



# #WstaliśmyZKanapy

## SPOTKANIE – MARZEC 2022

### TEMAT: SAKRAMENTY ŚWIĘTE – PROSTA DROGA DO ZBAWIENIA

#### Konspekt dla prowadzącego

##### Cele spotkania formacyjnego

1. Dowiadujemy się czym są sakramenty
2. Uświadamiamy sobie, że Bóg najpełniej działa w sakramentach
3. Zgłębiany cele korzystania z sakramentów

##### Przebieg spotkania

*Tu opisujemy osobie prowadzącej propozycje kolejnych punktów spotkania.*

#### 1. Modlitwa

Rozpocznijcie spotkanie od modlitwy do Ducha Świętego.

#### 2. Czytanie z Ewangelii wg św. Marka (Łk 8, 40-48)

*Gdy Jezus powrócił, tłum przyjął Go z radością, bo wszyscy Go wyczekiwali. A oto przyszedł człowiek, imieniem Jair, który był przełożonym synagogi. Upadł Jezusowi do nóg i prosił Go, żeby zaszedł do jego domu. Miał, bowiem córkę jedynaczkę, liczącą około dwunastu lat, która była bliska śmierci. Gdy Jezus tam podążył, tłumy napierały na Niego. A pewna kobieta, która od dwunastu lat cierpiała na upływ krwi, całe swe mienie wydała na lekarzy, z których żaden nie mógł jej uleczyć, podeszła z tyłu i dotknęła frędzli Jego płaszcza, a natychmiast ustał jej upływ krwi. Lecz Jezus zapytał, «Kto się Mnie dotknął?» Gdy wszyscy się wypierali, Piotr powiedział: «Mistrzu, to tłumy zewsząd Cię otaczają i ściskają». Lecz Jezus rzekł: «Ktoś się Mnie dotknął, bo poznałem, że moc wyszła ode Mnie». Wtedy kobieta, widząc, że się nie ukryje, podeszła drżąc i padła przed Nim, opowiedziała wobec całego ludu,*

*dla czego się Go dotknęła i jak natychmiast została uleczona. Jezus rzekł do niej: «Córko, twoja wiara cię ocaliła, idź w pokoju».*

### 3. Zagajka

Jesteś na bezludnej wyspie, co byś z sobą zabrał z *SacroWyposażenia*? (Warto doprowadzić do tego, że sakramenty w naszym duchowym wymiarze są czymś najwartościowszym. W momentach, kiedy przeżywamy nasze duchowe pustynie, lub jeśli czujemy się jak na bezludnej wyspie, gdzie nikt mnie nie rozumie w sakramentach jest nasza nadzieja).

### 4. Konferencja - Sakramenty, czyli jak wzrastać w doskonałości

*Poniżej przedstawiamy przykładowy tekst konferencji, który może posłużyć za inspirację dla prowadzącego.*

#### 1. Znak i moc

Skoro jest dym to musi być i ogień. Skoro jest skutek... to musi być jakaś przyczyna. Na co dzień w naszej rzeczywistości posługujemy się różnymi znakami i symbolami. Ich zadaniem jest pomóc nam dotrzeć do wyznaczonego celu lub pojąć pewną prawdę, która może być dla nas trudna do zrozumienia. Również, jako istoty zmysłowe, (bo przecież poprzez dotyk, węch, wzrok, słuch pojmujemy świat) odbieramy bodźce. Naturze człowiek naprzeciw wychodzi Bóg, który w widzialnych znakach daje człowiekowi niewidzialną łaskę.

Jako ludzie komunikujemy się między sobą w sposób werbalny i niewerbalny. Słowem i gestem. Bóg znając naturę człowieka również w taki sposób chce komunikować się z nami. Najwyraźniejszym jego znakiem, było postanie swojego Syna Jezusa Chrystusa. Bóg stając się człowiekiem zakomunikował nam, że On jest i chce być pośród nas.

