

Ty zaś, gdy chcesz się modlić, wejdź do swej izdebki, zamknij drzwi i módl się do Ojca twego, który jest w ukryciu. A Ojciec twój, który widzi w ukryciu, odda tobie
(Mt 6,6)

Nuże więc, słaby człeczyno, oderwij się nieco od swych zajęć, schroń się na chwilę przed naporem twych burzliwych myśli. Odrzuć teraz przytłaczające [cię] niepokoje i odłóż na później wyczerpujące cię troski. Zajmij się nieco Bogiem i spocznij w nim na chwilę. „Wejdź do izdebki” twego umysłu, wyrzuć [z niej] wszystko oprócz Boga, szukaj go. Mów teraz, całe serce moje mów teraz do Boga: Szukam oblicza Twego, oblicza, o Panie, poszukuję.
(Św. Anzelm z Canterbury)

PRZEDMIOT ROZMYŚLANIA:

BÓG STWORZYCIEL

CZĘŚĆ WSTĘPNA:

Modlitwa o dobre rozmyślanie: Przyjdź Duchu Świąty, przyjdź przez potężne wstawiennictwo Niepokalanego Serca Maryi, Twojej Umiłowanej Oblubienicy x 3

Pieśń o dobrą pogodę: *Boże Abrahamów*

W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen.

Uświadom sobie, że Bóg jest blisko Ciebie i wołaj do Niego z całych swych sił:

Boże, Ty stworzyłeś cały Wszechświat, a koroną tego stworzenia uczyniłeś człowieka. Gdyby tego było mało, nie zostawiłeś ludzkości samej sobie, ale zapragnąłeś, by człowiek mógł przebywać z Tobą w wielkiej zażyłości. Tyleż razy, od grzechu pierworodnego po wydarzenia Kalwarii, zapewniałeś swoje dzieci, że Twoja miłość większa jest nad miłość matki do dziecka, bo ona może dziecko porzucić, a Ty nigdy tego nie zrobiłeś i nie zrobisz. Jakże mógłbym wątpić, że i dziś, i w tym miejscu nie kochasz mnie tak samo jak na zawsze miłowałeś wszystkie swe dzieci. Wszechmogący Boże wierzę, że jesteś bliżej mnie niż ja sam siebie jestem. Wierzę, że znasz wszystkie poruszenia mego serca i przenikasz wszystkie moje myśli. Aktem mej woli otwieram przed Tobą całą moją duszę, umysł i serce. Przeszyj mnie swą Boską obecnością na wskroś, aby wszystkie miejsca mego jestestwa, nawet te najciemniejsze, zostały wypalone Twoją Miłością.

Przyzywaj wstawiennictwa Świętych:

Przez wstawiennictwo Matki Mojej, Bogurodzicy Maryi, Świętych Archaniołów i Aniołów, wszystkich Świętych Pańskich, a szczególnie moich patronów proszę Cię Duchu Świąty odnow we mnie Twe dary, a szczególnie dar mądrości, rozumu i pobożności, by to rozmyślanie przyniosło chwałę Bogu, cześć Jego Świętym, wywyższenia Kościoła Katolickiego, a mnie i ludziom wokół zbawienny pożytek. Amen.

CZEŚĆ WŁAŚCIWA:

WYOBRAŻENIE I ROZPAMIĘTYWANIE:

Wyobrażenie: *W tej części pobudź swoją wyobraźnię, by wejść w tajemnicę Boga Stworzyciela. Ważne jest to, byś przestał myśleć o sobie, o swoich problemach i radościach. Skup się tylko na przedmiocie rozmyślania, tak jakby cały świat wokół ciebie przestał istnieć. Poruszaj się po swojej wyobraźni powoli, zamykaj oczy po przeczytaniu tekstu i nie oczekuj od razu wielkich natchnień – raczej powoli pozwól kształtować swoją wyobraźnię lasce Bożej, nawet gdybyś na początku niczego nie mógł dostrzec – bądź cierpliwy.*

W ramach rozmyślania o Bogu Stworzycielu przeczytaj z uwagą poemat o stworzeniu zapisany w Księdze Rodzaju. Podczas tej lektury postaraj się wyobraźnią zobaczyć cały Wszechświat i siebie – wielkość Bożego dzieła i jego doskonałą harmonię, którego koroną jesteś ty.

Na początku Bóg stworzył niebo i ziemię. Ziemia zaś była bezładem i pustkowiem: ciemność była nad powierzchnią bezmiarów wód, a Duch Boży unosił się nad wodami.

Wtedy Bóg rzekł: «Niechaj się stanie światłość!» I stała się światłość. Bóg widząc, że światłość jest dobra, oddzielił ją od ciemności. I nazwał Bóg światłość dniem, a ciemność nazwał nocą.

