

ČASŤ II. (13.-19. deň) PRVÝ TÝŽDEŇ – TÉMA: POZNANIE SEBA

V tomto týždni je potrebné si vykonať modlitby, cvičenia, rozjímania, zrieknutie sa vlastnej vôle, ľútosť nad svojimi hriechmi, pohrdanie sebou aby sme všetko preformovali pri nohách Panny Márie, pretože od nej dúfame, že obsiahneme svetlo pre poznanie seba samého. Pri nej budeme schopní zmerať priepasť našej biedy bez zúfalstva. Konajme všetky zbožné skutky so žiadosťou poznať seba samých a oplakávať svoje hriechy a konajme ich v duchu zbožnosti. Počas tohto obdobia neuvažujme ani tak o tom, aký priepastný rozdiel je medzi naším duchom a Ježišovým, ako skôr o tom, do akého mizerného a ponižujúceho stavu nás degradujú naše hriechy. Napokon, pravá úcta je ľahká, krátka, bezpečná a dokonalá cesta ako dospieť k jednote s naším Pánom, ktorý je Kristus – dokonalosť sama. Vykročme teda vážne na túto cestu, silno presvedčení o svojej biede a bezmocnosti. No ako k tomu dospieť bez poznania seba samého?

Počas tohto prvého týždňa si všetkými svojimi modlitbami a skutkami zbožnosti vyprosuj poznanie seba samého a ľútosť nad svojimi hriechmi, a všetko konaj v duchu pokory. Na tento cieľ môžeš, ak chceš, meditovať o tom, čo som povedal o našom špatnom základe, a pozeraj na seba šesť dní tohto týždňa ako na slimáky, slizniaky, ropuchy, prasce, hady a capy. Alebo medituj tri slová svätého Bernarda: „Uvažuj, čo si bol, skazené semeno; čo si, nádoba výkalov; čo budeš, potrava červov.“ Pros nášho Pána a jeho Ducha Svätého, aby ťa osvietil, týmito slovami: *Pane, aby som videl alebo „Bože, vždy ten istý, nech poznám seba, nech poznám teba!“ alebo „Príď, Duchu Svätý!“*

Modlitby: **Litánie k Duchu Svätému, Litánie Loretánske, Zdravas, Hviezda morská**

PRÍĎ, DUCHU SVÄTÝ, TVORIVÝ

Príď, Duchu Svätý, tvorivý príď svojich verných navštíviť; naplň nám srdcia milosťou, ktoré si stvoril múdrosťou. Tešiteľom si nazvaný, dar Boží z neba nám daný, zdroj živý, láska, oheň v nej i pomazanie duchovné.

Ty darca darov sedmorych, prst Boží v dielach stvorených; ty, prisľúbenie Otcovo, dávaš reč, slovo Pánovo.

Osvieť nás, ducha posilňuj, do srdca vlej lásku ohnivú; keď telo klesá v slabosti, vzpriamuj ho silou milosti. Pred nepriateľom ochráň nás, svoj pokoj daj nám v každý čas; nech vždy pod твоjim vedením vyhneme vplyvom škodlivým. Nauč nás Otca poznávať a jeho Syna milovať a v teba, Ducha obidvoch, daj veriť vždy, vo všetkých dňoch. Amen.

ZDRAVAS' HVIEZDA MORSKÁ

Zdravas Hviezda Morská, jasná rajska brána, slávna Matka Božia, pritom večne Panna. Prijmúc ono „Ave“, čo ti anjel spieva, vráť nám milosť a zmeň v opak meno Eva. Trestancom sním putá, slepcom zažni svetlo, odvráť zlo, by dušu vždy len dobro stretlo. Ukáž sa s ťa matka, aby skrze teba ujal sa nás ten, čo pre nás zišiel z neba. Prevyšuješ všetky a máš srdce vlúdne; očisť naše, nech je pokorné a cudné. Pomôž nám žiť čisto, k nebu kráčať isto, kde nás radosť spojí s Kristom, veď sme svoji. Nech sa večne vzdáva Otcu, Synu sláva, aj Duchu buď chvála rovná, neskonala. Amen.