Sakrament to przestrzeń, w której realnie działa Bóg to on obdarza nas swoją niewidzialną mocą. Kobieta cierpiąca na krwotok podchodzi do Jezusa, bo ma w sobie głębokie pragnienie uzdrowienia. Wierzy, że Jezus może ją uzdrowić, dlatego dotyka Jezusa mając pragnienie (intencję) uzdrowienia. **Z Jezusa WYCHODZI MOC.** A Ten ją uzdrawia. Moc, którą uzdrawia Jezus nie jest jakąś magiczną siłą, ale jest łaską niewidzialnie działającego Boga. I tym właśnie są sakramenty – Bożą Mocą działającą w nas poprzez widzialne znaki, jakim w przypadku tej kobiety był dotyk.

#### 2. Jakie są te sakramenty?

Katechizmowa definicja mówi, że „sakramenty są skutecznymi znakami łaski ustanowionymi przez Chrystusa i powierzonymi Kościołowi” (KKK 1131). Co

oznacza stwierdzenie, że są one skutecznymi znakami łaski? To znaczy, że **zawsze działają** realnie niezależnie od wiary szafarza (osoby, która ją udziela). Wszystkie zostały ustanowione przez samego Jezusa Chrystusa, a my jako katolicy zostaliśmy postawieni na ich straży, aby o nich nie zapomnieć. Sakramenty rozwijają się w Kościele i są dla Kościoła.

W Kościele Katolickim wyróżniamy 7 sakramentów (Chrzest, bierzmowanie, pojednania i pokuty, Eucharystia, namaszczenie chorych, święcenia i małżeństwo). Również według podziału katechetycznego możemy podzielić sakramenty na takie, które przyjmujemy raz w życiu: chrzest, bierzmowanie, święcenia, oraz wielokrotnie (sakrament pokuty i pojednania, Eucharystii, namaszczenie chorych, małżeństwo). Sakramentami wtajemniczenia chrześcijańskiego są chrzest i bierzmowanie. To one inicjują i otwierają nas na działanie Boga. Sakramenty uzdrowienia to pojednanie i namaszczenie chorych, a sakramenty, które są w służbie drugiemu człowiekowi to święceń i małżeństwo.

Mówiąc o sakramentach często możemy usłyszeć taką definicję, – że jest to widzialny znak niewidzialnej łaski. I rzeczywiście tak jest. Widzialny znak i niewidzialna łaska to są dwie rzeczywistości, które nie są rozdzielne. Sakrament jest skutecznym znakiem, bo ma na mnie realny wpływ. Bóg staje się dla mnie narzędziem, które mnie przemienia.

Aby sakramenty były sprawowane ważne potrzebne są 3 rzeczy (materia, forma i szafarz [czyli osoba udzielająca]). Np. w przypadku chrztu potrzebnym zewnętrznym znakiem jest woda, którą szafarz polewa głowę dziecka. Formą są słowa, które ten wypowiada (Ja Ciebie chrzczę w Imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen). Szafarzem jest kapłan, diakon, a jeśli jest sytuacja zagrożenia życia - ważne uczyni to również każdy inny. (Więcej o tym w załączniku).

Jak widzimy zewnętrzny znak wywołuje wewnętrzne skutki. W przypadku chrztu jest to obmycie z grzechu pierworodnego, stajemy się dziećmi Bożymi, zostajemy wszczępienie w Chrystusa, mamy udział w postępowaniu Kościoła oraz zostajemy włączenie do wspólnoty Kościoła katolickiego.

Chrzest daje nam tak zwany pakiet startowy w nasze, życie chrześcijańskie. Wszystkie inne sakramenty są osadzone właśnie w tym sakramencie. Poprzez chrzest i wszczępienie w Chrystusa stajemy się jego dziećmi i wszystkie inne sakramenty są po to, aby tą wież z Bogiem udoskonalać. Chrzest jest gwarantem życia wiecznego. Otwiera on nam bramy nieba. Dlatego w sakramentach doświadczamy żywego Boga, który daje nam się najpełniej w sakramentach.

