

# **NA JAKUBOWEJ DRODZE**

**Modlitewnik pielgrzyma**



# **NA JAKUBOWEJ DRODZE**

## **Modlitewnik pielgrzyma**

Redakcja: ks. Kazimierz Bełch

**Przemyśl 2016**

**PROJEKT OKŁADKI I SKŁAD KOMPUTEROWY**

*Ks. Waclaw Siwak*

**IMPRIMATUR**

Kuria Metropolitalna w Przemyślu

L.dz. 514/077/2016 z dnia 04 kwietnia 2016 roku

*Ks. Tadeusz Dec* – Notariusz Kurii

*Ks. Bartosz Rajnowski* – Wikariusz Generalny

**CENZOR**

*Ks. dr hab. Waclaw Siwak*

**ISBN 978-83-64989-14-8**

**WYDAWNICTWO:**

Wydawnictwo Archidiecezji Przemyskiej

**DRUK:**

TECHGRAF Łańcut

## DUCHOWY PRZEWODNIK

Fenomenem naszych dni jest odrodzenie się ruchu pielgrzymkowego do grobu św. Jakuba Apostoła. W ciągu ostatnich kilkunastu lat w Europie odnowiono, wytyczono i oznakowano kilkadziesiąt tysięcy kilometrów pątniczych dróg prowadzących do Santiago de Compostela. W naszym kraju Drogi Jakubowe liczą ponad 5 tysięcy kilometrów. Drogi te ożywia Duch Święty, bowiem z roku na rok pogłębia się duch modlitewnej jedności i zwiększa się liczba pielgrzymów. Powstaje coraz więcej punktów informacji pielgrzymkowej, pojawiły się mapy, informatory i przewodniki po jakubowych szlakach. Przygotowano również *Modlitewnik pielgrzyma*, bo pielgrzymi chcą się modlić i przemieniać swoje życie. Chcą to czynić w pełni, całą swoją osobą: duszą i ciałem.

Drodzy Pielgrzymi. Cieszę się waszą obecnością na pątniczym szlaku. Raduję się waszym ewangelicznym entuzjazmem. Korzystajcie z *Modlitewnika pielgrzyma*. Niech on się stanie waszym duchowym przewodnikiem. Modlitwa bowiem jest istotnym wymiarem życia chrześcijańskiego. Jest – jak uczy Święty Jan Paweł II –

## Duchowy przewodnik

„pierwszym wyrazem prawdy wewnętrznej człowieka i pierwszym warunkiem wolności ludzkiego ducha”. Zachęcam do ustawicznej modlitwy słowami Świętego Papieża Jana XXIII: „Niech wasza modlitwa nie ustaje. Niech będzie przemyślana i mądra. Niech będzie waszym pokarmem; niech będzie dla was jak powietrze, którym oddychacie, i które utrzymuje was przy życiu, zachowując was od niezdrowych wyziewów światowej mentalności”.

Bożej opiece polecam Przewodników i Pielgrzymów z Jakubowego Szlaku

+*Józef Michalik*  
*Arcybiskup Metropolita Przemyski*

## WPROWADZENIE

Wszyscy wyszliśmy w rąk Bożych i – pielgrzymując przez życie – do Boga pragniemy wrócić. Jedyłą bezpieczną i pewną drogą, prowadzącą do upragnionego celu, jest Jezus Chrystus, który wprost powiedział: „Ja jestem drogą i prawdą i życiem. Nikt nie przychodzi do Ojca inaczej jak tylko przeze Mnie” (J 14, 6). Zatem, aby przyjść do Ojca, nie wystarczy jakieś samowolne naśladowanie Jezusa. Drogi nie da się oddzielić od Chrystusa. Droga nie jest systemem nakazów, lecz jest osobą. Bez Chrystusa nie jesteśmy w stanie iść drogą, którą On szedł. Możemy iść nią tylko wówczas, gdy będziemy z Nim i w Nim, a On w nas. Być na prawdziwej drodze oznacza więc dla pielgrzyma zjednoczenie z Chrystusem. Toteż jeśli naprawdę chcemy wrócić do naszego niebieskiego Ojca, to musimy tej drodze, którą jest Chrystus, zaufać, i na tę drogę wejść, czyli zjednoczyć się z Nim przez wiarę i miłość (stan łaski uświęcającej). Wtedy wkraczamy w misterium Jego śmierci

i zmartwychwstania, i w ten sposób mamy przystęp do Ojca.

Zjednoczenia z Chrystusem nie można osiągnąć bez modlitwy i sakramentów świętych. Dlatego pielgrzym się modli. Już samo wyjście na pielgrzymkę jest – w sensie duchowym – kroczeniem ku Bogu w poszukiwaniu Jego łaski, spotkania z Nim samym. Pielgrzym modli się całym sobą, nie tylko myślą czy słowem, ale także ciałem. Dla pielgrzyma modlenie się i wędrowanie stanowią zwartą całość. Modląc się idzie, a idąc modli się. Należy się tylko troszczyć o to, aby to była modlitwa autentyczna, a nie przysłowiowe klepanie pacierzy. Dlatego warto tu postawić sobie pytanie, czym moja modlitwa w swej istocie powinna być? Odpowiedź znajdziemy w nauczaniu Kościoła. Podane są tam różne określenia modlitwy. Jest ona: zwróceniem się sercem ku Bogu; rozmową z Bogiem; spotkaniem z Bogiem; pamięcią o Bogu; relacją międzyosobową człowieka z Bogiem; wzniesieniem umysłu i serca do Boga; prośbą skierowaną do Boga o stosowne dobra; wyrazem komunii z Chrystusem; prostym spojrzeniem



ku niebu; okrzykiem wdzięczności i miłości. Z podanych określeń wynika, że modlitwa jest żywym i osobowym spotkaniem z Bogiem Ojcem. Dokonuje się ono przez Chrystusa i pod działaniem Ducha Świętego. Modlitwa oczyszcza z tego wszystkiego, co oddziela od Boga i od ludzi. Prowadzi do przemiany serc. Toruje drogę łasce Bożej. Umożliwia patrzenie na sprawy ludzkie z Bożej perspektywy. Jest miejscem stawiania pytań i otrzymywania odpowiedzi; źródłem natchnienia, energii, odwagi i mocy. Nie jest ona ucieczką od codziennych obowiązków, lecz jeszcze większą zachętą do podejmowania i wypełniania wszystkich swoich zadań. Pełnię modlitwy człowiek osiąga nie wtedy, kiedy najbardziej wyraża siebie, ale wtedy, gdy w niej najpełniej staje się obecny sam Bóg.

Z tego, co Kościół uczy o modlitwie, wynika, że powinna ona być z zasady spontaniczna, taka jak spotkanie przyjaciół, niekiedy nawet bez posługiwania się słowem. Życie jednak pokazuje, że nie zawsze jest to możliwe. Trudności z modlitwą zdarzają się każdemu człowiekowi. Dlatego korzystamy

z bogatego skarbcza modlitewnych formuł wytworzonych przed nami. Tutaj znajduje swoje uzasadnienie niniejszy *Modlitewnik pielgrzyma*. Zawarte są w nim teksty modlitw porannych i wieczornych oraz wielu innych okolicznościowych, tradycyjnych i nowoczesnych, sformułowanych współczesnym językiem i dostosowanych do dzisiejszej mentalności, a także różnych nabożeństw, w tym również modlitwa liturgiczna Kościoła (tzw. Breviarz). Ze względu na charakter pielgrzymowania Drogami św. Jakuba (w pojedynkę, samotnie) dużo miejsca w *Modlitewniku* zajmują propozycje modlitw powiązanych z medytacją, wymagającą ciszy wewnętrznej i zewnętrznej. Nie mogło też w nim zabraknąć modlitw do św. Jakuba – Patrona pielgrzymów zdążających do Santiago de Compostela. Całość modlitw została podzielona na sześć części, poprzedzonych krótkim katechizmem.

Wielość i różnorodność modlitw zawartych w *Modlitewniku pielgrzyma* pozwala na swobodny wybór tych, których słowa do ciebie, Drogi Pielgrzymie, silniej przemawiają. Jeśli przyswajasz sobie modlitwy innych ludzi

(których nazwiska tu celowo pominięto, aby uniknąć rozprószeń\*), to modlisz się razem z nimi, a oni z tobą. Może się zdarzyć, że pojedyncze modlitwy, zdania, albo słowa zapadną ci głęboko w serce. Wtedy zatrzymaj się na chwilę, żeby przeniknęły one twoją duszę. Możesz nawet nauczyć się ich na pamięć, by móc wracać do nich w wolnych chwilach. Odkrywaj i ćwicz różnorodne formy i sposoby modlitwy w zależności od czasu, samopoczucia i przeżywanej sytuacji. W ten sposób modlitwy zawarte w *Modlitewniku*, zwłaszcza te nowoczesne, mogą ci pomóc przejść do modlenia się własnymi słowami i do wewnętrznej modlitwy w milczeniu.

---

\* W części I i II redaktor zamieścił szereg modlitw z *Youcat*, *Polski modlitewnik młodych*, Częstochowa 2012; w części III – z L. Bianchi, *Brewiarz turysty górskiego*, Kraków 2004; w części V – z tradycyjnych modlitewników. Część IV i VI są w większości oryginalnym wkładem redaktora. Zamieszczone ilustracje pochodzą z zasobów internetowych.



# KRÓTKI KATECHIZM

## Główne prawdy wiary

1. Jest jeden Bóg.
2. Bóg jest Sędzią sprawiedliwym, który za dobre wynagradza, a za złe karze.
3. Są trzy Osoby Boskie: Bóg Ojciec, Syn Boży i Duch Święty.
4. Syn Boży stał się człowiekiem i umarł na krzyżu dla naszego zbawienia.
5. Dusza ludzka jest nieśmiertelna.
6. Łaska Boska jest do zbawienia koniecznie potrzebna.

## Skład Apostolski

Wierzę w Boga, Ojca wszechmogącego, Stwórcy nieba i ziemi. I w Jezusa Chrystusa, Syna Jego jedyne, Pana naszego, który się począł z Duchem Świętym, narodził się z Maryi Panny, umęczon pod Ponckim Piłatem, ukrzyżowan, umarł i pogrzebion. Zstąpił do piekieł. Trzeciego dnia zmartwychwstał, wstąpił na niebiosy, siedzi po prawicy Boga Ojca Wszechmogącego; stamtąd przyjdzie sądzić żywych i umarłych. Wierzę w Ducha Świętego, święty

Kościół powszechny, świętych obcowanie, grzechów odpuszczenie, ciała zmartwychwstanie, żywot wieczny. Amen.

### **Modlitwa Pańska**

Ojczy nasz, któryś jest w niebie, święć się Imię Twoje; przyjdź królestwo Twoje; bądź wola Twoja jako w niebie, tak i na ziemi. Chleba naszego powszedniego daj nam dzisiaj; i odpuść nam nasze winy, jako i my odpuszczamy naszym winowajcom; i nie wódź nas na pokuszenie, ale nas zbaw ode Złego. Amen.

### **Pozdrowienie anielskie**

Zdrowaś, Maryjo, łaski pełna, Pan z Tobą. Błogosławionaś Ty między niewiastami i błogosławiony owoc żywota Twojego, Jezus. Święta Maryjo, Matko Boża, módl się za nami grzesznymi teraz i w godzinę śmierci naszej. Amen.

### **Pod Twoją obronę**

Pod Twoją obronę uciekamy się, Święta Boża Rodzicielko, naszymi prośbami racz nie gardzić w potrzebach naszych, ale od wszelakich złych przygód racz nas zawsze wybawiać, Panno chwalebna i błogosławiona. O Pani nasza, Orę-

downiczko nasza, Pośredniczko nasza, Pocięszycielko nasza. Z Synem swoim nas pojednaj, Synowi swojemu nas polecaj, swojemu Synowi nas oddawaj.

### **Modlitwa do Anioła Stróża**

Aniele Boży, Stróże mój, Ty zawsze przy mnie stój. Rano, wieczór, we dnie, w nocy bądź mi zawsze ku pomocy. Strzeż duszy, ciała mego i doprowadź mnie do żywota wiecznego. Amen.

*albo*

Aniele Boży, Stróże mój, mnie z dobroci Bożej Tobie powierzonego oświecaj, strzeż i prowadź. Amen.

### **Anioł Pański**

Anioł Pański zwiastował Pannie Maryi,

– I poczęła z Ducha Świętego.

Zdrowaś, Maryjo...

Oto ja służebnica Pańska.

– Niech mi się stanie według słowa Twego.

Zdrowaś Maryjo...

A Słowo stało się ciałem.

– I mieszkało między nami.

Zdrowaś Maryjo...

Módl się za nami Święta Boża Rodzicielko,

Abyśmy się stali godnymi obietnic Chrystusowych.

Módlmy się. Łaskę Twoją, prosimy Cię, Panie, racz wlać w serca nasze, abyśmy, którzy za zwiastowaniem anielskim Wcielenie Chrystusa, Syna Twego poznali, przez mękę Jego i krzyż do chwały zmartwychwstania byli doprowadzeni. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

Chwała Ojcu i Synowi i Duchowi Świętemu.

Jak była na początku teraz i zawsze, i na wieki wieków. Amen

*Za zmarłych*

Wieczny odpoczynek racz zmarłym dać Panie, a światłość wiekuista niechaj im świeci.

Niech odpoczywają w pokoju wiecznym. Amen.

*W okresie wielkanocnym zamiast modlitwy „Anioł Pański” odmawia się następująco:*

**Królowo nieba** wesel się, alleluja!

Bo ten, któregoś zrodziła, alleluja,

Zmartwychwstał, jak powiedział, alleluja,

Módl się za nami do Boga, alleluja!

Raduj się i wesel Panno Maryjo, alleluja,

Bo zmartwychwstał Pan prawdziwie, alleluja!

Módlmy się: Boże, któryś raczył uweselić świat przez zmartwychwstanie Syna swego,



Pana naszego, Jezusa Chrystusa, daj, prosimy, abyśmy przez Jego Rodzicielkę, Maryję Pannę, dostąpili radości życia wiecznego. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen,

### **Dwa przykazania miłości**

1. Będziesz miłował Pana Boga twego z całego serca swego, z całej duszy swojej, z całej myśli swojej i ze wszystkich sił swoich.
2. Będziesz miłował bliźniego swego jak siebie samego.

### **Dziesięć przykazań Bożych**

Jam jest Pan, Bóg twój!

1. Nie będziesz miał bogów cudzych przede Mną.
2. Nie będziesz brał imienia Pana Boga twego nadaremno.
3. Pamiętaj, abyś dzień święty święcił.
4. Czcij ojca swego i matkę swoją.
5. Nie zabijaj.
6. Nie cudzołóż.
7. Nie kradnij.
8. Nie mów fałszywego świadectwa przeciw bliźniemu swemu.
9. Nie pożądaj żony bliźniego twego.

10. Nie pożądaj żadnej rzeczy bliźniego swego.

### **Przykazania kościelne**

1. W niedzielę i w święta nakazane uczestniczyć we Mszy świętej i powstrzymać się od prac niekoniecznych.
2. Przynajmniej raz w roku przystąpić do sakramentu pokuty.
3. Przynajmniej raz w roku, w okresie wielkanocnym, przyjąć Komunię świętą.
4. Zachowywać nakazane posty i wstrzeźliwość od pokarmów mięsnych, a w okresie Wielkiego Postu powstrzymać się od udziału w zabawach.
5. Troszczyć się o potrzeby wspólnoty Kościoła.

### **Osiem błogosławieństw**

1. Błogosławieni ubodzy w duchu, albowiem do nich należy królestwo niebieskie.
2. Błogosławieni, którzy płaczą, albowiem oni będą pocieszeni.
3. Błogosławieni cisi, albowiem oni na własność posiadają ziemię.
4. Błogosławieni, którzy łakną i pragną sprawiedliwości, albowiem oni będą nasyceni.

5. Błogosławieni miłośnierni, albowiem oni miłosierdzia dostąpią.
6. Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą.
7. Błogosławieni, którzy wprowadzają pokój, albowiem oni będą nazwani synami Bożymi.
8. Błogosławieni, którzy cierpią prześladowanie dla sprawiedliwości, albowiem do nich należy królestwo niebieskie. Błogosławieni jesteście, gdy [ludzie] wam urągają i prześladują was, i gdy z mego powodu mówią kłamliwie wszystko złe na was. Cieszcie się i radujcie, albowiem wielka jest wasza nagroda w niebie.

### **Siedem sakramentów świętych**

1. Chrzest.
2. Bierzmowanie.
3. Eucharystia.
4. Pokuta i pojednanie.
5. Namaszczenie chorych.
6. Sakrament święceń.
7. Małżeństwo.

### **Siedem darów Ducha Świętego**

1. Mądrość.
2. Rozum.

3. Rada.
4. Męstwo.
5. Umiejętność.
6. Pobożność.
7. Bojaźń Boża.

### **Trzy cnoty Boskie**

1. Wiara.
2. Nadzieja.
3. Miłość.

### **Cztery cnoty główne**

1. Roztropność.
2. Sprawiedliwość.
3. Wstrzemięźliwość.
4. Męstwo.

### **Uczynki miłosierdzia co do ciała**

1. Głodnych nakarmić.
2. Spragnionych napoić.
3. Nagich przyodziać.
4. Podróżnych w dom przyjąć.
5. Więźniów pocieszać.
6. Chorych odwiedzać.
7. Umarłych pogrzebać.

### **Uczynki miłosierdzia co do duszy**

1. Grzesznych upominać.
2. Nieumiejętnych pouczać.
3. Wątpiącym dobrze radzić.
4. Strapionych pocieszać.
5. Krzywdy cierpliwie znosić.
6. Urazy chętnie darować.
7. Modlić się za żywych i umarłych.

### **Ostatnie rzeczy człowieka**

1. Śmierć.
2. Sąd.
3. Niebo albo piekło.

### **Modlitwa przed jedzeniem**

Pobłogosław, Panie, Boże, nas, pobłogosław ten posiłek, tych, którzy go przygotowali, i naucz nas dzielić się chlebem i radością ze wszystkimi. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

*albo*

Pobłogosław, Panie Boże, nas i te dary, które z Twojej szczodroblewości mamy spożywać. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

### **Modlitwa po jedzeniu**

Za ten posiłek i wszystkie dary Twej dobroci chwalimy Ciebie, Boże. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

*albo*

Dziękujemy Ci, Wszechmogący Boże, za wszystkie Twoje dobrodziejstwa, który żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.

### **Akty wiary, nadziei, miłości i żalu**

Wierzę w Ciebie, Boże żywy,  
w Trójcy jedyny, prawdziwy.

Wierzę coś objawił, Boże,  
Twe Słowo mylić nie może.

Ufam Tobie, boś Ty wierny,  
wszechmocny i miłosierny.

Dasz mi grzechów odpuszczenie,  
łaskę i wieczne zbawienie,  
Boże, choć Cię nie pojmuję,  
jednak nad wszystko miłuję,  
nad wszystko, co jest stworzone,  
boś Ty dobro nieskończone.

Ach, żałuję za me złości,  
jedynie dla Twej miłości.

Bądź miłościw mnie grzesznemu,  
Całym sercem skruszonemu.

---

*albo*

Panie Boże, niezachwianą wiarą wierzę i wyznaję wszystko razem i z osobna, co Święty Kościół Katolicki przedkłada do wierzenia, ponieważ Ty, Boże, to wszystko objawiłeś, Ty, który jesteś odwieczną prawdą i mądrością, która ani wprowadzić w błąd nie może, ani też sama zbłądzić. W tej wierze postanawiam żyć i umrzeć. Amen.

Panie Boże, ufam przez Twoją łaskę w odpuszczenie wszystkich grzechów i osiągnięcie po tym życiu wiecznej szczęśliwości, ponieważ obietnicę złożyłeś Ty, który jesteś nieskończenie potężny, wierny, łaskawy i miłosierny. W tej nadziei postanawiam żyć i umrzeć. Amen.

Panie Boże, kocham Cię ponad wszystko, a mego bliźniego ze względu na Ciebie, ponieważ Ty jesteś najwyższym, nieskończonym i najdoskonalszym dobrem, godnym wszelkiej miłości. W tej miłości postanawiam żyć i umrzeć. Amen.

Boże mój, z całego serca żałuję za wszystkie moje grzechy i wyrzekam się ich, ponieważ grzesząc nie tylko zasłużyłem na kary sprawiedliwie przez Ciebie ustanowione, ale szczególnie dlatego żałuję, że obraziłem Ciebie, najwyż-

sze dobro i jedynie godnego, aby być ponad wszystko kochanym. Dlatego z całą mocą przyrzekam, z pomocą łaski Twojej, już więcej nie grzeszyć i na przyszłość unikać bliskich okazji do grzechu. Amen.

### **Ofiarowanie się sercu Jezusowemu**

Boskie Serce Jezusa, ofiaruję Ci przez Niepokalane Serce Maryi wszystkie modlitwy, sprawy, prace i krzyże dnia dzisiejszego jako wynagrodzenie za grzechy nasze. Łączę je z tymi zamierzeniami, w jakich Ty za nas ofiarowałeś się na Krzyżu i nieustannie się ofiarujesz na Ołtarzach całego świata. Ofiaruję Ci je za Kościół święty, za Ojca świętego, a zwłaszcza na intencję ... (*podać intencję*). Pragnę też zyskać wszystkie odpusty, jakich dostąpić mogę, i ofiaruję Ci je za dusze w czyśćcu. Amen.

*albo*

Ofiaruję Ci, Panie Boże, wszystkie myśli, słowa i uczynki moje, prace i modlitwy, pociechy i cierpienia, aby były na większą cześć i chwałę Twoją. Amen.



# Część I

## MODLITWY CODZIENNE

### MODLITWY PORANNE

#### NIEDZIELA

† W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen.  
Panie, otwórz wargi moje, a usta moje będą głosić Twoją chwałę.

Pan jest moim Pasterzem, niczego mi nie braknie,  
pozwała mi paść się na zielonych pastwiskach.

Prowadzi mnie nad wody, gdzie odpocząć mogę,  
orzeźwia moją duszę.

Chociażbym przechodził przez ciemną dolinę,  
zła się nie ulęknę, bo Ty jesteś ze mną.

Twój kij i laska pasterska  
są moją pociechą.

Dobroć i łaska pójdą w ślad za mną  
przez wszystkie dni życia

i zamieszkać w domu Pana  
po najdłuższe czasy.

*Z psalmu 23*

## Część I: Modlitwy codzienne

---

Dobry Boże, rozpoczynam dziś moją wędrówkę. Proszę Cię, abyś towarzyszył mi każdego dnia. Żebyś był moim nauczycielem we wszystkim tym, co mi się przydarzy. Oddaję moją drogę w Twoje ręce. Chcę wędrować w Twojej obecności; odczuwać, że jesteś obecny w każdym moim kroku, nadając sens wszystkiemu, co mnie otacza.

Ojczy nasz... (s. 14).

Dziś niedziela, dzień Twojego, Chryste, zmartwychwstania. Cała przyroda, a także ścieżki i drogi, które będę dziś przemierzał, nabrały świątecznego kolorytu. Ty prawdziwie powstałeś z grobu i prowadzisz umarłych do życia, błądzących w mroku do światła, grzeszników do pojednania z Ojcem. Powstań we mnie z moich grobów i podnieś do życia to, co we mnie martwe.

Chcę u początku dnia wyznać wiarę w radośne i zbawcze prawdy.

Wierzę w Boga... (s. 13-14).

Pragnę pozdrowić Maryję, Matkę Jezusa i moją duchową Matkę.

Zdrowaś, Maryjo... (s. 14).

Dałeś nam, Ojcze, Aniołów, aby nas strzegli.  
Z ufnością polecam się mojemu Aniołowi.

Aniele Boży, Strózu mój... (s. 15).

Anioł Pański... (s. 15-17)

Będę dziś kroczył Drogą Świętego Jakuba: Święty Jakubie, Patronie nasz. Twojej opiece w szczególniejszy sposób dzisiaj się polecam i proszę Cię, abyś mnie i moich bliskich swoim wstawiennictwem przed Bogiem wspierał i ratował we wszystkich naszych potrzebach. Proszę Cię, wyjednaj mi łaskę wiernego naśladowania Twoich cnót. Spraw to, o drogi Patronie, abym Bogu dochował wierności pośród wszelkich przygód tego życia i zasłużył sobie na łaskę szczęśliwej śmierci. Amen.

Na cały dzisiejszy dzień pobłogosław mnie, Panie, i zachowaj od wszelkiego zła.

† W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen

PONIEDZIAŁEK

† W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen.  
Panie, otwórz wargi moje, a usta moje będą głosić Twoją chwałę.

Będę błogosławił Pana po wieczne czasy,  
Jego chwała będzie zawsze na moich ustach.

Dusza moja chlubi się Panem,  
niech słyszą to pokorni i niech się weselą!  
Wysławiajcie razem ze mną Pana,  
wspólnie wywyższajmy Jego imię.

Szukałem Pana, a On mnie wysłuchał  
i uwolnił od wszelkiej trwogi.  
Spójrzcie na Niego, a rozpromienicie się radością,  
oblicza wasze nie zapłoną wstydem.

Skosztujcie i zobaczcie, jak Pan jest dobry;  
szczęśliwy człowiek, który znajduje w Nim  
ucieczkę.

*Z psalmu 34*

W Twoje Ojcowskie dłonie, Boże, składam  
troski i radości, które mi zesłesz.

Ojcie nasz... (s. 14).

Panie, jestem już w drodze. Pozwól mi lepiej zrozumieć, co to znaczy wyruszyć w drogę? Że ruszyć w drogę, to wyjść poza samego siebie, rozbić skorupę egoizmu, który próbuje mnie uwięzić; to otworzyć się na Ciebie, dobry Ojczy, na Twoją miłość; to otworzyć się na innych ludzi, wyjść im na spotkanie; to otworzyć się na nowe piękne idee i nowe wartości, które ubogacą moją osobowość i przygotują do pełniejszego zaangażowania się w służbę dobru.

Wierzę w Boga... (s. 13-14).

Zdrowaś Maryjo ... (s. 14).

Aniele Boży, Stróżu mój ... (s. 15).

Anioł Pański... (s. 15-17).

Święty Jakubie, Patronie nasz... (s. 27).

Na cały dzisiejszy dzień pobłogosław mnie, Panie, i zachowaj od wszelkiego zła.

† W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen

WTOREK

† W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen.  
Panie, otwórz wargi moje, a usta moje będą głosić Twoją chwałę.

Przenikasz i znasz mnie, Panie,  
Ty wiesz, kiedy siedzę i wstaję.  
Z daleka spostrzegasz moje myśli,  
przyglądasz się, jak spoczywam i chodzę.  
Zanim słowo się znajdzie na moim języku,  
Ty, Panie, już znasz je w całości.

Ty ze wszystkich stron mnie ogarniasz  
i kładziesz na mnie swą rękę.  
Gdybym wziął skrzydła jutrzenki,  
gdybym zamieszkał na krańcach morza,  
tam również będzie mnie wiodła Twa ręka  
i podtrzyma mnie Twoja prawica.

*Z psalmu 139*

Bóg jest miłością i kocha nas, dzieci swe.

Ojcze nasz... (s. 14).

Boże, Ty jesteś Drogą, Prawdą i Życiem.  
Drogą – którą pragnę podążać, Prawdą – której

lękam się stracić, Życiem – które w Tobie ma początek i koniec. Niech ten dzień mi przyniesie tylko to, czym Ty chcesz mnie obdarzyć. Przyjmę radość i szczęście, zniosę ból i cierpienie, jeśli Ty będziesz ze mną. Wyruszam w Twoje Imię. Prowadź mnie, Boże! Amen.

Wierzę w Boga... (s. 13-14).

Zdrowaś Maryjo ... (s. 14).

Aniele Boży, Stróžu mój ... (s. 15).

Anioł Pański... (s. 15-17).

Święty Jakubie, Patronie nasz... (s. 27).

Na cały dzisiejszy dzień pobłogosław mnie, Panie, i zachowaj od wszelkiego zła.

† W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen

ŚRODA

† W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen.  
Panie, otwórz wargi moje, a usta moje będą głosić Twoją chwałę.

O Panie, nasz Panie,  
jak przedziwne Twoje imię na całej ziemi!  
Tyś swój majestat wyniósł nad niebiosy.  
Sprawiłeś, że usta dzieci i niemowląt oddają  
Ci chwałę.  
Gdy patrzę na Twe niebo, dzieło palców Twoich,  
na księżyc i gwiazdy, któreś Ty utwierdził:  
Czym jest człowiek, że o nim pamiętasz,  
czym syn człowieczy, że troszczysz się o niego?  
Uczyniłeś go niewiele mniejszym od istot nie-  
bieskich,  
Chwałą i czią go uwieńczyłeś.  
Obdarzyłeś go władzą nad dziełami rąk Twoich;  
wszystko złożyłeś pod jego stopy.

*Z Psalmu 8*

Prośmy Boga Ojca o błogosławieństwo na  
nadchodzący dzień.

Ojcze nasz... (s. 14).



Panie, w ciszy wschodzącego dnia, przychodzę Cię błagać o pokój, o mądrość, o siłę. Chcę patrzeć dziś na świat oczami przepelnionymi miłością. Być cierpliwym, wyrozumiałym, cichym i mądrym. Patrzeć ponad to, co jest tylko pozorem, widzieć Twoje dzieci tak, jak Ty sam je widzisz, i dostrzegać w nich to, co dobre.

Daj mi taką życzliwość i radość, by wszyscy, którzy się ze mną stykają, odczuli Twoją obecność. I niech będę dla innych chlebem, jak Ty jesteś nim dla mnie dnia każdego.

Wierzę w Boga... (s. 13-14).

Zdrowaś Maryjo ... (s. 14).

Aniele Boży, Strózu mój ... (s. 15).

Anioł Pański... (s. 15-17).

Święty Jakubie, Patronie nasz... (s. 27).

Na cały dzisiejszy dzień pobłogosław mnie, Panie, i zachowaj od wszelkiego zła.

† W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen

CZWARTEK

† W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen.  
Panie, otwórz wargi moje, a usta moje będą głosić Twoją chwałę.

Panie, do Ciebie się uciekam, †  
niech nigdy nie doznam zawodu,  
wybaw mnie w sprawiedliwości Twojej.

Nakłoń ku mnie Twego ucha,  
pośpiesz, aby mnie ocalić!  
Bądź dla mnie skałą schronienia,  
warownią, która ocala.

Wydobądź z sieci zastawionej na mnie,  
bo Ty jesteś moją ucieczką.  
W ręce Twoje powierzam ducha mego,  
Ty mnie odkupisz, Panie, wierny Boże.

*Z psalmu 31*

Dobry Boże, z ojcowską czułością strzegłeś mnie tej nocy. Za to i wszelkie bogactwo łask dziękuję Ci. Otwórz mój umysł, żebym rozumiał Ciebie i Twoje słowo. Otwórz moje serce, żebym zrobił dla Ciebie miejsce, żebym Cię szukał i znajdował we wszystkim. Otwórz, Pa-

nie, moje ręce, żebym przyjmował Twoje dary i przekazywał je ludziom z radością.

Ojcze nasz... (s. 14).

Panie, uczyn z nas narzędzia Twego pokoju, abyśmy siali miłość tam, gdzie panuje nienawiść; wybaczenie tam, gdzie panuje krzywda; jedność tam, gdzie panuje zwątpienie; nadzieja tam, gdzie panuje rozpacz; światło tam, gdzie panuje mrok; radość tam, gdzie panuje smutek. Spraw, abyśmy mogli nie tyle szukać pociechy, co pociechę dawać; nie tyle szukać zrozumienia, co rozumieć innych; nie tyle szukać miłości, co kochać. Albowiem dając – otrzymujemy; wybacząc – zyskujemy przebaczenie; a umierając, rodzimy się do życia wiecznego, przez Jezusa Chrystusa, Pana naszego. Amen.

Wierzę w Boga... (s. 13-14).

Zdrowaś Maryjo ... (s. 14).

Aniele Boży, Stróżu mój ... (s. 15).

Anioł Pański... (s. 15-17).

Święty Jakubie, Patronie nasz... (s. 27).

Na cały dzisiejszy dzień pobłogosław mnie,  
Panie, i zachowaj od wszelkiego zła.

† W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen.

## PIĄTEK

† W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen.  
Panie, otwórz wargi moje, a usta moje będą głosić  
Twoją chwałę.

Dobry Ojcze, chcę przeżyć ten piątkowy dzień  
w duchu pokuty. Wołam do Ciebie o przebaczenie  
mi moich grzechów.

Zmiłuj się nade mną, Boże, w łaskowości swojej,  
w ogromie swej litości zgładź nieprawość moją.

Obmyj mnie zupełnie z mojej winy  
i oczyść mnie z grzechu mojego.

Uznaję bowiem nieprawość moją,  
a grzech mój jest zawsze przede mną.

Przeciwko Tobie samemu zgrzeszyłem  
i uczyniłem, co złe jest przed Tobą.

Stwórz, Boże, we mnie serce czyste  
i odnow we mnie moc ducha.

Nie odrzucaj mnie od swego oblicza  
i nie odbieraj mi świętego ducha swego.

*Z psalmu 51*

Ojcie nasz... (s. 14).

Wiekuiści Boże, w ten poranek proszę Cię za wszystkich przygnębionych, wątpiących, zrozpaczonych i nieporadnych w życiu. Proszę za wszystkich w grzechach uwikłanych, którzy ze swoim ciężarem poradzić sobie nie mogą, i za szaleńców, co na swe życie targnąć się zamierzają. Proszę za tych, co w ludzkie ręce popadli, i dla Imienia Twego cierpią prześladowania. Proszę za rozłączonych z rodzinami i przyjaciółmi, i za emigrantów tęskniących za ojczyzną. Proszę za starców i obłożnie chorych, za opuszczonych i za tych, o których nikt nie pamięta. Zlituj się nad wszystkimi ludźmi. Wybaw ich z biedy, chroń przed rozpaczą w ich ciężkich życiowych zmaganiach. Niech w Tobie znajdą ukojenie. Poślij im ludzi, którzy przy nich staną, a nas uczynj gotowymi współdzwigać ich ciężary.

Wierzę w Boga... (s. 13-14).

Zdrowaś Maryjo ... (s. 14).

Aniele Boży, Stróżu mój ... (s. 15).

Anioł Pański... (s. 15-17).

Święty Jakubie, Patronie nasz... (s. 27).

Na cały dzisiejszy dzień pobłogosław mnie,  
Panie, i zachowaj od wszelkiego zła.

† W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen.

## SOBOTA

† W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen.  
Panie, otwórz wargi moje, a usta moje będą głosić  
Twoją chwałę.

Boże, mój Boże, szukam Ciebie.  
i pragnie Ciebie moja dusza.

Ciało moje tęskni za Tobą,  
jak zeschnęła ziemia łaknąca wody.

Twoja dobroć cenniejsza od życia,  
więc sławić Cię będą moje wargi.

Będę Cię wielbił przez całe me życie  
i wzniosę ręce w imię Twoje.

Moja dusza syci się obficie,  
a usta Cię wielbią radosnymi wargami,

gdy myślę o Tobie na moim posłaniu,  
i o Tobie rozważam w czasie moich czuwań.

*Z psalmu 63*

Jako dzieci Boże pierwsze prośby kierujemy  
rano do naszego Ojca, który jest w niebie.

Ojciec nasz... (s. 14).

Dziś, jak w każdą sobotę, pragnę stanąć przed  
Tobą, Matko Boga i moja Matko. Niepokalana,  
najczystsza, najwierniejsza – jesteś wzorem  
wszelkich cnót. Otaczasz ziemię swoimi dłoń-  
mi, jak niebem błękitnym, i przyświecasz nam  
jak gwiazda poranna.

Oddaję dziś w Twoje ręce trud mojego piel-  
grzymowania. Oddaję Ci ból i zmęczenie moje-  
go ciała, proszę o cierpliwość w obcowaniu  
z ludźmi, o zdolność pełnego oddania się im do  
pomocy. Niech każdy spotkany dziś człowiek  
będzie mógł we mnie zobaczyć Twoją miłość  
i dobroć, niech odblask Bożej łaski w moim  
życiu prowadzi go do spotkania z Twoim Sy-  
nem. Amen.

Wierzę w Boga... (s. 13-14).

Zdrowaś Maryjo ... (s. 14).

Aniele Boży, Stróžu mój ... (s. 15).

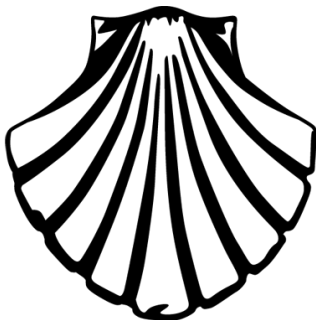
Anioł Pański... (s. 15-17).

Pod Twoją obronę ... (s. 14-15).

Święty Jakubie, Patronie nasz... (s. 27).

Na cały dzisiejszy dzień pobłogosław mnie,  
Panie, i zachowaj od wszelkiego zła.

† W imię Ojca i Syna i Ducha Świętego. Amen.





## MODLITWY WIECZORNE

### NIEDZIELA

† W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

*W ciszy spoglądam wstecz na kończący się dzień. Przypominam sobie, co się wydarzyło, o czym myślałem, kogo spotkałem, co mówiłem i co robiłem.*

Dziękuję Ci, dobry Ojczy, przez Twojego Syna Jezusa Chrystusa, za dzisiejszą niedzielę, którą opromienił On chwałą swojego zmarłychwstania. Zostałem nasycony światłością tego dnia, który Ty stworzyłeś dla naszej radości. Wkraczając w granicę nocy, wielbię Twoją świętość i Twoją chwałę. Dzięki Ci składam za wszystkie dobra, które od Ciebie dziś otrzymałem, oraz za to dobro, które dziś dzięki Twojej pomocy mogłem wykonać.

Nie wszystko jednak było po Twojej myśli. Zdaję sobie sprawę z błędów i grzechów dziś popełnionych. Chcę je dokładniej rozeznaczyć, aby

na przyszłość ich uniknąć. Dlatego proszę o pomoc Ducha Świętego.

*Modlitwa przed rachunkiem sumienia:*

Duchu Święty, Boże, oświeć mnie, abym poznał zło, jakie dziś popełniłem, i szczerze za nie żałował.