18. DEŇ Nasledovanie Krista III. Kniha 47. kapitola

Znášaj pre večný život všetky ťažkosti

1. Syn môj, nech ťa nezlomia námahy, na ktoré si sa pre mňa podujal a trápenia nech ťa nikdy nevyvedú z rovnováhy. Moje prisľúbenie nech ťa teší a posilňuje, nech sa stane čokoľvek.
2. Lebo ja ti môžem všetko nahradiť prehojnou, vrchovatou mierou.
3. Nebudeš sa tu dlho trápiť a nebudú ťa vždy obťažovať bolesti.
4. Počkaj chvíľočku a čoskoro sa dočkáš konca bied.
5. Príde hodina, keď prestane všetko trápenie a každý nepokoj.

Lk 17,1-10

¹ Potom povedal svojim učeníkom: „Nie je možné, aby neprišli pohoršenia, ale beda tomu, skrze koho prichádzajú! ² Tomu by bolo lepšie, keby mu zavesili mlynský kameň na krk a hodili ho do mora, akoby mal pohoršiť jedného z týchto maličkých. ³ Dávajte si pozor! Keď sa tvoj brat prehreší, pokarhaj ho! Ak sa obráti, odpusť mu! ⁴ A keď sa aj sedem ráz za deň prehreší proti tebe a sedem ráz sa vráti k tebe a povie: ‚Lutujem,‘ odpusť mu!“ ⁵ Apoštoli povedali Pánovi: „Daj nám väčšiu vieru!“ ⁶ Pán vravel: „Keby ste mali vieru ako horčičné zrnko a povedali by ste tejto moruši: ‚Vytrhni sa aj s koreňom a presad‘ sa do mora,‘ poslúchla by vás. ⁷ Kto z vás, čo máte sluhu, ktorý orie alebo pasie, povie mu, keď sa vráti z poľa: ‚Hneď si pod‘ sadnúť k stolu?‘ ⁸ Vari mu nepovie skôr: ‚Priprav mi večeru, opáš sa a obsluhuj ma, kým sa nenajem a nenapijem; ty budeš jesť a piť až potom?‘ ⁹ Je azda povinný d‘akovať sluhovi, že urobil, čo sa mu rozkázalo? ¹⁰ Tak aj vy, keď urobíte všetko, čo sa vám prikázalo, povedzte: ‚Sme neužitoční sluhovia; urobili sme, čo sme boli povinní urobiť.‘“

54

O PRAVEJ ÚCTE K PANNE MÁRII

(Ľudovít Mária Grignon z Montfortu)

Po tretie, musíme si vybrať spomedzi všetkých pobožností k svätej Panne ako najlepšiu a najsvätejšiu práve tú pobožnosť, ktorá nás najviac priblíži k tomuto odumretiu sebe. Lebo nesmieme veriť, že všetko, čo sa blyští, je zlato, že všetko, čo je sladké, je med a že všetko, čo je ľahké a praktizované väčšinou, je zároveň aj najviac posväcujúce. Tak ako existujú tajomstvá prírody na rýchle, nenákladné a jednoduché vykonanie prirodzených úkonov, tak existujú aj nadprirodzené tajomstvá na rýchle vykonanie nadprirodzených úkonov s jemnosťou a ľahkosťou: ako sa vyprázdniť sám zo seba, ako sa naplniť Bohom a stať sa dokonalým. Spôsob úcty, ktorý ti chcem vyjaviť, je jedným z takýchto tajomstiev Božej milosti. Je neznámy obrovskému počtu kresťanov, iba malý počet nábožných ľudí ho pozná a ešte menší počet ho žije a vychutnáva. Aby sme ho mohli začať odhaľovať, hľa, tu nasleduje štvrtá pravda, ktorá je dôsledkom tejto tretej.

