



Rege, o Maria!



CATECHESE 01

Gewetensonderzoek Van de slaaf uit liefde Van Jezus en Maria

P. Huppert



Rege, o Maria!

Gewetensonderzoek

Van de slaaf uit liefde
Van Jezus en Maria

We willen jullie een gewetensonderzoek voorstellen over de praktijk van de perfecte Devotie aan de Heilige Maagd Maria, ons aangeleerd door de Heilige Louis Marie Grignion de Montfort. Dit gewetensonderzoek moet in zijn geheel elk jaar gedaan worden: in de geestelijke oefeningen en ook in de jaarlijkse vernieuwing van de toewijding en in de maandelijks retraits. Zo heeft Montfort het gewild.

Het zou goed zijn elke dag een deeltje van dit gewetensonderzoek te doen en daarvoor het deel te nemen dat overeenkomt met dat stukje waar we ons precies op aan het focussen zijn binnen de devotie.

Men zou ook, voor het algemeen gewetensonderzoek, de delen kunnen opsplitsen die we geven en daarna een deel bepalen voor elke dag van de week. Om dit makkelijker te maken, hebben we in de kantlijn de beginletters van de dagen gezet.

Naast de momenten van de dag die speciaal bestemd zijn voor het gewetensonderzoek, geeft men de raad aan de ijverige slaaf van Maria om regelmatig, bijvoorbeeld elk uur, een moment te nemen om na te denken en zich af te vragen: 'Ben ik dit uur een echte slaaf van Jezus en Maria geweest? Lieve Moeder, heb ik u in het uur dat ik net heb geleefd tevreden gemaakt?'

Aanhef

Lief kind, lieve slaaf van de Heilige Maagd Maria, het is Uw Moeder en Meesteres in eigen persoon die naar jou komt. Zij komt je ondervragen over hoe je je perfecte toewijding in de praktijk hebt gezet. Stel jezelf eerlijk in haar aanwezigheid... Antwoord eerlijk op haar moederlijke vragen: probeer niet iets voor haar te verbergen.

Begin met nederig haar genade te vragen om je te verlichten opdat je duidelijk in je ziel kan kijken... en vraag haar deze oefening heel nuttig te maken voor je vooruitgang op Gods wegen.

I. De akte van toewijding en haar gevolgen

"Ik wijd u, als slaaf, mijn lichaam en mijn ziel, mijn innerlijke en uiterlijke bezittingen toe, ik laat alles aan u en geef u het volle recht om over mij te beschikken en over alles wat mij toebehoort, zonder uitzondering, volgens uw welbehagen."



Rege, o Maria!

Zondag 1° Actieve afhankelijkheid

1° Mijn kind: Heb je dagelijks, van bij het opstaan en daarna geregeld tijdens de dag, je toewijding aan Jezus door mijn handen **vernieuwd**? Heb je dat **serieus**, bewust gedaan? Goed wetend wat het betekent en vastbesloten mij alles te geven wat deze overgave inhoudt?

2° Heb je geleefd met de overtuiging en **de vaak terugkomende gedachte** dat je mij echt en volledig toebehoort? Heb je mijn **bezittingsrecht** gerespecteerd in verband met alles wat je mij hebt gegeven? Lichaam en ziel, gevoelens en vermogens, goederen en krachten? Zonder iets hiervan te gebruiken buiten mijn bedoeling en toestemming om?

3° **Heb je mij toestemming gevraagd**, minstens een keer per dag, om dit lichaam, deze gevoelens, deze goederen die je aan mij hebt gegeven, te gebruiken?

4° Dit **lichaam** dat je mij hebt toegewijd, heb je dat enkel volgens mijn bedoelingen en wensen gebruikt? Heb je het gevoed en verzorgd zoals het hoort, heb je vermeden nalatig te zijn, je krachten te verspillen of integendeel: heb je de mogelijkheden die je hebt, niet gebruikt? Heb je je lichaam verwend door te voldoen aan al zijn eisen en opwellingen? Heb je er een voorwerp van gemaakt van belachelijke ijdelheid, door op zoek te gaan naar de aandacht van de schepselen? Heb je je lichaam behandeld en gekleed met bescheidenheid? Heb je het gemaakt tot een aanleiding tot zonde, tot schande, door oppervlakkige, opvallende of verwijtbare voorkomens en gewoontes? Heb je je zondig lichaam bestraft en teruggebracht tot zijn onderworpenheid door de christelijke boete, door alle luxe en overvloed te beperken in het slapen, in het eten, in de huisraad, in de kledij enz.? Ben je op dappere wijze ingegaan tegen zijn genoegens en voorkeuren?

