

Adoracja w Wielkim Poście oraz we wrześnieu.

## **ADORACJA Z MATKĄ BOŻĄ BOLESNĄ**

**Pieśń: Bądźże pozdrowiona, Hostio żywa,** w której Jezus Chrystus Bóstwo ukrywa!

Ref.: *Witaj Jezu, Synu Maryi, Tyś jest Bóg prawdziwy w Świętej Hostii*

2. Bądźże pozdrowione, drzewo żywota! Niech kwitnie niewinność, anielska cnota.

3. Bądźże pozdrowiony, Baranku Boży, zbaw nas, gdy miecz Pański na złych się sroży!

4. Bądźże pozdrowiony, Anielski Chlebie! W tym tu Sakramencie wielbimy Ciebie!

## **KLANIAMY SIĘ TOBIE O JEZU**

Najukochańszy Zbawicielu nasz oto my stajemy dziś przed Tobą naszym Królem i najlepszym Przyjacielem. Przychodzimy oddać Ci cześć najgłębszą i podziękować za wszystkie nieocenione dobrodziejstwa Twoje. Ofiarujemy Ci chwile modlitwy u tronu Twojego.

Panie Jezu, nieskończona Twa miłość ku nam skłoniła Cię do pozostania z nami w Najświętszym Sakramencie. Jesteś tutaj ten sam, który chodziłeś po świecie, nauczałeś i uzdrawiałeś i tak ukochałeś człowieka.

Wierzmy całą duszą, że Ty o Jezu przebywasz w tabernakulum żywy, choć ukryty jako Bóg i jako człowiek.

Wierzmy, że z miłością spoglądasz w tej chwili na nas, chociaż my nie widzimy Ciebie, ani uszy nasze nie słyszą Twego głosu.

Wierzmy, że przebywasz tutaj dlatego, byśmy mogli często przychodzić do Ciebie jako najmilszego Przyjaciela i Ojca. Wierzmy, że w tym Najświętszym Sakramencie pragniesz być częstym pokarmem dusz naszych.

O Jezu Panie i Boże nasz. Ponieważ wierzymy, iż jesteś na tym ołtarzu obecny, oddajemy Ci pokłon w najgłębszej pokorze i czci.

Wraz z wszystkimi świętymi Twoimi i Aniołami

**Kłaniamy się Tobie o Jezu**

Z najmilszą Matką Twoją Najświętszą Marią Panną

**Kłaniamy się Tobie o Jezu**

Chwalimy Cię, błogosławimy Cię, dziękujemy Tobie dla wielkiej chwały Twojej.

O Jezu, który z miłości ku nam ustanowiłeś ten Najświętszy Sakrament, aby w nim z nami zawsze przebywać i pokarmem być codziennym dla dusz naszych wielbimy Cię za to czcimy i dziękujemy.

**ZBAWICIELU MIŁOSIERNYI WSPÓŁCZUJĄCY**

Panie Jezu, Zbawicielu miłosierny i współczujący,  
Tyś światłość wśród ciemności, Samarytanin pochylony nad naszymi ranami.  
Ty powiedziałeś do wdowy z Naim: Nie płacz.  
Ty pełen dobroci czekasz na syna marnotrawnego.  
Ty sercem bez urazy przyjmujesz Piotra zaprzańca i Pawła prześladowcę  
nieświadomego.

Przyjacielu ludzi,  
Ty gniewasz się, kiedy się gardzi „małymi”.  
Ty potępiasz tych, co po nich depcą.  
Ty modlisz się do Ojca za swoich katów  
i obiecujesz raj skruszonemu łotrowi.  
Ty przywracasz wzrok ślepemu Bartymeuszowi,  
którego żalosne wołanie chcieli ludzie zagłuszyć.  
Twoje serce współczuje każdej nędzy  
i nie odpycha nikogo.  
Ty dotykasz ran ludzi dotkniętych trędem,  
języka niemych i uszu głuchych.

Dobroci nieskończona, która oddalasz każdą złośliwość.  
Serce niedostępne dla samolubstwa,  
zapominające o zniewagach i zawsze otwarte.  
Czułość i delikatność tych, którzy miłują.  
Przyjaźń pewna i stała.  
Ty płakałeś nad grobem Łazarza umiłowanego  
i nad Jerozolimą, która się czuje opuszczona.  
Daj mi Twoją miłość i dobroć, i słodycz.  
Spraw, bym dzielił z Tobą Twoje radości  
i Twoje pragnienia.  
Bądź w moim sercu, na moich wargach  
i w moich spojrzeniach.  
Usłysz moją prośbę, mój Boże, światłości moich oczu.  
Uczyń mnie takim, jakim chcesz, żebym był.  
Nadzieję moją pokładam tylko w Twoim sercu.  
Moją prośbę powierzam wstawiennictwu Dziewicy Maryi,  
Twojej Matki, bo ja też jestem Jej dzieckiem.  
Modlitwa średniowieczna

## **Z MIŁOŚCI KU NAM**

Panie Jezu Ty nas ukochałeś pierwszy, zstąpiłeś z nieba i stałeś się człowiekiem, byłeś  
małym dziecięciem, cierpiełeś zimno, niewygody biedę

### **Z miłości ku nam**

Pracą rzemieślnika zarabiałeś na życie swoje przez lat trzydzieści  
Chodziłeś po świecie dobrze nauczając i czyniąc wszystkim dobrze

### **Z miłości ku nam**

Pozwoliłeś się umęczyć, ubiczować, dźwigałeś krzyż ciężki na górę Kalwarię i  
pozwoliłeś się przybić do krzyża

### **Z miłości ku nam**

Któż by przypuścić śmiało, że Ty, o Boże Nieskończony, Wieczny, umiłowaleś mnie od  
wieków i więcej niż od wieków, bo odkąd jesteś Bogiem - więc mnie miłowałeś i  
miłujesz zawsze?... Choć byłem nicością, Tyś już mnie kochał i dlatego właśnie, żeś  
mnie kochał, o Boże serdeczny, wyprowadziłeś mnie z nicości do bytu!...