Zamyslenie: Načo som na svete?

Bud'te dokonalí, ako je dokonalý váš nebeský Otec! – Mt 5,48

Hoci je moja prirodzenosť porušená a moja osoba plná úbohostí, povolal ma Boh k vznešenému cieľu. (pozri Ž 112,1) Môj všeobecný cieľ. Mám na zemi Boha ctíť, milovať a potom ho požívať v nebi. Áno už tu mám byť vždy čistejší, šľachetnejší, krajší až do svojej smrti. Mám byť dokonalým, ako milý Otec v nebesiach. Môj zvláštny cieľ. Som kato- lík, vychovávateľ, rehoľnica, kňaz. Boh má so mnou zvláštne úmysly. Cítim v sebe zvláštnu lásku ku kňazom, k pápežovi, k Cirkvi, k dušiam v očistci, k svätému Jozefovi, k Panne Márii, k Srdcu Pána, k Najsvätejšej Sviatosti, k Duchu Svätému, k Božej Prozreteľnosti? Všetko to sú známky Božej milosti.

Modlitby: **Litánie k Duchu Svätému, Litánie Loretánske, Zdravas, Hviezda morská.**

MODLITBY

LITÁNIE K SVÄTÉMU DUCHU

Pane, zmiluj sa. **Pane, zmiluj sa.**
Kriste, zmiluj sa. **Kriste, zmiluj sa.**
Pane, zmiluj sa. **Pane, zmiluj sa.**
Kriste, uslyš nás. **Kriste, vyslyš nás.**
Otec na nebesiach, Bože, **zmiluj sa nad nami.**

Syn, Vykupiteľ sveta, Bože, **zmiluj sa nad nami.**

Duch Svätý, Bože, **zmiluj sa nad nami.**

Svätá Trojica, jeden Boh, **zmiluj sa nad nami.**
Duch Svätý, ty vychádzaš z Otca i Syna, **zmiluj sa nad nami.**

Duch Svätý, ty si rovný Otcovi i Synovi,
Duch Svätý, z tvojho vnuknutia hovorili boží muži,
Duch Svätý, ty vydávaš svedectvo o Kristovi,
Duch Svätý, ty nás učíš všetky pravdy,

Duch Svätý, ty si zostúpil do Márie Panny,
Duch Svätý, ty si v podobe holubice zostúpil na Krista,
Duch Svätý, ty si sa zjavil nad apoštolmi v ohnivých jazykoch,

Duch Pána, ty si naplnil okruh zeme,
Duch Boží, ty prebývaš v nás,
Duch múdrosti a rozumu,
Duch rady a sily,
Duch poznania a nábožnosti,
Duch bázne Božej,

Duch milosti a zľutovania,
Duch viery, nádeje a lásky,
Duch pokory a čistoty,
Duch pokoja a tichosti,
Duch Svätý, ty skúmaš i hlbiny Božie,
Duch Svätý, ty za nás prosíš nevýslovnou vytrvalosťou,
Duch Svätý, ty spravuješ Cirkev,
Duch Svätý, v tebe sme znovuzrodení,
Duch Svätý, ty z nás utváraš adoptívne Božie deti,
Bud' nám milostivý, odpusť nám, Pane.
Bud' nám milostivý, vyslyš nás, Pane.
Od všetkého zlého, **ochraňuj nás, Pane**
Od každého hriechu,
Od pokušení a úkladov diabla,
Od odmietania poznanej pravdy,
Od zatvrdilosti a nekajúcnosti,
Od nečistoty duše i tela,
Od domýšľavosti a malomysel'nosti,
Od večnej smrti,
My hriešnici, **prosíme Ťa, vyslyš nás.**
Vnukni nám odpor voči hriechu,
Osviet' naše mysle svojím svetlom,
Vlož do našich sŕdc svoj zákon,
Rozniet' v nás oheň svojej lásky,
Udeľ nám pravú nábožnosť,
Ved' nás cestami spásy a povzbudzuj nás konať dobro,
Daj nám silu premáhať zlé žiadosti,
Chráň nás pred znesvätením tvojho chrámu v nás,

