

ks. Bogusław Zeman SSP

ZOSTAŃCIE TU I CZUWAJCIE

Modlitwy przed Ciemnicą
i przy Bożym Grobie



ks. Bogusław Zeman SSP

ZOSTAŃCIE TU I CZUWAJCIE
Modlitwy przed Ciemnicą
i przy Bożym Grobie

egzemplarz bezpłatny

2020



ŚWIĘTY PAWEŁ

OD WYDAWCY

Dziś Bóg przychodzi do ciebie. Przychodzi tu, gdzie aktualnie jesteś, w konkretnym czasie i miejscu. Przychodzi do ciebie prawdziwego – z całym bogactwem Twoich przeżyć, emocji, lęków, zachwyków, niepewności i pragnień.

Być może spotka cię zamkniętego w domu z dziećmi, być może na dyżurze w pracy, może chorego lub opiekującego się kimś, kto tego potrzebuje.

W szczególnym czasie, jaki przeżywamy – czasie epidemii koronawirusa, ale też czasie Wielkiego Tygodnia, innego niż wcześniejsze – Bóg czeka, abys teraz ty zaprosił Go tam, gdzie jesteś. Abyś był z Nim i aby On mógł być z tobą. Tak jak ty potrzebujesz dziś Jezusa, tak On potrzebuje ciebie. Twojej obecności, współczucia, empatii, czułości i bliskości.

Teksty, które oddajemy w wasze ręce, to teksty współodczuwającej obecności. To propozycje adoracji – indywidualnej i wspólnotowej. To także najpiękniejsze tradycyjne modlitwy na ten czas, teksty tworzące pomost pomiędzy nami i Bogiem, na którym są ludzie, którzy wcześniej z wiarą i nadzieją modlili się tymi słowami.

Dzielimy się tym z wami i zapraszamy do dzielenia się z innymi.

I nie zwlekajmy. On już tu jest i czeka...

WPROWADZENIE

Mszą Wieczery Pańskiej w Wielki Czwartek rozpoczynamy Triduum Paschalne, dni w których przeżywamy wydarzenia Męki, Śmierci i Zmartwychwstania Chrystusa. Udział w uroczystych nabożeństwach dopełniają adoracje Najświętszego Sakramentu w Ciemnicy i w Bożym Grobie. To czas spokojnego zatrzymania się i rozważenia treści tych dni, by dzieło zbawienia, dokonane dla nas przez Jezusa, wydało w nas jak największe owoce.

Co robić podczas adoracji? Przede wszystkim trwać przy Jezusie, podążając z Nim poprzez wydarzenia związane z Jego Męką i Śmiercią. Możemy to czynić, odmawiając bolesną część Różańca lub Koronkę do Miłosierdzia Bożego. Możemy także, korzystając z niniejszej pozycji, rozważać słowo Boże, odprawić Drogę Krzyżową, modlić się Litanią do Najdroższej Krwi Pana Jezusa albo śpiewać Gorzkie żale.

Warto więc zabrać ze sobą do kościoła tę małą książeczkę, aby z jej pomocą zagłębić się w wielkie dzieło miłosiernej miłości Boga, który poświęcił swojego Syna dla naszego zbawienia.

ks. Bogusław Zeman SSP

I

ADORACJE BIBLIJNE

Poniżej podano cztery propozycje adoracji, które przeznaczone są na czas osobistej modlitwy przed Ciemnicą i przy Bożym Grobie. Dwie pierwsze, które można odprawić przed Ciemnicą, poświęcone są rozważaniu modlitwy Jezusa w Getsemani oraz momentu Jego pojmania i uwięzienia. Kolejne dwie dotyczą pogrzebu Jezusa i polecenia pilnowania Jego grobu wydanego przez nauczycieli Pisma i faryzeuszy. Nadają się więc szczególnie na modlitwę przy Bożym Grobie.

Adoracje zostały oparte na fragmentach Ewangelii. Są to krótkie medytacje biblijne zawierające wiele pytań i sugestii, które pomogą odnieść treść przekazu biblijnego do własnego życia. Warto je odprawić bez pośpiechu, przeznaczając na modlitwę odpowiednią ilość czasu (co najmniej 20 min). Każda adoracja rozpoczyna się od modlitwy wstępnej a kończy psalmem. Nie ma konieczności rozważenia wszystkich proponowanych treści. Można dłużej zatrzymać się na jednym fragmencie lub kilku z nich, aby rozważana treść sięgała głębi serca i inspirowała do przemiany życia.

1. Modlitwa Jezusa w Getsemani

Modlitwa wstępna

Panie Jezu Chryste,
Ty przyszedłeś na świat, aby nas zbawić.
Dokonałeś tego przez swoją Mękę, Śmierć
i Zmartwychwstanie,
które uobecniasz dla nas w liturgii Kościoła.
Pozwól mi towarzyszyć Ci w tych wydarzeniach,
abym w nie włączony otrzymał konieczne łaski
i wydał owoc nawrócenia.
Proszę Cię, aby Duch Święty
prowadził moją myśl podczas tej adoracji.
Niech pomoże mi zrozumieć słowo Boże,
przyjąć je i zastosować w moim życiu.

Któryś za nas cierpiał rany,
Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami. Amen.

Z Ewangelii według św. Mateusza Mt 26, 36-46
Jezus przyszedł z uczniami do posiadłości zwanej Getsemani. Wtedy powiedział uczniom: „Usiądźcie tutaj, a Ja odejdę tam, aby się modlić”. Zabrał ze sobą tylko Piotra i dwóch synów Zebedeusza. Wtedy zaczął się smucić i trwożyć. Powiedział: „Smutna jest moja dusza aż do śmierci. Zostańcie tutaj i czuwajcie ze Mną”. Odszedł nieco dalej, upadł na twarz i tak się modlił: „Mój Ojcze! Jeśli to możliwe, niech

Mnie ominie ten kielich! Lecz niech się stanie tak, jak Ty chcesz, nie Ja”.

Potem wrócił do uczniów i zastał ich śpiących. Powiedział do Piotra: „Nie mieliście tyle siły, aby jedną godzinę czuwać ze Mną? Czuwajcie i módlcie się, abyście nie ulegli pokusie. Duch wprowadzie gorliwy, ale ciało słabe”.

Odszedł po raz drugi i tak się modlił: „Mój Ojcze! Jeśli nie może Mnie ominąć ten kielich i muszę go wypić, niech się stanie Twoja wola!”. Potem wrócił i znów zastał ich śpiących, bo sen zamknął im oczy. Jeszcze raz ich zostawił, odszedł i modlił się po raz trzeci, powtarzając te same słowa.

Potem powrócił do uczniów i powiedział: „Wciąż jeszcze śpicie i odpoczywacie? Oto nadchodzi godzina i Syn Człowieczy zostanie wydany w ręce grzeszników. Wstańcie! Chodźmy! Oto nadchodzi ten, który Mnie wyda!”.

Wtedy zaczął się smucić i trwożyć. Powiedział: „Smutna jest moja dusza aż do śmierci”.

Jezus nie jest bohaterem, którego nie dosięga strach. Nie są Mu obce bolesne stany duszy, gdyż On jest w pełni człowiekiem. Wie, co Go czeka i ta świadomość napełnia Go smutkiem i lękiem.

Pomyśl o tym, co Cię przeraża i zasmuca. Opowiedz o tym Jezusowi trwającemu na modlitwie w Getsemani. Zobacz, jak wiele Was łączy. Poproś Go, aby pomógł Ci tak przeżyć Twój lęk

i smutek, jak On je przeżył – do końca, do Zmar-
twychwstania. Proś, aby trwoga nie odwiodła
Cię od uczynienia tego, co konieczne, aby wy-
pełniła się wola Ojca.

„Zostańcie tutaj i czuwajcie ze Mną”.

Zadziwia nas prośba Jezusa o wsparcie ze stro-
ny ludzi, o ich obecność i bliskość w tym trud-
nym dla Niego momencie. On chciał podzielić
swoją ból z uczniami, zaprosił ich do tego, aby
byli świadkami Jego trwogi.

Twoje trwanie na adoracji przed Ciemnicą
jest tym właśnie wsparciem, którego możesz
udzielić Jezusowi. Bądź z Nim w godzinach Jego
Męki, bądź blisko, nawet jeśli nie zmienisz bie-
gu wydarzeń. Trwaj ze względu na Niego, bo
cała Męka Jezusa dokonuje się ze względu na
Ciebie. Przyjmij więc ten dar Jezusowego cier-
pienia i śmierci, przyjmij to wyznanie miłości
i okaż Mu wdzięczność za to, że Cię zbawił.

*„Mój Ojcze! Jeśli to możliwe, niech Mnie ominie ten kielich!
Lecz niech się stanie tak, jak Ty chcesz, nie Ja”.*

Jezus uczy nas modlitwy. Nie boi się wypo-
wiedzieć swojej trwogi przed Ojcem, odważnie
wypowiada prośbę, aby ominęła Go Męka – kie-

lich goryczy. Poddaje się jednak woli Ojca. To akt najwyższego posłuszeństwa i wolności, a zarazem bezgranicznego zaufania.

Zauważ, że Jezus powtarza tę modlitwę trzy razy. On zмага się ze sobą. Przyjęcie woli Ojca również dla Niego nie jest łatwe. Chce jednak do końca wypełnić misję, dla której przyszedł na świat, chce zbawić ludzi. Zmaganie Jezusa jest pociechą dla nas, On nas rozumie w naszych zmaganiach z przyjęciem i wypełnieniem trudnych zadań, które składają się na naszą drogę życia, drogę do zbawienia.

Jak modlisz się wobec czekających Cię trudności? Nie bój się wtedy mówić Bogu o swoich lękach, nie bój się prosić o oddalenie zagrażającego cierpienia. Pozwól jednak, za przykładem Jezusa, aby to Pan Bóg zdecydował o tym, co się stanie. Przyjmij Jego wolę z zaufaniem jak Jezus, Jego Syn. Wszystko, co jest poddane i oddane Bogu, ostatecznie prowadzi do życia i chwały.

Potem wrócił do uczniów i zastał ich śpiących. Powiedział do Piotra: „Nie mieliście tyle siły, aby jedną godzinę czuwać ze Mną?”

Ból Jezusa spotęgowało osamotnienie. Zasnęli nawet ci, których wziął ze sobą, aby stanowili dla Niego wsparcie w tym trudnym momencie

walki. Jezus dobrze rozumie człowieka zdradzonego, zawiedzionego przyjaciółmi, osamotnionego, sprzedanego.

Opowiedz Jezusowi z Getsemani o swoich doświadczeniach zawiedzenia się ludźmi. Proś Go o pociechę i umocnienie, aby osamotnienie nie prowadziło Cię do rozpacz i rezygnacji z tego, co dobre i słuszne; by rozczarowanie ludźmi nie zniechęcało Cię do życia. Nawet gdyby zawiedli Cię wszyscy, na których liczyłeś, Bóg Cię nie zawiedzie.

„Czuwajcie i módlcie się, abyście nie ulegli pokusie”.

