

opusdei.org

# Новенна о прощении

Новенна к святому  
Хосемарии с просьбой  
научиться прощать

21.09.2024

Новенна к святому Хосемарии,  
чтобы через его тексты и по его  
заступничеству испросить у Бога  
благодать научиться прощать.

---

[Скачать новенну в формате .pdf](#)

Скачать новенну в формате .epub

---

## **Краткое содержание**

О новенне

Молитва святому Хосемарии

День 1-й: молитва об обретении  
мира в сердце

День 2-й: молитва о понимании и  
прощении

День 3-й: молитва о преодолении  
гордыни

День 4-й: молитва о преодолении  
гнева

День 5-й: о преодолении обиды

День 6-й: молитва о преодолении  
разлада в семье

День 7-й: молитва об умении  
делать первый шаг

День 8-й: молитва об умении  
воздавать добром за зло

День 9-й: молитва об умении  
просить помощи у Пресвятой  
Девы

Отзыв о помощи, полученной по  
заступничеству святого  
Хосемарии

.....

## ***О новенне***

Цель этой новенны — испросить у Бога через заступничество святого Хосемарии Эскрива благодать научиться прощать, как учит Христос: «Не судите, и не будете судимы; не осуждайте, и не будете осуждены; прощайте, и прощены будете» (Лк 6,37).

Каждый день новенны состоит из двух частей:

- Первая — подборка текстов святого Хосемарии для размышления, анализа и молитвы;
- Вторая же состоит из ряда интенций или прошений, обращенных к Богу, чтобы обдуманное воплотилось в конкретные цели, искренние усилия, позицию и действия.

### *Как молиться новенной*

Эта новенна адресована всем, кто в силу личных обстоятельств желает очистить своё сердце и обрести мир во Христе.

Её можно практиковать в паре, в одиночку или вместе с другими людьми в течение девяти дней, в течение одного дня в неделю на протяжении девяти недель, с большими промежутками или в

менее регулярном ритме, в зависимости от возможностей тех, кто её практикует.

Все или некоторые тексты новенны можно читать вслух.

После прочтения каждого размышления и каждой интенции рекомендуется сделать паузу для молитвы в тишине.

.....

## **Молитва святому Хосемарии**

О Боже, посредничеством Пресвятой Богородицы Ты одарил несчетными милостями святого Хосемарию, священника, избрав его верным Своим орудием для основания Opus Dei – пути, ведущего к святости через исполнение профессионального долга и повседневных христианских обязанностей. Помоги и мне обращать каждый

миг моей жизни и каждое событие в любовь к Тебе и в служение, в радости и простоте, Церкви, Папе и всем душам, освещая пути земные светом веры и любви. Предстательством святого Хосемарии внемли моей мольбе: ... Аминь.

Отче наш... Радуйся, Мария...  
Слава Отцу...

.....

## **День 1-й: молитва об обретении мира в сердце**

*Размышление: слова Святого  
Хосемарии*

Не от Бога то, что нарушает мир душевный (*Путь*, 258).

Ясный признак человека Божия - мужчины или женщины - мир и спокойствие в душе: мир у них в

душе, и мир они несут людям, с которыми общаются (*Кузница*, 649).

Нужно соединить людей, нужно понять и оправдать их. Не поднимай никогда Креста только для того, чтобы напомнить, что одни убивали других. Он тотчас станет хоругвью дьявола. Христов Крест - это молчать, прощать и молиться за всех, чтобы все пришли к миру (*Крестный Путь*, Стояние третье).

Подобно Христу, который ходил, *благотворя* [1 Ин 3, 14], и вы должны со щедростью сеять мир на всех путях человеческих (*Христос проходит рядом*, 166).

### *Намерение*

Господи, Ты знаешь, как сильно я желаю иметь Твой мир внутри себя. Но я хорошо знаю, что не смогу обрести его, пока храню в

сердце горечь и обиды, которые подобны не заживающим ранам.