5° Heb je je **ogen** gebruikt voor risicovolle of verwijtbare blikken, in wereldse lectuur of verboden spektakels, of zo niet in ijdele nieuwsgierigheid en nutteloze blikken?

6° Heb je je **oren** gebruikt voor onzedelijke liedjes of gevaarlijke gesprekken, om te luisteren naar wat niet voor jou bestemd was, of voor om het even wat enkel uit nieuwsgierigheid?

7° Heb je je **mond** of tong gebruikt voor gesprekken die ingingen tegen de bescheidenheid, de naastenliefde? Of heb je gepraat op momenten waarop je volgens de regels de stilte moest bewaren?

8° Heb je je **fantasie** en je **intelligentie** gebruikt volgens mijn verlangens? Heb je ze met vrijgevigheid toegepast, volgens je levensstaat, in je studie, om na te denken, te mediteren, te bidden? Heb je in je gebed geen afleidingen toegelaten of deze met te veel zachtheid verworpen? Moet je jezelf misschien beschuldigen van gevaarlijke gedachten, sensuele en oppervlakkige verbeeldingen, ongezonde illusies of ongeordende nieuwsgierigheden?



Rege, o Maria!

9° Heeft je hart toegestemd met natuurlijke afkeer, heb je mensen ontweken die je niet bevielen, heb je hun tekorten bekritiseerd, hen met tegenzin behandeld en geweigerd hen te helpen? En in je hart, heeft er zich misschien een of andere te natuurlijke gehechtheid ontwikkeld, te sensueel, die niet beantwoordt aan de vereisten van je levensstaat?

10° Was je wil over het algemeen verenigd met die van Jezus en die van mij? En heb je misschien je eigen wil gezocht, zonder eerst en vooral te proberen die van God te kennen en te vervullen? Was je embleem dat van een echte slaaf uit liefde: 'niet mijn wil, maar de Uwe, o Jezus, o Maria'?

11° Je tijdelijke goederen zijn van mij ... Heb je er gebruikt van gemaakt zonder eraan vast te houden, zonder ervan af te hangen? Heb je geen overmatige gehechtheid aan geld, huisraad, sieraden, kleren? Heb je in je leven misschien een overdreven luxe? Heb je de nodige tijd gegeven aan je gebed, aan je werk enz.? Heb je deze waardevolle tijd niet verspild in kleinigheden, in nutteloze dingen? Wat een verantwoordelijkheid! Wat een zorg voor het uur van het oordeel!

Maandag 2° Passieve afhankelijkheid

13° Onderzoek nu, geliefd kind en lieve slaaf, of je in je leven dit *totaal bezittingsrecht* hebt gerespecteerd waarmee je mij de toestemming hebt gegeven om "*over jou te beschikken en over alles wat van jou is, volgens mijn welbehagen.*" Heb je met vreugde, met onderwerping, of tenminste toelatend, aangenomen wat ik met Jezus heb beslist en voorbereid voor jou?

14° Heb je je **gezondheid** met dankbaarheid aangenomen en heb je eraan gedacht mij daarvoor te bedanken? Ben je niet ongeduldig geweest, heb je niet gemompeld wanneer je het koud had, of warm, wanneer je honger of dorst had, of wanneer je ongemakkelijkheden of pijn of ziekte ervoer?

15° Heb je, wanneer ik het toestond, vrijwillig aanvaard een beetje te lijden op vlak van je reputatie, wanneer men minder vertrouwen toonde, of minder affectie, wanneer men wantrouwen toonde in iets wat jou betrof, wanneer men je verdacht of uitschold?

16° Wat waren jouw gevoelens wanneer jou iets van je materiële bezittingen werd afgenomen? Of wanneer je de ongemakkelijkheden van de armoede of de hulpbehoevendheid moest verdragen?

17° Heb je jezelf nederig tevreden gevoeld met de talenten die je werden gegeven, de sociale omstandigheden waarin je leeft, de situatie waarin je je bevindt, de taak die je moet vervullen, de omstandigheden waarin je moet leven...? Dit alles is de Wil van Jezus voor jou, en ook de mijne.