To wskazanie płynie z doświadczenia Jezusa. On czuwa i modli się, opierając się pokusie sprzeniewierzenia się woli Ojca. Szatan podsuwał Jezusowi pokusy, aby skorzystał z Boskiej mocy i zamiast umierać, pokonał swoich wrogów.

Czułość i modlitwa to środki, które zapewniają wystarczające siły w chwili kuszenia. Czuwanie to jednoczenie się z Bogiem i słuchanie Jego rad, przyjmowanie Jego wskazówek i odnajdywanie Jego świąteł. Modlitwa jest naczyniem, którym czerpiemy łaskę Bożą, czyli moc potrzebną do wiernego wypełnienia woli Ojca.

Jak dotychczas walczyłeś z pokusami? Czy możesz się czegoś nauczyć od Jezusa z Getsemani?

„Oto nadchodzi godzina i Syn Człowieczy zostanie wydany w ręce grzeszników. Wstańcie! Chodźmy!”

Jezus umocniony czuwaniem i modlitwą jest gotów podjąć czekające Go wydarzenia. On nie poddał się im biernie, lecz odważnie wyszedł im naprzeciw. Podejmuje decyzję zmierzenia się z nimi i przystępuje do działania. To nie zaistniałe okoliczności kształtują los Jezusa, ale Jego świadomy wybór. Czyni to pomimo strachu, smutku i osamotnienia. Motywacją Jezusa do przyjęcia tak odważnej postawy jest miłość do ludzi, za których dobrowolnie oddaje życie, i miłość do Ojca, którego wolę chce wypełnić do końca.

Proś Jezusa o odwagę na Jego wzór. Ucz się od Niego odnajdywać w miłości i zaufaniu do Boga motywacje swoich decyzji i siły do wypełnienia nawet najtrudniejszych zadań.

Psalm 42

Tęsknota za Bogiem

Jak łania pragnie źródlanej wody,
tak ja pragnę Ciebie, Boże.
Jestem spragniony Boga żywego!

Kiedyż dojdę i ujrzę Boże oblicze?
We dnie i w nocy karmię się łzami,
„Gdzie jest twój Bóg?” – pytają mnie ciągle.
Rozmyślałam nad tym i usycham z żalu,
gdy powoli kroczę w tłumie do domu Bożego
wśród głosów radości i dziękczynienia,
wśród świątecznego zgiełku.
Dlaczego się smucisz, duszo moja,
i podnosisz lament?
Zaufaj Bogu, bo jeszcze będę Go słaawił,
mego Boga i Jego zbawcze oblicze!
Smutna jest moja dusza,
dlatego wspominam Ciebie
z ziemi Jordanu i Hermonu,
z góry Misar.
Przepaść wzywa przepaści hukiem wodospadów;
wszystkie Twe burze i fale zwały się na mnie.
We dnie zsyła Pan swoją łaskę,
a nocą ja śpiewam dla Niego,
modlę się do Boga mego życia.
Mówię Bogu: Ty jesteś moją skałą,
czemu zapomniałeś o mnie?
Dlaczego chodzę smutny,
gdy mój wróg mnie gnębi?
Kiedy kruszą się moje kości,
wrogowie szydzą ze mnie,
„Gdzie jest twój Bóg?” – pytają mnie ciągle.
Dlaczego się smucisz, duszo moja,

i czemu podnosisz lament?
Zaufaj Bogu, bo jeszcze będę Go sławił,
mego Boga i Jego zbawcze oblicze!

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

2. Pojmanie Jezusa

Modlitwa wstępna

Panie Jezu Chryste,
Ty przyszedłeś na świat, aby nas zbawić.
Dokonałeś tego przez swoją Mękę, Śmierć
i Zmartwychwstanie,
które uobecniasz dla nas w liturgii Kościoła.
Pozwól mi towarzyszyć Ci w tych wydarzeniach,
abym w nie włączony otrzymał konieczne łaski
i wydał owoc nawrócenia.
Proszę Cię, aby Duch Święty
prowadził moją myśl podczas tej adoracji.
Niech pomoże mi zrozumieć słowo Boże,
przyjmując je i zastosować w moim życiu.

Któryś za nas cierpiał rany,
Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami. Amen.

Jezus powiedział do uczniów: „Wstańcie! Chodźmy! Oto nadchodzi ten, który Mnie wydał”. Gdy On jeszcze mówił, przyszedł Judasz, jeden z Dwunastu, a z nim wielka zgraja z mieczami i kijami, wysłana przez wyższych kapłanów i starszych ludu. Zdrajca umówił się z nimi na taki znak: „Ten, którego pocałuję, to On. Jego schwytajcie!”. Zaraz też podszedł do Jezusa i powiedział: „Witaj, Rabbi!”. I pocałował Go. A Jezus powiedział do niego: „Przyjacielu, po co przychodzisz?”. Wtedy podeszli do Jezusa i pojmali Go.

A jeden z tych, którzy byli z Jezusem, wyciągnął rękę, dobył miecza, uderzył sługę najwyższego kapłana i odciął mu ucho. Wtedy Jezus powiedział do niego: „Schowaj miecz tam, gdzie jego miejsce, bo wszyscy, którzy za miecz chwytają, od miecza giną. Czyż myślisz, że nie mógłbym poprosić mojego Ojca, aby natychmiast postawił przy Mnie więcej niż dwanaście oddziałów anielskich? Ale jak wówczas wypełni się to, co według Pisma musi się wydarzyć?”.

Wtedy też Jezus powiedział do tłumu: „Wyszliście, jak po przestępcę, z mieczami i kijami, żeby Mnie pojmać. Codziennie nauczałem w świątyni, a nie schwytaлиście Mnie. Lecz stało się to wszystko, aby się wypełniły Pisma proroków”. Wtedy wszyscy uczniowie opuścili Go i uciekli. Ci zaś, którzy pojmali Jezusa, zaprowadzili Go do najwyższego kapłana Kajfasza. Tam zebrali się nauczyciele Pisma i starsi ludu.

„Ten, którego pocałuję, to On”.

Pocałunek jest znakiem miłości, zażyłości, szacunku. Judasz używa tego szczególnego znaku do zdrady. Odtąd Judaszowy pocałunek będzie znakiem zdradzonej miłości i zniszczonej przyjaźni; będzie znakiem haniebnego kłamstwa.

Jakich gestów używasz, aby wyrazić swoją więź z Jezusem? Czy Twoja bliskość z Jezusem opiera się na szacunku, szczerości, przyjaźni, miłości? Pomyśl, czy nie masz jakiegoś udziału w geście Judasza? Jak można to zmienić?

„Przyjacielu, po co przychodzisz?”.

Zdrada Judasza nie była dla Jezusa zaskoczeniem, przecież zapowiadał ją wielokrotnie. A więc słowa, którymi powitał apostoła, były wypowiedziane świadomie! Dla Jezusa zdrajca pozostał przyjacielem! Jezus jest wierny w przyjaźni, wierny w miłości, nawet gdy człowiek Go zdradza.

Pomyśl o swoich zdradach, o swoich grzechach... i usłysz słowa Jezusa wypowiedziane do Ciebie szczerze: „Przyjacielu, dlaczego mnie zdradzasz? Jaki jest cel tych Twoich decyzji, jakie dobro rodzi się z nich dla Ciebie i dla innych? Każda zdrada obróci się przeciwko Tobie. Ja jestem i pozostanę Twoim przyjacielem, nigdy Cię nie zdradzę. I Ty dla mnie pozostaniesz

Przyjacielem pomimo Twoich zrad. Na zawsze!
Ufam Ci, Przyjacielu”.

*„Schowaj miecz tam, gdzie jego miejsce, bo wszyscy, którzy
za miecz chwytają, od miecza giną”.*

Jezus nie pozwala, aby uczniowie bronili Go
orężem. Nie domaga się ochrony także od Ojca.
Podjął decyzję i zamierza wypełnić wszystko, co
postanowił. Poza tym, sprawiedliwość oparta na
przemocy jest zupełnym przeciwieństwem tej
sprawiedliwości, której służą i wykonawcą jest
Jezus: człowiek zgrzeszył, a Jezus podjął się dzie-
ła odkupienia przez cierpienie i śmierć. Taka jest
sprawiedliwość Boża objawiona w Chrystusie.
On, Miłość Ukrzyżowana, wydaje wyrok. Dla tych,
którzy się nawracają, brzmi on: przebaczenie!

Pomyśl o swojej sprawiedliwości. Czy nie czai
się w Tobie pragnienie odwetu?

Poproś sprawiedliwego Jezusa, aby pomógł
Ci zło pokonywać dobrem.

*„Wyszliście, jak po przestępcę, z mieczami i kijami, żeby
Mnie pojmać”.*

Jakże nieproporcjonalne środki! Nie ma żadnego
zagrożenia, bo Jezus nigdy nie stosował przemocy
wobec ludzi. Zaliczono Go jednak w poczet nie-

bezpiecznych bandytów. Książę Pokoju został uznany za zagrożenie, niebezpiecznego wroga.

Zastanów się, czy czasem nie obawiasz się Boga jak swojego nieprzyjaciela? Kiedy odbierasz Go jako zagrożenie? W co się zbroisz przeciwko Niemu? Jak zaciekle się bronisz? Czego się obawiasz?

Bóg stworzył Cię z miłości i do miłości. On pragnie Twojego zbawienia, wiecznego szczęścia. Czy może Ci zrobić coś złego Ten, który ofiarował własnego Syna, aby Cię uratować?

Wszyscy uczniowie opuścili Go i uciekli.

Strach apostołów wziął górę nad przywiązaniem do Jezusa, miłością do Niego, deklaracjami wierności... Sytuacja zagrożenia odsłoniła prawdę o jakości i trwałości więzi łączącej uczniów z Mistrzem. Zostawili Go samego, ale także zostali sami bez Niego.

Zastanów się nad tym, jakie są powody Twoich ucieczek od Boga: strach o siebie? zmęczenie? rozczarowanie sobą? zniecierpliwienie? zawód, bo nie tak wyobrażałeś sobie więź z Nim? Czy wierność Jemu rzeczywiście przerasta Twoje siły?

Zauważ także prawdę, że oddalając się od Boga, zostajesz sam ze swoim życiem i czekającą Cię wiecznością. Czym zaspokoisz pragnie-

nie, jeśli odejdiesz od źródła? Czym się nasy-
cisz, rezygnując z pokarmu? Kto Cię wesprze,
jeśli odtrącisz pomoc Boga?

*Ci zaś, którzy pojмали Jezusa, zaprowadzili Go do najwyższe-
go kapłana Kajfasza.*

Jezus został uwięziony. Czy dzięki temu Jerozo-
lima, cała Judea stały się bardziej wolne i bez-
pieczne? Jezus poddał się ludziom, bo wiedział,
skąd przyszedł i dokąd zmierza. Niewola, na
którą się zgodził, nie była celem, lecz środkiem,
etapem w drodze do Zmartwychwstania i do
domu Ojca.