Я хотел бы быть способным делать то, о чем говорит святой Павел: «Снисходите друг к другу и прощайте взаимно, если кто на кого имеет жалобу. И да владычествует в сердцах ваших мир Божий». (ср. Кол 3,13.5)». Без Твоей помощи, Господи, только своими усилиями, я никогда не достигну этого мира.

Поэтому я смиренно прошу Тебя, по заступничеству святого Хосемарии, о благодати научиться прощать. Очисти моё сердце от загрязнения ненавистью, гневом, отвращением и другими горькими чувствами, которые разделяют тем больше, чем более соразмерной недостаткам и обидам других я считаю свою реакцию.

Читая молитву святому  
Хосемарии

.....

**День 2-й: молитва о понимании и прощении**

*Размышление: слова Святого Хосемарии*

Не позволяй себе думать плохо о ком-либо - даже если его слова и поступки дают повод для осуждения (*Путь, 442*).

Милосердие состоит не столько в том, чтобы *отдавать*, сколько в том, чтобы *понимать*. - Старайся понять ближнего, оправдать его слабости (это всегда возможно). Особенно - если ты призван о нем судить (*Путь, 463*).

Ставь себя всегда в положение ближнего твоего: так ты спокойно

увидишь его проблемы или обстоятельства дела, и не отвернешься, поймешь его, извинишь, поправишь там, где это необходимо, и насколько это необходимо. И наполнишь мир любовью (Кузница, 958).

### *Намерение*

Иисусе, Ты видишь, как трудно мне понимать других, смотреть на них добрыми глазами и прощать их большие и малые недостатки, когда они беспокоят и ранят меня.

Я хочу попросить Тебя о благодати исполнять то, что Ты заповедал нам: «Не судите, и не будете судимы; не осуждайте, и не будете осуждены; прощайте, и прощены будете» (Лк 6,37).

Ты знаешь, Господи, что я часто фокусируюсь, прежде всего, на негативной стороне людей, на том, что мне досаждают, на том,

что я считаю абсурдным и невыносимым, на том, что огорчает меня. И тогда я впадаю в порок — плохо думать и говорить о других.

Господи, помилуй меня, ибо я так немилосерден. Хотя я этого и не заслуживаю, я прошу Тебя, по заступничеству святого Хосемарии, даровать мне сердце, способное понимать, извинять и прощать.

Читать молитву святому  
Хосемарии

.....

**День 3-й: молитва о преодолении  
гордыни**

*Размышление: слова Святого  
Хосемарии*

Если сам ты столь немощен -  
почему удивляешься чужой  
немощи? (*Путь*, 446).

Да, этот человек поступил с тобой  
плохо. - Но разве ты не поступил  
еще хуже с Богом? (*Путь*, 686).

Старайся сразу прощать тем, кто  
тебя обижает. Ведь как бы тебя ни  
обидели - Господь простил тебе  
больше (*Путь*, 452).

И посему - отвращаться  
высокомерия, быть  
сострадательными,  
милосердными; друг друга  
взаимно подкреплять молитвой и  
чистосердечной дружбой  
(*Кузница*, 454).

### *Намерение*

Господи, это правда, что я молюсь  
и в молитве прошу у Тебя  
прощения, но я всё равно не  
прощаю тех, кто меня обижает.

Прости меня за то, что я пренебрёг словами Твоего Сына Иисуса, которые так часто повторяю в молитве «Отче наш»: «и прости нам долги наши, как и мы прощаем должникам нашим» (Мф 6,12).

Я понимаю, что если бы я был искренен, то в глубине этой чёрствости я обнаружил бы свою гордыню. Я признаю, что я обидчив, легко озлобляюсь, дурно истолковываю то, что говорят или делают другие, и что малейшие намёки расстраивают меня. Ты же, Иисусе, что Ты делал, когда с Тобой плохо обращались? Что Ты делаешь со мной, когда я плохо поступаю по отношению к Тебе – грешу? Я хорошо знаю это, ведь всякий раз, когда я иду на исповедь, Ты говоришь мне: «Я отпускаю тебе грехи».