Rozrachunek ze swoim sumieniem chcę przeprowadzić w świetle Bożego słowa o miłości: „Miłość cierpliwa jest, łaskawa jest. Miłość nie zazdrości, nie szuka poklasku, nie unosi się pychą; nie dopuszcza się bezwstydu, nie szuka swego, nie unosi się gniewem, nie pamięta złego”.

*Zwrócę uwagę na te sytuacje, w których kierowałem się egoizmem, a nie bezinteresowną miłością.*

*Modlitwa po rachunku sumienia:*

Zmiłuj się nade mną, Panie, bo zgrzeszyłem przeciw Tobie. Okaż mi, Panie, miłosierdzie swoje i daj mi swoje zbawienie. Niech się zmiłuje nade mną Bóg wszechmogący i odpuściwszy mi grzechy doprowadzi mnie do życia wiecznego. Amen.

*Akty wiary, nadziei, miłości i żalu:*

Wierzę w Ciebie, Boże żywy, w Trójcy jedyny, prawdziwy. Wierzę coś objawił, Boże, Twe Słowo mylić nie może.

Ufam Tobie, boś Ty wierny, wszechmocny i miłosierny. Dasz mi grzechów odpuszczenie, łaskę i wieczne zbawienie,

Boże, choć Cię nie pojmuję, jednak nad wszystko miłuję, nad wszystko, co jest stworzone, boś Ty dobro nieskończone.

Ach, żałuję za me złości, jedynie dla Twojej miłości. Bądź miłościw mnie grzesznemu, całym sercem skruszonemu.

Ojcze nasz ... (s. 14).

Anioł Pański ... (s. 15-17).

Aniele Boży, Stróżu mój ... (s. 15)

Ojcze, Ty nas stworzyłeś i nasze serce jest niespokojne, dopóki nie spocznie w Tobie. Twoje jest światło dnia. Twoja jest ciemność nocy. Twoje jest życie i śmierć. Ja sam jestem Twój i Cię uwielbiam. Pozwól mi spocząć

## Część I: Modlitwy codzienne

---

w pokoju, i pozwól mi obudzić się po to, by Cię sławić. Amen.

Daj mi, Panie, spokojną noc, błogosław mnie i czuwaj nade mną.

† W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

## PONIEDZIAŁEK

† W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

*W ciszy spoglądam wstecz na kończący się dzień. Przypominam sobie, co się wydarzyło, o czym myślałem, kogo spotkałem, co mówiłem i co robiłem.*

Kończy się dzień. Kończy się kolejny dzień mego życia, jaki mi dałeś, Panie Boże, i z którego będziesz mnie rozliczał. Chcę na chwilę przystanąć przed Tobą, by tym spotkaniem umocnić się na dalsze pielgrzymowanie. Przynoszę Ci, mój Boże, wszystko, czym jestem i co posiadam. Przynoszę Ci całe utrudzenie i uciążenie dzisiejszego dnia. To wszystko, Panie, dla Ciebie w zamian za Twoją wielką miłość.

Proszę Cię, mój Boże, żebyś razem ze mną spojrział na drogę mojego życia: na wszystko, co prawdziwe, i wszystko co fałszywe; na każdą uczciwość i każde kłamstwo; na wszelką pełnię i wszelką pustkę.

*Modlitwa przed rachunkiem sumienia:*

Duchu Święty, oświeć moje drogi i kroki dnia dzisiejszego.

*Słowo Boże przed rachunkiem sumienia:*

„Znam twoje czyny, że ani zimny, ani gorący nie jesteś. Obyś był zimny albo gorący! A tak, skoro jesteś letni i ani gorący, ani zimny, chcę cię wyrzucić z mych ust”.

*Zwróć uwagę na ową letniość, brak entuzjazmu i pełnego zaangażowania w dobro.*

*Modlitwa po rachunku sumienia ... (s. 42).*

*Akty wiary, nadziei, miłości i żalu... (s. 43).*

Ojciec nasz ... (s. 14)

Anioł Pański ... (s. 15-17).

Boże, mój Ojcze, jak ryba nie może żyć bez wody, tak ja nie mogę żyć bez Ciebie. Ty mnie stworzyłeś, Ty podtrzymujesz moje życie. Cieszę się z tego, że żyję. Cieszę się zwłaszcza z tego, że jestem Twoim dzieckiem, że noszę w sobie tchnienie Bożego życia, Twojego Świętego Ducha. Ty chcesz żyć we mnie, chcesz gościć w moim sercu. Z całej duszy dziękuję Ci za ten zaszczyt, za tę radość. Amen.

Daj mi, Panie, spokojną noc, błogosław mnie i czuwaj nade mną.

† W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

## WTOREK

† W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

*W ciszy spoglądam wstecz na kończący się dzień. Przypominam sobie co się wydarzyło, o czym myślałem, kogo spotkałem, co mówiłem i co robiłem.*

Dzięki Ci, Boże, za ten dzień przeżyty, dzięki Ci za każdą godzinę, za zdrowie duszy i siły ciała, za wszelkie dobro, które mi dzisiaj dałeś. Stając przed Tobą, stawiam sobie pytanie, czy w dniu dzisiejszym stałem się lepszy, czy zasłużyłem na Twą łaskę, czy na Twój gniew? Ufam, Boże, że swoim światłem rozjaśnisz moją ciemność i będziesz dla mnie Prawdą.

*Modlitwa przed rachunkiem sumienia:*

Duchu Święty, oświeć moje drogi i kroki dnia dzisiejszego.

*Słowo Boże przed rachunkiem sumienia:*

„My miłujemy Boga, ponieważ Bóg sam pierwszy nas umiłował. Jeśliby ktoś mówił: ‘Miłuję Boga’, a brata swego nienawidził, jest kłamcą. Albowiem kto nie miłuje brata swego, którego widzi, nie może miłować Boga, którego nie widzi. Takie zaś mamy od Niego przykazanie, aby ten kto miłuje Boga, miłował też i brata swego”.

*Zwrócę uwagę zwłaszcza na swoje ustosunkowanie się w dniu dzisiejszym do bliźnich: ile tam było miłości bezinteresownej, a ile egoizmu?*

*Modlitwa po rachunku sumienia ...* (s. 42).

*Akty wiary, nadziei, miłości i żalu...* (s. 43).

Ojcze nasz ... (s. 14)

Anioł Pański ... (s. 15-17).

Aniele Boży, Stróžu mój ... (s. 15)

Prowadź mnie, Panie, swym łagodnym światłem. Gdy otacza mnie mrok, prowadź mnie! Ciemna jest noc, a ja z dala od domu, więc prowadź mnie i strzeż moich kroków. Nie zawsze umiałem się modlić o Twoje prowadzenie. Zawsze byłeś przy mnie i wierzę, że nadal będziesz mi błogosławił i prowadził mnie swoją drogą, aż ciemność przeminie i zaświta nowy poranek.

Daj mi, Panie, spokojną noc, błogosław mnie i czuwaj nade mną.

† W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.



## ŚRODA

† W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

*W ciszy spoglądam wstecz na kończący się dzień. Przypominam sobie co się wydarzyło, o czym myślałem, kogo spotkałem, co mówiłem i co robiłem.*

Znów jeden dzień przeminął. Dziękuję Ci, Boże, za zdrowie i siły, ale i za wszystkie doświadczenia i niepokoje, za ogień cierpienia, którym mnie oczyszczasz. Zapada noc. Bądź moim światłem, Panie Jezu, gdyż w Tobie ufność pokładając, spokojnie zasnę. Nie pamiętaj moich grzechów i czynów niegodnych. Najświętszą Krwią Twoją, Jezu, zmyj wszystkie moje winy. Mnie, moim bliskim i wszystkim ludziom błogosław. Chwała niech będzie Ojcu na niebieskim tronie i Synowi Jego Jednorodzonemu wraz z Duchem Świętym, który nas uświęca teraz i po wszystkie wieki.

Część I: Modlitwy codzienne

---

*Modlitwa przed rachunkiem sumienia:*

Duchu Święty, Boże, oświeć mnie, abym poznał zło, jakie dziś popeliłem, i szczerze za nie żałował.

*Słowo Boże przed rachunkiem sumienia:*

„Dzieci, nie miłujmy słowem i językiem, ale czynem i prawdą!”

*Zwróć uwagę na swoje konkretne czyny miłości Boga i bliźnich oraz na ich motywację.*

*Modlitwa po rachunku sumienia ... (s. 42).*

*Akty wiary, nadziei, miłości i żalu... (s. 43).*

Ojcze nasz ... (s. 14)

Anioł Pański ... (s. 15-17).

Aniele Boży, Stróżu mój ... (s. 15)

Czuwaj, Panie, z tymi, którzy czuwają lub płaczą tej nocy. Strzeż chorych. Daj zmęczonym odpocznienie. Błogosław umierającym. Pociesz cierpiących. Zmiłuj się nad przygnębio-

nymi. Bądź także z pogodnymi i z nami wszystkimi. Przez wzgląd na swoją nieskończoną miłość. Amen.

Daj mi, Panie, spokojną noc, błogosław mnie i czuwaj nade mną.

† W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

## CZWARTEK

† W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

*W ciszy spoglądam wstecz na kończący się dzień. Przypominam sobie co się wydarzyło, o czym myślałem, kogo spotkałem, co mówiłem i co robiłem.*

Ojcze, dziękuję Ci za spokój kończącego się dnia, za szczerze rozmowy z ludźmi, za możliwość rozmawiania z Tobą, Boże Wszechmogący, za chleb powszedni, który me życie podtrzymuje, za wszystkie Twoje o mnie starania. Znów jeden dzień mojego życia jest poza mną. Było w nim trochę dobra, ale też i wiele zaniechań. Za mało pytałem się, jaka jest Twa wola.

## Część I: Modlitwy codzienne

---

Stanowczo za mało myślałem o Tobie i o tym, że miałem być Twoim narzędziem w kształtowaniu świata.

*Modlitwa przed rachunkiem sumienia:*

Duchu Święty, Boże, oświeć mnie, abym poznał zło, jakie dziś popełniłem, i szczerze za nie żałował.

*Słowo Boże przed rachunkiem sumienia:*

„Uciekaj przed młodzieńczymi pożądaniami, a zabiegaj o sprawiedliwość, wiarę, miłość, pokój. Sługa Pana nie powinien się wdawać w kłótnie, ale ma być łagodnym względem wszystkich, skorym do nauczania, zrównoważonym.”

*Ocenę dzisiejszy mój dzień w świetle Bożego słowa.*

*Modlitwa po rachunku sumienia ... (s. 42).*

*Akty wiary, nadziei, miłości i żalu... (s. 43).*

Ojczy nasz ... (s. 14)

*Anioł Pański ...* (s. 15-17).

*Aniele Boży, Stróžu mój ...* (s. 15)

Panie Jezu, który stałeś się człowiekiem. Gdy wszystko jest tak kruche i szybko przemija, bądź mi skałą, na której będę mógł się oprzeć. Gdy wszystko się chwieje i jest tak niepewne, bądź mi podporą, która stoi pewnie i wiecznie. Gdy nie wierzę drugiemu człowiekowi ani samemu sobie, Ty bądź słowem Ojca, któremu mogę zaufać. Gdy zostanę sam i zabraknie mi odwagi, by być wiernym, Ty bądź moim przyjacielem, który zostanie przy mnie do końca.

Daj mi, Panie, spokojną noc, błogosław mnie i czuwaj nade mną.

† W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

PIĄTEK

† W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

*W ciszy spoglądam wstecz na kończący się dzień. Przypominam sobie co się wydarzyło,*

*o czym myślałem, kogo spotkałem, co mówiłem i co robiłem.*

Oto jestem, Panie. Dzień mój ma się ku końcowi. Jeżeli zrobiłem dziś coś dobrego, dziękuję Ci za to, Panie. Jeżeli zgrzeszyłem, niech Twoje miłosierdzie przebaczy mi moją, ciągle powtarzającą się, słabość. W tej ciszy wieczornej, w której wyczuwam Ciebie – myślę o innej nocy, o tej, która nadejdzie, gdy oczy moje po raz ostatni ujrzą światło ziemi. Śmierć nadejdzie tak samo, jak nadchodzi noc, równie nieunikniona i tak jak ona – głęboka. Spraw, aby była najpiękniejszą z mych nocy. Zасыpiając dzisiejszego wieczoru, ofiaruję Ci duszę moją tak, jakby to była godzina mej śmierci. Ojcze, przyjmij mnie. Spraw, bym zasypiając spokojnie, nauczył się umierać.

*Modlitwa przed rachunkiem sumienia:*

Duchu Święty, Boże, oświeć mnie, abym poznał zło, jakie dziś popełniłem i szczerze za nie żałował.

*Słowo Boże przed rachunkiem sumienia:*

„Oto stoję u drzwi i kołaczę: jeśli kto posłyszycie mój głos i drzwi otworzy, wejdę do niego i będę z nim wieczerzał, a on ze Mną”

*Zwróć uwagę, czy nie zamykam się na głos sumienia i na zaproszenie do przyjaźni z Chrystusem.*

*Modlitwa po rachunku sumienia ... (s. 42).*

*Akty wiary, nadziei, miłości i żalu... (s. 43).*

*Ojcze nasz ... (s. 14)*

*Anioł Pański ... (s. 15-17).*

*Aniele Boży, Stróżu mój ... (s. 15)*

Daj mi, Panie Boże, serce tak doskonale czujne, by się nie dało odwieść od Ciebie żadną ciekawością; serce szlachetne, które by oparło się niegodnym uczuciom, ciągnącym mnie wstecz z drogi moich postanowień; serce stałe, niedające się załamać żadnym utrapieniem. Użyj mi, Panie, Boże mój, pojętności do po-

## Część I: Modlitwy codzienne

---

znania Ciebie, pilności do dążenia ku Tobie i szukania Ciebie, mądrości dla znalezienia Ciebie.

Daj mi, Panie, spokojną noc, błogosław mnie i czuwaj nade mną.

† W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

## SOBOTA

† W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

*W ciszy spoglądam wstecz na kończący się dzień. Przypominam sobie, co się wydarzyło, o czym myślałem, kogo spotkałem, co mówiłem i co robiłem.*

Dobry Ojcze, dziękuję Ci za ten dzień i za wszelkie dobro, którego doświadczyłem. Wybacz mi, jeśli zgrzeszyłem przeciw Tobie, przeciw drugiemu człowiekowi albo przeciw mnie samemu. Spraw także, aby moje serce spoczęło w Tobie i rozradowało się chwałą zmartwychwstania Twojego Syna i nadzieją naszego zmar-



wtuchwstania. Chcę już w sobotni wieczór wejść w niedzielną atmosferę.

*Modlitwa przed rachunkiem sumienia:*

Duchu Święty, Boże, oświeć mnie, abym poznał zło, jakie dziś popełniłem, i szczerze za nie żałował.

*Słowo Boże przed rachunkiem sumienia:*

„Zawsze się radujcie, nieustannie się módlcie. W każdym położeniu dziękujcie, taka jest bowiem wola Boża względem was. Unikajcie wszystkiego, co ma choćby pozór zła.”

*Ocenę mój dzisiejszy dzień w świetle Bożego słowa.*

*Modlitwa po rachunku sumienia ... (s. 42).*

*Akty wiary, nadziei, miłości i żalu... (s. 43).*

Ojczy nasz ... (s. 14)

Anioł Pański ... (s. 15-17).

Aniele Boży, Stróżu mój ... (s. 15)

## Część I: Modlitwy codzienne

---

Boże mój, Ty sam i tylko Ty wiesz wszystko. Wierzę w to, że Ty wiesz, co jest dla mnie najlepsze. Wierzę, że Ty mnie kochasz bardziej niż ja sam siebie. Z całego serca dziękuję Ci za to, że nie zostawiłeś mnie samego sobie, ale poleciłeś mi oddać się w Twoje ręce. O Boże, dzięki Twojej łasce mogę iść za Tobą. Nie chcę już wyrywać się samotnie, ale chcę czekać na Ciebie, na Twoje prowadzenie. A gdy będziesz mi przewodzić, chcę podążać bez lęku.

Daj mi, Panie, spokojną noc, błogosław mnie i czuwaj nade mną.

† W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Amen.



## Część II

# MODLITWY W RÓŻNYCH POTRZEBACH

### MODLITWY

### ZWIĄZANE Z SAKRAMENTEM POKUTY

*Najpierw uświadom sobie, że przez grzechy oddaliłeś się od Boga. Stałeś się biedny i osamotniony, bo pozbawiony Jego łaski. Lecz Pan Jezus, zawsze dobry i miłosierny, zaprasza cię do powrotu; już długo czekał na ciebie, a teraz wychodzi ci na spotkanie. Chce przywrócić ci ten pokój, który utraciłeś oraz radość, której szukasz. Aby ci udzielić swego przebaczenia, ustanowił sakrament pokuty, czyli spowiedź, w której udziela swemu bezpośredniemu przedstawicielowi, kapłanowi, władzy uwalniania od wszelkiego grzechu. Przyjmij to wezwanie. Połóż kres niepokojom twego ducha. Wróć z żalem i postanowieniem pojednania się z Nim.*

*Modlitwa przed spowiedzią:*

Panie mój i Boże, oto znów klęczę u Twoich stóp, pełen słabości i grzechów. Ty obiecałeś mi miłosierdzie i dlatego przychodzę. Kieruj moim rozumem, abym poznał wszystkie moje winy. Pobudź me serce, by z najżywszym żalem odwróciło się od nich. Podtrzymaj mą wolę w jak najskuteczniejszym postanowieniu poprawy. Maryjo Przenajświętsza, Pośredniczko odkupienia i miłosierdzia, pomóż mi odprawić dobrą spowiedź.

*Przeprowadź teraz rachunek sumienia z okresu od ostatniej dobrej spowiedzi. Rozpoznawaj grzechy popełnione myślą, słowem, uczynkiem i zaniedbaniem – wymierzone bezpośrednio przeciwko Bogu, przeciwko bliźnim i przeciwko sobie samemu. Po rachunku sumienia wzbudź akt żalu i mocne (realne) postanowienie poprawy. Proś Pana o przebaczenie wszystkich Twoich grzechów.*

Ach, żałuję za me złości, jedynie dla Twej miłości. Bądź miłościw mnie grzesznemu, całym sercem skruszonemu.

### Modlitwy związane z sakramentem pokuty

*Możesz także odmówić psalm 51, modlitwę skruszonego Dawida: Zmiłuj się nade mną, Boże ... (s. 36-37).*

*Następnie przystąp z wiarą i pokorą do spowiedzi. Pamiętaj, że kapłan reprezentuje Jezusa, dlatego jest ojcem, który rozumie twoje słabości i pragnie ci pomóc z nich się uwolnić.*

*Po wyznaniu grzechów oraz po przyjęciu rozgrzeszenia wypełnij pokutę, jaką spowiednik ci nałożył, aby usunąć karę doczesną za popełnione winy. Z własnej inicjatywy możesz dodać jakiś dobry uczynek, jakąś ofiarę, aby otrzymać od Boga pomoc w wypełnieniu twoich postanowień.*

#### *Modlitwa po spowiedzi:*

Panie, dziękuję Ci, że udzieliłeś mi Twojego przebaczenia i znów okazałeś miłosierdzie. Ujmij mnie za rękę, abym mógł zawsze postępować Twoją drogą, którą zechciałeś mi ukazać. Daj mi Twą siłę, abym umiał stawiać czoło pokusom i stanowczo zniechęcić wszystko, co jest obrazą Twojej dobroci. Maryjo Przenajświętsza, mój Aniele Stróżu, pomóżcie mi zachować wierność obietnicom i wytrwałość w dobrym. Amen.

## **MODLITWY**

### **ZWIĄZANE Z KOMUNIA ŚW.**

*Oczekując na przyjęcie komunii świętej możesz tak się modlić:*

Panie mój, Jezu Chryste, wierzę całą duszą, że jesteś rzeczywiście obecny w Najświętszym Sakramencie Ołtarza z ciałem, krwią, duszą i bóstwem. Cześć Ci oddaję i uznaję za mego Stwórcę, Pana, Odkupiciela i moje najwyższe, jedyne dobro.

Panie, ufam, że dając się mi cały w tym Boskim Sakramencie, ulitujesz się nade mną i udzielisz wszelkich łask, jakie są konieczne dla mojego wiecznego zbawienia.

Panie, kocham Cię całym sercem i ponad wszystko, bo Ty jesteś moim Odkupicielem i moim Bogiem, nieskończenie godnym miłości. Przez wzgląd na Twoją miłość kocham mojego bliźniego jak siebie samego i z serca przebaczam tym, którzy mnie obrazili.

Panie, nienawidzę wszystkich moich grzechów, ponieważ obrażają Ciebie i czynią mnie niegodnym przyjęcia Ciebie do mojego serca. Postanawiam z Twoją łaską nie popełniać ich w przyszłości, unikać okazji i czynić pokutę.

Panie, pragnę gorąco, abyś przyszedł do mojej duszy, abyś ją uświęcił i uczynił całkowicie Twoją z miłości, tak abym się nigdy nie odłączył od Ciebie, lecz zawsze żył w Twojej łasce.

*Po komunii świętej:*

Panie mój Jezu Chryste, wierzę, że rzeczywiście jesteś we mnie z Twoim ciałem, krwią, duszą i bóstwem, i unizony w mojej nicości cześć Ci oddaję z głębi serca jako memu Bogu i Panu.

Panie, dziękuję Ci, że przyszedłeś do mojej duszy i zaspokoiliś moje pragnienia. Moje serce raduje się z powodu tak wielkiej Twojej łaskawości i bezpiecznie w Tobie spoczywa.

Panie, oddałeś mi się cały, ja też cały Tobie się oddaję. Ofiaruję Ci moje serce i duszę, poświęcam Ci całe moje życie i chcę do Ciebie należeć przez całą wieczność.

Panie, udziel mi wszystkich łask duchowych i doczesnych, które uznasz za pożyteczne dla mojej duszy. Wspomagaj moich krewnych, dobroczyńców, przyjaciół, przełożonych. Błogosław świętemu Kościołowi, naszej Ojczyźnie, naszym rodzinom i spraw, aby panował na ziemi Twój pokój i Twoja miłość.

*Modlitwa do Jezusa Ukrzyżowanego*

Oto ja, dobry Jezu, upadam na kolana przed Twoim obliczem i z największą gorliwością ducha proszę Cię i błagam, abyś wszczepił w moje serce najżywsze uczucia wiary, nadziei i miłości oraz prawdziwą skruchę za moje grzechy i silną wolę poprawy. Oto z sercem przepelnionym wielkim uczuciem i z boleścią oglądam Twoje pięć ran i w duchu się w nich zatapiam, pamiętając o tym, dobry Jezu, co już prorok Dawid włożył w Twoje usta: „Przebodli ręce moje i nogi, policzyli wszystkie kości moje” .

## **INNE MODLITWY**

### **Modlitwa za Ojczyznę**

Boże wszechmogący, Panie zastępów, padamy do stóp Twoich w dziękczynieniu, że przez wieki otaczałeś nas swą przemożną opieką. Dziękujemy Ci, że ojców naszych wyprowadziłeś z rąk ciemieżców, najeźdźców i nieprzyjaciół. Błogosławimy Cię za to, że po latach niewoli obdarzyłeś nas na nowo wolnością i pokojem.

W tej chwili, kiedy tyle sił potrzeba naszemu Narodowi, aby zachować wolność, prosimy Cię



Boże, napełnij nas mocą Ducha Twojego. Uspokój serca, dodaj ufności w Twą miłość, oświeć zaćmione umysły naszych braci. Wzbudź w Narodzie chęć do cierpliwej walki o zachowanie pokoju i wolności. Spraw, byśmy stali się zdolni własnymi rękami i wzajemną solidarnością w służbie Twojego Krzyża zachować Twoje Królestwo w nas, w naszych rodzinach, w naszym Narodzie jak za czasów naszych praojców. Wybaw nas od głodu, nędzy i wojny. Obdarz nas chlebem. Błogosław naszej pracy. Udziel nam łaski głębokiej, rzetelnej odnowy ducha Narodu, aby każdy z nas podjął trud osobistej przemiany życia, włączając się w wielkie dzieło społecznego odrodzenia Ojczyzny.

Boże, niech Duch Twój zmienia oblicze ziemi i umacnia Twój lud. Daj nam, o Panie, abyśmy pozostali zawsze wierni Chrystusowi i Ojczyźnie. Amen.

### **Modlitwa za rodziców**

Boże, Zbawicielu nasz najłaskawszy, któryś rozkazał czcić ojca i matkę, Jezu najpokorniejszy, wzorze posłuszeństwa synowskiego, któryś umierając na krzyżu, pociechę i opiekę Matce

## Część II: Modlitwy w różnych potrzebach

---

swej obmyślił, natchnij mnie cnotą przykładnej miłości i czci dla mych rodziców. Błogosław ich dobrym zamiarom i postanowieniom, daj im zdrowie i umysł swobodny, wesoly i szczęście prawdziwe. Spraw, proszę, abym za dobrodziejstwa, którymi mnie obsypują, wywdzięczyć im się zdołał. Niech nigdy z mej przyczyny ani gniewu, ani zmartwienia nie doznają, ale owszem, niech się stanę dla nich pociechą i w starości podporą. O Boże, użycz mi łaski Twojej, abym rodziców szanował, był im posłuszny, abym przywiązaniem swoim, troską o nich i cnotliwym życiem choć w części wynagrodził ich trudy, jakie dla mnie ponosili i ponoszą. Dozwól im czerstwej i sędziwej doczekać starości, a gdy ich powołasz przed oblicze Twoje, okaż im miłosierdzie i przyjmij do chwały swojej. Przez Jezusa Chrystusa, Pana naszego. Amen.

### **Modlitwa za ukochaną osobę**

Panie Jezu Chryste, który, umiłowawszy wszystkich, wydałeś się na mękę i śmierć za cały rodzaj ludzki, w szczególny jednak sposób ukochałeś wybranych swoich i nad śmiercią Łazarza płakałeś, miej w swojej łaskawej opiece

i od wszelkich złych przygód i niebezpieczeństw zachowaj sługę Twego (służebnicę Twoją) ... za którego (którą) najpokorniejsze modły do tronu miłosierdzia Twojego zanoszę. Niechaj we wszystkim i zawsze spoczywa nad nim (nią) błogosławieństwo Twoje. Zwłaszcza zaś duszy jego (jej) racz zgotować życie wieczne w królestwie świętych. Amen.

### **Modlitwa o zachowanie od nagłej śmierci**

Panie Jezu Chryste, który nie chcesz śmierci grzesznika, ale żeby się nawrócił i żył, każda prośba u Twojego majestatu nosi w sobie nadzieję otrzymania miłosierdzia. Tyś bowiem powiedział: „O cokolwiek w Imię moje prosić będziecie, stanie się wam”. Proszę Cię przez najświętsze Imię Jezus, przez rany Twoje, abyś w godzinie śmierci raczył mi zostawić zupełną świadomość, mowę, żal serdeczny za grzechy, prawdziwą wiarę, mocną nadzieję i doskonałą miłość. Daj, abym czystym sercem mógł wymówić w ostatni czas zgonu mego: „W ręce Twoje, Boże, polecam ducha mego”. Amen.

### **Modlitwa w bezsennej nocy**

Świat wokół mnie jest jak wymarły, wszystko leży w głębokim śnie – ale Ty trwasz przy mnie: Ty, Boże żywy, wszędzie obecny, patrzysz na mnie i teraz, w martwej ciszy tej nocy, widzisz moją niedolę, słyszysz moją skargę. Nie zapomniałeś o mnie. Czekam z poddaniem na Twoją pomoc. Jeżeli dobrodziejstwo snu, nie jest teraz moim udziałem, pociesza mnie dobroć Twoja, którą odnawiasz wobec mnie każdego dnia. Przygotowałeś już dla mnie ochłodę po trudzie życia, radość po cierpieniu. Skończy się kiedyś moja udręka i będę oglądał Ciebie w krainie żyjących. A choćbym kroczył ciemną doliną śmierci, nie będę się lękał, bo Ty jesteś ze mną.

Jakim błogosławieństwem jest dla mnie teraz wiara w Twoje słowo. Kiedyś skończą się dla mnie wszystkie sprawy tego świata, wszystkie ziemskie radości, odejdą wszyscy przyjaciele. Zostaniesz tylko Ty, Boże. Tobie chcę zaufać, Ciebie czcić, Ciebie kochać. Ty bądź mi i pozostań jedynym, najwyższym dobrem.

Tę noc bezseną chcę wykorzystać, aby głębiej wejść w siebie, by usłyszeć, co mówisz do mnie przez głos mego sumienia, przez Twoje słowo i Ducha Twojego. W samotności tej nocy

chcę przed Tobą, który mnie słyszysz, postanowić, co jest ku memu zbawieniu. Obym przynajmniej u kresu mego życia stał się tym, czym już dawno być powinienem – posłusznym dzieckiem Twoim. Ojcze, pomóż mi, niech się nim stanę. Amen.

### **Modlitwa w każdej potrzebie**

Do Ciebie Wszchemogący, wieczny Boże, którego miłosierdzie i dobroć są nieograniczone, ja, grzeszny przychodzę ze skruszonym sercem i dziecięcym zaufaniem i błagam Cię w pokorze: nie odrzucaj mnie od oblicza Twojego. Ty mnie z niczego stworzyłeś, z miłości ku mnie swym dzieckiem uczyniłeś, odkupiłeś i uświęciłeś. Ty każdego grzesznika pokutującego przyjmujesz i grzechy mu odpuszczasz, ulituj się przeto, Ojcze miłosierny, i nade mną. Otwórz skarby Twej niewysłowionej dobroci i udziel mi w Twej szczodropliwości... (*wymień prośbę*). O Panie, obróć Twe miłosierne oczy na mnie, Twoje niegodne stworzenie i bądź miłościw mej prośbie. Jeszcze raz błagam, o Panie, przez wszystko to, co Ci jest miłe w niebie i na ziemi, wysłuchaj mej prośby. Amen.

### **Być szczęśliwym**

Poprosiłem Boga o siłę, by osiągnąć sukces. Uczynił mnie słabym, bym nauczył się posłuszeństwa.

Poprosiłem o zdrowie, by dokonywać wielkich rzeczy. Dał mi ułomność, bym czynił ludzi lepszymi.

Poprosiłem o bogactwo, by być szczęśliwym. Dał mi ubóstwo, by stać się mądrym.

Poprosiłem o władzę, by mieć uznanie ludzi. Dał mi słabość, abym poczuł, że potrzebuję Boga.

Poprosiłem o towarzysza życia, aby nie być sam. Dał mi serce, abym mógł się cieszyć ze wszystkiego.

Nie otrzymałem nic z tego, o co prosiłem, ale otrzymałem wszystko, czego oczekiwałem.

Prawie wbrew mnie samemu modlitwy, których nie wyraziłem, zostały wysłuchane.

Należę do najszczęśliwszych ludzi.

### **Żyj dniem dzisiejszym**

Żyj dniem dzisiejszym. Bóg ci go dał, więc należy do ciebie, przeżywaj go w Nim. Nie przenoś na jutro troski dnia dzisiejszego. Jutro należy do Boga, oddaj to Jemu. Chwila obecna

jest kruchą kładką: jeśli ją obciążysz wczorajszym żalem i obawą o jutro, to mostek się złamie, a ty stracisz grunt pod nogami. Nie martw się przeszłością – Bóg ją przebacza; ani o przyszłość – Bóg ją da. Żyj dniem dzisiejszym w jedności z Bogiem.

### **Przyjdź, Panie, i zamieszkać we mnie**

Przyjdź, Panie i zamieszkać we mnie, niech moje życie stanie się Twym domem. Tak wiele osób w nim mieszkało, a dla Ciebie nie było miejsca. Goście, którym otwierałem drzwi, pustoszyli go i niszczyli, aż czasem chciało się z niego uciec. Panie, wprowadź się do pustych pokojów, napełnij mój dom swym światłem i swoją obecnością. Wejdz także do ostatnich pomieszczeń – do tych zapomnianych komnat grzechu. Przyjdź z cudem swojej przyjaźni i zostań ze mną na zawsze. Amen.

### **Bądź mi nauczycielem, Panie Jezu**

Potrzebuję Cię, Panie, bądź moim nauczycielem. Potrzebuję Cię co dzień. Daj mi jasność sumienia, tylko dzięki niej poczuję i będę mógł pojąć Twojego Ducha. Moje uszy są głuche, nie słyszę Twojego głosu. Moje oczy są ślepe, nie

## Część II: Modlitwy w różnych potrzebach

---

widzę Twoich znaków. Ty sam wyostrz mój słuch, rozjaśnij mój wzrok i oczyść moje serce. Naucz mnie siedzieć u Twych stóp i słuchać Twoich słów. Amen.

### **Nietypowe wezwania do Ducha Świętego**

Duchu Święty – Źródło mądrości – Tchnienie Boga – Dawco życia!

Zaskocz mnie pośrodku codziennego życia. Obudź we mnie talent, żebym pracował. Działaj we mnie, żeby zmniejszyło się moje „ja”. Rozpal swój charyzmat, abym świadczył o Tobie. Dogoń mnie, gdy ucieknę. Zawróć mnie, gdy błąkam się bez celu. Ożyw mnie, gdy opadnę z sił. Uskrzydłaj mnie, gdy tworzę. Pospiesz mi naprzeciw, gdy Cię szukam. Oczyść mnie, gdy jestem kuszony. Rozżarz mnie, gdy staję się letni. Napełnij mnie, gdy jestem pusty. Obejmij mnie, gdy czuję się opuszczony. Módl się we mnie, gdy brak mi słów.

### **Prośba o uwolnienie od bożków**

Bądź uwielbiony, mój Boże, za to, że pomagasz mi się uwolnić od rzeczy, osób czy idei, które mnie niszczą i które mnie od Ciebie oddalają. Tylko Ty wiesz, co dla mnie dobre. Ciebie



jedynego wyznając jako Boga. Wspieraj mnie na drodze mego życia, abym nigdy nie postawił sobie za bożka: ani pieniędzy, ani władzy, ani sławy, ani kariery, ani wygodnictwa, ani przyjemności, ani posiadania, ani mody, ani chęci przypodobania się, ani seksu, ani wyglądu, ani internetu, ani popularności, ani narkotyków, ani żadnego człowieka, ani żadnej ideologii.

Ty wyzwalasz od pustych ideologii, od nierzeczywistych wyobrażeń, od wirtualnego świata, od ludzi sprowadzających na złą drogę. Wiem, że nie jesteś Bogiem umarłych, lecz żywych. Bądź uwielbiony, mój Boże, który uwolniłeś mnie od śmierci! Amen.

### **Mój Panie i Boże**

Panie mój i Boże: zabierz ode mnie wszystko, co mnie od Ciebie oddala; daj mi wszystko, co mnie do Ciebie przybliży; weź mnie całego, żebym mógł cały Ci się oddać. Amen.

### **Na drodze życia**

Pozwól mi modlić się za wszystkich, którzy idą swoją drogą życia:

## Część II: Modlitwy w różnych potrzebach

---

za zarozumiałych, aroganckich, wyniosłych, i za to, co we mnie jest zarozumiałe, aroganckie i wyniosłe.

Za ociążałych, zniechęconych życiem, zrezygnowanych, i za to, co we mnie jest dotknięte zniechęceniem i rezygnacją.

Za tych, którzy są najedzeni, zaślepieni konsumpcją i zadowoleni z siebie, i za to, co we mnie jest najedzone, ślepe i zadowolone z siebie.

Za tych, którzy są źli, stosują przemoc i kierują się żądzą zemsty, i za to, co we mnie jest złe, pełne przemocy i żądy zemsty.

Za tych, którzy są nieczuli, którzy w miłości szukają tylko samych siebie, i za to, co we mnie jest nieczułe i szuka tylko siebie.

Za tych, którzy są zazdrośni, zawistni, w każdym widzą tylko rywala, i za to, co we mnie jest zazdrosne, zawistne, nastawione na rywalizację.

Za skąpych, których napędza żądza posiadania i którzy nie spoczną, dopóki nie zdobędą wszystkiego, i za to, co we mnie jest skąpe i przeszkadza mi w dzieleniu się z innymi.

Ty, Panie, wyruszyłeś w drogę i idziesz przez czas, aby dotrzeć do każdego w swoim czasie. Przyjdź także do mnie i zmień moją pychę w pokorę, moją ociążałość w odwagę, moją

sytość w niepokój, moją złość w umiejętność zaprowadzania pokoju, moją obojętność w miłość, moją zazdrość w zainteresowanie, moje skąpstwo w pełnię życia i moją śmierć w życie. Amen.

### **Zmiłuj się nade mną**

Mój Panie i Boże, z Bartymeuszem wołam do Ciebie: Zmiłuj się nade mną! Zmiłuj się nad ciemnością, która jest we mnie, i bądź moim światłem. Zmiłuj się nad moją słabością i bądź moją siłą. Zmiłuj się nad moim opuszczeniem i bądź moim przyjacielem. Zmiłuj się nad moją tęsknotą i bądź moją prawdą. Wezwij mnie do Ciebie – przyjdę! Amen.

### **To ktoś inny**

Panie, to ktoś, z kim nie mogę się porozumieć. On należy do Ciebie, Ty go stworzyłeś. Nawet jeśli nie chciałeś, żeby taki był, to pozwoliłeś mu na to.

Jeśli Ty go akceptujesz i wspierasz, mój Boże, to ja też chcę go akceptować i wspierać, tak jak Ty akceptujesz mnie i wspierasz. Amen.

### **Przepelniony miłością**

Ty, o Panie, zwracasz się z radością i miłością, by podnieść obrażającego Cię, a ja nie zwracam się, by podnieść mego przyjaciela i okazać mu szacunek.

Przyjdź do mnie, Panie, przychodź mi zawsze z pomocą, żebym razem z Tobą stawał się człowiekiem przepelnionym miłością. Amen.

### **Ojcze, daj nam mądrość**

Ojcze, daj nam mądrość rozpoznawania Ciebie; zapal, by Cię szukać; cierpliwość, by czekać na Ciebie; serce, żeby rozmyślać o Tobie; i życie, żeby Ciebie głosić w mocy Ducha Pana naszego, Jezusa Chrystusa. Amen.