Zastanów się, czy nic nie krępuje Twojej wol-
ności? Czy rzeczywiście Ty decydujesz o swoim
życiu? Nazwij swoje niewole i oddaj je Jezusowi.
Proś, aby On wszedł w stan Twojego zniewole-
nia i pomógł Ci uczynić go etapem w drodze do
pełnej wolności. Poproś Jezusa, aby Cię wyzwolił,
abyś rzeczywiście był wolny.

Psalm 88

Skarga w duchowej ciemności

Panie, Boże, mój Zbawco,
we dnie i w nocy wołam do Ciebie.
Niech dojdzie do Ciebie moja modlitwa,
skłoń Twe ucho ku mojej prośbie.

Bo dotknęły mnie liczne nieszczęścia,
moje życie zbliża się do krainy umarłych.
Zaliczono mnie do schodzących do grobu,
stałem się jak człowiek bezsilny,
leżący wśród umarłych.
Złożono ich w grobie, tak jak pobitych,
o których już nie pamiętasz
i którzy wypadli z Twej ręki.
I mnie złożono w głębokim dole,
w ciemności, w cieniu śmierci.
Zalały mnie jej fale,
gniew Twój zaciążył nade mną.
Oddaliłeś ode mnie znajomych,
czują wstręt do mnie.
Jestem uwięziony i nie mam wyjścia.
Osłabły mi oczy od cierpienia.
Wołam do Ciebie, Panie, nieustannie,
wyciągam do Ciebie ręce.
Czy dla umarłych czynisz cuda?
Czy wstaną cienie, by sławić Ciebie?
Czy w grobie głosi się Twą łaskę,
a wierność Twoją wśród zagłady?
Czy pozna się Twe cuda w ciemnościach,
a sprawiedliwość w ziemi zapomnienia?
A ja wołam do Ciebie, Panie,
moja modlitwa uprzedza Cię rankiem!
Czemu odrzucasz mnie, Panie,
odwracasz ode mnie swe oblicze?

Jestem udręczony
i od mojej młodości bliski śmierci.
Spadła na mnie Twoja zapalczliwość
i niszczą mnie Twoje groźby.
Ciągłe ogarniają mnie jak woda,
zawszad mnie otaczają.
Odsunales ode mnie przyjaciela i bliskiego,
spozród moich znajomych zostaly mi ciemności!

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

3. Pogrzeb Jezusa

Modlitwa wstępna

Panie Jezu Chryste,
Ty przyszedles na świat, aby nas zbawić.
Dokonales tego przez swoją Mękę,
Śmierć i Zmartwychwstanie,
które uobecniasz dla nas w liturgii Kościoła.
Pozwól mi towarzyszyć Ci w tych wydarzeniach,
abym w nie włączony, otrzymał konieczne łaski
i wydał owoc nawrócenia.
Proszę Cię, aby Duch Święty
prowadził moją myśl podczas tej adoracji.

Niech pomoże mi zrozumieć słowo Boże,
przyjąć je i zastosować w moim życiu.

Któryś za nas cierpiał rany,
Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami. Amen.

Z Ewangelii według św. Mateusza

Mt 27, 57-66

Wieczorem przyszedł bogaty człowiek z Arymatei, imieniem Józef, który też był uczniem Jezusa. Poszedł on do Piłata i poprosił o ciało Jezusa. Wtedy Piłat rozkazał mu je wydać. Józef wziął ciało, owinął je w czyste lniane płótno i złożył w swoim nowym grobowcu, wykutym w skale. Zatoczył przed wejściem do grobowca wielki kamień i odszedł. A Maria Magdalena i druga Maria pozostały tam i siedziały naprzeciw grobu.

Poszedł on do Piłata i poprosił o ciało Jezusa.

Łatwo było przyznawać się do Jezusa, kiedy był podziwiany jako wielki nauczyciel i cudotwórca. Wtedy towarzyszyły mu tłumy, ludzie cisnęli się do Niego. W sytuacji zagrożenia jednak wszyscy Go opuścili, nawet apostołowie. Zadziwia więc postawa Józefa, który otwarcie przyznaje się do martwego Jezusa!

Wpatrujesz się w Jezusa leżącego w grobie. Ten widok oznacza, że Twój Nauczyciel jest wiarygodny, bo potwierdził swoje słowa ofiarą z życia.

Nie tylko mówił o miłości, ale i ukochał Cię do końca, oddał za Ciebie swoje życie.

Trwając przy grobie Jezusa, adoruj tę prawdziwą miłość. Podziękuj za swoje życie, bo żyjesz i możesz osiągnąć niebo dzięki ofierze Jezusa. Zastanów się nad odpowiedzialnością za dar własnego życia. Nie możesz go zmarnować, bo Jezus zapłacił za Twoje życie najwyższą cenę.

Józef wziął ciało, owinął je w czyste lniane płótno i złożył w swoim nowym grobowcu.

Józef chciał zapewnić Jezusowi godny pochówek, okazał szacunek martwemu ciału Nauczyciela.

Jakże ten gest przypomina przyjmowanie żywego Ciała Jezusa w Komunii św. Jezus ukryty w Hostii jest bezbronny i powierzony Ci, abyś Go z godnością przyjął i uczcił. *Czystym płótnem* niech będzie miłość, a *nowym grobowcem* – serce oczyszczone łaską sakramentu pokuty.

Grobowiec – to także symbol Ciebie całego z tym wszystkim, co pozbawione jest życia, co ciąży w Tobie ku śmierci, co już umarło... Jedyłą nadzieją na nowe życie jest wprowadzenie do tego grobowca Jezusa Chrystusa, Jego ciała, które zmartwychwstaje i ożywia wszystko. Jezus został złożony w grobie nie po to, aby tam pozostać,

lecz aby zmartwychwstać. Adoracja Jezusa w Bożym Grobie jest więc oczekiwaniem na życie.

Zastanów się, jak okazujesz szacunek eucharystycznemu Ciału Jezusa? Z jakim usposobieniem przyjmujesz Komunię św.? Czy jest w Tobie pragnienie pełni życia dzięki Niemu?

Maria Magdalena i druga Maria pozostały tam i siedziały naprzeciw grobu.

To była pierwsza adoracja Jezusa w grobie, trudniejsza niż nasza, bo nie była oczekiwaniem na Zmartwychwstanie. Marie trwały przy grobie Jezusa pełne bólu z powodu Jego śmierci i pełne pytań o przyszłość, o sens i kształt dalszego życia.

Pomyśl, czy przeżywasz swoje życie w obecności Jezusa martwego, zamkniętego w grobie? Czy Jezus jest dla Ciebie kimś żyjącym, działającym, obecnym jako osoba, z którą łączy Cię żyła relacja?

Niektórzy wolą Jezusa spoczywającego w grobie, bo wtedy milczy, nie stawia wymagań, nie wytyka obłudy... Ale martwy Jezus także nie uzdrawia, nie pociesza, nie rozgrzesza, nie przybywa na pomoc...

Trwając przy Jego grobie, pomyśl o przyszłości, o życiu. Czy pragniesz Zmartwychwstania

Jezusa? Jakie to ma dla Ciebie znaczenie? Jakie miejsce będzie miał w Tobie i Twoim życiu Jezus Zmartwychwstały? Jak często pozwalasz Jezusowi zmartwychwstać w sobie przez sakrament pokuty i pojednania?

Psalm 16

Bóg jedynym dobrem

Zachowaj mnie, Boże, bo Tobie zaufałem!

Rzekłem Panu: Ty jesteś moim Panem,
moje dobro pochodzi od Ciebie.

Do świętych, którzy są na Jego ziemi,
całą swą wolę cudownie nakłonił.

Mnożą się słabości tych, którzy wybrali
obcych bogów.

Nie będę uczestniczył w ich krwawych ofiarach
i nie wymówię ich imion moimi ustami.

PAN jest bogactwem moim i przeznaczeniem.
Ty strzeżesz mojego losu.

Przypadły mi dobra wspaniałe,
dziedzictwo moje jest najlepsze.

Będę wysławiał Pana, który udzielił mi rady,
bo nocami upomina mnie sumienie.

Zawsze mam Pana przed oczami.

On jest po mojej prawej stronie, nie spotka
mnie nic złego.

Dlatego cieszę się w sercu i bardzo raduję,
gdyż moje ciało będzie spoczywać w nadziei.

Nie pozostawisz mnie bowiem w krainie umarłych
i nie pozwolisz, aby Twój święty
uległ zniszczeniu w grobie.

Dasz mi poznać drogę życia,
napęlnisz mnie radością przed Twoim obliczem,
wieczną rozkoszą w Twojej obecności.

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

4. Straż przy grobie

Modlitwa wstępna

Panie Jezu Chryste,
Ty przyszedłeś na świat, aby nas zbawić.
Dokonałeś tego przez swoją Mękę,
Śmierć i Zmartwychwstanie,
które uobecniasz dla nas w liturgii Kościoła.
Pozwól mi towarzyszyć Ci w tych wydarzeniach,
abym w nie włączony, otrzymał konieczne łaski
i wydał owoc nawrócenia.
Proszę Cię, aby Duch Święty
prowadził moją myśl podczas tej adoracji.
Niech pomoże mi zrozumieć słowo Boże,
przyjąć je i zastosować w moim życiu.

Któryś za nas cierpiał rany,
Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami. Amen.

Z Ewangelii według św. Mateusza Mt 27, 62-66
Następnego dnia, czyli po dniu przygotowania, zebrali się u Piłata wyżsi kapłani i faryzeusze. Powiedzieli: „Panie, przypomnieliśmy sobie, że ten zwodziciel jeszcze za życia mówił: «Po trzech dniach zmartwychwstanę». Rozkaż więc, aby pilnowano grobu aż do trzeciego dnia, żeby czasem Jego uczniowie nie przyszli, nie wykradli Go i nie rozpowiadali wśród ludzi, że powstał z martwych. I ostatnie oszustwo byłoby gorsze od pierwszego”. Piłat im odpowiedział: „Weźcie strażę i idźcie zabezpieczyć grób, jak umiecie”. Oni więc poszli i zabezpieczyli grób: opieczętowali kamień i postawili strażę.

„Przypomnieliśmy sobie, że ten zwodziciel jeszcze za życia mówił: «Po trzech dniach zmartwychwstanę»”.

Chociaż Jezus spoczywa w grobie i usta ma zakryte śmiertelną chustą, Jego słowa wciąż żyją. Brzmia one mocno nawet w tych, którzy usunęli Go spośród żyjących. Słowa Jezusa nawet zza grobu niepokoją i domagają się zajęcia stanowiska.

Odszukaj w sobie słowa Jezusa, które wciąż brzmią w Tobie, które przypominają Ci się często, nawet niechcący. Nie bój się. Wsłuchaj się w nie, one są dla Ciebie ważne. Czego dotyczą?

Do czego Cię zachęcają? Spróbuj wprowadzić je w życie.

„Rozkaż więc, aby pilnowano grobu aż do trzeciego dnia, żeby czasem Jego uczniowie nie przyszli, nie wykradli Go i nie rozpowiadali wśród ludzi, że powstał z martwych”.