Господи, я не хочу быть лицемером! По заступничеству святого Хосемарии даруй мне благодать смирения, которое является необходимым условием способности прощать.

Читать молитву святому Хосемарии

.....

## **День 4-й: молитва о преодолении гнева**

*Размышление: слова Святого Хосемарии*

Скажи то же самое, но на полтона ниже и без гнева. Твои слова прозвучат убедительнее. А главное - ты не оскорбишь Бога (Путь, 9).

Возмущаясь чьим-то проступком, не спеши с укорами, пока кипишь

негодованием. Повремени хотя бы до завтра - и тогда, спокойно, очистив свои намерения, непременно поправь его. - Участливым словом ты добьешься большего, чем тремя часами ссоры. - Умерь свой пыл (*Путь*, 10).

Молчи, когда в тебе кипит возмущение, даже справедливое. Как бы ты ни был сдержан, а заговоришь - и скажешь больше, чем хотел бы (*Путь*, 656).

### *Намерение*

Я думаю о Тебе, Иисусе, и о Твоих словах: «научитесь от Меня, ибо Я кроток и смирен сердцем» (Мф 11,29). А потом размышляю о себе: о своём раздражении, бурных реакциях, грубости и гневе, что кипит во мне, когда я полагаю, что логично жёстко обращаться с другими, потому что «я прав». И при этом я считаю себя христианином!

Христианином был святой Павел, который просил: «Всякое раздражение и ярость, и гнев, и крик, и злоречие со всякою злобою да будут удалены от вас» (Еф 4,31). Христианином был и святой Хосемария, который неизменно отвечал на клевету «молчанием, работой, прощением и улыбкой».

Он вставал на защиту справедливости лишь тогда, когда оскорбления были направлены на Божье дело или невинных третьих лиц. Кроткое и смиренное Сердце Иисуса, по заступничеству святого Хосемарии содейлай моё сердце подобным Тебе.

*Читать молитву святому  
Хосемарии*

---

**День 5-й: о преодолении обиды**

## *Размышление: слова Святого Хосемарии*

Как мелок тот, кто лелеет  
"перечень обид"!.. С ним просто  
невозможно жить (*Борозда, 738*).

Прощение - благородное чувство,  
оно всегда приносит плоды.  
Прощай от всей души, без капли  
злопамятства, как Христос на  
кресте: "Отче! прости им, ибо не  
знают, что творят". Так началось  
наше с тобой спасение (*Борозда,  
805*).

Бог не соблазняется о людях. Он не  
устает от нашей неверности  
(*Христос проходит рядом, 64*).

Я никогда не обижался на тех, кто  
от меня отвернулся - даже если я  
предлагал помощь, а в ответ  
слышал хамство (*Друзья Божии,  
59*).

## *Намерение*

Боже, я знаю, что обида — это рана, которую горделивое самолюбие открывает и разжигает в сердце, что это гангрена, которую ненависть возвращает в душе. Я боюсь её, Господи, потому что уже обнаружил её в себе, и она крепко цепляется, словно раковая опухоль.

Кто-то сказал, что обида — это дьявольская печь. Он был прав. Я тоже чувствую, что обида — это проклятый огонь, сжигающий любовь, понимание и мир, которые всегда должны отличать отношения между детьми Божьими.

Избавь меня от него, Иисусе!  
Помоги мне изгнать это зло через частую исповедь. Даруй мне, по заступничеству святого Хосемарии, силы Небес, чтобы

прощать и забывать, чтобы я не держал никаких обид.

Позволь мне вложить свою горечь в Сердце Твоё, чтобы в Нём я мог научиться говорить: «Отче! прости им!» (Лк 23,34).

