

opusdei.org

O spokój serca - nowenna do błogosławionego Alvaro del Portillo

Ta nowenna zawiera teksty na
dziewięć dni rozważań i
modlitw oraz prośby do bł.
Alvaro o wstawiennictwo przed
Bogiem o uzyskanie pokoju,
równowagi i spokoju serca w
trudnych sytuacjach lub
czasach próby.

16-12-2021

CO TO JEST NOWENNA?

Nowenna to prywatna (lub publiczna) modlitwa odprawiana przez dziewięć kolejnych dni, aby prosić Boga o spełnienie konkretnej prośby, pokonanie trudności czy wysłuchanie modlitwy.

Modlitwa nowennowa jest odprawiana każdego dnia i może towarzyszyć jej czytanie oraz rozważanie. Nowenna może być odprawiana przez cały rok i jest często przygotowaniem do świąt kościelnych.

NOWENNA O SPOKÓJ I RÓWNOWAGĘ SERCA

Ta nowenna zawiera teksty na dziewięć dni rozważań i modlitw oraz prośby do bł. Álvaro o wstawiennictwo przed Bogiem o uzyskanie pokoju, równowagi i spokoju serca w trudnych sytuacjach lub czasach próby.

JAK MODLIĆ SIĘ W NOWENNIE O SPOKÓJ SERCA:

- Wybierz datę i godzinę (np. koniec dnia, po kolacji) rozpoczęcia nowenny.
- Przeczytaj powoli teksty do *Medytacji* dnia i rozważaj je. Proś Boga o światło i natchnienie. Możesz to zrobić przed krucyfiksem.
- Odmów *Modlitwę* dnia.
- Zakończ odmówieniem *Modlitwy do błogosławionego Alvaro* i poproś Boga o pomoc w realizacji twoich konkretnych postanowień.

Spis treści

Dzień 1 - pokój dzieci Bożych

Dzień 2 - pokój w modlitwie

Dzień 3 - pokora, źródło spokoju serca

Dzień 4 - ukojenie w przypadku choroby lub bólu

Dzień 5 - ukojenie w obliczu prób

Dzień 6 - pokój zrodzony z wierności

Dzień 7 - spokój, cierpliwość i łagodność

Dzień 8 - pokój przebaczonego serca

Dzień 9 - przekazanie pokoju innym

.....

DZIEŃ 1 - POKÓJ DZIECI BOŻYCH

MEDYTACJA

Błogosławiony Álvaro „oparł swoje powołanie na misji, którą otrzymał w głębokim poczuciu synostwa Bożego. To prowadziło go do utożsamienia się z Chrystusem w całkowitej ufności i poddaniu woli Ojca” (DV).

„Świadomość, że jesteśmy ukochanymi dziećmi Bożymi jest dla nas silną motywacją. Nieodłącznym towarzyszem tego najcenniejszego daru jest *gaudium cum pace*, radość i pokój, w naszych duszach. Pokój i radość są rzeczywistością w życiu dzieci Bożych” (bł. Álvaro, PL, 1 maja 1988).

Błogosławiony Álvaro „posiadał radość osoby, która żyje w Panu i z Panem; miał wewnętrzną pogodę ducha i przekonanie, które żadne zmęczenie nie było w stanie zamroczyć, ani cierpienie zgasić. Był księdzem, który wiedział jak inspirować w duszach decyzję o nawróceniu wraz z radością odkrycia, że jesteśmy dziećmi Bożymi” (bp. Javier Echevarría, JM, s. 693-4).

MODLITWA

Daj mi, Panie, za wstawiennictwem błogosławionego Álvaro, łaskę

pełnego zrozumienia, że przez chrzest wszyscy staliśmy się ukochanymi dziećmi Bożymi (por. *Ef* 5, 1), że każdy z nas jest kochany przez naszego ojca, Boga. Ojca, który nas widzi, słyszy nas, nazywa nas po imieniu, opiekuje się nami i pomaga nam we wszystkich naszych potrzebach (por. *Mt* 6, 25 i nast.).

Daj mi przekonanie, abym szedł, jak bł. Álvaro, za wskazaniem św. Josemarii Escrivy, założyciela Opus Dei, „Bóg jest stale tuż obok nas. Jest tu jako miłujący Ojciec - kocha każdego z nas bardziej niż wszystkie matki na świecie zdolne są kochać swoje dzieci - wspierając nas, inspirując nas, błogosławiąc... i przebacząc" (*Droga*, 267).

