

## *Litania pokory*

Panie, *zmiłuj się nade mną.*

Jezu cichy i pokornego serca, *zmiłuj się nade mną.*

Jezu cichy i pokornego serca, *wysłuchaj mnie.*

Od pragnienia, aby mnie zbyt szanowano –  
*zachowaj mnie Panie.*

Od pragnienia, aby mnie potrzebowano,

Od pragnienia, aby mnie chwalono,

Od pragnienia, aby mnie nad innych przedkładano,

Od pragnienia, aby mnie uznawano,

Od pragnienia, aby mnie się radzono,

Od bojaźni przed upokorzeniem –  
*wybaw mnie Panie.*

Od bojaźni przed pogardą,

Od bojaźni przed pomijaniem,

Od bojaźni przed spotwarzaniem,

Od bojaźni przed zapomnieniem,

Od bojaźni przed wyśmianiem,

Od bojaźni przed gromieniem,

Od bojaźni przed posądzaniem,

Od smutku na widok mej nędzy –  
*wyzwól mnie Jezu.*

Od smutku w niepowodzeniach nad uświęcaniem siebie czy innych,

Od smutku, gdy będą mnie upominać,

Od smutku, gdy będą mnie upokarzać,

Od smutku, gdy będą mną pogardzać,

Od smutku, gdy będą mnie wyśmiewać,

Od smutku, gdy będą o mnie zapominać,

Od smutku, gdy będą mnie pomijać,

Aby inni byli bardziej kochani ode mnie –  
*naucz mnie Jezu tego pragnąć.*

Aby inni byli bardziej cenieni ode mnie,

Aby inni byli chwaleni, a ja zapominany,

Aby inni byli przedkładani we wszystkim ponad mnie,

Aby inni wzrastali w sławę, a ja się umniejszał,

Aby innym były powierzane inne sprawy a ja był pomijany,

Aby wszyscy byli świętsi ode mnie,

Maryjo, Matko pokornych, *módl się za mną.*

Św. Józefie, Opiekunie pokornych, *módl się za mną.*

Św. Michale, który jako pierwszy walczyłeś z pychą, *módl się za mną.*

Wszyscy Sprawiedliwi i święci, uświęceni przede wszystkim na drodze pokory, *módlcie się za mną.*

Módlmy się:

Jezu, który powiedziałeś: „Uczcie się ode mnie, bo jestem cichy i pokorny sercem” uczyn serce moje według serca Twego. Amen.

## ***Litania pokory***

Panie, ***zmiłuj się nade mną.***

Jezu cichy i pokornego serca, ***zmiłuj się nade mną.***

Jezu cichy i pokornego serca, ***wysłuchaj mnie.***

Od pragnienia, aby mnie zbyt szanowano –  
***zachowaj mnie Panie.***

Od pragnienia, aby mnie potrzebowano,

Od pragnienia, aby mnie chwalono,

Od pragnienia, aby mnie nad innych przedkładano,

Od pragnienia, aby mnie uznawano,

Od pragnienia, aby mnie się radzono,

Od bojaźni przed upokorzeniem –  
***wybaw mnie Panie.***

Od bojaźni przed pogardą,

Od bojaźni przed pomijaniem,

Od bojaźni przed spotwarzaniem,

Od bojaźni przed zapomnieniem,

Od bojaźni przed wyśmianiem,

Od bojaźni przed gromieniem,

Od bojaźni przed posądzaniem,

Od smutku na widok mej nędzy –  
***wyzwól mnie Jezu.***

Od smutku w niepowodzeniach nad uświęcaniem siebie  
czy innych,

Od smutku, gdy będą mnie upominać,

Od smutku, gdy będą mnie upokarzać,

Od smutku, gdy będą mną pogardzać,

Od smutku, gdy będą mnie wyśmiewać,

Od smutku, gdy będą o mnie zapominać,

Od smutku, gdy będą mnie pomijać,

Aby inni byli bardziej kochani ode mnie –  
***naucz mnie Jezu tego pragnąć.***

Aby inni byli bardziej cenieni ode mnie,

Aby inni byli chwaleń, a ja zapomniany,

Aby inni byli przedkładani we wszystkim ponad  
mnie,

Aby inni wzrastali w sławę, a ja się umniejszał,

Aby innym były powierzane inne sprawy a ja był  
pomijany,

Aby wszyscy byli świętsi ode mnie,

Maryjo, Matko pokornych, ***módl się za mną.***

Św. Józefie, Opiekunie pokornych, ***módl się za mną.***

Św. Michale, który jako pierwszy walczył  
z pychą, ***módl się za mną.***

Wszyscy Sprawiedliwi i święci, uświęceni przede  
wszystkim na drodze pokory, ***módlcie się za mną.***

Módlmy się:

Jezu, który powiedziałeś: „Uczcie się ode mnie, bo  
jestem cichy i pokorny sercem” uczyni serce moje według  
serca Twego. Amen.