18° Is je ziel onrustig, verstoord, ontevreden geweest in de beproeving, of in de ziekte, of in de dood, wanneer ik beschikte over je familieleden, je geliefde, de Congregatie waartoe je behoort? Heb je mij wel erkend als eigenares en vorstin van alles wat van jou is? Je moet de rechten die ik als Koningin bezit, respecteren...



Rege, o Maria!

19° Heb je mij trouw toegelaten te beschikken over de waarden van je goede werken en gebeden? Heb je geprobeerd ze terug te krijgen of er het gemis van gevoeld?

II. De innerlijke oefeningen van de perfecte devotie tot de Heilige Maagd Maria

Dinsdag 1° Doorheen Maria

20° “Je hebt me beloofd me te **gehoorzamen in alles**”. Heb je mij vaak het stuur in handen gegeven van je leven en je daden? Heb je je ideeën, je oordelen, je beslissingen, je woorden en je daden aan mij onderworpen? Of heb je het tegenovergestelde gedaan van wat ik je toonde? Heb je je bewogen op eigen initiatief, volgens het instinct van je gevoeligheid, de scherpte van je karakter, de opwellingen van je eigen wil?

21° Heb je me om **raad** gevraagd in je twijfels? Heb je me **toestemming gevraagd om iets te doen**, zoals een klein kind voortdurend zijn moeder om raad vraagt over wat hij moet doen? Heb je af en toe met je hart of met je lippen gezegd: ‘mijn lieve Moeder, mag ik dit doen, moet ik het laten dit andere te doen?’.

22° Heb je door je gehoorzaamheid aan mij **alles gedaan wat Jezus zegt**? Heb je gedacht, geoordeeld, gehandeld, geleefd volgens de principes, de voorschriften en raden van het Evangelie, of volgens de principes en de geest van de wereld, ofwel het evangelie van de duivel?

23° Ben je trouw geweest in het vastbesloten verwerpen van de erge **zonde**? Was je dat ook in het verwerpen van de dagelijkse zonde? In het bijzonder in de strijd tegen je overheersend tekort ?

24° Heb je de **specifieke verplichtingen van je levensstaat** serieus en bewust vervuld? Alsook de verantwoordelijkheden in je familie, je professionele plichten etc.?

25° Ben je een voorbeeld van gehoorzaamheid geweest, als mijn slaaf uit liefde, **ten opzichte van elke legale autoriteit**? Heb je het gezag van Christus en dat van mij erkend in je oversten: ouders, echtgenoten, leraren, burgerlijke machten, kerkelijke en vooral religieuze oversten, geestelijke begeleider, etc.? Is het een **menselijke** gehoorzaamheid geweest? Beïnvloed door de kwaliteiten of de tekorten van diegenen die deze macht uitoefenden? Heb je de gegeven orders en adviezen **bediscussieerd** of **bekritiseerd**? Waren er in je gehoorzaamheid nooit eens **voorbedachte uitzonderingen**? Heb je misschien eens met tegenzin, **mompelend** gehoorzaamd, of met droefheid of een gevoel van wrok? Heb je je echt als een kind **overgegeven** aan je oversten, door de gehoorzaamheid te zoeken in plaats van ervoor weg te vluchten?



Rege, o Maria!

Woensdag

26° Ben je, afhankelijk als je bent van mij, trouw geweest aan de **leefregel** die ik je heb voorgeschreven? Aan de **Heilige Regel** die ik je heb voorgesteld? Heb je trouw de gepaste tijd gegeven aan je gebed, aan je werk, aan je studie, aan de ontspanning? Is er misschien een of ander punt van de regel dat je vaak niet nakomt? Was je echt ijverig in je **geestelijke leven**? Heb je er misschien iets uit weggehaald, of iets ingekort, iets maar half gedaan door moeheid of luiheid?

27° Heb je mijn wil en mijn aanwijzingen herkend in alle **gebeurtenissen** die je overkomen en omringen? Was je in staat 'amen' te zeggen zowel aan alles wat je troost en vreugde biedt, als aan wat tegengaat, of wat je stoort, je beschadigt, wat je vernedert en kwetst, alles wat je doet inzakken en wat je overstelpt? Heb je edelmoedig uit Gods hand en uit het mijne de hinder, de ongemakken van het slechte weer, de tegenkantingen, de ziekten en de rouw aangenomen?