I tak upłynął wieczór i poranek – dzień pierwszy.

A potem Bóg rzekł: «Niechaj powstanie sklepienie w środku wód i niechaj ono oddzieli wody od drugich!» Uczyniwszy to sklepienie, Bóg oddzielił wody pod sklepieniem od wód ponad sklepieniem; a gdy tak się stało, Bóg nazwał to sklepienie niebem.

I tak upłynął wieczór i poranek – dzień drugi.

A potem Bóg rzekł: «Niechaj zbiorą się wody spod nieba w jedno miejsce i niech się ukaże powierzchnia sucha!». A gdy tak się stało, Bóg nazwał tę suchą powierzchnię ziemią, a zbiorowisko wód nazwał morzem. Bóg widząc, że były dobre, rzekł: «Niechaj ziemia wyda rośliny zielone: trawy dające nasiona, drzewa owocowe rodzące na ziemi według swego gatunku owoce, w których są nasiona». I stało się tak. Ziemia wydała rośliny zielone: trawę dającą nasienie według swego gatunku i drzewa rodzące owoce, w których było nasienie według ich gatunków. A Bóg widział, że były dobre.

I tak upłynął wieczór i poranek – dzień trzeci.

A potem Bóg rzekł: «Niechaj powstaną ciała niebieskie, świecące na sklepieniu nieba, aby oddzielały dzień od nocy, aby wyznaczały pory roku, dni i lata; aby były ciałami jaśniejącymi na sklepieniu nieba i aby świeciły nad ziemią». I stało się tak. Bóg uczynił dwa duże ciała jaśniejące: większe, aby rządziło dniem, i mniejsze, aby rządziło nocą, oraz gwiazdy. I umieścił je Bóg na sklepieniu nieba, aby świeciły nad ziemią; aby rządziły dniem i nocą i oddzielały światłość od ciemności. A widział Bóg, że były dobre.

I tak upłynął wieczór i poranek – dzień czwarty.

Potem Bóg rzekł: «Niechaj się zaroją wody od roju istot żywych, a ptactwo niechaj lata nad ziemią, pod sklepieniem nieba!». Tak stworzył Bóg wielkie potwory morskie i wszelkiego

rodzaju pływające istoty żywe, którymi zaroili się wody, oraz wszelkie ptactwo skrzydlate różnego rodzaju. Bóg widząc, że były dobre, pobłogosławił je tymi słowami: «Bądźcie płodne i mnożcie się, abyście zapełniały wody morskie, a ptactwo niechaj się rozmnaża na ziemi».

I tak upłynął wieczór i poranek - dzień piąty.

Potem Bóg rzekł: «Niechaj ziemia wyda istoty żywe różnego rodzaju: bydło, zwierzęta pełzające i dzikie zwierzęta według ich rodzajów!». I stało się tak. Bóg uczynił różne rodzaje dzikich zwierząt, bydła i wszelkich zwierząt pełzających po ziemi. I widział Bóg, że były dobre.

A wreszcie rzekł Bóg: «Uczyńmy człowieka na Nasz obraz, podobnego Nam. Niech panuje nad rybami morskimi, nad ptactwem powietrznym, nad bydłem, nad ziemią i nad wszystkimi zwierzętami pełzającymi po ziemi!».

Stworzył więc Bóg człowieka na swój obraz, na obraz Boży go stworzył: stworzył mężczyznę i niewiastę. Po czym Bóg im błogosławił, mówiąc do nich: «Bądźcie płodni i rozmnażajcie się, abyście zaludnili ziemię i uczynili ją sobie poddaną; abyście panowali nad rybami morskimi, nad ptactwem powietrznym i nad wszystkimi zwierzętami pełzającymi po ziemi». I rzekł Bóg: «Oto wam daję wszelką roślinę przynoszącą ziarno po całej ziemi i wszelkie drzewo, którego owoc ma w sobie nasienie: dla was będą one pokarmem. A dla wszelkiego zwierzęcia polnego i dla wszelkiego ptactwa w powietrzu, i dla wszystkiego, co się porusza po ziemi i ma w sobie pierwiastek życia, będzie pokarmem wszelka trawa zielona». I stało się tak. A Bóg widział, że wszystko, co uczynił, było bardzo dobre.

I tak upłynął wieczór i poranek – dzień szósty.

Rozpamiętywanie: „Po użyciu wyobraźni następuje w rozmyślaniu użycie rozumu, zwane rozpamiętywaniem. Rozpamiętywanie to uważne przykładanie umysłu do przedmiotu rozmyślenia w celu poruszenia serca ku Bogu i rzeczom Boskim” (św. Franciszek Salezy).