Pomóż mi znaleźć odpoczynek w Bogu, moim Ojcu, ufając mu całkowicie, pełen wiary w Bożą Opatrzność. Oby we wszystkim, co się wydarzy, znalazł pogodę ducha,

pokój i radość tych, którzy są dziećmi Bożymi.

MODLITWA DO BŁ. ALVARO

Boże, Ojczy miłosierny, z Twojej łaski i dzięki wstawiennictwu Najświętszej Maryi Panny błogosławiony Álvaro, biskup, stał się przykładnym pasterzem w służbie Kościoła oraz najwierniejszym synem i następcą świętego Josemaríi, założyciela Opus Dei. Spraw łaskawie, abym ja także potrafił wiernie spełniać wymogi powołania chrześcijańskiego, przemieniając każdą chwilę i sytuację mego życia w sposobność do miłowania Ciebie i służenia Królestwu Chrystusowemu. Racz doprowadzić do kanonizacji błogosławionego Álvaro i przez jego wstawiennictwo udzieli mi łaski, o którą Cię proszę... (wymień swoją prośbę). Amen.

***Ojczy nasz, Zdrowaś Maryjo,
Chwała Ojcu.***

DZIEŃ 2 - POKÓJ W MODLITWIE

MEDYTACJA

Napełniony "miłością przez Ducha Świętego, nieustannie zanurzony w modlitwie, wzmocniony przez Eucharystię i przez czułe nabożeństwo do Najświętszej Maryi Panny", błogosławiony Álvaro mógł powiedzieć, że "wszystko jest dobre, bo nasz Bóg jest dobry. Dlatego zawsze możemy być radośni!" (DV i JM, s. 202).

Błogosławiony Álvaro wnosił do otoczenia także "zaufanie, bezpieczeństwo, pokój. To było nie tylko wynikiem jego ludzkich cech, ale raczej jego głębokiego życia wewnętrznego i nadprzyrodzonego spojrzenia" (prof. Francisco Ponz, JM, s. 196-7).

Jego "ludzkie cnoty dobroć,
życzliwość, pogoda ducha,
wewnętrzny i zewnętrzny spokój,
były namacalnym dowodem
bogactwa jego życia duchowego"
(Kard. William Baum, CR).

MODLITWA

Daj mi, Panie, za wstawiennictwem
błogosławionego Álvaro, łaskę bycia
"duszą modlitwy", która może z
ufnością rozmawiać z Bogiem o
wszystkim i przez cały czas.

W trudniejszych chwilach mojego
życia mogę, jak zwykł to robić
błogosławiony Álvaro, iść przed
tabernakulum, gdzie Jezus jest
naprawdę obecny i oddać wszystkie
moje obawy Jego najukochańszemu
Sercu, a także Niepokalanemu Sercu
Maryi. Błogosławiony Álvaro był
przekonany, że Maryja, zwłaszcza
gdy gorliwie odmawiamy Różaniec
Święty, zawsze będzie wypełniać
naszą duszę pokojem.

Pomóż mi, o Panie, postępować
zgodnie z radami św. Pawła:

„O nic się już zbytnio nie troszczcie,
ale w każdej sprawie wasze prośby
Bogu przedstawiajcie w modlitwie i
błaganiu z dziękczynieniem! A pokój
Boży, który przewyższa wszelki
umysł, będzie strzegł waszych serc i
myśli w Chrystusie Jezusie” (Flp
4,6-7).

MODLITWA DO BŁ. ALVARO

Boże, Ojcie miłosierny, z Twojej łaski
i dzięki wstawiennictwu Najświętszej
Maryi Panny błogosławiony Álvaro,
biskup, stał się przykładnym
pasterzem w służbie Kościoła oraz
najwierniejszym synem i następcą
świętego Josemaríi, założyciela Opus
Dei. Spraw łaskawie, abym ja także
potrafił wiernie spełniać wymogi
powołania chrześcijańskiego,
przemieniając każdą chwilę i
sytuację mego życia w sposobność do
miłowania Ciebie i służenia

Królestwu Chrystusowemu. Racz doprowadzić do kanonizacji błogosławionego Álvaro i przez jego wstawiennictwo udziel mi łaski, o którą Cię proszę... (wymień swoją prośbę). Amen.