### **Modlitwa uczących się**

Stworzycielu wszechświata, źródło światła i mądrości, potężny Początku wszystkich rzeczy, rozświetl swoją jasnością ciemności mego umysłu i zdejmij ze mnie mrok mojego grzechu i niewiedzy. Daj mi bystrość, żebym mógł pojąć, dobrą pamięć, żebym mógł zapamiętać, zdolność do właściwego i dogłębnego zrozumienia, delikatność i dokładność wyjaśniania, pełnię i wdzięk w wyrażaniu. Gdy rozpoczy-

nam, poucz. Gdy rozwijam temat, kieruj. Gdy kończę, wypełnij. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

### **Rozróżniać w Twoim świetle**

Mój Boże, nie robię tego, co chcę, robię to, czego nie chcę. Wszystko odwlekam i nie mogę się zdecydować.

A potem jest już za późno i decyzje zapadają beze mnie. Nie kieruję swoim życiem, tylko jestem kierowany i nie wiem, kto mnie prowadzi i dokąd.

Podaruj mi, proszę, Ducha Świętego, Twoje Światło, żebym umiał odróżniać: to, co najważniejsze, od tego, co mniej ważne; dobro od zła; prawdę od kłamstwa; Twój głos od moich pomysłów; to, co mnie z Tobą łączy, od tego, co mnie od Ciebie oddala.

Panie, podaruj mi dobrą wolę i zdolność, odwagę, siłę i zaufanie, żebym mógł podejmować właściwe decyzje i wybierał to, do czego Ty mnie powołałeś, czym chcesz mnie obdarować i co mnie i moich bliskich doprowadzi do Ciebie. Amen.

### **To, co mi powierzono**

Boże, nasz Ojczy, cudowne jest twoje stworzenie. Wszystko, co stworzone, pochodzi z Twojej ręki. Mnie także powołałeś do istnienia, jestem częścią długiego łańcucha, mostem między ludźmi i pokoleniami. I dałeś mi zadanie na życie, misję, której nikt poza mną nie może wypełnić: wprowadzać pokój, czynić dobro, służyć prawdzie, żyć Twoim słowem wszędzie tam, gdzie jestem i gdziekolwiek się znajdę. Amen.

### **Pomóż mi wybrać to, co prowadzi do celu**

Wszechmogący, wieczny Boże, Ty stworzyłeś mnie, moich braci i siostry, żebyśmy Ciebie szukali, żebyśmy Cię znali, żebyśmy Cię kochali, żebyśmy Tobie służyli i w przyszłości do Ciebie doszli. To Ty dałeś ludziom wszystko, co istnieje na ziemi, żeby mogli żyć zgodnie z Twoim wezwaniem i swoim powołaniem.

Podaruj mi jasność, żebym rozpoznawał i wybierał to, co mnie prowadzi do Ciebie, i odrzucał to, co mnie od Ciebie oddziela. Daj mi swojego Świętego Ducha, żebym tęsknił jedynie za tym i wybierał jedynie to, co mnie bardziej prowadzi do celu i do czego zostałem stworzony. Amen.

### **Przyjdź, Panie Jezu**

Panie Jezu Chryste, szukaj z czułością mnie, Twego sługi. Przyjdź, Dobry Pasterzu, i szukaj mnie, Twojej zagubionej i zmęczonej owcy.

Przybądź Oblubienico – Kościele, litościwa i święta Matko! Szukaj zagubionej drachmy z wytłoczonym na niej, choć mocno zatartym, wizerunkiem Króla niebios.

Przyjdź, Ojczy Miłosierdzia! Przygarnij zagubionego i marnotrawnego syna, który wraca do Ciebie. Odłóż karzący bicz. Okaż mu dobroć i łagodność.

Przyjdź, o Panie! Tylko Ty możesz przywołać błądzącego i pokryć jego długi. Tylko Ty możesz odnaleźć zagubionego i przywrócić do łask wydziedziczony.

Przybądź! Stań się sprawcą zbawienia na ziemi i radości w niebie. I nawróć mnie do siebie! Daj mi łaskę czynienia prawdziwej i doskonałej pokuty, abym stał się powodem do radości dla aniołów i przykładem pokory dla ludzi. Panie, obdarz mnie łaską zbawienia. Przez Pana naszego Jezusa Chrystusa, który żyje i króluje w niebie i na ziemi po wszystkie wieki wieków. Amen.

### **Ty mnie wzywasz**

Wierzę, Panie, że wzywasz mnie do szczęścia, do nowego życia, do nieba, które zaczyna się na ziemi, do zadań na tym świecie, do ludzi i do wspólnoty, która sięga do nieba. Wierzę, Panie, że mnie wzywasz. Ale często nie słyszę tego wołania. Pozwól mi Ciebie słyszeć i rozumieć w Twoim słowie. Przywołuj mnie, żebym Cię szukał i znajdował. Poślij mnie do ludzi, którzy powiedzą mi prawdę o Tobie, o mnie, o szczęściu, o nowym życiu i o niebie. Amen.

### **Modlitwa za przyjaciół**

Dobry Boże, powierzam Ci tych, których kocham, moich przyjaciół, i tego jednego człowieka, który jest mi najbliższy.

Zachowaj ich od złego i prowadź bezpiecznie na każdej drodze. Pomóż nam rozróżniać: to, co nas łączy, a co dzieli; co nas uwzniośla, a co przytłacza; kiedy możemy być dla siebie, a kiedy nie.

Rozjaśnij nasze spojrzenie, umocnij nasze serca, pobłogosław naszą przyjaźń, kieruj naszymi krokami pozwól nam pozostawać w Twojej miłości. Amen.



### **Modlitwa za moich rodziców**

Boże, mój Stwórco, tak jak kiedyś złożyłeś mnie w ręce moich rodziców, weź dziś moich rodziców i ich drogi w swoje ręce.

Dziękuję Ci za to, że są. Znieśli ból rodzenia, troski i rozstania. Przyjęli mnie i posłali w świat. Proszę Cię o Twoją miłość dla nich. Amen.

### **Za tego, którego być może kiedyś mi dasz**

Boże wierny, jeśli zechcesz, kiedyś się z kimś związę. Niezależnie od tego, kto to będzie, i niezależnie od tego, gdzie on jest, już dziś proszę Cię za tego człowieka: Każdego dnia obdarzaj go błogosławieństwem i chroń go przed złem, spraw, by wzrastała w nim wiara w Ciebie, zachowaj go od niewłaściwej miłości, przed zranieniem na ciele, duszy i sercu. Pozwól nam obydwójgu czuwać i poszukiwać siebie w spokoju i zaufaniu, i daj nam się spotkać, jak Ty tego chcesz. Amen.

### **Za tego, który został mi odebrany**

Boże żywych i umarłych, przedkładam Ci N.N., człowieka, który był mi tak bliski i którego bardzo mi brakuje. Jego śmierć sprawiła, że od-

## Część II: Modlitwy w różnych potrzebach

---

czuвам wielki smutek. Dzięki Ci, Panie, za naszą bliskość: za to, kim on był dla mnie; za to, czego razem doświadczyliśmy i co razem dzieliiliśmy; za to, co nas cieszyło i przybliżało do siebie. Dzięki Ci za to, w czym był wyjątkowy, za jego sposób postrzegania świata i mnie. I za to, czego nikt nie potrafił dostrzec tak jak on.

Proszę Cię za niego: przebacz mu jego winy, ulecz jego rany, spójrz miłosiernym okiem na całe jego życie. Podaruj mu radość z oglądania i kochania Ciebie w nowym życiu, którego śmierć nie może zniszczyć. Spraw, bym pozwolił mu odejść do Ciebie. Ty powiedziałaś, że Twoja miłość jest silniejsza niż śmierć. Pociesz mnie, Panie, wiarą w zmartwychwstanie, kiedy wszyscy spotkamy się znów w Twoim świetle. Amen.

### **O najmniejszych**

Ty, Panie, przede mną szedłeś do tych najmniejszych braci naszych, do głodnych i spragnionych, do nieznanym i nagim, do chorych i uwięzionym.

Weź mnie ze sobą do nich, Panie, żeby im znalazł, a przez nich Ciebie, żebyśmy znów stali się siostrami i braćmi i byli razem przed Tobą.

Niech to, co dla nich uczynię, będzie czynione z Tobą i także dla Ciebie. Niech to, czym się obdarujemy, będzie nam dane przez Ciebie.

Jeśli służymy sobie nawzajem, służymy Tobie i Twojemu królestwu, którego pośród nas nie może zbudować nikt poza Tobą. Amen.

### **Panie, otwórz moje oczy**

Panie, otwórz moje oczy na cuda Twej miłości. Z niewidomym wołam: Panie, spraw, abym przejrzał! Otwórz moje uszy, Panie, na wołanie moich braci. Nie dozwól, by serce moje było nieczułe na ich niedolę. Otwórz moje ręce, Panie, ubodzy stoją przed moimi drzwiami i oczekują pomocy. Chryste, pomóż mi się z nimi dzielić! Amen.

### **Daj nam serce żywe**

Panie, mój Boże, Ty jesteś większy niż nasze słowa, bardziej milczący niż nasze milczenie, głębszy niż nasze myśli, wyższy ponad nasze pragnienia. Daj nam, o Boże najwyższy, tak wielki i tak bliski, daj nam serce żywe, oczy nowe, ażeby Ciebie odkryć, ażeby Ciebie przyjąć, kiedy przychodzisz do nas.

### **Do świętego Patrona**

Święty (Święta) ...! Od chrztu noszę Twoje imię. Wstawiaj się za mną u Boga mocą swojej modlitwy, ogromem Twojej nadziei, odwagą Twojej miłości. Wspieraj mnie, żebym jak Ty dziś usłyszał wezwanie do świętości, które pochodzi od Boga, i życiem dał na nie odpowiedź, którą daje mi Bóg, i kiedyś z Tobą i wszystkimi świętymi otrzymał koronę życia. Amen.

### **Do św. Józefa o cnotę czystości**

Święty Józefie, Twojej straży została powierzona sama Niewinność – Jezus Chrystus i Najświętsza Maryja Panna. Przez ten podwójny Skarb Tobie powierzony, Jezusa i Maryję, błagam Cię, strzeż mnie od wszelkiej nieczystości i pomóż zachować czystość, abym myślą nieskalaną, sercem niewinnym i czystym ciałem zawsze służył Jezusowi i Maryi. Amen.

### **Do św. Jana Pawła II**

Święty Janie Pawle II, całkowicie oddany Chrystusowi przez Maryję. W mocy Ducha niosłeś ludziom orędzie o Ojcu bogatym w miłosierdzie. Dziękujemy za świadectwo twojego świętego życia i każdy dar otrzymany od Boga przez

Twoje wstawienictwo. Wspieraj nas nadal w pielgrzymce wiary. Prowadź do Jezusa, ucz odpowiedzialności za Kościół i za świat, pomóż realizować powołanie, dodawaj siły w walce z grzechem i wspieraj w dążeniu do świętości. Okaż się skutecznym orędownikiem wszystkich, którzy w swoich potrzebach zwracają się do Ciebie, aby wsparci łaską, mogli wielbić Boga w Trójcy Świętej Jedyne go, który żyje i króluje na wieki wieków. Amen.

### **Ty dałeś nam ciało**

Miłosierny, łaskawy Boże! Ty dałeś nam usta, żeby głosiły Twoją chwałę. Ty dałeś nam stopy, żeby niosły Twoje zbawienie. Ty dałeś nam kolana, żeby z czcią się przed Tobą ugięły. Ty dałeś nam ręce, żeby się do Ciebie wznosiły w podziękowaniu i prośbie, i żebyśmy przez nie czynili dobro wobec naszych bliźnich. Ty dałeś nam uszy, żeby słuchały Twojego głosu. Ty dałeś nam serce, żeby płonęło Twoją miłością i wszystkie członki nakłaniało do służby Tobie.

Pomóż nam, byśmy Tobie i naszym bliźnim służyli z radością wszystkimi naszymi darami. Amen.

### **Przyzdób moje serce**

Przyzdób moje serce, Panie, swoją obecnością, zamień je w swoje mieszkanie! Ty jesteś gościem oczekiwanym, Przyjacielem, którego chcę przy sobie zatrzymać. Tobie, któremu należy się pałac, mogę zaoferować jedynie nędzną chatę.

Przyzdobię mój dom tęsknotą i pragnieniem. A potem blask nieba rozjaśni moje mieszkanie. Mój dom stanie się katedrą, serce – tabernakulum.

Przyzdób moje serce, Panie, swoją obecnością, zamień je w swoje mieszkanie. Amen.

### **O siłę**

Niczym więc jest nawet świętość, Panie, jeśli Ty cofniesz swoją rękę. Nic nie zdziała mądrość, jeśli Ty rządzić przestaniesz. Nic nie poradzi siła, jeżeli odmówisz obrony. Pozostawieni sobie pograżamy się i giniemy. Nawiedzeni przez Ciebie prostujemy się i oddychamy. Niestali jesteśmy, ale Ty nas umacniasz.

### **Prowadź mnie**

Proszę Cię, Panie, trzymaj nade mną rękę swej opieki, prowadź mnie zawsze i bądź mi obroną.

Nie opuszczaj mnie nigdy i wspieraj swą mocą. Daj mi cierpliwość, która czeka tylko na Ciebie. Amen.

### **O pogodę ducha**

Boże, użyż mi: pogody ducha, abym godził się z tym, czego zmienić nie mogę; odwagi, abym zmieniał to, co zmienić mogę; mądrości, abym odróżniał jedno od drugiego. Amen.

### **Wplątany w sieć i uwikłany**

Stworzycielu rzeczywistego świata, składam przed Tobą to, co napotykam w internecie: wiele słów prawdziwych i fałszywych, wielu ludzi bliskich i dalekich, wiele zdarzeń ważnych i nieważnych, wiele obrazów świadczących o wielkości i nikczemności człowieka.

Uwolnij mnie, jeśli się zaplątałem w sieci, uzdrów moje serce zranione przez obrazy. Jeśli zostałem sprowadzony na manowce, wprowadź mnie na drogę prawdy. Spraw, bym odróżniał świat udawany od rzeczywistego, z mądrością wybierał to, co jest dla mnie dobre, z mocą sprzeciwiał się wszelkiej manipulacji, z umiarem używał tego, co mi dajesz, i każdego dnia odważnie żył z Tobą. Amen.

### **Z ciężkim sercem**

Żyjący Boże, Ty wiesz, jak ciężko mi na sercu. Nie wiem, co mam robić. Pomóż mi, Boże. Wierzę, że chcesz dla mnie dobrze, że stoisz za wszystkim co mnie spotyka, i że wszystko obróci się ku dobremu. Nie dopuść, żeby lęk zyskał władzę nade mną. Tobie powierzam ten dzień i całe moje życie. Prowadź mnie, jak chcesz i jak jest dla mnie dobrze. Czy będę żyć, czy umrę, jestem przy Tobie i Ty jesteś przy mnie, mój Boże. Amen.

### **Przyjdź do nas, Panie,**

Przyjdź do mnie, gdy ogarnie mnie noc!  
Przyjdź do mnie w noc rozczarowania,  
przyjdź do mnie w noc poczucia winy,  
przyjdź do mnie w noc lęku,  
przyjdź do mnie w noc nienawiści,  
przyjdź do mnie w noc samotności,  
przyjdź do mnie w noc utraconej miłości,  
przyjdź do mnie w noc zmartwienia,  
przyjdź do mnie w noc bólu,  
przyjdź do mnie w noc pytań,  
przyjdź do mnie w noc odrzucenia,  
przyjdź do mnie w noc zerwanych relacji,  
przyjdź do mnie w noc zwątpienia,



przyjdź do mnie w noc braku perspektyw,  
przyjdź do mnie w noc śmierci.  
Przyjdź do mnie w moją noc  
i pozostań przy mnie, Boże,  
każdej nocy. Amen

### **Kiedy zaczęła się choroba**

Właśnie zacząłem chorować. W pierwszym odruchu pomyślałem, że oto marnuje się moje życie. Pomóż mi, Boże, walczyć z tymi uczuciami. Z Tobą wszystko da się przeżyć. Najpierw nauczę się posłuszeństwa: lekarzom, tabletkom, opiece i środkom ostrożności. Będę uległy, ale nie do przesady: nie jestem tylko moją chorobą, nadal jestem człowiekiem! Spróbuję przetrwać momenty przeszywającego bólu. Z pokorą powiem: Panie, wejrzyj na swego biednego żołnierza, nie zabieraj mnie z pola bitwy, lecz daj siłę, bym wytrwał.

Będę się modlił. Będę miał na to czas. Pragnę być w samym środku Twego, Jezu Chryste, dzieła odkupienia, bardzo blisko Ciebie, bo szczytem Twojej zbawczej misji była właśnie godzina cierpienia. Panie, niech moje cierpienie przyniesie życie innym i mnie samemu. Amen.

### **W chorobie**

Panie, mam czas. Dużo czasu. Gdy byłem zdrowy, myślałem, że wspaniale byłoby mieć dużo czasu. A teraz mam czas z konieczności. Ale te godziny i dni są dla mnie czasem innego rodzaju. To czas na myślenie i czas zadumy, czas zadawania pytań i czas wyrzutów sumienia. Tak wiele myśli przechodzi mi przez głowę.

Panie, potrzebuję Cię: zachowaj moją pewność i moje zaufanie, że jesteś dobry dla nas, swoich dzieci. Bądź naszym Bogiem w radości i cierpieniu. Amen.

### **Przypominaj mi, Panie**

Przypominaj mi o niebie, Panie, i spraw, żebym pamiętał nie tylko o celu mojej drogi, lecz o niej samej. Przypominaj mi o Twoim królestwie, Panie, i gdy będę o nim myślał, nie pozwól mi zapomnieć o dniu codziennym, od którego zaczyna się Twoje królestwo. Przypominaj mi o Twoim przyjściu, Panie, i gdy będę myślał o swoim życiu, nie pozwól mi zapomnieć o Twojej śmierci, przez którą chcesz żyć ze mną w wieczności. Amen.

### **Bądź nam sędzią i łaskawym Ojcem**

Spójrz na nas, Panie, jak codziennie stajemy się sędziami innych ludzi, stawiamy ich przed trybunałem swojej bezwzględności i skazujemy nasze relacje na brak miłości. A przecież to Ty będziesz sądził nas wszystkich, kiedy nadejdzie czas.

Dziś w Twoje ręce oddaję sądenie ludzi, którzy są wokół mnie: moich rodziców i rodzeństwa; moich znajomych i przyjaciół; tych, których kocham i tych, których odrzucam; tych, którzy wobec mnie zawinili, i tych, wobec których ja zawiniłem; tych z którymi się rozstałem, i tych, z którymi trwam w konflikcie. Powierzam ich Twojemu miłosierdziu i proszę, żebyś był dla nich łaskawy.

Dziś także w Twoje ręce oddaję ostatni sąd nade mną samym. Każdego dnia bądź moim sędzią i miłosiernym, łaskawym ojcem, bo tylko Ty jesteś prawdziwie sprawiedliwy, łaskawy i miłosierny. Amen.

### **Nie lękaj się**

Boże, tak trudno jest wszystko zostawić i zrobić ten krok w kierunku Niewidzialnego, udać się na Wielkie Spotkanie.

## Część II: Modlitwy w różnych potrzebach

---

Lecz Ty, Panie, jesteś tu, jesteś tutaj. Obecności, która mnie przygarniasz, powtarzasz: „Nie lękaj się! Jestem twoim Pokojem! Dalej! Chodź!”.

Tak! Jesteś tu! Dziękuję!

### **Poślij mnie**

Poślij mnie, Panie, gdzie tylko Ci się podoba. Bo gdy Ty posyłasz, to jestem całkowicie pewien, że w każdym miejscu pomożesz mi wypełnić Twoje posłannictwo. Amen.

### **Akty strzeliste**

Jezu, Mistrzu, zmiłuj się nade mną!

Przy tobie, mój Boże, jestem spokojny.

Czy żyję, czy umieram, należę do Pana.

Panie, do kogo mielibyśmy pójść? Ty masz słowa życia wiecznego.

Pan mój i Bóg mój!

Zostań z nami, gdyż zbliża się wieczór i dzień dobiega końca.

Przyjdź, Panie Jezu!

## Część III

# LITURGIA GODZIN

*Liturgia Godzin, zwana popularnie brewiarzem, ma na celu uświęcanie wszystkich pór dnia i nocy. Wszyscy chrześcijanie są zachęcani, by w niej uczestniczyć tak pojedynczo, jak i – lepiej jeszcze – wspólnie, ponieważ jest to prawdziwie głos Oblubienicy przemawiającej do Oblubieńca, jest to wręcz modlitwa Chrystusa i Jego Ciała Mistycznego zwrócona do Ojca. Zachęca się do niej zwłaszcza pielgrzymów, którzy – jak wiadomo – nieustannie chcą się modlić duszą i ciałem.*

### WEZWANIE

Panie, otwórz wargi moje.  
A usta moje będą głosić Twoją chwałę.

*Antyfona:*

Przyjdźcie, radośnie śpiewajmy Panu, wznosmy okrzyki ku chwale Opoki naszego zbawienia.

*albo*

Przyjdźcie, uwielbiajmy Pana, do którego należy ziemia i wszystko, co ją napęlnia.

*Psalm 95. Wezwanie do chwaleń Boga*

Przyjdźcie, radośnie śpiewajmy Panu,\*  
wznosmy okrzyki ku chwale Opoki naszego  
zbawienia.

Stańmy przed obliczem Jego z uwielbieniem,\*  
z weselem śpiewajmy Mu pieśni.

*(powtarza się antyfonę)*

Bo Pan jest Bogiem wielkim,\*  
wielkim Królem nad wszystkimi bogami.  
W Jego rękę głębiny ziemi,\*  
szczyty gór do Niego należą.  
Jego własnością jest morze, które sam stworzył,\*  
i ziemia, którą ulepiły Jego ręce.

*(powtarza się antyfonę)*

Przyjdźcie, uwielbiajmy Go padając na twarze,\*  
klękajmy przed Panem, który nas stworzył,  
Albowiem On jest naszym Bogiem,†  
a my ludem Jego pastwiska \*  
i owcami w Jego rękę.

*(powtarza się antyfonę)*

Obyście dzisiaj usłyszeli głos Jego: †  
„Niech nie twardnieją wasze serca jak w Meriba,\*  
jak na pustyni w dniu Massa,  
Gdzie Mnie kusili wasi ojcowie,\*  
doświadczali Mnie, choć widzieli moje dzieła.

*(powtarza się antyfonę)*

Przez lat czterdzieści to pokolenie wstręt we  
Mnie budziło †  
i powiedziałem: «Są ludem o sercu zbłąkanym \*  
i moich dróg nie znają».  
Przeto przysiągłem w gniewie,\*  
że nie wejdą do mojej krainy spoczynku”.

*(powtarza się antyfonę)*

Chwała Ojcu i Synowi,\*  
i Duchowi Świętemu.  
Jak była na początku, teraz i zawsze,\*  
i na wieki wieków. Amen.

*(powtarza się antyfonę)*

## **JUTRZNIA**

Boże, wejrzyj ku wspomózeniu memu.  
Panie, pośpiesz ku ratunkowi memu.  
Chwała Ojcu i Synowi, i Duchowi Świętemu.  
Jak była na początku, teraz i zawsze,  
i na wieku wieków. Amen. Alleluja.

### *Hymn*

Kiedy ranne wstają zorze,  
Tobie ziemia, Tobie morze,  
Tobie śpiewa żywioł wszelki:  
Bądź pochwalon, Boże wielki!  
A człowiek, który bez miary  
Obsypany Twymi dary,  
Coś go stworzył i ocalił,  
A czemuż by Cię nie chwalił?  
Ledwie oczy przetrzeć zdołam,  
Wnet do mego Boga wołam,  
Do mego Boga na niebie,  
I szukam Go koło siebie.  
Wielu snem śmierci upadli,  
Co się wczoraj spać pokładli;  
My się jeszcze obudzili,  
Byśmy Cię, Boże, chwalili.  
Boże w Trójcy niepojęty,



Ojczy, Synu, Duchu Świąty,  
 Tobie chwałę oddajemy,  
 Niech dla Ciebie dziś żyjemy.

*I ant.* Człowiek rąk nieskalanych i czystego  
 serca wstąpi na górę Pana.

*Psalm 24. Pan wkracza do świątyni*

Do Pana należy Ziemia i wszystko, co ją napęlnia,\*  
 świat cały i jego mieszkańcy.

Albowiem On go na morzach osadził \*  
 i utwierdził ponad rzekami.

Kto wstąpi na górę Pana,\*  
 kto stanie w Jego świętym miejscu?

Człowiek rąk nieskalanych i czystego serca,†  
 którego dusza nie lgnęła do marności \*  
 i nie przysięgał kłamliwie.

On otrzyma błogosławieństwo od Pana \*  
 i zapłatę od Boga, swego Zbawcy.

Oto pokolenie tych, którzy Go szukają,\*  
 którzy szukają oblicza Boga Jakuba.

Bramy, podnieście swe szczyty,†  
 unieście się odwieczne podwoje,\*  
 aby mógł wkroczyć Król chwały!

„Któż jest tym Królem chwały?”†  
 Pan dzielny i potężny,\*

Pan potężny w boju.  
Bramy, podnieście swe szczyty, †  
unieście się, odwieczne podwoje, \*  
aby mógł wkroczyć Król chwały!  
„Któż jest tym Królem chwały?” \*  
Pan Zastępów, On jest Królem chwały.  
Chwała Ojcu... Jak była na początku...

*Ant.* Człowiek rąk nieskalanych i czystego serca  
wstąpi na górę Pana.

*2 ant.* Chodźcie, wejdźmy na górę Pana, do  
świątyni naszego Boga.

*Pieśń: Iz 2, 2-5. Świątynia Pańska światłością  
narodów*

Stanie się na końcu czasów, \*  
że góra świątyni Pańskiej  
Mocno osiądzie na górskich szczytach \*  
i ponad pagórki się wzniesie.  
Nadciągną do niej wszystkie narody, \*  
liczne plemiona pójdą wołając:  
„Chodźcie, wejdźmy na górę Pana, \*  
do świątyni Boga Jakuba!  
Niech On nas pouczy o swoich drogach, \*  
byśmy kroczyli Jego ścieżkami.

Bo Prawo wyjdzie ze Syjonu \*  
i z Jeruzalem słowo Pana”.

On będzie rozjemcą pomiędzy ludami,\*  
osądzi sprawy rozlicznych narodów.

Wtedy swe miecze przekują na pługi,\*  
a włócznie swoje na sierpy.

Naród przeciw narodowi nie wzniesie już oręża \*  
i nie będą się więcej ćwiczyć do wojny.

Chodźcie, domu Jakuba,\*  
postępujmy w światłości Pana!

Chwała Ojcu... Jak była na początku...

*Ant.:* Chodźcie, wejdźmy na górę Pana, do świątyni naszego Boga.

3. *ant.* Wielki jest Pan i godzien wielkiej chwały  
w mieście Boga naszego.

*Psalm 48. Dziękczynienie wyzwolonego ludu*  
Wielki jest Pan i godzien wielkiej chwały \*  
w mieście Boga naszego.

Święta Jego góra, wspaniałe wzniesienie,\*  
radością jest całej ziemi.

Góra Syjon, kres północy,\*  
jest miastem wielkiego Króla.

Bóg w zamkach swoich \*

okazał się obroną.

Oto połączyli się królowie \*  
i wspólnie natarli.

Zaledwie ujrzeni, zdrętwieli,\*  
zmieszali się i uciekli.

Chwyciło ich drzenie,\*  
jak ból rodzącą kobietę,

Jak wiatr ze wschodu,\*

który okręty z Tarszisz druzgocze.

Cośmy słyszeli, to i zobaczyli \*  
w mieście Pana Zastępów,

w mieście naszego Boga.\*

Bóg je umacnia na wieki.

Rozważamy, Boże, łaskawość Twoją \*  
we wnętrzu Twej świątyni.

Jak imię Twe, Boże, tak i chwała Twoja †  
sięga po krańce ziemi.\*

Prawica Twoja pełna jest sprawiedliwości.

Niech się weseli góra Syjon,†  
niech się radują miasta Judy \*  
z powodu Twych wyroków.

Obejdźcie Syjon dokoła,\*  
policzcie jego wieże.

Przypatrzcie się jego murom,†  
zobaczcie jego warownie,\*

by powiedzieć przyszłym pokoleniom,

---

Że Bóg jest naszym Bogiem na wieki \*  
i On nas będzie prowadził.  
Chwała Ojcu... Jak była na początku...

*Ant.* Wielki jest Pan i godzien wielkiej chwały  
w mieście Boga naszego.

*Czytanie: Iz 66, 1-2*

Tak mówi Pan: Niebiosa są moim tronem, a ziemia podnóżkiem nóg moich. Jakież to dom możecie Mi wystawić i jakież miejsce dać Mi na mieszkanie? Przecież moja ręka to wszystko uczyniła i do Mnie należy to wszystko – mówi Pan. Ale Ja patrzę na tego, który jest biedny i zgnębiony na duchu, i który z drżeniem czci moje słowo.

*Responsorium krótkie*

Będę błogosławił Pana po wieczne czasy.

Będę błogosławił Pana po wieczne czasy.

Jego chwała będzie zawsze na moich ustach.

Po wieczne czasy.

Chwała Ojcu i Synowi, i Duchowi Świętemu.

Będę błogosławił Pana po wieczne czasy.

*Ant.* Pan lud swój nawiedził i wyzwolił.

*Benedictus (Pieśń Zachariasza)*

Błogosławiony Pan, Bóg Izraela,\*  
bo lud swój nawiedził i wyzwolił.

I wzbudził dla nas moc zbawczą \*  
w domu swego sługi Dawida.

Jak zapowiedział od dawna \*  
przez usta swych świętych proroków.

Że nas wybawi od naszych nieprzyjaciół \*  
i z ręki wszystkich, którzy nas nienawidzą.

Że naszym ojcom okaże miłosierdzie \*  
i wspomni na swe święte przymierze.

Na przysięgę, którą złożył \*  
ojcu naszemu Abrahamowi.

Da nam, że z mocy nieprzyjaciół wyrwani,\*  
służyć Mu będziemy bez trwogi,

W pobożności i sprawiedliwości przed Nim \*  
po wszystkie dni nasze.

A ty, dziecko, zwać się będziesz prorokiem  
Najwyższego,\*

gdyż pójdziesz przed Panem przygotować Mu  
drogi.

Jego ludowi dasz poznać zbawienie \*  
przez odpuszczenie grzechów.

Dzięki serdecznej litości naszego Boga,\*  
z jaką nas nawiedzi z wysoka Wschodzące  
Słońce,

---

By oświecić tych, co w mroku i cieniu śmierci  
mieszkają,\*

aby nasze kroki skierować na drogę pokoju.

Chwała Ojcu... Jak była na początku...

*Ant.* Pan lud swój nawiedził i wyzwolił.

*Prośby*

Uwielbiamy Chrystusa, pełnego łaski i Ducha Świętego, i błagamy Go z ufnością: Udziel nam, Panie, swojego Ducha.

Wspomóż nas, abyśmy przeżyli ten dzień w pokoju i bez grzechu, a wieczorem mogli Cię wielbić z radością i czystym sercem. Udziel nam...

Roztocz dzisiaj nad nami swoją światłość i kieruj pracą rąk naszych. Udziel nam...

Okaż nam swoje oblicze i wspieraj nas w czynieniu dobra, niech nas osłania Twoja potęga. Udziel nam...

Wejrzyj łaskawie na wszystkich, którzy polecili się naszym modlitwom, napełnij ich wszelkimi dobrami. Udziel nam...

Ojcze nasz ...

Wszechmogący Boże, uprzedzaj swoim natchnieniem nasze czyny i wspieraj je swoją łaską, aby każde nasze działanie od Ciebie brało początek i w Tobie znajdowało dopełnienie. Przez naszego Pana Jezusa Chrystusa, Twojego Syna, który z Tobą żyje i króluje w jedności Ducha Świętego, Bóg, przez wszystkie wieki wieków. Amen.

Niech nas Bóg błogosławi, broni od wszelkiego zła i doprowadzi do życia wiecznego. Amen.

## **MODLITWA W CIĄGU DNIA**

Boże, wejrzyj ku wspomżeniu memu.  
Panie, pośpiesz ku ratunkowi memu.  
Chwała Ojcu i Synowi, i Duchowi Świętemu.  
Jak była na początku, teraz i zawsze,  
i na wieku wieków. Amen. Alleluja.

### *Hymn*

Władco potężny, wierny Boże,  
W swej dłoni dzierzysz losy świata,  
Zdobisz poranek blaskiem słońca  
I dajesz ciepło w dnia połowie.  
Zgaś płomień gniewu i niezgody,



Zarzewie waśni i wzburzenia,  
Daj ciałom zdrowie i wytrwałość,  
Pokojem obdarz nasze serca.  
Spraw to, nasz Ojcze miłosierny,  
W jedności Ducha z Twoim Synem;  
Chwała niech będzie Trójcy Świętej  
Przez wszystkie wieki nieskończone. Amen.

*I ant.* Twoje słowo jest pochodnią dla stóp moich, Panie.

*Psalm 119. Prawo Boże światłem i dziedzictwem*  
Twoje słowo jest pochodnią dla stóp moich, Panie,\*  
i światłem na mojej ścieżce.

Przysiągłem i postanawiam \*  
przestrzegać Twych sprawiedliwych wyroków.  
Panie, bardzo jestem udręczony,\*  
zachowaj mnie przy życiu, jak mi obiecałeś.

Przyjmij, Panie, ofiary ust moich\*  
i naucz mnie Twoich wyroków.  
Moje życie jest wciąż w niebezpieczeństwie,\*  
lecz Prawa Twego nie zapominam.

Grzesznicy zastawili na mnie sidła,\*  
lecz nie zboczyłem od Twoich postanowień.  
Napomnienia Twoje są moim dziedzictwem na  
wieki,\*

### Część III: Liturgia godzin

---

bo są radością mojego serca.

Nakłaniam swoje serce, by wypełniało Twe ustawy,\*

na wieki i na zawsze.

Chwała Ojcu... Jak była na początku...

*Ant.* Twoje słowo jest pochodnią dla stóp moich, Panie.

*2 ant.* Pan mnie prowadzi do źródeł wody żywej.

#### *Psalm 23. Dobry Pasterz*

Pan jest moim pasterzem, niczego mi nie braknie,\*  
pozwala mi leżeć na zielonych pastwiskach.

Prowadzi mnie nad wody, gdzie odpocząć mogę,\*  
orzeźwia moją duszę.

Wiedzie mnie po ścieżkach właściwych \*  
przez wzgląd na swoją chwałę.

Chociażbym przechodził przez ciemną dolinę,\*  
zła się nie ulękne, bo Ty jesteś ze mną.

Kij Twój i laska pasterska \*  
są moją pociechą.

Stół dla mnie zastawiasz \*  
na oczach moich wrogów.

Namaszczasz mi głowę olejkiem,\*  
kielich mój pełny po brzegi.

Dobroć i łaska pójdą w ślad za mną \*  
przez wszystkie dni życia.  
I zamieszkać w domu Pana \*  
po najdłuższe czasy.  
Chwała Ojcu... Jak była na początku...

*Ant.* Pan mnie prowadzi do źródeł wody żywej.

*3 ant.* Pan swój lud otacza opieką, teraz i na wieki.

*Psalm 125. Bóg stróżem swojego ludu*  
Ci, którzy ufają Panu, są jak góra Syjon,\*  
co niewzruszenie trwa przez wieki.

Jak góry otaczają Jeruzalem, †  
tak Pan swój lud otacza \*  
teraz i na wieki.

Nie zaciąży berło bezbożne †  
nad losem sprawiedliwych,\*  
aby prawi nie wyciągali rąk swych do niegodziwości.

Panie, czyń dobrze dobrym \*  
i ludziom prawego serca.  
A tych, którzy schodzą na kręte drogi, †  
niech Pan oddali razem ze złoczyńcami.\*  
Pokój nad Izraelem!  
Chwała Ojcu... Jak była na początku...

*Ant.* Pan swój lud otacza opieką, teraz i na wieki.

*Czytanie: Am 4, 13*

On to jest, który tworzy góry i stwarza wichry, myśli ludzkie poznaje, wywołuje jutrzeńkę i ciemność, stąpa po wyżynach ziemi. Pan, Bóg Zastępów, jest imię Jego.

- Błogosławcie Pana, wszystkie dzieła Pańskie.
- Chwalcie Go i wywyższajcie na wieki.

Módlmy się. Panie, Ojczy święty, wierny Boże. Ty zesłałeś obiecanego Ducha, aby zgromadzić w jedno ludzi przez grzech rozproszonych, naucz nas współdziałać w budowaniu jedności i pokoju na świecie. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

- Błogosławmy Panu.
- Bogu niech będą dzięki.

## **NIESZPORY**

Boże, wejrzyj ku wspomżeniu memu.  
Panie, pośpiesz ku ratunkowi memu.  
Chwała Ojcu i Synowi, i Duchowi Świętemu.  
Jak była na początku, teraz i zawsze,

---

i na wieku wieków. Amen. Alleluja.

*Hymn*

Błogosławiony jesteś, Boże,  
W jedności Trójcy doskonały;  
Oto już gaśnie blask słoneczny,  
Dlatego ześlij światło w serca.  
Ciebie sławimy pieśnią rano,  
Wielbimy hymnem o zachodzie,  
Tobie oddawać chcemy chwałę  
Przez wszystkie wieki nieskończone.

Ojcu, Synowi i Duchowi  
Niech będzie chwała i podzięką;  
Bóg wszechmogący w Trójcy Świętej  
Niech raczy przyjąć nasze modły. Amen.

*I ant.* Pomoc moja od Pana, który stworzył niebo i ziemię.

*Psalm 121. Bóg czuwa nad wiernymi*

Wznoszę swe oczy ku góróm:\*  
skąd nadejść ma dla mnie pomoc?

Pomoc moja od Pana,\*

który stworzył niebo i ziemię.

On nie pozwoli, by potknęła się twa noga,\*  
ani się nie zdrzemnie Ten, który ciebie strzeże.

Nie zdrzemnie się ani nie zaśnie \*

Ten, który czuwa nad Izraelem.

Pan ciebie strzeże, †

jest cieniem nad tobą, \*

stoi po twojej prawicy.

We dnie nie porazi cię słońce \*

ani księżyc wśród nocy.

Pan cię uchroni od zła wszelkiego, \*

ochroni twoją duszę.

Pan będzie czuwał †

nad twoim wyjściem i powrotem, \*

teraz i po wszystkie czasy.

Chwała Ojcu... Jak była na początku...

*Ant.* Pomoc moja od Pana, który stworzył niebo  
i ziemię.

*2 ant.* Błogosławieni czystego serca, albowiem  
oni Boga oglądać będą.