Dla mnie stworzyłeś niebiosa gwiazdami zasiane, dla mnie ziemię, morza, góry, rzeki i  
tyle, tyle pięknych rzeczy na ziemi... Nie dosyć tego: by mi okazać z bliska, jak czule  
mnie kochasz, zstępujesz z nieba najczystszych rozkoszy na zbrudzoną i splakaną  
ziemię, życie pędzisz wśród ubóstwa, trudów i cierpień - a wreszcie wzgardzony,  
wyśmiany raczyłeś zawisnąć boleśnie na haniebnej szubienicy między dwoma  
łotrami... W ten straszny a ofiarny sposób odkupiłeś mnie, o Boże Miłości!...

Któż by śmiało przypuścić?..

Ale przed śmiercią, aby nam okazać jeszcze większą miłość ustanowiłeś Najświętszy  
Sakrament zostałeś z nami pod postacią chleba i wina i ukryłeś się na tym ołtarzu

### **Z miłości ku nam**

Przychodzisz do mnie, i jednoczysz się ze mną - ściśle, bo pod postacią pokarmu...  
Już teraz Krew Twoja płynie we krwi mojej, dusza Twoja, o Boże Wcielony, przenika  
duszę moją, umacnia ją i karmi...

O cuda! Któż by śmiało przypuścić?...

I cóż dać jeszcze mogłeś, o Boże, oddając mi już siebie samego na własność?...

Serce Twe miłością ku mnie płomienne podyktowało Ci dar jeden jeszcze: tak, jeszcze  
jeden dar!...

Ty nam dziećmi stać się przykazałeś, jeżeli chcemy wejść do królestwa niebieskiego. A  
wiesz, że dziecku potrzeba matki: sam ustanowiłeś prawo miłości takie.

Dobroć i miłosierdzie Twoje stwarza nam więc Matkę ~ uosobienie Twej dobroci i  
twej miłości bezgranicznej - i pod Krzyżem na Golgocie nam Ją i Jej nas oddajesz

I postanawiasz, o miłujący nas Boże, by Ona wszystkich łask Twoich Szafarką  
wszechwładną i Pośredniczką była - Jej niczego nie odmówisz, jako i Ona również nic  
nikomu odmówić niezdolna... Więc teraz: któż się jeszcze potępi? Kto nieba nie  
zdobędzie?

Pieśń: 1. Była cicha i piękna jak wiosna,

Żyła prosto, zwyczajnie jak my.

Ona Boga na świat nam przyniosła

I na ziemi wśród łez nowe dni zajaśniały.

Ref.: Matka, która wszystko rozumie,  
Sercem ogarnia każdego z nas.  
Matka zobaczyć dobro w nas umie,  
Ona jest z nami w każdy czas.  
2. Dzisiaj światu potrzeba dobroci,  
By niepokój zwyciężyć i zło.  
Trzeba ciepła, co życie ozłoci,  
Trzeba Boga, więc ludziom  
Nieśmy Go, tak jak Ona.

## **UWIELBIAMY I DZIĘKUJEMY**

Uwielbiamy Cię, o Ojczy nasz w niebie, za to, żeś w Jej przeczystym łonie Syna swego Jednorodzonego złożył.

Dziękujemy Ci Ojczy, żeś tak pięknie wypowiedział swoje Ojcostwo, żeś nie zostawił Syna swego sierotą, ale dałeś Mu Matkę, Pomoc, Serce, Ramiona, które Go ogarniały, przyciskały, chroniły. Poznajmy, jak bardzo Bóg jest Ojcem w tej trosce o Syna  
Dziękujemy Ci, Ojczy, żeś Synowi dał Matkę, żeś już w tym objawił Ojcostwo swoje, pierwszej niż Syn opowiedział o Tobie.

Śpiew: Ojczy chwała Tobie, swe życie składam Tobie, kocham Cię

Uwielbiamy Cię, o Synu Boży, żeś do Jej przeczystego łona wstąpić raczył i prawdziwym, rzeczywistym Jej Synem się stał.

Dziękujemy Ci Jezu, żeś zapragnął Matki na ziemi, żeś się Jej poddał, że na każdym kroku dałeś Jej do zrozumienia, iż jest Tobie potrzebna, iż potrzebna Ci jest Jej obecność, Jej łono, Jej piersi, Jej pokarm, dziękujemy Ci, że z taką pokorą odnosiłeś się do swej ubożuchnej, dziewczęcej Matki, tak Ją miałeś blisko przy sobie i chciałeś mieć zawsze blisko: i w Betlejem, i na Kalwarii, i w Wieczerniku.

Śpiew: Jezu chwała Tobie, swe życie składam Tobie, kocham Cię

Uwielbiamy Cię, o Duchu Przenajświętszy, żeś w Jej nieskalanym łonie Ciało Syna Bożego uformować raczył.

Dziękujemy Ci Duchy Święty, żeś zstąpił na Nią, żeś Ją ogarnął, że wzbudził w Niej życie - Jezusa Chrystusa; żeś począł w Niej Syna Człowieczego, który jednocześnie zjednoczony był z Bogiem Ojcem w Trójcy Świętej.

To wszystko uczynił w sposób święty. Sprowadził na Maryję moc Najwyższego, tak, że zrodziło się z Niej - Święte... Dziękujemy Duchowi Świętemu, Duchowi Miłości, że nie wzgardził skromniuchnym Dziecięciem, i z łona Ojca przywędrował aż do Nazaret.

Śpiew: Duchu chwała Tobie, swe życie składam Tobie, kocham Cię

Dziękujemy Ci Trójco Święta, żeś się zebrała w Nazaret, że umiejscowiła obecność swoją, że stanął przy Maryi Ojciec, Syn i Duch Święty, i ujawnili Jej Moc swoją przez Anioła - Zwiastuna

Uwielbiamy Cię, o Trójco Przenajświętsza, o Boże w Trójcy Świętej jedyny, za tak Boskie wyniesienie Niepokalanej i nie będziemy ustawali, codziennie po przebudzeniu się ze snu, najpokorniej z czołem o ziemię uwielbiać Cię, Boże Trójco, mówiąc trzykrotnie: „Chwała Ojcu i Synowi, i Duchowi Świętemu. Jak była na początku i teraz, i zawsze, i na wieki wieków. Amen”.

