

O Mszy św. i jak należy w niej uczestniczyć¹

1. Nie powiedziałem ci [*Filoteo*] jeszcze o słońcu ćwiczeń duchowych – to jest o przenajświętszej, niepokalanej i najwyższej ofierze i sakramencie Mszy św. Jest ona ośrodkiem religii chrześcijańskiej, duszą pobożności, niewypowiedzianą tajemnicą. Zawiera otchłań miłości Bożej, w której Bóg zstępuje do nas rzeczywiście i ze wspaniałą hojnością udziela nam swych łask i darów.
2. Modlitwa zjednoczona z tą Boską ofiarą ma moc niewypowiedzianą. Przez nią, *Filoteo*, dusza opływa w łaski niebieskie i wspiera się niejako na Oblubieńcu swoim², który tak napęlnia ją wonnościami i rozkoszami duchowymi, że staje się podobna do słupa dymu, *owiana wonią mirry i kadzidła, i wszelkich wonności*³.
3. Czyń więc wszystko, co w twojej mocy, aby codziennie być na Mszy św. i wraz z kapłanem składać ofiarę twego Odkupiciela Bogu Ojcu za siebie i za cały Kościół św. Zawsze liczni aniołowie są przy niej obecni - jak mówi św. [Jan Złotousty](#)⁴ - dla uczczenia tej świętej Tajemnicy. A jeżeli znajdujemy się tu wraz z nimi w tym samym celu, niepodobna byśmy nie doznali skutków wspólnego z nimi uczestnictwa. Chóry Kościoła tryumfującego i Kościoła wojującego jednoczą się z Chrystusem w tej Boskiej Ofierze, aby z Nim, w Nim i przez Niego zachwycać Serce Boga Ojca i pozyskać dla nas całe Jego miłosierdzie. Jak wielkie to szczęście dla duszy przyczynić się swą pobożną modlitwą do pozyskania tak cennego i upragnionego dobra.
4. Jeśli w żaden sposób nie możesz uczestniczyć w najświętszej Ofierze, powinnaś przenieść się tam sercem, by uczestniczyć w niej przynajmniej duchowo. A więc o jednej z godzin rannych pośpiesz myślą do kościoła, jeśli nie możesz inaczej. Połącz swoje intencje z intencjami wszystkich wierzących i na tym miejscu, gdzie się znajdujesz, Wzbudź wewnątrz te same akty, które czyniłabyś, gdybyś rzeczywiście była obecna na Mszy św. w jakimś kościele.
5. Aby dobrze wysłuchać Mszy św. rzeczywiście czy duchowo:
 - a) Przygotuj się razem z kapłanem zanim przystąpi do ołtarza. Staw się w obecności Bożej, uznaj swoją niegodność i przeproś Boga za swoje winy.
 - b) Od chwili, gdy kapłan stanie przed ołtarzem aż do Ewangelii, rozważaj ogólnie przyjście na świat i życie Chrystusa Pana.
 - c) Od Ewangelii do końca *Wierzę* rozważaj nauczanie Zbawiciela. Zapewnij Go, że chcesz żyć i umierać w wierze i posłuszeństwie Jego świętym słowom i w zjednoczeniu ze św. Kościołem katolickim.
 - d) Od *Wierzę* do *Ojcze nasz* zwróć swoje serce do tajemnicy męki i śmierci naszego Odkupiciela, która w tej chwili i rzeczywiście jest uobecniona w tej świętej Ofierze,

1 Źródło: św. [Franciszek Salezy](#), „[Filotea. Wprowadzenie do życia pobożnego](#)”, Rozdział XIV

2 Por. [Pnp 8, 5](#).

3 Por. [Pnp 3, 6](#).

4 „De sacerdotio” [[Dialog „O kapłaństwie”](#)] św. [Jana Złotoustego](#), 1. 6, § 4

a którą wraz z kapłanem i całym ludem składasz Bogu Ojcu na Jego cześć i nasze zbawienie.

