

## KSIĘGA RODZAJU 2, 1-4

*(Końcówka pierwszego opisu stworzenia. Można przeczytać cały opis stworzenia).*

*W ten sposób zostały ukończone niebo i ziemia oraz wszystkie jej zastępy [stworzeń]. A gdy Bóg ukończył w dniu szóstym swe dzieło, nad którym pracował, odpoczął dnia siódmego po całym swym trudzie, jaki podjął. Wtedy Bóg pobłogosławił ów siódmy dzień i uczynił go świętym; w tym bowiem dniu odpoczął po całej swej pracy, którą wykonał stwarzając. Oto są dzieje początków po stworzeniu nieba i ziemi.*

**Modlitwa przygotowawcza:** Prosić Boga, Pana naszego, aby wszystkie moje zamiary, decyzje i czyny były skierowane w sposób czysty do służby i chwały jego Boskiego Majestatu.

**Wprowadzenie I (Wyobrażenie miejsca):** Ustalenie miejsca jakby się je widziało. Przywołajmy moment w którym wypoczywaliśmy, taki jeden konkretny czas, który był dla nas prawdziwym odpoczynkiem. Może w tym konkretnym wydarzeniu z przeszłości uda się nam dojrzeć wypoczywającego razem z nami Pana Boga.

**Wprowadzenie II (Prośba):** Prosić Boga Pana naszego o to, czego chcę i pragnę. Prośmy o umiejętność dobrego wypoczywania w naszym życiu.

### 1. WARTO PODPATRYWAĆ PANA BOGA.

Bóg sześć dni pracował i to ciężko pracował. Ale to nie pracą kończy się ten proces stwarzania tylko dniem siódmym. Siódmy dzień jest dopełnieniem całego procesu stwórczego. Możemy domyślać się, że tego dnia jedną z form wypoczynku mogło być cieszenie się/kontemplowanie stworzenia. Bóg mógł przyglądać się wszystkim szczegółom i niuansom a może chciał popatrzeć jak funkcjonuje całość Jego dzieła. Jedno możemy powiedzieć, że na pewno Bóg nie bał się wypoczynku ani się go nie wstydził. Jak również nie uważał, że będzie to czas stracony czy nieefektywny. Była to naturalna kolej rzeczy, że po pracy potrzebny jest wypoczynek, chociażby po to, żeby ucieszyć się swoim stworzeniem.

Dni pracy kończyły się tym, że wszystko co Bóg stworzył było dobre. Natomiast dzień odpoczynku został pobłogosławiony i stał się czasem świętym a przez to wyjątkowy i niepowtarzalny.

Kolejnym ciekawym elementem na który można zwrócić uwagę jest kwestia proporcji dni pracujących do dnia wolnego, a więc sześć dni pracy i jeden dzień wypoczynku (sześć do jednego). Nie odwrotnie ani pół na pół – może to jakaś podpowiedź?

### 2. MÓJ WYPOCZYNEK.

Księga rodzaju podpowiada nam, że jesteśmy stworzeni na obraz i podobieństwo Pana Boga. Jeśli więc jesteśmy do Niego podobni to również podobnie powinniśmy traktować kwestię naszego wypoczynku. Dlatego warto pamiętać, że nasz odpoczynek jest integralnie związany z naszą pracą. Do dobrego poczucia, że dobrze pracujemy (dobrze wykonaliśmy swoją pracę) powinniśmy dołączyć kwestię naszego wypoczynku, który też powinien być odpowiedni, właściwy po prostu dobry. Nasz wypoczynek jest czasem błogosławionym, jest święty i tak go należy przeżywać. A jeśli to czas święty to powinien zajmować odpowiednie miejsce w naszym życiu. Powinniśmy o niego dbać i go dobrze planować. Tak jak to robimy z każdym naszym świętym czasem.

Kolejnym elementem na który warto zwrócić uwagę jest forma wypoczynku. Każdy z nas jest jedyny i niepowtarzalny i tak też będzie wyglądał nasz odpoczynek. Warto szukać i pielęgnować swojej formy wypoczynku.

**Rozmowa końcowa. Można o wypoczynku porozmawiać z Maryją  
Zdrowaś Maryjo albo Ojcze nasz**