28° Heb je aandachtig geluisterd naar de **oproepen van mijn genade** en die oprecht gevolgd? Heb je misschien een daad uit naastenliefde, een klein offer of een daad uit vrijgevigheid die ik je vroeg, genegeerd? Is er misschien een bepaalde daad waartegen je zonder schaamte steeds maar nee zegt en die je dus achterhoudt voor je geliefde Moeder? Heb je in je hart misschien de oproep tot een hogerstaande roeping, één tot volmaaktere heiligheid, onderdrukt?

29° In je gebed: in de Heilige Mis, in de Heilige Communie, in de meditatie enz., heb je trouw je eigen overtuigingen en ideeën aan de kant gelaten? Was je trouw in je **vereniging met je Moeder en Meesteres**, door haar hulp in te roepen, steunend op haar verdiensten, jezelf toeiend met haar deugden? Heb je mij jezelf toevertrouwd als een **instrument**, heb je je ondergedompeld in een onbewogen stilte opdat ik in en voor jou zou kunnen bidden en werken?

30° Heb je op mij **vertrouwd zoals een kind op zijn goede moeder**? Heb je altijd je toevlucht genomen tot mijn moederlijke goedheid: "*op elk moment, op elke plek, in alles*"? Heb je dit zoeken van toevlucht niet verwaarloosd in de details van je leven, in de dagelijkse besluiteloosheden van je geestelijke leven, in de pijnlijke uren van je bestaan? Laat je je soms leiden door de onrust, de zorgen, de neerslachtigheid, in plaats van gewoonweg alles aan mij toe te vertrouwen wat je tot onrust brengt? Vertrouw je mij met een gehele overgave het uur en de omstandigheden van je dood toe? De zorg voor je volmaaktheid en je eeuwige redding?

Donderdag 2° Met Maria

31° Was ik, na Jezus, jouw **voorbeeld van volmaaktheid**, heb je mij vaak op die manier bekeken? Heb je je trouw afgevraagd: '*Hoe zou mijn goede Moeder dit in mijn plaats doen?*'

32° Heb je geprobeerd om **jegens God** mijn volgzaamheid als slavin van de Heer na te volgen? Heb je naar het voorbeeld van mijn *Magnificat* Gods glorie gezocht in alles wat je doet? En op die manier



Rege, o Maria!

de goddelijke liefde in je gehele leven gebracht en geleefd met de Allerheiligste Drieëenheid in je ziel, op een respectvolle, kinderlijke, aanhoudende manier?

33° Was je **trouw aan Jezus** in alles en voor alles? Heb je niets anders dan Hem liefgehad, enkel voor Hem geleefd en enkel gestreefd naar Zijn verlangens, Zijn rijkdom? Heb je slechts naar één ding verlangd: een innigere relatie met Hem?

34° Heb je een voorbeeld genomen aan mijn **nederigheid**? Heb je eerlijk erkend dat je talenten, je successen en je deugden van God komen? Heb je vaak nagedacht over je eigen niets? Over je tekorten en je ellende? Heb je jezelf niet beter geacht dan de anderen in gedachten, woorden of daden? Heb je vreugde gevoeld toen je niet werd erkend, toen je niet belangrijk geacht werd?

35° Was je, naar mijn voorbeeld, echt **vriendelijk** en lief tegenover je naaste, voor God en voor mij? Heb je elke fout en ongerechtigheid vergeven en de gebreken van diegenen rondom jou met geduld verdragen? Was je aardig en attent voor de noden van je medemens? Heb je je best gedaan om anderen je hulp aan te bieden en een plezier te doen? Was je niet laf en egoïstisch wanneer men je iets vroeg, wanneer je je moest inspannen om iets voor de andere te doen of een goede daad te verrichten? Heb je niet op een té strenge manier anderen veroordeeld, of hen te makkelijk van kwaad verdacht, of nutteloos over hun defecten gepraat?

36° Wat was je houding **tegenover Satan en tegenover de zonde**? Ik ben levende haat ... en jij? Heb je moedig gevochten tegen de doodzonde en de dagelijkse zonde? En tegen elke vrijwillige tekortkoming, tegen alles wat op een of andere manier de schoonheid van je ziel kan bevuilden of vertroebelen? Heb je speciaal je best gedaan zuiver en kuis te zijn- volgens je levensstaat- in gedachten, fantasieën, woorden, lectuur en in je hele gedrag? Heb je alles wat op welke manier ook tot het kwaad, tot de zonde kan leiden, gehaat?

