

## Przygotowanie Do oddania się w Niewole Miłości

### Dzień 1

Codzienne rozmyślania poprzedzaj zaproszeniem Ducha Świętego oraz Maryi

– *Ducha Świętego zapraszamy hymnem **Veni, Creator Spiritus:***

#### **O Stworzycielu, Duchu, przyjdź,**

nawiedź dusz wiernych Tobie krąg.

Niebieską łaskę zesłać racz

sercom, co dziełem są Twych rąk.

Pocieszycielem jesteś zwan,

i najwyższego Boga dar.

Tyś namaszczaniem naszych dusz,

zdrój żywy, miłość, ognia żar.

Ty darzysz łaską siedemkroć,

bo moc z prawicy Ojca masz,

Przez Ojca obiecany nam,

mową wzbogacasz język nasz.

Światłem rozjaśnij naszą myśl,

w serca nam miłość świętą wlej,

I wątłą słabość naszych ciał,

pochrzep stałością mocy swej.

Nieprzyjaciela odpędź w dal

i Twym pokojem obdarz wraz.

Niech w drodze za przewodem Twym,

miniemy zło, co kusi nas.

Daj nam przez Ciebie Ojca znać,

daj, by i Syn poznany był,

I Ciebie, jedno Tchnienie Dwóch,

niech wyznajemy z wszystkich sił.

## Przygotowanie Do oddania się w Niewole Miłości

Niech Bogu Ojcu chwała brzmi,  
Synowi, który zmartwychwstał,  
I Temu, co pociesza nas,  
niech hołd wieczystych płynie chwał. Amen.

Przyjdź, Duchu Święty, przyjdź przez potężne wstawiennictwo  
Niepokalanego Serca Maryi, Twojej umiłowanej Oblubienicy

Prowadź mnie, przekonuj moje serce o Twojej obecności i miłości, pomóż  
mi poddać się Twojemu prowadzeniu. Stwarzaj mnie, daj mi nowe życie, ucz  
mnie kochać Boga i bliźniego. Wlej w moje serce miłość i pragnienia Jezusa.  
Amen

– *Proś o światło Ducha Świętego i łaskę wyzbycia się ducha tego świata.*

– *Maryję zapraszamy hymnem **Ave, Maris Stella** (hymn z VII lub VIII wieku)*

### 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

## Przygotowanie Do oddania się w Niewole Miłości

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 ścieł bezpieczną,  
Widzieć daj Jezusa,  
Mieć w Nim radość wieczną.  
Bogu Ojcu chwała,  
Chrystusowi pienie,  
Obu z Duchem Świętym  
Jedno uwielbienie. Amen.

*Po tych wstępnych modlitwach przeczytaj tekst przewidziany do rozważania na dzisiaj (**CZYTANIE NA DZIEŃ 1 z 33**). Dobrze jest przeczytać tekst na głos, tak by go usłyszeć. Przeczytaj tekst uważnie, powoli i z wiarą, że mówi do ciebie Bóg:*

### **z Ewangelii według św. Mateusza 5, 1–19**

Jezus, widząc tłumy, wyszedł na górę. A gdy usiadł, przystąpili do Niego Jego uczniowie. Wtedy otworzył usta i nauczał ich tymi słowami:

#### **OSIEM BŁOGOSŁAWIENSTW**

«Błogosławieni ubodzy w duchu, albowiem do nich należy królestwo niebieskie.

Błogosławieni, którzy się smucą, albowiem oni będą pocieszeni.

Błogosławieni cisi, albowiem oni na własność posiadą ziemię.

Błogosławieni, którzy łakną i pragną sprawiedliwości, albowiem oni będą nasyceni.

## Przygotowanie Do oddania się w Niewole Miłości

Błogosławieni miłosierni, albowiem oni miłosierdzia dostąpią.

Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą.

Błogosławieni, którzy wprowadzają pokój, albowiem oni będą nazwani synami Bożymi.

Błogosławieni, którzy cierpią prześladowanie dla sprawiedliwości, albowiem do nich należy królestwo niebieskie.

Błogosławieni jesteście, gdy wam urągają i prześladują was, i gdy z mego powodu mówią kłamliwie wszystko złe o was. Cieszcie się i radujcie, albowiem wielka jest wasza nagroda w niebie. Tak bowiem prześladowali proroków, którzy byli przed wami.

