Świętego? Jak świadczę o Nim?

Czy pragnę być niesiony przez Ducha Świętego? A może czuję się niesiony?

### 4.4. „po krańce ziemi”

Krańce to granica, cel. Duch Święty pomaga docierać do celu i przekraczać wszelkie granice.

Jakie są moje życiowe cele?

Czego się boję? W czym i przez co czuję się ograniczony?

## 5. Rozmowa końcowa

Porozmawiam z Duchem Świętym jak z Przyjacielem o tym, co zobaczyłem i co odkryłem na tej medytacji. Poproszę Go, abym umiał być Jego przyjacielem.

Na zakończenie odmówię modlitwę:

*O Duchu Św., Duszo mej duszy, uwielbiam Cię.*

*Oświecaj, kieruj, wzmacniaj i pocieszaj mnie.*

*Powiedz mi, co mam czynić i pomóż mi to wykonać.*

*Poddaję się chętnie wszystkiemu, czego ode mnie zażadasz.*

*Pragnę przyjąć wszystko, co na mnie dopuścisz.*

*Daj mi tylko poznać Twoją świętą wolę. Amen*

---

### Miejsce na notatki:

**Dzień II**  
**Duch Święty w życiu Kościoła**  
**Dz 2, 1-13**

---

**1. Modlitwa wstępna**

Poproszę Boga o łaskę, żeby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny skierowane były w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu.

**2. Obraz do medytacji**

Wezmę udział w wydarzeniu Zesłania Ducha Świętego. Spróbuję być jego uczestnikiem, zobaczyć i przeżyć całym sobą to wydarzenie. Albo być świadkiem i oglądać wszystko z zewnątrz.

**3. Prośba o owoc**

Duchu Święty, otwórz mnie na Twoje Słowo. Poproszę o łaskę otwartości na Ducha Świętego, doświadczenia Jego działania i dbałości o relację z Nim.

**4. Punkta do medytacji**

**4.1. „Kiedy nadszedł wreszcie dzień Pięćdziesiątnicy..”**

Pięćdziesiątka to w judaizmie pięćdziesiąty dzień po święcie Paschy, zwany też Świętem Tygodni. Upamiętnia nadanie Żydom Tory na Górze Synaj. Zwany jest też Świętem Plonów, kiedy składano Panu ofiary z pierwszych danego roku żniw. Taki nakaz otrzymali Żydzi w Pwt (16,9-10).

To Bóg wyznacza czas wydarzeń i czas zmiany. Wszystko ma swój czas. Sara stała się brzemienną w czasie, który wyznaczył Bóg (Rdz 21,3). Wysiłki człowieka niczego nie przyspieszą. Bóg wie najlepiej.

Czy umiem czekać cierpliwie na Bożą interwencję?

Ile jest we mnie ufności, że Bóg dobrze zna moje sprawy, że pośle do mnie z pomocą, Ducha Świętego?

**4.2. „Znajdowali się wszyscy razem”**

Duch Święty przychodzi do wspólnoty, do zgromadzonych przez Chrystusa i w Jego imię. „Gdzie jest dwóch albo trzech zebranych w imię moje, tam Jestem pośród nich”. Duch przychodzi do Kościoła. Zażyłość Apostołów z Jezusem jest różnej siły. Także między nimi jest różnie. Nie ma ideału. Ale trwają RAZEM.

Na ile trwam w jedności ze wspólnotą Kościoła, nawet jeśli nie sympatyzuję z jej wszystkimi członkami?

### 4.3. „Nagle dał się słyszeć z nieba szum, jakby uderzenie gwałtownego wiatru”

Niewidzialny Duch Święty działa przez zewnętrzne i widzialne znaki: szum, języki ognia, słyszalne obce języki. Znaki te uobecniają osobę Ducha Świętego i pokazują Jego cechy.

W Kościele istnieją widzialne znaki niewidzialnej łaski - to sakramenty (chrzest, bierzmowanie, Eucharystia, pokuta i pojednanie, namaszczenie chorych, kapłaństwo, małżeństwo).

Przez te znaki przychodzi do nas Duch Święty i dotyka nas Jego moc.

Czy uświadamiam sobie, że w każdym sakramencie przenika mnie Duch Święty?

Jak wygląda moje życie sakramentalne?

### 4.4. „zbiegli się tłumnie i zdumiewali, bo każdy słyszał jak przemawiali w jego własnym języku”

Duch Święty jest Duchem inspirującym do dobrych zmian. Jest również fundamentem jedności, który jednoczy w różnorodności. Zły duch dzieli. Duch Święty zjednoczył ludzi przez uprzystępnienie Apostołom różnych języków.