Nedovoľ nikdy, aby sme ťa hriechom zarmútili,
Pomôž nám zachovať jednotu ducha a pokoja,
Daj nám milosť vytrvať v dobrom až do konca
Baránok Boží, ty snímaš hriechy sveta, **zľutuj sa nad nami, Pane.**

Baránok Boží, ty snímaš hriechy sveta, **vyslyš nás, Pane.**

Baránok Boží, ty snímaš hriechy sveta, **zmiluj sa nad nami.**

Duch Svätý, naplň srdcia svojich verných.

A zapáľ v nás oheň svojej Božskej lásky.

Modlime sa: Prosíme ťa, Bože, udeľ nám pomoc Ducha Svätého, nech očistí naše srdcia a nech nás chráni od každého protivenstva. Skrze Krista, nášho Pána. Amen.

LORETÁNSKE LITÁNIE

Pane, zmiluj sa. **Pane, zmiluj sa.**
Kriste, zmiluj sa. **Kriste, zmiluj sa.**

Pane, zmiluj sa. ***Pane, zmiluj sa.***
Kriste, uslyš nás. ***Kriste, vyslyš nás.***
Otec na nebesiach, Bože, ***zmiluj sa nad nami.***

Syn, Vykupiteľ sveta, Bože, ***zmiluj sa nad nami.***

Duch Svätý, Bože, ***zmiluj sa nad nami.***

Svätá Trojica, jeden Boh, ***zmiluj sa nad nami.***

Svätá Mária, ***oroduj za nás.***

Svätá Božia Rodička,
Svätá Panna panien,
Matka Kristova,

Matka Cirkvi,
Matka Božej milosti, Matka najčistejšia, Matka najnevinnejšia, Matka panenská,
Matka nepoškvrnená, Matka hodná lásky, Matka obdivuhodná, Matka dobrej rady, Matka
Stvoriteľ'a,
Matka Spasiteľ'a,
Panna najmúdrejšia, Panna hodná úcty, Panna hodná chvály, Panna mocná,
Panna dobrotivá,
Panna verná,
Zrkadlo spravodlivosti, Sídlo múdrosti,
Príčina našej radosti, Príbytok Ducha Svätého, Príbytok hoden cti, Vznešený príbytok
nábožnosti, Ruža tajomná,
Veža Dávidovho mesta,
Veža zo slonovej kosti, Dom zlatý,
Archa zmluvy,
Brána do neba,
Hviezda ranná,
Uzdravenie chorých,
Útočisko hriešnikov,
Útecha zarmútených, Pomocnica kresťanov, Kráľovná anjelov,
Kráľovná patriarchov, Kráľovná prorokov,
Kráľovná apoštolov,
Kráľovná mučeníkov, Kráľovná vyznávačov, Kráľovná panien,
Kráľovná všetkých svätých, Kráľovná počatá bez poškrvny dedičného hriechu, Kráľovná
nanebovzatá, Kráľovná svätého ruženca, Kráľovná rodiny, Kráľovná pokoja,

Baránok Boží, ty snímaš hriechy sveta, ***zľutuj sa nad nami, Pane.***

Baránok Boží, ty snímaš hriechy sveta, ***vyslyš nás, Pane.***
Baránok Boží, ty snímaš hriechy sveta, ***zmiluj sa nad nami.***

Oroduct za nás, svätá Božia Rodička.

Aby sme sa stali hodní Kristových prisľúbení.

Modlime sa: Pane a Bože náš, dopraj nám tešiť sa zo stáleho zdravia tela i duše a na mocný príhovor preblahoslavenej Panny Márie ochraňuj nás v ťažkostiach tohto života a prived' nás do večnej radosti. Skrze Krista, nášho Pána. Amen.