### ZADANIE UCZNIÓW

Wy jesteście solą ziemi. Lecz jeśli sól utraci swój smak, czymże ją posolić? Na nic się już nie przyda, chyba na wyrzucenie i podeptanie przez ludzi. Wy jesteście światłem świata. Nie może się ukryć miasto położone na górze. Nie zapala się też lampy i nie umieszcza pod korcem, ale na świeczniku, aby świeciła wszystkim, którzy są w domu. Tak niech wasze światło jaśnieje przed ludźmi, aby widzieli wasze dobre uczynki i chwalili Ojca waszego, który jest w niebie.

### JEZUS A PRAWO

Nie sądźcie, że przyszedłem znieść Prawo albo Proroków. Nie przyszedłem znieść, ale wypełnić. Zaprawdę bowiem powiadam wam: Dopóki niebo i ziemia nie przeminą, ani jedna jota, ani jedna kreska nie zmieni się w Prawie, aż się wszystko spełni. Ktokolwiek więc zniósłby jedno z tych przykazań, choćby najmniejszych i uczyłby tak ludzi, ten będzie najmniejszy w królestwie niebieskim. A kto je wypełnia i uczy wypełniać, ten będzie wielki w królestwie niebieskim.

## Przygotowanie Do oddania się w Niewole Miłości

– Następnie 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.

## Przygotowanie Do oddania się w Niewole Miłości

*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.*

*Po tej refleksji nad tekstem uświadom sobie, że przez chrzest św. otrzymałeś obietnicę życia w Maryi, a przez Nią w Trójcy Świętej. Chrzest św. uczynił cię dzieckiem Bożym, a także dzieckiem Maryi. Z woli Ojca, przez chrzest, począłeś się w Jej duchowym łonie.*

*Podziękuj Bogu za łaskę chrztu św. i poddając się tej skutecznej łasce odnow swoje przyrzeczenie chrzcielne. Możesz posłużyć się następującymi słowami: „Ojcze, dziękuję za łaskę chrztu, dziękuję, że jestem **dzieckiem Bożym**. Przepraszam za każdą chwilę gdy o tym nie pamiętam i żyję pozbawiając się łaski. Pomóż mi być otwartym na Twoją miłość. Wyrzekam się grzechu, aby żyć w wolności dzieci Bożych, wyrzekam się wszystkiego co prowadzi do zła, aby mnie grzech nie opanował; wyrzekam się szatana, który jest głównym sprawcą grzechu. Amen”.*

*Zakończeniem modlitwy niech będzie dziękczynienie, prośba, uwielbienie, to, co wypływa z twojego serca. Własnymi słowami spróbuj wyrazić to, co dzieje się w twoim sercu. 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*

## Przygotowanie Do oddania się w Niewole Miłości

*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 wyraż 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 prośb 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...*

*Przez wstawiennictwo Matki Bożej dziękuj Bogu za wszystko, co masz. Niech będzie to chwila powierzenia się Bogu przez Maryję, podziękowania za czas modlitwy, za zaproszenie do niej i uzdolnienie do niej.*

*Podziękuj Maryi za otrzymane Słowo podczas tego ćwiczenia duchowego słowami modlitwy kończącej (pieśni dziękczynnej Najświętszej Maryi Panny – **Magnificat**, przypisanej, podobnie jak powyższe dwa hymny, na okres pierwszy 33-dniowych przygotowań: „Wyrzeczenie się ducha świata”):*

**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; a święte jest Jego imię  
i miłosierdzie Jego z pokoleń na pokolenia dla tych, co się Go boją.

On przejawia moc ramienia swego,  
rozprasza pyszniących się zamysłami serc swoich.

Strąca władców z tronu, a wywyższa pokornych.

Głodnych syci dobrami, a bogaczy z niczym odprawia.

Ujął się za sługą swoim, Izraelem, pomny na miłosierdzie swoje

## Przygotowanie Do oddania się w Niewole Miłości

– jak przyobiegał naszym ojcom –Abrahamowi i jego potomstwu na wieki.  
Amen.

*Zaproś do swojego życia Ducha Świętego i Maryję, niech modlitwa ma przedłużenie w twoim codziennym życiu. Duch Święty z Maryją będą ci pomagali stawać się lepszym człowiekiem, kochającym Boga, bliźnich i siebie samego.*

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

*Zakończ modlitwę znakiem krzyża. Możesz teraz zanotować swoje myśli, pytania, konkretne postanowienie na dzisiaj (wprowadzenie Słowa w czyn) itp.*

*W powyższy sposób kontynuuj swoją modlitwę osobistą przez kolejne dni aż do 12 dnia okresu wstępnych przygotowań. Pod koniec tego okresu przygotuj się do spowiedzi świętej.*