

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 sedmorych, prst Boží v dielach stvorených; ty, prislúbenie Otcovo, dávaš reč, slovo Pánovo.

Osviet' 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 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 s' matka, aby skrze teba ujal sa nás ten, čo pre nás zišiel z neba. Prevyšuješ všetky a máš srdce vládne; 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, neskonálá. Amen.

8. DEŇ Nasledovanie Krista 1. kniha 13. kapitola

Vzoprime sa pokušeniam!: 1-17

1. Pokiaľ žijeme na svete, nemôžeme byť bez trápenia a pokušenia.
2. Preto je napísané v knihe Jób: „Pokušenie je život človeka na zemi“ (Jób 7,1)

3. Každý by si mal teda dávať pozor pri pokušení a zotrvať v modlitbách, aby diabol nenašiel príležitosť podviesť ho, lebo ten nikdy nedrieme, ale 'obchádza ako revúci lev a hľadá, koho by zožral, (1Pt 5,8).
 4. Nikto nie je taký dokonalý a svätý, aby nemal niekedy pokušenia; a celkom bez nich byť nemôžeme.
 5. Ale pokušenia sú človeku často veľmi užitočné, hoci sú nepríjemné a ťažké, lebo práve ony človeka pokorujú, očisťujú a poučujú.
 6. Všetci svätí prešli mnohými útrapami a pokušeniami a tie im boli na osoh.
 7. Ale tí, čo nezdolali pokušenia, odpadli a sú zavrnutí.
 8. Niet takého svätého stavu, niet takého skrytého miesta, kde by neboli pokušenia alebo protivenstvá.
 9. Človek si nie je celkom istý pred pokušením, dokiaľ len žije, lebo v nás je zárodok pokušenia, odkedy sme zrodení v telesnej žiadostivosti.
10. Keď jedno pokušenie alebo protivenstvo ustúpi, hneď príde iné; a vždy budeme mať čo znášať, lebo sme stratili raj.
11. Mnohí chcú ujsť pokušeniam, a tým hlbšie padajú do nich.
12. Samým útekem nemôžeme zvíťaziť; ale trpezlivosťou a pravou pokorou sa stávame silnejšími než všetci nepriatelia.
13. Kto sa len zvonku pokušeniu vyhýba a nevytrháva ho s koreňom, málo si pomôže; ba tým skôr sa vrátia k nemu pokušenia a tým horšie ich pocíti.
14. Pomaličky, trpezlivosťou a múdrosťou premôžeš ich s Božou pomocou lepšie, ako so svojou tvrdosťou a príkrosťou.
15. Prijímaj častejšie rady v čase pokušenia a s človekom, ktorý trpí pokušením, nezaobchádzaj tvrdo, ale potešuj ho, ako by si si želal, aby sa aj tebe stalo.
16. Začiatok všetkých zlých pokúšaní tkvie v nestálosti ducha a malej dôvere v Boha.
17. Tak ako loď bez kormidla zmietajú vlny na všetky strany, podobne aj človeka ľahostajného, ktorý opustí svoje predsavzatia, zachvacujú všelijaké pokušenia.

Zamyslenie: Drzosť.

Sú utrhačskí! – Rim 1,30

Ľudia sú veľmi drzí. Sú drzí k Bohu. Konajú bez studu, čo Boh zakázal. Domýšľavo posudzujú jeho nariadenia a dopustenia. Sú drzí, nesmierne drzí. Sú drzí k Božím zástupcom. Každý domýšľavo zasadá na súdnu stolicu a súdi biskupov, kňazov a predstavených. Akými bezohľadnými dokážu byť ľudia. Sú drzí k spolublížnym. Pre svoje slabosti chce mať každý zhovievavé porozumenie a jemné ohľady; pre blízkych však nie. Nie je to drzosť?

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 zapál' 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.**

Oroď 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.