1. Bóg jest stwórcą wszystkiego co istnieje. Jak naucza nas Kościół „Słowa: *Stworzyciela nieba i ziemi* [które wypowiadamy w *Credo*] znaczą, że Bóg zupełnie dobrowolnie na początku czasu z niczego utworzył jeden i drugi świat, duchowy i cielesny, czyli świat niebiański i doczesny, a potem człowieka, jako składającego się z ducha i z ciała”. Nadto Bóg jest tym, który nie tylko stworzył, ale wciąż wobec swego stworzenia pozostaje Ojcem, który dba o swe dzieło, a tę opiekę nazywamy Bożą Opatrznością. Gdyby nie wola Boża, która podtrzymuje Wszechświat w istnieniu wszystko na powrót zamieniłoby się w nicłość. A zatem wszystko co jest i co dzieje się w przestrzeni stworzonej jest Wolą Boga lub Bożym dopustem.

Zatrzymaj się nad wielkością Bożego stworzenia. On zawsze bardziej hojny aniżeli trzeba czyni wszystkiego w naddatku, by pokazać jakim jest Stwórcą i jakim jest Ojcem.

2. Dlaczego Bóg stworzył świat i człowieka? Odpowiada o. Honorat Koźmiński: „Przed początkiem wszystkiego była miłość niestworzona i nieogarniona, a miłość była u

Boga, owszem sama Bogiem była, bo Bóg jest miłością (...). Na tej miłości zależało całe szczęście Boga i błogosławiony byt Jego. Ona Mu wystarczała najzupełniej, tak, że mógł po wszystkie czasy obejść się bez żadnego stworzenia (...). Ale ponieważ był miłością, więc sama Jego Istota nakłaniała Go do wyjawienia się na zewnątrz i do udzielania się stworzeniom, bo miłość z natury swej pragnie się udzielać”.

Przez chwilę zastanów się nad bezinteresownością Bożego stworzenia. Bóg nie chce swych dzieł dla siebie, ale z dobrości swej pragnie, by Jego chwała objawiona w dziele stworzenia służyła człowiekowi, który jest koroną stworzenia.

3. W całym przepięknym i niepojętym Wszechświecie Bóg zaplanował i mnie. Nie jestem przecież kwestią ewolucyjnego przypadku, ale jestem stworzeniem Bożym. Ciało otrzymałem od rodziców, ale moją nieśmiertelną duszę uczynił sam Bóg z myślą tylko o mnie. On – mój Ojciec Niebieski znał mnie jeszcze przed moim urodzeniem, byłem w Jego odwiecznych planach. O, jakże pięknie jest istnieć z Woli Boga!

Pomyśl o tym, że Bóg nie tylko dał Ci możliwość istnienia na ziemi, ale zaprasza cię jeszcze wyższego życia w wieczności z Nim. Kim jesteś, że Bóg tyle dla Ciebie uczynił?

UCZUCIA I POSTANOWIENIE

Przejdź teraz od rozumu do serca w taki sposób, by to, co już rozważyłeś stało się iskrą podpalającą serce, w którym zagoszczą szczerze uczucia uwielbienia za łaskę i żalu za grzechy. Na początku jeszcze raz własnymi słowami wezwij pomocy Ducha Świętego oraz Maryi, Aniołów i Świętych, by pomogli ci przeżyć tę część modlitwy jak najlepiej.

O Panie, mój Stworzycielu, gdyby nie Twoja dobroć nie istniałbym, a czyż można wyobrazić sobie nieistnienie? Ja jestem, z Twojej miłości stworzony i wiem, że nigdy istnieć nie przestanę. Póki co pozostaję na ziemi, ale biegnę do Nieba i dlatego całym porywem serca chcę Cię uwielbiać z całym światem, który stworzyłeś:

„Pochwalony bądź, Panie mój,
ze wszystkimi Twymi stworzeniami,
szczególnie z panem bratem słońcem,
przez które staje się dzień i nas przez nie oświecasz.
I ono jest piękne i świecące wielkim blaskiem:
Twoim, Najwyższy jest wyobrażeniem.
Pochwalony bądź, Panie mój,
przez brata księżyc i gwiazdy,
ukształtowałaś je na niebie jasne i cenne, i piękne.
Pochwalony bądź, Panie mój, przez brata wiatr i przez powietrze,
i chmury, i pogodę, i każdy czas,
przez które Twoim stworzeniom dajesz utrzymanie.

