

### Modlitba 3. pondelka, Misijné sestry služobnice Ducha Svätého júl 2023

Vhodná pieseň na úvod:

#### **Prosba o dary Ducha Svätého**

Duchu Svätý, spolu s Pannou Máriou ťa prosím: vylej na mňa všetky svoje dary.

Vylej na mňa dar lásky, aby som miloval Boha nadovšetko a blížneho ako seba samého.

Vylej na mňa dar múdrosti, aby som vo všetkom, čo robím a myslím, čo cítim a plánujem, myslel, rozhodoval sa a konal vždy v tvojom mene a v tvojom svetle.

Vylej na mňa dar rady, aby som svojím poznaním a svojimi slovami vedel s láskou pomáhať tým, čo ma prosia o radu. Daj, aby každé moje slovo bolo svetlom pre druhých.

Duchu Svätý, Duchu Ježiša, daj mi dar sily, aby som zvíťazil v každej skúške a plnil vždy Otcovu vôľu, najmä vtedy, keď to bude pre mňa ťažké. Duchu sily, posilňuj ma vo chvíľach slabosti.

Duchu Svätý, Duchu života, rozviň vo mne Boží život, ktorý som tvojím prostredníctvom dostal už v lone matky a pri svätom krste.

Duchu Svätý, ty Boží oheň, zapáľ v mojej hrudi plameň lásky, aby z nej zmizli všetky tmy a ľady hriechu. Duchu Svätý, Duchu uzdravenia, uzdrav vo mne všetko, čo je ranené, a daj, aby rástlo vo mne všetko, čo sa vo mne ešte nerozvinulo.

Duchu Svätý, zostúp na mňa s darom pokoja, aby som vedel byť vd'ačný aj za najmenšie veci. Osvieť ma, Duchu Svätý, aby som vedel vzdávať vd'aky aj za kríže a ťažkosti.

Duchu Svätý, osvieť ma svetlom pravdy, aby som vždy žil v pravde lásky, pokoja a spravodlivosti. Pomáhaj mi, aby som tak žil nielen slovami, ale najmä skutkami.

Duchu Svätý, Duchu modlitby, nauč ma modliť sa. Očisť moje srdce, aby bolo hodné stretávať sa s tebou a vždy si našlo čas na modlitbu. Duchu Svätý, ty sa modli vo mne a volaj so mnou: „Abba, Otče!“ Daj mi milosť, aby som sa modlil srdcom.

Duchu Svätý, oslobod' ma od všetkého, čo ma tlačí, aby moje srdce bolo ako kvet, ktorý sa rozvíja, rastie a prináša hojné ovocie.

Panna Mária, vypros mi milosť, aby ma Duch Svätý naplnil a pokračoval vo mne v diele, ktoré začal v tebe, aby jeho pomocou rástlo Božie Slovo aj vo mne. Amen.

*(imprimatur: Mons. Bernard Košice.)*

#### **Posolstvo sv. Otca Františka k Svetovému dňu starých rodičov:**

«A jeho milosrdenstvo z pokolenia na pokolenie» (Lk 1,50) – to je téma 3. ročníku Svetového dňa starých rodičov a seniorov, ktorý sa tohto roku slávi 23. júla. Termín je určený na 4. júlovú nedeľu, čiže v blízkosti sviatku sv. Joachima a Anny, rodičov Panny Márie (26. júla). Posolstvo Svätého Otca k sláveniu tohto dňa vyšlo 15. júna.

Ako pápež v posolstve vysvetľuje, tohtoročná téma nás vracia k pozhnanému stretnutiu medzi mladou Máriou a jej staršou príbuznou Alžbetou, kde Duch Svätý naplňa radosťou tak Alžbetu v slovách „pozhnaná si medzi ženami a pozhnaný je plod tvojho života“ (v. 42), a naplňa radosťou i Pannu Máriu v odpovedi chválospevu Magnificat: „Duch Svätý pozhnáva a sprevádza každé plodné stretnutie medzi rôznymi generáciami, medzi starými rodičmi a vnúčatami, medzi mladými a starými.“

Pápež František vyjadruje potešenie, že tak téma Svetového dňa starých ľudí ako aj Svetových dní mládeže majú v sebe „Máriino náhlenie sa pri návšteve Alžbety“ (porov. v. 39), čo nás podľa slov pápeža vedie „k zamysleniu sa nad putom medzi mladými a starými“. Pápež píše:

„Pán dúfa, že mladí ľudia pri stretnutí so starými prijímú výzvu, aby si vážili pamiatku a rozpoznali prostredníctvom nich dar príslušnosti k väčším dejinám. Priateľstvo staršieho človeka pomáha mladému človeku nesploštiť život na prítomnosť a uvedomiť si, že nie všetko závisí od jeho schopností. Na druhej strane, starým ľuďom prítomnosť mladého človeka otvára nádej, že to, čo zažili, sa nestratí, a že ich sny sa uskutočnia.“

Svätý Otec v posolstve vysvetľuje, že projekt Božej lásky, Božieho štýlu, sa „rozprestiera v minulosti, prítomnosti a budúcnosti“, preto teda „spája generácie“:

„Je to projekt, ktorý presahuje nás samých, ale v ktorom je každý z nás dôležitý a predovšetkým povolaný ísť ďalej. Pre mladších ide o prekročenie bezprostredného okamihu, v ktorom nás obmedzuje virtuálna realita, ktorá často odvádza pozornosť od konkrétnych činov; pre starších je to otázka nezastavovania sa pri oslabujúcich silách a neľutovania premárnených príležitostí. Pozerajme vpred! Nechajme sa formovať Božou milosťou, ktorá nás z generácie na generáciu oslobodzuje od nehybnosti v konaní a od ľútosti nad minulosťou!“

Pápež František tiež vyzýva prejsť od predstavivosti ku konkrétnosti a urobiť niečo pre starých rodičov a seniorov, nedovoliť, aby boli zavrnutí. Ako píše, „ich prítomnosť v rodinách a komunitách je vzácna, dáva nám vedomie, že zdieľame rovnaké dedičstvo a sme súčasťou národa, ktorého korene si vážime.“ „Odovzdávajú nám našu príslušnosť k svätému Božiemu ľudu.“ – zdôrazňuje pápež s dodaním, že Cirkev i spoločnosť ich potrebuje, pretože „odovzdávajú prítomnosti minulosť, ktorá je potrebná na budovanie budúcnosti.“

„Svetový deň starých rodičov a seniorov má byť malým, jemným znamením nádeje pre nich a pre celú Cirkev“ – uzatvára posolstvo Svätý Otec František, pričom opäť pozýva všetky diecézy, farnosti, združenia a komunity sláviť ho. A napokon sa pápež obracia na prepojenie generácii v súvislosti so slávením blížiacich sa SDM v Portugalsku, keď píše:

„Vám mladým, ktorí sa chystáte odísť do Lisabonu alebo ktorí budete prežívať Svetové dni mládeže vo vašich mestách, by som chcel povedať: predtým než odcestujete, choďte navštíviť svojich starých rodičov, navštívte osamelého starého človeka! Jeho modlitba vás bude ochraňovať a vy si v srdci poniesete požehnanie tohto stretnutia. Vás seniorov prosím, aby ste modlitbou sprevádzali mladých, ktorí sa chystajú sláviť Svetové dni mládeže. Títo mladí ľudia sú Božou odpoveďou na vaše prosby, ovocím toho, čo ste zasiali, znamením, že Boh neopúšťa svoj ľud, ale vždy ho omladzuje tvorivosťou Ducha Svätého.“

*Miroslava Holubíková – Vatikán*

### **Tiché zamyslenie, do ktorého môžeme vložiť meditačnú hudbu:**

Po chvíľke ticha sa skúsme zdieľať s tým, čo nás oslovilo, čo mi vnukol Duch Svätý:

Napr.: Akým požehnaním boli pre nás naši rodičia?

Aká bola moja zodpovednosť voči starým, chorým a nevládnym rodičom?

Čo môžem odovzdať mojim deťom, vnukom a pravukom o prepájaní generácii a budovaní mostov medzi mladými a staršou generáciou?

Panna Mária je žena, ktorá kráča, nestojí ale ponáhľala sa. Je žena, ktorá nesie život, nesie milosrdenstvo, nesie lásku. Modlime sa k nej, aby nás obdarila svojou odvahou, rezkosťou vychádzať v ústrety a niest' život, lásku a požehnanie.

### **Litánie k Márii Kráľovnej**

Pane, zmiluj sa. Pane, zmiluj sa.

Kriste, zmiluj sa. Kriste, zmiluj sa.

Pane, zmiluj sa. Pane, zmiluj sa.

Svätá Mária, oroduj za nás.