***Ojcze nasz, Zdrowaś Maryjo,
Chwała Ojcu.***

DZIEŃ 3 - POKORA, ŹRÓDŁO SPOKOJU SERCA

MEDYTACJA

Josemaría Escrivá, „choć był świętym, nieustannie błagał wszystkich, by się za niego modlili. Ja potrzebuję waszych modlitw jeszcze bardziej. Potrzebuję ich bardziej niż nasz Założyciel, bo jestem biedakiem i to na mnie wypadło, abym został następcą świętego" (Bł. Álvaro, PL, 30 Wrzesień 1975).

Pokora "wyraża się w głębokim i serdecznym przekonaniu, że nie jesteśmy lepsi od innych i jednocześnie, w całkowitej pewności, że my zostaliśmy wybrani przez Boga, aby służyć mu we wszystkich okolicznościach i w każdej chwili, a także by sprowadzić do niego wiele dusz. Ta pewność napełnia nas optymizmem" (Bł. Álvaro, PL, 1 sierpnia 1989).

"Nie zapominaj, że radość i pogoda ducha są konsekwencją wewnętrznego spokoju, który z kolei pochodzi z walki toczonej przeciwko sobie. Osobista walka i prawdziwy pokój są nierozłącznie związane z pokornym i szczerym smutkiem z powodu naszych wad i grzechów, które Bóg odpuszcza w świętym Sakramencie pokuty" (Bł. Álvaro, PL, 16 stycznia 1984).

MODLITWA

Panie, niech zawsze będę pamiętał o słowach Jezusa: „Uczcie się ode Mnie, bo jestem cichy i pokorny sercem, a znajdziecie ukojenie dla waszych dusz” (Mt 11,29).

Obdarz mnie szczerością bym uznał, że wiele moich obaw i niepokojów wynika z mojej miłości do samego siebie, z mojej nadmiernej troski o to, co inni o mnie myślą, z mojego smutku, że zrobiłem złe wrażenie, z mojego myślenia, że nie jestem doceniany, że nie jestem w centrum uwagi innych.

Daj mi, mój Boże, łaskę pokory, bo bez pokory "nie może być miłości bliźniego, ani żadnej innej cnoty, a zatem nie może być żadnego prawdziwego chrześcijańskiego życia" (Bł. Álvaro, PL, 1 sierpnia 1989).

Niech się nauczę mniej myśleć o sobie, mojej karierze, moim sukcesie, moich własnych sprawach i abym był

bardziej zainteresowany innymi
będąc szczęśliwy, gdy mogę im
pomóc i służyć.

MODLITWA DO BŁ. ALVARO

Boże, Ojczy miłosierny, z Twojej łaski
i dzięki wstawiennictwu Najświętszej
Maryi Panny błogosławiony Álvaro,
biskup, stał się przykładnym
pasterzem w służbie Kościoła oraz
najwierniejszym synem i następcą
świętego Josemaríi, założyciela Opus
Dei. Spraw łaskawie, abym ja także
potrafił wiernie spełniać wymogi
powołania chrześcijańskiego,
przemieniając każdą chwilę i
sytuację mego życia w sposobność do
miłowania Ciebie i służenia
Królestwu Chrystusowemu. Racz
doprowadzić do kanonizacji
błogosławionego Álvaro i przez jego
wstawiennictwo udziel mi łaski, o
którą Cię proszę... (*wymień swoją
prośbę*). Amen.

*Ojcie nasz, Zdrowaś Maryjo,
Chwała Ojcu.*

DZIEŃ 4 - UKOJENIE W PRZYPADKU CHOROBY LUB BÓLU MEDYTACJA

Po trudnym i bolesnym zabiegu medycznym, błogosławiony Álvaro "był cały czas spokojny i uśmiechnięty. (...) Odczuwał duży dyskomfort, ale nie narzekał na nic. Był przykładem dla lekarzy i personelu opiekującego się nim" (ks. Joaquín Alonso, JM s. 377, uwaga 82).

„W całym życiu Don Álvaro było wiele cierpienia, bólu, trudów, chorób i upokorzeń. Jest jasne, że mogło ono być przeżywane przez niego ze spokojem, pogodą ducha, dobrym humorem i radością, tylko dzięki Łasce Bożej, która

doprowadziła do zjednoczenia jego życia z odkupieńczą ofiarą Jezusa Chrystusa” (ks. Iñaki Celaya, CR).