Читать молитву святому Хосемарии

---

**День 6-й: молитва о преодолении разлада в семье**

*Размышление: слова Святого Хосемарии*

Совместная жизнь возможна, когда все стараются исправить свои недостатки и пытаются не замечать чужих (Беседы с Отцом Хосемария Эскрива, 108).

Терпение помогает нам входить в положение других, быть чуткими и уверенными в том, что с течением времени люди, как доброе вино, становятся лучше (*Друзья Божии*, 78).

Наша любовь призвана жертвовать собой, проявляясь в мелочах жизни, в понимании других, в молчаливой жертвенности и неприметной самоотдаче (*Христос проходит рядом*, 36).

В том, что промолчал, ты никогда не расскаешься. А в том, что сказал - не раз (*Путь*, 639).

### *Намерение*

Боже мой, Ты знаешь, как трудно мне прощать в семейной жизни недостаточное уважение, внимание, терпение и деликатность по отношению ко мне. И также знаешь, что ещё

труднее мне признавать, что я тоже бываю склонен к этим недостаткам. Я прошу Твоей помощи, чтобы с Твоею благодатью и по заступничеству святого Хосемарии я смог преодолеть ложное самолюбие и жить так, как просит нас святой Павел: «со всяким смиренномудрием и кротостью и долготерпением, снисходя друг ко другу любовью» (Еф 4,2).

Избавь меня, Господи, от безрассудной одержимости мыслью, что только я прав; от грубости, от нетерпения пред лицом мелких недостатков, от споров из-за несущественных вещей. Прошу, научи меня любить, чтобы я мог молчать, улыбаться, смотреть на вещи и других людей по-доброму и просить прощения за мои недостатки при их исправлении. И если возникнет необходимость,

прошу Тебя о героическом духе прощения, с которым Ты принял Иуду в саду в час предательства.

Читать молитву святому  
Хосемарии

.....

**День 7-й: молитва об умении  
делать первый шаг**

*Размышление: слова Святого  
Хосемарии*

Отец прощает любую обиду, когда ребенок возвращается в Его дом и кается, и просит прощения. Наш Господь является Отцом до такой степени, что знает о нашем раскаянии и первый идет нам навстречу, открывая Свои объятия (*Христос проходит рядом, 64*).

Выйдя нам навстречу, Господь проявил инициативу. Он подал пример (*Друзья Божии*, 228).

Именно в Таинстве Покаяния мы одеваемся в Господа нашего и во все Его заслуги (*Путь*, 310).

### *Намерение*

Боже, Отче милосердия, я открываю Евангелие и вижу, что Иисус просит меня всегда делать первый шаг к примирению, первым проявлять инициативу в том, чтобы прощать и просить прощения: «Оставь там дар твой пред жертвенником, и пойдя прежде примиришься с братом твоим» (Мф 5,24).

Справедливо, что Ты просишь меня поступать так же, как поступал Сам. Святой Павел говорит, что Христос умер за нас, когда мы были ещё грешниками (Рим 5,8). Боже, как трудно мне

делать этот шаг, когда я обижен и убежден, что я прав! Это кажется мне сверхчеловеческим, и возможно лишь с Твоей силой, Господи!

Святой Хосемария, ходатайствуй за меня, чтобы я решился обратиться за помощью к Богу, совершив искреннюю исповедь, ведь именно в этом таинстве я могу обрести необходимую мне благодать.

Читать молитву святому Хосемарии

.....

**День 8-й: молитва об умении  
воздавать добром за зло**

*Размышление: слова Святого Хосемарии*

На наше бесконечное упорство во зле Иисус ответил нестигаемым стремлением искупить нашу вину Своим всепрощением (*Крестный Путь, Стояние седьмое*).

Люди, их жизнь и блаженство стоят так дорого, что Сам Сын Божий отдает Себя, чтобы спасти нас, очистить, возвысить (*Христос проходит рядом, 165*).