*Psalm 15. Człowiek sprawiedliwy*

Kto będzie przebywał w Twym przybytku, Panie \*

któ zamieszka na Twojej górze świętej?

Ten, kto postępuje nienagannie, †

działa sprawiedliwie \*

i mówi prawdę w swoim sercu;

Kto swym językiem oszczerstw nie głosi, †  
 kto nie czyni bliźniemu nic złego \*  
 i nie ubliża swoim sąsiadom;

Kto za godnego wzgardy uważa złoczyńcę,\*  
 ale szanuje tego, który oddaje cześć Bogu;  
 Kto dotrzyma przysięgi niekorzystnej dla siebie, †  
 kto nie daje swych pieniędzy na lichwę \*  
 i nie da się przekupić przeciw niewinnemu.

Kto tak postępuje,\*  
 nigdy się nie zachwieje.  
 Chwała Ojcu... Jak była na początku...

*Ant.* Błogosławieni czystego serca, albowiem  
 oni Boga oglądać będą.

*3 ant.* Przyjdą wszystkie narody i padną na  
 twarz przed Tobą, Panie.

*Pieśń: Ap. 15, 3-4. Hymn uwielbienia*

Wielkie i godne podziwu są Twoje dzieła,\*  
 Panie, Boże wszechwładny.

Sprawiedliwe i wierne są drogi Twoje,\*  
 Królu narodów.

Któż by się nie bał, Panie, †  
 i nie uczcił Twojego imienia? \*  
 Bo tylko Tyś jest święty.

Przyjdą wszystkie narody †  
i padną na twarz przed Tobą,\*  
gdyż ujawniły się Twoje słuszne wyroki.  
Chwała Ojcu... Jak była na początku...

*Ant.* Przyjdą wszystkie narody i padną na twarz  
przed Tobą, Panie.

*Czytanie: 1 J 3, 1a. 2*

Popatrzcie, jaką miłością obdarzył nas Ojciec:  
zostaliśmy nazwani dziećmi Bożymi i rzeczywi-  
ście nimi jesteśmy. Umiłowani, obecnie jeste-  
śmy dziećmi Bożymi, ale jeszcze się nie ujawni-  
ło, czym będziemy. Wiemy, że gdy się objawi,  
będziemy do Niego podobni, bo ujrzymy Go  
takim, jakim jest.

*Responsorium krótkie*

Błogosławiony jesteś, Panie, Na sklepieniu niebios.  
Błogosławiony jesteś, Panie, Na sklepieniu niebios.  
Chwalebny i wywyższony na wieki.

Na sklepieniu niebios.

Chwała Ojcu i Synowi, i Duchowi Świętemu.

Błogosławiony jesteś, Panie, Na sklepieniu niebios.



---

*Ant.* Wielkie rzeczy uczynił mi Wszechmocny,  
a Jego imię jest święte.

*Magnificat (Pieśń Maryi)*

Wielbi dusza moja Pana \*

i raduje się duch mój w Bogu, Zbawicielu moim.

Bo wejrzał na uniżenie swojej Służebnicy.\*

Oto bowiem odtąd błogosławić mnie będą  
wszystkie pokolenia,

Gdyż wielkie rzeczy uczynił mi Wszechmocny,\*  
a Jego imię jest święte.

Jego miłosierdzie z pokolenia na pokolenie \*  
nad tymi, którzy się Go boją.

Okazał moc swego ramienia,\*  
rozproszył pyszniących się zamysłami serc swoich.

Strącił władców z tronu,\*  
a wywyższył pokornych.

Głodnych nasycił dobrami,\*  
a bogatych z niczym odprawił.

Ujął się za swoim sługą, Izraelem,\*  
pomny na swe miłosierdzie.

Jak obiecał naszym ojcom,\*

Abrahamowi i jego potomstwu na wieki.

Chwała Ojcu... Jak była na początku...

*Ant.* Wielkie rzeczy uczynił mi Wszechmocny, a Jego imię jest święte.

*Prośby*

Uwielbiamy Boga, Ojca wszechmogącego, który postanowił, aby wszystkie pokolenia czciły Maryję, Matkę Jego Syna. Zanośmy do Niego pokorne błagania: Przez wstawiennictwo Maryi, wysłuchaj nas, Panie.

Ty nam dałeś Maryję za Matkę, przez Jej wstawiennictwo ześlij zdrowie chorym, pociechę strapionym, przebaczenie grzesznym, wszystkim ludziom udziel pokoju i zbawienia. Przez wstawiennictwo Maryi...

Ty sprawiłeś, że Maryja gorliwie słuchała Twojego słowa i była Twoją wierną służebnicą, spraw za Jej przyczyną, abyśmy byli sługami i uczniami Twojego Syna. Przez wstawiennictwo Maryi...

Ty sprawiłeś, że Maryja Dziewica stała się godnym dla Ciebie mieszkaniem i przybytkiem Ducha Świętego, daj, abyśmy byli na wieki świątynią Twego Ducha. Przez wstawiennictwo Maryi...

Ty umocniłeś Maryję, gdy stała pod krzyżem, i napełniłeś Ją radością ze zmartwychwstania

---

Twojego Syna, podtrzymuj na duchu cierpiących i umacniaj ich nadzieję. Przez wstawienieństwo Maryi...

Ojcze nasz...

Boże, początku i źródło zbawienia, spraw, niech całe nasze życie świadczy o Twojej miłości, abyśmy mogli kiedyś wyśpiewywać Twoją chwałę w zgromadzeniu świętych. Przez naszego Pana Jezusa Chrystusa, Twojego Syna, który z Tobą żyje i króluje w jedności Ducha Świętego, Bóg, przez wszystkie wieki wieków. Amen.

Niech nas Bóg błogosławi, broni od wszelkiego zła i doprowadzi do życia wiecznego. Amen.

## **KOMPLETA**

Boże, wejrzyj ku wspomżeniu memu.  
Panie, pośpiesz ku ratunkowi memu.  
Chwała Ojcu i Synowi, i Duchowi Świętemu.  
Jak była na początku, teraz i zawsze,  
i na wieku wieków. Amen. Alleluja.

### Część III: Liturgia godzin

---

*W tym miejscu przewidziany jest krótki rachunek sumienia z kończącego się dnia, łącznie z aktem żalu za grzechy.*

#### *Hymn*

Nim kres nadejdzie jasności,  
Błagamy, Stwórcu wszechświata,  
Byś nas otaczał opieką  
I chronił w swojej dobroci.  
    Niech serca nawet uśpione  
    Przez sen czuwają przy Tobie,  
    A kiedy zbudzi je zorza,  
    Niech Ciebie wielbią z weselem.  
Niech ciało zdrowiem się cieszy  
I duch gorliwość odnajdzie,  
A Ty swym światłem przenikaj  
Głębokie nocy ciemności.  
    O spraw to, Ojczy najlepszy,  
    Przez Syna Twego, Chrystusa,  
    Co z Tobą w Ducha jedności  
    Króluje w blasku na wieki. Amen.

*Ant.* Ciało moje będzie spoczywać bezpiecznie.

*Psalms 16. Bóg najwyższym dobrem*

Zachowaj mnie, Boże, bo chronię się do Ciebie,†

mówię do Pana: „Tyś jest Panem moim,\*  
poza Tobą nie ma dla mnie dobra”.

Wzbudził On we mnie miłość przedziwną \*  
do świętych, którzy mieszkają na Jego ziemi.  
A wszyscy, którzy idą za obcymi bogami,\*  
pomnażają swoje udreki.

Nie będę wylewał krwi w ofiarach dla nich,\*  
nie wymówią ich imion moje wargi.  
Pan moim dziedzictwem i przeznaczeniem,\*  
to On mój los zabezpiecza.

Sznur mierniczy szczerze mi dział wyznaczył,\*  
jak miłe jest dla mnie dziedzictwo moje!

Błogosławię Pana, który dał mi rozsądek,\*  
bo serce napomina mnie nawet nocą.

Zawsze stawiam sobie Pana przed oczy,\*  
On jest po mojej prawicy, nic mną nie zachwieje.  
Dlatego cieszy się moje serce i dusza raduje,\*  
a ciało moje będzie spoczywać bezpiecznie,  
Bo w kraju zmarłych duszy mej nie zostawisz \*  
i nie dopuścisz, bym pozostał w grobie.

Ty ścieżkę życia mi ukażesz, †  
Pełnię radości przy Tobie\*  
i wieczne szczęście po Twojej prawicy.  
Chwała Ojcu... Jak była na początku...

*Ant.* Ciało moje będzie spoczywać bezpiecznie.

Część III: Liturgia godzin

---

*Czytanie: 1 Tes 5, 23*

Sam Bóg pokoju niech was całkowicie uświęca,  
aby nienaruszony duch wasz, dusza i ciało bez  
zarzutu zachowały się na przyjście naszego  
Pana Jezusa Chrystusa.

*Responsorium krótkie*

W ręce Twoje, Panie, powierzam ducha mego.

W ręce Twoje, Panie, powierzam ducha mego.

Ty nas odkupiłeś, Panie, Boże wierny.

Powierzam ducha mego.

Chwała Ojcu i Synowi, i Duchowi Świętemu.

W ręce Twoje, Panie, powierzam ducha mego.

*Ant.* Strzeż nas, Panie, gdy czuwamy, podczas  
snu nas osłaniaj, abyśmy czuwali z Chrystusem  
i odpoczywali w pokoju.

*Pieśń Symeona: Łk 2, 29-32. Chrystus światło-  
ścią narodów*

Teraz, o Panie, pozwól odejść swemu słudze  
w pokoju,\*

według słowa Twojego,

Bo moje oczy ujrzały Twoje zbawienie,\*

któreś przygotował wobec wszystkich narodów:

Światło na oświecenie pogan \*

---

i chwałę ludu Twego, Izraela.

Chwała Ojcu... Jak była na początku...

*Ant.* Strzeż nas, Panie, gdy czuwamy, podczas snu nas osłaniaj, abyśmy czuwali z Chrystusem i odpoczywali w pokoju.

Módlmy się. Prosimy Cię, Boże, napełnij tę noc swoim światłem i spraw, abyśmy spokojnie zasnęli i z radością obudzili się w Twoje imię w blasku dnia nowego. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

Noc spokojną i śmierć szczęśliwą niech nam da Bóg wszechmogący, Ojciec i Syn, i Duch Święty.

Amen.

*Antyfona końcowa do NMP*

Witaj, Królowo, Matko miłosierdzia, życie, słodyczy i nadziejo nasza, witaj! Do Ciebie wołamy wygnańcy, synowie Ewy; do Ciebie wzdychamy jęcząc i płacząc na tym łez padole. Przeto, Orędowniczko nasza, one miłosierne oczy Twoje na nas zwróć, a Jezusa, błogosławiony owoc żywota Twojego, po tym wygnaniu nam okaż. O łaska-wa, o litościwa, o słodka Panno Maryjo!





## **Część IV**

# **MEDYTACJE**

Modlitwa pielgrzyma wędrującego samotnie w większości ma charakter modlitwy myślniej, czyli rozważania bez wypowiedzania słów. Zwie się ją rozmyślaniem, albo z łacińska – medytacją. Medytacja może mieć różny charakter i stopień intensywności. Tradycja monastyczna wyróżnia kilka stopni pielgrzymiej medytacji. Pierwszym stopniem i zarazem najprostszą formą medytacji jest samo pielgrzymowanie ze świadomością podążania do miejsca świętego na spotkanie z Bogiem. Oprócz podtrzymywania tej świadomości pątnik nie podejmuje żadnych innych rozważań. Takie minimum zaleca się tym pielgrzymom, którzy wkładają tak dużo wysiłku w pokonanie drogi, w przejście dziennego etapu, że poza tym, do jakiegokolwiek innego dzieła nie mają już sił. Chcą dojść do sanktuarium, toteż mimo przemęczenia nie rezygnują. Oni modlą się swoim ciałem, zwłaszcza obolałymi stopami.

Drugim stopniem jest tzw. ruminacja. Polega ona na tym, że kroczy się powtarzając wielokrotnie, a nawet ustawicznie, jedno słowo czy jedno zdanie, wyjęte z Pisma Świętego, najczęściej związane z drogą, albo jakiś inny akt strzeżliwy, na przykład: „Daj mi poznać drogi Twoje, Panie, i naucz mnie chodzić Twoimi ścieżkami”; „Panie Jezu Chryste, Synu Boży, zmiłuj się nade mną”; „Ja jestem drogą, prawdą i życiem”; „Pójdziemy do domu Pańskiego”. Powtarzanie pozwala lepiej przyswoić sobie wypowiedane słowa, uwewnętrznić ich treść i dzięki temu zmienić swoje życie. Gdy pielgrzym już zmęczony zacznie powtarzać słowa: „Wydłużasz mi kroki na drodze i stopy moje się nie chwieją” – i jeśli faktycznie wydłuży swój krok, wówczas może przezwyciężyć zmęczenie.

Trzecim stopniem jest medytacja w pełnym tego słowa znaczeniu, dlatego warto tu poświęcić jej nieco więcej uwagi. Medytacja ma na celu zjednoczenie z Bogiem (Jezusem Chrystusem), wglądnięcie w wolę Bożą, przez zastanawianie się nad prawdami wiary, zagadnieniami poruszonymi w Piśmie świętym lub innymi zagadnieniami duchowymi. Zaleca się, zwłaszcza osobom początkującym w modlitwie myśl-

nej, medytację nad życiem Jezusa Chrystusa, nad Jego czynami i słowami (nauką). Można też medytować nad życiem Matki Bożej i Świętych. Pielgrzymom zaleca się zwłaszcza medytację nad wydarzeniami biblijnymi związanymi z motywem drogi. W Piśmie Świętym znajdziemy wiele historii z motywem drogi, na przykład wyjście Abrahama z jego ojczyzny (Rdz 12, 1-3), wyjście Izraelitów z Egiptu (Wj 12,1-18, 27), ucieczka Eliasza przed Izebel (1 Krl 19, 1-13), przybycie do Betlejem trzech Mędrców ze Wschodu (Mt 2, 1-12), przybycie Maryi do św. Elżbiety (Łk 1, 31-56), nauczanie Jezusa w drodze do Jerozolimy (Łk 9, 51-19,27), wyjście Jezusa z trzema apostołami na górę i przemienienie Jezusa (Mt 17, 1-8).

W ciągu wieków ukształtowało się wiele metod prowadzenia medytacji. Każda medytacja powinna się składać z kilku etapów. Powinna też być poprzedzona przygotowaniem. Przygotowanie dalsze, to wybór tematu medytacji, ewentualnie także przeczytanie czegoś związanego z tym tematem. Przygotowaniem bliższym będzie znalezienie ciszy wokół siebie (np. odsunięcie się od osób rozmawiających) i ciszy w sobie (odsunięcie różnych rozpraszających

myśli). Bezpośrednim przygotowaniem jest stanięcie w obecności Boga, czyli uświadomienie sobie, że Bóg jest obecny przy mnie i we mnie, że mnie otacza swoją miłością i oczekuje na odpowiedź miłości z mojej strony. Po uświadomieniu sobie obecności Boga, oddajemy mu hołd i prosimy w krótkiej modlitwie własnymi słowami o łaskę skupienia w czasie medytacji.

Typowa medytacja składa się z trzech części określanych formułą: „Jezus przed oczami, w sercu i w dłoniach”. W pierwszej części angażuje się nasz umysł, pamięć, a także wyobraźnia. Prowadzimy rozważanie nad czynem czy słowami Jezusa, które są przedmiotem medytacji. Dzięki wyobraźni czyn Jezusa staje przed naszymi oczami. Analizujemy okoliczności, w jakich ten czyn został wykonany, oraz motywy, którymi Jezus się kierował. Patrzymy na reakcję świadków tego czynu. Wnikamy w treść słów Jezusa, aby dostrzec i zidentyfikować zawarte w nich prawdy. Rozważanie rozbudza nasze uczucia, spontanicznie wprowadzając nas w drugą część medytacji („Jezus w sercu”). W tej części bowiem wyrażamy swoje uczucia: miłość do Chrystusa; wdzięczność za to, że nas zbawił i za inne Jego dary; radość, że

jesteśmy Jego uczniami i dziedzicami nieba; żal za własne grzechy czy za zmarnowane okazje do dobrego. Wyrażając Jezusowi swoje uczucia, rozbudzamy naszą wolę. Chcemy, aby On znalazł się także w naszych rękach. Dlatego w trzeciej części medytacji podejmujemy jakieś dobre postanowienie, wypływające z jej treści. Powinno ono być konkretne, możliwe do zrealizowania w tym samym dniu lub w najbliższej przyszłości, na przykład zerwanie z jakimś grzechem czy okazją do grzechu, jakiś akt wyrzeczenia, pokuty, pomoc pątnikowi opadającemu z sił, modlitwa w jakiejś intencji itp.

Medytację kończymy modlitwą ustną o pomoc Bożą w spełnianiu podjętego dobrego postanowienia, np. *Ojcze nasz*. Można też polecić się Matce Bożej przez odmówienie *Pod Twoją obronę*. Medytacja, po dłuższym jej praktykowaniu może przekształcić się w kontemplację, czyli prosty ogląd prawdy objawionej w świetle wiary, prowadzący przez miłość do głęboko osobowego doświadczenia Boga, Jego obecności i miłości.

Obok, krótko tu scharakteryzowanej, typowej medytacji jest szereg innych form modlitwy medytacyjnej łączącej rozważania z wypowia-

daniem słów. W niniejszym *Modlitewniku* znajdują się rozważania Drogi Krzyżowej ze św. Jakubem Apostołem (na ss. ...), rozważania Drogi Światła, tajemnice różańca i tzw. *Lectio divina*.

Na Jakubowej Drodze warto prowadzić również luźniejszą refleksję nad swoją drogą życiową. Można na przykład analizować i oceniać w świetle Bożych przykazań bardziej znaczące wydarzenia w dotychczasowym życiu, osiągnięcia i niepowodzenia. Warto też przeanalizować, jak wypełniamy swoje obowiązki wobec rodziny, innych ludzi, Pana Boga i siebie samego, bądź sposób odnoszenia się do różnych ludzi, aby zobaczyć, ile tam było bezinteresownej miłości, a ile własnego egoizmu. Taka refleksja spełni rolę pogłębionego rachunku sumienia, pobudzi do wdzięczności Bogu za dokonane dobro i do przeproszenia Go za popełnione zło. Powinna się kończyć dobrymi postanowieniami i modlitwą o pomoc Bożą w ich realizacji. W ten sposób pielgrzymowanie stanie się czasem duchowego odnowienia i umocnienia, zbliży nas do Boga i przybliży ostateczny cel ziemskiego życia – wieczne zbawienie.

---

**ROZWAŻANIE DROGI ŚWIATŁA**

*Droga Światła jest kontynuacją Drogi Krzyżowej. Ma ona swój początek w chwalebny wielkanocny poranek zmartwychwstania i prowadzi nas do daru Ducha Świętego – w dzień Pięćdziesiątnicy (Zielonych Świąt). Droga Światła chce naśladować duchową, drogę apostołów i pierwszych uczniów, którzy od zagubienia – a może i rozczarowania z powodu straszliwej męki i śmierci Chrystusa – przechodzą do radośnego i optymistycznego spotkania z Jezusem Zmartwychwstałym. W ten sposób i my, celebrujący Drogę Światła, chcemy lepiej sobie uświadomić, że tajemnica Paschy nie wyczerpuje się w bólu Krzyża, lecz wypełnia się w chwale Zmartwychwstałego. Bowiem dojrzałym owocem Krzyża jest wspaniałość Zmartwychwstania.*

*Droga Światła, podobnie jak Droga Krzyżowa, ma medytacyjny charakter, z tą różnicą, że dominują w niej uczucia radości i wdzięczności względem zmartwychwstałego Chrystusa.*

Prośmy Ojca niebieskiego, by pomógł nam przyłgnąć do Jego zbawczego planu, abyśmy dzień po dniu umieli przebywać naszą drogę

życia w radosnej nadziei złączenia się z Chrystusem na drodze wiecznego Światła.

Módlmy się.

O Panie, niech wspiera nasze umysły i nasze serca Twoja łaska, abyśmy przez rozważanie Drogi Światła, otwartej nam przez Twojego Syna Jezusa, wzmocnili naszą wiarę, ożywili naszą nadzieję, pogłębili naszą miłość ku Tobie i braciom. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

## **Stacja I**

### **Jezus powstaje z martwych**

- Klaniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i zmartwychwstanie swoje świat odkupić raczył.

Z Ewangelii według św. Mateusza (28, 1-8)

Po upływie szabat, o świcie pierwszego dnia tygodnia przyszła Maria Magdalena i druga Maria obejrzeć grób. A oto powstało wielkie trzęsienie ziemi. Albowiem anioł Pański zstąpił z nieba, podszedł, odsunął kamień i usiadł na



nim. Postać jego jaśniała jak błyskawica, a szaty jego były białe jak śnieg. Ze strachu przed nim zadrżeli strażnicy i stali się jakby umarli. Anioł zaś przemówił do niewiast: „Wy się nie bójcie! Gdyż wiem, że szukacie Jezusa Ukrzyżowanego. Nie ma Go tu, bo zmartwychwstał, jak powiedział. Chodźcie, zobaczcie miejsce, gdzie leżał. A idźcie szybko i powiedzcie Jego uczniom: Powstał z martwych i oto udaje się przed wami do Galilei. Tam Go ujrzycie. Oto, co wam powiedziałem”. Pośpiesznie więc oddaliły się od grobu, z bojaźnią i wielką radością, i biegly oznajmić to Jego uczniom.

### *Refleksja nad Słowem Bożym*

Zwróćmy najpierw uwagę na zachowanie się strażników grobu w momencie zmartwychwstania Chrystusa: ze strachu zadrżeli i stali się jakby umarli. To nie był zwykły strach, ale wielkie, obezwładniające przerażenie. Taki stan będą przeżywać na Boskim Sądzie ludzie potępieni. Natomiast do niewiast Anioł mówi: Nie bójcie się! Zmartwychwstał ten, którego szukacie. Zanieście tę wieść Jego uczniom. I pobiegły z wielką radością.

Zmartwychwstanie, to największy cud Chrystusa i fundament naszej wiary i naszej nadziei. Dopiero w obliczu zmartwychwstania upewniamy się ostatecznie, że Ten, który do nas przyszedł i nauczył nas żyć w miłości, jest naprawdę Bogiem; że dobrowolnie – z miłości do nas – poddał się śmierci i pozostaje z nami do końca świata. Radujemy się zwycięstwem Chrystusa nad śmiercią, grzechem i szatanem. Dziękujemy, że włączył nas w to swoje zwycięstwo.

W chwili ciszy zapytam samego siebie, czy pamiętam, że mam być świadkiem zmartwychwstałego Chrystusa i Jego miłości do człowieka? Czy w moim życiu nieustannie umiera grzech, a zmartwychwstaje miłość i dobro?

Módlmy się.

Ojcze, który na Twoim Synu, umarłym i zmartwychwstałym dla nas, zechciałeś oprzeć, jako na niezachwianej skale, pewność naszej nadziei, wlej w nas Ducha Twojej miłości, abyśmy z ufnością szli po drogach świata, niosąc świadectwo śmierci i zmartwychwstania, które nas zbawia. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

## **Stacja II**

### **Uczniowie znajdują grób pusty**

- Kłaniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i zmartwychwstanie swoje świat odkupić raczył.

Z Ewangelii według św. Jana (20, 1-10)

A pierwszego dnia po szabacie, wczesnym raniem, gdy jeszcze było ciemno, Maria Magdalena udała się do grobu i zobaczyła kamień odsunięty od grobu. Pobiegła więc i przybyła do Szymona Piotra i do drugiego ucznia, którego Jezus kochał, i rzekła do nich: „Zabrano Pana z grobu i nie wiemy, gdzie Go położono”. Wszedł więc Piotr i ów drugi uczeń i szli do grobu. Biegli oni obydwaj razem, lecz ów drugi uczeń wyprzedził Piotra i przybył pierwszy do grobu. A kiedy się nachylił zobaczył leżące płótna, jednakże nie wszedł do środka. Nadszedł potem także Szymon Piotr, idący za nim. Wszedł on do wnętrza grobu i ujrzał leżące płótna oraz chustę, która była na Jego głowie, leżącą nie razem z płótnami, ale oddzielnie zwinętą na jednym miejscu. Wtedy wszedł do wną-

trza także i ów drugi uczeń, który przybył pierwszy do grobu. Ujrzał i uwierzył. Dotąd bowiem nie rozumieli jeszcze Pisma, [które mówi], że On ma powstać z martwych. Uczniowie zatem powrócili znowu do siebie.

### *Refleksja nad Słowem Bożym*

Powiadomieni przez Marię Magdalenę o pustym grobie dwaj apostołowie: Piotr i Jan – biegną do grobu, wchodzą do wnętrza, stwierdzają, że grób jest pusty i dokładnie oglądają szaty, którymi ciało Jezusa zostało w czasie pogrzebu okryte. Wtedy dopiero wyraźnie uświadamiają sobie prawdę o zmartwychwstaniu Jezusa, że On sam kilkakrotnie zapowiadał, iż po swojej męce i śmierci powstanie z grobu. Zrozumieli również zapowiedzi proroków Starego Testamentu, mówiące o zmartwychwstaniu Mesjasza.

Będąc chrześcijanami powinniśmy, jak uczniowie, wsłuchiwać się słowo Boże, rozważać je i wypełniać w życiu. Nieznajomość Pisma Świętego jest nieznajomością Chrystusa. Niech Biblia w naszych mieszkaniach nie będzie tylko przechowywana w odpowiednio godnym miejscu, gdzieś za szybą, ale niech będzie w naszych rękach, niech będzie czytana indywi-

dualnie albo zbiorowo w gronie rodziny czy przyjaciół.

Módlmy się.

Ojczy, wlej w nasze serca uległość prawdziwych uczniów, gotowych do słuchania Twojego Słowa, które nas zbawia; gorliwych w Jego rozważaniu i zachowywaniu; uważnych, by ono prowadziło nas po drogach, które nam wyznaczyłeś. Daj, byśmy poddani Twojej woli, mogli znaleźć na ścieżkach naszego życia żyjącego Jezusa Chrystusa naszego Pana. Który żyje i króluje na wieki wieków. Amen.

### **Stacja III**

#### **Jezus z uczniami w drodze do Emaus**

- Kłaniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i zmartwychwstanie swoje świat odkupić raczył.

Z Ewangelii według św. Łukasza (Łk 24, 13-16.25-27)

Tego samego dnia dwaj z nich byli w drodze do wsi, zwanej Emaus, oddalonej sześćdziesiąt

stadiów od Jerozolimy. Rozmawiali oni z sobą o tym wszystkim, co się wydarzyło. Gdy tak rozmawiali i rozprawiali z sobą, sam Jezus przybliżył się i szedł z nimi. Lecz oczy ich były niejako na uwięzi, tak że Go nie poznali (...) Na to On rzekł do nich: „O nierozumni, jak niesko-  
re są wasze serca do wierzenia we wszystko, co powiedzieli prorocy! Czyż Mesjasz nie miał tego cierpieć, aby wejść do swej chwały?”. I zaczynając od Mojżesza poprzez wszystkich proroków wykladał im, co we wszystkich Pi-smach odnosiło się do Niego.

### *Refleksja nad Słowem Bożym*

Idący do Emaus, dwaj uczniowie Jezusa nie mogli pogodzić się z faktem Jego męki i śmierci, gdyż spodziewali się, że On wystąpi jako przywódca polityczny i wyzwoli Izraela spod panowania Rzymian. Nie dawali też wiary pierwszym głosom o Jego zmartwychwstaniu. Dlatego smutni odchodzili z Jerozolimy. Jezus, nierozpoznany, przyłączył się do nich, i kiedy wylali przed Nim swoje żale, zaczął ich karcąc z powodu braku wiary w przepowiednie proroków dotyczące cierpienia, śmierci i zmar-

twychwstania Mesjasza. Następnie po kolei wykladał im, co prorocy o Nim napisali.

Jezus, jak niegdyś szedł ze swoimi uczniami do Emaus, tak dzisiaj idzie z nami. On jest na każde nasze zawołanie. Co więcej, On nas szuka, kiedy jesteśmy zagubieni. Puka do drzwi naszego serca, czasem delikatnie, a niekiedy natarczywie – gdy pilnie potrzebujemy Jego pomocy. Jezus sam się określił jako dobry Pasterz, który oddaje życie za swoje owce. On nas prowadzi na zielone pastwiska prawdy i dobra, prowadzi nad wody swojej łaski, aby obmyć i orzeźwić nasze dusze. Otwierajmy się nie tylko na przyjęcie Jego darów, ale na przyjęcie Jego samego.

Módlmy się.

Panie Jezu Chryste, Ty zechciałeś kroczyć obok nas, by oświecać naszą drogę Twoim Słowem. Spraw, abyśmy otworzyli Tobie z ufnością nasze umysły i serca, i by Twoje Słowo było w nas płodnym nasieniem owoców, które będą dojrzewały na życie wieczne. Który żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.

## **Stacja IV**

### **Jezus objawia się przez łamanie chleba**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i zmartwychwstanie swoje świat odkupić raczył.

Z Ewangelii według św. Łukasza (Łk 24, 28-35)  
Tak przybliżyli się do wsi, do której zdążali, a On okazywał, jakoby miał iść dalej. Lecz przymusili Go, mówiąc: „Zostań z nami, gdyż ma się ku wieczorowi i dzień się już nachylił”. Wszedł więc, aby zostać z nimi. Gdy zajął z nimi miejsce u stołu, wziął chleb, odmówił błogosławieństwo, połamał go i dawał im. Wtedy oczy im się otworzyły i poznali Go, lecz On zniknął im z oczu. I mówili nawzajem do siebie: „Czy serce nie pałało w nas, kiedy rozmawiał z nami w drodze i Pisma nam wyjaśniał?”. W tej samej godzinie wybrali się i wrócili do Jerozolimy. Tam zastali zebranych Jedenastu i innych z nimi, którzy im oznajmili: „Pan rzeczywiście zmartwychwstał i ukazał się Szymonowi”. Oni również opowiadali, co ich spotkało w drodze, i jak Go poznali przy łamaniu chleba.



*Refleksja nad Słowem Bożym*

Łamaniem chleba w pierwszych wiekach chrześcijaństwa nazywano Mszę św. Do przeistoczenia przygotowywano nie opłatki, jak jest dzisiaj, ale przynoszono cały chleb pszenny, tak jak to miało miejsce w czasie Ostatniej Wieczerzy. Po przeistoczeniu przed Komunią św. trzeba było ten Święty Chleb połamać na tyle części, aby starczyło dla wszystkich. To łamanie i udzielanie każdemu najbardziej się rzucało w oczy i trwało dość długo. Toteż całą liturgię mszalną zaczęto nazywać skrótowo łamaniem chleba. Później, gdy liczba wiernych wzrastała, ze względów praktycznych wprowadzono opłatki, które zajmują mało miejsca, nie kruszą się jak zwykły chleb przy łamaniu i nie zyschają, a są prawdziwym, czystym (bez żadnych dodatków) pszennym chlebem.

Z przeczytanego fragmentu Ewangelii dowiadujemy się, że uczniowie z Emaus w wędrowcu, który się do nich dołączył, rozpoznali Pana Jezusa dopiero wtedy, gdy On wziął chleb, odmówił błogosławieństwo, połamał go i dawał im. W chwili ciszy postawmy sobie pytanie, czy przystępując do Komunii św. rozpoznajemy w tym konsekrowanym opłatku naszego Zbawi-

ciela? ... Czy się z Nim duchowo jednoczymy, uwielbiamy Go i wyrażamy gotowość pełnienia Jego woli?

Godne praktykowania jest także łamanie chleba z znaczeniu dosłownym, czyli dzielenie się tym, co posiadamy z potrzebującymi. Chrystus powiedział: „Cokolwiek uczyniliście jednemu z tych braci moich najmniejszych, Mnieście uczynili”. Pomyślę, czy w człowieku proszącym mnie o pomoc, rozpoznaję rysy Chrystusa? ...

Módlmy się.

Spraw, Panie Jezu, abyśmy zawsze Ciebie szukali i byśmy w całym naszym życiu i w pracy, byli wspierani przez Ciebie mocą Twojego Słowa i Twojego Chleba, aż ukażesz nam swoje oblicze i będziemy mogli przebywać zawsze z Tobą w jedności Ojca i Ducha Świętego. Którzy żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.

## **Stacja V**

### **Jezus utwierdza wiarę Tomasza**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste,  
i błogosławimy Ciebie,

- Żeś przez krzyż i zmartwychwstanie swoje świat odkupić raczył.

Z Ewangelii według św. Jana (J 20, 24-29)

Tomasz, jeden z Dwunastu, zwany Didymos, nie był razem z nimi, kiedy przyszedł Jezus. Inni więc uczniowie mówili do niego: „Widzieliśmy Pana!” Ale on rzekł do nich: „Jeżeli na rękach Jego nie zobaczę śladu gwoździ i nie włożę palca mego w miejsce gwoździ, i nie włożę ręki mojej do boku Jego, nie uwierzę”. A po ośmiu dniach, kiedy uczniowie Jego byli znowu wewnątrz [domu] i Tomasz z nimi, Jezus przyszedł mimo drzwi zamkniętych, stanął pośrodku i rzekł: „Pokój wam!” Następnie rzekł do Tomasza: „Podnieś tutaj swój palec i zobacz moje ręce. Podnieś rękę i włoż [ją] do mego boku, i nie bądź niedowiarkiem, lecz wierzącym”. Tomasz Mu odpowiedział: „Pan mój i Bóg mój!” Powiedział mu Jezus: „Uwierzyłeś dlatego, ponieważ Mnie ujrzałeś? Błogosławieni, którzy nie widzieli, a uwierzyli”.

*Refleksja nad Słowem Bożym*

Niedowiarstwo apostoła Tomasza spowodowało, że Jezus powtórnie przyszedł do zebranych

apostołów. Pozwolił Tomaszowi dotknąć ran przebitych rąk i boku. Tomasz, widząc Jezusa, wyznał wiarę w Jego zmartwychwstanie i bóstwo, mówiąc: Pan mój i Bóg mój.

Jezus jednakże specjalną pochwałą kieruje do tych, którzy nie widzieli, a uwierzyli. Wiara bowiem dotyczy tych rzeczywistości, których nie widzimy. Wiara nie jest widzeniem, lecz przyjęciem za prawdziwe to, co nam Bóg przez Chrystusa objawił. Chrystus potwierdził prawdziwość swojej nauki licznymi cudami, a zwłaszcza zmartwychwstaniem. Dlatego Jemu wierzymy. W niebie będziemy oglądać Boga twarzą w twarz. Toteż tam ani wiara, ani nadzieja nie będą potrzebne. Pozostanie tylko miłość. Na ziemi natomiast zdążamy do Boga przez wiarę. W wierze religijnej obok przyjęcia prawdy objawionej jest również element osobistego zawierzenia Bogu. Wiara jest rozumnym przyjęciem prawdy objawionej. Dlatego trzeba te prawdy coraz lepiej poznawać. Jest to konieczne dzisiaj, kiedy spotykamy się z ludźmi wyznającymi inne religie i z nieuznającymi żadnej religii. Wiara umacnia się zwłaszcza wtedy, gdy jest przekazywana. Rodzice wprowadzający dzieci w prawdy wiary, sami najwię-

cej z tego korzystają. Pamiętajmy również, że do wierzenia potrzebujemy pomocy Bożej. Dlatego módlmy się o umocnienie wiary.

Módlmy się.

O Panie, my pielgrzymi wiary, widzimy Cię „niejasno jak w zwierciadle”, chociaż staramy się być mocni w wierze, pewni w nadziei, żywi w miłości. Daj nam z ufnością oczekiwać dnia, w którym będziemy mogli w pełni Ciebie oglądać i posiadać jako jedyne nasze Dobro. Który żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.

## **Stacja VI**

### **Jezus ukazuje się Marii Magdalenie**

- Kłaniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i zmartwychwstanie swoje świat odkupić raczył.

Z Ewangelii według św. Jana (J 20,11-18)

Maria Magdalena natomiast stała przed grobem płacząc. A kiedy [tak] płakała, nachyliła się do grobu i ujrzała dwóch aniołów w bieli, siedzących tam, gdzie leżało ciało Jezusa – jednego

w miejscu głowy, drugiego w miejscu nóg. I rzekli do niej: „Niewiasto, czemu płaczesz?” Odpowiedziała im: „Zabrano Pana mego i nie wiem, gdzie Go położono”. Gdy to powiedziała, odwróciła się i ujrzała stojącego Jezusa, ale nie wiedziała, że to Jezus. Rzekł do niej Jezus: „Niewiasto, czemu płaczesz? Kogo szukasz?” Ona zaś sądząc, że to jest ogrodnik, powiedziała do Niego: Panie, jeśli ty Go przeniosłeś, powiedz mi, gdzie Go położyłeś, a ja Go wezmę”. Jezus rzekł do niej: „Mario!” A ona obróciwszy się powiedziała do Niego po hebrajsku „*Rabbuni*”, to znaczy: Nauczycielu! Rzekł do niej Jezus: Nie zatrzymuj Mnie, jeszcze bowiem nie wstąpiłem do Ojca. Natomiast udaj się do moich braci i powiedz im: „Wstępuję do Ojca mego Ojca waszego oraz do Boga mego i Boga waszego”. Poszła Maria Magdalena oznajmiając uczniom: „Widziałam Pana i to mi powiedział”.

### *Refleksja nad Słowem Bożym*

Maria Magdalena w wielkanocny poranek pierwsza przysłała do pustego już grobu Jezusa. Jej zachowanie, a zwłaszcza płacz, a potem poszukiwanie ciała Jezusowego i gotowość zabrania go z sobą – świadczy o wielkiej jej

miłości Jezusa. Toteż zmartwychwstały Jezus jej pierwszej się objawił. Ona też jako pierwsza zaniósła wieść o zmartwychwstaniu apostołom.

Jezus wzywa nas wszystkich do zjednoczenia się z Nim przez miłość, co powinno się wyrazić przez zachowanie przykazań: „Jeżeli będziecie zachowywać moje przykazania, będziecie trwać w miłości mojej, tak jak Ja zachowałem przykazania Ojca mego i trwam w Jego miłości” (J 15, 9-10). Zatem nasza miłość Chrystusa nie może polegać jedynie na uczuciowym przywiązaniu do Jego Osoby ani też tylko na wzywaniu Jego Imienia. Jest to miłość wymagająca: trzeba zachować Jego przykazania, wypełniać to, czego nauczał.

