

Śpiew: Nie umiem dziękować Ci Panie, bo małe są moje słowa...

Twoja hojność, z jaką rozmnażasz tych niewiele chlebów i ryb, to zapowiedź obfitości Jedyne go Chleba – Eucharystii. Twoja hojność, z jaką wyciągasz rękę i karmisz nas do syta, jest wyrazem nieskończonej miłości Twojego Serca, dlatego z głębi mego serca wołam z wdzięcznością: niech dusza moja zawsze uwielbia Ciebie mój Boże,

- *niech moje słuchanie Ciebie będzie dziękczynieniem,*
- *wpatrywanie się w Ciebie będzie wyrazem wdzięczności,*
- *niech moje słowa wypowiedane w ciszy serca wychwalają Ciebie,*
- *niech moja służba i dawanie świadectwa, rozraduje Twoje Serce,*
- *chcę być Tobie mój Panie na zawsze oddany i niech to będzie sposób odpowiedzi na Twoją Miłość,*

(chwila ciszy na osobista refleksję...)

Jezu Najdroższy, nie przychodzę do Ciebie, aby coś dostać – Ty sam znasz pragnienia mego serca i wypełniasz je, przychodzę, aby przy Tobie być, bo spragniony jestem Twojej obecności. Ta świątynia, te minuty adoracji, stają się dla mnie taką osobistą pustynią, na której spotykam się z Tobą, uwielbiam Cię sercem całym i chwałę Ci oddaję. Przychodzę, bo głodny jestem Ciebie i z Wdzięcznością wołam: dziękuję Ci, Serce mego Pana!

- *za to, że Twoje Boskie Serce ukochało nas nieskończona miłością,*
- *za Twoją litość i zatroskanie o człowieka,*
- *za Chleb Eucharystyczny, którym karmisz dusze spragnione,*
- *za to, że wzywasz nas do współpracy, dla dobra głodnego świata,*
- *za to, że w Twoim Sercu jest źródło naszego życia,*

Panie, niech Twój Święty Duch wspomaga nas, byśmy zawsze trwali przy Twym Sercu, by żadna siła nie odłączyła nas od Twojej miłości. Niech On uświadamia nam, że bycie Twoim uczniem, o tyle ma sens, o ile związane jest z karmieniem innych. To jest sprawdzian naszej wiary. Amen.

Śpiew na zakończenie adoracji



www.duchowoscserca.pl
dyrektor@duchowoscserca.pl
tel. 507 644 930

ZESZYT DUSZPASTERSKI – I PIĄTEK MIESIĄCA

Rok 5. Zeszyt 8 (54) (7sierpnia 2026 r.)

Schemat materiałów

- **Msza św. z udziałem dorosłych** (wstęp do Mszy św., Ewangelia, kazanie, modlitwa wiernych), **wstęp do adoracji wynagradzającej**
- **Adoracja na I niedzielę**

I PIĄTEK SIERPNIA 2026

(7 sierpnia 2026 r.)

I. Msza Święta z udziałem dorosłych

1. Wstęp do Mszy św.

W ten pierwszy piątek sierpnia wynagradzamy Bogu zwłaszcza za grzech obojętności wobec Jego miłości i brak chęci do dźwigania naszych krzyży. Niech naszym wynagrodzeniem będzie zatem cierpliwe niesienie własnego krzyża z miłości do Chrystusa.

2. Ewangelia

(Mt 16, 24-28)

„Jezus rzekł do swoich uczniów: «Jeśli ktoś chce pójść za Mną, niech się zaprze samego siebie, niech weźmie krzyż swój i niech Mnie naśladuje. Bo kto chce zachować swoje życie, straci je; a kto straci swe życie z mego powodu, znajdzie je. Cóż bowiem za korzyść odniesie człowiek, choćby cały świat zyskał, a na swej duszy szkodę poniósł? Albo co da człowiek w zamian za swoją duszę? Albowiem Syn Człowieczy przyjdzie w chwale Ojca swego razem z aniołami swoimi i wtedy odda każdemu według jego postępowania. Zaprawdę, powiadam wam: Niektórzy z tych, co tu stoją, nie zazną śmierci, aż ujrzą Syna Człowieczego przychodzącego w królestwie swoim».”

Duchu Święty, podsycaj w nas pragnienie zasłuchania w Boże słowa, które są Duchem i życiem. Daj nam łaskę tęsknoty za Chlebem Eucharystycznym, który zaspokaja w nas duchowy głód. Chcę być szczęśliwym człowiekiem, lecz wiem, że „szczęście nie polega na tym, aby wiedzieć coś o Bogu, ale by mieć Go w sobie samym” i dzielić się Nim, nieść Go głodnemu światu. Dlatego razem z psalmistą wołam: „Boże mój Boże szukam Ciebie i pragnie Ciebie moja dusza..., wołam o Twoją nieustanną obecność w moim życiu:

Śpiew: Boże, mój Boże, szukam Ciebie...