Zdiagnozowano u niego nieregularny rytm pracy serca i w maju 1979 r. doznał pierwszego incydentu migotania przedsionków. "Wbrew wszystkiemu Don Álvaro nadal poświęcał się w pełni swoim zajęciom, nawet gdy cierpiał wielki ból lub doświadczał innych niewygód" (Biskup Javier Echevarría, JM, s. 1).

MODLITWA

Daj mi, mój Boże, łaskę naśladowania błogosławionego Álvaro, który w pogodny i ufny sposób zaakceptował chorobę, dolegliwości, zmęczenie, ból i samą śmierć.

Panie, jeśli dopuścisz zaznać smutku śmierci kogoś kogo kocham albo cierpienia z powodu kryzysu rodzinnego albo zaniepokojenia

zagrożeniem bezrobocia, wyciągnij swoją kochającą rękę i obdarz mnie tą ufnością dziecka, która, jak powiedział św. Josemaría, wynika z wiary w Opatrzność Bożą oraz z ufnej i spokojnej radości poddania się Twojej najświętszej woli.

Spraw, że za przykładem błogosławionego Álvaro, nauczę się przyjmować krzyż z miłością, zjednoczony z odkupieńczą ofiarą Chrystusa i postaram się postępować zgodnie z radą św. Piotra: „Wszystkie troski wasze przerzucie na Niego, gdyż Jemu zależy na was”(1 P 5,7).

Pomóż mi zrozumieć prawdę tych słów błogosławionego Álvaro: "Jeśli wszyscy rozważamy, kochamy, poddajemy się Woli Bożej, będziemy delektować się niezrównanym uczuciem bycia z Trójcą Świętą, nawet w najtrudniejszych sytuacjach" (bł. Álvaro, Homilia, 14 lutego 1992 r.).

MODLITWA DO BŁ. ALVARO

Boże, Ojcze miłosierny, z Twojej łaski i dzięki wstawiennictwu Najświętszej Maryi Panny błogosławiony Álvaro, biskup, stał się przykładnym pasterzem w służbie Kościoła oraz najwierniejszym synem i następcą świętego Josemaríi, założyciela Opus Dei. Spraw łaskawie, abym ja także potrafił wiernie spełniać wymogi powołania chrześcijańskiego, przemieniając każdą chwilę i sytuację mego życia w sposobność do miłowania Ciebie i służenia Królestwu Chrystusowemu. Racz doprowadzić do kanonizacji błogosławionego Álvaro i przez jego wstawiennictwo udziel mi łaski, o którą Cię proszę... (wymień swoją prośbę). Amen.

***Ojcze nasz, Zdrowaś Maryjo,
Chwała Ojcu.***

DZIEŃ 5 - UKOJENIE W OBLICZU PRÓB

MEDYTACJA

Błogosławiony Álvaro „okazał heroizm (...) kiedy został uwięziony w okresie religijnych prześladowań w Hiszpanii (1936-1939) oraz na skutek ataków z powodu swojej wierności Kościołowi.” (DV).

„Tylko zgodnie z logiką świętego Krzyża, gdzie smutek staje się lekarstwem, a śmierć zamienia się w nowe życie możemy spojrzeć na wyjaśnienie i głębokie znaczenie (...) tego, co pozostaje niewytłumaczalne dla oczu człowieka” (Bł. Álvaro, PL, 29 września 1978).

Odnosząc się do niektórych osób, które rozpowszechniały fałszywe historie, próbujące zaszkodzić Dziełu Bożemu, bł. Álvaro napisał: „Módlcie się za nich, odnowcie wasze akty pokuty za przestępstwa, które oni

popęlnili i nie traćmy naszego pokoju nawet na chwilę. Zachowujmy się tak każdego dnia, zmierzając do zagłuszenia niegodziwości obfitością dobra i nieustrudzenie szerząc prawdę” (Bł. Álvaro, SB).

MODLITWA

Proszę Cię, Panie, o tę siłę i pokój, który błogosławiony Álvaro – z pomocą Twojej łaski – zawsze pokazywał w obliczu trudów, ubóstwa, prześladowań i oszczerstw, a które wynikały z jego wierności Kościołowi i Opus Dei, tej części Ludu Bożego powierzonego jego opiece.

