**TYDZIEŃ 18**

**(od 27.06. do 03.07.2020 r.)**

Całość tekstu na tydzień można rozważać według własnego uznania z częstotliwością
- od jednego razu (nawet po poszczególnych częściach) w ciągu tygodnia
- przez powtarzania poszczególnych części w wybrane dni
- po codzienne rozważanie wszystkich części.

**Obowiązkowe jest, aby codziennie odmówić
część I (Modlitwy poranne) oraz część IV (Wieczorny rachunek sumienia)
W CIĄGU TYGODNIA
KAŻDY FRAGMENT BIBLII
ORAZ
KAŻDY FRAGMENT Z DZIEŁ ŚW. LUDWIKA
OBOWIĄZKOWO MA BYĆ PODDANY OSOBNEJ MEDYTACJI
W CZASIE 15 – 30 MINUT
POPRZEDZONEJ MINIMUM 15-TO MINUTOWYM WYCISZENIEM.**

Tydzień 17 z 33-tygodniowego okresu ćwiczeń duchowych do Aktu Ofiarowania się Jezusowi Chrystusowi przez Maryję wg pozycji: "Mała Droga św. Ludwika Marii de Montfort" Br. Jacques HUBERT

**\*Szósty z 7 tygodni – poznania samego siebie\***

W tym tygodniu ofiaruj w duchu pokory wszystkie swe modlitwy i dobre uczynki z prośbą o poznanie samego siebie i o żal za grzechy. (...) W tym celu będziemy odmawiać Akty Strzeliste:
„Panie, abym przejrzał!” (Łk 18, 41);
„Spraw, bym poznał samego siebie!” (św. Augustyn),
 czy „Przyjdź, Duchu Święty”.

------------------------
Używane skróty dzieł św. Ludwika Maria Grignion de Montfort:
TPN – Traktat o prawdziwym nabożeństwie do NMP
MMP - Miłość Mądrości Przedwiecznej
TM – Tajemnica Maryi
LPT - List do Przyjaciół Krzyża
MP - Modlitwa Płomienna
SRS - Przedziwny Sekret Różańca Świętego

**I. \*Modlitwy poranne:\***

**\*》Wezwanie do Ducha Świętego\***

Duchu Święty, racz być Mistrzem, Serce me miłości ucz, umysł mój wypełnij wiedzą, mowie daj do duszy klucz;
Zmysłów mych, umiejętności dla Twej chwały użyć chciej. Wszystkie dobra i cierpienia też oddaję służbie Twej.
Uczyń serce me świątynią, język mój narzędziem Twym, by Cię wielbił swą wymową i za przykład innym był.
Przez Jezusa i Maryję króluj we mnie, dodaj sił, abym zawsze tylko Boga życiem całym wiecznie czcił. Amen.
(św. Ludwik de Montfort)

**\*》Modlitwa o dar Mądrości (Mdr 9)\***

\_"Dam wam wymowę i mądrość, której żaden z waszych prześladowców nie będzie mógł się oprzeć" (Łk 21, 15)\_

Boże moich Przodków i Panie Miłosierdzia,
który swoim słowem uczyniłeś wszystko.
\*Daj mi Mądrość, która razem z Tobą zasiada na tronie,\*
W swojej Mądrości stworzyłeś człowieka,
by panował nad stworzeniami,
\*Daj mi Mądrość, która razem z Tobą zasiada na tronie,\*
Z Tobą jest Mądrość, która zna Twe dzieła i była z Tobą, kiedy świat stwarzałeś, wie, co jest miłe w Twoich oczach. Ona wie bowiem i rozumie wszystko. Poślij z tronu Twej Chwały.
\*Daj mi Mądrość, która razem z Tobą zasiada na tronie.\*
Jezu, Mądrości Wcielona, ześlij mi Twojego Ducha Świętego, ducha mądrości, roztropności i rady.
Proszę Cię o to przez wstawiennictwo Maryi Stolicy Mądrości, Twojej i mojej Matki. Amen.
(św. Ludwik de Montfort)

**II. \*Czytania na tydzień:\***

**\*** **Po szóste:\* Powinienem stanąć w pokorze przed Bogiem**

**\*Wybrane wersety do medytacji:\***\_"Każdy bowiem, kto się wywyższa, będzie poniżony, a kto się uniża, będzie wywyższony.”\_

\***Czytanie:** **Łk 18, 9-14\*** *\** *Faryzeusz i celnik \*\****18** 9 Powiedział też do niektórych, co ufali sobie, że są sprawiedliwi, a innymi gardzili, tę przypowieść:

10 «Dwóch ludzi przyszło do świątyni, żeby się modlić, jeden faryzeusz a drugi celnik.