Pochwalony bądź, Panie mój, przez siostrę wodę,
która jest bardzo pożyteczna i pokorna, i cenna, i czysta.
Pochwalony bądź, Panie mój, przez brata ogień,
którym rozświecisz noc: i jest on piękny, i radosny, i krzepki, i mocny.
Pochwalony bądź, Panie mój, przez siostrę naszą matkę ziemię,
która nas żywi i chowa,
wydaje różne owoce z barwnymi kwiatami i trawami.
Pochwalony bądź, Panie mój, przez tych,
którzy przebaczą dla Twojej miłości i znoszą słabości i prześladowania.
Błogosławieni ci, którzy je zniosą w pokoju,
ponieważ przez Ciebie, Najwyższy, będą uwieńczeni.
Pochwalony bądź, Panie mój, przez naszą siostrę śmierć cielesną,
której żaden człowiek żywy uniknąć nie może.
Biada tym, którzy umierają w grzechach śmiertelnych;
Błogosławieni ci, których [śmierć] zastanie w Twojej najświętszej woli,
albowiem śmierć druga nie wyrządzi im krzywdy.
Chwalcie i błogosławcie mojego Pana,
i dziękujcie Mu, i służcie z wielką pokorą”.
(św. Franciszek z Asyżu)

Nadto pragnę wyznać i obżalować moje grzechy. Grzech bowiem to nic innego jak niszczenie Twojego stworzenia i duchowego i widzialnego. Żałuję, że tyle razy zamiast łączyć się ze swoim Stwórcą, Ojcem Niebieskim, wybierałem marność nicości, z którą łączyłem się na własną zgubę, pogłębiając przy tym brzydotę i dysharmonię świata. Wybacz mi także, że tak mało dziękuję Ci za świat, który stworzyłeś, a w którym zapisana jest Twoja miłość i dobroć dla wszystkich ludzi.

Postanowienie: Tak jak Bóg, będący miłością, nie zechciał pozostać sam ze sobą, ale rozlał Swą miłość w akcie stworzenia, tak i ja, jako dobry chrześcijanin, będę rozlewał miłość, którą mam od Boga poprzez następujące postanowienie:

CZEŚĆ PODSUMOWUJĄCA

TRZY AKTY:

1. **Dziękczynienie:** Wszechmogąca Trójco przez ręce Niepokalanego Serca Maryi przez Jej łzy wylane z powodu Męki Jezusa i moich grzechów i radość na widok Zmartwychwstałego przyjmij proste dziękuję za ten czas modlitwy do którego mnie Boże natchnąłeś; za wszystkie myśli, które pozwoliłeś mi przyjąć i przy nich trwać; za uczucia pobożne i dobre postanowienia, ale także i za walkę, którą musiałem stoczyć, by ten czas był prawdziwie poświęcony jedynie dla Ciebie.

2. **Ofiarowanie:** Na zakończenie tegoż rozmyślania ofiaruję Ci Boże to, co pozwalasz mi złożyć Tobie w Ofierze – a zatem ofiaruję Ci dobroć Jezusową, Jego Śmierć, Krew, cnoty i zasługi, a wraz z nimi nikłe pyłki moich nielicznych dobrych uczynków i ofiar, które dzięki Ofierze Syna w mocy Ducha Świętego nabierają wartości. A nie śmiałybym o to prosić, gdyby Kościół Święty mnie do tego nie wzywał.

3. **Prośba:** Nadto wybac mi zuchwałość, ale ośmielam się prosić, byś uczynił mnie uczestnikiem łask, cnót i zasług Swego Boskiego Syna. O Jezu! Pobłogosław moim uczuciom pobożnym i postanowieniom oraz pomóż mi dotrzymać danego słowa, bym zawsze pamiętał, żeś Ty mnie stworzył i tylko to do czego Ty mnie wzywasz jest dla mnie dobre.

Ojcze nasz...

Zdrowaś Maryjo...

Chwała Ojcu i Synowi, i Duchowi Świętemu...

WIĄZANKA DUCHOWA

Tę ostatnią część rozmyślania, według św. Franciszka Ksawerego, można uczynić jedynie samemu, ponieważ dotyczy ona bardzo indywidualnej sfery każdego modlącego się człowieka, to znaczy w tym miejscu, które stanowi ostateczne podsumowanie rozmyślania każdy zbiera to, co dotknęło go szczególnie. Św. Franciszek Ksawery tak zaleca: „Po tym wszystkim trzeba uszczknąć i zrobić wiązanekę duchową. Ci, co przechadzają się po pięknym ogrodzie, wychodząc z niego chętnie wynoszą w rękę choć kilka wybranych kwiatów, by ich widokiem i wonią poić się przez resztę dnia. Tak też i nasz umysł, przebiegłszy w rozmyślaniu jakąś Tajemnicę, powinien sobie wybrać do zachowania w sercu jedną, dwie lub trzy prawdy, które nas najbardziej zajęły i mogą nam skuteczniej posłużyć do naszego udoskonalenia, ażebyśmy przez resztę dnia wspominając je orzeźwiali duszę ich duchową wonią”.

Po tym wszystkim warto pozostać jeszcze parę chwil w ciszy i samotności, by wszystko w nas się uspokoiło. Całość możemy zakończyć pieśnią pobożną.

Deo gratias!!!