### 3. Po co korzystamy z sakramentów?

Czasem, kiedy nie potrafimy czegoś zrozumieć... lub robimy coś bez świadomości, mechanicznie, w pewnym momencie może przyjść zwątpienie i pojawić się pytanie „**PO CO TO WSZYSTKO?**” Po co mi sakramenty? Po co spowiedź skoro zaraz znowu i tak upadnę? Po co pakować się w małżeństwo skoro ja i tak nie mam pewności, że wytrwamy do końca? Celem działania Boga w sakramentach jest **doskonalenie każdego z nas z osobna. Doskonalenie, czyli uświęcanie się!** Wzrastanie w łasce u Boga. Sakramenty mają, więc wymiar społeczny, czyli zawsze są "dla kogoś". Mają one nas prowadzić przez życie. Zobaczcie, sakramenty pojawiają się w najważniejszych dla nas momentach życiowych takich jak narodziny, wejście w świadome chrześcijaństwo, związanie się świętym związkiem małżeńskim, czy trud cierpienia, jakim jest choroba. Korzystamy z sakramentów po to, aby Bóg był wciąż z nami, właśnie po to, aby przez widzialny znak działał w nas swoją niewidzialną łaską.

### 4. Moja relacja z Bogiem, a owocność sakramentów

Owoce przyjmowania sakramentów jest Boża łaska działająca w nas. Ale z sakramentami jest jak z pudełkiem, w którym jest dla nas jakiś prezent. Przyjmując go, dostajemy go zapakowany. I to od nas będzie zależało, czy ten pakiet rozpakujemy i zaczniemy z niego korzystać. W korzystaniu z sakramentów ważna jest moja relacja do Boga. Na ile mój obraz Boga jest oczyszczony? Na ile moja motywacja i wiara w skuteczność sakramentów jest realna? Czy idę do spowiedzi chcę się rzeczywiście poprawić? Czy robię postanowienia? Czy podejmuję wysiłek poprawy? Jeśli tak to znaczy, że chcę współpracować z Bożą łaską i wzrastać w świętości.

Kobieta cierpiąca na krwotok wiedziała, że jak dotknie Chrystusa to zostanie uzdrowiona. Zaufała, może była mocno zdeterminowana – wykonała sama pierwszy krok i doświadczyła uzdrawiającej mocy wypływającej zawsze z Ciała Jezusa Chrystusa. Dlatego tak, ważne jest zawsze łączyć sakramenty z Eucharystią.

### 5. Jak przyjmować sakramenty, aby były skuteczne?

W korzystaniu z sakramentów ważne jest moje nastawienie. Czy ja chcę? Nieważnym będzie związek małżeński, jeśli, ktoś Cię do niego zmusi, albo uczynisz to nieświadomie. Każdy sakrament należy przyjmować świadomie i dobrowolnie. Robienie czegokolwiek z przymusu lub z lęku będzie mnie zamykało na owocne działanie Pana Boga we mnie.

Konieczne jest to, aby zawsze być w stanie łaski uświęcającej. Aby moje serce zawsze było dyspozycyjne na przyjęcie kogoś, kto jest dla mnie najważniejszy. Sakramenty zawsze w jakiś sposób na nas działają, ale to, jakie będą owoce tego działania zależy już w dużej mierze od naszej dyspozycji.

## **6. Mój wzrost w wierze objawi się...**

Często możemy się zastanawiać czy już poczyniłem jakieś kroki w wierze? Czy to, że zacząłem regularnie przystępować do sakramentów spowiedzi i Eucharystii w jakiś sposób mnie zmieniło. Warto wtedy przyjrzeć się swojej modlitwie. Jak ona wygląda. Dobra relacja z Bogiem, będzie owocem mojego dobrego życia sakramentalnego. Staniemy się otwarci na działanie łaski.

Również warto wtedy przyjrzeć się swoim relacjom z najbliższymi. Jak one wyglądają. Czy może już nie wchodzę w konflikty z rodzicami? Jak traktuję rówieśników? Czy pobudzam w sobie ducha służby i angażuję się w jakiś wolontariat?

I ostatnia rzecz, czyli jak wygląda moja walka z grzechem, jakąś wadą główną? Sakramenty mają nas udoskonalać... to nie znaczy, że staniemy się idealni, ale doskonalsi, czyli świętsi. Oddani Panu Bogu i drugiemu człowiekowi.

## **5. Świadectwo**

[Art.43 - ŚDM Lizbona - Świadectwo Asi](#)

## **6. Aktywizacja**

Formą aktywizacji podczas dzisiejszego spotkania jest dyskusja. Zapraszamy uczestników do podzielenia się opiniami, w jaki sposób oni przeżywają swoje życie sakramentalne. Z czym nie mają problemu, a co jest dla nich wyzwaniem.