Pieśń: Trójco chwała Tobie, swe życie składam Tobie, kocham Cię

### **WSTAWIAJ SIĘ ZA MNĄ**

Zwracam się ku Tobie, Święta Matko Boża.

Ty byłaś umocniona i osłonięta przez Ojca Najwyższego,  
przygotowana i poświęcona przez Ducha Świętego,  
który spoczął na Tobie,

upiękasz przez Syna, który zamieszkał w Tobie:

przyjmij tę modlitwę i przedstaw ją Bogu.

Zawsze wspierany przez Ciebie i napełniony Twoimi dobrodziejstwami, mając u Ciebie schronienie i światłość, będę żył dla Chrystusa Twojego Syna i Pana.

Bądź moją obrończynią, prosz, błagaj w mojej sprawie.

Jak wierzę w Twoją niewymowną czystość,  
tak wierzę, że dobrze przyjmiesz te moje słowa i prośby.

I tak będzie, Matko naszego Pana,

jeżeli w moim niepewnym szukaniu

Ty mnie przyjmiesz, Ty cała nam dana!

Jeżeli w moim miotaniu się i niepokoju

Ty mnie uspokoisz, Ty, która jesteś uciszeniem.

Jeżeli zamieszanie moich namiętności

Ty w pokój zamieniasz, Ty dawczyni pokoju.

Jeżeli moje gorycze Ty osłodziś,

Ty, która jesteś Słodyczą.

Jeżeli moje nieczystości Ty usuniesz,

Ty, która pokonałaś wszelkie zepsucie.

Jeżeli moje łkanie Ty uciszysz,

Ty, która jesteś radością.

Proszę Cię, Matko najwyższego Pana Jezusa,

któregoś porodziła jako Boga-Człowieka,

a który jest wielbiony razem z Ojcem i Duchem Świętym,

który jest wszystkim we wszystkich rzeczach.

Jemu niech będzie chwała przez wszystkie wieki wieków. Amen

Św. Grzegorz z Nareku

Pieśń: Matko Najświętsza, do Serca Twego,

Mieczem boleści wskroś przeszyciego,

Wołamy wszyscy z jękiem, ze łzami:

Ucieczko grzesznych, módl się za nami!

2. Gdzie my, o Matko, ach, gdzie pójdziemy?

I gdzie ratunku szukać będziemy?

Twojego ludu nie gardź prośbami:

Ucieczko grzesznych, módl się za nami!

3. Imię, Tve Maryjo, litością słynie,

Tyś nam pociechą w każdej godzinie.

Gdyśmy ściśnięci bólu cierniami:

Ucieczko grzesznych, módl się za nami!

4. O Matko nasza, Matko miłości,

Niechaj doznamy Twojej litości.

Bośmy okryci grzechów ranami:

Ucieczko grzesznych, módl się za nami!

## OFIARA MARYI

Wyniósł Bóg Maryję jak nikogo na ziemi, obsypał bezmiarem łask, obdarzył miłością taką, jakiej nikt z ludzi nigdy nie dostąpi.

Ale też Maryja, jak nikt inny, złożyła Bogu ofiarę najpełniejszą, ofiarę z siebie samej.

Taka była Jej odpowiedź na miłość Boga, gdy ofiarowywała Jezusa w świątyni jerozolimskiej. Dlatego kiedy starzec Symeon przepowiedział Jej nadejście cierpień: *A Twoją duszę miecz przeniknie, aby na jaw wyszły zamysły serc wielu* (Łk 2,35), nie przeraziła się, nie ulękła się proroctwa, a jedynie słowa te zachowała w swoim sercu.

Później nastąpiła ucieczka do Egiptu i troska o los Dzieciątka, zagubienie się dwunastoletniego Jezusa w Świątyni, cierpienia duszy i serca matczynego, gdy musiała patrzeć, w jakim poniżeniu i hańbie idzie Jej Syn na śmierć.

**Pieśń: Jezu Chryste**, Panie miły o Baranku tak cierpliwy!

Wzniosłeś na krzyż ręce swoje, gładząc nieprawości moje.

2. Płacz Go, człowiecze mizerny, patrząc jak jest miłosierny;

Jezus, na krzyżu umiera, słońce jasność swą zawiera.

3. Pan wyrzekł ostatnie słowa, zwiśla Mu na piersi głowa;

Matka, pod Nim frasośliwa, stoi z żalu ledwie żywa.

4. Zasłona się potargała, ziemia rwie się, ryczy skała;

Setnik woła: Syn to Boży! Tłuszcza wierząc w proch się korzy.

5. Na koniec Mu bok przebito, Krew płynie z wodą obfito;

Żal nasz, dziś wyznajem łzami: Jezu, zmiłuj się nad nami!

Na końcu spojrzenie Maryi spod krzyża w górę, gdzie dokonał Jezus swego żywota obejmując z tego wyniesienia wszystkich ludzi, a szczególnie tych, którzy w krzyżu

szukać będą ukojenia i miłości, obejmować będą z wiarą i ufnością to drzewo najdoskonalszej ofiary. Ostatni ból towarzyszący sercu Maryi to ten, gdy przyszło Jej trzymać na swych kolanach: martwe ciało Syna przed złożeniem do grobu, a po Jego śmierci dźwigać przecież ciężar bolesnych wspomnień, których sens i dla Niej, do końca Jej ziemskiego życia, pozostał zakryty. I jedynie Jej głęboka wiara, miłość Boga i jednoczenie się z Nim w każdej chwili życia sprawiły, że nie złamał jej ból, nie przygniotła rozpacz ani zwątpienie. Stała mężnie, męczennica nowego zakonu, o czym mówi święty Anzelm słowami: „Nie darła szat na sobie z nadmiaru bólu, nie dopominała się o zemstę u Boga, nie wyrwała sobie włosów z głowy, nie krzyczała. O nie! Stała pod krzyżem prosto, opanowana, silna. Oczy napełnione łzami, serce pełne cierpienia, prawdziwy wzór, jak my mamy znosić śmierć najbliższych”.

