

Tydzień 1. Zatrzymanie się w rzeczywistości /Dzień 4. Obraz Boga : Ps 103

*Błogosław, duszo moja, Pana!
Błogosław, duszo moja, Pana,
i całe moje wnętrze - święte imię Jego!
Błogosław, duszo moja, Pana,
i nie zapominaj o wszystkich Jego
dobrodziejstwach!
On odpuszcza wszystkie twoje winy,
On leczy wszystkie twe niemoce,
On życie twoje wybawia od zguby,
On wieńczy cię łaską i zmiłowaniem,
On twoje dni nasycza dobrami:
odnawia się młodość twoja jak orla.
Pan czyni dzieła sprawiedliwe,
bierze w opiekę wszystkich uciśnionych.
Drogi swoje objawił Mojżeszowi,
dzieła swoje synom Izraela.
Miłosierny jest Pan i łaskawy,
nieskory do gniewu i bardzo łagodny.
Nie wie dzie sporu do końca
i nie płonie gniewem na wieki.
Nie postępuje z nami według naszych grzechów
ani według win naszych nam nie odpłaca.
Bo jak wysoko niebo wznosi się nad ziemią,
tak można jest Jego łaskawość dla tych,
co się Go boją.*

*Jak jest odległy wschód od zachodu,
tak daleko odsuwa od nas nasze występki.
Jak się lituje ojciec nad synami,
tak Pan się lituje nad tymi, co się Go boją.
Wie On, z czego jesteśmy utworzeni,
pamięta, że jesteśmy prochem.
Dni człowieka są jak trawa;
kwitnie jak kwiat na polu.
Ledwie muśnie go wiatr, a już go nie ma,
i miejsce, gdzie był, już go nie poznaje.
A łaskawość Pańska na wieki wobec Jego
czcicieli,
a Jego sprawiedliwość nad synami synów,
nad tymi, którzy strzegą Jego przymierza
i pamiętają, by pełnić Jego przykazania.
Pan w niebie tron swój ustawił,
a swoim panowaniem obejmuje wszechświat.
Błogosławcie Pana, wszyscy Jego aniołowie,
pełni mocy bohaterowie, wykonujący Jego
rozkazy, <by słuchać głosu Jego słowa>.
Błogosławcie Pana, wszystkie Jego zastępy,
słudzy Jego, pełniący Jego wolę!
Błogosławcie Pana, wszystkie Jego dzieła,
na każdym miejscu Jego panowania:
błogosław, duszo moja, Pana!*

Jako przygotowanie do dzisiejszej modlitwy przeczytaj jeszcze raz powoli psalm tak, jakbyś to Ty był jego autorem. Czytając, zamieniaj słowa „twoje” na „moje”. Następnie wypisz sobie przymioty Boga, o których mówi ten psalm. Podkreśl dwa z nich, które najbardziej Cię poruszają, są ważne dla Ciebie.

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 i usuwał wszystkie przeszkody oraz aby oczyszczał Twoje intencje, czyny i wszelkie działania kierując je ku większej chwale Boga.

Wchodząc w modlitwę przypomnij sobie tekst, który będziesz rozważać – możesz go jeszcze raz przeczytać, a następnie **zaangażuj swoją wyobraźnię**. Wróć myślą do wypisanych cech Boga i do tych dwóch, które Cię najbardziej poruszyły.

Poproś teraz Pana o owoc modlitwy. W dzisiejszej modlitwie poproś o **łaskę uważności na dobro wokół Ciebie i w Tobie**.

Błogosław, duszo moja, Pana, i nie zapominaj o wszystkich Jego dobrodziejstwach! Obraz Boga, jaki nosimy w sobie, najczęściej zmienia się wraz z naszym wiekiem, doświadczeniem życiowym i etapem bliskości w naszych relacjach z Bogiem. Obraz Boga, który wynieśliśmy z domu, w jakim zostaliśmy wychowani, czasem jest zupełnie inny, niż obraz Boga pokazany przez psalmistę. Jak Twój Bóg – Bóg którego znasz, którego doświadczasz w swoim życiu – przystaje do opisu Boga z psalmu? Przypomnij sobie wypisane oraz te podkreślone cechy, przymioty Boga: dlaczego podkreśliłeś te, a nie inne; czemu są one dla Ciebie ważne? Gdybyś Ty miał stworzyć swoją listę cech Boga – co byś do niej dopisał, a może usunął?

Jak się lituje ojciec nad synami, tak Pan się lituje nad tymi, co się Go boją. Obraz Boga jako Ojca czasem może być trudny do przyjęcia. Szczególnie, gdy wspomnienia z dzieciństwa nie niosą dobrego obrazu ojca. Podobną trudność mogą sprawiać słowa dotyczące bojaźni. Zapewne słyszałeś powiedzenie: „bój się Boga”. Czy Bóg jest takim karzącym ojcem, którego należy się bać? Jak to się ma do miłości, łaski i miłosierdzia jako przymiotów Boga? Bojaźń Boża często jest źle rozumiana. To nie lęk, nie strach przed Bogiem. Dar bojaźni Bożej, który dostajemy jako jeden z darów Ducha Świętego w sakramencie Bierzmowania, to postawa człowieka wobec Boga. To świadomość nieustającej obecności kochającego Boga. Bóg jest kochającym Ojcem i jako taki nie chce, byśmy z lęku przed Nim byli mu posłuszni. Nie chce, byśmy byli niewolnikami. Bojaźń Boża to postawa, w której posłuszeństwo wobec Boga i Jego przykazań wynika z miłości. To z miłości człowiek nie chce Go zasmucać, oddalać się od niego, grzesząc. Tak jak dziecko nie chce zasmucać dobrego, ukochanego ojca. W której z postaw odnajdujesz siebie?

Dni człowieka są jak trawa; kwitnie jak kwiat na polu. Ledwie muśnie go wiatr, a już go nie ma. Zobacz siebie jako stworzenie Boże. W czasie i przestrzeni Wszechświata człowiek jest maleńką kropczką żyjącą ledwie chwilę. A jednak wszechmocny Bóg kocha Cię i dba o Ciebie. Jak mówi psalmista: *On wieńczy cię łaską i zmiłowaniem, On twoje dni nasycza dobrami*. Co czujesz, myśląc o tym, jak jesteś ważny dla Boga?

Na koniec porozmawiaj z Bogiem o tym wszystkim, co zrodziło się w Twoim sercu pod wpływem dzisiejszej modlitwy. Wypowiedz przed Nim swoje uczucia – lęku, niepewności, ale może i nadziei 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”.