Przywódcy narodu bardzo bali się, że Jezus wróci do życia. Posunęli się nawet do wymyślania argumentów, którymi mogliby podważyć fakt zmartwychwstania, byle tylko go nie uznać.

Zastanów się, czy czasami nie popełniasz tego samego błędu: boisz się uznać prawdę, więc wymyślasz argumenty, aby jej zaprzeczyć. Tak może być w relacjach z innymi ludźmi, ale także w Twoich kontaktach z Bogiem. Jak brzmi prawda, której najbardziej boisz się uznać? Może z obecnym tu Jezusem uda Ci się pokonać lęk i przyjmując prawdę, odzyskać wolność i pokój?

Oni więc poszli i zabezpieczyli grób: opieczętowali kamień i postawili strażę.

Wszystkie działania wyższych kapłanów i faryzeuszy, o których mówi ten fragment Ewangelii, były podejmowane ze względu na zapowiedź zmartwychwstania, dokładniej – ze strachu przed wypełnieniem się słów Jezusa.

Chociaż adorujesz Chrystusa w grobie, wiesz, że On zmartwychwstał i żyje. Co Cię o tym przekonuje? Jak w Twoim życiu doświadczasz tej prawdy, że On jest żywy i działa?

Kapłani i faryzeusze byli gotowi uczynić wszystko, aby Jezus nie zmartwychwstał. Przy pomocy pieczęci i straży chcieli utrwalić Jego śmierć, nie dopuścić do tego, by powrócił do życia. W Zmartwychwstaniu Jezusa ukazała się jednak prawda, że śmierć nie jest wieczna i że została pokonana przez Jezusa Życie.

Co myślisz o śmierci? Co dla Ciebie znaczy, że śmierć jest bramą? Czy zastanawiasz się nad swoją śmiercią? Wobec Jezusa obecnego w Najświętszym Sakramencie możesz pomodlić się o swoją dobrą śmierć.

Modlitwa o dobrą śmierć

Panie, mój Stwórco i Zbawicielu, przyjmuję w duchu uwielbienia rodzaj śmierci, jakkolwiek zechcesz mi zesłać. Chcę umrzeć jako wierne dziecko Kościoła i przejść do wieczności z żywą wiarą, nadzieją i miłością oraz załując za moje grzechy. Pragnę wtedy przynajmniej w duchu odnowić przyrzeczenia złożone na chrzcie

świętym. Ofiaruję Ci, Panie, wszystkie okoliczności, jakie będą towarzyszyć mojemu przejściu do wieczności, nawet najboleśniej, w duchu wynagrodzenia za moje grzechy i dla większej zasługi na niebo.

Patroni dobrej śmierci: Jezu konający, Maryjo bolesna i święty Józefie, proszę Was o dobre życie, o wierność mojemu powołaniu, a gdy będę umierający, o łaskę spowiedzi, sakramentu chorych, wiatyku i odpustu zupełnego oraz o świętą śmierć i wieczność szczęśliwą.

Jezu, Maryjo i Józefie święty,

Wam oddaję serce i duszę moją.

Jezu, Maryjo i Józefie święty,

bądźcie przy mnie w chwili mego zgonu.

Jezu, Maryjo i Józefie święty,

niech umrę w pokoju w Waszej obecności.

Psalm 30

Podzięką za ocalenie od śmierci

Panie, będę Cię wywyższać, bo mnie wybawiłeś i nie uczyniłeś ze mnie uciechy moim wrogom.

Panie, mój Boże, wołałem do Ciebie,

a Ty mnie uzdrowiłeś.

Panie, wyprowadziłeś mnie z krainy umarłych i przywróciłeś do życia spośród

schodzących do grobu.

Śpiewajcie Panu, Jego wierni,

sławcie Go, wspominając Jego świętość.
Bo gniew Jego szybko przemija,
a Jego łaskawość trwa przez całe życie.
Płacz nadchodzi wieczorem,
a rankiem okrzyk radości.
Mówiłem w czasie pomyślnym:
Nigdy nie spotka mnie nic złego!
Twoja życzliwość, Panie,
 czyni mnie górską twierdzą,
lecz gdy odwracasz oblicze, ogarnia mnie trwoga.
Do Ciebie, Panie, wołałem,
mego Boga błagałem o litość:
Jaki pożytek z mojego płaczu,
jeśli zejść do grobu?
Czy proch będzie Cię wysławiał,
czy będzie głosił Twoją wierność?
Usłysz mnie, Panie, i zlituj się nade mną,
Panie, bądź moją pomocą!
Zamieniłeś moją żalobę w taniec,
zdjąłeś ze mnie wór pokutny,
 a przepasałeś radością.
Dlatego nieustannie będę Ci śpiewał
 pieśń chwały,
Panie, mój Boże, będę Cię sławił na wieki!

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

II

ADORACJE WE WSPÓLNOCIE

Zamieszczone w tym rozdziale propozycje adoracji przygotowano z myślą o przeprowadzeniu ich we wspólnocie modlących się. Służy temu dialogowana struktura i modlitwy litanijne oraz propozycje konkretnych śpiewów, które jednak można dostosować do okoliczności i możliwości wspólnoty.

Teksty adoracji przed Ciemnicą odnoszą się do wydarzeń modlitwy Pana Jezusa w Getsemani oraz Jego uwięzienia. Adoracja przy Bożym Grobie akcentuje dar całego ziemskiego życia Jezusa, dopełnionego zbawczą Śmiercią na krzyżu. Obie adoracje utrzymane są w duchu przebłagania za ludzkie grzechy, dla odkupienia których Chrystus oddał swoje życie, oraz prośby o to, aby Jego ofiara wydała owoce w każdym z nas.

1. Przed Ciemnicą

Pieśń *Ach, mój Jezu, jak Ty klęczysz*

Panie Jezu, obecny w Najświętszym Sakramencie. Przychodzimy do Ciebie, aby z miłością odpowiedzieć na Twoje pragnienie, które wyraziłeś wobec apostołów w Ogrodzie Oliwnym: „Zostańcie tu i czuwajcie ze Mną” (Mt 26, 38). Ty pragniesz naszej obecności w godzinach swojej Męki i Śmierci. Trwanie przy Tobie, drogi nasz Zbawicielu, jest przywilejem i źródłem wielu łask. Zbawia nas każda sekunda Twojego życia, cierpienia i zgonu.

Panie, bez Ciebie nic nie możemy uczynić,
bez Ciebie nie potrafimy się zbawić,
bez Ciebie nie poznamy Ojca i nie będziemy
 mogli przyjść do Niego,
bez Ciebie pozostaniemy w naszych grzechach,
bez Ciebie nie osiągniemy życia wiecznego,
bez Ciebie nie wypełnimy naszego
 chrześcijańskiego powołania.
Przyjmij więc nas, o Panie, i włącz nas
 wszystkich w Twoją zbawczą ofiarę. Amen.

Pieśń *Kochajmy Pana*

Panie Jezu, od momentu Twojego pojmania aż do samej śmierci, wielokrotnie byłeś znieważany.

Starsi ludu i zwykli prostacy, żydowska kohorta i rzymscy żołnierze, wszyscy lżyli Ciebie i ubliżali Twojemu świętemu imieniu. Przyjmij nasze przebłaganie za tamte zniewagi i nasz brak szacunku dla imienia Jezus.

Za wszelkie zniewagi Twojego imienia,

przepraszamy Cię, Jezu.

Za niegodnie posługiwanie się
Twoim świętym imieniem.

Za wzywanie Twojego imienia do błahych,
często niegodnych spraw.

Za krzywoprzysięstwa i przysięganie bez potrzeby.

Za brak wiary w moc Twojego imienia.

Panie Jezu, święty Piotr po uzdrowieniu chromego w świątyni złożył wobec Żydów takie świadectwo: „Wiedźcie, że stało się to w imię Jezusa Chrystusa. To dzięki Niemu ten człowiek stoi przed wami zdrowy. Tylko dzięki Niemu można zostać zbawionym, bo nie dano ludziom żadnego innego imienia pod niebem, w którym możemy być zbawieni” (Dz 4, 10.12). Wierzymy i wyznajemy, Panie, że nasza pomoc jest w Twoim imieniu. Przyjmij więc naszą modlitwę, w której chcemy wyznać wiarę w moc imienia Jezus i błagać Cię o łaski konieczne dla nas i całego świata, odkupionego Boską krwią Twoją.

Litania do Imienia Jezus

Kyrie eleison, Chryste eleison, Kyrie eleison.

Jezu, usłysz nas. Jezu, wysłuchaj nas.

Ojcze z nieba, Boże, **zmiłuj się nad nami.**

Synu, Odkupicielu świata, Boże,

Duchu Święty, Boże,

Święta, Trójco, Jedyne Boże,

Jezu, Synu Boga żywego,

Jezu, odblasku 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,

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, Ojczyzna 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 Dzieciństwo 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.
Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,
przepuść nam, Jezu.
Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,
wysłuchaj nas, Jezu.
Baranku Boży, który gładzisz grzechy świata,
zmiłuj się nad nami, Jezu.

K. Jezu, usłysz nas.

W. Jezu, wysłuchaj nas.

Módlmy się:

Panie Jezu 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, ustami i czynkami miłowali i nigdy nie przestawali wielbić.

Racz nas obdarzyć, Panie, ustawiczną bojaźnią i miłością świętego imienia Twego, albowiem nigdy nie odmawiasz swej opieki tym, których utwierdzasz w swojej miłości. Który żyjesz i królujesz na wieki wieków.

W. Amen.

Pieśń *Z tej biednej ziemi*

O, Jezu, Królu wszechświata, z miłości do nas pozwoliłeś się związać i wtrącić do więzienia. Wziąłeś na siebie wszystkie nasze niewole, aby nas z nich uwolnić. Ty uczyłeś swoich apostołów: „Jeżeli Syn was wyzwoli, wówczas rzeczywiście będziecie wolni” (J 8, 36). Ufamy Twojemu słowu i, wspominając Twoją zbawczą Mękę, podczas której przelałeś krew swoją i oddałeś za nas życie, wołamy: **Wyzwól nas, Panie!**

Z obojętności na Twoją miłość.

Z odrętwienia duchowego

na skutek naszych zaniedbań.

Z mocy szatana i złych duchów.
Spod wpływu czarów, rzuconych uroków
i przekleństw.
Z niewoli grzechu.
Ze wszystkich nękających nas nałogów.
Z grzesznych przyzwyczajeń i nawyków.
Ze stanu nienawiści i braku przebaczenia.
Z poczucia bezsensu życia i braku nadziei.
Z dręczących nas depresji i kompleksów.
Z zakłamania i wszelkiej obłudy.
Z chorego poczucia winy.
Ze szkodliwych relacji i zależności.
Ze wszystkiego, co niszczy w nas Twoje życie.

Jeżu, który za naszą wolność płacisz własną niewolą, Męką i Śmiercią, otwórz nasz umysł, wolę i serce na dar Twojego zbawienia. Wspomóż nas, abyśmy owocnie współpracowali z Twoją łaską. Który żyjesz i królujesz na wieki wieków. Amen.