11 Faryzeusz stanął i tak w duszy się modlił: "Boże, dziękuję Ci, że nie jestem jak inni ludzie, zdziercy, oszuści, cudzołożnicy, albo jak i ten celnik.

12 Zachowuję post dwa razy w tygodniu, daję dziesięcinę ze wszystkiego, co nabywam".

13 Natomiast celnik stał z daleka i nie śmiał nawet oczu wznieść ku niebu, lecz bił się w piersi i mówił: "Boże, miej litość dla mnie, grzesznika!"

14 Powiadam wam: Ten odszedł do domu usprawiedliwiony, nie tamten\*. Każdy bowiem, kto się wywyższa, będzie poniżony, a kto się uniża, będzie wywyższony».

\***Czytanie:** **18, 15-17\****\*Jezus przyjmuje dzieci\*\****18** 15 Przynosili Mu również niemowlęta, żeby na nie ręce włożył, lecz uczniowie, widząc to, szorstko zabraniali im.

16 Jezus zaś przywołał je do siebie i rzekł: «Pozwólcie dzieciom przychodzić do Mnie i nie przeszkadzajcie im: do takich bowiem należy królestwo Boże.

17 Zaprawdę, powiadam wam: Kto nie przyjmie królestwa Bożego jak dziecko, ten nie wejdzie do niego».

**Kontemplacja na podstawie tekstu biblijnego - przykład**

*Trwaj w ciszy przez minimum 15 minut. Możesz mieć zamknięte oczy, wyobrażając sobie rozwieszoną sieć rybacka na dwóch drewnianych żerdziach na plaży. Gdy wieje wiatr, to oka sieć odkształca się i powiewa, ale ponieważ ma duże oka, to wiatr przez nią swobodnie przewiewa i wraca spokojnie do swojego położenia, zwisając w dół.*

 *Ty jesteś tą siecią, a wiatr myślami i uczuciami, które podczas zachowywania ciszy przychodzą Ci do głowy. Drewniane żerdzie symbolizują twój wysiłek odniesienia się do Boga w myślach i emocjach oraz Bożą łaskę. Gdy przychodzą do Twojej świadomości różne poruszenia, to tylko na chwilę podążasz za nimi swoja wolą (odkształcasz się) i spokojnie wracasz świadomością do Pana Boga.*

*Po 15 minutach…*

*Przeczytaj tekst jeszcze raz powoli, zwracając uwagę na to, co szczególnie dotyka twojego serca. Te fragmenty czy słowa przeczytaj jeszcze raz. Rozważaj w sercu powyższy tekst (ok. 10 minut).*

*Wyobraź sobie Jezusa nauczającego, jak wygląda, jaki ma głos, jakie spojrzenie, jakie gesty towarzyszą mówionym słowom, z jakimi uczuciami mówi? Gdzie ty siedzisz, stoisz, daleko, blisko, bardzo blisko, czy Jezus cię widzi? Jakie są reakcje ludzi obok? Jak reagujesz na usłyszane słowa? Co cię zastanawia, co zawstydza, co interesuje, co cieszy, co smuci? Czy chcesz słuchać, czy jest to dla ciebie trudne? Pozwól, by odpowiedzi wybrzmiały w tobie. Daj sobie czas. Po tym „zaobserwowaniu” tego, co w tobie i wokół ciebie, przenieś wzrok na Jezusa. Spróbuj zupełnie bezinteresownie być przy Jezusie z miłością, wyczuwając, czego od ciebie oczekuje TU I TERAZ, co Mu jest teraz od ciebie najbardziej potrzebne, z czego byłby najbardziej zadowolony, do czego teraz ciebie zaprasza, co Go ucieszy, co wywoła zadowolenie, uśmiech? Może chce z Tobą porozmawiać o usłyszanych treściach, spróbuj wypowiedzieć, które słowa najbardziej cię dotknęły. Spróbuj podarować Jezusowi, tu i teraz, otwarte na Niego i Jego słowa serce. Nie chodzi tu jedynie o wymyślanie, myślenie, czyli pracę rozumu, ale o miłosne trwanie przy… Pozwól się prowadzić w tej modlitwie, jeśli czujesz się pociągnięty do rozmowy, rozmawiaj, jeśli do milczenia, milcz, jeśli do wpatrywania się w Oblicze, poświęć temu czas. Pokusą będzie myślenie, że nic się nie robi, że to nie modlitwa, kiedy się czegoś nie mówi, nie robi, nie prosi o nic… Proste bycie przy Bogu nigdy nie jest stratą czasu, bo Duch Święty nieustannie działa w nas i to nie my musimy nieustannie coś robić. To, co mamy do zrobienia, to otworzyć serce i przyjąć łaskę, tak by móc przyjąć Jezusa, albo jeszcze lepiej odkryć Jego nieustanną obecność i podarować Mu swoją. To zatrzymanie choć na parę minut w ciągu dnia pozwoli Bogu działać w twoim życiu, a tobie pozwoli w pełniejszy sposób przeżywać swoje człowieczeństwo i pamiętać o duszy jako mieszkaniu Boga.*