- 1.** Z czym mają największy problem w korzystaniu z sakramentów? (Lęk przed spowiedzią? Trudne doświadczenie surowego spowiednika?)
- 2.** Co musiałoby się stać, aby zmienili swoje podejście do życia sakramentalnego? (Przełamać się, znaleźć stałego spowiednika, który mnie zna i będzie mnie dobrze prowadził)

## **7. Zadanie**

- 1.** Zadanie będzie wymagało sporo kreatywności. Polega ono na stworzeniu reklamy mającej promować wybrany przez grupę sakrament. Treść spotu powinna zawierać takie informacje jak:

**a)** Podstawowe info. o danym sakramencie.

- b) Jak wygląda zewnętrzny obrzęd przyjmowania go?
- c) Jakie są owoce przyjmowania danego sakramentu?

W przygotowaniu reklamy pomoże Ci "tabela" znajdująca się w załączniku.

Jaka forma?

- a) Najlepszą formą reklamy będzie film
  - b) można również stworzyć "reklamę - mema"
  - c) może to również być podcast w formie nagrania jako reklama radiowa
2. Skoro **Eucharystia** jest szczytem naszego życia chrześcijańskiego zapraszamy uczestników do wspólnego przeżycia Mszy Świętej. W Marcu może być ona połączona z sakramentem pokuty i pojednania, jako dobre przygotowanie do Świąt Wielkiej Nocy.

## 8. Modlitwa

**Wprowadzenie do modlitwy.** W obrzędzie przyjęcia chrztu przez dorosłych (katechumenów) istnieje obrzęd, który ma na celu naznaczenie znakiem krzyża czoła i narządów zmysłów. Katechumeni czynią to po to, aby przyjąć znak przynależności do nowego stanu. Zapraszam Was do wspólnej modlitwy i do podobnej formy, jaki jest naznaczenie znakiem krzyża waszego czoła i narządów zmysłu, po to abyśmy sobie uświadomili i poznali, że Bóg kiedyś stał się jednym z nas, a dzisiaj przychodzi do nas właśnie poprzez sakramenty.

*(Kapłan lub siostra będzie wypowiadać kolejno słowa a uczestnicy będą kreślić znak krzyża na czole, uszach, oczach, ustach, piersiach i barkach).*

**K/S:** Drodzy w krzyżu jest nasze zbawienie, dlatego za moment naznaczymy się znakiem krzyża, aby odnowić w sobie świadomość przynależności do Jezusa Chrystusa.

*(znak krzyża na czole)*

Przyjmijcie krzyż na czole. Sam Chrystus umacnia was znakiem swojego zwycięstwa. Uczcie się Go poznawać i naśladować.

*(Znak krzyża na uszach)*

Przyjmijcie znak krzyża na uszach, abyście usłyszeli głos Pana.

*(Znak krzyża na oczach)*

Przyjmijcie znak krzyża na oczach, abyście ujrzeli jasność Bożą.

*(Znak krzyża na ustach)*

Przyjmijcie znak krzyża na ustach, abyście odpowiedzieli na słowo Boże.

*(Znak krzyża na piersiach)*

Przyjmijcie znak krzyża na piersiach, aby Chrystus przez wiarę mieszkał w waszych sercach.

*(Znak krzyża na barkach)*

Przyjmijcie znak krzyża na barkach, abyście udźwignęli słodkie brzemie Chrystusa.

*(Jeśli spotkanie prowadzi kapłan na sam koniec udziela wszystkim Bożego błogosławieństwa)*

Inna forma, to krótka adoracja z możliwością indywidualnego błogosławieństwa.

## 9. Zobacz więcej



**Sakramenty  
w pigułce  
(przygotowane  
specjalnie na to  
spotkanie)**



Liturgia.pl -  
7 tajemnic -  
katechezy  
liturgiczne o  
sakramentach



3MC -  
Trzyminutowy  
Katechizm - 35.  
W jaki sposób  
otrzymujemy  
i wzrastamy  
w łasce?



Sakramenty.  
Katecheza ojca  
św. Franciszka

**Temat następnego miesiąca: Moralność - Wolność.**