Задача христианина - топить зло в преизобилии добра (Борозда, 864).

Когда эти бедные "ненавистники" забрасывают тебя камнями, приучайся в ответ забрасывать их "Аве Мариями" (*Кузница, 650*).

### *Намерение*

О, добрый Иисусе, я признаю, что, когда чувствую себя обиженным, во мне закипает желание отыграться. Но именно этого Ты не делал! Как трудно сдержать

фантазии о малой или большой мести, которые строит моё воображение! И всё же я знаю, что должен думать о прощении!

Соделай, Господи, чтобы в моменты, когда я ощущаю себя так, мне приходили на ум Твои слова: «Любите врагов ваших [...] и молитесь за обижающих вас и гонящих вас» (Мф 5,44), а также слова святого Павла: «Не будь побежден злом, но побеждай зло добром» (Рим 12,21).

Молю Тебя, Господи, чтобы сегодняшнее размышление над словами святого Хосемарии пробудило во мне, по его заступничеству, решение всегда молиться за тех, кто причиняет мне зло, и желать им добра, чтобы «топить зло в обилии добра».

Читать молитву святому Хосемарии

---

## **День 9-й: молитва об умении просить помощи у Пресвятой Девы**

*Размышление: слова Святого  
Хосемарии*

Сколь тяжело должно было страдать Сладчайшее Сердце Марии, когда Она присутствовала при вспышке коллективной жестокости и злобы, которую палачи извергли на Иисуса, обрекая Его на Страдания и Смерть... Но Она, как и Ее Сын, любит, молчит, прощает. В этом - сила любви (*Друзья Божии, 237*).

Если мы воистину станем детьми Марии - нам будут понятны эти деяния Ее Сына, ибо наши сердца, расширившись, станут милосердными (*Христос проходит рядом, 146*).

Привыкни вкладывать свое  
бедное сердце в Сладчайшее и  
Непорочное Сердце Марии, чтобы  
Она очистила его от шлаков и  
привела к Священному,  
Милосердному Сердцу Иисуса  
(Борозда, 830).

### *Намерение*

Мать милосердия,  
утешительница страждущих,  
прибежище грешников, Ты,  
соединившая Себя с жертвой  
Иисуса, когда Он проливал Свою  
Кровь на Кресте, чтобы очистить  
нас от грехов, смилуйся над нами,  
бедными грешниками, которым  
не удаётся прощать.

Содейлай так, чтобы, когда мы  
чувствовали, что нас сжигает  
обида, гнев или желание мести,  
мы вспоминали о Тебе; даруй,  
чтобы мы не забывали, что у нас  
есть любящая Мать, Которая хочет  
смягчить наше жестокосердие

теплом Своего непорочного  
Сердца.

О, Мама, приюти нас у Себя на  
коленях, как маленьких детей;  
успокой наш гнев Своей улыбкой;  
испроси у Сына Твоего для нас дар  
прощать, забывать и не разжигать  
обид; а также любить тех, кто не  
слишком любит нас. О, Матерь,  
приведи нас, как просит святой  
Хосемария, в глубину Святейшего  
и Милосердного Сердца Иисуса.

Читать молитву святому  
Хосемарии

.....

**Отзыв о помощи, полученной по  
заступничеству святого  
Хосемарии**

► Нажмите здесь, чтобы отправить  
рассказ о полученной помощи.

Вы можете сообщить о дарованной вам благодати по почте в Канцелярию по делам святых Прелатуры Opus Dei (Гороховский переулок, 18 строение 2, 105064 Москва, Россия) или отправив сообщение на электронную почту: [kontakt.ru@opusdei.org](mailto:kontakt.ru@opusdei.org).

► [Нажмите здесь, чтобы сделать пожертвование.](#)

Автор новенны о прощении: отец Франсиско Фаус. С церковного одобрения (Сан-Паулу, Бразилия).

Франсиско Фаус