*Zatrzymaj się przy jednym zdaniu, może przy jednym wyrazie, który najbardziej cię dotknął, poruszył, tzn. przemówił do ciebie, wzbudził jakąś refleksję, szczególnie zwrócił twoją uwagę. Postaraj się odnieść ten wyraz czy to zdanie do swojego życia, np. zobacz takie sytuacje czy miejsca w sobie, gdzie faktycznie widzisz, jak bardzo potrzebujesz Bożej obecności i prowadzenia Jezusa.*

*Fragment, zdanie, słowo, które szczególnie cię dotyka, możesz przepisać po zakończonej modlitwie w swoim duchowym dzienniku czy notatniku. Podobnie możesz też zapisać swoją refleksję czy np. pytanie do Jezusa, które się w tobie narodziło, wezwanie, które usłyszałeś, jakieś postanowienie itp.*

*Zakończeniem modlitwy niech będzie dziękczynienie, prośba, uwielbienie, to, co wypływa z twojego serca. Własnymi słowami spróbuj wyrazić to, co dzieje się w twoim sercu. Mogą to być także słowa zapożyczone od kogoś, kto przed tobą wyraził dobrze to, co czujesz. Spróbuj oddać Bogu to co dzieje się w twoim wnętrzu, jeśli jest to żal z powodu grzechu, smutek, że zraniłeś Boga, wyznaj Mu miłość, przeproś i proś o przebaczenie. Uczyń to swoimi słowami, prosto, tak jak dyktuje ci serce, przecież Bóg jest tu i chce cię słuchać. Jeśli w sercu rodzi się radość uwielbienia, wielkiej wdzięczności do Boga wyraź ją słowami, może śpiewem. Bądź autentyczny wobec Boga, który jest Sobą przy tobie. Może masz teraz w sercu prośbę, oddaj ją Bogu, jak dziecko prosi o wszystko ojca, a Bóg jest ojcem dobrym i wszechmocnym, chce słuchać twoich próśb i dawać to, co dla ciebie najważniejsze. Zaufaj Mu. Może chcesz Mu po prostu powiedzieć, że Go kochasz i chcesz z Nim przebywać, wyznaj Mu miłość jak dziecko, jak zakochany, jak wierny przyjaciel…*

**\*Rozmyślanie:\***"nie jesteśmy godni"
"potrzebujemy Maryi, Jego świętej Matki"
"Pośredniczką u Niego, który jest naszym Pośrednikiem"

**\*Św. Ludwik TM 36\***
36. Idąc  przez  Maryję  do  Jezusa  Chrystusa,  Jego  też  czcimy,  ponieważ  przez  to zaznaczamy,  że  nie  jesteśmy  godni  zbliżać  się  do  Jego  nieskończonej  świętości  bezpośrednio, z  powodu  naszych  grzechów,  i  że  potrzebujemy  Maryi,  Jego  świętej  Matki,  by  była  naszą Orędowniczką  oraz  Pośredniczką  u  Niego,  który  jest  naszym  Pośrednikiem.

Oznacza  to jednocześnie,  że  zbliżamy  się  do  Niego  jako  do  naszego  Pośrednika  i  naszego  Brata,  uniżając się  przed  Nim  jako  naszym  Bogiem  i  Sędzią.  Jednym  słowem,  znaczy  to:  ćwiczyć  się  w pokorze,  która  zawsze  jest  zdolna  ująć  Serce  Boga.

**\*** **Refleksja:\***Odkryj ważną cnotę, aby prowadziła cię w życiu duchowym.

**III. \*Modlitwy na zakończenie:\***

**\*》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,
Orędowniczko nasza,
Pośredniczko nasza,
Pocieszycielko nasza.

Z Synem swoim nas pojednaj,
Synowi swojemu nas polecaj,
swojemu Synowi nas oddawaj.