Tak stać przy krzyżu — to na krzyżu konać  
I czuć w swym ciele całą mękę Ciała —  
Zwieszzone były Jej wiotkie ramiona,  
A przecież nie Ona na krzyżu wisiała!

I czuła cierni płomień, pręgi biczów  
I mięśnie darte konania ciężarem,  
I smutek (...) szat, drwinę zbrodniczą,  
I żar spragnionych ust — i wielką wiarę.

Bo wszyscy mogli wątpić — tylko Ona  
Tej mąki znała na wieki zwycięstwo —  
I konała duchem jak góra wyniesiona  
Nad tą boleścią i krwawiącą klęską.

Ci, co patrzeli na Nią — Matkę biedną,  
Widzieli u stóp krzyża — nie poznali,  
Że Ona z Synem duszą wrasta w jedność  
I każdy gwóźdź i cierń Jej ciało pali —

I niewidzialnie krew żywą wylewa,  
I pot konania zimny z czoła spływa —  
I tym męczeństwem ofiarą dojrzewa,  
Spełnieniem Prawa smutna — i szczęśliwa.

Bo szczęście smutku jest — smutek szczęścia,  
Że dzieje się, co musi być spełnione —  
I rośnie chwała Bogu z krwi męczeństwa,  
I śmiercią Życie tryska wyzwolone —

I odkupienia tajemnica rośnie  
Z tej męki, którą płonie całe ciało —

I szept nie gniewu, lecz wielkiej miłości:  
„Niechaj się stanie, co się stać musiało!”

I tak przy krzyżu — na krzyżu wisiała.  
I tak konaniem synowskim konała,  
Jak echo powtarzając Jego boleść  
I z wolą Jego sprzęgła swoją wolę.  
Wojciech Bąk

**Pieśń: Wiatr w przelocie skonał chyży**, przeniknęła ziemię groza.  
Krzyż na skale, a pod krzyżem stała Matka boleściwa.  
Żadnych słów ni żadnych głosów, krew z korony Bożej splywa.  
Wobec ziemi i niebiosów stała Matka boleściwa.

Na konania patrząc bóle, rany, pręgi od powroza,  
Na lzy żalu, cierń na czole, stała Matka boleściwa.  
Konająca od współmęki, przyjmująca śmierć za żywa,  
Cierń i gwoździe Bożej ręki; stała Matka boleściwa.

## **PROŚBY DO MATKI BOŻEJ BOLESNEJ**

Wpatrując się w Maryję napełnioną bólem, ale wierną Panu, i posługując się pięknymi określeniami, jakie stosujemy wobec Niej, warto kontemplować trwanie Maryi przy Chrystusie. Podziwiamy Ją zwłaszcza w godzinie śmierci Jezusa. Przecież tak wielu ludzi stało pod krzyżem. Wielu spośród nich drwiło nie tylko z Jezusa, ale także z Jego Matki. Przecież stała Ona tam jako matka zbrodniarza. Mimo szyderstw, złośliwych spojrzeń i komentarzy wytrwała przy krzyżu.

**Pieśń: Bolesna Matko do Syna prowadź nas**, ucz nas miłości pokój daj, Bolesna Matko.

Matko naszego Pana, uproś nam prawdziwe zrozumienie męki Twojego Syna. „Święta Matko, spraw to, proszę, niech Jezusa rany noszę, w duszy mojej głęboko”.

**Pieśń: Matko Bolesna do Syna prowadź nas**, ucz nas miłości pokój daj, Bolesna Matko.

Matko naszego Zbawiciela, uproś nam też głębokie zrozumienie tajemnicy Najświętszego Sakramentu, który Twój Syn a nasz Pan pozostawił nam na pamiątkę swej Męki. W Nim pragnie obdarzyć nas owocami swego Cierpienia.

**Pieśń: Bolesna Matko do Syna prowadź nas**, ucz nas miłości pokój daj, Bolesna Matko.

Święta Matko, z krzyża dał nam Pan Ciebie za Matkę. Z krzyża powiedział do Jana: „Oto Matka Twoja” — byś nam wszystkim była Matką. Więc przychodzimy do Ciebie, stojącej pod krzyżem, z bezgranicznym zaufaniem, bądź naszym wspomieniem we wszystkich kłopotach i trudach dnia codziennego, bądź z nami we



wszystkich pokusach przeciw wierze, bądź z nami, gdy ból i cierpienie nas przygniatają.

**Pieśń: Bolesna Matko do Syna prowadź nas, ucz nas miłości pokój daj Bolesna Matko**

Boża Matko i nasza Matko, uproś nam siłę wiary, byśmy umieli znosić nasze krzyże i cierpienia z Chrystusem, Twoim Synem, byśmy za Twoim wstawiennictwem mogli czerpać ze źródeł Zbawienia.

**Pieśń: Bolesna Matko do Syna prowadź nas, ucz nas miłości pokój daj Bolesna Matko**

Panie, Jezu Chryste, jak zapowiedział starzec Symeon, Twoja Męka stała się mieczem, który przebijał serce Twej Matki, daj nam, którzy czcimy Jej boleści, przez Jej wstawiennictwo, łaskę trwania przy Tobie do końca naszego życia na ziemi.