Pieśń *O Krwi najdroższa*

2. Przy Bożym Grobie

Pieśń *Witam Cię, witam*

Panie Jezu, Twój grób jest dziś dla nas celem pielgrzymowania. Przychodzimy jednak do Ciebie nie po to, aby zobaczyć kres Twojego dzieła, lecz aby stawać się świadkami wszystkiego, co było od wieków zapowiedziane, a teraz się wykonało. Przychodzimy, aby przyjąć ten dar spełniającego się obietnic Boga. Jesteśmy tutaj również po to, aby czuwać i trwać w oczekiwaniu na cud Twojego Zmartwychwstania. Niech Twoja eucharystyczna obecność przenika nas i przemienia. Niech Duch Święty prowadzi naszą modlitwę i otwiera nas na płynące od Ciebie łaski.

Pieśń *Zawitaj, Ukrzyżowany*

Panie Jezu Chryste, trwając w Twojej obecności, wspominamy dzieło zbawienia, które dokonałeś z miłości do nas. Przyjmij nasze dziękczynienie za dar zbawienia.

Za to, że nie pozostawiłeś nas w niewoli grzechu, śmierci i szatana, **dziękujemy Ci, Panie.**

Za to, że przyjąłeś ludzkie ciało
i stałeś się człowiekiem, aby wypełnić
odwieczny plan zbawienia wszystkich ludzi.

Za Twoje ziemskie życie, które było ciągłym
objawianiem bliskości i miłości Boga.
Za Twoje dzieciństwo i Twą miłość do dzieci.
Za Twoją pracę w warsztacie Józefa
i uświęcenie ludzkiej pracy.
Za Twoją publiczną działalność i ustanawianie
królestwa niebieskiego w ludzkich sercach.
Za Twoje słowa wyzwalającej
i oświecającej prawdy.
Za objawienie nam osoby Ojca Niebieskiego,
który jest także naszym Ojcem.
Za wszystkie cuda, które były znakami
Twojej Boskiej godności i władzy.
Za Ewangelię, którą nam ogłosiłeś
jako drogę do nieba.
Za ustanowienie Kościoła i świętych sakramentów,
w których sam się nam udzielasz.
Za powołanie apostołów i uczniów,
którym zleciłeś kontynuowanie rozpoczętego
przez Ciebie dzieła.
Za wszystkie cierpienia,
które dobrowolnie przyjąłeś z miłości do nas.
Za Twoją Mękę i Śmierć na krzyżu,
które są źródłami naszego zbawienia.
Za dar Ducha Świętego,
który nas uświęca i prowadzi do nieba.
Za ciągle uobecnianie Twojej Męki, Śmierci
i Zmartwychwstania na ołtarzach całego świata.

Za konieczną do zbawienia łaskę,
która jest Twoim życiem w nas.

Dobry Jezu, Ty stałeś się naszą drogą do domu Ojca. Pomóż nam z wdzięcznością kroczyć za Tobą, abyśmy korzystając z darów, których nieustannie nam udzielasz, osiągnęli życie wieczne. Amen.

Pieśń *Krzyżu Chrystusa, bądźże pozdrowiony*

Panie Jezu Chryste, wpatrujemy się w Ciebie żywego i prawdziwego w Najświętszym Sakramencie. Widzimy Cię również leżącego w symbolicznym grobie. Twoje Życie i Twoja Śmierć są dla nas niewyczerpanym źródłem zbawienia. Jesteśmy w nie wpisani od momentu naszego chrztu i odtąd nosimy na swej duszy niezatarte znamie przynależności do Ciebie.

Kiedy więc trwamy wobec Ciebie, który umarłeś i żyjesz, coraz pełniej odkrywamy, kim jesteśmy. W Tobie umarliśmy dla grzechu, aby żyć jako wolne dzieci Boże. Ty jesteś naszym życiem, które się nie kończy. Odkupienie, którego dla nas dokonałeś, przekonuje nas o tym, jak jesteśmy cenni dla Boga i że naszym powołaniem jest wieczna chwała w niebie.

Drogi Jezu, rozpal nasze serca wdzięcznością za tak wielkie dary. Pomnóż naszą wiarę, aby-

śmy nigdy nie w wątpili w miłość Boga i naszą godność dzieci Bożych. Pomóż nam wieść życie zgodne z naszym wiecznym powołaniem i dochować wierności łasce chrztu aż do śmierci.

Pieśń *O Krwi najdroższa*

Boski Zbawicielu, stajemy przed Tobą świadomi naszych grzechów. To one przyczyniły się do Twojej Męki i Śmierci. Nie chciałeś, abyśmy ginęli bez nadziei pojednania z Bogiem, ale umarłeś na krzyżu i zgładziłeś nasze winy. Wyznajemy dziś, Panie, że jesteśmy winni Twojej śmierci. Każdy nasz grzech jest wydaniem na Ciebie wyroku skazującego. Przyjmij z serca płynące przebłaganie.

Za wszelką nieprawość w myślach, słowach

i uczynkach, **przepraszamy Cię, Panie.**

Za ignorowanie przykazań Bożych i kościelnych.

Za łamanie zasad życia chrześcijańskiego podanych w Piśmie Świętym i nauczaniu Kościoła.

Za grzechy przeciwko miłości siebie i bliźniego.

Za lekceważenie daru zbawienia

i odrzucanie łaski Bożej.

Za opieszałość w kroczeniu za Tobą

i lenistwo duchowe.

Tylko Twojemu miłosierdziu zawdzięczamy dar nowej szansy, którą nieustannie odnawiasz w sa-

kramencie pokuty i pojednania. Zlitowałeś się nad naszą nędzą i postanowiłeś wziąć na siebie nasze grzechy, aby przebłagać Ojca. Pomóż nam, Panie, trwać przy Tobie i z wszystkich sił unikać grzechów. A kiedy znowu upadniemy, niech wiara w Twoje miłosierdzie pomoże nam powrócić do Ciebie przez sakrament pokuty i pojednania.

Można odmówić *Koronkę do Bożego Miłosierdzia.*

Akt zawierzenia świata Bożemu Miłosierdziu

Jan Paweł II, Kraków-Łagiewniki, 17 sierpnia 2002 r.

Boże, Ojcze miłosierny,
który objawiłeś swoją miłość
w Twoim Synu Jezusie Chrystusie
i wylałeś ją na nas w Duchu Świętym,
Pocieszycielu,
Tobie zawierzamy dziś losy świata
i każdego człowieka.
Pochyl się nad nami grzesznymi,
ulecz naszą słabość,
przewycięż wszelkie zło,
pozwól wszystkim mieszkańcom ziemi
doświadczyć Twojego miłosierdzia,
aby w Tobie, trójjedyny Boże,
zawsze odnajdywali źródło nadziei.
Ojcze przedwieczny,
dla bolesnej Męki

i Zmartwychwstania Twego Syna,
miej miłosierdzie dla nas i całego świata!
Amen.

Pieśń *Jezu Chryste, Panie miły*

Panie Jezu, Ty zapowiedziałeś swoim apostołom, że zostaniesz odrzucony przez swój naród, że zostaniesz zabity i że po trzech dniach zmartwychwstaniesz. Zgromadzeni na modlitwie, trwamy w oczekiwaniu na cud Twojego Zmartwychwstania. Prosimy Cię o wszystkie łaski, których potrzebujemy, aby nasze życie było wytrwałym oczekiwaniem na Ciebie i na koniec naszej ziemskiej pielgrzymki.

O niezachwianą wiarę w Ciebie,

prosimy Cię, Panie.

O silną nadzieję, która wskazuje nam Ciebie
jako cel i spełnienie naszych pragnień.

O gorącą miłość do Ciebie, która pomoże nam
dochować wierności Twojej Ewangelii.

O dar Ducha Świętego, kiedy podejmujemy
modlitwę.

O silne poczucie przynależności do Kościoła
i współodpowiedzialności za tę wspólnotę.

O wytrwałość wśród utrapień życia.

O cierpliwość w podejmowaniu pracy nad sobą.

O wierność naszemu powołaniu.

O zdolność przebaczenia naszym winowajcom
i skruchy za nasze winy.
O siłę do walki z pokusami.
O męstwo w walce ze złem.
O umocnienie w postępowaniu
zgodnym z wyznawaną wiarą.
O umiłowanie nieba,
do którego jesteśmy powołani.
O śmierć szczęśliwą.
O życie wieczne dla wiernych zmarłych.

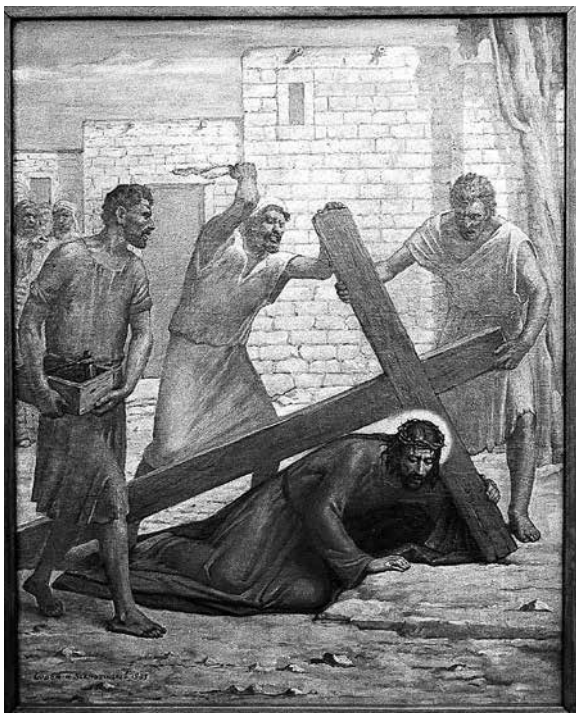
Modlitwa św. Ignacego Loyoli

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

Pieśń W krzyżu cierpienie

III

ROZWAŻANIA
NA DRODZE KRZYŻOWEJ



Krzyż Chrystusa szkołą miłości

Nawet najbardziej heroiczny czyn nic nie znaczy bez miłości. Ona jest sensem dobra i ofiary. Ona jest miarą naszego człowieczeństwa i gwarancją udziału w życiu Boga. Przychodzimy do Jezusa Chrystusa ukrzyżowanego, aby doświadczyć Jego Miłości i nauczyć się, że nie ma większej miłości od tej, gdy ktoś oddaje swoje życie (por. J 15, 13). Jezus ukochał nas taką właśnie miłością.

Stacja I. Wyrok Miłość jest prawdą

Uczeni w Prawie i faryzeusze wydali wyrok. Jezus stał się zbyt popularny i wpływowy. Zagroził ich pozycji społecznej. Nieraz demaskował ich obłudę i fałszywą moralność, w której skrupulatne wypełnianie przepisów Prawa nie wpływało z głębi serca kochającego Boga.