**\*》O Jezu, żyjący w Maryi\***
O Jezu, żyjący w Maryi, przyjdź i żyj w sługach swoich, w duchu Twojej świętości, w pełni mocy Twojej, w doskonałości dróg Twoich, w prawdzie cnót Twoich, w jedności tajemnic Twoich. Panuj nad wszelką potęgą nieprzyjacielską w Duchu Twoim, na Chwałę Ojca. Amen.
(św. Ludwik de Montfort)

**\*》Litania do Ducha Świętego\***
Kyrie, elejson. Chryste, elejson. Kyrie, elejson.
Chryste, usłysz nas. Chryste, wysłuchaj nas.
Ojcze z nieba, Boże, zmiłuj się nad nami.
Synu Odkupicielu świata, Boże,
Duchu Święty, Boże,
Święta Trójco, Jedyny Boże,
Duchu Święty, Trzecia Osobo Trójcy Przenajświętszej,
Duchu Święty, który od Ojca i Syna pochodzisz,
Duchu Święty, który na początku stworzenia świata unosiłeś się nad wodami,
Duchu Święty, który w postaci gołębicy pojawiłeś się nad Chrystusem w wodach Jordanu,
Duchu Święty, który zstąpiłeś na apostołów w postaci języków ognistych,
Duchu Święty, który żarem gorliwości przepełniałeś serca uczniów Pańskich,
Duchu Święty, który odrodziłeś nas w wodzie chrztu świętego,
Duchu Święty, który nas umocniłeś w sakramencie bierzmowania,
Duchu Święty, przez którego Bóg czyni nas dziećmi swoimi,
Duchu Święty, który wlewasz miłość Boską do serc naszych,
Duchu Święty, który nas uczysz prawdziwej pobożności,
Duchu Święty, źródło radości,
Duchu Święty, strażniku sumień naszych,
Duchu Święty, obecny w nas przez łaskę swoją,
Duchu Święty, dawco mądrości i rozumu,
Duchu Święty, dawco rady i męstwa,
Duchu Święty, dawco umiejętności i pobożności,
Duchu Święty, dawco bojaźni Bożej,
Duchu Święty, dawco wiary, nadziei i miłości,
Duchu Święty, natchnienie skruchy i żalu wybranych,
Bądź nam miłościw, przepuść nam, Duchu Święty.
Bądź nam miłościw, wysłuchaj nas, Duchu Święty.
Bądź nam miłościw, wybaw nas, Duchu Święty.
Od zuchwałej ufności w miłosierdzie Boże,
Od zwątpienia w zbawcze działanie łaski,
Od buntu przeciwko prawdzie chrześcijańskiej,
Od braku serca wobec bliźnich naszych,
Od zatwardziałości w grzechach,
Od zaniedbania pokuty,
Od wszelkich złych i nieczystych spraw i myśli,
Od nagłej i niespodziewanej śmierci,
Od potępienia wiekuistego,
My grzeszni, Ciebie prosimy, wysłuchaj nas, Duchu Święty.
Abyś Kościół Twój święty rządzić i zachować raczył,
Abyś nas w wierze katolickiej utwierdzić raczył,
Abyś nam wytrwałości i męstwa udzielić raczył,
Abyś umysły nasze pragnieniem posiadania nieba natchnąć ra­czył,
Abyś nas oczyścić i godne w nas mieszkanie dla siebie przygotować raczył,
Abyś nas w cierpieniach pocieszyć raczył,
Abyś nas w łasce Twojej utwierdzić i zachować raczył,

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.

K: Panie, wysłuchaj modlitwy nasze.
W: A wołanie nasze niech do Ciebie przyjdzie.

Módlmy się: Duchu Święty, który zgromadziłeś wszystkie narody w jedności wiary, przybądź i napełnij serca Twoich sług łaską swoją, zapal w nas ogień Twojej miłości i chroń nas od wszelkiego złego. Amen.

**\*》Ave, Maris Stella\***
Witaj, Gwiazdo Morza,
Wielka Matko Boga,
Panno zawsze czysta,
Bramo niebios błoga.

Ty, coś Gabriela
Słowem przywitana,
Utwierdź nas w pokoju,
Odmień Ewy miano.

Winnych wyzwól z więzów,
Ślepym powróć blaski.
Oddal nasze nędze,
Uproś wszelkie łaski.

Okaż, żeś jest Matką,
Wzrusz modłami swymi
Tego, co Twym Synem
Zechciał być na ziemi.