37° Heb je verzaakt aan de valse wijsheid van de **wereld**, die het Evangelie van Jezus tegenspreekt? Heb je tegen de verleidingen van de duivel gevochten, of tegen de zaken van de wereld: de heilloze pleziertjes, gevaarlijke afleidingen, lectuur die je verstoort, slechte mode? Heb je misschien het werk van de duivel gedaan met je kledingstijl die van jou een zaaier van de zonde maakte? Heb je je steeds moedig aan de kant van Jezus en mij gezet en heb je gedaan zo veel je kon om het kwaad te verhinderen, alsook de zonde, de onzuiverheid, het schandaal en de overbodigheden?

Vrijdag 3° In Maria

38° Heb je je laten meestromen door een **losbandig en oppervlakkig leven**? Hebben uiterlijke bezigheden je zozeer in beslag genomen dat je je innerlijk leven vergat met God, Jezus en Zijn Moeder, die zo veel van je houden?



Rege, o Maria!

39° Heb je je best gedaan om je **geregeld in jezelf te keren** om mij te vinden in het diepste van je ziel, geholpen door de praktische oefeningen die ik je heb aangeleerd? Een *Weesgegroet* elk uur, een afbeelding, een medaille, een mariaal teken op je kledij en op elke geschreven pagina, schietgebeden, het smeken om mijn zegen als je de kamer verlaat etc.?

40° Heb je geprobeerd steeds **onder mijn blik te leven**, elk uur van je gebed, van je werk, van de rust en van je ontspanning? Zoals een kind dat de nood voelt om steeds dichtbij zijn moeder te zijn?

41° Heb je geprobeerd om jezelf terug te trekken tot het diepste van het heiligdom van je ziel om mij daar met Jezus te vinden, op die heerlijke drempel? Ademt je ziel mij in zoals je longen de lucht?

Zaterdag 4° Voor Maria

42° Wat is gewoonlijk de **beweegreden** die je daden inspireert en bepaalt? Hoe vaak heb je gehandeld uit liefde voor het comfort, uit ijdelheid, uit eigenliefde, of om een of ander schepsel te behagen? Dat is niet wat een slaaf van Jezus en Maria hoort te doen!

43° Heb je vaak bedacht hoe je je **daden kon offeren uit liefde voor Jezus en voor mij**? Om ons te eren en plezier te doen? Heb je af en toe binnenin gezegd: *‘Alles voor Jezus, alles voor Maria, alles voor uw liefde, mijn liefste Moeder’*?

44° Was mijn rijk het **ideaal van je leven**, heb je geprobeerd het gezegende rijk van Christus Koning te bereiken? Heb je hieraan gedacht in je vrije tijd? Heb je je werk opgedragen voor deze intentie, vooral het werk dat je moeite kost? En ook je gebed, je lijden, de tegenkantingen en beproevingen? Komt het elke dag in je op je laatste ziekte, je doodsstrijd en je dood op te dragen voor dit doel?

45° Heb je geprobeerd **de hele wereld te overtuigen** mij te dienen en devotie te hebben tot mij? Was je niet lui of laf, waardoor je verschillende gelegenheden hebt verspild om mij bekender te maken, om mij geliefder te maken en om anderen mij te doen beminnen op een volmaaktere manier?

Conclusie

Je hebt het gewetensonderzoek beëindigd. Verneder jezelf voor je glorievolle Koningin voor de talrijke gebreken waaraan je schuldig bent geweest... Sorry, o goddelijke Moeder, dat ik u zo ontrouw ben geweest! Ik wil niet ontmoedigd geraken: ik zal actief en volhoudend eraan werken om een volgzaam kind en een trouwere slaaf te zijn. Ik beloof je, lieve Koningin, om speciaal te waken over dit punt ..., in deze gelegenheid ... Help me met uw almachtige genade. En tot slot, waardig u om mij te zegenen, met Jezus, uw Geliefde.



Rege, o Maria!

Maak je geen zorgen, wanneer je ziet welke afstand je nog moet afleggen. Je Onbevleete Moeder zelf, moet jouw **'gemakkelijke, korte, perfecte en zekere weg'** zijn, zegt de Heilige Louis Marie Grignon de Montfort.

Mijn Moeder, geef me wat u mij oplegt en beveel me wat u wil!!



Rege, o Maria!



Rege, o Maria!



Religious Family of the Incarnate Word

More information about this project:

www.regeomaria.org

The catecheses can be found on:

InstitutoDelVerboEncarnado 