Podburzony tłum wydał wyrok, bo ktoś powiedział, że należy zabić Nazarejczyka. A w tłumie nie trzeba przecież samemu podejmować decyzji, opowiadać się za prawdą. Zawsze zrobi to ktoś inny. W tłumie łatwiej jest krzyczeć, jak wszyscy, że niewinny jest winien, a zbrodniarz to anioł.

Piłat wydał wyrok? Przecież umył ręce na znak, że nie ponosi odpowiedzialności za wyrok skazujący. Woda obmyła jednak tylko ręce.

W duszy pozostało zamię decyzji o utrzymaniu posady za cenę śmierci Niewinnego.

A Jezus stał pokorny, bo znał prawdę swojej miłości: nie zazdrościł wpływów, nie chwalił się dobrem, które czynił, nie okazywał, że jest królem i nie wynosił się nad innych.

Jezu niesłusznie skazany, naucz mnie, że miłość nawet wobec kłamliwych oskarżycieli nie zazdrości, nie przechwala się, nie jest zarozumiąta.

Stacja II. Krzyż

Miłość wszystko okrywa milczeniem

Jezus przyjmuje krzyż: ciężki, twardy, szorstki... Jak miłość, która nie jest przelotna, na chwilę, tylko dla przyjemności; jak miłość w zdrowiu i chorobie, w dobrej i złej doli aż do śmierci.

Jezus krzyż przyjmuje i mówi: „Tak kocham – wiernie i bez sprzeciwów, nawet gdy boli”. On krzyża nie zrzuca na cudze ramiona, lecz w milczeniu bierze go na siebie. Chce mieć w nim pełny udział. Bo nie ten kocha prawdziwie, kto jest krzykliwym widzem miłości, a gdy nadejdzie trudny czas próby, chyłkiem umyka w milczeniu. Miłość krzyża się nie boi, bo Krzyż to jej drugie imię.

Jezu, z cichą zgodą krzyż przyjmujący, rozpal w nas miłość, która wszystko okrywa milczeniem.

Stacja III. Upadek

Miłość wszystkiemu ufa

Jezus podjął krzyż. Ruszył drogą ku Golgocie, lecz nie uszedł daleko. Upadł. Schylił się tak boleśnie, aby podnieść z ziemi wszystkie miłości leżące na bruku: miłości porzucone, ostygłe; miłości chore i ślepe; miłości skrzywdzone i te krzywdzące; miłości zniewalające i okrutne przez zazdrość... Jezus nie brzydzi się żadną z nich – wszystkie przytula do krzyża i podnosi z ziemi.

W każdej niedoskonałej miłości jest przecież jakaś tęsknota, aby być tą jedyną, prawdziwą, do końca. Jezus zbiera wszystkie te tęsknoty, podnosi z szacunkiem jak okruchy chleba. Powstaje z krzyżem pełnym ułomnych ludzkich miłości, bo chce je obmyć i uzdrowić; chce je zanurzyć w źródle, które tryska z Jego serca. Miłość na Golgocie zwycięży, a w niej zwycięży każdy okrucuch miłości, w którą człowiek wierzy.

Jezu, Królu miłości, nawet w porażce niosę do Ciebie moją chorą miłość, bo miłość wszystkiemu ufa.

Stacja IV. Matka

Miłość wszystko przetrzyma

Któż lepiej nauczy miłości niż matka? Jezus spełnia na Drodze Krzyżowej tę miłość, której Mistrzynią była Mu na ziemi Maryja. Stąd

komunia serc, stąd miłość aż do krzyża, do krwi.

Zjednoczenie Matki i Syna w cierpieniu opiera się na ogromnym szacunku. Maryja cierpi z Synem, chciałaby Mu odjąć bólu, lecz szanuje prawo Syna do cierpienia. Godzi się z wolą Bożą, która przewidziała Mękę i Śmierć Jezusa dla zbawienia świata. Matka jest obecna przy cierpiącym Synu. W tej miłującej obecności dojrzewa owoc zbawienia.

Trudno zgodzić się na cierpienie kogoś bliskiego. Robimy wszystko, aby oddalić od niego ból. I tak trzeba. Bywają jednak cierpienia, do których każdy ma prawo, bo bez nich nie dojrzeje, nie zrozumie, nie wzrośnie... Wtedy trzeba zgodzić się na nie i miłującą obecnością towarzyszyć cierpiącemu, aż dojrzeje w nim owoc zbawienia.

Jezu, nie proszę, byś mnie i moim bliskim ujął koniecznego cierpienia. Proszę o miłość, która wszystko przetrzyma.

Stacja V. Szymon

Miłość jest szlachetna

Szymon z Cyreny nie planował udziału w pochodzie skazańców. Trzeba było go aż zmusić, aby pomógł Jezusowi. Trudno się dziwić, bo któż chciałby pomagać zbrodniarzowi? Czy Szy-

mon wiedział, że Jezus jest niewinny? Może bał się, że ludzkie języki na zawsze połączą go z tym Skazańcem...

Czy wolno pomagać złoczyńcy, świadczyć miłość krzywdzicielowi? A może ten, komu wahamy się pomóc, bo został okrzyknięty winowajcą, w rzeczywistości jest ofiarą jak Jezus? Jakiego przymuszenia potrzeba, aby zdobyć się na dobro?

Jezu, nie chcę rozsądzać, kto jest winien, a kto nie. Abym nie bał się kochać odrzuconych, rozpal we mnie miłość, która jest szlachetna.

Stacja VI. Weronika

Miłość nie szuka siebie

Weronika ujrzała człowieka, który cierpi. Nie dbając o własne bezpieczeństwo, chustą odważnej miłości otarła twarz Jezusowi.

Miłość żyje, kiedy jest wyrażana, kiedy jest okazywana odważnie. Miłość zawsze prowadzi od siebie do drugiej osoby, zawsze jest darem z siebie. Nigdy nie przywłaszcza sobie prawa do kogoś.

Miłość odważna w okazywaniu maluje w sercu oblicze osoby kochanej, jak twarz Jezusa utrwaliła się na chuście Weroniki. Bóg nosi w swoim sercu oblicze ludzkości, umiłował nas przecież odważnie: aż do krzyża swojego Syna, aż do Jego śmierci.

Jezu, który nosisz w sercu moje oblicze, naucz mnie odwagi Weroniki; naucz mnie miłości, która nie szuka siebie.

Stacja VII. Upadek

Miłość jest cierpliwa

Jezus znowu upada, lecz także kolejny raz powstaje. Ile upadków, tyle podźwignięć z ziemi; ile porażek, tyle decyzji, aby iść dalej; ile zagubień, tyle powrotów. Skąd brać siły do takiego życia? Tylko miłość jest wystarczająco cierpliwa. Ona nie notuje ilości popełnionych błędów ani nie określa limitu powrotów. Taką miłością kocha nas Bóg.

Jezus powstający z kolejnego upadku uczy także cierplivej miłości do siebie samego. Choć upadam, nie jestem przecież swoim upadkiem. Zawsze mogę powstać, zawrócić, iść dalej... Bóg daje mi łaskę, bym powstał; zawsze daje mi kolejną szansę. Dlaczego więc sam sobie miałbym tej szansy odmówić?

Jezu wytrwały w powstawaniu, wlej we mnie wiarę w miłość Boga, który zawsze przygarnia powracających. Pomóż mi tak kochać siebie samego, bym nigdy nie odbierał sobie prawa do powstania z kolejnego upadku. Przecież miłość jest cierpliwa.

Stacja VIII. Kobiety

**Miłość nie cieszy się z niesprawiedliwości,
lecz raduje się prawdą**

Jezus spotkał na Drodze Krzyżowej kobiety, które płakały nad dokonującą się niesprawiedliwością. Współczuły Skazańcowi i On z pewnością docenił ten odruch ludzkiej solidarności.

Jednak samo współczucie nie jest jeszcze miłością. Nie ten kocha prawdziwie, kto tylko wylewa łzy. Miłość cierpi z powodu niesprawiedliwości, lecz jednocześnie prowadzi do prawdy, która wyzwala. Miłość szuka prawdziwego dobra, nie samej tylko pociechy. Jezus podczas swej Męki okazuje płaczącym kobietom miłość, która jest prawdą. Mówi, że należy płakać nad ubóstwem własnego serca; wylewać łzy skruchy nad życiem, które nie dostrzega prawdy o sobie; współczuć nędzy, która wzrusza się losem biedaków, by uciec od poznania stanu własnej duszy.

Jezu, kochający człowieka prawdziwie, daj memu sercu oczy patrzące z miłością, która nie cieszy się z niesprawiedliwości, lecz raduje się prawdą.

Stacja IX. Upadek

Miłość nigdy nie ustaje

Kolejny upadek Jezusa, kolejna bolesna porażka. Oto leży na ziemi zdruzgotany miłością, lecz

nie zniechęcony. Trudna jest miłość wierna – chwila po chwili. Ciężka jest miłość nieodwzajemniona. Zniechęca bardzo miłość samotna. Powala na ziemię miłość zraniona. Jezus, upadając, nie ginie jednak pod ciężarem krzyża. Miłość przywiodła Go na Drogę Krzyżową i miłość staje się siłą, aby mógł dojść na Golgotę. Ta sama miłość, która druzgocze, czyni Go mocnym, aby pójść dalej. Jezus powstaje właśnie dlatego, że kocha. I idzie, by ukochać do końca.

Jezu, pomóż mi w zniechęceniach czerpać siłę z miłości, która nigdy nie ustaje.

Stacja X. Nagość

Miłość nie postępuje nieprzyzwoicie

Na szczycie Golgoty Jezus dopełnia swojej ofiary. Żołnierze zdzierają z Niego szaty. Nadszedł czas, aby na ołtarzu miłości złożyć nawet ludzką godność i wyzbyć się prawa do czci przynależnej każdemu. Jezus godzi się na to, bo chce odkupić wszystkie grzechy i krzywdy świata. Bierze więc na siebie każdy brak miłości i szacunku, każdą podeptaną godność. One właśnie są haniebną nagością ludzkości. Zaradzić jej może jedynie miłość – czysty dar z siebie. Jezus oddaje siebie do końca, aby okryć tę nagość świata, bo miłość przywraca utraconą godność.

Jezu, obrońco naszego człowieczeństwa, niech wszyscy ludzie uwierzą, że miłość nie postępuje nieprzyzwoicie.

Stacja XI. Ukrzyżowanie

Miłość nie wybucha gniewem

Jezus pozwala przybić się do krzyża. Nie dochodzi swoich praw, nie buntuje się, nie przeklina swoich krzywdzicieli. Miłość pozwala się ukrzyżować, bo wierzy w swoje ostateczne zwycięstwo.

Cierpienie odbiera nam siły, stajemy się rozdrażnieni, łatwo nas zdenerwować. Ból przybijanego do krzyża Jezusa, który nie pała nienawiścią do oprawców, zmusza nas do postawienia sobie pytania: skąd bierze siły, by tak znosić cierpienie? Odpowiedź jest wciąż ta sama: bo kocha. Miłość daje Mu siły, aby bez buntu przyjąć cierpienie. Miłość – także do tych, którzy Go krzyżują. W miłości nie ma pragnienia zemsty, odwetu.