Na ile jestem człowiekiem jedności i zgody?

## 5. Rozmowa końcowa

Porozmawiam z Duchem Świętym jak z Przyjacielem o tym, co zobaczyłem i co odkryłem na tej medytacji. Podziękuję Mu za to, jaki jest.

Poproszę o Jego interwencję tam, gdzie w życiu potrzebuję zmiany.

Modlitwa do Ducha Świętego o przemianę:

*Przyjdź, Duchu Święty, przemień nasze wewnętrzne napięcie w święte odprężenie.*

*Przemień naszą niepokoję w kojącą ciszę.*

*Przemień naszą z troskę w spokojną ufność.*

*Przemień naszą lęk w nieugiętą wiarę.*

*Przemień naszą goręć w słodycz Twojej łaski.*

*Przemień mrok naszych serc w delikatne światło.*

*Przemień naszą obojętność w serdeczną życzliwość.*

*Przemień naszą noc w Twoje światło.*

*Przemień żmę naszych dusz w Twoją wiosnę.*

*Wyprośnij nasze krzywe drogi, wypełnij naszą pustkę, oczyść nas z pychy, pogłębij naszą pokorę, rozpal w nas miłość, Zgas w nas zmysłowość.*

*Spraw, abyśmy widzieli siebie jak Ty nas widzisz.*

---

**Miejsce na notatki:**

## Dzień III

### Duch Święty stwarza nas na nowo

1 Kor 12, 3b-11; Ga 5, 22-23; Iz 11, 1-2

---

#### 1. Modlitwa wstępna

Poproszę Boga o łaskę, żeby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny skierowane były w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu.

#### 2. Obraz do medytacji

„Duch” z hebrajskiego „*ruah*” oznacza wiatr, tchnienie, powietrze. Wyobrażę sobie Ducha Świętego jako szmer łagodnego powiewu. Poczuję go na twarzy, usłyszę, zobaczę jak porusza fale wód, gałęzie drzew, łodygi traw.

#### 3. Prośba o owoc

Duchu Święty, otwórz mnie na Twoje Słowo. Poproszę o pragnienie Ducha Świętego, o odkrycie w sobie owoców Jego działania, o zobaczenie jakich darów powinienem pragnąć.

#### 4. Punkta do medytacji

##### 4.1. „Nikt też nie może powiedzieć bez pomocy Ducha Świętego: „Panem jest Jezus””

Tak zwyczajnie powtórzyć te słowa może każdy. Chodzi o wyznanie wiary, o siłę i moc wewnętrznego przekonania. Bez Ducha Świętego to się nie uda. Ktokolwiek przyznaje się do wiary w Syna Bożego, daje tym samym świadectwo, że działa w nim Duch Święty. Bo wiara jest owocem Ducha Świętego.

Czy umiem wyznać: „Moim Panem jest Jezus”?

Czy czuję się napelniony Duchem Świętym?

##### 4.2. „Różne są dary łaski, lecz ten sam Duch; różne też są rodzaje posługiwania, ale jeden Pan; różne są wreszcie działania, lecz ten sam Bóg, sprawca wszystkiego we wszystkich. Wszystkim zaś objawia się Duch dla wspólnego dobra.”

Duch Święty jest dawcą różnorodnych darów. Każdy z nas jakieś posiada. Trzeba je odkryć i pielęgnować. Mogą to być dary duchowe – charyzmaty nadzwyczajne (uzdrawiania, prorocstwa...) i zwyczajne (np. szczególna wrażliwość na osoby cierpiące...). Mogą to być różne posługiwania (np. kapłana, lektora, ministranta). Mogą to być różne działania, przynoszące konkretny skutek (artystyczne, organizacyjne, kulinarne...). Nie każdy chrześcijanin otrzymuje to samo, ale każdy otrzymuje tego samego Ducha Świętego. Wszystkie Jego dary mają służyć dobru wspólnoty Kościoła.

Czy umiem nazwać dary, którymi obdarzył mnie Duch Święty?

Na ile służę nimi innym ludziom i Kościołowi?

Każdy z nas obdarowany jest inaczej. Ta różnorodność jest bogactwem, ale też wyzwaniem. Może wyzwalać różne emocje, a z nimi konflikty. Tym, który pomoże ją unieść jest Bóg. Łączy nas Duch Święty i na Nim trzeba się koncentrować.

