

Litánie pokory

Bože, Nebeský Otče, daj aby som sa / stal tvojím pokorným synom – stala tvojou pokornou dcérou Pane, vyslyš ma.

Ježiš, tichý a pokorný srdcom, pretvor moje srdce podľa tvojho srdca. Kriste, vyslyš ma.

Bože, Duchu Svätý, milovník pokorných duší, urob ma zo srdca poníženým/poníženou. Pane, vyslyš ma.

Modlime sa o nasledovné milosti:

Od túžby, aby si ma vážili *oslobod' ma, Pane.*

Od túžby, aby ma vyvyšovali

Od túžby, aby ma milovali

Od túžby, aby ma vyhl'adávali

Od túžby, aby si ma ctili

Od túžby, aby ma chválili

Od túžby, aby ma uprednostňovali pred inými

Od túžby, aby ma všetci prijímali

Od túžby, aby ma prosili o radu

Od túžby, aby ma uznávali

Od túžby, aby so mnou šetrne zaobchádzali

Od strachu, že ma pokoria

Od strachu, že mnou budú opovrhovať

Od strachu, že ma odstrčia

Od strachu, že budú ohovárať

Od strachu, že upadnem do zabudnutia

Od strachu z neúspechu

Od strachu, že budem ponížený/á

Od strachu, že nebudem prijatý/á

Od strachu, že ma zosmiešnia

Od strachu, že so mnou budú nespravodlivo zaobchádzať

Od strachu, že ma urazia

Od strachu, že ma budú podozrievať

Modlime sa o milosť, aby sme zo srdca súhlasili s nasledovným:

Keď iní majú viac úspechu ako ja,
daj mi milosť prijat' to v pokoji, Ježiš.

Keď sú iní viac prijímaní ako ja,

Keď sú iní uprednostňovaní predomnou,

Keď si iných viac vážia ako mňa

Keď iní v očiach bližných viac rastú, ja však v ich očiach klesám

Keď iných chvália, na mňa však zabúdajú

Prosme nakoniec o silu, aby sme sa vždy zo srdca podriadili všetkým nariadeniam poslušnosti a všetkému, čo na nás Božia prozreteľnosť zošle.

Pane, Nebeský Otče, ty vypočúvaš malých a chudobných a miluješ pokorných, daruj mi milosť, aby som sa / stál malým – stala malou / vo svojich vlastných očiach, aby som ti tak o to lepšie slúžil/a a o to viac sa ti páčil/a. Amen.

Pane Ježišu Kriste, ty si povedal: "Keď pšeničné zrno nepadne do zeme a neodumrie, ostane samo, keď však odumrie, prinesie bohatú úrodu", daruj mi milosť odumrieť sebe, aby som duchovným spôsobom s tebou ukrižovaný/á a pochovaný/á, vstal/a s tebou aj k pravému životu tu i vo večnosti. Amen.

Bože Duchu Svätý, napriek tvojej neustálej láske a milosti ľudia na teba zabúdajú, odstrkujú ťa a znevažujú. Daj mi silu, aby som v myšlienkach veľmi často a rád/rada zostupoval/a do svojej ničomnosti a hriešnosti, aby som sa takto páčil/a tebe, Otcovi chudobných a malých. Nauč ma tiež, aby som všetky nepríjemnosti, ktoré ma stretnú, objal/a s trepezivosťou a čo viac s vďačnosťou voči tebe, aby som odumrel/a sebe a takto mohol/mohla vystúpiť k tebe a zaslúžil/a si, aby ma prijali na hostinu tvojej svätej lásky. Amen.

Litánie pokory

Bože, Nebeský Otče, daj aby som sa / stal tvojím pokorným synom – stala tvojou pokornou dcérou Pane, vyslyš ma.

Ježiš, tichý a pokorný srdcom, pretvor moje srdce podľa tvojho srdca. Kriste, vyslyš ma.

Bože, Duchu Svätý, milovník pokorných duší, urob ma zo srdca poníženým/poníženou. Pane, vyslyš ma.

Modlime sa o nasledovné milosti:

Od túžby, aby si ma vážili *oslobod' ma, Pane.*

Od túžby, aby ma vyvyšovali

Od túžby, aby ma milovali

Od túžby, aby ma vyhl'adávali

Od túžby, aby si ma ctili

Od túžby, aby ma chválili

Od túžby, aby ma uprednostňovali pred inými

Od túžby, aby ma všetci prijímali

Od túžby, aby ma prosili o radu

Od túžby, aby ma uznávali

Od túžby, aby so mnou šetrne zaobchádzali

Od strachu, že ma pokoria

Od strachu, že mnou budú opovrhovať

Od strachu, že ma odstrčia

Od strachu, že budú ohovárať

Od strachu, že upadnem do zabudnutia

Od strachu z neúspechu

Od strachu, že budem ponížený/á

Od strachu, že nebudem prijatý/á

Od strachu, že ma zosmiešnia

Od strachu, že so mnou budú nespravodlivo zaobchádzať

Od strachu, že ma urazia

Od strachu, že ma budú podozrievať

Modlime sa o milosť, aby sme zo srdca súhlasili s nasledovným:

Keď iní majú viac úspechu ako ja,
daj mi milosť prijat' to v pokoji, Ježiš.

Keď sú iní viac prijímaní ako ja,

Keď sú iní uprednostňovaní predomnou,

Keď si iných viac vážia ako mňa

Keď iní v očiach bližných viac rastú, ja však v ich očiach klesám

Keď iných chvália, na mňa však zabúdajú

Prosme nakoniec o silu, aby sme sa vždy zo srdca podriadili všetkým nariadeniam poslušnosti a všetkému, čo na nás Božia prozreteľnosť zošle.

Pane, Nebeský Otče, ty vypočúvaš malých a chudobných a miluješ pokorných, daruj mi milosť, aby som sa / stál malým – stala malou / vo svojich vlastných očiach, aby som ti tak o to lepšie slúžil/a a o to viac sa ti páčil/a. Amen.

Pane Ježišu Kriste, ty si povedal: "Keď pšeničné zrno nepadne do zeme a neodumrie, ostane samo, keď však odumrie, prinesie bohatú úrodu", daruj mi milosť odumrieť sebe, aby som duchovným spôsobom s tebou ukrižovaný/á a pochovaný/á, vstal/a s tebou aj k pravému životu tu i vo večnosti. Amen.

Bože Duchu Svätý, napriek tvojej neustálej láske a milosti ľudia na teba zabúdajú, odstrkujú ťa a znevažujú. Daj mi silu, aby som v myšlienkach veľmi často a rád/rada zostupoval/a do svojej ničomnosti a hriešnosti, aby som sa takto páčil/a tebe, Otcovi chudobných a malých. Nauč ma tiež, aby som všetky nepríjemnosti, ktoré ma stretnú, objal/a s trepezivosťou a čo viac s vďačnosťou voči tebe, aby som odumrel/a sebe a takto mohol/mohla vystúpiť k tebe a zaslúžil/a si, aby ma prijali na hostinu tvojej svätej lásky. Amen.