Jeśli trudno mi cierpliwie znosić niesprawiedliwości, nieporozumienia lub niepokojące próby, pomóż mi postępować zgodnie z radami błogosławionego Álvaro dla ludzi przechodzących przez takie trudności. Zasiewaj nieustrudzenie pokój i miłość Chrystusa w tak wielu sercach, które czekają na głos,

mogący je poruszyć" (JM, s. 575, przypis 60).

Pomóż mi zrozumieć, dlaczego święci są tak pełni spokoju, nawet pośród bólu, hańby, biedy czy prześladowań? Błogosławiony Álvaro powiedział, „To jasne, oni próbują się utożsamiać z wolą naszego niebieskiego Ojca, naśladując Chrystusa,, (Bł. Álvaro, PL, 1 maja 1987).

MODLITWA DO BŁ. ALVARO

Boże, Ojcze miłosierny, z Twojej łaski i dzięki wstawiennictwu Najświętszej Maryi Panny błogosławiony Álvaro, biskup, stał się przykładnym pasterzem w służbie Kościoła oraz najwierniejszym synem i następcą świętego Josemaríi, założyciela Opus Dei. Spraw łaskawie, abym ja także potrafił wiernie spełniać wymogi powołania chrześcijańskiego, przemieniając każdą chwilę i sytuację mego życia w sposobność do

miłowania Ciebie i służenia
Królestwu Chrystusowemu. Racz
doprowadzić do kanonizacji
błogosławionego Álvaro i przez jego
wstawiennictwo udziel mi łaski, o
którą Cię proszę... (wymień swoją
prośbę). Amen.

*Ojczy nasz, Zdrowaś Maryjo,
Chwała Ojcu.*

.....

DZIEŃ 6 - POKÓJ ZRODZONY Z WIERNOŚCI

MEDYTACJA

„Uczciwy cieszy się
błogosławieństwem” (Prz 28,20). Te
słowa Pisma Świętego podkreślają
„najbardziej charakterystyczną cnotę
biskupa Álvaro del Portillo:
wierność. Żył on bezsprzeczną
wiernością Bogu, szybkim i hojnym
wykonywaniem Jego woli,

wiernością Kościołowi i papieżowi,
wiernością kapłaństwu i wiernością
swojemu powołaniu jako
chrześcijanina w każdym momencie
i okoliczności życia" (DV).

"Zawsze był najwierniejszym synem
następcy św. Piotra, będąc wiernym
jemu i jego nauczaniu bez
zastrzeżeń" (DV).

"Jestem przekonany, że Don Álvaro
służył Kościołowi ustawicznie i
dokładnie, podążając za
Założycielem Opus Dei jak
najwierniejszy syn. Wydaje mi się, że
to wyrażenie, które znajduje się w
modlitwie do prywatnego
odmawiania, stanowi najbardziej
trafny i precyzyjny portret jego
postaci" (Biskup Javier Echevarría,
JM, s. 694).

MODLITWA

Panie, daj mi łaskę naśladowania
błogosławionego Álvaro, który od

chwili, gdy zrozumiał wolę Bożą i o co Bóg go prosi, odpowiedział "tak" i był temu wierny aż do śmierci.

Pomóż mi naśladować go w cnocie wierności, którą tak kochał i praktykował z radością i hojnością, zainspirowany wiernością św. Josemaríi. Błogosławiony Álvaro wyjaśnił tę cnotę Założyciela w ten sposób: "Jego wierność nie była brzemieniem, ale szczęściem odnawianym każdego dnia, tęsknotą by odpowiedzieć na Miłość z miłością" (Bł. Álvaro, PL, 1, Marzec 1987).

Uczyń moje życie, Panie, hojnym i pogodnym. Moje "Tak" – heroiczne w razie potrzeby – dla wszystkiego o co mnie prosisz: "tak" dla Ciebie, "tak" dla mojego chrześcijańskiego powołania, "tak" dla moich obowiązków rodzinnych, „tak” dla podjętych zobowiązań – zwłaszcza tych podjętych przez wzgląd na

Ciebie, „tak” dla moich duchowych postanowień, dla danego przeze mnie słowa.

Proszę cię w końcu o łaskę spokojnego spotkania ze śmiercią z nadzieją usłyszenia w tej godzinie słów Jezusa: „Dobrze sługo dobry i wierny! Wejdź do radości twego pana” (Mt 25, 21).