Twoje polecenie wypowiedziane do uczniów na pustyni: „Wy dajcie im jeść” jest ciągle aktualne. Kierujesz je dzisiaj do każdego z nas. Ciągłe są ludzie głodni, a Ty uczysz nas odpowiedzialności za nich. I nie chodzi Ci tylko o to, byśmy uszami wysłuchali Twojej nauki, lecz byśmy wysłuchali jej sercem i byśmy naśladowali Ciebie w działaniu, w czynie, w miłości, byśmy „miłowali czynem i prawdą”. Ty chcesz posłużyć się każdym z nas, każdego, kto mówi, że Ci wierzy zapraszasz do współpracy. Posyłasz nas, byśmy nakarmili tych, których „uśmiercają” różne głody. Nie musimy mieć wiele, wystarczy „pięć chlebów i dwie ryby”, bo nie dajemy ze swego, ale z tego, co Ty nam pozostawiłeś, byśmy rozdawali wszystkim, których głód uśmierca. Jeśli oddajemy Jezusowi nasze życie, duszę i ciało, to On to „nasze niewiele” potrafi tak rozmnożyć, podzielić, że dla wszystkich nam wystarczy serca.

Zapytam własnego sumienia:

- czy dostrzegam wokół siebie ludzi smutnych, samotnych, zgnębionych na duchu, głodnych na różne sposoby? co mam im do zaproponowania?
- czy mam odwagę i wiarę taką, by głodnym tego świata wskazać na Eucharystię, która zaspokaja ludzkie pragnienia?
- co jest moim największym głodem?
- czy umiem dziękować za dary trudne?

Brać krzyż swój. Naśladować Ciebie. Stracić życie, aby je zachować – ktoś może bez pomocy Twojej łaski zrealizować te zadania?

Dlatego na kolanach przed Tobą nasz Boże, Mistrzu i Panie błagamy o łaskę zrozumienia tych trudnych wymagać. Chcemy przyjąć sercem te słowa. Sercem pełnym miłości. Tylko taka postawa da nam siłę i moc do zrealizowania tych pragnień, które stawiasz na drodze każdemu wierzącemu człowiekowi. Dziś w I piątek zaglądamy w ranę Twego Serca, bo w tym przebitym i otwartym dla nas boku jest zrozumienie, jest siła i dar łaski, który tak bardzo nam jest potrzebny, do tego aby Cię naśladować także na trudnej drodze Krzyża.

Panie Jezu pozwól nam zrozumieć, że życie religijne nie tylko jest łatwe i miłe i przyjemne, jak wielu by chciało i myśli, ale to prawdziwe życie religijne jest naśladowaniem Mistrza, który niesie krzyż nie tylko na końcu swej życiowej drogi, ale Tego, który krzyż odkupienia i wynagrodzenia za grzech podejmuje os samego początku, od decyzji wypowiedzianej słowami „To idę aby pełnić Wolę Ojca”. Prosimy, uczyni nas wiernymi naśladowcami Ciebie, Boga z Krzyżem dźwiganym dla naszego zbawienia.

Litania do Serca Pana Jezusa

Akt poświęcenia rodzaju ludzkiego

III. Adoracja na I niedzielę sierpnia (2 sierpnia 2026 r.)

Bądźże pozdrowiona Hostio żywa! Bądź pozdrowiony Boże nasz, Panie i Zbawicielu, obecny w tej Hostii żywy i prawdziwy. Wpatruję się w Ciebie, obecnego w tym kawałku chleba, wpatruję się w Twoje Eucharystyczne Serce i dziękuję za miłość, która kazała Ci pozostać z nami i dla nas, by nasycić wszystkie nasze najgłębsze pragnienia. Tak Jezu, Ty otwierasz hojną dłoń i karmisz nas do syta. Mojżesz niegdyś na pustyni karmił lud manną. Ty jesteś nowym Mojżeszem, który przyszedł, by karmić nasze serca spragnione Bożego słowa i chleba.

3. Kazanie

A. Widzieć

Jezus mówi: „Jeśli ktoś chce pójść za Mną, niech się zaprze samego siebie, niech weźmie krzyż swój i niech Mnie naśladować” (Mt 16, 24). Wiemy, że krzyż oznacza pewne cierpienie i trud, na który nie mamy wpływu. Jezus wzywa nas do tego, aby tego krzyża nie odrzucać, lecz aby go przyjąć. Dla słuchaczy Chrystusa, Jego nauka o krzyżu mogła być szokująca. Krzyż był przecież najokrutniejszym narzędziem egzekucji zarezerwowanym dla najgorszych przestępców i buntowników politycznych. Zachęta by „wziąć krzyż” brzmiała niczym zachęta do tego, by iść drogą skazańca na śmierć. Jezus jednak wypowiedział te słowa jeszcze przed własnym ukrzyżowaniem zapowiadając, że pójdzie za Nim będzie wymagało całkowitego oddania. Już samo bycie chrześcijaninem, a więc kimś, kto naśladowuje Chrystusa, może wiązać się z pewnymi niedogodnościami lub nawet prześladowaniami. Dlatego zachęta Jezusa by dźwigać krzyż, oznacza również gotowość do ponoszenia pewnych kosztów bycia Jego uczniem – nawet jeśli prowadziłyby to do odrzucenia, prześladowania czy nawet śmierci.

