

## Tydzień 1, Radość istnienia / Dzień 5

### Dziękczynienie stworzenia: Ps 139, 2-18

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,  
choć żaden z nich [jeszcze] nie nastął.  
Jak nieocenione są dla mnie myśli Twe, Boże,  
jak jest ogromna ich ilość!  
Gdybym je przeliczył, więcej ich niż piasku;  
gdybym doszedł do końca, jeszcze jestem z Tobą.

**Modlitwa przygotowawcza:** Na początku modlitwy uświadom sobie, że stajesz przed Bogiem i chcesz z Nim rozmawiać. On jest teraz obecny przy Tobie. Rozważaj, jak patrzy na Ciebie. Po uczynieniu znaku krzyża poproś Go o łaskę skupienia na modlitwie, aby to Duch Święty ją prowadził, usuwał wszystkie przeszkody oraz oczyszczał Twoje intencje, czyny i wszelkie działania, kierując je ku większej chwale Boga.

**Obraz:** Wchodząc w modlitwę, przypomnij sobie tekst, który będziesz rozważać – możesz go jeszcze raz przeczytać. Następnie zaangażuj swoją wyobraźnię. Wyobraź sobie, że razem z Jezusem przebywasz na przepięknej górskiej polanie. Jest wiosna, wokół Was – mnóstwo zieleni i pełnej życia roślinności. Przed Wami – zapierający dech w piersiach widok na góry. Na twarzy Jezusa widzisz zachwyt. Pytasz Go, co to za miejsce. On odpowiada, że to Twoje serce.

**Prośba o owoc:** W dzisiejszej modlitwie poproś o łaskę radości istnienia.

**1. „Panie, przenikasz i znasz mnie [...]”** Nasz Bóg zna nas lepiej niż ktokolwiek inny. Zna nas lepiej niż my sami. Dlatego, chcąc poznać głębię własnego serca, możemy o nią pytać naszego Stwórcę. O pomoc w odkryciu jakiej prawdy o sobie chcesz prosić Boga? Jakie obszary swojego serca chcesz razem z Nim odkrywać?

**2. „Ty ogarniasz mnie zewsząd i kładziesz na mnie swą rękę.”** Ogarnianie zewsząd oraz położenie ręki mogą przywodzić na myśl przytulenie miłosiernego Ojca. Ta bliskość, intymność i głębia relacji mogą być dla nas fundamentem, na którym możemy budować życie, bo wiemy, że jest ktoś, kto nas zna, kocha i wchodzi z nami w relację. Odpowiedzią na takie doświadczenie może być też głęboka i przemieniająca serce radość. Jakie myśli i uczucia budzą się w Tobie, gdy medytujesz słowa tego psalmu?

**3. „Dziękuję Ci, że mnie stworzyłeś tak cudownie, godne podziwu są Twoje dzieła.”** Na zakończenie pierwszego tygodnia rekolekcji spróbuj stanąć przed Bogiem i wypowiedzieć przed nim te słowa: „Dziękuję Ci, że mnie stworzyłeś tak cudownie, godne podziwu są Twoje dzieła”. Możesz opowiedzieć Bogu o tym, co przeżywasz, gdy przed Nim stajesz i to mówisz. Możesz po prostu z Nim być, możesz milczeć. Idź za tym, co podpowiada Ci serce.

**Rozmowa końcowa:** Na koniec porozmawiaj z Bogiem o tym wszystkim, co zrodziło się w Twoim sercu pod wpływem dzisiejszej modlitwy. Opowiedz Mu o swoim lęku. Podziel się uczuciem niepewności. Wyraź nadzieję na prawdziwe spotkanie. Bądź szczery przed Panem. Możesz Mu podziękować za to, co odkryłeś lub poprosić Go o coś, czego bardzo potrzebujesz. Porozmawiaj z Nim przez chwilę serdecznie – jak przyjaciel z Przyjacielem. Na zakończenie pomódl się słowami modlitwy *Ojcze nasz*.