O Dziewico sławna
I pokory wzorze,
Wyzwolonym z winy
Daj nam żyć w pokorze.

Daj wieść życie czyste,
Drogę ściel bezpieczną,
Widzieć daj Jezusa,
Mieć w Nim radość wieczną.

Bogu Ojcu chwała,
Chrystusowi pienie,
Obu z Duchem Świętym
Jedno uwielbienie.
Amen.

**\*》🌹Litania Loretańska do Najświętszej Maryi Panny🌹\***Kyrie, elejson, Christe elejson, Kyrie elejson.
Chryste, usłysz nas, Chryste, wysłuchaj nas.

Ojcze z nieba, Boże, zmiłuj się nad nami.
Synu, Odkupicielu świata, Boże, …
Duchu Święty, Boże, …
Święta Trójco, Jedyny Boże, …

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 najmilsza, …
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, …
Domie 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 zmazy pierworodnej poczęta, …
Królowo wniebowzięta, …
Królowo różańca świętego, …
Królowo rodziny, …
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.

K. Módl się za nami, Święta Boża Rodzicielko.

W. 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.

W. Amen.

**IV. \*Wieczorny rachunek sumienia\***

*Pomocne może być w tym czasie przy rachunku sumienia twoje spojrzenie na krzyż, na krucyfiks Chrystusowy, być może na oblicze Chrystusa Ecce Homo, aby patrząc na Jego cierpienie, zobaczyć swoją postawę życia, tzn. błąd swoich wyborów, zobaczyć swoje grzeszne postawy, wszelkie odstępstwo od prawdy, to, co oddaliło ciebie od twojego Pana i Zbawiciela.*

*Ważne jest to, że to nie ty patrzysz na krzyż i widzisz w Jego ranach swoje cierpienie, bo to jest podejście egoistyczne i skierowane tylko na siebie, ale patrząc na Niego – daj Mu siebie, tzn. użycz Mu siebie, Jego męce, Jego ranom – daj swoje ciało, staraj się oddać swoje myśli, staraj się ofiarować całe swoje „ja”. Szczytem jest oddać w Jego posiadanie, w Jego krzyż – swoje serce!*

*Pamiętaj też o tym, że wtedy, kiedy patrzysz na obolałe ciało Chrystusa, kiedy patrzysz na Jego oblicze, które jest poszarpane, smutne i cierpiące, abyś nie bał się zobaczenia tam swoich grzechów. To nimi jest poorane ciało Chrystusa – wpatruj się, podczas rachunku sumienia, w Chrystusa obolałego. Zobacz tam swoje grzechy, zobacz je bardzo wyraźnie. Trzeba, abyś potrafił przyznać się, że to ty jesteś ich właścicielem, że one są twoją własnością i potrzeba, abyś wiedział, że to przez ciebie Jezus tak wygląda. To przez ciebie tak wygląda Jego oblicze.*

Przy każdym elemencie osobistego rachunku sumienia postawić sobie pytanie:
Gdyby mnie dziś wezwał?

Jeżeli pozwalają na to warunki oraz stan czystości duszy (stan łaski uświęcającej), dobrze by było jak najczęściej przystępować do Komunii św.

**Litania pokory**

LITANIA POKORY DO PANA JEZUSA ♥
Modlitwa Tomasza a Kempis.

O, Jezu cichy i pokornego serca, wysłuchaj mnie.
Wyzwól mnie, Jezu
z pragnienia aby być cenionym,
z pragnienia aby być lubianym,
z pragnienia aby być wysławianym,
z pragnienia aby być chwalonym,
z pragnienia aby wybrano mnie przed innymi,
z pragnienia aby zasięgano mojej rady,
z pragnienia aby być uznanym,
ze strachu przed poniżeniem,
ze strachu przed wzgardą,
ze strachu przed skarceniem.
ze strachu przed zapomnieniem,
ze strachu przed wyśmianiem,
ze strachu przed skrzywdzeniem,
ze strachu przed podejrzeniem.

I także Jezu, daruj mi te łaskę
bym pragnął...
aby inni byli więcej kochani niż ja,
aby inni byli wyżej cenieni ode mnie,
aby w oczach świata inni wygrywali, a ja bym przegrywał,
aby inni byli wybierani, a ja bym był pozostawiony,
aby inni byli chwaleni a ja bym był niezauważony,
aby inni byli we wszystkim uznani za lepszych ode mnie,
aby inni mogli stać się świętszymi ode mnie,
o ile tylko ja będę tak święty jak powinienem,
Amen.