Jezu, pokorny w czasie krzyżowania, niechaj cierpiący odnajdują siłę w miłości, która nie wybucha gniewem.

Stacja XII. Śmierć

Miłość wszystkiemu wierzy

Jezus umiera na krzyżu. Zawieszony nad ziemią, wyklęty z ludzkiego rodu, jeszcze nie w niebie,

bo śmierć zwleka. Pomędzy ziemią a niebem – samotny. Już wszystko dokonał, aby przekonać świat o miłości Ojca. Wszystko już ofiarował: uniżenie Boga, gdy stał się Człowiekiem, życie wypełnione głoszeniem dobrej nowiny, swoje Ciało i Krew w Wieczerniku i podczas Męki, Matkę swoją... Teraz także oddaje własnego ducha, składając go w ręce Ojca dla życia każdego człowieka.

Jezus jest hojnym dawcą, nie liczy się z kosztami. Rozdaje swoją miłość bez żyrantów, bez poręczeń majątkowych. Bóg kocha za darmo i wierzy w człowieka, że przyjmie tę miłość, że tę miłość pokocha.

Jezu umierający, pomóż mi przyjąć dar Twego zbawienia. Niech spełni się miłość, która wszystkimu wierzy.

Stacja XIII. Pieta

Miłość nie liczy doznanych krzywd

Ciało Jezusa zdjęto z krzyża i oddano Matce. Maryja, tuląc martwego Syna, dopełnia „fiat” wypowiedziane kiedyś w Nazarecie. „Niech mi się stanie według Twego słowa” – Służebnica Pańska podczas zwiastowania, Służebnica Pańska wobec śmierci Syna. Zawsze zachowująca w swym sercu Boże dzieła: te radosne i te bolesne; zachowująca w sercu, bez prowadzenia

rachunku swoich zasług i boleści. Rozważająca je w swoim sercu bez pychy z powodu swojego wyniesienia i bez upominania się o wynagrodzenie za cierpienia.

Miłość nie prowadzi rachunkowości, zawsze jest daniem.

Matko nad zwłokami Syna, niechaj bez zastrzeżeń przyjmę prawdę, że miłość nie liczy doznanych krzywd.

Stacja XIV. Grób

Miłość potrafi oczekiwać

Martwego Jezusa namaszczoneo niedokładnie i pogrzebano w pośpiechu. Zatoczony kamień zakończył długą mękę i krótki pogrzeb. Taki koniec drogi Jezusa ujrzały ludzkie oczy. Ale oczy człowieka nie widzą dokładnie, dostrzegają jedynie skrawek rzeczywistości, nie są w stanie uchwycić doskonałości.

Bóg w grobie – absurd, który był rzeczywistością. Bóg w grobie – absurd, który jest wykrzyknikiem: Uważaj, człowieku! Nie wszystko rozumiesz, nie dostrzegasz wszystkiego!

Życie wielokrotnie stawia nas wobec takich wykrzykników: śmierć dziecka, cierpienie niewinnych... Tylko miłość, która umie czekać, będzie świadkiem zmartwychwstania. Tylko

miłość, która umie czekać, pozna prawdę o rzeczach niepojętych i wydarzeniach niezrozumiałych. Bóg w grobie – to jeszcze nie koniec.

*Jezu, Tajemnico skalnej pieczary, daj mi miłość
większą od niedowidzenia mej wiary.*

*Bo „kiedy nadejdzie to, co doskonałe,
zaniknie to, co częściowe.*

*Teraz widzimy jak w zwierciadle, niewyraźnie,
potem będziemy oglądać twarzą w twarz.*

*Teraz poznaję po części,
potem poznam tak, jak sam zostałem poznany”
(1Kor 13, 10.12).*

Zakończenie

Panie Jezu, rozważanie Twojej Męki i Śmierci jest zawsze szkołą miłości. Pomóż mi do niej dorastać. Pomóż mi wierzyć i odczuć, że to z miłości do mnie oddałeś swoje życie. Napełnij mnie nadzieją, że odwieczna miłość Trójcy Świętej stanie się moim udziałem w wieczności.

Dziękuję Ci, Jezu, za Twoją miłość. Chcę odpowiedzieć na nią miłością.

„Teraz więc trwają wiara, nadzieja i miłość – te trzy. Z nich zaś największa jest miłość” (1Kor 13, 13). A potem, w wieczności, pozostanie już tylko Miłość.

IV

LITANIA DO NAJDROŻSZEJ KRWI PANA JEZUSA



Kyrie, eleison, Chryste, eleison, Kyrie, eleison.
Chryste, usłysz nas. Chryste, wysłuchaj nas.
Ojczy z nieba, Boże, **zmiłuj się nad nami.**
Synu, Odkupicielu świata, Boże,
Duchu święty, Boże,
Święta Trójco, Jedyny Boże,
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,
Krwi Chrystusa, bez której nie ma przebaczenia,
Krwi Chrystusa, którą w Eucharystii
 poisz i oczyszczasz dusze,
Krwi Chrystusa, źródła 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 czyścowej,
Krwi Chrystusa, wszelkiej chwały
i czci najgodniejsza,
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: Odkupiłeś nas, Panie, Krwią swoją.

W: I uczyniłeś nas Królestwem Boga naszego.

Módlmy się.

Wszchemogący, wieczny Boże, któryś Jednorodzonego Syna Swego ustanowił Odkupicielem świata i Krwią Jego dał się przebłagać, daj nam, prosimy, godnie czcić zapłatę naszego zbawienia i dzięki niej doznawać obrony od zła doczesnego na ziemi, abyśmy radowali się wiekuistym szczęściem w niebios. Przez tegoż Chrystusa Pana naszego.

W: Amen.

V
GORZKIE ŻALE



Pobudka

1. Gorzkie żale przybywajcie, * Serca nasze przenikajcie,
2. Rozpłyńcie się, me źrenice, * Toczcie smutnych łez krynice.
3. Słońce, gwiazdy omdlewają, * Żałobą się pokrywają.
4. Płaczą rzewnie Aniołowie, * A któż żalność ich wypowie?
5. Opoki się twarde kraja, * Z grobów umarli powstają.
6. Cóż jest, pytam, co się dzieje? * Wszystko stworzenie truchleje!
7. Na ból męki Chrystusowej * Żal przejmuję bez wymowy.
8. Uderz, Jezu, bez odwłoki * W twarde serc naszych opoki!
9. Jezu mój, we krwi ran swoich * Obmyj duszę z grzechów moich!
10. Upał serca swego chłodzę, * Gdy w przepaść męki Twej wchodzę.

Część I

I i IV niedziela Wielkiego Postu

Intencja

Przy pomocy łaski Bożej przystępujemy do rozważania Męki Pana naszego Jezusa Chrystusa. Ofiarować

je będziemy Ojcu niebieskiemu na cześć i chwałę Jego Boskiego majestatu, pokornie Mu dziękując za wielką i niepojętą miłość ku rodzajowi ludzkiemu, iż raczył zesłać Syna swego, aby za nas wycierpiał okrutne męki i śmierć podjął krzyżową. To rozmyślanie ofiarujemy również ku czci Najświętszej Marii Panny, Matki Bolesnej, oraz ku uczczeniu Świętych Pańskich, którzy wyróżniali się nabożeństwem ku Męce Chrystusowej.

W pierwszej części będziemy rozważali, co Pan Jezus wycierpiał od modlitwy w Ogrójcu aż do niesłusznego przed sądem oskarżenia. Te zniewagi i zelżywości temuż Panu za nas bolejącemu ofiarujemy za Kościół święty katolicki, za najwyższego Pasterza z całym duchowieństwem nadto za nieprzyjaciół krzyża Chrystusowego i wszystkich niewiernych, aby im Pan Bóg dał łaskę nawrócenia i opamiętania.

Hymn

1. Żal duszę ściska, serce boleść czuje, * Gdy słodki Jezus na śmierć się gotuje, * Klęczy w Ogrójcu, gdy krwawy pot leje, * Me serce mdleje.
2. Pana świętości uczeń zły całuje, * Żołnierz okrutny powrózmi krępuje! * Jezus tym więzom dla nas się poddaje, * Na śmierć wydaje.

3. Bije, popycha tłum nieposkromiony, * Nielitościwie z tej i owej strony, * Za włosy targa, znosi w cierpliwości, * Król z wysokości.
4. Zsiniałe przedtem krwią zachodzą usta, * Gdy zbrojną żołnierz rękawicą chlusta; * Wnet się zmieniło w płaczące wzdychanie, * Serca kochanie.
5. Oby się serce we łzy rozplęwało, * Że Cię, mój Jezu, sprośnie obrażało! * Żal mi, ach żal mi, ciężkich moich złości, * Dla Twojej miłości!

Lament duszy nad cierpiącym Jezusem

1. Jezu, na zabicie okrutne, Cichy Baranku od wrogów szukany, * Jezu mój kochany!
2. Jezu, za trzydzieści srebrników * Od niewdzięcznego ucznia zaprzędany, * Jezu mój kochany!
3. Jezu, w ciężkim smutku żalością, * Jakoś sam wyznał, przed śmiercią nękanym, * Jezu mój kochany!
4. Jezu, na modlitwie w Ogrojcu, * Strumieniem potu krwawego zalany, * Jezu mój kochany!
5. Jezu, całowaniem zdradliwym * Od niegodnego Judasza wydany, * Jezu mój kochany!
6. Jezu, powrozami grubymi * Od swawolnego żołdactwa związany, * Jezu mój kochany!
7. Jezu, od pospółstwa zelżywie * Przed Annaszowym sądem znieważany, * Jezu mój kochany!

8. Jezu, przez ulice sromotnie * Przed sąd Kajfasza
za włosy targany, * Jezu mój kochany!
9. Jezu, od Malchusa srogiego * Ręką zbrodniczą
wypoliczkowany, * Jezu mój kochany!
10. Jezu, od fałszywych dwóch świadków * Za zwodzi-
ciela niesłusznie podany, * Jezu mój kochany!

Bądź pozdrowiony, bądź pochwalony, * dla nas ze-
lżony i pohańbiony! * Bądź uwielbiony! Bądź wy-
sławiony! Boże nieskończony!

Rozmowa duszy z Matką Bolesną

1. Ach! Ja matka tak żałosna! * Bolesć mnie ściska
nieznośna * Miecz me serce przenika.
2. Czemuś Matko ukochana, * Ciężko na sercu
stroskana? * Czemu wszystka truchlejesz?
3. Co mnie pytasz, wszystkim w mdłości, * Mówić
nie mogę z żałości, * Krew mi serce zalewa.
4. Powiedz mi, o Panno moja, * Czemu blednieje
twarz Twoja? * Czemu gorzkie łyż lejesz?
5. Widzę, że Syn ukochany, * W Ogrojcę cały zala-
ny * Potu krwawym potokiem.
6. O Matko, źródło miłości, * Niech czuję gwałt
Twojej żałości! * Dozwól mi z sobą płakać!