- e) Od *Ojczy nasz* do Komunii św. wzbudź w sercu tysiące gorących pragnień, ażeby zjednoczyć się na zawsze ze Zbawicielem w miłości wiecznej⁵.
- f) Od Komunii św. do końca Mszy św. dziękuj Majestatowi Bożemu za Jego wcielenie, życie, mękę i śmierć, jak również za Jego miłość, którą nam okazuje w tej najświętszej Ofierze⁶. Błagaj, żeby dzięki niej był zawsze łaskawy dla ciebie, twoich rodziców, przyjaciół i dla całego Kościoła św., a upokarzając się z całego serca, przyjmij pobożnie błogosławieństwo, które Pan Jezus ci udziela za pośrednictwem kapłana.

Jeśli chcesz podczas Mszy św. odprawić swoje codzienne rozmyślanie, nie ma potrzeby zaniechania go dla aktów wyżej podanych. Wystarczy mieć intencję, że chcesz tę świętą Ofiarę przedstawić Bogu i do Niego przez nią się modlić swoim rozmyślanie i wewnętrznym skupieniem, ponieważ w każdym rozmyślanie czynimy powyższe akty zupełnie wyraźnie albo domyślnie.

O innych ćwiczeniach publicznych i wspólnych⁷

W niedziele i święta należy bywać na nabożeństwie i Nieszporach w miarę możliwości, bo te dni są poświęcone Bogu i wtedy trzeba czynić więcej dla Jego czci i chwały niż w inne dni. W ten sposób doznasz tysięcznych pociech pobożności, jak niegdyś św. [Augustyn](#), który oświadcza w [Wyznaniach](#), że gdy w początkach swego nawrócenia słuchał nabożeństw kościelnych, serce jego rozpyślało się ze słodyczy, a oczy napęły się łzami pobożności. Wreszcie trzeba już raz na zawsze powiedzieć - więcej jest dobra i pociechy w publicznych nabożeństwach Kościoła niż w modlitwach prywatnych. Bóg tak rozporządził, aby wspólnota była przedkładana ponad wszelkie odosobnienie się.

Chętnie zapisuj się do bractw miejscowych, a zwłaszcza do tych, których ćwiczenia przynoszą więcej efektu, pożytku i rozwoju wewnętrznego. Będzie to bowiem rodzaj posłuszeństwa bardzo miłego Bogu. Bractwa wprawdzie nie są nakazane, jednak zalecane przez Kościół, który im nadaje odpusty i inne przywileje, aby okazać, jak bardzo życzy sobie, by jak najwięcej osób przyłączało się do nich. Jest to zresztą dowód miłości bliźniego - łączyć się z drugimi i współdziałać dla urzeczywistnienia ich dobrych zamiarów. Chociaż można by i na osobności spełniać te same dobre uczynki, tak jak w bractwie, i może z większą dla siebie pociechą, jednak Bóg ma większą chwałę z naszego zjednoczenia się w wykonywaniu ich wspólnie z naszymi braćmi i bliźnimi.

To samo mówię o wszystkich rodzajach modlitwy i nabożeństw publicznych, w których powinniśmy świecić dobrym przykładem, o ile tylko możemy, dla podbudowania bliźniego i okazania naszej gorliwości o chwałę Boga i wspólne dobro.

5 W obecnych czasach, kiedy zwyczaj częstej, a nawet codziennej Komunii św. jest tak rozpowszechniony, dusza pobożna niech najpierw budzi w sobie gorące pragnienie połączenia się sakramentalnego z Jezusem, a następnie niech go prosi o niebieskie z nim zjednoczenie.

6 Jeśli się przyjęło Komunię św., wypada najpierw podziękować za najłaskawsze przybycie Zbawiciela, a potem za inne dary jego.

7 Źródło: św. [Franciszek Salezy](#), „[Filotea. Wprowadzenie do życia pobożnego](#)”, Rozdział XV