Czy bardziej obdarowani budzą we mnie zazdrość?

Na ile cieszysz mnie różnorodność darów Ducha Świętego w Kościele?

### **4.3. „I wyrosnie różdżka z pnia Jessego, wypuści się odrośl z jego korzeni. I spocznie na niej Duch Pański, duch mądrości i rozumu, duch rady i męstwa, duch wiedzy i bojaźni Pańskiej.”**

W Starym Testamencie prorocy zapowiadali, że Duch Pana spocznie na oczekiwanym Mesjaszu. Chrystus swoje zbawcze posłanie realizował w pełni jedności z Duchem Świętym. Wielokrotnie obiecywał też wylanie Ducha swoim uczniom, co spełniło się w dzień Pięćdziesiątnicy. Od tego czasu Apostołowie przez nakładanie rąk w sakramencie bierzmowania, udzielali neofitom daru Ducha Świętego, który pogłębiał łaskę chrztu. Przez to jeszcze ściślej jednoczył z Chrystusem i Kościołem oraz pomnażał w nich dary i owoce Ducha Świętego. Wszystko po to, aby swoją wiarę mężnie wyznawać, bronić jej i według niej żyć. Dary Ducha Świętego to „trwale dyspozycje, które czynią człowieka uległym, by iść za poruszeniami Ducha Świętego.”(KKK1830)

Są to mądrość, rozum, rada, umiejętność, męstwo, pobożność i bojaźń Boża. Ich uzupełnieniem są owoce Ducha Świętego (Ga5,22-23).

Czy swoją wiarę mężnie wyznaje, broni jej i według niej żyje?

O które z darów i owoców Ducha Świętego powinienem prosić szczególnie, aby być wiarygodniejszym świadkiem Chrystusa?

## **5. Rozmowa końcowa**

Porozmawiam z Duchem Świętym jak z Przyjacielem o tym, co zobaczyłem, co odkryłem na tej medytacji. Poproszę o potrzebne mi Jego dary.

Modlitwa do Ducha Świętego św. Jana Pawła II:

*„Duchu Święty, proszę Cię o dar mądrości do lepszego poznawania Ciebie i Twoich doskonałości Bożych,  
o dar rozumu do lepszego zrozumienia ducha tajemnic wiary świętej,  
o dar umiejętności, abym w życiu kierował się zasadami tejże wiary,  
o dar rady, abym we wszystkim u Ciebie szukał rady i u Ciebie ją zawsze znajdował,  
o dar męstwa, aby żadna bojaźń ani względy ziemskie nie mogły mnie od Ciebie oderwać,  
o dar pobożności, abym zawsze służył Twójemu Majestatowi z synowską miłością,  
o dar bojaźni Bożej, abym lękał się grzechu, który Ciebie, o Boże, obraża.  
Amen.”*

---

**Miejsce na notatki:**

**Dzień IV**  
**Maryja Przybytkiem Ducha Świętego**  
**Łk 1, 26-38**

---

**1. Modlitwa wstępna**

Poproszę Boga o łaskę, żeby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny skierowane były w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu.

**2. Obraz do medytacji**

Wyobrażę sobie scenę Zwiastowania krok po kroku. Zatrzymam się na momencie, kiedy Maryja mówi „...niech Mi się stanie według twego słowa” i kiedy Duch Święty na nią zstępuje.

**3. Prośba o owoc**

Duchu Święty, otwórz mnie na Twoje Słowo. Poproszę o łaskę podziwu dla postawy Maryi, wdzięczności za Jej udział w dziele zbawienia i Jej orędownictwo w naszych sprawach.

**4. Punkta do medytacji**

**4.1. „Raduj się Maryjo, pełna łaski, Pan z Tobą, ...”**

Anioł przynosi Marii dobrą nowinę. Mówi, że jest pełna łaski Bożej, a więc pełna Ducha Świętego. I że dostanie Go jeszcze więcej.

Pełna łaski Maryja, żyje w konkretach życia codziennego: pracuje, bywa zmęczona, cierpi, ma swoje troski.. Jej życie naturalne jest bardzo duchowe, bliskie Boga. Ducha Świętego widać w wydarzeniach jej życia. Widać jak pracują w Niej Jego dary.

- Na ile moje życie jest duchowe, bliskie Boga?
- Co mi pomaga bardziej się na Niego otwierać, trwać w łączności z Nim?
- Czy moje trwanie w łasce Bożej, z Duchem Świętym jest dla mnie źródłem radości? Czy jestem człowiekiem pogodnym?