Módlmy się.

Jezu Chryste, daj nam coraz bardziej pogłębiać świadomość przynależenia do Ciebie, poprzez wierność Twojej nauce, i uczyn nas niestrudzo-nymi głosicielami radosnego orędzia wszystkim naszym braciom. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

## **Stacja VII**

### **Żywy Jezus ukazuje się swoim uczniom**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i zmartwychwstanie swoje świat odkupić raczył.

Z Ewangelii według św. Łukasza (Łk 24, 36-47)  
A gdy rozmawiali o tym, On sam stanął pośród nich i rzekł do nich: „Pokój wam!” Zatrwożonym i wylękłym zdawało się, że widzą ducha. Lecz On rzekł do nich: „Czemu jesteście zmieszani i dlaczego wątpliwości budzą się w waszych sercach? Popatrzcie na moje ręce i nogi: to Ja jestem. Dotknijcie się Mnie i przekonajcie: duch nie ma ciała ani kości, jak widzicie, że Ja mam”. Przy tych słowach pokazał im swoje ręce i nogi. Lecz gdy oni z radości jeszcze nie wierzyli i pełni byli zdumienia, rzekł do nich: „Macie tu coś do jedzenia?” Oni podali Mu kawałek pieczonej ryby. Wziął i jadł wobec nich. Potem rzekł do nich: „To właśnie znaczyły słowa, które mówiłem do was, gdy byłem jeszcze z wami: Musi się wypełnić wszystko, co napisane jest o Mnie w Prawie Mojżesza, u Proroków i w Psal-



mach”. Wtedy oświecił ich umysły, aby rozumieli Pisma, i rzekł do nich: „Tak jest napisane: Mesjasz będzie cierpiał i trzeciego dnia zmartwychwstanie; w imię Jego głoszone będzie nawrócenie i odpuszczenie grzechów wszystkim narodom, począwszy od Jerozolimy. Wy jesteście świadkami tego. Oto Ja ześlę na was obietnicę mojego Ojca. Wy zaś pozostaniecie w mieście, aż będziecie uzbrojeni mocą z wysoka.”

### *Refleksja nad Słowem Bożym*

Bardzo potrzebne było przygnębionym apostołom spotkanie ze zmartwychwstałym Jezusem. Ukazując się im, Jezus przekonał ich o prawdziwości swego zmartwychwstania. W tym celu pokazał im swoje przebite ręce i nogi oraz na ich oczach spożywał pokarm. Następnie oświecił ich umysły, aby zrozumieli potrzebę wypełnienia się wszystkiego, co mówili o nim prorocy, czyli Jego cierpienia, śmierci i zmartwychwstania, o czym powinni odąd dawać świadectwo. Obiecuje im też zesłać Ducha Świętego.

My również potrzebujemy częstego spotykania się z Jezusem zmartwychwstałym. Możliwości mamy wiele. Jak uczy Sobór Watykański II, Chrystus jest obecny w naszych kościołach

## Część IV: Medytacje

---

nie tylko w czasie Mszy św. i pod postaciami eucharystycznymi w tabernakulum. Jest On obecny swą mocą przy udzielaniu innych sakramentów św., jest obecny w swoim słowie i wśród zgromadzonych na wspólnej modlitwie. Korzystajmy z tych licznych możliwości.

Módlmy się.

Ojciec Święty, dziękujemy Ci za Twoje święte Imię, które zamieszkało w naszych sercach, za pouczenia, za wiarę i za nieśmiertelność, którą nam objawiłeś przez Jezusa, Twojego Syna. Tobie chwała na wieki. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

### **Stacja VIII**

#### **Jezus ukazuje się uczniom nad Jeziorem Tyberiadzkim**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i zmartwychwstanie swoje świat odkupić raczył.

Z Ewangelii według św. Jana (J 21, 1-14)

Potem znowu ukazał się Jezus nad Morzem Tyberiadzkim. A ukazał się w ten sposób: Byli razem Szymon Piotr, Tomasz, zwany Didymos, Natanael z Kany Galilejskiej, synowie Zebedeusza oraz dwaj inni z Jego uczniów. Szymon Piotr powiedział do nich; „Idę łowić ryby”. Odpowiedzieli mu: „Idziemy i my z tobą”. Wyszli więc i wsiedli do łodzi, ale tej nocy nic nie złowili. A gdy ranek zaświtał, Jezus stanął na brzegu. Jednakże uczniowie nie wiedzieli, że to był Jezus. A Jezus rzekł do nich: „Dzieci, czy macie co na posiłek?” Odpowiedzieli Mu: „Nie”. On rzekł do nich: „Zarzućcie sieć po prawej stronie łodzi, a znajdziecie”. Zrzucili więc i z powodu mnóstwa ryb nie mogli jej wyciągnąć. Powiedział więc do Piotra ów uczeń, którego Jezus miłował: „To jest Pan!” Szymon Piotr usłyszawszy, że to jest Pan, przywdział na siebie wierzchnią szatę – był bowiem prawie nagi – i rzucił się w morze. Reszta uczniów dobiła łodzią, ciągnąc za sobą sieć z rybami. Od brzegu bowiem nie było daleko – tylko około dwustu łokci. A kiedy zeszli na ląd, ujrzeni żarzące się na ziemi węgle, a na nich ułożoną rybę oraz chleb. Rzekł do nich Jezus: „Przynieście jeszcze ryb, któreście teraz ułowili”. Poszedł Szymon

Piotr i wyciągnął na brzeg sieć pełną wielkich ryb w liczbie stu pięćdziesięciu trzech. A pomimo tak wielkiej ilości, sieć się nie rozerwała. Rzekł do nich Jezus: „Chodźcie, posilcie się!” Żaden z uczniów nie odważył się zadać Mu pytania: „Kto Ty jesteś?” bo wiedzieli, że to jest Pan. A Jezus przyszedł, wziął chleb i podał im – podobnie i rybę. To już trzeci raz, jak Jezus ukazał się uczniom od chwili, gdy zmartwychwstał.

### *Refleksja nad Słowem Bożym*

W czasie tego trzeciego spotkania z uczniami zmartwychwstały Jezus okazał wielką troskliwość o ich codzienne doczesne potrzeby, o czym dobitnie świadczy skierowane do nich pytanie: Dzieci, czy macie co jeść?, a następnie cudowny połów ryb i przygotowane dla nich śniadanie. To spotkanie daje nam przekonanie, że Jezus i o naszych doczesnych potrzebach pamięta. Jeśli zaspokojenie tych potrzeb będzie służyć sprawie naszego zbawienia i dobru innych, to przyśle nam Anioła Dobroci z odpowiednim darem. Możemy więc z ufnością prosić Go w różnych doczesnych potrzebach nas samych i innych ludzi.

Módlmy się.

Dziękujemy Ci Ojcze, że posłałeś Twojego Syna w naszej ludzkiej naturze, by trudził się, cierpiał, umarł i dla nas zmartwychwstał – byśmy także i my razem z Nim i tak jak On, umieli się trudzić, cierpieć i umierać za naszych braci, by zmartwychwstać i być zawsze z Nim, Królem i Panem w Twojej chwale, na wieki wieków. Amen.

## **Stacja IX**

### **Jezus daje uczniom władzę odpuszczania grzechów**

- Kłaniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i zmartwychwstanie swoje świat odkupił raczył.

Z Ewangelii według św. Jana (J 20, 19-23)

Wieczorem owego pierwszego dnia tygodnia, tam gdzie przebywali uczniowie, gdy drzwi były zamknięte z obawy przed Żydami, przyszedł Jezus, stanął pośrodku i rzekł do nich: „Pokój wam!” A to powiedziawszy, pokazał im ręce i bok. Uradowali się zatem uczniowie uj-

rzawszy Pana. A Jezus znowu rzekł do nich: „Pokój wam! Jak Ojciec Mnie posłał, tak i Ja was posyłam”. Po tych słowach technął na nich i powiedział im: „Weźmijcie Ducha Świętego! Którym odpuszcicie grzechy, są im odpuszczone, a którym zatrzymacie, są im zatrzymane”.

### *Refleksja nad Słowem Bożym*

Jezus w dniu swego zmartwychwstania wieczorem przychodzi do swoich apostołów i przekazuje im tę misję, jaką sam pełnił. Ustanawia sakrament pokuty i daje im władzę odpuszczania grzechów. Apostołowie tę władzę przekazali swoim następcom, to jest biskupom. Biskupi zaś przekazują tę władzę kapłanom.

Sakrament pokuty jest wielkim dobrodziejstwem dla Kościoła. Odpowiada on głębokiej potrzebie pozbycia się ciężaru grzechów: ich wyznania, otrzymania przebaczenia od Boga i pojednania się ze wspólnotą zranioną naszymi grzechami. Warunkami do owocnego przyjęcia tego sakramentu są: rzeczywisty żal za grzechy, wyznanie przynajmniej wszystkich grzechów śmiertelnych, prawdziwy zamiar niepowtarzania grzechów i unikania jakichkolwiek okazji do grzechu, gotowość do wypełnienia pokuty nało-

żonej przez kapłana. Ta pokuta może przyjmować różne postaci: np. modlitwę, post, jałmużnę lub jakieś inne dobre uczynki. Ma ona na celu naprawienie krzywd wyrządzonych grzechami i ułatwienie nawrócenia od grzechu do Boga.

Dziękujemy Chrystusowi za ustanowienie dla nas sakramentu pokuty i pojednania oraz często korzystajmy z tej możliwości oczyszczenia się z grzechów i powrotu do przyjaźni z Bogiem.

Módlmy się.

Boże Ojcze, chwalimy i błogosławimy Ciebie za Twoje dzieła, które dokonałeś w ludziach przez Twojego Syna Jezusa Chrystusa. We władzy odpuszczania grzechów, którą powierzył On słabym rękóm swoich uczniów, jest dla nas grzeszników prawdziwa gwarancja wierności Twoim obietnicom, które dałeś naszym ojcom, a których prawdziwą realizacją jest Zmartwychwstały Chrystus. Który żyje i króluje na wieki wieków. Amen.



## **Stacja X**

### **Jezus przekazuje prymat Piotrowi**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i zmartwychwstanie swoje świat odkupić raczył.

Z Ewangelii według św. Jana (J 21, 15-19)

A gdy spożyli śniadanie, rzekł Jezus do Szymona Piotra: „Szymonie, synu Jana, czy miłujesz Mnie więcej aniżeli ci?” Odpowiedział Mu: „Tak, Panie, Ty wiesz, że Cię kocham”. Rzekł do niego: „Paś baranki moje”. I znowu, po raz drugi, powiedział do niego: „Szymonie, synu Jana, czy miłujesz Mnie?” Odparł Mu: „Tak, Panie, Ty wiesz, że Cię kocham”. Rzekł do niego: „Paś owce moje”. Powiedział mu po raz trzeci: „Szymonie, synu Jana, czy kochasz Mnie?” Zasmucił się Piotr, że mu po raz trzeci powiedział: „Czy kochasz Mnie?” I rzekł do Niego: „Panie, Ty wszystko wiesz, Ty wiesz, że Cię kocham”. Rzekł do niego Jezus: „Paś owce moje. Zaprawdę, zaprawdę, powiadam ci: Gdy byłeś młodszy, opasywałeś się sam i chodziłeś, gdzie chciałeś. Ale gdy się zestarzejesz, wycią-



gniesz ręce swoje, a inny cię opasze i poprowadzi, dokąd nie chcesz”. To powiedział, aby zaznaczyć, jaką śmiercią uwielbi Boga. A wypowiedziawszy to rzekł do niego: „Pójdź za Mną!”

### *Refleksja nad Słowem Bożym*

Jezus chce przekazać apostołowi Piotrowi najwyższą pasterską władzę nad Kościołem, ale zanim to uczyni przeprowadza z nim egzamin. Jest to egzamin z miłości: Czy miłujesz mnie więcej niż inni? Przed tak ważną decyzją pytanie o miłość, i tylko o miłość, w dodatku trzykrotne – świadczy, że miłość jest najważniejsza. Ona decyduje o wartości każdego człowieka. Jest to najpierw miłość Boga, a następnie wpływająca z niej miłość bliźniego. Przypomnijmy sobie teraz to najważniejsze przykazanie: „Będiesz miłował Pana Boga twego z całego serca swego, z całej duszy swojej, z całej myśli swojej i ze wszystkich sił swoich, a bliźniego swego jak siebie samego”.

Po otrzymaniu pasterskiej misji Piotr potwierdził swoją miłość do Chrystusa wytrwałym głoszeniem Jego Ewangelii, przypieczętowaną śmiercią męczeńską przez ukrzyżowanie za

czasów cesarza Nerona. Jego grób znajduje się w Rzymie, w Bazylice nazwanej jego imieniem. Módlmy się.

Boże Ojczy. Ty obdarzyłeś nas, ludzi, swoim zaufaniem, powierzając w nasze ręce Twojego Syna, który stał się człowiekiem, i zechciałeś, aby On wybrał spośród ludzi tych, którzy by Go nam uobecniali. Uczyni nas sumiennymi wobec tych, których Twój Duch postawił wśród nas jako pasterzy. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

## **Stacja XI**

### **Jezus powierza swoim uczniom misję powszechną**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i zmartwychwstanie swoje świat odkupić raczył.

Z Ewangelii według św. Mateusza (Mt 28, 16-20)  
Jedenastu zaś uczniów udało się do Galilei na górę, tam gdzie Jezus im polecił. A gdy Go ujrzeli, oddali Mu pokłon. Niektórzy jednak wątpili. Wtedy Jezus podszedł do nich i prze-

mówił tymi słowami: „Dana Mi jest wszelka władza w niebie i na ziemi. Idźcie więc i nauczajcie wszystkie narody, udzielając im chrztu w imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego. Uctie je zachowywać wszystko, co wam przykazałem. A oto Ja jestem z wami przez wszystkie dni, aż do skończenia świata”.

### *Refleksja nad Słowem Bożym*

Przed swoim wniebowstąpieniem Jezus zleca apostołom wielką misję: posyła ich na cały świat, aby głosili Ewangelię, udzielali chrztu i innych sakramentów św. oraz wpajali zasady chrześcijańskiej moralności. Mieli zatem przekształcać wrogi, pogański świat w bogobojną społeczność chrześcijańską. Zadanie to w ówczesnym czasie było bardzo trudne, a dla nich, prostych i niewykształconych ludzi – niemal niewykonalne. Dlatego Jezus daje im równocześnie wspaniałą obietnicę pozostania z nimi do końca. Dzięki tej obietnicy apostołowie doznawali szczególnej pomocy Bożej w pełnieniu swych zadań. Rzeczywiście rozeszli się na cały ówczesnie znany świat, z godnością znosili prześladowania, a wreszcie oddali życie, pono-

#### Część IV: Medytacje

---

sząc śmierć męczeńską za głoszoną prawdę o Chrystusie Zbawicielu.

Dziś prawowitymi następcami apostołów są biskupi, którzy – podobnie jak apostołowie – dobierają sobie odpowiednio przygotowanych współpracowników, udzielając im święceń kapłańskich lub diakońskich. Do udziału w misji zleconej przez Chrystusa są powołani również katolicy świeccy. Ich zadaniem jest szukanie królestwa Bożego w świecie; zajmowanie się sprawami świeckimi i kierowanie nimi po myśli Bożej. Przez przykład życia wiarą, nadzieją i miłością – ukazują innym Chrystusa. Wykonując właściwe sobie zadania w duchu ewangelicznym, przyczyniają się do uświęcenia świata na kształt zaczynu, od wewnątrz.

Wszyscy poczujmy się odpowiedzialni za głoszenie Ewangelii słowem i życiem, oraz prośmy Boga o pomoc w wykonywaniu tego wspianego dzieła.

Módlmy się.

Boże Ojczy, który chciałeś, aby zbawienie dokonywało się przy współdziałaniu ludzi zjednoczonych w Chrystusie, daj chrześcijanom tę samą moc z jaką On zwyciężył śmierć, by za-

równy wierni jak i pasterze zjednoczeni w Nim, doprowadzili do końca Twój plan życia. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

## **Stacja XII**

### **Jezus wstępuje do nieba**

- Kłaniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i zmartwychwstanie swoje świat odkupić raczył.

Z Dziejów Apostolskich (Dz 1, 3-11)

Im też po swojej męce dał wiele dowodów, że żyje: ukazywał się im przez czterdzieści dni i mówił o królestwie Bożym. A podczas wspólnego posiłku kazał im nie odchodzić z Jerozolimy, ale oczekiwać obietnicy Ojca: „Słyszeliście o niej ode Mnie – [mówił] – Jan chrzczył wodą, ale wy wkrótce zostaniecie ochrzczeni Duchem Świętym”. Zapytywali Go zebrani: „Panie, czy w tym czasie przywrócisz królestwo Izraela?” Odpowiedział im: „Nie wasza to rzecz znać czasy i chwile, które Ojciec ustalił swoją władzą, ale gdy Duch Święty zstąpi na was, otrzymacie Jego moc i będziecie moimi świad-

kami w Jerozolimie i w całej Judei, i w Samarii, i aż po krańce ziemi”. Po tych słowach uniósł się w ich obecności w górę i obłok zabrał Go im sprzed oczu. Kiedy uporczywie wpatrywali się w Niego, jak wstępował do nieba przystąpili do nich dwaj mężowie w białych szatach. I rzekli: „Mężowie z Galilei, dlaczego stoicie i wpatrujecie się w niebo? Ten Jezus, wzięty od was do nieba, przyjdzie tak samo, jak widzieliście Go wstępującego do nieba”.

### *Refleksja nad Słowem Bożym*

Jezus wstąpił do nieba dopiero wówczas, gdy wypełnił do końca wolę Ojca. Całe Jego życie ziemskie było aktem posłuszeństwa Ojcu. Z posłuszeństwa podjął także okrutną mękę i haniebną śmierć krzyżową.

Wracając do Ojca, Jezus wskazał nam cel naszego życia na ziemi. Celem tym jest niebo – stan wiecznej szczęśliwości. Wskazał nam również drogę, która prowadzi do nieba. Tą drogą jest On sam: Jego prawda i Jego miłość, Jego słowa i Jego czyny, Jego Ewangelia i Jego Kościół, któremu dał klucze królestwa niebieskiego.

Chrześcijanin nie powinien być zapatrzony jedynie w niebo, a zapominać o życiu na ziemi.

Przeciwnie, droga do nieba prowadzi poprzez ziemię. Tu, na ziemi, trzeba nam budować zaczątki nieba. Mamy tak żyć, aby Jego królestwo: królestwo prawdy, sprawiedliwości, miłości i pokoju – było widoczne już teraz. Trzeba przede wszystkim, byśmy wypełniali wolę Boga, byli wierni naszemu życiowemu powołaniu i solidnie wykonywali swoje obowiązki.

Warto na koniec postawić sobie pytanie: czy naprawdę Jezus Chrystus jest dla mnie drogą, prawdą i życiem?...

Módlmy się.

Wszchemogący Boże, wniebowstąpienie Twojego Syna jest wywyższeniem ludzkiej natury, spraw, abyśmy pełni świętej radości składali Tobie dziękczynienie. Dozwól nam, byśmy w naszym ziemskim życiu mogli rozpoznać i wiernie wypełnić Twoją wolę, a po jego zakończeniu połączyć się w niebieskiej chwale z Chrystusem. Który z Tobą żyje i króluje na wieki wieków. Amen.

## **Stacja XIII**

### **Z Maryją w oczekiwaniu na Ducha Świętego**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i zmartwychwstanie swoje świat odkupić raczył.

Z Dziejów Apostolskich (Dz. 1, 12-14)

Uczniowie wrócili do Jerozolimy z góry, zwanej Oliwną, która leży blisko Jerozolimy, w odległości drogi szabatowej. Przybywszy tam weszli do sali na górze i przebywali w niej: Piotr i Jan, Jakub i Andrzej, Filip i Tomasz, Bartłomiej i Mateusz, Jakub, syn Alfeusza, i Szymon Goriłwy, i Juda, [brat] Jakuba. Wszyscy oni trwali jednomyślnie na modlitwie razem z niewiastami, Maryją, Matką Jezusa, i braćmi Jego.

#### *Refleksja nad Słowem Bożym*

Przed swoim wniebowstąpieniem Jezus polecił swoim uczniom nie odchodzić z Jerozolimy, ale oczekiwać na Ducha Świętego, którego Jezus im obiecał. Jeszcze przed swoją męką powiedział do Apostołów: „Będę prosił Ojca, a innego Pocieszyciela da wam, aby z wami był na zaw-



sze – Ducha Prawdy. (...) Jeżeli odejdę, pošlę Go do was” (J 14, 15-17; 16, 7). Dlatego po odejściu Jezusa do Ojca zgromadzili się w wieczerniku. Oprócz apostołów znajdowali się tam także inni uczniowie razem z niewiastami i Maryją, Matką Jezusa. Jak podaje św. Łukasz, wszyscy trwali jednomyślnie na modlitwie.

Wówczas w Wieczerniku rodził się Kościół, formowała się pierwsza jego wspólnota. Z tym modlącym się Kościołem szczególnie była związana Maryja, Matka Jezusa. Ten związek objawił się zwłaszcza pod krzyżem, gdzie Maryja przez umierającego Jezusa została oddana uczniowi jako matka. Jezus skierował do niej słowa: „Niewiasto, oto syn Twój”, a do ucznia: „Oto Matka twoja”. Dlatego Maryję czymy jako duchową Matkę Kościoła. Jej święto przypada nazajutrz po uroczystości Zesłania Ducha Świętego.

Będąc naszą duchową Matką, Maryja wstawia się za nami u swego Syna, Jezusa Chrystusa. Jakże często wzywamy jej pomocy wołając: „Módl się za nami!” Jeśli będziemy Ją prosić z ufnością, zostaniemy wysłuchani. Jednakże nie powinniśmy się ograniczać tylko do prośb. Trzeba, abyśmy także naśladowali Jej cnoty.

Módlmy się.

Dziękujemy Ci Ojczy, że przez Maryję dałeś nam Jezusa, i że dałeś nam Maryję jako ostatni dar od umierającego Chrystusa. Prosimy Cię, abyś przez Jej wstawiennictwo, nieustannie wlewał w Twoich wiernych obfitość Twojego Ducha, który czyni nas Twoimi prawdziwymi dziećmi. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

## **Stacja XIV**

### **Jezus posyła na swoich uczniów obiecane Ducha Świętego**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i zmartwychwstanie swoje świat odkupił raczył.

Z Dziejów Apostolskich (Dz 2, 1-6)

Kiedy nadszedł wreszcie dzień Pięćdziesiątnicy, znajdowali się wszyscy razem na tym samym miejscu. Nagle dał się słyszeć z nieba szum, jakby uderzenie gwałtownego wiatru, i nappełnił cały dom, w którym przebywali. Ukazały się im też języki jakby z ognia, które się rozdzieliły, i na każdym z nich spoczął jeden. I wszyscy

zostali napełnieni Duchem Świętym, i zaczęli mówić obcymi językami, tak jak im Duch pozwalał mówić. Przebywali wtedy w Jerozolimie pobożni Żydzi ze wszystkich narodów pod słońcem. Kiedy więc powstał ów szum, zbiegli się tłumnie i zdumieli, bo każdy słyszał, jak przemawiali w jego własnym języku.

### *Refleksja nad Słowem Bożym*

Uczniowie Jezusa, zebrani w wieczerniku na modlitwie, zostali napełnieni Duchem Świętym. Otrzymali też dar języków. Po wyjściu na zewnątrz zaczęli głosić Ewangelię różnymi językami, aby zebrani przybysze z wielu ludów mogli ich zrozumieć. Chrystus zmartwychwstały i powracający do Ojca również i nas umacnia swoim Duchem Świętym: Duchem miłości i mądrości, Duchem prawdy i roztropności, Duchem świętości i męstwa. Duch Święty czyni nas zdolnymi do odkrycia i wiernego wypełnienia naszego osobistego powołania.

Mocy Ducha Świętego bardzo dziś potrzebujemy. Bowiem dzisiejszy świat zachęca nas do kierowania się zupełnie innym duchem: duchem egoizmu i cynizmu, duchem przewrotności i okrucieństwa wobec słabszych, duchem ate-

izmu i materializmu. Duch tego świata obiecuje nam łatwe osiągnięcie takiego szczęścia, jakie w ogóle nie istnieje. Bo jest zawsze duchem pokusy i pożądania.

Jako chrześcijanie jesteśmy wezwani do tego, by zawsze kierować się Duchem Jezusa. W chwili ciszy zapytam samego siebie, czy w moim życiu osobistym, rodzinnym, zawodowym mam odwagę opierać się duchowi tego świata i kierować się Duchem Jezusa? – Czy czuję się powołany, jak uczniowie z wieczernika, do głoszenia Ewangelii swoim życiem i słowem? Czy posługując się słowem, mówię językiem miłości, aby być przez wszystkich zrozumianym?

Módlmy się.

Boże, jedynie Twój Duch jest godnym dziękczynieniem za Twoją nieskończoną miłość. Przenikaj nas tym Duchem, abyśmy razem z błogosławioną Dziewicą i wszystkimi Twoimi Świętymi, mogli prawdziwie i doskonale stać się chwałą Twoją w Chrystusie Jezusie, Twoim Synu i naszym Panu. Amen.

## **Zakończenie**

Boże Ojcze, Synu i Duchu Święty, oświeceni Twoim wiecznym światłem, oddajemy nasze serca na uwielbienie i dziękczynienie za Twoje niezmiernie dary. Dziękujemy Ci i uwielbiamy Ciebie, Trójco Przenajświętsza, za drogę krzyża, ale i za wspaniałą drogę światła, która prowadzi nas ku życiu wiecznemu.

Bądź błogosławiony Boże, Ojcze Święty, za to, że oświeciłeś nas światłem swojego Syna i obdarzyłeś nas mocą swojego Ducha. Oświecaj nas nadal nieustannie, aby we wszystkich naszych działaniach i intencjach, ukazywała się przez nas Twoja łaska, a wszyscy ludzie mogli dojść do Ciebie, naszego jedyne Dobro. Przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

## **MODLITWA RÓŻAŃCOWA**

*Modlitwa różańcowa ma charakter medytacyjny. Stanowi ona połączenie modlitwy ustnej z medytacją. Odmawia się Ojcze nasz, 10 Zdrowaś Maryjo i Chwała Ojcu, ale także rozważa którąś z tajemnic różańcowych, czyli wydarzeń*

#### Część IV: Medytacje

---

*z życia Jezusa i Maryi. Rozważanie może poprzedzać modlitwę ustną. Jeśli mamy więcej czasu, możemy je wydłużyć do tego stopnia, że stanie się typową formą medytacji, zawierającą rozważanie, wyrażanie uczuć i podjęcie dobrego postanowienia. Medytacja może nawet przybrać postać kontemplacji. Natomiast jeśli rozważanie łączymy z równoczesną modlitwą ustną, to poszczególne dziesiątki różańca należy odmawiać w rytmie spokojnej modlitwy i jakby z zatopioną w myślach powolnością, ułatwiającą kontemplację poszczególnych tajemnic. Różaniec jest modlitwą chrystologiczną. Skupia w sobie głębię całego przesłania ewangelicznego, którego jest jakby streszczeniem.*

*Sposób odmawiania różańca: Na początku odmawia się Wierzę w Boga, Ojcze nasz, 3 razy Zdrowaś Maryjo (o wzmocnienie wiary, nadziei i miłości) i Chwała Ojcu. Potem następują tzw. dziesiątki, połączone z rozważaniem tajemnic. W każdej dziesiątce odmawia się: Ojcze nasz, 10 razy Zdrowaś Maryjo, Chwała Ojcu.*

Tajemnice różańca są podzielone na cztery części.

**Część I. Tajemnice radosne** (*odmawia się w poniedziałek i w sobotę*):

1. Zwiastowanie Maryi, że będzie Matką Syna Bożego (Łk 1, 26-38).
2. Nawiedzenie św. Elżbiety (Łk 1, 39-56).
3. Narodzenie Pana Jezusa (Łk 2, 1-20).
4. Ofiarowanie Pana Jezusa w świątyni (Łk 2, 22-38).
5. Odnalezienie Pana Jezusa wśród uczonych w świątyni (Łk 2, 41-52)

**Część II. Tajemnice światła** (*odmawia się w czwartek*)

1. Chrzczenie Pana Jezusa w Jordanie (Łk 3, 21-22).
2. Objawienie się Jezusa na weselu w Kanie (J 2,1-12).
3. Jezus głosi królestwo Boże i wzywa do nawrócenia (Mt 4, 17. 23-25).
4. Jezus przemienia się na górze w obecności trzech uczniów (Łk 9, 28-36).
5. Jezus ustanawia Eucharystię (Mk 14,17-25).

**Część III. Tajemnice bolesne** (*odmawia się w we wtorek i piątek*)

1. Modlitwa i krwawy pot Pana Jezusa w Ogrodzie Oliwnym (Łk 22, 39-46).

## Część IV: Medytacje

---

2. Biczowanie Pana Jezusa (J 19,1).
3. Cierniem ukoronowanie Pana Jezusa (Mt 27, 27-31).
4. Dźwiganie krzyża przez Pana Jezusa (Łk 23,26-32).
5. Ukrzyżowanie i śmierć Jezusa (J 19, 17-30).

### **Część IV. Tajemnice chwalebne** (*odmawia się w niedzielę i środę*)

1. Zmartwychwstanie Pana Jezusa (Mt 28, 1-10).
2. Wniebowstąpienie Pana Jezusa (Dz 1, 9-11).
3. Zesłanie Ducha Świętego (Dz 2, 1-4).
4. Wniebowzięcie Maryi (Rdz 3,14-15; 1 Kor 15, 20-24).
5. Ukoronowanie Maryi na Królową nieba i ziemi (Ap 12,1-10).

## **LECTIO DIVINA**

*Lectio Divina* (łac. Boże czytanie), jest to modlitewne, ascetyczne czytanie Pisma św. Obejmuje ono cztery etapy określane łacińskimi terminami: *Lectio*, *meditatio*, *oratio*, *contemplatio*. W dosłownym przekładzie na język polski byłyby to: czytanie, medytacja, modlitwa i kon-



templacja. Jednakże tych łacińskich terminów nie przekłada się na język polski, gdyż w odniesieniu do Lectio divina mają one swoiste, specyficzne znaczenie. Lectio jest czymś więcej niż czytaniem, meditatio nie oznacza tu tradycyjnych metod modlitwy myślanej, a contemplatio nie oznacza nadzwyczajnych przeżyć mistycznych. Lectio divina powinna być poprzedzona modlitwą do Ducha Świętego, aby słowo Boże w nas żyło i nas przemieniało.

Pierwszy etap (lectio) rozpoczyna się odczytaniem wybranego fragmentu Pisma św. Czytać trzeba powoli z uwagą, aby zapamiętać jego treść. Po przeczytaniu trzeba się zastanowić, co Bóg powiedział przez natchnionego autora przeczytanego tekstu do ludzi żyjących w tamtych czasach, czyli jakie znaczenie miało dla nich odczytane słowo Boże. W tym celu trzeba postawić sobie kilka pytań: Kto jest postacią główną w omawianym tekście? Co robi, na czym polega jego działanie? Po co to czyni? Gdzie, w jakich warunkach wszystko się dokonuje? Jaki jest rezultat tego działania? Jakie znaczenie dla ówczesnej ludności miało wydarzenie lub tylko wypowiedziane wtedy słowa? Chcąc znaleźć odpowiedzi na tego rodzaju py-

tania trzeba będzie ponownie sięgnąć po przeczytany tekst. Przy tym drugim czytaniu bądź analizowaniu tekstu warto też zwrócić uwagę na terminologię, którą autor się posłużył, na symbole i metafory, do których się odwołuje. Koniecznie trzeba też coś dowiedzieć się o usytuowaniu czytanego tekstu w jego najbliższym kontekście, a także o jego miejscu zarówno w danej księdze, jak i w całej Biblii.

Na drugim etapie (*meditatio*) należy sobie odpowiedzieć na pytanie, jakie znaczenie ma odczytane słowo Boże dla mnie osobiście i dla innych ludzi żyjących obecnie; co Bóg chce nam powiedzieć, tu i teraz. W tym etapie chodzi więc o poszukiwanie tzw. wartości trwałych, zawartych w danym tekście, o aktualizację natchnionych pouczeń. W tym celu warto najpierw zastanowić się, czy podobne wydarzenie jest opisane w innych księgach Pisma św. lub dokonało się w dziejach Kościoła. Następnie pytam samego siebie, czy można znaleźć dla tego wydarzenia jakieś odpowiedniki w moim życiu. Jakie wnioski powinienem wyprowadzić z lektury takich tekstów? Co powinienem czynić, by wypełnić wolę Boga i osiągnąć zbawienie?

---

Trzeba więc zrobić jakiś obrachunek z samym sobą.

Odkryte w medytacji osobiste przesłanie staje się modlitwą duszy poruszonej mową Boga (etap trzeci – oratio). Na jej treść i formę wpływa nie sam odczytany tekst Pisma św., a także wewnętrzne poruszenia duszy oraz przymierzanie swego życia do słowa Bożego. Modlitwa powinna być prosta i spontaniczna. Trzeba otworzyć przed Bogiem swoje serce i mówić szczerze, o swoich przeżyciach: uwielbiać, dziękować, przepraszać, prosić.

Z modlitwy przechodzi się do kontemplacji (etap czwarty). Kontemplacją nazywamy tu tzw. modlitwę prostoty, czas bezsłownego westchnienia Ducha, ukojenia w Bogu. Trwanie przed Bogiem całym sobą. Serce modli się bez słów, a wola pragnie się zjednoczyć z wolą Boga. W czasie kontemplacji staramy się odkryć w Chrystusie wypełnienie i aktualizację słowa. Uwielbiamy Boga za dzieło zbawienia i rozpoznajemy nowe możliwości przemieniania słowa w czyn życia. Na koniec podejmujemy jakieś postanowienia, otwierając się na czynną miłość Boga i człowieka.

Do przeprowadzenia Lectio divina konieczny jest tekst Pisma św. Poniżej są zamieszczone cztery wybrane teksty biblijne łącznie z rozważaniami i praktycznymi wskazówkami. Można się nimi posługiwać na pielgrzymiej drodze, aby z czasem nabyć wprawę do samodzielnego przeprowadzania Lectio divina na podstawie dowolnie wybranych perykop biblijnych.

## **BÓG POWOŁUJE ABRAHAMA**

*Zwróć się do Ducha Świętego z pokorną prośbą:*

Przyjdź Duchu Święty! Przemień mój lęk w nieugiętą wiarę. Oświecaj mój umysł, abym był otwarty na przyjęcie prawdy objawionej. Umocnij moją wolę do pójścia za Twoim głosem. Amen.

### **Lectio**

*Czytaj z wiarą i uważnie święty tekst, jak gdyby dyktował go dla ciebie Duch Święty:*

„Bóg rzekł do Abrama: «Wyjdź z twojej ziemi rodzinnej i z domu twego ojca do kraju, który ci

ukażę. Uczynię bowiem z ciebie wielki naród, będę ci błogosławił i twoje imię rozślawię (...) Abram udał się w drogę, jak mu Pan rozkazał»” (Rdz 12, 1-2. 4).

Abraham pochodził z sumeryjskiego miasta Ur w Chaldei. Razem ze swoim ojcem Terachem przywędrował do Charanu w Syrii i tam się osiedlili. Jego ojciec według tradycji był wytwórcą figurek bożków. Abraham miał te figurki sprzedawać. Gdy Bóg objawił się Abrahamowi w Charanie, miał on już 75 lat, i nie miał żadnego potomka, gdyż jego żona Sara była bezpłodna. Dlatego obietnica Boga, że uczyni go ojcem wielkiego narodu była wielce nieprawdopodobna. Jednak Abraham uwierzył Bogu. Udał się w drogę ze swoją żoną, swoim bratankiem Lotem i całym dobytkiem oraz służbą. Przybyli do ziemi Kanaan. Tam Bóg zawarł przymierze z Abrahamem, mówiąc: «Potomstwu twemu daję ten kraj» (Rdz 15, 18). Później w nocnym widzeniu Bóg obiecuje mu, że mimo podeszłego wieku otrzyma potomstwo tak liczne jak gwiazdy na niebie. Bóg spełnił swą obietnicę – gdy miał 100 lat Sara urodziła mu syna Izaaka.

Abraham całą swoją ojcowską miłość skupił na Izaaku. Gdy Izaak już podrósł, Bóg poddaje wiarę Abrahama bardzo ciężkiej próbie. Żąda od niego ofiary z Izaaka. Mówi do niego: «Abrahamie! Weź twego syna jedyne­go, które­go miłujesz, Izaaka, idź do kraju Moria i tam złóż go w ofierze na jednym z pagórków, jaki ci wskażę» (*Rdz 22, 1-2*). Abraham posłuszny temu żądaniu, nazajutrz rano udaje się z synem, dwoma sługami i osłem oraz ogniem i drewnem na wskazaną przez Boga górę (była to góra, na której potem stanęła świątynia jerozolim­ska). Izaak leży już związany na ołtarzu, kiedy głos Boży wstrzymuje dłoń Abrahama: «Nie podnoś ręki na chłopca i nie czyn mu nic złego! Teraz poznałem, że boisz się Boga, bo nie odmówiłeś Mi nawet twego jedyne­go syna» (*Rdz 22, 12*). Wówczas Abraham zauważył barana uwikłane­go w zaroślach. Podszedł, wziął go i złożył jako ofiarę całopalną zamiast swego syna.

Zatem w życiu Abrahama można wyróżnić dwa Boże powołania. Pierwsze wzywające do opuszczenia swego ojca i jego bożków, a udanie się do ziemi Kanaan, połączone z obietnicą zaspokojenia jego marzeń o posiadaniu potomka. Abraham uwierzył Bogu i wyruszył w drogę.

Drugie powołanie wzywające do złożenia Izaaka na ofiarę, było przekreśleniem życiowych marzeń i dążeń Abrahama. Abraham tutaj wykazał się heroiczną swą wiarą.

