**Polska gazetka niedzielna**

Polsk søndagsblad

**Jomfru Marias gjesting hos Elisabeth – År C**  **Święto Nawiedzenie Najświętszej Maryi Panny - Rok C, 31. maja**

**1. czytanie (So 3, 14-18) Pan jest pośród ciebie**

**Czytanie z Księgi proroka Sofoniasza**

Wyśpiewuj, Córo Syjońska! Podnieś radosny okrzyk, Izraelu! Ciesz się i wesel z całego serca, Córo Jeruzalem! Oddalił Pan wyroki na ciebie, usunął twego nieprzyjaciela: król Izraela, Pan, jest pośród ciebie, nie będziesz się już bała złego. Owego dnia powiedzą Jerozolimie: «Nie bój się, Syjonie! Niech nie słabną twe ręce! Pan, twój Bóg, Mocarz, pośród ciebie, On zbawi, uniesie się weselem nad tobą, odnowi swą miłość, wzniesie okrzyk radości, jak w dniu uroczystego święta». Zabiorę od ciebie niedolę, abyś już nie nosiła brzemienia zniewagi. **Oto Słowo Boże.**

Albo:

**1. czytanie (Rz 12, 9-16b) Zaradzajcie potrzebom świętych, przestrzegajcie gościnności**

**Czytanie z Listu świętego Pawła Apostoła do Rzymian**

Bracia:

Miłość niech będzie bez obłudy. Miejcie wstręt do złego, podążajcie za dobrem. W miłości braterskiej nawzajem bądźcie życzliwi. W okazywaniu czci jedni drugich wyprzedzajcie. Nie opuszczajcie się w gorliwości. Bądźcie płomiennego ducha. Pełnijcie służbę Panu. Weselcie się nadzieją. W ucisku bądźcie cierpliwi, w modlitwie wytrwali. Zaradzajcie potrzebom świętych. Przestrzegajcie gościnności. Błogosławcie tych, którzy was prześladują. Błogosławcie, a nie złorzeczcie. Weselcie się z tymi, którzy się weselą, płaczcie z tymi, którzy płaczą. Bądźcie zgodni we wzajemnych uczuciach. Nie gońcie za wielkością, lecz niech was pociąga to co pokorne. **Oto Słowo Boże.**

**Psalm Responsoryjny** **(Iz 12, 2-3. 4bcde. 5-6 (R.: por. 6b))**

**Refren:. Wielki wśród ciebie Święty Izraela**

**Wielki wśród ciebie Święty Izraela**

Oto Bóg jest moim zbawieniem, \*

będę miał ufność i bać się nie będę.

Bo Pan jest moją mocą i pieśnią, \*

On stał się dla mnie zbawieniem.

**Wielki wśród ciebie Święty Izraela**

Wy zaś z weselem czerpać będziecie wodę \*

ze zdrojów zbawienia.

Chwalcie Pana, wzywajcie Jego imienia, †

Dajcie poznać Jego dzieła między narodami, \*

przypominajcie, że wspaniałe jest imię Jego.

**Wielki wśród ciebie Święty Izraela**

Śpiewajcie dla Pana, bo uczynił wzniosłe rzeczy, \*

Niech to będzie wiadome po całej ziemi.

Wznoś okrzyki i wołaj z radości, mieszkanko Syjonu, \*

bo wielki jest pośród ciebie Święty Izraela.

**Wielki wśród ciebie Święty Izraela**

**Aklamacja (Łk 1, 45)**

**Alleluja, alleluja, alleluja**

Błogosławiona jesteś, Panno Maryjo,

która uwierzyłaś, że spełnią się słowa powiedziane Tobie od Pana.

**Alleluja, alleluja, alleluja**

**Ewangelia (Łk 1, 39-56) Nawiedzenie Elżbiety przez Maryję**

**Słowa Ewangelii według świętego Łukasza**

Maryja wybrała się i poszła z pośpiechem w góry do pewnego miasta w pokoleniu Judy. Weszła do domu Zachariasza i pozdrowiła Elżbietę. Gdy Elżbieta usłyszała pozdrowienie Maryi, poruszyło się dzieciątko w jej łonie, a Duch Święty napełnił Elżbietę. Wydała ona okrzyk i powiedziała: «Błogosławiona jesteś między niewiastami i błogosławiony jest owoc Twojego łona. A skądże mi to, że Matka mojego Pana przychodzi do mnie? Oto skoro głos Twego pozdrowienia zabrzmiał w moich uszach, poruszyło się z radości dzieciątko w moim łonie. Błogosławiona jesteś, któraś uwierzyła, że spełnią się słowa powiedziane Ci od Pana».

Wtedy Maryja rzekła:

«Wielbi dusza moja Pana,

i raduje się duch mój w Bogu, moim Zbawcy.

Bo wejrzał na uniżenie swojej służebnicy.

Oto bowiem odtąd błogosławić mnie będą

wszystkie pokolenia.

Gdyż wielkie rzeczy uczynił mi Wszechmocny.

święte jest Jego imię,

A Jego miłosierdzie z pokolenia na pokolenie

nad tymi, co się Go boją.

Okazał moc swego ramienia,

rozproszył pyszniących się zamysłami serc swoich.

Strącił władców z tronu, a wywyższył pokornych.

Głodnych nasycił dobrami, a bogatych z niczym odprawił.

Ujął się za swoim sługą, Izraelem,

pomny na swe miłosierdzie.

Jak przyobiecał naszym ojcom,

Abrahamowi i jego potomstwu na wieki».

Maryja pozostała u niej około trzech miesięcy; potem wróciła do domu.

Zapraszamy na parafialną stronę internetową: [**http://fredrikstad.katolsk.no**](http://fredrikstad.katolsk.no/)