Litania do Matki Bożej Bolesnej

Kyrie eleison. Chryste eleison. Kyrie eleison.  
Chryste, usłysz nas. Chryste, wysłuchaj nas.  
Ojcze z nieba, Boże, zmiłuj się nad nami.  
Synu, Odkupicielu świata, Boże,  
Duchu Święty, Boże,

Matko zasmuceń, módl się za nami.  
Matko, której duszę przeszył miecz,  
Matko, która uciekłaś z Jezusem do Egiptu,  
Matko, która w smutku szukałaś Go przez trzy dni,  
Matko, która widziałaś Go wychłostanego i ukoronowanego cierniem,  
Matko, która stałaś przy Nim, gdy wisiał na Krzyżu,  
Matko, która wzięłaś Go w ramiona, gdy umarł,  
Matko, która patrzyłaś na składanie Go w grobie,  
O Maryjo Królowo męczenników, ocal nas swymi modlitwami.  
O Maryjo, pociecho strapionych,  
O Maryjo, obrońco słabych,  
O Maryjo, siło lęklwych,  
O Maryjo, światłości rozpaczonych,  
O Maryjo, opiekunko chorych,  
O Maryjo, ucieczko grzeszników,  
Przez gorzką Mękę Twego Syna,  
Przez ból przeszywający Twoje serce,  
Przez ciężkie brzemię Twej udręki,  
Przez Twój smutek i opuszczenie,  
Przez Twoją żalność matczyną,

Przez Twoje doskonałe poddanie się woli Bożej,  
Przez Twoje pełne zasług modlitwy,  
Od nadmiernego smutku,  
Od tchórzostwa,  
Od niecierpliwości,  
Od niepokoju i niezadowolenia,  
Od posępności i chmurnego usposobienia,  
Od rozpacz i niewiary,  
Od ostatecznego braku skruchy,  
My grzeszni, błagamy Cię, wysłuchaj nas.  
Uchroń od nagłej śmierci,  
Naucz nas, jak mamy umrzeć,  
Wspieraj nas w naszym konaniu,  
Strzeż nas od nieprzyjaciół,  
Wiedź nas do szczęśliwego kresu,  
Wyjednaj nam dar wytrwania,  
Wspieraj nas przed trybunałem sądu,  
Matko Boga,  
Matko najbardziej opuszczona,

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.

P. Wspieraj nas Najświętsza Maryjo Panno.  
W. W każdej porze i w każdym miejscu.

P. Módlmy się. Panie Jezu Chryste, Boże i Człowieku, spraw, błagamy Cię, aby Twoja umiłowana Matka Maryja, której duszę przeszył miecz w godzinie Twej męki, mogła nas bronić teraz i w godzinę naszej śmierci, przez Twoje zasługi, Zbawco świata, który z Ojcem i Duchem żyjesz i królujesz, Bóg przez wszystkie wieki wieków. Amen.

**Pieśń: Nie opuszczaj nas, nie opuszczaj nas, nie opuszczaj nas!**

1. Matko, pociesz, bo płaczemy; Matko, prowadź, bo zginiemy,  
Ucz nas kochać, choć w cierpieniu, Ucz nas cierpieć, lecz w milczeniu.  
Nie opuszczaj nas, nie opuszczaj nas, Matko, nie opuszczaj nas!  
2. Cóż dziwnego, że łzy płyną, Gdy to życie łez doliną;  
Dusza smutkiem zamoczona, Pod ciężarem Krzyża kona.  
3. Wyjednano Tve wstawienie Niejednemu już zbawienie;  
Kto swą ufność w Tobie złożył, Nowem łaski życiem ożył.  
6. Pójdziem chętnie drogą Krzyża, Bo nas Krzyż do Ciebie zbliża,  
Bo nas Krzyż dziś nie przestrasza, Bo nadzieja w Krzyżu nasza.  
7. Tak pod Krzyżem będziemy stali, Z Tobą krwawą łzą płakali,  
Boś Ty Matką nam została; Gdyś pod Krzyża drzewem stała.

## **ROZMYŚLAJ CZĘSTO NAD CIERPIENIAMI MATKI BOŻEJ**

Jeżeli chcesz, duszo droga, trafić najskuteczniej do Serca Matki Bożej i stać się jej miłą, rozmyślaj często nad Jej cierpieniami. To ocean boleści, w którym się zanurzyć możesz... Okazuj Maryi współczucie w tym, co przeboleła, a Ta dobra Matka przez pamięć na katusze, które wraz z Synem Swoim dla twego zbawienia poniosła, żadnej łaski ci nie odmówi. Nabożeństwo to wzbogaci twoją duszę w niezmiernie zasługi, a nade wszystko wyjedna ci szczególną opiekę i miłość Królowej niebios i Królowej męczenników.

O dobra Matko, daj nam poznać boleści Twoje, jakich doznałaś w Sercu Swoim podczas męki Swego Syna, abyśmy mogli serdecznie współczuć z Tobą. A ponieważ Syn Twój zbyt wiele cierpiał za nasze grzechy, które i Twoje Serce boleścią przeszły, przeto pobudź nas, Matko miłosierdzia, do szczerego żalu za wszystkie złości nasze, aby męka Syna Twego i Twoje cierpienia nie były daremne. Spraw też, Matko Bolesna, abyśmy rozważaniem Twoich cierpień zachęcali się do naśladowania Ciebie w podobnej łagodności i dobroci względem tych, co nam przykrość wyrządzają, z jaką Ty się odnosiłaś do wrogów Jezusa.

O Królowo Męczenników, udziel nam podobnej cierpliwości i Męstwa w znoszeniu cierpień, z jakimi Ty stałaś pod krzyżem Syna Twego. A jak Ty łączyłaś Swoje boleści z cierpieniami Jezusa dla uwielbienia Boga i dla wyjednania nam zbawienia, tak racz nas pobudzić do gorliwości, byśmy dla chwały i dla zbawienia ludzi gotowi byli na wszelkie trudy i ofiary, byśmy Synowi Twemu i Tobie wiernie służyli i wychwalali Jego i Ciebie teraz i na wieki wieków. Amen.

Matko najmiłsza, której duszę przeszył miecz boleści dla naszego zbawienia w Twoje ręce oddajemy wszystkie odpusty, jakie w czasie tego nabożeństwa my niegodni możemy uzyskać, abys Ty przydzieliła je tym, którzy najbardziej naszej modlitwy potrzebują

## **KORONKA DO MATKI BOŻEJ BOLESNEJ**

Różaniec do Siedmiu Boleści Matki Bożej składa się z siedmiu tajemnic, w których rozważamy najboleśniejże momenty z życia Matki Bożej. Rozważając te tajemnice w szczególny sposób czcimy Matkę Bożą Bolesną i upraszamy dla siebie i bliźnich potrzebne łaski w tym życiu, a zwłaszcza w godzinę naszej śmierci.