**4.2. „Ona zmieszała się na te słowa i rozważała, co miałyby znaczyć to pozdrowienie.”**

Maryja, choć zaskoczona, nie działa bez rozważań. Rozważa i rozeznaje. Czeką na więcej informacji. Zadaje pytanie. Chce poznać prawdę. I ją poznaje. Bóg doprowadza ją do Prawdy. Jeśli tak chce Bóg, to tak uczyni. Duch Święty przychodzi, aby doprowadzić nas do całej Prawdy.

- Na ile w moim podejmowaniu decyzji ważne jest to, czego chce Bóg?
- Czy w procesie rozeznawania wołam o prowadzenie Ducha Świętego?



### 4.3. „Duch Święty zstąpi na Ciebie i moc Najwyższego osłoni Cię. [] Dla Boga bowiem nie ma nic niemożliwego ”

Bóg wybiera dziewczynę. Nie myśli, że jest za młoda, niedojrzała, niedouczone. Cała tajemnica bycia Matką Bożą dokonuje się za sprawą Ducha Świętego. Musi przyjść Duch Święty. Musi być w człowieku taka przestrzeń, że stanie się on mieszkaniem Ducha Świętego. Wtedy góry można przenosić. Bo będzie działał Duch Święty, będzie dokonywał cudów. Każdy może nosić Boga i zanosić Go innym, jeśli czyni to z Duchem Świętym i Jego mocą.

- Na ile wierzę, że z Duchem Świętym mogę nawet to, co wydaje mi się, że mnie przerasta?

### 4.4. „Niech mi się stanie...”

Maryja rozeznała swoje pragnienia. Jej „tak” jest niewymuszone, wypowiada je w wolności. Bo Bóg niczego na nas nie wymusza, szanuje naszą wolność. Bóg jest wolny w miłości, a ta nigdy nie zniewala. Gdy mam w sobie Ducha Świętego, mam w sobie taką miłość.

- Czy umiem kochać Boga i ludzi miłością wolną - nie zmuszającą do niczego?

## 5. Rozmowa końcowa

Porozmawiam z Maryją o tym, co zobaczyłem na tej medytacji. Poproszę ją, aby nauczyła mnie współpracy z Duchem Świętym.

Odmówię *Pod Twoją obronę* lub

Modlitwę do Maryi niosącej Ducha Świętego:

*O Maryjo, moja dobra Matko, wierna Oblubienico Ducha Świętego wyjednaj mi u Boga Miłość Jego żar i światłość.*

*Sama przybliż moją biedną duszę do Jego Boskich płomieni, by ją rozpalit miłością, ożywił jej wiarę i wypełnił doświadczeniem swojej obecności.*

*Racz mi także wyjednać niezachwianą wierność poruszeniem łaski i jej Boskiemu działaniu. O Duchu Święty, przez ręce Maryi oddaję się Twojej oczyszczającej i uświęcającej miłości. Króluj we mnie wraz z Ojcem i Synem. AMEN!*

---

**Miejsce na notatki:**

**Dzień V**  
**Z Duchem Świętym damy radę**  
**J 20, 19-22**

---

**1. Modlitwa wstępna**

Poproszę Boga o łaskę, żeby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny skierowane były w sposób czysty do służby i chwały Jego Boskiego Majestatu.

**2. Obraz do medytacji**

Stanę się uczestnikiem sceny, gdy Zmartwychwstały ukazuje się Apostołom. Spróbuję odczuć to, co odczuwali Apostołowie przed ukazaniem się Jezusa, po nim i po tym, gdy tchnął na nich Ducha Świętego.

**3. Prośba o owoc**

Duchu Święty, otwórz mnie na Twoje Słowo. Proszę, abym uwierzył, że Jezus jest zawsze blisko i interweniuje posyłając Ducha Świętego z Jego darami. Proszę, abym odczuł w sobie Boży pokój i radość.

**4. Punkta do medytacji**

**4.1. „gdy drzwi były zamknięte z obawy przed Żydami, przyszedł Jezus, stanął pośrodku...”**

Jezus zawsze wie, co się z nami dzieje i co przeżywamy. Apostołowie ogarnięci lękiem uzewnętrzniają ten stan zamknięciem drzwi. Jezus pokonuje bariery zewnętrzne i wewnętrzne stając „pośrodku” całej sytuacji i obdarzając swoim pokojem. Skutkiem tego pokoju jest radość. Jezus uczy, że gdy On jest centrum naszego życia, jesteśmy wolni i otwarci na wyzwania, jesteśmy

ludźmi pokoju.

