



*Prosta modlitwa o niezwykłej mocy duchowej*

---

Wprowadzenie: to, co małe, czyni wielkie rzeczy

W czasach, gdy wartość często mierzy się spektakularnością, wiara katolicka przypomina nam, że **największe tajemnice często ukrywają się w rzeczach najprostszych**. Tak właśnie jest z niewielką, lecz potężną praktyką duchową: **„Trzema Zdrowaś Maryjo” odmawianymi przed snem**. Święty Antoni Maria Claret, wielki misjonarz XIX wieku i założyciel klaretynów, gorąco polecał tę modlitwę. Był przekonany, że jest to **potężna broń przeciwko diabłu**, a także źródło ochrony, łaski i wzrostu duchowego.

W tym artykule przyjrzymy się historii tej modlitwy, jej znaczeniu teologicznemu i praktycznemu zastosowaniu, odkrywając na nowo duchowy skarb, który może całkowicie odmienić naszą codzienną drogę wiary.

---

## I. Kim był św. Antoni Maria Claret?

Aby zrozumieć wartość tej praktyki, warto poznać człowieka, który tak gorliwie ją promował. **Święty Antoni Maria Claret (1807-1870)** był arcybiskupem Santiago de Cuba, spowiednikiem królowej Izabeli II w Hiszpanii, założycielem **Misjonarzy Synów Niepokalanego Serca Maryi** oraz jednym z największych kaznodziejów swoich czasów. Żył w pełni misją, modlitwą, miłością do Eucharystii i Maryi Dziewicy, a także posiadał głęboką wrażliwość na walkę duchową.

Nie był teoretykiem modlitwy – przemawiał jako człowiek, który stoczył wiele duchowych bitew, żył w ubóstwie, był prześladowany i doświadczył mocy modlitwy ludu Bożego.

---

## II. Początki nabożeństwa „Trzech Zdrowaś Maryjo”

Zwyczaj **odmawiania trzech Zdrowaś Maryjo przed snem** nie powstał bezpośrednio z inspiracji Clareta, ale **on z zapałem go promował**, znając jego skuteczność. Korzenie tej praktyki sięgają XIII wieku, kiedy to **św. Matylda z Hackeborn**, niemiecka benedyktyńska, otrzymała objawienie od Matki Bożej. Maryja obiecała, że ten, kto codziennie wieczorem



„Trzy Zdrowaś Maryjo” na noc, które odpędzają demony (według św. Antoniego Marii Clareta) | 2

będzie odmawiać trzy Zdrowaś Maryjo ku czci **trzech boskich przywilejów**, jakie otrzymała, otrzyma szczególną ochronę.

Te trzy przywileje to:

1. **Moc udzielona przez Ojca**
2. **Mądrość otrzymana od Syna**
3. **Miłość wlana przez Ducha Świętego**

Również **św. Alfons Maria de Liguori** zalecał tę modlitwę, ale to **św. Antoni Maria Claret** najbardziej ją rozpowszechnił w XIX wieku – w czasie duchowych i moralnych ataków – ukazując ją jako **skuteczną obronę przed zasadzkami szatana**.

---

### III. Teologiczne znaczenie „Trzech Zdrowaś Maryjo”

Zdrowaś Maryjo to nie formuła magiczna, lecz **głęboko teologiczna modlitwa**. Każde „Zdrowaś” to akt wiary, głoszenie dzieł Bożych dokonanych w Maryi oraz pokorna prośba o wstawiennictwo.

#### 1. Do Ojca przez Maryję (moc Ojca):

Maryja jest umiłowaną Córką Ojca, przez Niego zachowaną od grzechu pierworodnego i wybraną na Matkę Słowa. Prosząc o Jej wstawiennictwo, zawieramy się Ojcowskiej wszechmocy.

#### 2. Do Syna przez Maryję (mądrość Syna):

Maryja jest Matką Syna, Theotokos. Dzięki Jej „fiat” dokonano się Wcielenie. Uczestniczyła w dziele Odkupienia. Wzywając Ją, czerpiemy z mądrości Wcielonego Słowa.

#### 3. Do Ducha Świętego przez Maryję (miłość Ducha):

Duch Święty działał potężnie w Maryi, swej mistycznej Oblubienicy. Ona stała się Jego świątynią. Każde Zdrowaś Maryjo otwiera nas na Jego uświęcającą moc.

Odmawiając trzy Zdrowaś Maryjo, **czcimy Maryję w Jej relacjach z Trójcą Świętą**, co stanowi ogromne bogactwo duchowe.

---



#### IV. Dlaczego odpędzają demony?

Święty Antoni Maria Claret był głęboko przekonany, że proste odmawianie trzech Zdrowaś Maryjo każdej nocy odpędza złe duchy. Nie chodzi tutaj o przesąd, ale o **głęboką prawdę duchową**. W wielu swoich pismach Claret opisywał konkretne przypadki uwolnienia i ochrony osiągnięte dzięki modlitwie do Maryi.