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj
się nad nami.

Część II

II i V niedziela Wielkiego Postu

Pobudka

1. Gorzkie żale przybywajcie, * Serca nasze przenikajcie,
2. Rozpłyńcie się, me żrenice, * Toczcie smutnych łez krynice.
3. Słońce, gwiazdy omdlewają, * Żałobą się pokrywają.
4. Płaczą rzewnie Aniołowie, * A któż - żalność ich wypowie?
5. Opoki się twarde kraja, * Z grobów umarli powstają.
6. Cóż jest, pytam, co się dzieje? * Wszystko stworzenie truchleje!
7. Na ból męki Chrystusowej * Żal przejmuję bez wymowy.
8. Uderz, Jezu, bez odwłoki * W twarde serc naszych opoki!
9. Jezu mój, we krwi ran swoich * Obmyj duszę z grzechów moich!
10. Upał serca swego chłódzę, * Gdy w przepaść męki Twej wchodzę.

Intencja

W drugiej części rozmyślania Męki Pańskiej będziemy rozważali, co Pan Jezus wycierpiał od niesłusz-

nego przed sądem oskarżenia aż do okrutnego cierpieniem ukoronowania. Te zaś rany, zniewagi i zelżywości temuż Jezusowi cierpiącemu ofiarujemy, prosząc Go o pomyślność dla Ojczyzny naszej, o pokój i zgodę dla wszystkich narodów, a dla siebie o odpuszczenie grzechów, oddalenie klęsk i nieszczęść doczesnych, a szczególnie zarazy, głodu, ognia i wojny.

Hymn

1. Przypatrz się, duszo, jak cię Bóg miłuje, * Jako dla ciebie sobie nie folguje. * Przecie Go bardziej, niż katowska, dręczy, * Złość twoja męczy.
2. Stoi przed sędzią Pan wszego stworzenia, * Cichy Baranek, z wielkiego wzgardzenia; * Dla białej szaty, którą jest odziany, * Głupim nazwany.
3. Za moje złości grzbiet srodze biczują; * Pójdźmy, grzesznicy, oto nam gotują, * Ze Krwi Jezusa dla serca ochłody * Zdrój żywej wody.
4. Pycha światowa niechaj co chce wróży, * Co na swe skronie wije wieniec z róży, * W szkarłat na posmiech cierniem Król zraniony * Jest ozdobiony!
5. Oby się serce we łzy rozpływało, * Że Cię, mój Jezu, sprośnie obrażało! * Żal mi, ach, żal mi, ciężkich moich złości, * Dla Twej miłości!

Lament duszy nad cierpiącym Jezusem

1. Jezu, od pospólstwa niewinnie * Jako łotr go-dzien śmierci obwołany, * Jezu mój kochany!

2. Jezu, od złośliwych morderców * Po ślicznej twarzy tak sprośnie zeplwany, * Jezu mój kochany!
3. Jezu, pod przysięgą od Piotra * Po trzykroć z wielkiej bojaźni zaprzany, * Jezu mój kochany!
4. Jezu, od okrutnych oprawców * Na sąd Piłata jak zbójca szarpany, * Jezu mój kochany!
5. Jezu, od Heroda i dworzan, * Królu niebieski, zelżywie wysmiany, * Jezu mój kochany!
6. Jezu, w białą szatę szydersko * Na większy pośmiejch i hańbę ubrany, * Jezu mój kochany!
7. Jezu, u kamiennego słupa * Niemiłosiernie biczmi wysmagany, * Jezu mój kochany!
8. Jezu, przez szyderstwo okrutne * Cierniowym wieńcem ukoronowany, * Jezu mój kochany!
9. Jezu, od żołnierzy niegodnie * Na pośmiewisko purpurą odziany, * Jezu mój kochany!
10. Jezu, trzcina po głowie bity, * Królu boleści, przez lud wyszydzany, * Jezu mój kochany!

Bądź pozdrowiony, bądź pochwalony, * dla nas zelżony i pohańbiony! * Bądź uwielbiony! Bądź wysławiony! Boże nieskończony!

Rozmowa duszy z Matką Bolesną

1. Ach, widzę Syna mojego * Przy słupie obnażonego, * Różgami zsieczonego!
2. Święta Panno, uproś dla mnie, * Bym ran Syna Twego znamię * Miał na sercu wyrte!

3. Ach, widzę jako niezmiernie * Ostre głowę ranią
ciernie! * Dusza moja ustaje!
4. O Maryjo, Syna swego, * Oстрым cierniem zra-
nionego, * Podzielże ze mną mękę!
5. Obym ja, Matka strapiona * Mogła na swoje ra-
miona * Złożyć krzyż Twój, Synu mój!
6. Proszę, o Panno jedyna, * Niechaj krzyż Twojego
Syna * Zawsze w sercu swym noszę!

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

Część III

III i VI niedziela Wielkiego Postu

Pobudka

1. Gorzkie żale przybywajcie, * Serca nasze przeni-
kajcie.
2. Rozpłyńcie się, me źrenice, * Toczcie smutnych
łez krynice.
3. Słońce, gwiazdy omdlewają, * Żalobą się pokry-
wają.
4. Płaczą rzewnie Aniołowie, * A któż żalność ich
wypowie?
5. Opoki się twarde kraja, * Z grobów umarli po-
wstają.
6. Cóż jest, pytam, co się dzieje? * Wszystko stwo-
rzenie truchleje!

7. Na ból męki Chrystusowej * Żal przejmuję bez wymowy.
8. Uderz, Jezu, bez odwłoki * W twarde serc naszych opoki!
9. Jezu mój, we krwi ran swoich * Obmyj duszę z grzechów moich!
10. Upał serca swego chłódzę, * Gdy w przepaść męki Twej wchodzę.

Intecja

W tej ostatniej części będziemy rozważali, co Pan Jezus cierpiał od chwili ukoronowania aż do ciężkiego skonania na krzyżu. Te bluźnierstwa, zelżywości i zniewagi, jakie Mu wyrządzono, ofiarujemy za grzeszników zatwardziałych, aby Zbawiciel pobudził ich serca zbłąkane do pokuty i prawdziwej życia poprawy, oraz za dusze w czyścicu cierpiące, aby im litościwy Jezus Krwią swoją świętą ogień zagasił; prosimy nadto, by i nam wyjednał na godzinę śmierci skrucę za grzechy i szczęśliwe w łasce Bożej wytrwanie.

Hymn

1. Duszo oziębła, czemu nie gorejesz? * Serce me, czemu całe nie truchlejesz? * Toczy twój Jezus z ognistej miłości * Krew w obfitości.
2. Ogień miłości, gdy Go tak rozpala, * Sromotne drzewo na ramiona zwała; * Zemdlony Jezus pod krzyżem uklęka, * Jęczy i sęka.

3. Okrutnym katom posłuszny się staje, * Ręce i nogi przebić sobie daje, * Wisi na krzyżu, ból ponosi srogi * Nasz Zbawca drogi!
4. O słodkie drzewo, spuście nam już Ciało, * Aby na tobie dłużej nie wisiało! * My je uczciwie w grobie położymy, * Płacz uczynimy.
5. Oby się serce we łzy rozpływało, * Że Cię, mój Jezu, sprośnie obrażało! * Żal mi, ach, żal mi, ciężkich moich złości, * Dla Twej miłości!
6. Niech Ci, mój Jezu, cześć będzie w wieczności, * Za Twe obelgi, męki, zelżywości, * Któreś ochotnie, Syn Boga jedyny, * Cierpiał bez winy!

Lament duszy nad cierpiącym Jezusem

1. Jezu, od pospólstwa niezbożnie * Jako złoczyńca z łotry porównany, * Jezu mój kochany!
2. Jezu, przez Piłata niesłusznie * Na śmierć krzyżową za ludzi skazany, * Jezu mój kochany!
3. Jezu, srogim krzyża ciężarem * Na kalwaryjskiej drodze zmordowany, * Jezu mój kochany!
4. Jezu, do sromotnego drzewa * Przytępiionymi gwoźdźmi przykowany, * Jezu mój kochany!
5. Jezu, jawnie pośród dwu łotrów * Na drzewie hańby ukrzyżowany, * Jezu mój kochany!
6. Jezu, od stojących wokoło * I przechodzących szyderczo wyśmiany, * Jezu mój kochany!
7. Jezu, bluźnierstwami przez złego, * Współwiszącego łotra wyszydzany, * Jezu mój kochany!

8. Jezu, gorzką żólcia i octem * W wielkim pragnieniu swoim napawany, * Jezu mój kochany!
9. Jezu, w swej miłości niezmiernej * Jeszcze po śmierci włócznie przeorany, * Jezu mój kochany!

Bądź pozdrowiony, bądź pochwalony, * dla nas zelżony i pohańbiony! * Bądź uwielbiony! Bądź wysławiony! Boże nieskończony!

Rozmowa duszy z Matką Bolesną

1. Ach, Ja Matka boleściwa, * Pod krzyżem stoję smutliwa, * Serce żalóść przejmuję.
2. O Matko, niechaj prawdziwie, * Patrząc na krzyż żalóśliwie, * Płaczę z Tobą rzewliwie.
3. Jużci, już moje Kochanie * Gotuje się na skonanie! * Toć i ja z Nim umieram!
4. Pragnę, Matko, zostać z Tobą, * Dzielić się Twoją żalobą * Śmierci Syna Twojego.
5. Zamknął słodką Jezus mowę, * Już ku ziemi skłania głowę, * Żegna już Matkę swoją!
6. O Maryjo, Ciebie proszę, * Niech Jezusa rany noszę * I serdecznie rozważam.

Któryś za nas cierpiał rany, Jezu Chryste, zmiłuj się nad nami.

SPIS TREŚCI

OD WYDAWCY	3
WPROWADZENIE.....	4
I. ADORACJE BIBLIJNE.....	5
1. Modlitwa Jezusa w Getsemani	6
2. Pojmanie Jezusa	13
3. Pogrzeb Jezusa	20
4. Straż przy grobie	25
II. ADORACJE WE WSPÓLNOCIE.....	31
1. Przed Ciemnicą.....	32
2. Przy Bożym Grobie	39
III. ROZWAŻANIA	
NA DRODZE KRZYŻOWEJ	46
IV. LITANIA DO NAJDROŻSZEJ	
KRWI PANA JEZUSA	59
V. GORZKIE ŻAŁE.....	62

Redaktor serii:

ks. Ryszard Maria Tomaszewski SSP

Redakcja:

ks. Daniel Łuka SSP

Korekta:

Ilona Kisiel

Nihil obstat:

Towarzystwo Świętego Pawła

ks. Roman Mleczo SSP – Przełożony Prowincjalny
Częstochowa, 11 stycznia 2008 r. L.dz. 1/08/N

ISBN 978-83-7424-298-1

© Edycja Świętego Pawła, 2008

ul. Św. Pawła 13/15 • 42-221 Częstochowa

tel. 034.362.06.89 • fax 034.362.09.89

www.edycja.pl • e-mail: edycja@edycja.pl