

Oto treść modlitwy (egzorcyzmu), która tradycyjnie przypisywana jest św. Benedyktowi i której słowa znajdują się na rewersie jego medalika (skrót V.R.S.N.S.M.V. – S.M.Q.L.I.V.B.).

To właśnie te słowa, a w szczególności ich ostatnie zdanie, nawiązują bezpośrednio do momentu, w którym Święty odrzucił podaną mu truciznę.

Tekst łaciński (oryginał)

Vade retro Satana! Numquam suade mihi vana. Sunt mala quae libas. Ipse venena bibas!

Tłumaczenie polskie

Idź precz, szatanie! Nigdy nie doradzaj mi marności. Złe jest to, co podajesz. Sam wypij swoje trucizny!

Zgodnie z tradycją, po wypowiedzeniu tych słów i uczynieniu znaku Krzyża Świętego nad kielichem z zatrutym winem, naczynie pękło, jakby uderzone kamieniem, a trucizna wyciekła, nie czyniąc Świętemu krzywdy.

W tradycji benedyktyńskiej posiłek jest czynnością świętą, niemal liturgiczną. Św. Benedykt w swojej *Regule* kładł wielki nacisk na to, aby posiłek rozpoczynać modlitwą i **znakiem Krzyża**, który – jak uczy jego życie – ma moc oddalania zła i niweczenia trucizn duchowych oraz materialnych.

Oto tradycyjna formuła błogosławieństwa (*Benedictio Mensae*), używana w zakonach benedyktyńskich od wieków. Można ją odmawiać po polsku lub (dla zachowania tradycji) po łacinie.

Modlitwa przed posiłkiem (Benedyktīna)

Prowadzący: Oczy wszystkich... **Wszyscy:** ...zwracają się ku Tobie, Panie, a Ty dajesz im pokarm we właściwym czasie. Otwierasz rękę swoją i karmisz do syta wszystko, co żyje. (Ps 145, 15-16)

Prowadzący: Chwała Ojcu i Synowi, i Duchowi Świętemu. **Wszyscy:** Jak była na początku, teraz i zawsze, i na wieki wieków. Amen.

Prowadzący: Panie, zmiłuj się. **Wszyscy:** Chryste, zmiłuj się. Panie, zmiłuj się.

Wszyscy: Ojciec nasz... *(odmawiane po cichu lub głośno)*

*(W tym miejscu następuje najważniejszy moment – **Znak Krzyża nad posiłkiem**)*

Prowadzący: Pobłogosław, Panie, nas i te dary Twoje, które z Twojej szczodroblewości spożywać mamy. Przez Chrystusa, Pana naszego.

Wszyscy: Amen.

(Opcjonalnie można dodać wezwanie do św. Benedykta o ochronę): **Prowadzący:** Niech Krzyż Święty będzie nam światłem. **Wszyscy:** A szatan niech nie będzie nam przewodnikiem.

Wersja Łacińska (Tradycyjna)

Dla osób pragnących pielęgnować łacinę, którą posługiwał się św. Benedykt:

Benedic, Domine, nos et haec tua dona, quae de tua largitate sumus sumpturi. Per Christum Dominum nostrum. Amen.

(Pobłogosław, Panie, nas i te dary Twoje...)

Wskazówka praktyczna

W duchu św. Benedykta, jeśli masz jakiegokolwiek obawy co do pokarmu lub czujesz duchowy niepokój, przed tą modlitwą można po cichu wypowiedzieć słowa egzorcyzmu z medalika (*Ipse venena bibas – Sam wypij swoje trucizny*), a następnie uczynić nad talerzem **powolny i wyraźny znak Krzyża**. To właśnie ten gest uchronił Świętego przed śmiercią.