- Na ile Jezus jest centrum mojego życia?

**4.2. „...pokazał im ręce i bok. Uradowali się zatem uczniowie ujrzawszy Pana”.**

„Ręce i bok” ukazują skutki zbawczej misji Jezusa. Z jednej strony to znaki potwierdzające, że to Jezus. Z drugiej nasuwające myśl, że w służbie Jezusowi może spotkać nas to samo. Apostołów nie ogarnia lęk, ale radość. Jezus, Księżę Pokoju, powtarza „Pokój Wam.” Jest Pokojem i przez Ducha Świętego dawcą Pokoju.

- Przypomnij sobie, co czujesz w czasie, gdy przebywasz z Jezusem?

**4.3. „...tchnął na nich i powiedział im: „ Weźmijcie Ducha Świętego”.**

W Księdze Rodzaju (2,7) czytamy, że gdy Pan Bóg ulepił człowieka z prochu ziemi, „tchnął w jego nozdrza tchnienie życia, wskutek czego stał się człowiek

istotą żywą.” Przez tchnienie Duchem Świętym, Apostołowie stają się innymi ludźmi, ludźmi Bożymi, ludźmi Ducha Świętego. Jego mocą będą nauczać wszystkie narody o Jezusie, przebaczać grzechy, świadczyć, że On jest Prawdą. Będą apostołować.

- Czy mogę o sobie powiedzieć, że jestem apostołem Jezusa Chrystusa?
- Jakim apostołem?

#### 4.4. Powołani do uświęcenia świata

Tym, który uświęca, jest Duch Święty. Uświęcać świat, to znaczy przesycać go Bogiem tak, żeby był zdrowy, prawdziwy, funkcjonujący zgodnie z naturą, jaką go Bóg obdarzył. Świętość, którą na krzyżu wyjednał nam Jezus, trzeba wcielić i uobecnić, aby istniała pełniej w świecie.

Współpraca z Duchem Świętym w uświęcaniu świata dokonuje się na wiele sposobów:

- czasami wystarczy nasza obecność i spotkanie z daną grupą ludzi,
- czasami będzie potrzebna modlitwa w intencji danej sytuacji,
- czasami trzeba będzie znosić cierpienia, krzyże, trudy mając nadzieję, że wyjedną nam przyspieszenie urzeczywistnienia się łaski, jaka jest już nam dana,
- czasami potrzebna będzie walka o to, aby wartości ludzkie i chrześcijańskie w danej społeczności były realizowane,
- często ważną drogą staje się praca włożona w to, aby dobro danej społeczności, jakie w niej Bóg złożył, mogło się ujawnić i zaistnieć,
- czasami potrzebne będzie głoszenie Dobrej Nowiny, aby otworzyć człowieka lub grupę ludzi na Boga i Królestwo Boże (*Animator WZCH nr12*).
- Na ile mam świadomość, że uczestniczę w procesie uświęcania świata?
- Czy wierzę, że z Duchem Świętym dam radę być apostołem Chrystusa, dam radę mieć udział w uświęcaniu świata?

#### 5. Rozmowa końcowa

Porozmawiam z Duchem Świętym, jak z Przyjacielem, o tym, co zobaczyłem na tej medytacji. Poproszę o zapal do apostołowania w świecie, o światło, o prowadzenie i siły. Odmówię lub zaśpiewam Sekwencję do Ducha św.

*Przybadź Duchu Święty  
Spuść z niebiosów wzięty  
Światła Twego strumień  
Przyjdź ojcze ubogich  
Dawco darów mnogich  
Przyjdź światłości sumień*

*O najmiłszy z gości  
Słodka serc radości*

*Śładkie orzeźwienie  
W pracy Tys ochłoda  
W skwarze żywną woda  
W płaczu utulenie*

*Światłości najświeższa  
Serc mierzących wnetrza  
Podдай swej potęgze  
Bez Twójego tchnienia*

*Cóż jest wśród stworzenia  
Jeno cierń i nędze*

*Obmyj co nieświęte  
Oschłym wlej zachętę  
Ulecz serca ranę  
Nagnij co jest harde  
Rozgrzej serca twarde*

*Prowadź zabląkane  
Daj Twoim wierzącym  
W Tobie ufającym  
Siedmiorakie dary  
Daj zasługę męstwa  
Daj wieniec zwycięstwa  
Daj szczęście bez miary*

---

**Miejsce na notatki:**

**Dzień VI**  
**Medytacja powtórkowa**

---