



HONRA E GLÓRIA AOS SAGRADOS CORAÇÕES DE JESUS E DE MARIA

Apostolado de la Nueva Evangelización

CATEQUESE DAS CASINHAS DE ORAÇÃO

EXAME DE CONSCIÊNCIA SOBRE A HUMILDADE

- Eu me dou conta e tenho sempre presente que nada sou e nada posso sem Deus?
- Consinto com pensamentos de presunção, vaidade e auto-suficiência, tais como: “como sou bom!”, “como fiz bem isto!”, “como sou capaz!”, etc., sem me dar conta que tudo é obra de Deus em mim?
- Procuo a aprovação e o reconhecimento dos outros?
- Dou aprovação e reconhecimento a mim mesmo... ou refiro sempre a Deus as qualidades e êxitos que alcanço?
- Falo sempre de mim e de minhas coisas?
- Gosto de estar à frente das situações?
- Fico irritado diante de críticas, ataques e humilhações?
- Aceito e reconheço minhas falhas quando sou corrigido, ou acho que sempre tenho razão?
- Quando sirvo, projeto a mim mesmo ou sou portador de Deus?
- Quando falo, eu me deixo inspirar por Deus ou é meu próprio “eu” a fonte de inspiração?
- Procuo chamar a atenção com minha suposta “sabedoria”?

LADAINHA DA HUMILDADE

O venerável Cardeal Rafael Merry del Val (em processo de beatificação, foi secretário de Pio X) costumava rezar estas ladainhas diariamente, depois de celebrar a Santa Missa:

Ó Jesus, manso e humilde de coração, ouvi-me.

Do desejo de ser estimado, *livrai-me, ó Jesus.*

Do desejo de ser amado, *livrai-me, ó Jesus.*

Do desejo de ser conhecido, *livrai-me, ó Jesus.*

Do desejo de ser honrado, *livrai-me, ó Jesus.*

Do desejo de ser louvado, *livrai-me, ó Jesus.*

Do desejo de ser preferido, *livrai-me, ó Jesus.*

Do desejo de ser consultado, *livrai-me, ó Jesus.*

Do desejo de ser aprovado, *livrai-me, ó Jesus.*

Do receio de ser humilhado, *livrai-me, ó Jesus.*

Do receio de ser desprezado, *livrai-me, ó Jesus.*

Do receio de sofrer repulsas, *livrai-me, ó Jesus.*

Do receio de ser caluniado, *livrai-me, ó Jesus.*

Do receio de ser esquecido, *livrai-me, ó Jesus.*

Do receio de ser ridicularizado, *livrai-me, ó Jesus.*

Do receio de ser infamado, *livrai-me, ó Jesus.*

Do receio de ser objeto de suspeita, *livrai-me, ó Jesus.*

Que os outros sejam amados mais do que eu, *Jesus, dai-me a graça de desejá-lo.*

Que os outros sejam estimados mais do que eu, *Jesus, dai-me a graça de desejá-lo.*



HONRA E GLÓRIA AOS SAGRADOS CORAÇÕES DE JESUS E DE MARIA

Apostolado de la Nueva Evangelización

CATEQUESE DAS CASINHAS DE ORAÇÃO

Que os outros possam elevar-se na opinião do mundo, e que eu possa ser diminuído, *Jesus, dai-me a graça de desejá-lo.*

Que os outros possam ser escolhidos e eu posto de lado, *Jesus, dai-me a graça de desejá-lo.*

Que os outros possam ser louvados e eu desprezado, *Jesus, dai-me a graça de desejá-lo.*

Que os outros possam ser preferidos a mim em todas as coisas, *Jesus, dai-me a graça de desejá-lo.*

Que os outros possam ser mais santos do que eu, embora me torne o mais santo quanto me for possível, *Jesus, dai-me a graça de desejá-lo.*

Imprimatur: + James A. McNulty, Bispo de Paterson, New Jersey (de 5 de abril de 1953 a 12 de fevereiro de 1963)

Obs.: Essa tradução da ladainha foi copiada do site da Montfort Associação Cultural - <http://www.montfort.org.br/bra/oracoes/ladainhas/humildade/> . Existe outra versão, com as orações comuns das ladainhas (ato penitencial no início e orações finais) que pode ser vista por exemplo em <http://confrariadesaojoabatista.blogspot.com.br/2010/01/ladainha-da-humildade-cardeal-merry-del.html>