W Imię Ojca, i Syna, i Ducha Świętego. Amen.

### **1. Tajemnica: Proroctwo Symeona**

Owoc tajemnicy: Poddanie się woli Bożej

Z Ewangelii wg. św. Łukasza

*A żył w Jerozolimie człowiek, imieniem Symeon. Był to człowiek prawy i pobożny, wyczekiwał pociechy Izraela, a Duch Święty spoczywał na nim. Jemu Duch Święty objawił, że nie ujrzy śmierci, aż zobaczy Mesjasza Pańskiego. Za natchnieniem więc Ducha przyszedł do świątyni. A gdy Rodzice wnosili Dzieciątka Jezus, aby postąpić z Nim według zwyczaju Prawa, on wziął Je w objęcia, błogosławił Boga i mówił: "Teraz, o Władco, pozwól odejść słudze Twemu w pokoju, według Twojego słowa. Bo moje oczy ujrzały Twoje zbawienie, któreś przygotował wobec wszystkich narodów: światło na oświecenie pogan i chwałę ludu Twego, Izraela".*

*A Jego ojciec i Matka dziwili się temu, co o Nim mówiono. Symeon zaś błogosławił Ich i rzekł do Maryi, Matki Jego: "Oto Ten przeznaczony jest na upadek i na powstanie wielu w Izraelu, i na znak, któremu sprzeciwiać się będą. A Twoją duszę miecz przeniknie, aby na jaw wyszły zamysły serc wielu".*

Chwila ciszy

Maryjo! Pragniemy uczyć się od Ciebie, jak z ręki Boga przyjmować radości i smutki, jak cieszyć się wielkimi darami i jak przebywać boleści. Bądź nam Mistrzynią i Matką! Nauczaj, ale i pocieszaj!

Przytul nas do swego serca! Jezu nasz Zbawicielu, wspieraj nas swoją łaską, byśmy pozostawali wiernymi synami Twojej Matki.

Ojcze nasz... 7 Zdrowaś Maryjo... Chwała Ojcu...

## **2. Tajemnica: Ucieczka do Egiptu**

Owoc tajemnicy: Słuchanie głosu Bożego

Z Ewangelii wg. św. Mateusza

*Gdy oni odjechali, oto anioł Pański ukazał się Józefowi we śnie i rzekł: «Wstań, weź Dziecię i Jego Matkę i uchodź do Egiptu; pozostań tam, aż ci powiem; bo Herod będzie szukał Dziecięcia, aby Je zgładzić».*

*On wstał, wziął w nocy Dziecię i Jego Matkę i udał się do Egiptu; tam pozostał aż do śmierci Heroda. Tak miało się spełnić słowo, które Pan powiedział przez Proroka: Z Egiptu wezwałem Syna mego. Wtedy Herod widząc, że go Mędrcy zawiedli, wpadł w straszny gniew. Posłał [oprawców] do Betlejem i całej okolicy i kazał pozabijać wszystkich chłopców w wieku do lat dwóch, stosownie do czasu, o którym się dowiedział od Mędrców.*

Chwila ciszy

Maryjo. Matko tułaczy! Okryj płaszczem swej opieki „nas wygnańców” synów Ewy”, którzy żyjemy „na tej łez dolinie”. Pomóż nam zobaczyć przy nas Jezusa Chrystusa -

Bożego i Twojego Syna, aby to, co jest pozornie niezrozumiałe - stało się zrozumiałe, byśmy zdolni byli opuścić ziemski dom i wędrować do niebieskiej ojczyzny.

Ojcze Nasz... 7 Zdrowaś Maryjo... Chwała Ojcu...

### **3. Tajemnica: Szukanie Pana Jezusa, który pozostał w Świątyni**

Owoc tajemnicy: Tęsknota za Jezusem

Z Ewangelii wg. św. Łukasza

*Rodzice Jego chodzili co roku do Jerozolimy na Święto Paschy.*

*Gdy miał lat dwanaście, udali się tam zwyczajem świątecznym.*

*Kiedy wracali po skończonych uroczystościach, został Jezus w Jerozolimie, a tego nie zauważyli Jego Rodzice.*

*Przypuszczając, że jest w towarzystwie pątników, uszli dzień drogi i szukali Go wśród krewnych i znajomych.*

*Gdy Go nie znaleźli, wrócili do Jerozolimy szukając Go.*

*Dopiero po trzech dniach odnaleźli Go w świątyni, gdzie siedział między nauczycielami, przysłuchiwał się im i zadawał pytania.*

*Wszyscy zaś, którzy Go słuchali, byli zdumieni bystrością Jego umysłu i odpowiedziami.*

*Na ten widok zdziwili się bardzo, a Jego Matka rzekła do Niego: «Synu, czemuś nam to uczynił? Oto ojciec Twój i ja z bólem serca szukaliśmy Ciebie».*

*Lecz On im odpowiedział: «Czemuście Mnie szukali? Czy nie wiedzieliście, że powinienem być w tym, co należy do mego Ojca?»*

*Oni jednak nie zrozumieli tego, co im powiedział.*

Chwila ciszy

Maryjo szukająca Syna! Pomóż nam, którzy często tracimy Ciebie z naszych oczu, wrócić do Ciebie! Nie zostawiaj nas samych siebie!

A jednocześnie ucz nas, jak sprawy Boskie należy przedkładać nad sprawy ludzkie, byśmy do nich zbyt nie przywiązywać. Wszyscy bowiem winniśmy być w tym, co należy do naszego Ojca.

Ojcze Nasz... 7 Zdrowaś Maryjo... Chwała Ojcu..