MODLITWA DO BŁ. ALVARO

Boże, Ojczy miłosierny, z Twojej łaski i dzięki wstawiennictwu Najświętszej Maryi Panny błogosławiony Álvaro, biskup, stał się przykładnym pasterzem w służbie Kościoła oraz najwierniejszym synem i następcą świętego Josemaríi, założyciela Opus Dei. Spraw łaskawie, abym ja także potrafił wiernie spełniać wymogi powołania chrześcijańskiego, przemieniając każdą chwilę i sytuację mego życia w sposobność do miłowania Ciebie i służenia Królestwu Chrystusowemu. Racz

doprowadzić do kanonizacji
błogosławionego Álvaro i przez jego
wstawiennictwo udziel mi łaski, o
którą Cię proszę... (wymień swoją
prośbę). Amen.

*Ojczy nasz, Zdrowaś Maryjo,
Chwała Ojcu.*

DZIEŃ 7 - SPOKÓJ, CIERPLIWOŚĆ I ŁAGODNOŚĆ

MEDYTACJA

"Don Álvaro jest dla mnie cenną
pomocą: pomaga mi rozwiązać
wszystkie moje problemy i jeśli
nawet nie mogę wytłumaczyć, co się
ze mną dzieje, on zgaduje i rozumie
mnie" (Vladimir Vince, 1946, JM, s.
281).

"On naprawdę był ojcem, jak go
nazywają w Opus Dei. Czuło się, że

chce się u niego spowiadać, zamiast zadawać mu pytania" (Vittorio Messori, pisarz, JM, s. 685).

"Bądź cierpliwy z innymi, tak jak nasz Pan jest cierpliwy z każdym z nas. Pomóż ludziom z którymi jesteś związany rozpocząć od nowa i znowu od nowa. Zawsze traktuj ich z czułością: pozwól im przyjść do ciebie, by odzyskali swój entuzjazm po porażce, by poczuli się zrozumiani, zachęceni, kochani!" (Bł. Álvaro, PL, 2 października 1986 r.).

MODLITWA

Obdarz mnie, Panie, życzliwością, zrozumieniem i cierpliwością, które błogosławiony Álvaro zawsze miał dla innych, co było tak bardzo doceniane przez wszystkich, którzy wiedzieli, że on napełni ich serca pokojem.

Daj mi łaskę zachowania spokoju i pomóż mi przezwyciężyć złość, jeśli

ktoś mnie zdenerwował, sprzeciwia mi się lub czyni mi krzywdę. Daj mi łaskę bycia cierpliwym, gdy sprawy, w które włożyłem dużo wysiłku, nie prowadzą do szybkiego osiągnięcia oczekiwanych wyników lub nie dają takich rezultatów jak chciałem.

Bardzo chcę, Boże, z Twoją pomocą, uniknąć bycia szorstkim lub niegrzecznym, reagować z niecierpliwością lub sprzeciwiać się i skarżyć. Pomóż mi nie mówić mocnych słów o innych i nie narzekać na doznane przykrości.

Naucz mnie praktykować, jak błogosławiony Álvaro, sztukę "wiedzieć jak czekać", czego nauczył się tak dobrze od św. Josemaríi. Przed wskazywaniem, korygowaniem lub pouczaniem innych, niech pozwalam na upływanie pewnego czasu, a działania podejmuję po modlitwie i namyśle.

MODLITWA DO BŁ. ALVARO

Boże, Ojcze miłosierny, z Twojej łaski i dzięki wstawiennictwu Najświętszej Maryi Panny błogosławiony Álvaro, biskup, stał się przykładnym pasterzem w służbie Kościoła oraz najwierniejszym synem i następcą świętego Josemaríi, założyciela Opus Dei. Spraw łaskawie, abym ja także potrafił wiernie spełniać wymogi powołania chrześcijańskiego, przemieniając każdą chwilę i sytuację mego życia w sposobność do miłowania Ciebie i służenia Królestwu Chrystusowemu. Racz doprowadzić do kanonizacji błogosławionego Álvaro i przez jego wstawiennictwo udziel mi łaski, o którą Cię proszę... (wymień swoją prośbę). Amen.