To przekonanie wpisuje się w **tradycję Kościoła** i jego **antropologię duchową**:

- **Szatan nienawidzi Maryi**, ponieważ to Ona, przez swoją pokorę, zniszczyła jego pychę.
- Każde Zdrowaś Maryjo to przyzywanie łaski, Odkupienia i pośrednictwa Maryi.
- **Różaniec, a zwłaszcza Zdrowaś Maryjo, to potężna broń w walce duchowej**, co potwierdzają liczni święci.

W Księdze Rodzaju czytamy prorocze słowa Boga:

„Wprowadzam nieprzyjaźń między ciebie a niewiastę, między twoje potomstwo a Jej potomstwo: ono zmiażdży ci głowę.” (Rdz 3,15)

Kościół odczytuje tę Niewiastę jako **Maryję**, nową Ewę, związaną z tryumfem Chrystusa nad grzechem i diabłem.

---

#### V. Praktyczny przewodnik: jak je odmawiać co wieczór

Święty Antoni Maria Claret zalecał **codzienne odmawianie Trzech Zdrowaś Maryjo z wiarą i pokorą przed snem**. Oto prosty, teologicznie uzasadniony przewodnik:

##### □ Wieczorna praktyka Trzech Zdrowaś Maryjo

1. **Stwórz atmosferę ciszy i skupienia.**  
Wyłącz telefon, wycisz myśli, wejdź w tajemnicę kończącego się dnia.
2. **Powoli przeżegnaj się.**
3. **Odmów trzy Zdrowaś Maryjo**, każdą z następującą intencją:
  - Na cześć mocy Ojca



„Trzy Zdrowaś Maryjo” na noc, które odpędzają demony (według św. Antoniego Marii Clareta) | 4

- Na cześć mądrości Syna
  - Na cześć miłości Ducha Świętego
4. **Możesz po każdej modlitwie dodać tradycyjną aklamację (opcjonalnie):** „Przez Twoje Najczystsze i Niepokalane Poczęcie, o Maryjo, oczyść moje ciało i uświęć moją duszę.”
  5. **Zakończ aktem oddania się Maryi:** „O Pani moja, o Matko moja, Tobie się całkowicie oddaję...”
  6. **Zaśnij, ufając Bogu.**  
Dzień kończy się w łasce, a dusza spoczywa w pokoju.

Kilka minut wystarczy, by doznać głębokiego i trwałego działania łaski.

---

## VI. Dlaczego ta praktyka jest dziś tak aktualna?

Żyjemy w czasie zamętu, strachu, duchowych zasadzek i moralnego zamieszania. Wielu chrześcijan czuje się bezradnych wobec zła. Trzy Zdrowaś Maryjo to **prosta, ale potężna odpowiedź**: budzą modlitwę, ufność i opiekę Matki Bożej, a także tworzą **duchową barierę ochronną przed złem**.

To praktyka **idealna dla rodzin**, aby **uczyć dzieci modlitwy**, dla **młodych szukających sensu**, dla **świeckich, zakonników i kapłanów**. Dostępna dla każdego i zdolna **głęboko przemienić codzienność duchową**.

---

## VII. Świadectwa świętych i Kościoła

**Święty Alfons Maria de Liguori** pisał:

„Kto będzie wiernie odmawiać tę praktykę przez całe życie, otrzyma wielkie łaski i wytrwałość aż do końca.”

Nawet **papież Leon XIII**, wielki czciciel Maryi, **błogosławił i promował** nabożeństwo Trzech Zdrowaś Maryjo.



„Trzy Zdrowaś Maryjo” na noc, które odpędzają demony (według św. Antoniego Marii Clareta) | 5

---

Zakończenie: Maryja – siła pokornych

Ostatecznie Trzy Zdrowaś Maryjo to nie tylko modlitwa – to **styl życia duchowego**: codziennie, każdej nocy, oddawać się **Tej, która czuwa nad nami jako Matka, Królowa Aniołów, Pogromczyni węża**.

Jeśli szukasz modlitwy prostej, lecz potężnej: **zaczynij dziś wieczorem**. Uklęknij, odmów trzy Zdrowaś Maryjo z miłością i wiarą... i pozwól działać łasce.

---

□ Ostatnie słowo

**Odmów je dla siebie. Odmów je dla swoich dzieci. Odmów je dla Kościoła.**  
Niebo jest bliżej, gdy wzywasz Matki.

*„Bóg pysznym się sprzeciwia, pokornym zaś daje łaskę.” (Jk 4,6)  
A nie ma bardziej pokornej i mocnej modlitwy niż Zdrowaś Maryjo  
wypowiedziane z miłością.*