B. Oceniać

Nie tak dawno, bo pod koniec kwietnia, media obiegło dramatyczne nagranie ukazujące brutalny atak na 48-letnią francuską zakonnicę w Jerozolimie. Na nagraniu widać, jak mężczyzna podbiega od tyłu i popycha zakonnicę. Gdy ta upadła i uderzyła głową w kamienną płytę, mężczyzna zaczął ją kopać. Sprawa ta wstrząsnęła opinią publiczną w kontekście narastających aktów wrogości wobec wspólnot chrześcijańskich na terenie Izraela. W czym zawiniła ta siostra? W niczym – została zaatakowana ze względu na jej wiarę w Boga. W naszym świecie dobro napotyka sprzeciw zła. Miłość wywołuje agresję i nie-

nawiść u tych, którym tej miłości brakuje i którzy jej nie poznali i nie doświadczyli. Krzyż Chrystusa jest wyrazem największej miłości. Umierając na krzyżu i przebacząc swoim oprawcom, Jezus pokazał nam, że miłość zwycięża wszystko; jest silniejsza od zła, choć pozornie przegrywa. Miłość wytrzyma wszystko: i ból, i niesprawiedliwość, nawet śmierć. Jezus zaprasza nas do wejścia na tę drogę miłości, która gotowa jest na wszystko. Zaatakowana zakonnicą pokazuje, że z Chrystusem jest to możliwe. Siostra ogłosiła publicznie, że wybaczyła swojemu oprawcy i modli się o jego nawrócenie.

C. Działać

Każdy z nas ma swój krzyż, ale pamiętajmy, że Bóg nigdy nie opuszcza człowieka, który go niesie. Choć często powtarza się powiedzenie, że „Bóg nie daje krzyża ponad nasze siły”, to w rzeczywistości nasze siły nieraz okazują się niewystarczające. Dlatego Jezus nie obiecuje, że będzie łatwo, ale zapewnia swoją obecność i łaskę. Tylko On dźwigał krzyż ponad ludzkie siły – i właśnie dlatego może umacniać każdego z nas. W filmie „Pasja” jest bardzo wymowna scena, w której żołnierze wkładają Jezusowi na ramiona krzyż, a On przyjmuje go i całuje niczym największy skarb. Czyni to z miłości do każdego człowieka. Jak mówi prorok Ozeasz: „Pociągnąłem ich ludzkimi więzami, a były to więzy miłości” (por. Oz 11,4). W ten pierwszy piątek sierpnia wynagradzajmy Bogu zwłaszcza za grzech obojętności wobec Jego miłości i brak chęci do dźwigania naszych krzyży. Niech naszym wynagrodzeniem będzie zatem cierpliwe niesienie własnego krzyża z miłości do Chrystusa. W ten sposób odpowiemy miłością na Miłość, która dla naszego zbawienia nie zawahała się wejść na drogę krzyża i iść nią wytrwale, do końca – aż po śmierć.

4. Modlitwa wiernych

Do Boga, który nieustannie objawia nam swoją Miłość, zanośmy ufne prośby.

- Za Kościół Święty – papieża, biskupów, prezbiterów i wszystkich wiernych – aby całemu światu z odwagą głosili tajemnicę odkupienia. *Ciebie prosimy...*
- Za rządzących państwami – aby byli gotowi na poświęcenie na rzecz ludzi im powierzonych. *Ciebie prosimy...*
- Za chorych – aby potrafili przeżywać swoje cierpienia w łączności z Chrystusem cierpiącym na krzyżu i w nim odnajdywali ukojenie. *Ciebie prosimy...*
- Za pielgrzymujących do sanktuariów maryjnych – aby dobrowolnie przyjęte przez nich wyrzeczenia pomogły im pogłębić relację z Jezusem. *Ciebie prosimy...*
- Za naszych bliskich zmarłych – aby dostąpili radości życia wiecznego. *Ciebie prosimy...*
- Za nas, uczestniczących w tej Eucharystii – abyśmy krzyże, które nas spotykają, przyjmowali w duchu wynagrodzenia Najświętszemu Sercu Pana Jezusa. *Ciebie prosimy...*

Wszchemogący Boże, wysłuchaj naszych pokornych modlitw i umacniaj nas w codziennych trudach. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen

II. Adoracja

Jeszcze słyszymy słowa dzisiejszej Ewangelii, które podają nam trudne i wymagające warunki naśladowania Ciebie. Im trudniejsze to dla nas zadania, tym bliżej chcemy być Ciebie.