### **Meditatio**

*Staraj się dogłębnie zrozumieć, co przez ten tekst Bóg mówi do ciebie. Pomyśl, jakby potoczyło się życie Abrahama, gdyby nie uwierzył Bogu i nie wyruszył w drogę. Sprzedawałby w Charanie figurki pogańskich bożków, nie poznałby prawdziwego Boga i nie dostał Jego obietnic. Umarłby bezpotomnie, co w tamtych czasach było poczytywane, jako znak Bożego przekleństwa.*

Historia Abrahama jednoznacznie wskazuje, że Bóg oczekuje od nas wiary; byśmy Mu zaufali i uwierzyli Jego obietnicom. W Piśmie św. spotykamy bardzo wiele wypowiedzi o potrzebie wiary. Jezus Chrystus domagał się wiary, piętnował słabość czy brak wiary u swoich uczniów. Warto tu przeczytać m.in. następujące wersety Ewangelii: Mk 9, 23; Łk 17, 5-6; Mk 16, 14; Mk 16, 16; Łk 16, 31; Łk 18, 8; Łk 24,25; J 3 18; J 3, 36; J 8, 24; J 8, 47; J 12, 48; J 20, 27.

W naszym życiu można by, podobnie jak w życiu Abrahama, wyróżnić dwa rodzaje powołania do wiary. W pierwszym powołaniu poszliśmy za Bogiem z radością, albo nawet entuzjastycznie, w nadziei, że spełni On pragnienia naszego serca. Musimy jednak dorastać do podjęcia także drugiego powołania, powołania do takiej wiary i miłości Boga, abyśmy byli zdolni do ofiarowania Mu tego, co najbardziej kochamy, czyli gotowi do rezygnacji z własnych marzeń. Abraham jest naszym ojcem w wierze dlatego, że kochał Boga bardziej od wszystkich obietnic Bożych. Pomyśl, co jest Izaakiem twego życia, czyli twoim największym umiłowaniem. Czy jesteś gotów z tego zrezygnować, gdyby Bóg tego zażądał?

Wędrowka Abrahama do Ziemi Obiecanej była prawdziwą pielgrzymką. Udał się w drogę z Bożego rozkazu. Doznawał wielokrotnie spotkania z Bogiem. Bóg mu błogosławił, spełnił dane obietnice, zawarł z nim przymierze, dał mu tę ziemię na własność. Niech to będzie dla ciebie zachętą do pielgrzymowania. Na pielgrzymiej trasie doznasz wielu Bożych nawiedzeń, dasz świadectwo swojej wiary i miłości Boga,



Lectio divina: Bóg powołuje Abrahama  
by kiedyś – po zakończeniu ziemskiej wędrówki  
– osiąść upragnioną Ziemię Obiecaną.

### **Oratio**

*Teraz ty mów do Boga. Mów Mu o przeżyciach, jakie wywołało czytanie słowa Bożego i jego rozważanie. Czyń to spontanicznie, szczerze. Uwielbiaj Boga za to, że jest wierny i wypełnia obietnice, dziękuj Mu za wspaniały przykład wiary Abrahama, przepraszaj za słabość swojej wiary i proś o jej wzmocnienie, aby zaowocowała dobrymi czynami, posłuszeństwem woli Bożej.*

### **Contemplatio**

*Izaak jest figurą (wyobrażeniem) Jezusa Chrystusa. Bóg – jak pisze św. Paweł – „który nawet własnego Syna nie oszczędził, ale Go za nas wszystkich oddał, jakże miałby także wraz z Nim wszystkiego nam nie darować?” (Rz 8, 32). Jakie to pocieszające. Bóg oszczędził Abrahamowi Izaaka, ale nie oszczędził własnego Syna, aby nam umożliwić wieczne zbawienie. Trwaj przed Bogiem całym sobą. Módl się obecnością, bez słów. Raduj się na myśl o życiu wiecznym w niebie razem z Chrystusem i ze świętymi. Dziękuj za Chrystusowe dzieło zbawienia. Dziękuj za*

*wiarę, za to, że jesteś chrześcijaninem, za rodziców i tych wszystkich, którzy ci pomagali wzrastać w wierze i miłości Boga.*

## **MARYJA NAWIEDZA ŚWIĘTĄ ELŻBIETĘ**

Przyjdź Duchu Święty i swoją światłością napełnij moje serce. Oświecaj mój umysł, abym był otwarty na przyjęcie prawdy objawionej. Niech z Twoją pomocą poznam, co jest wolą Bożą i czego ludzie będący w potrzebie słusznie ode mnie oczekują. Amen.

### **Lectio**

*Czytaj z wiarą i uważnie święty tekst, jak gdyby dyktował go dla ciebie Duch Święty:*

„W tym czasie Maryja wybrała się i poszła z pośpiechem w góry do pewnego miasta w [pokoleniu] Judy. Weszła do domu Zachariasza i pozdrowiła Elżbietę. Gdy Elżbieta usłyszała pozdrowienie Maryi, poruszyło się dzieciątko w jej łonie, a Duch Święty napełnił Elżbietę. Wydała ona okrzyk i powiedziała: «Błogosławiona jesteś między niewiastami i błogosła-

wiony jest owoc Twojego łona. A skądże mi to, że Matka mojego Pana przychodzi do mnie? Oto, skoro głos Twego pozdrowienia zabrzmiał w moich uszach, poruszyło się z radości dzieciątko w moim łonie. Błogosławiona jesteś, któraś uwierzyła, że spełnią się słowa powiedziane Ci od Pana»).

Wtedy Maryja rzekła: «Wielbi dusza moja Pana, i raduje się duch mój w Bogu, moim Zbawcy. Bo wejrzał na uniżenie Służebnicy swojej. Oto bowiem błogosławić mnie będą odtąd wszystkie pokolenia, gdyż wielkie rzeczy uczynił mi Wszechmocny. Święte jest Jego imię, a swoje miłosierdzie na pokolenia i pokolenia [zachowuje] dla tych, co się Go boją. On przejawia moc ramienia swego, rozprasza [ludzi] pyszniących się zamysłami serc swoich. Strąca władców z tronu, a wywyższa pokornych. Głodnych nasycy dobrami, a bogatych z niczym odprawia. Ujął się za sługą swoim, Izraelem, pomny na miłosierdzie swoje, jak przyobiecał naszym ojcom, na rzecz Abrahama i jego potomstwa na wieki»).

Maryja pozostała u niej około trzech miesięcy; potem wróciła do domu” (*Łk 1, 39-56*).

Nawiedzenie św. Elżbiety jest następstwem zwiastowania. W czasie anielskiego zwiastowania Maryja poprzez swoje *Fiat* (niech mi się stanie) za sprawą Ducha Świętego poczęła Jezusa, Bożego Syna. Dowiedziała się wówczas, że także Elżbieta, jej krewna, będąc w podeszłym już wieku, poczęła dziecko i jest już z nim w szóstym miesiącu. Toteż wkrótce po zwiastowaniu poszła do niej z pośpiechem. Musiała odbyć długą, kilkudniową podróż z Nazaretu aż do miejscowości nazywanej dziś Ain-Karim, położonej 7 kilometrów na zachód od Jerozolimy, gdyż tam mieszkała Elżbieta ze swym mężem Zachariaszem. Jeszcze nie narodzone dziecko św. Elżbiety to przyszły św. Jan Chrzciciel.

Po co Maryja poszła do tych starych ludzi? Przyniosła im Ducha Świętego i Jezusa w swoim łonie, a wraz z Nim radość i pomoc. Wchodząc do domu pozdrowiła Elżbietę, zapewne tak, jak nakazywał zwyczaj żydowski, słowem «Shalom» – Pokój wam. Pozdrowienie Maryi wywołało u Elżbiety dwa cudowne skutki: jej dziecko zostało obdarzone łaską uświęcającą, sama zaś Elżbieta otrzymała światło Ducha Świętego, który jej objawił, że Maryja jest Matką Boga. Dlatego Elżbieta zawołała: «A skądże

Lectio divina: Maryja nawiedza św. Elżbietę mi to, że Matka Pana mojego przychodzi do mnie?») Następnie Maryja uwielbia Boga, który obdarzył Ją tak wieloma łaskami i tak wielką godnością. Wychwala Boga także za Jego sprawiedliwość, dobroć i miłosierdzie świadczone w ciągu dziejów dla Jej narodu – Izraela. Ta modlitwa Maryi, wyśpiewana u Elżbiety, nosząca skrótowo nazwę «Magnificat», jest codziennie zanoszona do Boga w nieszpórach Liturgii Godzin. Maryja pozostała u Elżbiety aż do narodzenia się św. Jana Chrzciciela, aby świadczyć jej różną pomoc.

### **Meditatio**

*Staraj się dogłębnie zrozumieć, co Bóg przez ten natchniony tekst mówi do ciebie.*

Nawiedzenie Maryi nie zakończyło się jednorazowym pobytem u św. Elżbiety. Ono w analogicznych formach trwa do dziś. Maryja nawiedza nas poprzez swoje cudowne zjawienia i przekazywane orędzia, jak na przykład w Lourdes, Fatimie, La Salette i wielu innych miejscach. W wymiarze duchowym Maryja aktualnie nawiedza wszystkie polskie parafie w kopii Jasnogórskiego Wizerunku. Jest tu już Druga

#### Część IV: Medytacje

---

Peregrynacja (pielgrzymka) Maryi po naszym kraju. Pierwsza rozpoczęła się w 1957 r., a zakończyła w 1980 r. Wkrótce po jej zakończeniu rozpoczęła się Druga Peregrynacja, która nadal jeszcze trwa. Peregrynacja Maryi przynosi odnowienie i umocnienie życia religijno-moralnego. Trzeba, abyśmy Maryję pielgrzymującą do naszych parafii i do poszczególnych rodzin godnie przyjęli; przygotowali się duchowo przez spowiedź i komunię św. i trwali razem z Nią na modlitwie, podejmując jakieś dobre postanowienia na przyszłość.

Trzeba również, abyśmy Maryję nawiedzali, pielgrzymując do Jej sanktuariów. Droga św. Jakuba prowadzi przez liczne sanktuaria maryjne. Widać to zwłaszcza na Podkarpaciu, gdzie na każdym dziennym etapie Via Regia znajduje się przynajmniej jedno, a często nawet więcej sanktuariów maryjnych z wizerunkiem Matki Bożej formalnie uwieńczonym koronami. Zatrzymujmy się tam nieco dłużej, gdy wędrujemy jakubowym szlakiem.

Nawiedzenie przez Maryję św. Elżbiety jest dla nas wzorem, jak powinniśmy nawiedzać naszych bliźnich. Czyńmy to chętnie; nie zamykajmy się w ciasnym kręgu własnych spraw.

Nawiedzając, nieśmy im pokój; starajmy się też przynieść im Jezusa na przykład przez pozdrowienie: "Niech będzie pochwalony Jezus Chrystus", przez rozmowy na tematy religijne, udzielanie zgodnych z nauką Jezusa rad itp. Trzeba również dzielić ich przeżycia, radości czy smutki, i wyrazić gotowość przyjścia w razie potrzeby z konkretną pomocą.

### **Oratio**

*Uwielbiaj Boga wraz z Maryją, dziękuj Mu za te liczne w naszym kraju sanktuaria maryjne, zwłaszcza za Jasną Górę i wszystkie łaski udzielone naszemu narodowi w czasie pierwszej i drugiej Peregrynacji. Przepraszaj za grzechy zaniedbania w dziedzinie kultu Matki Bożej. I proś Boga za wstawiennictwem Maryi w różnych potrzebach. Czyń to prosto i spontanicznie według tego, co czujesz i czego pragniesz.*

### **Contemplatio**

*Pochyl się w milczeniu nad przeczytany na początku tekstem „Magnificat”. Wczuj się w przeżycia Maryi i próbuj je sobie przyswoić – rozraduj się w Bogu swoim Zbawicielu, bo uczynił ci wielkie rzeczy.*

## **MĘDRCY ZE WSCHODU PRZYBYWAJĄ DO JEZUSA**

Umocnij mnie, Panie, łaską Ducha Świętego. Oświecaj mój umysł, abym był otwarty na przyjęcie prawdy objawionej. Daj mi poznać, co należy czynić i udziel siły do wypełnienia poznanych obowiązków. Proszę o to przez Chrystusa Pana naszego. Amen

### **Lectio**

*Czytaj z wiarą i uważnie święty tekst, jak gdyby dyktował go dla ciebie Duch Święty:*

„Gdy zaś Jezus narodził się w Betlejem w Judei za panowania króla Heroda, oto Mędrcy ze Wschodu przybyli do Jerozolimy i pytali: «Gdzie jest nowo narodzony król żydowski? Ujrzeliśmy bowiem jego gwiazdę na Wschodzie i przybyliśmy oddać mu pokłon». Skoro to usłyszał król Herod, przeraził się, a z nim cała Jerozolima. Zebrał więc wszystkich arcykapłanów i uczonych ludu i wypytywał ich, gdzie ma się narodzić Mesjasz. Ci mu odpowiedzieli: «W Betlejem judzkim, bo tak napisał Prorok: A ty, Betlejem, ziemio Judy, nie jesteś zgoła najlich-



Lectio divina: Mędrcy ze Wschodu przybywają do Jezusa  
sze spośród głównych miast Judy, albowiem z ciebie wyjdzie władca, który będzie pasterzem ludu mego, Izraela»». Wtedy Herod przywołał potajemnie mędrców i wypytywał ich dokładnie o czas ukazania się gwiazdy. A kierując ich do Betlejem, rzekł: «Udajcie się tam i wypytajcie starannie o Dziecię, a gdy Je znajdziecie, donieście mi, abym i ja mógł pójść i oddać Mu pokłon»». Oni zaś wysłuchawszy króla, ruszyli w drogę. A oto gwiazda, którą widzieli na Wschodzie, szła przed nimi, aż przysła i zatrzymała się nad miejscem, gdzie było Dziecię. Gdy ujrzeli gwiazdę, bardzo się uradowali. Wyszli do domu i zobaczyli dziecko z Matką Jego Maryją; upadli na twarz i oddali Mu pokłon. I otworzywszy swe skarby, ofiarowali Mu dary: złoto, kadzidło i mirrę. A otrzymawszy we śnie nakaz, żeby nie wracali do Heroda, inną drogą udali się do ojczyzny swojej” (*Mt 2, 1-12*).

Mędrcy, o których pisze św. Mateusz, to byli magowie, pogańscy uczeni zajmujący się astrologią. W ówczesnym świecie pogańskim na Wschodzie znana była myśl, iż wraz z narodzeniem się oczekiwanego Zbawiciela pojawi się nowa gwiazda. I oto zobaczyli nową gwiazdę.

## Część IV: Medytacje

---

Nie było to naturalne zjawisko astronomiczne. Gwiazda była cudowną, bo nie wszędzie świeciła; zgasła w Jerozolimie, zatrzymała się w Betlejem. Mędrcy, jako przedstawiciele narodów pogańskich, wyruszyli w drogę w poszukiwaniu Zbawiciela, i mimo trudności, w tym wrogiej postawy Heroda – znajdują Dzieciątka Jezus, oddają mu hołd i składają symboliczne dary: złoto jako królowi wszystkich narodów, kadzi-dło jako Bogu, i mirrę wskazującą na odkupień-cze cierpienia Zbawiciela. Ich wyprawa trudna i niebezpieczna świadczyła o ich niezłomnej woli osiągnięcia wiecznego zbawienia. Nie można jej przyrównywać do modnych w naszym kraju Orszaków Trzech Króli, które są jedynie grą aktorską.

### **Meditatio**

*Staraj się odnieść tekst przeczytanej Ewangelii do siebie. Postaw sobie pytanie: co Bóg mówi do mnie?*

Przesłanie przeczytanego fragmentu Ewangelii dotyczy – ogólnie biorąc – tzw. znaków czasu. Znaki czasu są to wydarzenia pozostające w ścisłym związku ze zbawczą inicjatywą Boga

Lectio divina: Mędrcy ze Wschodu przybywają do Jezusa  
w stosunku do człowieka. Zawiera się w nich jakaś szansa dotycząca naszego zbawienia, a zarazem wezwanie Boga, aby tej szansy nie zmarnować. Dlatego trzeba te znaki rozpoznawać, a następnie podejmować ich wezwanie. Dla Mędrców znakiem czasu było pojawienie się nowej gwiazdy. Oni ten znak rozpoznali i poszli za nim. Dla nas pojawiają się i po pewnym czasie znikają różne znaki czasu. Obecnie (rok 2016) znakiem czasu jest ogłoszony przez Ojca Świętego Rok Miłosierdzia. Jeśli nie podejmiemy jego wyzwania, tracimy szansę na uzyskanie szczególnych odpustów i innych łask.

Wyprawa Mędrców była poszukiwaniem Boga, a więc prawdziwą pielgrzymką. Dlatego jest dla nas szczególnie wezwaniem do pielgrzymowania. Jeśli już jesteśmy na pątniczej drodze, to zatroszczmy się, żeby trudu naszych kroków nie zmarnować, czyli żeby to było autentyczne pielgrzymowanie, a nie tylko jakaś turystyka.

## **Oratio**

*Teraz ty mów do Boga. Mów Mu o przeżyciach, jakie wywołało czytanie słowa Bożego i jego rozważanie. Czyń to spontanicznie, szczerze. Uwielbiaj Boga, który wszystkich wzywa do sie-*

## Część IV: Medytacje

---

*bie, bo wszystkich chce zbawić; dziękuj za to, że wychodzi ku nam przez znaki czasu; przepraszaj za lekceważenie przez wielu ludzi tych znaków; proś, abyś za wzorem Mędrców mógł te znaki prawidłowo rozpoznawać i za nimi podążać.*

### **Contemplatio**

*Trwaj przed Bogiem całym sobą. Zachwyć się Jego dobrocią i troską o zbawienie każdego człowieka, która wyraziła się najpełniej w Jezusie Chrystusie. Złóż Dzieciątku Jezus dar twego serca według słów kolędy: "Pójdź do serca mego, Tobie otwartego, przysposób do mieszkania i wczasu swojego. Albo mi daj swoje, wyrzuciwszy moje, tak będziesz miał godny pałac na mieszkanie Twoje".*

## **JEZUS PRZEMIENIA SIĘ NA GÓRZE**

Duchu Ogniu, Duchu Żarze, Duchu Światło, Duchu Blasku, Duchu Wicherze i Pożarze – ześlij płomień Twojej łaski! Oświecaj mój umysł, abym był otwarty na przyjęcie prawdy objawionej, a dobroć Twoją radośnie uwielbiał. Amen.

## **Lectio**

*Czytaj z wiarą i uważnie święty tekst, jak gdyby dyktował go dla ciebie Duch Święty:*

„Jezus wziął z sobą Piotra, Jakuba i brata jego Jana, i zaprowadził ich na górę wysoką, osobno. Tam przemienił się wobec nich: twarz Jego zajaśniała jak słońce, odzienie zaś stało się białe jak światło. A oto im się ukazali Mojżesz i Eliasz, którzy rozmawiali z Nim. Wtedy Piotr rzekł do Jezusa: «Panie, dobrze, że tu jesteśmy; jeśli chcesz, postawię tu trzy namioty: Jeden dla Ciebie, jeden dla Mojżesza i jeden dla Eliasza». Gdy on jeszcze mówił, oto obłok świetlany osłonił ich, a z obłoku odezwał się głos: «To jest mój Syn umiłowany, w którym mam upodobanie, Jego słuchajcie». Uczniowie, słysząc to, upadli na twarz i bardzo się zlekli. A Jezus zbliżył się do nich, dotknął ich i rzekł: «Wstańcie, nie lękajcie się». Gdy podnieśli oczy, nikogo nie widzieli, tylko samego Jezusa. A gdy schodzili z góry, Jezus przykazał im mówiąc: «Nie opowiadajcie nikomu o tym widzeniu, aż Syn Człowieczy zmartwychwstanie»”  
(Mt 17, 1-9).

Przeczytany tekst znajduje się w centrum Ewangelii między pierwszą i drugą zapowiedzią przez Jezusa swojej męki. Jezus wziął ze sobą tylko trzech apostołów, tych samych, których tuż przed swoją męką wezwie, by byli z Nim w ogrodzie Getsemani. Ewangelisci nie podają nazwy góry, na którą Jezus wyszedł w uczniami. Według tradycji sięgającej I wieku była to góra Tabor. Jezus przemienił się. Świetlista biel w Biblii jest symbolem boskiej chwały. Jezus okazał się na zewnątrz tym, kim był wewnątrz. Mojżesz i Eliasz, którzy pojawili się obok Jezusa i z Nim rozmawiali, reprezentują prawo i proroków Starego Testamentu. Najważniejszy w całym wydarzeniu jest głos Boga Ojca, potwierdzający prawdę, że Jezus jest Synem Bożym oraz polecenie: Jego słuchajcie. Przez swoje przemienienie Jezus chciał umocnić uczniów na czas swojej męki i śmierci krzyżowej, by zrozumieli, że Jego śmierć nie będzie klęską ani końcem, ale przejściem do chwały.

### **Meditatio**

*Staraj się dogłębnie zrozumieć, co Bóg mówi do ciebie przez wydarzenie Przemienienia Jezusa.*

Przemienienie Jezusa przynosi nam odpowiedź na pytanie: Kim On jest? Jest równym Ojcu w Bóstwie, pełnym chwały Synem Bożym. Podanie tej prawdy było potrzebne, bowiem do tej pory nie wszyscy uczniowie Jezusa ją znali i właściwie rozumieli. Do Przemienienia Jezusa odwołuje się apologetycznie św. Piotr w swoim Drugim Liście. Występuje jako nacowny świadek tego wydarzenia i słów Boga Ojca potwierdzających bóstwo Jezusa.

Przemienienie Jezusa jest też pobudką do naszego przemieniania się, tj. do głębokiej wewnętrznej przemiany, która ma nas upodobnić do Syna Bożego, o czym pisze św. Paweł w Drugim Liście do Koryntian. Powinniśmy podjąć wysiłek współdziałania z łaską Bożą, by owo przemienianie się wydało owoce w naszym życiu chrześcijańskim: „My wszyscy z odsłoniętą twarzą wpatrujemy się w jasność Pańską jakby w zwierciadle; za sprawą Ducha Pańskiego, coraz bardziej jaśniejąc, upodabniamy się do Jego obrazu” (2 Kor 3, 17 nn).

### **Oratio**

*Teraz ty mów do Boga. Mów Mu o przeżyciach, jakie wywołało czytanie o przemienieniu się*

## Część IV: Medytacje

---

*Jezusa i rozważanie tego wydarzenia. Czyń to spontanicznie, szczerze. Uwielbiaj Boga Ojca, który potwierdził, że Jezus jest Synem Bożym i wezwał do posłuszeństwa Jemu. Dziękuj Jezusowi za to, że przez swoje przemienienie umocnił wiarę wybranych apostołów i nas samych do przezwyciężenia trudności życiowych; przeproszaj za lekceważenie Bożego wezwania do świętości; proś o siłę do ustawicznego przemieniania swego życia według wzoru, jaki zostawił nam Jezus.*

### **Contemplatio**

*Trwaj przed Bogiem całym sobą. Zachwyć się chwałą nieba, której rąbek Jezus ukazał przez swoje przemienienie. Jako pielgrzymowi, może ci w tym pomóc pątnicza piosenka: „Jesteśmy Boży pielgrzymi, bez swego miejsca na ziemi. Zawsze w podróży, nigdy na dłużej zatrzymać się nie możemy... Nasze jest Niebo, Niebo ogromne, innego domu nie mamy”.*



## Część V NABOŻEŃSTWA

### PROPOZYCJA NA ADORACJĘ EUCHARYSTYCZNĄ

*Kiedy przechodzisz obok kościoła, pomyśl, że tam w środku, w tabernakulum, jest obecny Jezus. Pomyśl o Nim z uwielbieniem, wyraż Mu swą miłość, nawiedź Go choć na chwilę, aby odnowić twą przyjaźń z Nim oraz zwierzyć Mu się z twoich planów i nadziei. Po wejściu do wnętrza kościoła, a w przypadku, gdy jest on zamknięty, pozostając na placu przykościelnym, w miejscu spokojnym i zacisznym, możesz odmówić jedną lub więcej z podanych niżej modlitw.*

**Niechaj** będzie pochwalony Przenajświętszy Sakrament, teraz i zawsze, i na wieki wieków. Amen.

**Wierzę**, mój Boże, że jestem przed Tobą, że patrzysz na mnie i słuchasz mojej modlitwy. Ty jesteś tak wielki i tak święty: uwielbiam Cię.

Ty dałeś mi wszystko: dziękuję Ci.  
Tak bardzo Cię obrażałem –  
z całego serca proszę Cię o przebaczenie.  
Ty jesteś tak miłosierny,  
proszę Cię o wszelkie łaski,  
które uważasz za pożyteczne dla mnie. Amen.

**Duszo Chrystusowa**, uświęć mnie.  
Ciało Chrystusowe, zbaw mnie.  
Krwi Chrystusowa, napój mnie.  
Wodo z boku Chrystusowego, obmyj mnie.  
Męko Chrystusowa, wzmocnij mnie.  
O dobry Jezu, wysłuchaj mnie.  
W ranach Twoich ukryj mnie.  
Nie dozwól mi oddalić się od Ciebie.  
Od nieprzyjaciela złośliwego broń mnie.  
W godzinę śmierci mojej wezwij mnie  
I każ mi przyjść do siebie,  
Abym ze świętymi Twymi chwalił Cię  
Na wieki wieków. Amen.

*Hymn*

**Ciebie, Boga, wysławiamy,**  
Tobie, Panu, wieczna chwała,  
Ciebie, Ojca, niebios bramy,  
Ciebie wielbi ziemia cała.

Propozycja na adorację eucharystyczną

---

Tobie wszyscy Aniołowie,  
Tobie Moce i niebiosy,  
Cheruby, Serafinowie,  
    ślą wieczystej pieśni głosy.  
Święty, Święty nad Świętymi,  
Bóg Zastępów, Król łaskawy,  
    Pełne niebo z kręgiem ziemi,  
    majestatu Twojej sławy.  
Apostołów Tobie rzesza,  
chór Proroków pełen chwały,  
    Tobie hołdy nieść pośpiesza  
    Męczenników orszak biały.  
Ciebie poprzez okrąg ziemi,  
z głębi serca, ile zdoła,  
    Głosy ludów zgodzonymi,  
    wielbi święta pieśń Kościoła.  
Niezmierzonej Ojca chwały,  
Syna, Słowo wiekuiste,  
    Z Duchem wszechświat wielbi cały,  
    Królem chwały Tyś, o Chryste!  
Tyś Rodzica Syn z wiek wieka.  
By świat zbawić swoim zgonem,  
    Przyoblókłszy się w człowieka,  
    nie wzgardziłeś Panny łonem.  
Tyś pokruszył śmierci wrota,  
starł jej oścień w męki dobie

I rajskiego kraj żywota,  
otworzyłeś wiernym sobie.  
Po prawicy siedzisz Boga,  
w chwale Ojca, Syn Jedyny,  
Lecz gdy zabrzmiał trąba sroga,  
przyjdiesz sądzić ludzkie czyny.  
Prosim, słudzy łask niegodni,  
wspomóż, obmyj grzech, co plami,  
Gdyś odkupił nas od zbrodni  
drogiej swojej Krwi strugami.  
Ze świętymi w blaskach mocy,  
wiecznej chwały zlej nam zdroje,  
Zbaw, o Panie, lud sierocy,  
błogosław dziedzictwo swoje.  
Rządź je, broń po wszystkie lata,  
prowadź w niebios błogie bramy.  
My w dzień każdy, Władco świata,  
Imię Twoje wysławiamy.  
Po wiek wieków nie ustanie,  
pieśń, co sławi Twoje czyny.  
O w dniu onym racz nas, Panie,  
od wszelakiej ustrzec winy.  
Zjaw swą litość w życiu całym  
tym, co żebrzą Twej opieki;  
W Tobie, Panie, zaufałem,  
nie zawstydzę się na wieki.

**Przed tak wielkim Sakramentem**

upadajmy wszyscy wraz.

Niech przed Nowym Testamentem  
starych praw ustąpi czas.

Co dla zmysłów niepojęte,  
niech dopełni wiara w nas.

Bogu Ojcu i Synowi

hołd po wszystkie nieśmy dni:

Niech podaje wiek wiekowi  
hymn triumfu, dzięki, czci;

A równemu im Duchowi

niechaj wieczna chwała brzmi. Amen.

**Niech będzie Bóg uwielbiony**

Niech będzie uwielbione święte Imię Jego.

Niech będzie uwielbiony Jezus Chrystus, prawdziwy Bóg i prawdziwy człowiek.

Niech będzie uwielbione Imię Jezusowe.

Niech będzie uwielbione Najświętsze Serce Jezusowe.

Niech będzie uwielbiona Najdroższa Krew Jezusowa.

Niech będzie uwielbiony Pan Jezus w Najświętszym Sakramencie Ołtarza.

Niech będzie uwielbiony Duch Święty, Pocieszyciel.

## Część V: Nabożeństwa

---

Niech będzie pochwalona Bogarodzica, Najświętsza Panna Maryja.

Niech będzie pochwalone Jej święte i Niepokalane Poczucie.

Niech będzie pochwalone Jej chwalebne Wniebowzięcie.

Niech będzie pochwalone Imię Maryi, Dziewicy i Matki.

Niech będzie pochwalony święty Józef, przeczysty Jej Oblubieniec.

Niech będzie uwielbiony Bóg w swoich Aniołach i w swoich Świętych.

## **KORONKA DO MIŁOSIERDZIA BOŻEGO**

*Do odmawiania na zwykłej częstce różańca.*

*Na początku:* Ojcze nasz..., Zdrowaś Maryjo..., Wierzę w Boga...

*Na dużych paciorkach:* Ojcze Przedwieczny, ofiaruję Ci Ciało i Krew, Duszę i Bóstwo najmilszego Syna Twojego, a Pana naszego Jezusa Chrystusa, na przebłaganie za grzechy nasze i całego świata.

## Koronka do Miłosierdzia Bożego

*Na małych paciorkach:* Dla Jego bolesnej męki – miej miłosierdzie dla nas i całego świata (10 razy).

*Na zakończenie:* Święty Boże, święty mocny, święty nieśmiertelny, zmiłuj się nad nami i nad całym światem (3 razy).

*Można jeszcze dodać:* O krwi i wodo, któraś wypłynęła z Najświętszego Serca Jezusowego jako źródło miłosierdzia dla nas – ufamy Tobie (3 razy).

Jezu, ufam Tobie (3 razy).

Maryjo, Matko Miłosierdzia – módl się za nami.

Święta Siostró Faustyno – módl się za nami.

Błogosławiony Michał Sopoćko – módl się za nami.

## LITANIA O MIŁOSIERDZIU BOŻYM

Kyrie, elejson.

– Chryste, elejson. Kyrie, elejson.

Chryste, usłysz nas.

– Chryste, wysłuchaj nas.

Ojcze z nieba, Boże,

– zmiłuj się nad nami.

Synu, Odkupicielu świata, Boże,

## Część V: Nabożeństwa

---

– zmiłuj się nad nami.

Duchu Święty, Boże,

– zmiłuj się nad nami.

Święta Trójco, jedyny Boże,

– zmiłuj się nad nami.

Miłosierdzie Boże, nieogarniony przymiocie  
Stwórcy, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, najwyższa doskonałości  
Odkupiciela, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, niezgłębiona miłości Uświę-  
ciciela, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, niepojęta tajemnico Trójcy  
Świętej, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, wyrazie największej potęgi  
Pana, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, w stworzeniu duchów nie-  
bieskich, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, powołujące nas z nicości do  
istnienia, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, ogarniające wszechświat  
cały, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, darzące nas życiem nie-  
śmiertelnym, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, chroniące nas przed zasłu-  
żonymi karami, – ufamy Tobie.



Miłosierdzie Boże, dźwigające nas z nędzy grzechu, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, usprawiedliwiające nas w Słowie Wcielonym, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, wypływające z ran Chrystusowych, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, tryskające z Najświętszego Serca Jezusowego, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, dające nam Najświętszą Maryję Pannę za Matkę Miłosierdzia, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, w objawieniu tajemnic Bożych, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże w ustanowieniu Kościoła powszechnego, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże w ustanowieniu sakramentów świętych, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, przede wszystkim w sakramencie Chrztu i Pokuty, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże w sakramencie Ołtarza i Kapłaństwa, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże w powołaniu nas do wiary świętej, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże w nawróceniu grzeszników,

Miłosierdzie Boże w uświęceniu sprawiedliwych, – ufamy Tobie.

## Część V: Nabożeństwa

---

Miłosierdzie Boże w udoskonaleniu świątobliwych, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, zdroju chorych i cierpiących, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, ukojenie serc udręczonych, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, nadziejo dusz zrozpaczonych, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, towarzyszące wszystkim ludziom zawsze i wszędzie, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, uprzedzające nas łaskami, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, pokoju konających, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, rozkoszy niebiańska zbawionych, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, ochłodo i ulgo dusz czyścących, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, korono wszystkich Świętych, – ufamy Tobie.

Miłosierdzie Boże, niewyczerpane źródło cudów, – ufamy Tobie.

Baranku Boży, któryś okazał największe miłosierdzie w odkupieniu na krzyżu, – przepuść nam, Panie.

Baranku Boży, który się miłosiernie ofiarujesz za nas w każdej Mszy świętej, – wysłuchaj nas, Panie.

Baranku Boży, który z nieprzebranego miłosierdzia gładzisz grzechy nasze, – zmiłuj się nad nami.

- Miłosierdzie Boże ponad wszystkie dzieła Jego.
- Przeto miłosierdzie Pańskie na wieki wychwalać będę .

Módlmy się. Boże, którego miłosierdzie jest niezgłębione, a skarby litości nieprzebrane, wejrzyj na nas łaskawie i pomnóż w nas ufność w miłosierdzie swoje, byśmy nigdy, w największych nawet trudnościach, nie poddawali się rozpacz, lecz zawsze ufnie zgadzali się z wolą Twoją, która jest samym miłosierdziem. Przez Pana naszego Jezusa Chrystusa, Króla miłosierdzia, który z Tobą i Duchem Świętym okazuje nam miłosierdzie na wieki wieków. Amen.

## LITANIA DO NAJŚWIĘTSZEGO IMIENIA JEZUS

Kyrie, elejson.

– Chryste, elejsom. Kyrie, elejson.

Jezu, usłysz nas.

– Jezu, wysłuchaj nas.

Ojcze z nieba, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Synu, Odkupicielu świata, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Duchu Święty, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Święta Trójco, Jedyny Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Jezu, Synu Boga żywego, – **zmiłuj się nad nami!**

Jezu, odbłasku Ojca,

Jezu, jasności światła wiecznego,

Jezu, Królu chwały,

Jezu, słońce sprawiedliwości,

Jezu, Synu Maryi Panny,

Jezu najmiłszy,

Jezu przedziwny,

Jezu, Boże mocny,

Jezu, Ojcze na wieki,

## Litania do Najświętszego Imienia Jezus

---

Jezu, wielkiej rady zwiastunie  
Jezu najmożniejszy,  
Jezu najcierpliwszy,  
Jezu najposłuszniejszy,  
Jezu cichy i pokornego serca,  
Jezu, miłośniku czystości,  
Jezu, miłujący nas,  
Jezu, Boże pokoju,  
Jezu, dawco życia,  
Jezu, cnót przykładzie,  
Jezu, pragnący dusz naszych  
Jezu, Boże nasz,  
Jezu, ucieczko nasza,  
Jezu, Ojczy ubogich,  
Jezu, skarbie wiernych,  
Jezu, dobry Pasterzu,  
Jezu, światłości prawdziwa,  
Jezu, mądrości przedwieczna,  
Jezu, dobroci nieskończona,  
Jezu, drogo i życie nasze,  
Jezu, wesele Aniołów,  
Jezu, królu Patriarchów,  
Jezu, mistrzu Apostołów,  
Jezu, nauczycielu Ewangelistów,  
Jezu, męstwo Męczenników,  
Jezu, światłości Wyznawców,

Jezu, czystości Dziewic,  
Jezu, korono wszystkich Świętych,  
Bądź nam miłościw, – przepuść nam, Jezu.  
Bądź nam miłościw, – wysłuchaj nas, Jezu.  
Od zła wszelkiego, – **wybaw nas, Jezu.**  
Od grzechu każdego,  
Od gniewu Twego,  
Od siideł szatańskich,  
Od ducha nieczystości,  
Od śmierci wiecznej,  
Od zaniedbania natchnień Twoich,  
Przez tajemnicę świętego Wcielenia Twego,  
Przez Narodzenie Twoje,  
Przez Dziecięctwo Twoje,  
Przez najświętsze życie Twoje,  
Przez trudy Twoje,  
Przez konanie w Ogrójcu i Mękę Twoją,  
Przez krzyż i opuszczenie Twoje,  
Przez omdlenie Twoje,  
Przez śmierć i pogrzeb Twój,  
Przez Zmartwychwstanie Twoje,  
Przez Wniebowstąpienie Twoje,  
Przez Twoje ustanowienie Najświętszego  
    Sakramentu  
Przez radości Twoje,  
Przez chwałę Twoją,

Litania do Najświętszego Imienia Jezus

---

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,

– przepuść nam, Jezus.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,

– wysłuchaj nas, Jezus.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,

– zmiłuj się nad nami, Jezus.

Jezus, usłysz nas.

– Jezus, wysłuchaj nas.

Módlmy się. Panie Jezus Chryste, któryś rzekł: „Proście, a otrzymacie; szukajcie, a znajdziecie; kołaczcie, a będzie wam otworzone”; daj nam, prosimy, uczucie swej Boskiej miłości, abyśmy Cię z całego serca, usty i uczynkiem miłowali i nigdy nie przestawali wielbić. Który żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.

*Albo:*

Wszechmogący Boże, obdarz nas ustawiczną bojaźnią i miłością Twojego świętego imienia, albowiem nigdy nie odmawiasz opieki tym, których utwierdzasz w swojej miłości. Który żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.

## LITANIA DO NAJŚWIĘTSZEGO SERCA PANA JEZUSA

Kyrie, elejson.

– Chryste, elejsom. Kyrie, elejson.

Chryste, usłysz nas.

– Chryste, wysłuchaj nas.