***Ojcze nasz, Zdrowaś Maryjo,
Chwała Ojcu.***

DZIEŃ 8 - POKÓJ PRZEBACZAJĄCEGO SERCA

MEDYTACJA

Błogosławiony Álvaro "nauczył się od Pana przebaczać, modlić się za swoich prześladowców, otwierać ramiona w sposób kapłański aby witać wszystkich z uśmiechem i ze zrozumieniem chrześcijańskim" (DV).

"W ciągu tych prawie czterdziestu lat widziałem, jak spotykają księdza del Portillo próby, które załamały by innych: nasz Pan często dopuszczał, aby Opus Dei było celem oszczerstw, niesprawiedliwych podejrzeń, a czasami nawet podłych i niskich manipulacji. Od św. Josemaríi nauczył się przebaczać, a miłosierdziem pokrywać niesprawiedliwość. Obejmował Krzyż, przebaczał, nic nie mówił tylko dalej służył i pracował" (Kard. Giovanni Cheli, JM, s. 687).

Błogosławiony Álvaro "podczas zacieklej kampanii oszczerstw w niektórych krajach w Europie prosił ludzi z Dzieła o przebaczenie i zrozumienie, a sam starał się z humorem pocieszyć ich powiedzeniem: «Osy zazwyczaj nie szukają najgorszych owoców». On wykazał się taką samą postawą wobec trudności, przez które ja przechodziłem" (bp Joannes Gijzen, JM, s. 578).

MODLITWA

Panie, daj mi łaskę naśladowania Ciebie w wielkości przebaczenia: „Ojcze, przebacz im, bo nie wiedzą co czynią” (*Łk 23,34*).

Pozwól mi być wyrozumiałym i wybaczącym, abym potrafił ignorować słowa lub postawy innych, gdy są niegrzeczne, niesprawiedliwe lub obraźliwe. Obym w tych trudnych chwilach, postępował zgodnie z radami św.

Josemaríi, które bł. Álvaro tak wspaniale praktykował : "Módlcie się, nic nie mówcie, pracujcie, przebaczajcie, uśmiechajcie się."

Boże, uwolnij mnie od zgorzknienia i urazów, od ulegania uprzedzeniom w moich myślach, mowie czy działaniach. A jeśli kiedykolwiek odkryję w moim sercu urażone uczucia, pomóż mi odbyć dobrą spowiedź, abym przez ten sakrament pojednania uzyskał od Ciebie Boże pokój i przebaczenie.

Pomóż mi delektować się szczęściem, które błogosławiony Álvaro opisał w następujących słowach: "Niewiele radości może się równać z tym, co przychodzi po dobrej spowiedzi . To uczucie jak u syna marnotrawnego; objęcie naszego Ojca, Boga, który nam przebaczył!" (Bł. Álvaro, homilia, 12 kwietnia 1984).

MODLITWA DO BŁ. ALVARO

Boże, Ojczy miłosierny, z Twojej łaski i dzięki wstawiennictwu Najświętszej Maryi Panny błogosławiony Álvaro, biskup, stał się przykładnym pasterzem w służbie Kościoła oraz najwierniejszym synem i następcą świętego Josemaríi, założyciela Opus Dei. Spraw łaskawie, abym ja także potrafił wiernie spełniać wymogi powołania chrześcijańskiego, przemieniając każdą chwilę i sytuację mego życia w sposobność do miłowania Ciebie i służenia Królestwu Chrystusowemu. Racz doprowadzić do kanonizacji błogosławionego Álvaro i przez jego wstawiennictwo udziel mi łaski, o którą Cię proszę... (wymień swoją prośbę). Amen.

***Ojczy nasz, Zdrowaś Maryjo,
Chwała Ojcu.***

DZIEŃ 9 - PRZEKAZANIE POKOJU INNYM

MEDYTACJA

"Jedną z podstawowych cech ks. Álvaro del Portillo było bycie człowiekiem pokoju i nosicielem pokoju. W obliczu jakichkolwiek niepowodzeń lub utrapień, jakichkolwiek mniej lub bardziej bolesnych wieści, które zwykle zmuszałyby do gniewu, zawsze reagował w nadprzyrodzony sposób, umieszczając w rękach Boga wszystko, co miało się stać" (ks. Tomás Gutiérrez, CR).

"Jedną z najbardziej uderzających cech sposobu bycia ks. del Portillo był jego spokój ducha, jego wewnętrzny pokój. Miał i udzielał go innym" (ks. Józef Soria, CR).

