

# ČASŤ I.

## Dvanásť prípravných dní – duch sveta

Aspoň 12 dní sa venuj vyprázdňovaniu od ducha sveta, ktorý je v rozpore s duchom Ježiša Krista: spytuj si svedomie, modli sa, zriekaj sa vlastnej vôle, umŕtvuj sa, usiluj sa o čistotu srdca.

/Pomocné biblické texty: Jn 17.hl.; Mk 10,34-45;  
Mt 5,1-11;5,13;27-28; 6,6;9;7.hl/

**Denne sa modli:** Príď, Duchu Svätý tvorivý, Zdravas, Hviezda morská, Magnifikat, Litánie k Duchu Svätému, Loretánske litánie a rozjímanie k jednotlivým dňom.

### 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 sedmorých, prst Boží v dielach stvorených; ty, prisľúbenie Otcovo,  
dávaš reč, slovo Pánovo.*

*Osviet' nás, ducha posilňuj,  
do srdc 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 tvojím 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 sťa 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.

## 7. DEŇ

**Nasledovanie Krista I. kniha 18. kapitola:**

***Príklady svätých otcov: 17-27***

1. Navonok trpeli núdzu, ale vo vnútri sa občerstvovali milosťou a božskou útechou.
2. Svetu boli cudzí, ale Bohu najbližší a dôverní priatelia.
3. Sebe sa zdali ničím a tomuto svetu vyvrhel'mi, ale pred Bohom boli vzácní a milí.
4. Zotrvávali v pravej pokore, žili v prostej poslušnosti, kráčali v láske a v trpezlivosti: a preto zo dňa na deň duchovne vzrastali a u Boha dosiahli veľkú milosť.
5. Slúžia za príklad rehoľníkom (a nábožným ľuďom vôbec) a viac nás majú povzbudzovať k dokonalosti, než veľký počet vlašných k (duchovnej) ľahostajnosti.
6. Aká veľká bola horlivosť všetkých rehoľníkov na začiatku ich rehoľných spoločenstiev!
7. Aká vrúcna nábožnosť pri modlitbách, aké nasledovanie cnosti! Aký prísny poriadok vládol! Kol'ká úctivosť a poslušnosť prekvitala u všetkých pod vedením predstaveného!
8. Ich stopy dodnes svedčia, že to boli ozaj svätí a dokonalí muži, ktorí hrdinsky bojovali a podmanili si svet.
9. Teraz sa už za veľkého považuje i ten, kto neprestupuje pravidlá rehole a kto sa usiluje trpezlivo znášať, čo vzal na seba.
10. Aký vlašný a nedbalý je náš stav, že tak rýchlo odbočíme od prvotnej horlivosti, už sa ani žiť nechce, natoľko sa vzráha ľahostajnosť a vlašnosť!
11. Kiežby v tebe celkom nezaspala snaha napredovať v cnostiach, keď si toľko ráz videl príklady nábožných ľudí!
12. Navonok trpeli núdzu, ale vo vnútri sa občerstvovali milosťou a božskou útechou.

***Zamyslenie: Nevďak.***

***Vďaka Bohu... 2Kor 2,14***

Svetáci chcú byť považovaní za šľachetných; sú však veľmi nešľachetní. Áno, nie sú ani vďační. Dokážu však Pánu Bohu nadávať a sa rúhať, vôbec im však nenapadne, aby dobrotivému nebeskému Ot- covi poďakovali. Prijímajú Božie dobrodenia tak, akoby im patri- li. Namiesto aby d'akovali, užívajú Božie dary na to, aby Pána Boha urážali. Aké je to smutné!

**Modlitby: Príd', Duchu Svätý, tvorivý; Zdravas, Hviezda morská; Litánie k Duchu Svätému; Loretánske litánie.**

## 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, **zl'utuj 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 poškvrny dedičného hriechu, Kráľovná  
nanebovzatá, Kráľovná svätého ruženca, Kráľovná rodiny, Kráľovná pokoja,

Baránok Boží, ty snímaš hriechy sveta, **zl'utuj sa nad nami, Pane.**

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

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

Oroduj 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 ochra- ňuj nás v ťažkostiach tohto života  
a prived' nás do večnej radosti. Skrze Krista, nášho Pána. Amen.