Ojcze z nieba, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Synu, Odkupicielu świata, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Duchu Święty, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Święta Trójco, Jedyny Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Serce Jezusa, Syna Ojca Przedwiecznego,

– **zmiłuj się nad nami!**

Serce Jezusa, w łonie Matki Dziewicy przez

Ducha Świętego utworzone,

Serce Jezusa, ze Słowem Bożym istotowo zjed-

noczone,

Serce Jezusa, nieskończonego majestatu,

Serce Jezusa, świątynio Boga,

Serce Jezusa, przybytku Najwyższego,

Serce Jezusa, domie Boży i bramo niebios,



## Litania do Najświętszego Serca Pana Jezusa

---

Serce Jezusa, gorejące ognisko miłości,  
Serce Jezusa, sprawiedliwości i miłości skarbnico,  
Serce Jezusa, dobroci i miłości pełne,  
Serce Jezusa, cnót wszelkich bezdenne głębinie,  
Serce Jezusa, wszelkiej chwały najgodniejsze,  
Serce Jezusa, królu i zjednoczenie serc wszystkich,  
Serce Jezusa, w którym są wszystkie skarby  
mądrości i umiejętności,  
Serce Jezusa, w którym mieszka cała pełnia  
Bóstwa,  
Serce Jezusa, w którym sobie Ojciec bardzo  
upodobał,  
Serce Jezusa, z którego pełni wszyscyśmy  
otrzymali,  
Serce Jezusa, odwieczne upragnienie świata,  
Serce Jezusa, cierpliwe i wielkiego miłosierdzia,  
Serce Jezusa, hojne dla wszystkich, którzy Cię  
wzywają,  
Serce Jezusa, źródło życia i świętości,  
Serce Jezusa, przebłaganie za grzechy nasze,  
Serce Jezusa, zelżywością napełnione,  
Serce Jezusa, dla nieprawości naszych starte,  
Serce Jezusa, aż do śmierci posłuszne,  
Serce Jezusa, włócznią przebite,  
Serce Jezusa, źródło wszelkiej pociechy,  
Serce Jezusa, życie i zmartwychwstanie nasze,

## Część V: Nabożeństwa

---

Serce Jezusa, pokoju i pojednanie nasze,  
Serce Jezusa, krwawa ofiara grzeszników,  
Serce Jezusa, zbawienie ufających Tobie,  
Serce Jezusa, nadziejo w Tobie umierających,  
Serce Jezusa, rozkoszy wszystkich Świętych,

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– przepuść nam, Panie.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– wysłuchaj nas, Panie.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– zmiłuj się nad nami.

- Jezu, cichy i pokornego serca.

- Uczyń serca nasze według Serca Twego.

Módlmy się. Wszechmogący, wieczny Boże, wejrzyj na Serce najmilszego Syna Swego i na chwałę, i zadośćuczynienie, jakie w imieniu grzeszników Ci składa, daj się przebłagać tym, którzy żebrzą Twego miłosierdzia i racz udzielić przebaczenia w imię tegoż Syna Swego, Jezusa Chrystusa, który z Tobą żyje i króluje na wieki wieków. Amen.

**LITANIA DO NAJDROŻSZEJ KRWI  
CHRYSTUSA PANA**

Kyrie, elejson.

– Chryste, elejsom. Kyrie, elejson.

Chryste, usłysz nas.

– Chryste, wysłuchaj nas.

Ojczy z nieba, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Synu, Odkupicielu świata, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Duchu Święty, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Święta Trójco, Jedyny Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Krwi Chrystusa, Jednorodzonego Syna Ojca  
Przedwiecznego, – **wybaw nas.**

Krwi Chrystusa, Wcielonego Słowa Bożego,

Krwi Chrystusa, nowego i wiecznego Przymierza,

Krwi Chrystusa, przy konaniu w Ogrójcu spływająca na ziemię,

Krwi Chrystusa, tryskająca przy biczowaniu,

Krwi Chrystusa, brocząca spod cierniowej korony,

Krwi Chrystusa, przelana na Krzyżu,

Krwi Chrystusa, zapłato naszego zbawienia,

## Część V: Nabożeństwa

---

Krwi Chrystusa, bez której nie ma przebaczenia,  
Krwi Chrystusa, która poisz i oczyszczasz dusze  
w Eucharystii,

Krwi Chrystusa, źródłu miłosierdzia,  
Krwi Chrystusa, zwyciężająca złe duchy,  
Krwi Chrystusa, męstwo Męczenników,  
Krwi Chrystusa, mocy Wyznawców,  
Krwi Chrystusa, rodząca Dziewice,  
Krwi Chrystusa, ostoję zagrożonych,  
Krwi Chrystusa, ochłodo pracujących,  
Krwi Chrystusa, pociecho płaczących,  
Krwi Chrystusa, nadziejo pokutujących,  
Krwi Chrystusa, otucho umierających,  
Krwi Chrystusa, pokoju i słodyczy serc naszych,  
Krwi Chrystusa, zadatku życia wiecznego,  
Krwi Chrystusa, wybawienie dusz z otchłani  
czyśćcowej,  
Krwi Chrystusa, wszelkiej chwały i czci naj-  
godniejsza,

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– przepuść nam, Panie.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– wysłuchaj nas, Panie.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– zmiłuj się nad nami.

Litania do Najdroższej Krwi Chrystusa Pana

---

- Odkupiłeś nas, Panie, Krwią Swoją.
- I uczyniłeś nas Królestwem Boga naszego.

Módlmy się. Wszechmogący, wieczny Boże, Ty Jednorodzonego Syna swego ustanowiłeś Odkupicielem świata i Krwią Jego dałeś się przebłagać, daj nam, prosimy, godnie czcić zapłatę naszego zbawienia i dzięki niej doznawać obrony od zła doczesnego na ziemi, abyśmy wiekui-  
stym szczęściem radowali się w niebie. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

## **LITANIA LORETAŃSKA DO NAJŚWIĘTSZEJ MARYI PANNY**

Kyrie, elejson.

– Chryste, elejsom. Kyrie, elejson.

Chryste, usłysz nas.

– Chryste, wysłuchaj nas.

Ojczy z nieba, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Synu, Odkupicielu świata, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Duchu Święty, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Święta Trójco, Jedyny Boże,  
– zmiłuj się nad nami!

Święta Maryjo, – **módl się za nami.**

Święta Boża Rodzicielko,  
Święta Panno nad pannami,  
Matko Chrystusowa,  
Matko Kościoła,  
Matko łaski Bożej,  
Matko miłosierdzia  
Matko nieskalana,  
Matko najczystsza,  
Matko dziewicza,  
Matko nienaruszona,  
Matko najmiłsza,  
Matko przedziwna,  
Matko dobrej rady,  
Matko Stworzyciela,  
Matko Zbawiciela,  
Panno roztropna,  
Panno czcigodna,  
Panno wsławiona,  
Panno można,  
Panno łaskawa,  
Panno wierna,  
Zwierciadło sprawiedliwości,

Stolico mądrości,  
Przyczyno naszej radości,  
Przybytku Ducha Świętego,  
Przybytku chwalebny,  
Przybytku sławny pobożności,  
Różo duchowna,  
Wieżo Dawidowa,  
Wieżo z kości słoniowej,  
Dornie złoty,  
Arko przymierza,  
Bramo niebieska,  
Gwiazdo zaranna,  
Uzdrowienie chorych,  
Ucieczko grzesznych,  
Pocieszycielko strapionych,  
Wspomożenie wiernych,  
Królowo Aniołów,  
Królowo Patriarchów,  
Królowo Proroków,  
Królowo Apostołów,  
Królowo Męczenników,  
Królowo Wyznawców,  
Królowo Dziewic,  
Królowo wszystkich Świętych,  
Królowo bez zmayı pierworodnej poczęta,  
Królowo wniebowzięta,

Królowo różańca świętego,  
Królowo pokoju,  
Królowo Polski,

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– przepuść nam, Panie.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– wysłuchaj nas, Panie.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– zmiłuj się nad nami.

- Módl się za nami, Święta Boża Rodzicielko.

- Abyśmy się stali godnymi obietnic Chrystusowych.

Módlmy się. Panie, nasz Boże, daj nam, sługom swoim, cieszyć się trwałym zdrowiem duszy i ciała, i za wstawiennictwem Najświętszej Maryi, zawsze Dziewicy, uwolnij nas od doczesnych utrapień i obdarz wieczną radością. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

### *Antyfona*

Pod Twoją obronę uciekamy się, Święta Boża Rodzicielko, naszymi prośbami racz nie gardzić w potrzebach naszych, ale od wszelakich złych



przygód racz nas zawsze wybawiać, Panno chwalebna i błogosławiona. O Pani nasza, Oře-downiczko nasza, Pośredniczko nasza, Pocięszycielko nasza. Z Synem swoim nas pojednaj, Synowi swojemu nas polecaj, swojemu Synowi nas oddawaj.

*Modlitwa św. Bernarda*

Pomnij, o Najświętsza Panno Maryjo, że nigdy nie słyszano, abyś opuściła tego, kto się do Ciebie ucieka, Twej pomocy wzywa, Ciebie o przyczynę prosi. Tą ufnością ożywiony, do Ciebie, o Panno nad pannami i Matko, biegnę, do Ciebie przychodzę, przed Tobą jako grzesznik płaczący stoję. O Matko Słowa, racz nie gardzić słowami moimi, ale usłysz je łaskawie i wysłuchaj. Amen.

**Akt zawierzenia**

**Niepokalanemu Sercu Maryi, Królowej Polski**  
Niepokalana Matko Jezusa i Matko moja – Maryjo, Królowo Polski! Biorąc za wzór Świętego Jana Pawła II mówię dziś: cały(a) jestem Twój(a). Twojemu Niepokalanemu Sercu zawierzam całego(a) siebie, wszystko czym jestem: mój umysł, serce, wolę, ciało, zmysły,

emocje, pamięć, zranienia, słabości, moją przeszłość od chwili poczęcia, terażniejszość i przyszłość wraz ze śmiercią cielesną – każdy mój krok, czyn, słowo i myśl. Twojemu Niepokalanemu Sercu zawierzam także moją rodzinę i wszystko co posiadam. Tobie oddaję wszystkie moje prace, modlitwy i cierpienia.

Ty najlepsza Matko chroń mnie i moich bliskich od Złego. Upraszał nam łaski potrzebne do przemiany i uzdrowienia. Prowadź po drogach życia i posługuj się nami do budowania Królestwa Twojego Syna Jezusa Chrystusa – jedyne Zbawiciela świata, od którego pochodzi wszelkie dobro, prawda i życie. Amen.

## LITANIA DO ŚWIĘTEGO JÓZEFA

Kyrie, elejson.

– Chryste, elejsom. Kyrie, elejson.

Chryste, usłysz nas.

– Chryste, wysłuchaj nas.

Ojcze z nieba, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Synu, Odkupicielu świata, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Duchu Święty, Boże,  
– zmiłuj się nad nami!  
Święta Trójco, Jedyny Boże,  
– zmiłuj się nad nami!

Święta Maryjo, – **módl się za nami.**

Święty Józefie,  
Przesławny potomku Dawida,  
Światło Patriarchów,  
Oblubieńcze Bogarodzicy,  
Przezczysty stróżu Dziewicy,  
Żywicielu Syna Bożego,  
Troskliwy obrońco Chrystusa,  
Głowo Najświętszej Rodziny,  
Józefie najsprawiedliwszy,  
Józefie najczystszy,  
Józefie najroztropniejszy,  
Józefie najmężniejszy,  
Józefie najposłuszniejszy,  
Józefie najwierniejszy,  
Zwierciadło cierpliwości,  
Miłośniku ubóstwa,  
Wzorze pracujących,  
Ozdobo życia rodzinnego,  
Opiekunie dziewic,  
Podporo rodzin,

## Część V: Nabożeństwa

---

Pociecho nieszczęśliwych,  
Nadziejo chorych,  
Patronie umierających,  
Postrachu duchów piekielnych,  
Opiekunie Kościoła świętego,

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– przepuść nam, Panie.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– wysłuchaj nas, Panie.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– zmiłuj się nad nami.

- Ustanowił go panem domu swego.

- I zarządcą wszystkich posiadłości swoich.

Módlmy się. Boże, Ty w niewysłowionej  
Opatrzności wybrałeś świętego Józefa na Oblu-  
bieńca Najświętszej Rodzicielki Twojego Syna,  
spraw, abyśmy oddając mu na ziemi cześć jako  
opiekunowi, zasłużyli na jego orędownictwo w  
niebie. Przez Chrystusa, Pana naszego. Amen.

## LITANIA DO PATRONÓW NARODU POLSKIEGO

Kyrie, elejson.

– Chryste, elejsom. Kyrie, elejson.

Chryste, usłysz nas.

– Chryste, wysłuchaj nas.

Ojcze z nieba, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Synu, Odkupicielu świata, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Duchu Święty, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Święta Trójco, Jedyny Boże,

– zmiłuj się nad nami!

O Maryjo, Bogarodzico, Królowo Polski, –  
módl się za nami.

Święty Stanisławie, Ojcze Ojczyzny, – módl się  
za nami.

Święty Wojciechu, Patronie Polski, – módl się  
za nami.

Święty Kazimierzu, Patronie Litwy, – módl się  
za nami.

Święty Jozafacie, Patronie Rusi, – módl się za  
nami.

Cześć V: Nabożeństwa

---

Święci Cyrylu i Metody, Apostołowie Słowian,  
– módlcie się za nami.

Święty Ottonie, Apostole Pomorza, – módl się  
za nami.

Święta Jadwigo, Patronko Śląska, – módl się za  
nami.

Święty Janie z Kęt, Patronie profesorów i stu-  
dentów, – módl się za nami.

Święty Stanisławie Kostko, Patronie młodzieży,  
– módl się za nami.

Święty Jacku Odrowążu, Apostole Rusi, – módl  
się za nami.

Święci Pustelnicy Andrzeju Świeradzie i Bene-  
dykcie, – módlcie się za nami.

Święci Męczennicy polscy Benedykcie, Janie,  
Mateuszu, Izaaku i Krystynie, – módlcie się  
za nami.

Święty Brunonie z Kwerfurtu, Apostole ziem  
polskich, – módl się za nami.

Święty Wacławie, Patronie katedry wawelskiej,  
– módl się za nami.

Święty Florianie, Patronie Krakowa, – módl się  
za nami.

Święty Janie z Dukli, Patronie rycerstwa pol-  
skiego, – módl się za nami.

- Święta Kingo, Patronko Ziemi Sądeckiej, –  
módl się za nami.
- Święty Melchiorze, Męczenniku z Koszyc, –  
módl się za nami.
- Święty Janie Sarkandrze, Męczenniku z Ołomuńca, – módl się za nami.
- Święta Jadwigo, Królowo, – módl się za nami.
- Święty Andrzej Bobolo, Męczenniku za jedność chrześcijan, – módl się za nami.
- Święty Zygmuncie Szczęsny Feliński, Apostole ewangelicznego braterstwa, – módl się za nami.
- Święty Maksymilianie Kolbe, Męczenniku z Oświęcimia, – módl się za nami.
- Święty Albercie Chmielowski, Opiekunie biednych, – módl się za nami.
- Święty Rafale Kalinowski, Odnowicielu Karmelu w Polsce, – módl się za mi.
- Święta Edyto Stein, karmelitanko, Męczennico z Oświęcimia, – módl się za nami.
- Święta Faustyno Kowalska, Apostołko Bożego Miłosierdzia, – módl się za nami.
- Święty Józefie Sebastianie Pelczarze, Założycielu sercanek, – módl się za nami.
- Święta Urszulo Julio Ledóchowska, Założycielko szarych urszulanek, – módl się za nami.

## Część V: Nabożeństwa

---

Święty Józefie Bilczewski, Biskupie lwowski, gorący Orędowniku pojednania zwaśnionych narodów, – módl się za nami.

Święty Zygmuncie Gorazdowski, lwowski Ojciec ubogich, – módl się za nami.

Święty Stanisławie Kazimierczyku, Duszpasterzu krakowski, – módl się za nami.

Święty Szymonie z Lipnicy, Kaznodziejo prawdy, – módl się za nami.

Święty Janie Pawle II, Papieżu Rodziny, – módl się za nami.

Wszyscy Święci i Święte Boże, módlcie się za nami.

Błogosławiony Władysławie z Gielniowa, Patronie Warszawy, – módl się za nami.

Błogosławiony Czesławie, Patronie Wrocławia, – módl się za nami.

Błogosławiona Bronisłavo, Patronko Śląska Opolskiego, – módl się za nami.

Błogosławiony Jakubie Strzemie, Patronie Lwowa, – módl się za nami.

Błogosławiona Salomeo, Księżno Halicka, – módl się za nami.

Błogosławiony Wincenty Kadłubku, Dziejopisarzu Polski, – módl się za nami.



Litania do Patronów narodu polskiego

---

Błogosławiony Bogumile, Arcybiskupie gnieźnieński, – módl się za nami.

Błogosławiona Jolanto, Krzewicielko odnowy ewangelicznej, – módl się za nami.

Błogosławiony Sadoku wraz z czterdziestoma ósmioma towarzyszami, – módlcie się za nami.

Błogosławiona Mario Tereso Ledóchowska, Matko Afrykanów, – módl się za nami.

Błogosławiona Karolino Kózkówno, Dziewico i Męczennico, – módl się za nami.

Błogosławiona Bolesława Mario Lament, Apostoło zjednoczenia chrześcijan, – módl się za nami.

Błogosławiona Aniello Salawo, Patronko ubogich, – módl się za nami.

Błogosławiona Franciszko Siedliska, Założycielko nazaretanek, – módl się za nami.

Błogosławiona Angelo Truszkowska, Założycielko felicjanek, – módl się za nami.

Błogosławiony Rafale Chyliński, Opiekunie chorych, – módl się za nami.

Błogosławiony Michale Kozalu, Męczenniku z Dachau, – módl się za nami.

Błogosławiony Honoracie Koźmiński, Założycielu wielu zgromadzeń zakonnych, – módl się za nami.

Błogosławiony Jerzy Matulewicz, Odnowicielu marianów, – módl się za nami.

Błogosławiona Marcelino Darowska, Współzałożycielko niepokalanek, – módl się za nami.

Błogosławiony Wincenty Lewoniuku z dwunastoma towarzyszami, Męczennicy podlascy, – módlcie się za nami.

Błogosławiona Bernardyno Jabłońska, Współzałożycielko albertynek, – módl się za nami.

Błogosławiona Mario Karłowska, Założycielko pasterek, – módl się za nami.

Błogosławiony Stefanie Wincenty Frelichowski, Męczenniku z Dachau, – módl się za nami.

Błogosławiona Regino Protmann, Założycielko katarzynek, – módl się za nami.

Błogosławiony Edmundzie Bojanowski, Założycielu służebniczek, – módl się za nami.

Błogosławieni Antoni Julianie Nowowiejski, Henryku Kaczorowski, Anicecie Kapliński, Marianno Biernacka wraz ze stu czterema towarzyszami, Męczennicy z okresu II wojny światowej, – módlcie się za nami.

Błogosławiona Sancjo Szymkowiak, Opiekunko jeńców wojennych, – módl się za nami.

Błogosławiony Janie Beyzymie, Opiekunie trędowatych, – módl się za nami.

Litania do Patronów narodu polskiego

---

Błogosławiony Janie Balicki, Wzorze cnót kapłańskich, – módl się za nami.

Błogosławiony Augustie Czartoryski, Kapłanie wierny w cierpieniu, – módl się za nami.

Błogosławiony Bronisławie Markiewiczu, Założycielu michalitów, – módl się za nami.

Błogosławiony Władysławie Findyszu, Męczenniku czasów komunizmu, – módl się za nami.

Błogosławiony Ignacy Kłopotowski, Założycielu loretanek, – módl się za nami.

Błogosławiony Jerzy Popiełuszko, Męczenniku, patronie ludzi pracy – módl się za nami.

Błogosławiona Klaro Szczęsna, współzałożycielko służebniczek – módl się za nami.

Błogosławieni Michale Tomaszku i Zbigniewie Strzałkowski, Męczennicy z Peru – módlcie się za nami.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– przepuść nam, Panie.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– wysłuchaj nas, Panie.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– zmiłuj się nad nami.

## Część V: Nabożeństwa

---

Módlmy się. Boże, Ty rządysz całym światem, przyjmij łaskawie prośby, które zanosimy za naszą Ojczyznę. Teraz, kiedy tyle sił potrzeba naszemu narodowi, aby zachować odzyskaną wolność – prosimy Cię, napełnij nas mocą Ducha Świętego. Uspokój serca, dodaj ufności w Twoją miłość. Oświeć zaćmione umysły naszych braci. Wzbudź w narodzie chęć do cierpliwej walki o zachowanie pokoju i wolności. Spraw, byśmy stali się zdolni własnymi rękami i wzajemną solidarnością w służbie wyższych wartości zachować Twoje królestwo w nas, w naszych rodzinach, w naszym narodzie – jak za czasów naszych praojców. Spraw, byśmy pozostali zawsze wierni Chrystusowi i ojczyźnie Amen.



## Część VI MODLITWY DO ŚW. JAKUBA

### LITANIA DO ŚWIĘTEGO JAKUBA

Kyrie, elejson.

– Chryste, elejsom. Kyrie, elejson.

Chryste, usłysz nas.

– Chryste, wysłuchaj nas.

Ojcze z nieba, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Synu, Odkupicielu świata, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Duchu Święty, Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Święta Trójco, Jedyny Boże,

– zmiłuj się nad nami!

Święta Maryjo, Królowo Apostołów,

– módl się za nami.

Królowo Męczenników,

– módl się za nami.

Święty Jakubie Apostole, **módl się za nami.**

Synu Zebedeusza,

Bracie świętego Jana Apostola,

Część VI: Modlitwy do św. Jakuba

---

Gotowy na wezwanie Pana,  
Powołany przez Jezusa na ucznia,  
Wybrany Apostołem,  
Opuszczający wszystko dla Jezusa,  
Synu gromu,  
Uprzywilejowany przez swego Mistrza,  
Świadku wskrzeszenia córki Jaira,  
Urzeczony dwukrotnym cudownym połowem ryb,  
Obecny przy Przemienieniu Pańskim,  
Towarzyszący Jezusowi w Ogrójcu,  
Świadku męki i śmierci Jezusa,  
Wierny Chrystusowi aż do końca,  
Prześladowany dla Jezusa,  
Głowo Kościoła Jerozolimskiego,  
Jaśniejący wiarą i pobożnością,  
Przyjacielu Chrystusa,  
Znoszący wzgardę i poniżenie,  
Doskonały w ubóstwie,  
Przykładzie gorliwości apostoelskiej,  
Niestrudzony pielgrzymie,  
Opiekunie wdów i sierot,  
Pełen miłości bliźniego,  
Przebaczający swemu zdrajcy i katowi,  
Pozyskujący go dla Chrystusa,  
Święty mieczem za wiarę,  
Pierwszy męczenniku wśród apostołów,

Wspierający rycerzy w walce z wrogami,  
Patronie zakonu rycerskiego,  
Opiekunie pielgrzymów,  
Dzielny nasz obrońco w walce ze złym duchem,  
Niezawodny nasz Patronie przed Bogiem,  
Patronie Portugalii i Hiszpanii,

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– przepuść nam, Panie.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– wysłuchaj nas, Panie.

Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,  
– zmiłuj się nad nami.

## **NOWENNA DO ŚWIĘTEGO JAKUBA APOSTOŁA**

### **Dzień 1.**

#### *Modlitwa wstępna do Boga*

Boże, któryś świętego Jakuba Apostoła niezwykłymi cnotami przyozdobić raczył, spraw, abyśmy za jego wstawiennictwem otrzymali łaskę ...*(przedstawić swoją prośbę)*, o którą pokornie błagamy. Prosimy Cię również, abyśmy mogli

wzrastać w tych cnotach, którymi jaśniał św. Jakub. Ty, Panie, jesteś Dawcą wszelkiego dobra, wysłuchujesz modlitwy sług Twoich, ilekroć do Ciebie z wiarą i ufnością się zwracają. Dlatego ufamy, że wysłuchasz również naszych prośb.

### *Rozważanie*

Nowenna ma nam pomóc rozwijać w sobie najważniejsze cnoty. Dlatego najpierw warto sobie lepiej uświadomić, czym jest cnota oraz które cnoty są najważniejsze. Cnota jest habitualną i trwałą dyspozycją do czynienia dobra. Istnieją dwa rodzaje cnót: teologalne (boskie) i ludzkie. Cnoty teologalne odnoszą się bezpośrednio do Boga. Są nam dane wraz łaską uświęcającą. Uzdalniają do życia w obcowaniu z Bogiem oraz kształtują i ożywiają cnoty moralne (ludzkie). Cnoty ludzkie są trwałymi postawami, stałymi dyspozycjami, habitualnymi zaletami umysłu i woli, które regulują nasze czyny, porządkują nasze uczucia i kierują naszym postępowaniem zgodnie z rozumem i wiarą. Zapewniają one łatwość, pewność i radość w prowadzeniu życia moralnie dobrego. Cnoty ludzkie (moralne) trzeba zdobywać i umacniać poprzez



stałe postępowanie zgodnie z zasadami życia religijno-moralnego. Powtarzanie tych samych dobrych czynów sprawia, że stają się one coraz łatwiejsze do wykonania, a z upływem czasu stają się trwałym nawykiem. Dlatego warto jak najwcześniej, od dzieciństwa i młodości, ćwiczyć się w cnotach. W tej pracy nad sobą warto wpatrywać się w konkretne wzory, w ludzi świętych, którzy osiągnęli wysoki stopień cnót. Dla nas, pielgrzymów, oczywistym wzorem jest św. Jakub Apostoł.

Do najważniejszych cnót należą trzy cnoty teologiczne: wiara, nadzieja i miłość; oraz cztery cnoty ludzkie, odgrywające podstawową rolę i dlatego zwane kardynalnymi: roztropność, sprawiedliwość, męstwo i umiarkowanie.

*Modlitwa do św. Jakuba.*

Módlmy się. Święty Jakubie Apostole! Jezus nazwał Cię synem gromu, ze względu na Twój impulsywny temperament. Mimo to stałeś się wzorem wielu cnót. Musiałeś je zdobywać wielkim wysiłkiem, przewyciężając swoje porywcze usposobienie. Prosimy Cię, uproś nam u Boga ducha mocy, byśmy mogli iść Twoimi śladami w trosce o zdobycie cnót, zwłaszcza

## Część VI: Modlitwy do św. Jakuba

---

tych najważniejszych. Chcemy wszystkimi swoimi siłami zmysłowymi i duchowymi dążyć do dobra i dobro wybierać w swoich konkretnych działaniach. Dopomóż nam, nasz Patronie. Amen.

Ojciec nasz..., Zdrowaś Maryjo..., Chwała Ojcu Święty Jakubie Apostole, módl się za nami.

### **Dzień 2.**

*Modlitwa wstępna jak w dniu 1.*

Boże, któryś św. Jakuba...

#### *Rozważanie*

W drugi dzień nowenny wsłuchujemy się w słowa św. Jakuba i pozostałych Apostołów, skierowane do Jezusa: „Panie, przymnóż nam wiary!”. Bez wiary bylibyśmy podobni do zagubionych wędrowców, stojących na rozstaju wielu dróg, nie wiedzących, w którą stronę należy skierować swe kroki. Natomiast wiara wskazuje jedyną właściwą drogę, prowadzącą do pełnej szczęśliwości przez całą wieczność, a na wszystkie ważniejsze pytania daje jasną i pewną odpowiedź. Wiara jest cnotą teologalną,

dzięki której wierzymy w Boga i we wszystko, co On objawił, a co Kościół podaje nam do wierzenia. Uczeń Chrystusa nie tylko powinien zachowywać wiarę i żyć nią, lecz także wyznawać ją, odważnie świadczyć o niej i szerzyć ją. Wzorem takiej wiary jest św. Jakub Apostoł.

*Modlitwa do św. Jakuba*

Módlmy się. Święty Jakubie, mężu żywej wiary. Tyś z wielkim zapalem trudził się nad doprowadzeniem do światła chrześcijańskiej wiary ludów pogrążonych w ciemnościach błędów i grzechów; uproś nam wiarę silną i żywą, byśmy ją śmiało i odważnie wyznawali prywatnie i publicznie, byśmy ją głosili oraz bronili wszystkich prawd wiary i moralności chrześcijańskiej przed atakami ludzi bezbożnych. Obrona wymaga odpowiedniej wiedzy. Patronie nasz, który wędrowałeś przez Hiszpanię z otwartą księgą, pobudź nas do pogłębiania znajomości prawd wiary przez czytelnictwo religijne. Amen.

Ojciec nasz..., Zdrowaś Maryjo..., Chwała Ojcu  
Święty Jakubie Apostole, módl się za nami.

### **Dzień 3.**

*Modlitwa wstępna jak w dniu 1.*

Boże, któryś św. Jakuba...

#### *Rozważanie*

Drugą cnotą teologalną jest nadzieja, dzięki której pragniemy jako naszego szczęścia Królestwa niebieskiego i życia wiecznego, pokładając ufność w obietnicach Chrystusa i opierając się nie na naszych siłach, ale na pomocy łaski Ducha Świętego. Nadzieja opiera się na przekonaniu, że dla Boga nie ma nic niemożliwego, dlatego skłania nas do modlitwy, wyraża się w modlitwie i karmi się nią. Nadzieja chroni przed zwątpieniem, podtrzymuje w trudnościach i daje radość nawet w czasie próby. We wszystkich okolicznościach każdy chrześcijanin powinien mieć nadzieję, że z łaską Bożą wytrwa do końca i otrzyma radość nieba. Wzorem takiej, nieugiętej nadziei jest św. Jakub, skutecznie zmagający się z przeciwnościami w czasie swojej pracy misyjnej w Hiszpanii.

*Modlitwa do św. Jakuba*

Módlmy się. Święty Jakubie, uproś nam u Boga dar chrześcijańskiej nadziei. Niech nigdy z serca naszego nie zniknie mocne przekonanie, że Bóg nie odmówi nam nieba, ani środków do niego prowadzących. Niech chrześcijańska nadzieja krzepi nasze serca w chwilach cierpienia, doświadczeń i przeciwności. Niech ta nadzieja zostanie w nas i wtedy, gdy grzech wkradnie się do serca. Chcemy ufać, że Bóg, jako miłosierny Ojciec, zawsze nam przebaczy i dozwoli zacząć od nowa wierne przy Nim trwanie. Amen.

Ojcze nasz..., Zdrowaś Maryjo..., Chwała Ojcu  
Święty Jakubie Apostole, módl się za nami.

**Dzień 4.**

*Modlitwa wstępna jak w 1. dniu*

Boże, któryś św. Jakuba...

*Rozważanie*

Wśród wszystkich cnót naczelne miejsce zajmuje miłość. Jest to cnota teologalna, dzięki której miłujemy Boga nade wszystko dla Niego samego, a naszych bliźnich jak siebie samych ze

## Część VI: Modlitwy do św. Jakuba

---

względu na miłość Boga. Miłość Boga wyraża się w zachowywaniu przykazań: „Jeżeli będziecie zachowywać moje przykazania, będziecie trwać w miłości mojej”. Miłość bliźniego Jezus czyni przedmiotem nowego przykazania: „To jest moje przykazanie, abyście się wzajemnie miłowali, tak jak Ja was umiłowałem”. Wzorem miłości jest dla nas św. Jakub Apostoł. Miłość przynaglała go do pójścia na krańce ziemi, by głosić chwałę Boga i ratować obciążonych grzechami ludzi. Ta miłość kazała mu także ucałować kata, który miał go ściąć mieczem.

### *Modlitwa do św. Jakuba*

Módlmy się. Święty Jakubie, całym sercem miłujący Boga i bliźnich, uproś nam miłość chrześcijańską, miłość bezgraniczną, szczerą i głęboką. Spraw, byśmy pełni miłości Boga, umieli należycie oceniać wszelkie dobra doczesne i odrzucać niedozwolone przywiązania, a szukać tego, co się podoba Bogu. Uproś nam także czystą, bezinteresowną miłość bliźniego, zdolną do przebaczenia i służenia. Amen.

Ojcze nasz..., Zdrowaś Maryjo..., Chwała Ojcu  
Święty Jakubie Apostole, módl się za nami.

## **Dzień 5.**

*Modlitwa wstępna jak w dniu 1.*

Boże, któryś św. Jakuba...

### *Rozważanie*

W piątym dniu nowenny naszą uwagę zwracamy na pierwszą cnotę kardynalną, jaką jest roztropność. Cnota ta uzdalnia rozum do rozeznawania w każdej okoliczności prawdziwego dobra i do wyboru właściwych środków do jego pełnienia. Kieruje ona innymi cnotami, wskazując im zasadę i miarę. Roztropność kieruje bezpośrednio osądem sumienia. Dzięki niej bezbłędnie stosujemy zasady moralne do poszczególnych przypadków i przewyciężamy wątpliwości odnośnie do dobra, które należy czynić, i zła, którego należy unikać. Cnotą roztropności odznaczał się św. Jakub Apostoł. W pracy misyjnej była mu ona szczególnie potrzebna.

### *Modlitwa do św. Jakuba*

Módlmy się. Święty Jakubie, mężu wielkiej roztropności, uprosz i nam tę cnotę, abyśmy mogli w każdej sytuacji wybierać tylko to, co się Bogu podoba, wiedząc, że jest to nasze praw-

## Część VI: Modlitwy do św. Jakuba

---

dziwe i jedyne dobro. Dopomóż nam także stać się ludźmi sumienia, czyli żebyśmy swoje sumienia dobrze ukształtowali w oparciu o nauczanie moralne Kościoła i w każdej sytuacji głosu sumienia słuchali, choćby on był trudny i wymagający. Amen.

Ojciec nasz..., Zdrowaś Maryjo..., Chwała Ojcu Święty Jakubie Apostole, módl się za nami.

### **Dzień 6.**

*Modlitwa wstępna jak w dniu 1.*

Boże, któryś św. Jakuba...

#### *Rozważanie*

Drugą cnotą kardynalną jest sprawiedliwość. Jest ona cnotą moralną, która polega na stałej i mocnej woli oddawania Bogu i bliźniemu tego, co im się należy. Sprawiedliwość w stosunku do Boga nazywana jest cnotą religijności. W stosunku do ludzi uzdalnia ona do poszanowania praw każdego i do wprowadzania w stosunkach ludzkich harmonii, która sprzyja bezstronności względem osób i dobra wspólnego. Człowiek sprawiedliwy, często wspominany



w Piśmie Świętym, wyróżnia się stałą uczciwością swoich myśli i prawością swojego postępowania w stosunku do bliźnich. Wszelkie wykroczenie przeciw sprawiedliwości i prawdzie nakłada obowiązek naprawienia krzywd, nawet jeśli jego sprawca otrzymał przebaczenie. Święty Jakub Apostoł, człowiek sprawiedliwy, oddawał Bogu należną cześć, i ludziom to, co się im należało.

*Modlitwa do św. Jakuba*

Módlmy się. Święty Jakubie, wielki nasz Patronie, dopomóż nam swoim wstawiennictwem u Boga, abyśmy w swoim życiu kierowali się cnotą sprawiedliwości, oddając Bogu należną cześć i chwałę, a bliźnim – bez żadnej stronniczości – oddawali to, co się im naprawdę należy. Spraw, abyśmy w ten sposób zasłużyli na sprawiedliwy oraz pełen miłosierdzia sąd nad sobą w godzinę naszej śmierci. Amen.

Ojcze nasz..., Zdrowaś Maryjo..., Chwała Ojcu  
Święty Jakubie Apostole, módl się za nami.

## **Dzień 7.**

*Modlitwa wstępna jak w dniu 1.*

Boże, któryś św. Jakuba...

### *Rozważanie*

Trzecią cnotą kardynalną jest męstwo. Jest to cnota moralna, która daje wytrwałość w trudnościach i stałość w dążeniu do dobra. Męstwo umacnia postanowienie opierania się pokusom i przewycięzania przeszkód w życiu moralnym. Cnota męstwa uzdalnia do przewycięzania lęku, nawet lęku przed śmiercią, do stawiania czoła próbom i prześladowaniom. Uzdalnia nawet do wyrzeczenia się i do ofiary z życia w obronie słusznej sprawy. Taką zdolność z pomocą Bożej łaski wypracował w sobie nasz Patron, Święty Jakub, który nie zawahał się oddać życia za Chrystusa. Przez wstawiennictwo tego możnego wspomóżyciela prosimy o tak bardzo potrzebną nam cnotę męstwa.

### *Modlitwa do św. Jakuba*

Módlmy się. Święty Jakubie Apostole, Ty nie szukałeś wygodnego życia, gdy wyruszyłeś głosić Ewangelię w Hiszpanii, a potem w Jero-

zolimie; spraw przez swoje wstawiennictwo u Boga, abyśmy mężnie opierali się wszelkim pokusom i przewycięzali różne przeszkody w życiu moralnym. Uproś nam też odwagę i gotowość do złożenia nawet najwyższej ofiary w obronie wiary i moralności. Amen.

Ojciec nasz..., Zdrowaś Maryjo..., Chwała Ojcu Święty Jakubie Apostole, módl się za nami.

## **Dzień 8.**

*Modlitwa wstępna jak w dniu 1.*

Boże, któryś św. Jakuba...

### *Rozważanie*

Czwartą cnotą kardynalną jest umiarkowanie. Cnota ta pozwala opanować dążenie do przyjemności i zapewnia równowagę w używaniu dóbr stworzonych. Umacnia panowanie woli nad popędami i utrzymuje pragnienia w granicach godziwości. Osoba umiarkowana swoje pożądania zmysłowe kieruje do dobra, zachowuje zdrową skromność i nie daje się uwieść, by iść za zachciankami swego serca. Umiarkowanie jest często wychwalane w Starym Testa-

## Część VI: Modlitwy do św. Jakuba

---

mencie: „Nie idź za twymi namiętnościami; powstrzymaj się od pożądlivości”. W Nowym Testamencie umiarkowanie jest nazywane „skromnością” lub „prostotą”. Święty Jakub głosił Ewangelię w drodze, jako pielgrzym. W jednej ręce trzymał księgę, a w drugiej laskę w przytoczoną tykwą na wodę. To mu wystarczało.

### *Modlitwa do św. Jakuba*

Módlmy się. Święty Jakubie, nasz niebieski Patronie. Ty wiesz, jak łatwo biorą nas w niewolę dobra stworzone, a wtedy zapominamy o Bogu – najwyższym Dobru; spraw przez swoje wstawiennictwo, abyśmy nie ulegali dzisiejszej modzie szukania jak najwięcej przyjemności i wygodnego życia, ale wprost przeciwnie: byśmy zdobyli cnotę umiarkowania, która nam pomoże opanować dążenia do przyjemności, a także zapewni nam należyte używanie dóbr tego świata. Amen.

Ojcze nasz..., Zdrowaś Maryjo..., Chwała Ojcu  
Święty Jakubie Apostole, módl się za nami.