### **4. Tajemnica: Spotkanie Pana Jezusa dźwigającego krzyż**

Owoc tajemnicy: Cierpliwe znoszenie Krzyżów

Z Ewangelii wg. św. Łukasza

*Gdy Go wyprowadzili, zatrzymali niejakiego Szymona z Cyreny, który wracał z pola, i włożyli na niego krzyż, aby go niósł za Jezusem.*

*A szło za Nim mnóstwo ludu, także kobiet, które zawodziły i płakały nad Nim.*

*Lecz Jezus zwrócił się do nich i rzekł: «Córki jerozolimskie, nie płaczcie nade Mną;*

*plączcie raczej nad sobą i nad waszymi dziećmi!*

*Oto bowiem przyjdą dni, kiedy mówić będą: "Szczęśliwe nieplodne łona, które nie rodziły, i piersi, które nie karmiły".*

*Wtedy zaczną wołać do gór: Padnijcie na nas; a do pagórków: Przykryjcie nas!*

*Bo jeśli z zielonym drzewem to czynią, cóż się stanie z suchym?»*

Chwila ciszy

Maryjo z drogi Krzyżowej! Jakże wielka musiała być Twoja boleść, gdy widziałas Syna prowadzonego na ukrzyżowanie. Twego Syna przybiły do krzyża nasze grzechy. Pomóż nam zawsze widzieć Boże Miłosierdzie, unikać grzechów i powstawać z upadków.

Ojcie Nasz... 7 Zdrowaś Maryjo... Chwała Ojcu...

## **5. Tajemnica: Śmierć Pana Jezusa na Krzyżu**

Owoc tajemnicy: Panowanie nad złymi skłonnościami

Z Ewangelii wg. św. Jana.

*A obok krzyża Jezusowego stały: Matka Jego i siostra Matki Jego, Maria, żona Kleofasa, i Maria Magdalena. Kiedy więc Jezus ujrzał Matkę i stojącego obok Niej ucznia, którego miłował, rzekł do Matki: "Niewiasto, oto syn Twój". Następnie rzekł do ucznia: "Oto Matka twoja". I od tej godziny uczeń wziął Ją do siebie.*

*Potem Jezus świadom, że już wszystko się dokonało, aby się wypełniło Pismo, rzekł: "Pragnę". Stało tam naczynie pełne octu. Nałożono więc na hizop gąbkę pełną octu i do ust Mu podano. A gdy Jezus skosztował octu, rzekł: "Wykonało się!" I skłoniwszy głowę oddał ducha.*

Chwila ciszy

Znajduję się pod Krzyżem, przeszyta mieczem boleści. Widziałam Mojego Syna, jak wchodził na Kalwarię, przygnieciony ciężarem Krzyża. Jego głowa – zraniona koroną cierniową. Jego Ciało stało się całe jedną raną z powodu ubiczowania. Twarz – zniekształcona krwią i bólem. Oczy – zalane łzami, Serce – przygniecione ciężarem niewdzięczności i braku miłości.

Usłyszałam uderzenia wbijania gwoździ, przesywających Jego ręce i stopy, silny odgłos Krzyża wstawianego do ziemi. Z powodu tego wstrząsu Jezus zadrżał z bólu. W ostatnich godzinach krwawej agonii ukrzyżowanego Ciała słyszałam Jego jęki.

Stoję teraz pod Krzyżem i przygniata Mnie ciężar bluźnierstw i krzyków nienawiści oraz nieludzkiej złośliwości tych, którzy asystują przy Jego egzekucji.

Zbieram do maczynego kielicha Mego Niepokalanego Serca każdą kroplę Jego cierpienia, Jego wielkie pragnienie, przebaczenie nawróconemu łotrowi, modlitwę za tych, którzy Go krzyżują, Jego odczucie opuszczenia nawet przez Ojca, Jego gest

synowskiego zdania się na Wolę Ojca.

Maryjo współcierpiąca z Jezusem! Maryjo cierpiąca z powodu naszych grzechów. Matko Najboleśniesz! Jakże bardzo chcielibyśmy Cię pocieszyć i otrzeć łzy Twoje! Nie płacz Maryjo! My wszyscy wierzymy głęboko w Miłosierdzie Boże, które większe jest niż wszystkie nasze słabości. Śmierć Twojego Syna jest naszym zbawieniem.

Ojcie Nasz... 7 Zdrowaś Maryjo... Chwała Ojcu...

## **6. Tajemnica: Zdjęcie z Krzyża Ciała Jezusowego**

Owoc tajemnicy: Szczery żal za grzechy

Z Ewangelii wg. św. Marka.

*Pod wieczór już, ponieważ było Przygotowanie, czyli dzień przed szabatem, przyszedł Józef z Arymatei, poważny członek Rady, który również wyczekiwał królestwa Bożego. Śmiało udał się do Pilata i poprosił o ciało Jezusa. Pilat zdziwił się, że już skonał. Kazał przywołać setnika i pytał go, czy już dawno umarł. Upewniony przez setnika, podarował ciało Józefowi. Ten kupił płótno, zdjął Jezusa [z krzyża], owinął w płótno i złożył w grobie, który wykuty był w skale. Przed wejście do grobu zatoczył kamień. A Maria Magdalena i Maria, matka Józefa, przyglądały się, gdzie Go złożono.*

Chwila ciszy

Maryjo obecna przy Krzyżu Syna! Maryjo Zjednoczona ze Synem nawet po Jego śmierci. Twoja miłość jest większa niż śmierć! Jesteśmy duchem z Tobą przy zdejmowaniu Ciała Syna z krzyża. Zdjęto je wedle miejscowego zwyczaju. Martwe ciało jednak nie uległo rozkładowi. W nim Jezus powstał do życia, aby nam dać udział w Jego Zmartwychwstaniu.

Ojcie Nasz... 7 Zdrowaś Maryjo... Chwała Ojcu...

## **7. Tajemnica: Złożenie Pana Jezusa do Grobu**

Owoc tajemnicy: Prośba o szczęśliwą śmierć

Z Ewangelii wg. św. Jana.

