

opusdei.org

# **Modlitwa św. Bernarda lub „Memorare”**

Św. Matka Teresa z Kalkuty opowiadała, że woła do Matki Bożej tymi właśnie słowami, kiedy znajduje się w sytuacjach nadzwyczajnych, kryzysowych, a zwłaszcza wtedy, gdy potrzebuje cudu.

03-03-2023

Najczęściej nazywana „Modlitwą św. Bernarda”, znana jest również jako „Memorare” – od łacińskiego słowa

oznaczającego „pomnij”, „pamiętaj”,  
które rozpoczyna tekst modlitwy.

Św. Franciszek Salezy odmawiał tę  
maryjną modlitwę codziennie, a św.  
Matka Teresa z Kalkuty uczyła  
innych, by odmawiali ją zawsze  
wtedy, gdy najbardziej potrzebują  
pomocy. Sama też była do niej  
bardzo przywiązana. Opowiadała, że  
woła do Matki Bożej tymi właśnie  
słowami, kiedy znajduje się w  
sytuacjach nadzwyczajnych,  
kryzysowych, a zwłaszcza w  
chwilach, gdy potrzebuje cudu.

Nie wszyscy wiedzą, że modlitwa ta  
funkcjonuje w dwóch wersjach,  
krótszej i dłuższej. Poniżej  
zamieszczamy obydwie.

*Pomnij, o Najświętsza Panno Maryjo,  
że nigdy nie słyszano,  
abyś opuściła tego,*

*kto się do Ciebie ucieka,  
Twej pomocy wzywa,  
Ciebie o przyczynę prosi.  
Tą ufnością ożywiony, do Ciebie,  
o Panno nad pannami i Matko,  
biegnę, do Ciebie przychodzę,  
przed Tobą jako grzesznik płaczący  
staję.*

*O Matko Słowa,  
racz nie gardzić słowami moimi,  
ale usłysz je łaskawie i wysłuchaj.*

*Amen.*

[wersja dłuższa]

*Pomnij, o najdobrotliwsza Panno  
Maryjo, iż od wieków nie słyszano,*

*aby ktokolwiek uciekając się do  
Ciebie, Twej pomocy wzywając,*

*Ciebie o przyczynę prosząc, miał być  
od Ciebie opuszczony.*

*Tą ufnością ożywiony, o Panno nad  
pannami i Matko,*

*biegnę do Ciebie, przychodzę do  
Ciebie,*

*staję przed Tobą jako grzeszny  
człowiek, drżąc i wzdychając.*

*O Pani świata, racz nie gardzić  
prośbami moimi!*

*O Matko Słowa przedwiecznego, racz  
wysłuchać mnie nędznego,*

*który do Ciebie z tego padołu płaczu o  
pomoc wołam.*

*Bądź mi pomocą we wszystkich moich  
potrzebach teraz i zawsze,*

*a osobliwie w godzinę śmierci, o  
łaskawa, o litościwa, o słodka Panno  
Maryjo.*

*Przez Twoje święte Panieństwo i  
Niepokalane Poczęcie,*

*o Najświętsza Panno Maryjo, oczyść  
serce, ciało i duszę moją.*

*Amen.*

*Za Aleteia*

.....

bł. Alvaro del Portillo

"Pozwólcie, że zatrzymam się, aby zasugerować wam kilka rozważań na temat pewnego zwyczaju maryjnego, który wspaniale odzwierciedla dwie istotne cechy: wiarę w mocne wstawiennictwo Dziewicy i gorliwą miłość braterską. Mam na myśli

modlitwę *Memorare*, tak głęboko zakorzenioną w Kościele (...)

Cała nasza wiara jest wprowadzaniem w życie tego zwyczaju. Idziemy do Błogosławionej Dziewicy, ponieważ wiemy, że jest Ona Matką Bożą. Dlatego, poprzez swe wstawiennictwo przed tronem Bożym, staje się Ona błagającą wszechmocą. Pan nie odmawia niczego ukochanej Córce Boga Ojca, Matce Boga Syna i Oblubienicy Boga Ducha Świętego - jakie poczucie bezpieczeństwa i jaka radość płyną z tej pewności! Rozważaj też codziennie na nowo myśl, że nasza Matka jest najpotężniejszą istotą. Chrystus oddał nam ją przed śmiercią na krzyżu. Jako Matka Boża może czynić wszystko, a jako nasza Matka daje nam to, czego potrzebujemy, by być szczęśliwymi i osiągnąć wieczne zbawienie.

Ten Rok Maryjny jest dobrą okazją, abyśmy, mając przed oczyma przykład wiary Matki Bożej, mogli oczyścić naszego ducha wiary. Często zadawaj sobie pytanie: czy modłę się, mając pewność, że Bóg odpowie na moje modlitwy? Czy wytrwale modłę się za Kościół? Czy ty, podobnie jak św. Josemaria, *wszystko powierzasz modlitwie?* (*Instrukcja*, 9.01.1935, 259) (*List*, lipiec 1987).

---

## **Historia zwyczaju odmawiania codziennie modlitwy *Saxum* za tego, kto jest w największej potrzebie**

1939. Podobnie, jak mieli w zwyczaju oficerowie w okresie powojennym, również Álvaro wynajmował mieszkanie przy rodzinie, gdy po wojnie został przez przełożonych skierowany do miasta Olot w

Katalonii. Właścicielka domu uznała, że ten oficer - przystojny przyszły inżynier budownictwa lądowego - byłby dobrym mężem dla jej córki. Tak więc pewnego dnia wieczorem, kiedy Álvaro wrócił zmęczony do domu, matka i córka czekały na niego z filiżanką czekolady, chcąc z nim porozmawiać i lepiej go poznać. Gdy tylko Alvaro zdał sobie z tego sprawę, zdecydował się opuścić to mieszkanie, ale zanim to zrobił, właścicielka domu próbowała przyspieszyć bieg wydarzeń i zaaranżowała spotkanie Alvaro z jej córką sam na sam.

Jednocześnie w Madrycie, w sposób nadprzyrodzony, św. Josemaria zrozumiał, w jakim niebezpieczeństwie z punktu widzenia moralności znalazł się jego syn. Dlatego Ojciec poprosił tych, którzy właśnie byli przy nim, aby odmówili razem z nim modlitwę *Memorare* w intencji osoby, która

tego potrzebowała w tym momencie. W tym samym momencie Alvaro opuścił ten dom, niweczając plany matki i córki.

Później założyciel Opus Dei wspomniał o tym wydarzeniu w swoich książkach *Droga* i *Bruzda*, nie wymieniając jednak imienia jego bohatera: "Synu: wspaniale przeżywasz komunie świętych, skoro piszesz do mnie: "Wczoraj *to odczułem*, że Ksiądz modlił się za mnie!" (*Droga*, 546). "Komunia świętych: wyraźnie doświadczył jej ów młody inżynier, który mi powiedział: "Ojcze, tego a tego dnia o tej godzinie modlił się Ojciec za mnie" (*Bruzda*, 472). Później Alvaro zrozumiał, że modlitwa *Memorare* pomogła mu przezwyciężyć ryzykowną sytuację, w której się znalazł, a której nie szukał ze swej strony.

Od tego czasu zwyczajem Opus Dei jest codzienne modlić się tą modlitwą do Matki Bożej za wiernych Dzieła, którzy tego najbardziej potrzebują. Św. Josemaría określił ją mianem "modlitwy Saxum", czyli skały.

Więcej

.....

pdf | dokument generowany  
automatycznie z <https://opusdei.org/pl-pl/article/modlitwa-sw-bernarda-lub-memorare/> (13-03-2026)