"Jeśli jesteś wyrozumiały, optymistyczny i stały, jeśli kontynuujesz zasiewanie pokoju i

radości wokół siebie możesz być pewien, że pokonasz trudności, które cię spotykają (...) a ty postawisz Chrystusa wysoko na szczycie wszystkich ludzkich działań" (Bł. Álvaro, PL, 2 października 1986 r.).

MODLITWA

Boże, za przykładem błogosławionego Álvaro, spraw bym pragnął dla wszystkich "tego pokoju, który pochodzi od Boga, i który przyniósł nam Chrystus, a którego świat nie może dać. Pokoju, który wynika z bycia zjednoczonym z Bogiem we wszystkich naszych myślach, słowach i działaniach" (Bł. Álvaro, PL, 1. października 1989 r.).

Niech nigdy nie zapomnę – jak mówił błogosławiony Álvaro –, że "pokój jest jednym z owoców Ducha Świętego obecnego w naszych duszach. Będziemy odczuwali pokój i będziemy w stanie rozpowszechniać go wokół nas, jeśli zwrócimy się do

Parakleta i jeśli będziemy gotowi spełnić wszystko o co nas prosi " (Bł. Álvaro, PL, 1. października 1989).

Panie, za wstawiennictwem Najświętszej Dziewicy Maryi, Królowej Pokoju, uczyn mnie przekazicielem pokoju Chrystusa wszystkim, których spotykam (por. Mt 5, 9). Obym potrafił żyć w zjednoczeniu z Bogiem w taki sposób, że to, co się mówi o błogosławionym Álvaro można by powiedzieć o mnie: "Álvaro miał na twarzy nieustający uśmiech, szczery i serdeczny, który naprawdę przekazywał radość i pokój" (ks. José María Casciaro, JM, s. 197).

MODLITWA DO BŁ. ALVARO

Boże, Ojcie miłosierny, z Twojej łaski i dzięki wstawiennictwu Najświętszej Maryi Panny błogosławiony Álvaro, biskup, stał się przykładnym pasterzem w służbie Kościoła oraz najwierniejszym synem i następcą

świętego Josemaríi, założyciela Opus Dei. Spraw łaskawie, abym ja także potrafił wiernie spełniać wymogi powołania chrześcijańskiego, przemieniając każdą chwilę i sytuację mego życia w sposobność do miłowania Ciebie i służenia Królestwu Chrystusowemu. Racz doprowadzić do kanonizacji błogosławionego Álvaro i przez jego wstawiennictwo udziel mi łaski, o którą Cię proszę... (wymień swoją prośbę). Amen.

***Ojcie nasz, Zdrowaś Maryjo,
Chwała Ojcu.***

Skróty używane w nowennie:

CR - Referat ks. Fernando Ocáriza, obecnie prałata Opus Dei, wygłoszony na konferencji w Rzymie, w dniach 12-14 marca 2014

r., w stulecie urodzin
błogosławionego Álvaro.

DV - Kongregacja do Spraw Świętych,
"Dekret o cnotach Sługi Bożego
Álvaro del Portillo y Diez de Sollano,
Biskupa tytularnego Vita, Prałata
Prałatury Personalnej Świętego
Krzyża i Opus Dei", Rzym, 28 czerwca
2012.

JM - Javier Medina Bayo, *Álvaro del
Portillo: un hombre fiel*, Madryt,
Rialp, 2012.

PL - Listy pasterskie Álvaro del
Portillo (główne źródło cytatów z
listów pasterskich bł. Álvaro: José
Antonio Loarte, *Ścieżki świętości*,
Polwen 2014).

SB - Salvador Bernal, Álvaro del
Portillo, *Wspomnienie o biskupie
Álvaro del Portillo, Apostolicum*, 2010

NINIEJSZA NOWENNA została
opublikowana przez ks. Francisco

Fausa w Brazylii, aby uzyskać dla nas
za wstawiennictwem
błogosławionego Álvaro del Portillo
pogodę ducha i spokój serca w
trudnych sytuacjach lub czasach
próby.

Za zgodą władz kościelnych.

pdf | dokument generowany
automatycznie z [https://
dev.opusdei.org/pl-pl/article/o-spokoj-
serca-nowenna-do-blogoslawionego-
alvaro-d/](https://dev.opusdei.org/pl-pl/article/o-spokoj-serca-nowenna-do-blogoslawionego-alvaro-d/) (06-08-2025)