*Potem Józef z Arymatei, który był uczniem Jezusa, lecz ukrytym z obawy przed Żydami, poprosił Pilata, aby mógł zabrać ciało Jezusa. A Pilat zezwolił. Poszedł więc i zabrał Jego ciało. Przybył również i Nikodem, ten, który po raz pierwszy przyszedł do Jezusa w nocy, i przyniósł około stu funtów mieszanki mirry i aloesu. Zabrali więc ciało Jezusa i obwiązali je w płótna razem z wonnościami, stosownie do żydowskiego sposobu grzebania. A na miejscu, gdzie Go ukrzyżowano, był ogród, w ogrodzie zaś nowy grób, w którym jeszcze nie złożono nikogo. Tam to więc, ze względu na żydowski dzień Przygotowania, złożono Jezusa, bo grób znajdował*

*się w pobliżu.*

Chwila ciszy

Maryjo, Matko rzeczy niewidzialnych! Dopomóż nam sięgnąć poza grób wzrokiem wiary. Bądź przy tych wszystkich, którzy grzebią swoich najbliższych, zwłaszcza matkach tracących swoje dzieci. Pomóż nam tak patrzeć na śmierć, byśmy nie utracili sensu życia.

Ojcze Nasz... 7 Zdrowaś Maryjo... Chwała Ojcu...

Na uczczenie łez, które Najświętsza Maryja Panna przy tych tajemnicach wylała oraz na uproszenie łaski odpustu przypisanego do tej modlitwy – 3 razy: Zdrowaś Maryjo...

**Pieśń: 1. Matko Bolesna,** Twe oczy zwróć

Ku mojej nędzy, niedolę skróć,  
Ty wiesz co boleść, co skargi, szloch.  
Przed Tobą Matko korzę się w proch.

2. Tyś bowiem siedmiu doznała ran,  
Kiedy na krzyżu, konał nasz Pan.  
Całe Twe życie bolesna nić,  
Kielich goryczy musiałaś pić.

3. Spójrz na mą boleść, co serce drze,  
Jak łzy zraszają źrenice me,  
Ucz mnie cierpliwie tu znosić ból,  
Prowadź przez próby do niebios pól.

4. Gdy w mojej duszy wre krwawy bój,  
Ty moje rany litośnie gój,  
Wlej w nie balsamu niebiański dar,  
Miłości Bożej zapal w niej żar.

## **PODZIĘKOWANIE**

Dziękujemy Ci Maryjo, żeś chciała być Matką Jezusa, żeś się wyrzekła swoich własnych planów, aby służyć tylko Jemu, żeś chciała się zająć tyloma sprawami, że naprawdę najlepszą część obrałaś, ale sobie przysporzyłaś bezmiar kłopotów, bólów i cierpień. Wzięłaś na siebie tyle mieczów boleści, że w boleściach nieustannie rodzisz, nie tylko swego Syna, ale Kościół święty i każdego z nas; że przyjmujesz na siebie cierpienia, które Tobie składamy, udreki, całą naszą słabość, nasze wszystko...

Dziękujemy Ci Maryjo za to, że w chwili najtrudniejszej dla Chrystusa, Apostołów i rodzącego się Kościoła nie usunęłaś się, ale ramiona swoje poddałaś pod Krzyż



Chrystusowy i odtąd od Kalwarii niesiesz go poprzez całe dzieje Kościoła; zawsze gotowa, usłużna, niczym nie zrażona, czynna, wnikliwa, zawsze pomocna nad każdym sercem człowieka udręczonego, chorego... Nieustępliwa nawet tam, gdzie jest odrzucona.

Dziewica Wspomożycielka! Dziewica Czuwająca! Czuwająca, aby nic nie zginęło, co jest własnością Jej Syna, niezwykle wytrwała, nie tylko Święta Panna nad pannami, ale i ucieczka grzeszników, wiecznie o nich zatroskana, zawsze gotowa do wstawiennictwa.

**Pieśń: Ref.: Maryjo, dziękujemy Ci**, że pomagasz nam,  
że ocierasz łzy, dziękujemy Ci.

1. Że miłujesz nas, pragniesz z nami być.  
Gdyż bez Ciebie tu, ciężko ludziom żyć.
2. Że przynosisz nam, Boże Dziecię Swe.  
Że rozdzielasz w krąg blaskiem łaski Twe.
3. Żeś tak blisko wciąż, żeś jest Matką nam,  
że prowadzisz nas do niebieskich bram

## **NAUCZ NAS MATKO BOŻA KOCHAĆ JEZUSA**

Matko Najświętsza, uproś nam,  
abyśmy choć trochę  
tak uwierzyli w Jezusa.  
Choć trochę tak Mu ufali,  
choć trochę tak Go kochali  
jak Ty.

Najpiękniejsza, a przy tym taka człowiecza,  
taka prosta, taka macierzyńska  
serdeczna  
Nie przerażasz ogromem,  
Nie odpychasz sprawiedliwością  
Jesteś nam bliska  
Z jaką miłością uśmiechasz się.  
Do kogo? - Do Jezusa, którego  
trzymasz na rękach.  
Naucz nas, Święta Matko  
Kochać Jezusa.

**Pieśń: 1. Daj mi Jezusa** o Matko moja  
na krótki życia ziemskiego dzień.  
Bo dusza moja Tobie oddana  
wciąż pragnie siły, co spływa zeń.  
Ref.: O daj mi daj Jezusa daj.

2. Daj mi o Matko Jezusa duszę,  
daj Serce Jego i świętą Krew,  
On jest mym życiem, ja Go mieć muszę,  
usłysz mej prośby błagalny zew.

Ref.: O daj mi daj Jezusa daj.

3. U stóp Mu świętych me serce złożę,  
wszystkie pragnienia i wszelki ból.  
Kochać Go będę w cichej pokorze,  
bo On mój Jezus, mój Bóg i Król.

Ref.: O daj mi daj, Jezusa daj!

4. A gdy, o Matko, życie przeminie  
i dusza przejdzie w wieczności próg  
daj mi Jezusa w niebios krainie  
i mały kącik u Jego stóp.

Ref.: O daj mi daj Jezusa daj.

Korzystano ze źródeł:  
Jan Uryga *Rok liturgiczny z Maryją*  
*Niech będzie chwała i cześć i uwielbienie*- Archidiecezja Wrocławska  
Modlitewnik – *Krzyż naszą ucieczką.*  
*Skarbnica Modlitw.*  
*Rycerz Niepokalanej.*  
*Różaniec.*  
Inne źródła