## **Dzień 9.**

*Modlitwa wstępna jak w dniu 1.*

Boże, któryś św. Jakuba...

### *Rozważanie*

W ostatnim dniu nowenny zwróćmy uwagę na potrzebę zaangażowania się w apostołstwo. Apostołstwem nazywa się wszelką działalność członków Kościoła, zmierzającą do rozszerzenia Królestwa Chrystusa po całej ziemi. Cały Kościół jest „posłany” na cały świat. Wszyscy członkowie Kościoła, choć na różne sposoby, uczestniczą w tym posłaniu. Źródłem i początkiem całego apostołstwa w Kościele jest Jezus Chrystus. Jest więc oczywiste, że skuteczność apostołstwa, zarówno duchownych, jak i świeckich, zależy od ich zjednoczenia z Chrystusem. Ze względu na sposób apostołowania rozróżniamy apostołstwo modlitwy, apostołstwo słowa i apostołstwo dobrego przykładu. Święty Jakub praktykował wszystkie trzy rodzaje apostołstwa. Misyjna wyprawa na krańce ówczesnie znanego świata świadczy o jego wielkiej gorliwości apostołskiej. Toteż jest on dla nas wspólnym wzorem.

*Modlitwa do św. Jakuba*

Módlmy się. Święty Jakubie, niezmordowany robotniku winnicy Pańskiej. Tyś modlitwą, słowem i przykładem prowadził ludzi do Jezusa; uproś nam ducha prawdziwie apostołskiego. Niech z naszych serc wznosi się przed tron Boga ustawiczna prośba o nawrócenie naszych bliźnich. Niech z naszych ust płyną słowa o Bogu i moralności katolickiej, trafiające do ludzkiego przekonania. Niech z naszego postępowania promieniuje blask dobrego przykładu, aby ci, którzy na nas patrzą, z nami żyją i się spotykają, byli pociągani do Boga. Amen.

Ojczy nasz..., Zdrowaś Maryjo..., Chwała Ojcu Święty Jakubie Apostole, módl się za nami.



## **DROGA KRZYŻOWA** **ze św. Jakubem**

*Droga krzyżowa ma medytacyjny charakter. Występują w niej trzy charakterystyczne dla medytacji etapy, określane skrótowo terminami: „przed oczami”; „w sercu”; „w dłoniach”. Każde wydarzenie najpierw stawiamy sobie przed oczami: przyglądamy się mu, staramy się wnikać w myśli i uczucia Jezusa, św. Jakuba i innych osób, w tej stacji występujących. Następnie wyrażamy nasze uczucia wobec cierpiącego Zbawiciela i św. Jakuba: współczucia, wdzięczności, żalu za nasze grzechy itd. W końcu okazujemy naszą dobrą wolę (chęć poprawy) i modlimy się w swoich i innych ludzi intencjach.*

### **Prolog**

Panie Jezu, mówisz do mnie:

– Wchodźcie przez ciasną bramę. Bo szeroka jest brama i przestronna jest droga, która prowadzi do zguby, a wielu jest takich, którzy przez nią wchodzą. Jakże ciasna jest brama i wąska droga, która prowadzi do życia, a mało jest takich, którzy ją znajdują.

## Część VI: Modlitwy do św. Jakuba

---

– Bo kto chce zachować swoje życie straci je; a kto straci swe życie z mego powodu, ten je zachowa.

– Ja jestem Drogą, Prawdą i Życiem.

– Dałem wam bowiem przykład, abyście i wy czynili, jak Ja wam uczyniłem.

Droga krzyżowa będzie modlitewną kontemplacją trzech krzyży: krzyża Chrystusowego, krzyża św. Jakuba Apostoła i krzyża mojego. Im więcej we mnie ciszy, pokory, otwartości na Boże słowo, tym większe będą jej owoce.

### **Stacja I**

#### **Jezus na śmierć skazany**

- Klaniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,

- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

Jezus stoi przed sędzią Piłatem. Piłat jest przekonany o Jego niewinności, ale słyszy nalegania Żydów: „Ukrzyżuj Go! Winien jest śmierci!” Piłat im odpowiedział: „Weźcie Go i sami ukrzyżujcie. Ja bowiem nie znajduję w Nim żadnej winy”. Wówczas Żydzi zaczęli



Piłata szantażować: „Jeżeli Go uwolnisz, nie jesteś przyjacielem Cezara”. Słyszając tę groźbę Piłat przestraszył się, że może utracić stanowisko. Chcąc zadowolić Żydów skazał Jezusa na okrutną i haniebną śmierć przez ukrzyżowanie. Jezus przyjmuje ten niesprawiedliwy wyrok w milczeniu.

Św. Jakub Apostoł również został skazany na śmierć. Stało się to kilkanaście lat później, w 44 roku po nar. Chrystusa. Wyrok śmierci na św. Jakuba wydał Herod Agryppa I, który był królem Palestyny, ale miał też uprawnienia prokuratorów rzymskich, takie jak wcześniej miał je Piłat. Był prześladowcą chrześcijan, popierał działania sanhedrynu (żydowskiej rady) przeciw chrześcijanom. Wydał wyrok śmierci na św. Jakuba w tym celu, aby przypodobać się Żydom, a więc z tego samego motywu, którym kierował się Piłat względem Jezusa.

Módlmy się.

Panie Jezu, który przyjmujesz niesprawiedliwy wyrok, spraw, abym nie wydawał pochopnych wyroków potępienia na Ciebie w moich bliźnich. Ty kazałeś mi kochać każdego, kazałeś kochać ponad podziałami tego świata. Daj mi

łaskę, abym nie szufladkował ludzi, dzieląc ich na dobrych i złych, na moich przyjaciół i nieprzyjaciół, ale bym umiał każdemu dawać zawsze szanse. Przekształć moje serce, bym potrafił kochać każdego taką samą miłością. Daj mi łaskę patrzenia na każdego człowieka Twoimi oczami.

Ojcze nasz ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami  
Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami.

## **Stacja II**

### **Jezus bierze krzyż na swe ramiona**

- Kłaniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

Wyrok zapadł. Przynoszą teraz krzyż. Skazaniec ma go sam ponieść na miejsce stracenia. Jezus bierze na siebie narzędzie tortury. Nie pozwala, aby Mu je włożono na barki, ale sam zdecydowanie ujmuje. Bowiem w krzyżu widzi

zlecenie Ojca i nasze zbawienie. Dlatego ze spokojem wychodzi naprzeciw krzyża i świadomie bierze go w ramiona. Dzięki temu krzyż, który – jak pisze św. Paweł – dla Żydów był zgorszeniem, dla pogan głupstwem, dla nas – chrześcijan stał się mocą Bożą i mądrością Bożą.

Święty Jakub podjął krzyż pracy misyjnej. Posłuszny poleceniom Jezusa skierowanym do Apostołów: „Idźcie na cały świat i głosście Ewangelię wszelkiemu stworzeniu; będziecie moimi świadkami aż po krańce ziemi” – Jakub wielkodusznie udał się aż do Hiszpanii, tam, gdzie w ówczesnym przekonaniu był koniec Ziemi (finis Terrae). Były to tereny i ludy zupełnie mu nie znane. Zapewne odczuwał lęk, ale umiłowanie Chrystusa i chęć wypełnienia z nawiązką Jego woli były silniejsze.

Módlmy się.

Panie Jezu, powiedziałaś: „Jeśli kto chce iść za Mną, niech się zaprze samego siebie, niech co dnia bierze krzyż swój i niech Mnie naśladuje”. Łatwo jest wkładać krzyż na drugich. O wiele trudniej przyjąć na swoje ramiona i zrozumieć jego sens. Naucz mnie, Panie, takiej mądrości krzyża, abym potrafił z godnością ponieść krzyż

odpowiedzialności za moje powołanie, za to – kim jestem, jaką wybrałem życiową drogę. Pomóż mi kroczyć drogą miłości i w posłuszeństwie jej wymogom osiągnąć prawdziwą radość.

Ojcze nasz ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami.

### **Stacja III – Jezus pierwszy raz upada pod krzyżem**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

Upadek Jezusa pod krzyżem nie był tylko upadkiem człowieka wycieńczonego biczowaniem. Właściwą przyczynę upadku wskazuje już starotestamentalny prorok Izajasz: „Bóg włożył na Niego grzechy wszystkich nas”. Każdy grzech jest upadkiem. Jezus cierpi za dokonujący się obecnie upadek wielu podstawowych wartości, takich jak: ochrona życia ludzkiego,

poszanowanie dla małżeństwa w jego jedności nierozzerwalnej, wierność prawdzie, branie odpowiedzialności za słowo, traktowanie człowieka jako osoby (a nie jako rzeczy).

Jakub Apostoł, tak jak i jego brat Jan, mieli porywczy, wybuchowy temperament. Na tym tle zdarzały się im duchowe upadki. Kiedy Jezus razem z apostołami zmierzał do Jerozolimy przez Samarię, wysłał posłańców, aby w jednym z miasteczek samarytańskich przygotowali mu pobyt. Jednakże nie przyjęto tam Jezusa. Widząc to Jakub i Jan rzekli do Niego: „Panie, czy chcesz, a powiemy, żeby ogień spadł z nieba i zniszczył ich?”. Jezus zabronił im, a także dał odpowiednie pouczenie wszystkim apostołom. Powiedział: „Kto by między wami chciał się stać wielkim, niech będzie sługą waszym”.

Módlmy się.

Panie, to moje grzechy przygniotły Cię do ziemi i przesłoniły mi Ciebie, aby mnie od Ciebie oddalić. Ale Ty dźwignąłeś się, aby iść dalej. Przyjdź i pozostań ze mną! Oświeć mnie, abym zobaczył, że zło moralne, zanim się ujawni na zewnątrz, zaczyna się w naszych myślach i pragnieniach. „Z serca bowiem pochodzą złe myśli,

## Część VI: Modlitwy do św. Jakuba

---

zabójstwa, cudzołóstwa, nierząd, kradzieże, fałszywe świadectwo, przekleństwa”. Naprawdę przerażające jest to piekło, które może pojawić się w każdym z nas.

Oczyść, Panie Jezu, moje wnętrze i podnieś mnie z moich upadków.

Ojcze nasz ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami.

### **Stacja IV**

#### **Jezus spotyka swoją Matkę**

- Klaniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupił raczył.

Na drodze krzyżowej Jezusa stanęła Jego Matka. Czyż mogło Jej tam zabraknąć? Maryja była z Jezusem przez całe Jego życie. Znała wolę Boga dotyczącą Jej Syna. Gdy na krzyżowej drodze spotkały się spojrzenia Jezusa i Maryi, wówczas przyszło umocnienie dla ich oboj-

ga: dla Jezusa w jego posłuszeństwie Ojcu aż do śmierci krzyżowej, i dla współcierpiącej Matki, oddającej Syna za zbawienie świata.

Maryja stanęła także na misyjno-krzyżowej drodze św. Jakuba Apostoła. Według tradycji św. Jakub w czterdziestym roku po nar. Chrystusa, głosząc Ewangelię w Saragossie, spotykał się z niezrozumieniem i oporem tamtejszej ludności, co doprowadziło go do zniechęcenia. Gdy przeżywał pokusę, aby odejść z Saragossy, a nawet z całej Hiszpanii – wówczas na postawionej tam przez Rzymian kolumnie ukazała mu się Matka Boża i umocniła go. Dzięki temu jeszcze przez kilka lat głosił Ewangelię w Hiszpanii. Przy tej kolumnie zbudowano najpierw kaplicę. Obecnie znajduje się tam obszerna bazylika, będąca wspaniałym dziełem sztuki. Miejsce to dzisiaj jest licznie nawiedzanym sanktuarium maryjnym.

Módlmy się.

Maryjo, Ty jesteś duchową Matką wszystkich, którzy poszli za Jezusem. Jesteś więc i moją Matką. Tobie zawierzam siebie i moich bliskich. I proszę: bądź z nami! Bądź z nami nie tylko na naszej życiowej drodze krzyżowej,

## Część VI: Modlitwy do św. Jakuba

---

w chwilach cierpienia, niepowodzeń i trudności,  
ale bądź z nami w każdy czas!

Zdrowaś Maryjo ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj  
się nad nami.

### **Stacja V**

#### **Szymon z Cyreny pomaga nieść krzyż Jezusowi**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste,  
i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić  
raczył.

Gdy Jezusowi brakowało sił, żołnierze zatrzymali wracającego z pola wieśniaka, imieniem Szymon, aby niósł krzyż Jego. Szymon wziął krzyż nie z własnej woli, ale pod przymusem. Mimo to doznał wielkiej łaski. Jego serce zostało przemienione. Nawraca się wraz z całą swoją rodziną. On i jego synowie, Aleksander i Rufus, stają się wiernymi sługami Chrystusa, a św. Paweł w jednym ze swoich listów matkę Rufusa nazywa swoją matką.



Święty Jakub Apostoł, głosząc w wielkim trudzie Ewangelię w Hiszpanii, pełnił misję Chrystusa, zatem – tak jak Szymon – miał udział w Jego krzyżu. Świadomość, że dźwiga krzyż Jezusa dodawała mu sił i mocniej jednoczyła go z Nim. Pomagając Jezusowi, św. Jakub korzystał także z pomocy innych. W pracy misyjnej miał swoich pomocników. Z nimi udał się do Hiszpanii. Tam z czasem wspomagali go także ci, których doprowadził do wiary chrześcijańskiej i ochrzcił.

Módlmy się.

Panie Jezu, jak byłeś hojny dla Szymona, tak chcesz być nagrodą dla każdego pomagającego bliźnim. Pozwól mi lepiej zrozumieć, że nie da się kroczyć za Tobą nie dostrzegając po drodze innych ludzi z ich problemami i troskami. Spraw, abym nie odwracał oczu od tych, którzy zmagają się z krzyżem choroby, osamotnienia, głodu czy niesprawiedliwości. Chcę być z nimi solidarny. Poślij mnie do nich. Natomiast jeśli mój krzyż będzie mi kiedyś bardzo ciężki, przyślij mi jakiegoś Szymona.

Ojcze nasz ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami.

## **Stacja VI**

### **Weronika ociera twarz Jezusowi**

- Kłaniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

Weronika z odwagą przecisnęła się przez kordony otaczające skazańców, podbiegła do dzwignającego krzyż Jezusa i otarła chustą Jego zakrwawioną, oplutą i zalaną potem twarz. Otarcie sponiewieranej twarzy jest przywracaniem ludzkiej godności. Jezus wynagrodził jej ten czyn. Na chuście odbiło się Jego oblicze. Toteż chusta Weroniki staje się przesłaniem. Mówi ono, że każdy dobry czyn utrwala w duszy człowieka podobieństwo do Chrystusa.

Ludy, do których przybył św. Jakub Apostoł z Ewangelią, nie znały prawdziwego Boga. Żyły pogrążone w błędach i grzechach. Święty Jakub

był dla nich pierwszym zwiastunem Dobrej Nowiny. Głosząc Ewangelię, odsłaniał przed nimi ich godność. Uczył, że zostali stworzeni przez miłującego Boga na Jego podobieństwo oraz odkupieni przez Jezusa Chrystusa i powołani do wiecznego zbawienia. Budził w nich wiarę i uczył zasad życia chrześcijańskiego, a następnie udzielał sakramentu chrztu, dzięki czemu stawali się dziećmi Bożymi.

Módlmy się.

Panie, Jezu Chryste, który przyjąłeś gest bezinteresownej miłości Weroniki, daj, aby nasze dzieła czyniły nas podobnymi do Ciebie i pozostawiały światu odbicie Twojej nieskończonej miłości. Święty Jakubie Apostole uproś nam tę łaskę, byśmy postępowali odpowiednio do naszej godności ludzkiej i chrześcijańskiej oraz szanowali godność każdego człowieka i jej bronili.

Ojcze nasz ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami  
Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami.

## **Stacja VII**

### **Jezus drugi raz upada pod krzyżem**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

Powtarzające się upadki Jezusa są coraz głębszym jego upokorzeniem. Upada na oczach ludzi, którzy pamiętają, jak mówił o sobie, że jest królem, że jest Synem Bożym. Okazywał swoją moc czyniąc cuda, a teraz jest taki słaby, jakby Jego moc się skończyła, jakby już przegrywał. Sprawdzają się na Nim słowa psalmu: „Jam jest robak, a nie człowiek, pośmiewisko ludzkie i wzgardzony u ludu”. Jezus ze spokojem przyjmuje te upokorzenia.

Duchowy upadek św. Jakuba zdarzył się w Ogrodzie Oliwnym. Po Ostatniej Wieczerzy Jezus udał się tam z apostołami. W głąb ogrodu wprowadził tylko trzech: Piotra, Jakuba i Jana, oraz polecił im: „zostańcie tu i czuwajcie”. Sam zaś oddalił się nieco, upadł na ziemię i modlił się. Po pewnym czasie powrócił do nich, lecz zastał ich śpiących. Ponownie wezwał ich do

czuwania: „Czuwajcie i módlcie się, abyście nie ulegli pokusie”. Znowu oddalił się. Gdy po raz drugi i trzeci wracał, również spali. Gdy wkrótce zjawił się Judasz, a z nim uzbrojona zgraja, aby Jezusa pojmać, wtedy wszyscy uciekli. Zabrakło czuwania i modlitwy, dlatego finałem była ucieczka.

Módlmy się.

Chryste, byłeś upokarzany nie tylko powtarzającymi się swoimi upadkami pod ciężarem krzyża, ale także grzechami popełnianymi przez nas samych jako Twoich uczniów. Prosimy Cię, ucz nas pokory, abyśmy nie wynosili się ani ponad siebie, ani ponad innych. Wszak sam mówiłeś: „Kto się wywyższa, będzie poniżony, a kto się poniża, będzie wywyższony”.

Do wytrwania w dobrem niezbędne jest zachowanie czujności i modlitwa. Toteż prosimy: Naucz nas, Panie, modlić się. Daj nam łaskę odczuwania potrzeby modlitwy.

Ojczy nasz ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami.

## **Stacja VIII**

### **Jezus napomina płaczące niewiasty**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

Za dźwigającym krzyż Jezusem szło wiele kobiet, które zawodziły i płakały nad Nim. Lecz Jezus zwrócił się do nich i rzekł: „Córki jerozolimskie, nie płaczcie nade Mną; płaczcie raczej nad sobą i nad waszymi dziećmi (...) Bo jeśli z zielonym drzewem to czynią, cóż się stanie z suchym?” Jezus piętnuje ich litość czysto sentymentalną, która nie prowadzi do nawrócenia i żywej wiary. Ukazuje im zło grzechu i powagę Bożego sądu. Chce rozbudzić ospałe sumienia.

Prawdy te przekazywał także św. Jakub w czasie swojej wyprawy misyjnej do Hiszpanii. Starał się o prawidłowe ukształtowanie sumień swoich słuchaczy. Objasniał 10 przykazań Bożych, przykazania miłości Boga i bliźnich oraz inne nakazy i zalecenia podane przez Jezusa Chrystusa. Uczył o odpowiedzialności każdego człowieka za swoje czyny przed Bogiem,

o sądzie Bożym i o losach człowieka po śmierci. Dążył do zaprowadzenia chrześcijańskich obyczajów.

Módlmy się.

Panie Jezu, nie chcę się ograniczać do kroczenia u Twego boku jedynie ze słowami współczucia. Chcę być człowiekiem sumienia, zaangażowanym w tworzenie dobra i walkę ze złem. Proszę Cię, wzbudź z uśpienia moje sumienie i wyprostuj je. Spraw, abym przejrzał i dostrzegł zło w moim życiu. Dopomóż mi, bym więcej wymagał od siebie: podnosił się ze swoich upadków i wad, ciągle na nowo się nawracał, angażował się w budowanie królestwa Bożego, podejmował odważnie odpowiedzialność za sprawy publiczne.

Ojcze nasz ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami.

## **Stacja IX**

### **Jezus trzeci raz upada pod krzyżem**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

Trzeci upadek oznacza krańcowe wyniszczenie Jezusa. Na pewno był najboleśniej i najbardziej upokarzający. Jezus przygnieciony krzyżem leży w pyle drogi. Poranione ciało, brak sił. Jak trudno podźwignąć się i podjąć na nowo walkę ze śmiertelnym zmęczeniem. Ale Jezus nadludzkim wysiłkiem przewycięża słabość, podnosi się z ziemi, bierze swój ciężar i idzie ku bliskiemu już celowi – wzgórzu za miastem, by tam wypełnić do końca wolę Ojca.

Święty Jakub Apostoł miał w swoim duchowym życiu trzeci, krańcowy upadek. Było nim odejście z Hiszpanii. Nie znamy wszystkich powodów, które skłoniły go do odejścia. Prawdopodobnie był przemęczony misjonarską pracą na tak bardzo rozległym terytorium. Do tego dołączyło się chyba zniechęcenie trudnościami. Przyczynił się do tego jego żywy, porywczy



temperament: łatwo się zapalał do wielkich dzieł, ale też łatwiej ulegał zniechęceniu. Odchodząc z Hiszpanii nie zrezygnował z pracy misyjnej. Wrócił do Jerozolimy, gdzie podjął troskę o tamtejszą gminę chrześcijańską.

Módlmy się.

O Jezu, Mocarzu, Ty jesteś we mnie, a ja w Tobie. Z Tobą muszę się zdobyć na wytrwanie w cierpieniu, nawet kiedy sędzę, że więcej już nie zniosę. Z Tobą muszę się zdobyć na wypełnienie obowiązku, nawet choćby był najcięższy. Pomóż mi, abym w ucisku nie stracił serca, abym obowiązku swego nie odrzucił. A kiedy wyczerpany upadnę, pomóż mi powstać na nowo.

Ojcze nasz ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami.

## **Stacja X**

### **Jezus z szat obnażony**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

Obnażenie Jezusa z szat odnowiło Jego rany i spotęgowało ból fizyczny. Ale o wiele boleśniej odczuwa On zawstydzenie wobec chciwego sensacji tłumu. Publiczne obnażenie było rozumiane u Żydów jako pozbawienie wszelkiej czci. Zdzierając z Jezusa szaty uczyniono Go „pośmiewiskiem i wzgardą pospółstwa”. Ale On trwa przy woli Bożej nieugięcie i wszystko wytrzymuje.

W misyjnym nauczaniu św. Jakuba nie mogło zabraknąć zachęty do szacunku wobec ciała ludzkiego, własnego i innych osób. Najprostszym wyrazem tego szacunku jest odpowiednie ubieranie się. Święty Jakub pod tym względem świecił innym także własnym przykładem. IkonoGRAFIA przedstawia go najczęściej jako pielgrzyma ubranego w długą tunikę i wierzchnią pelerynę sięgającą do kostek. Na głowie nosił

kapelusz ozdobiony muszlą, w jednej ręce dzierżył kij pielgrzymi, a w drugiej księgę.

Módlmy się.

Panie Jezu, zdarto z Ciebie szaty, lecz w moich oczach jesteś nadal odziany. Odziany w godność człowieczeństwa. Naucz mnie szanować człowieka, a nie szaty. Stwórz we mnie na nowo oczy czyste, czystą myśl i serce. Rozważając Twoje obnażenie, postanawiam cierpieniami swojego ciała wynagrodzić za grzechy nieczystości, za wszelkie ubóstwienie ciała ludzkiego i za wszelkie niszczenie tego ciała, które ma być uświęcone i uwielbione w niebie.

Ojcze nasz ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami.

## **Stacja XI**

### **Jezus do krzyża przybity**

- Kłaniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste,  
i błogosławimy Ciebie,

- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

Rozpoczyna się egzekucja. Żołnierze przybijają do krzyża ręce i nogi Jezusa. Niewymowny ból przenika całe Jego ciało. Po ukrzyżowaniu, choć pozornie nie mógł nic zrobić – zrobił najwięcej: zbawił człowieka. Spełniły się Jego prorocze słowa: „A Ja, gdy zostanę nad ziemię wywyższony, przyciągnę wszystkich do siebie”. Konający na krzyżu Chrystus przyciąga ludzi do siebie. Czyni to mocą swej ukrzyżowanej miłości, którą to miłością ogarnia także swoich morderców: przebacza im i modli się do Ojca: „Ojcze, odpuść im, bo nie wiedzą, co czynią”.

Święty Jakub nie był skazany na ukrzyżowanie, ale na ścięcie. Musiał być jednak jakoś ubezwłasnowolniony, przytwierdzony do miejsca kaźni. Przed wykonaniem wyroku przebaczył swoim katom. Według późniejszych opisów, zaprawionych częściowo legendą, ucałował kata, który miał go ścinać, czym tak go wzruszył, że kat nawrócił się i wyznał wiarę w Chrystusa, ponosząc za to śmierć.

Módlmy się.

Panie Jezu, ja również jestem przybijany do krzyża. Moje krzyżowanie rozkłada się na całe życie, jakby rozcieńczone upływem czasu, a jego ból przychodzi do mnie w innej postaci. Przychodzi do mnie co dzień kropla po kropli. Czasem tylko jedna, a czasem jest ich wiele. Mogą przyjść i takie dni, kiedy będę pogrążony w morzu cierpienia i własnej bezsilności. Wtedy, Panie, pozwól mi odczuwać przy sobie Twoją, pełną miłości obecność, i daj siłę naśladować Ciebie w miłości przebaczącej.

Ojcze nasz ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami.

## **Stacja XII**

### **Jezus umiera na krzyżu**

- Kłaniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupił raczył.

Jezus przeszedł przez śmierć, aby przybliżyć nam jej sens i umożliwić spojrzenie w świetle wiary na ten smutny, ale nieuchronny fakt w życiu człowieka. Jak umierał Jezus? Czy myślał o sobie, o swoim cierpieniu, o niewdzięczności tych, którym dobrze czynił? Nie! Pomyślał o tych, którzy Go potrzebowali i udzielił im swej łaski. Przebaczył swoim prześladowcom, a także proszącemu łotrowi: „dzisiaj jeszcze będziesz ze Mną w raju”. Następnie oddał nas wszystkim w osobie apostoła Jana pod opiekę swej Matce: „Oto Matka twoja”. Wreszcie powierzył się Ojcu, wołając: „Ojcze, w Twoje ręce powierzam ducha mego”.

Śmierć św. Jakuba była łatwiejsza do zniesienia niż śmierć Chrystusa. Został ścięty na rozkaz Heroda Agryppy I w 44 roku po nar. Chrystusa. Śmierć mu zadano prawdopodobnie mieczem, gdyż w owym czasie najczęściej posługiwano się tym narzędziem, chociaż nie ma tutaj całkowitej pewności. W ikonografii bowiem niekiedy przedstawiano Apostoła z toporem jako narzędziem śmierci, jak to widzimy m.in. w Zagorzycach i Górze Ropczyckiej. Święty Jakub Starszy jest po świętym Szczepanie jednym z najwcześniejszych męczenników Kościoła, a wśród apostołów – pierwszym męczennikiem.

Módlmy się.

Jezu konający na krzyżu za nasze zbawienie, pomóż nam, abyśmy nasze życie umieli przeżywać jako wielkie przygotowanie na śmierć i na spotkanie z Tobą w domu naszego Ojca. Musimy być zawsze gotowi, odziani szatą łaski uświęcającej. Trzeba nam często oczyszczać się w sakramencie pokuty i posilać się Chlebem Eucharystycznym, codziennie zaś wzbudzać akt żalu doskonałego, tzn. wypływającego z miłości ku Bogu, za nasze codzienne upadki. Obdarzaj nas, Panie, hojnie swoją łaską, abyśmy zdołali pięknie przeżyć nasze dni i w zjednoczeniu z Tobą umierać.

Ojcze nasz ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami.

## **Stacja XIII**

### **Jezus z krzyża zdjęty**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

Józef z Arymatei poprosił Piłata o ciało Jezusa. Piłat, po upewnieniu się, że Jezus już umarł, pozwolił mu je zabrać. Toteż zdjął Jezusa z krzyża i na chwilę oddał Go Jego Matce. Nastąpiła głęboka cisza... Ileż bólu przeżywała Maryja, trzymając w ramionach martwe, zmasakrowane przez złoczyńców ciało Jej Syna. Spełniły się słowa Symeona: „Twoją duszę przeniknie miecz”. Maryja jednak nie rozpacza. Tak jak Jezus, z godnością i pełną ufności trwa do końca przy Bogu. Wie, że wolą Ojca było, aby właśnie w ten sposób, przez krańcowe wyniszczenie i śmierć krzyżową zbawić świat.

A co się działo po męczeńskiej śmierci świętego Jakuba? Zatruszczono się o zabranie i zabezpieczenie jego relikwii. Jerozolima nie była miejscem bezpiecznym. Dlatego – jak później to opisał papież Leon Wielki – dwaj uczniowie św.



Jakuba Starszego, Atanazy i Teodor, przenieśli ciało św. Jakuba w kamiennym sarkofagu z Jerozolimy do palestyńskiego portu Joppa. Następnie przewieźli je łodzią do miejsca uważanego za koniec Ziemi, czyli do brzegów krainy Galicja, leżącej na północno-zachodnich krańcach dzisiejszej Hiszpanii. Po wyładowaniu sarkofagu z ciałem św. Jakuba na brzeg, Atanazy i Teodor nieśli go w głąb lądu poszukując bezpiecznego i godnego miejsca na jego pogrzebanie.

Módlmy się.

Panie Jezu, proszę Cię o łaskę trwania przy Tobie do końca – tak jak Twoja Matka. Daj mi siłę, abym nigdy nie zwątpił w Twoją miłość, ani jej nie odrzucił.

Maryjo, któraś była przy śmierci swojego Syna, bądź również w godzinie mojej śmierci.

Zdrowaś Maryjo ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami.

## **Stacja XIV**

### **Jezus do grobu złożony**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

Pogrzebem Jezusa zajmują się dwaj członkowie żydowskiej Rady, będący równocześnie ukrytymi uczniami Jezusa: Nikodem i Józef z Arymatei. Nikodem przyniósł mieszaninę mirry i aloesu. Według zwyczaju żydowskiego zawijają ciało Jezusa w lniane płótna z wonnościami i składają w nowym, wykutym w skale grobowcu Józefa z Arymatei, w którym nikt jeszcze nie był pochowany. Potem zamykają otwór ciężkim kamieniem i smutni odchodzą do domu. Wszystko ucichło. Głęboki spokój położył się wokół samotnego grobu. Jest to spokój wypełnienia. Ten, który tam spoczywa, z boską wiernością doprowadził do końca wszystko, co Ojciec Mu polecił, a teraz odpoczywa, dokonawszy dzieła.

Pogrzebem św. Jakuba zajęli się wspomniani już dwaj jego uczniowie: Atanazy i Teodor.

Poszukując miejsca na pogrzebanie ciała św. Jakuba, spotkali się z właścicielką tego terenu, Atią Moetą, która udostępniła im przygotowane dla siebie mauzoleum. W nim pochowali ciało Apostoła. W tymże mauzoleum zostali pochowani po swojej śmierci również Atanazy i Teodor. Na tym miejscu została zbudowana najpierw kaplica, potem kościół, a na przełomie XI i XII wieku olbrzymia katedra, będąca jednym z najważniejszych zabytków sztuki sakralnej. Wokół katedry powstawały chrześcijańskie osiedla, które dziś tworzą wielkie miasto nazwane imieniem św. Jakuba: Santiago de Compostela.

Módlmy się.

Panie, naucz nas przyjmować porażki. Nie pozwól, żebym stracił wytrwałość i cierpliwość. Nade wszystko zaś daj nam wiarę w Boga żywego, bo tylko mając taką wiarę, będziemy w stanie kłaść do grobu nasze grzechy, złe przyzwyczajenia i skłonności, i zataczać ciężki kamień, aby do nich już nie wracać. Tylko wiara w Boga żywego da nam siłę do przechodzenia z ciemności do światła, ze śmierci do życia.

Ojcze nasz ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami.

## **Stacja XV**

### **Jezus zmartwychwstaje**

- Kląniamy się Tobie, Panie Jezu Chryste, i błogosławimy Ciebie,
- Żeś przez krzyż i mękę swoją świat odkupić raczył.

Chrystus zmartwychwstał trzeciego dnia zgodnie z Pismem. Kobiety, które przyszły wczesnym rankiem, zastały Jego grób pusty, mimo iż po Jego pogrzebie arcykapłani i faryzeusze opieczętowali kamień grobowy i postawili straż. Natomiast zmartwychwstały Jezus zaczął się ukazywać swoim uczniom. Pusty grób i ukazywanie się Jezusa ludziom, to dowody Jego zmartwychwstania. Uczniowie, prości ludzie, mogli go zobaczyć, słuchać Jego słów, dotykać Jego ran, spożywać z Nim posiłek. Fakt zmartwychwstania Jezusa jest fundamentem naszej wiary i dopełnieniem dzieła odkupienia.

Święty Jakub jeszcze nie powstał z martwych; czeka na zmartwychwstanie, które będzie jego udziałem po końcu świata. Zmartwychwstał natomiast – po kilkuwiekowym zapomnieniu – jego kult, który w wiekach średnich wybuchnął wielkim jasnym płomieniem w formie pielgrzymowania do jego grobu. Wtórny wybuch dokonuje się na naszych oczach, po Akcie Europejskim św. Jana Pawła II. Na Jakubowej Drodze liczni pielgrzymi doznają cudu duchowego zmartwychwstania: umiera tam stary człowiek, a rodzi się nowy.

Módlmy się.

Panie, Jezu Chryste, pokazałeś, że droga krzyża nie kończy się grobem, ale prowadzi do zmartwychwstania. Radujemy się Twoim zwycięstwem nad szatanem i śmiercią i cieszymy się nadzieją naszego przyszłego zmartwychwstania. Chcemy już teraz kroczyć w blasku Twego zwycięstwa, odważnie i z optymizmem patrzeć w przyszłość; zdecydowanie odrzucać zło, a szukać tego, co w górze. Prosimy Cię: dopomóż nam.

Ojcze nasz ...

Święty Jakubie Apostole – módl się za nami.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste zmiłuj się nad nami.

### **Zakończenie**

Z wdzięcznością stajemy przed Tobą, Chryste Zwycięski. Pragniemy podziękować Ci za ten czas modlitwy i refleksji, przeżyty w duchowej łączności z Świętym Jakubem Apostołem – naszym Patronem. Przeszliśmy śladami Twojej krzyżowej drogi, którą podjąłeś z miłości ku nam i dla naszego zbawienia. Prosimy Cię, spraw, abyśmy idąc zawsze za Tobą i Ciebie naśladowując, z godnością dźwigali krzyże naszej codzienności.

Dziękujemy Ci za świętego Jakuba i za te liczne oznakowane ścieżki, prowadzące do jego grobu, a szczególnie za powiew Ducha Świętego, który te ścieżki ożywił. Prowadź nas tymi ścieżkami, abyśmy na nich dojrzewali do Bożego żniwa i zjednoczyli się z Tobą w królestwie niebieskim. Amen.

### **Modlitwa codzienna do św. Jakuba**

Święty Jakubie, Patronie nasz, Twojej się opiece w szczególniejszy sposób dzisiaj polecam i proszę Cię, abyś mnie i moich bliskich swoim wstawiennictwem przed Bogiem wspierał i ratował we wszystkich potrzebach naszych. Proszę Cię, wyjednaj mi łaskę wiernego naśladowania cnót Twoich. Spraw to, o drogi Patronie, abym Bogu dochował wierności pośród wszelkich przygód tego życia i zasłużył sobie na łaskę szczęśliwej śmierci. Amen.

### **Błogosławieństwo pielgrzymów**

*(Średniowieczne błogosławieństwo pielgrzymów udających się do grobu św. Jakuba Starszego Apostoła)*

Niechaj Pan idzie przed Tobą, aby wskazywać Ci właściwą drogę.

Niechaj Pan będzie obok Ciebie, aby objąć Cię ochronnym ramieniem i Cię chronić.

Niechaj Pan będzie za Tobą, aby Cię ochronić przed fałszywością złych ludzi.

Niechaj Pan będzie pod Tobą, aby Cię podnieść, gdy upadasz i wyciągnąć z upadku.

Niechaj Pan będzie w Tobie, aby Cię pocieszyć, gdy jest Ci smutno.

Część VI: Modlitwy do św. Jakuba

---

Niechaj Pan będzie wokół Ciebie, aby Cię  
strzec, gdy inni napadają na Ciebie,  
Niechaj Pan będzie ponad Tobą, aby Cię błogo-  
sławić.

I tak niechaj Cię błogosławi dobry Bóg! Amen.





## SPIS TREŚCI

Duchowy przewodnik (ks. abp J. Michalik) .....	5
Wprowadzenie .....	7
Krótki katechizm.....	13

### Część I

<b>MODLITWY CODZIENNE</b> .....	25
Modlitwy poranne.....	25
Modlitwy wieczorne .....	41

### Część II

<b>MODLITWY W RÓŻNYCH POTRZEBACH</b> .....	59
Modlitwy związane z sakramentem pokuty....	59
Modlitwy związane z komunią św.....	62
Inne modlitwy .....	64

## Spis treści

---

### Część III

<b>LITURGIA GODZIN</b> .....	93
Wezwanie.....	93
Jutrznia.....	96
Modlitwa w ciągu dnia.....	104
Nieszpory .....	108
Kompleta.....	115

### Część IV

<b>MEDYTACJE</b> .....	121
Rozważanie drogi światła .....	127
Modlitwa różańcowa.....	165
Lectio divina .....	168
Bóg powołuje Abrahama .....	172
Maryja nawiedza świętą Elżbietę.....	178
Mędrcy ze Wschodu przybywają do Jezusa...	184
Jezus przemienia się na Górze .....	188

---

**Część V**

<b>NABOŻEŃSTWA</b> .....	193
Propozycja na adorację eucharystyczną.....	193
Koronka do Miłosierdzia Bożego .....	198
Litania o Miłosierdziu Bożym .....	199
Litania do Najświętszego Imienia Jezus .....	204
Litania do Najświętszego Serca Pana Jezusa ...	208
Litania do Najdroższej Krwi Chrystusa Pana ..	211
Litania do Najświętszej Maryi Panny .....	213
Litania do świętego Józefa.....	218
Litania do Patronów narodu polskiego .....	221

**Część VI**

<b>MODLITWY DO ŚW. JAKUBA</b> .....	229
Litania do świętego Jakuba.....	229
Nowenna do świętego Jakuba Apostoła .....	231
Droga krzyżowa ze św. Jakubem.....	247