Svätá Božia Rodička,

Svätá Panna panien,

Vyvolená dcéra Otca,

Matka Krista Kráľa,

Sláva Ducha Svätého,

Panna, dcéra sionská,

Panna chudobná a ponížená,

Panna tichá a poslušná,

Služobnica Pána,

Matka Pána,

Spoločníčka Vykupiteľa,

Plná milosti,

Žriedlo krásy,

Vrchol čnosti,

Vznešený plod vykúpenia,  
Dokonalá Kristova učeníčka,  
Najčistejší obraz Cirkvi,  
Žena nová,  
Žena odetá slnkom,  
Žena korunovaná hviezdami,  
Pani dobrotivá,  
Pani láskavá,  
Pani naša,  
Radosť Izraela,  
Jas Cirkvi,  
Ozdoba ľudského rodu,  
Orodovnica milosti,  
Služobnica Božej lásky,  
Pomocnica Božieho ľudu,  
Kráľovná lásky,  
Kráľovná milosrdenstva,  
Kráľovná pokoja,  
Kráľovná anjelov,  
Kráľovná patriarchov,  
Kráľovná prorokov,  
Kráľovná apoštolov,  
Kráľovná mučeníkov,  
Kráľovná vyznávačov,  
Kráľovná panien,  
Kráľovná všetkých svätých,  
Kráľovná počatá bez poškvvrny dedičného hriechu,  
Kráľovná nanebovzatá,  
Kráľovná zeme,  
Kráľovná neba,  
Kráľovná vesmíru,

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.

Modlime sa:

Ó, najkrajší kvet hory Karmel, plodný vinič, nebeský oblak plný nádhery, požehnaná Matka Božieho Syna, nepoškvvrnená Panna, pomáhaj mi v tejto mojej potrebe. Ó, hviezda morská, veď ma, ukáž mi, že si mojou Matkou. Ó, svätá Mária, Matka Božia, Kráľovná neba i zeme, z hĺbky svojho srdca ťa ponížene prosím, neopúšťaj ma v mojom trápení. Nie je nik, kto by mohol pochybovať o sile tvojho príhovoru. Ukáž, že si mojou Matkou. Ó, Mária, bez hriechu počatá, oroduj za nás, ktorí sa k tebe utiekame. Amen.

### **Mariánska pieseň:**

#### **Zasvätenie sa Duchu Svätému:**

Duchu Svätý, prostredníctvom Panny Márie si ťa dnes volím za Pána celého svojho života. Vierou a nádejou v tvoju nekonečnú lásku, ktorá sa tak zázračne prejavila v Panne Márii, otváram sa všetkým tvojim darom. Zriekam sa zlého ducha a všetkých jeho skutkov a prijímam teba, Ducha svetla a pravdy, Ducha lásky, pokoja a poriadku. Zasväcujem ti všetky svoje schopnosti a chcem všetko robiť v tvojom svetle. Odovzdávam ti všetky práva na svoj život a prosím ťa, bedli nado mnou a s Pannou Máriou ma veď skrze Ježiša Krista k Otcovi. Amen.

Pápežov modlitebný úmysel na júl: Aby sme viedli eucharistický život

Eucharistia, ktorá je hlboko premieňajúcou Ježišovou prítomnosťou, nás vyživuje, dáva nám silu milovať ako Ježiš i odvahu otvárať sa s láskou druhým. Nemôžeme po nej zostať rovnakí. Má byť centrom nášho života. O tom hovorí pápež František v júlovom videu Apoštolátu modlitby.

Úmysel Svetovej siete modlitby pápeža na mesiac júl znie: „*Modlime sa, aby sa slávenie Eucharistie stalo stredobodom života katolíkov, aby ním premieňali svoje medziľudské vzťahy a tak sa otvárali pre stretnutie s Bohom aj so všetkými bratmi a sestrami.*“

Svätý Otec v krátkom videu vysvetľuje:

„*Ak odchádzame zo svätej omše takí istí akí sme na ňu prišli, niečo nie je v poriadku. Eucharistia je Ježišova prítomnosť, hlboko premieňa. Ježiš prichádza a má ňu premeniť. V nej je to Kristus, ktorý sa obetuje, ktorý sa dáva za nás, ktorý nás pozýva, aby sa tento náš život živil ním a aby živil život našich bratov a sestier.*

*Slávenie Eucharistie je stretnutím so zmŕtvychvstalým Ježišom a zároveň spôsobom, ako sa otvoriť svetu, ako nás to on učil. Vždy, keď sa zúčastňujeme na eucharistii, prichádza Ježiš a Ježiš nám dáva silu milovať tak, ako miloval on. Pretože nám dáva odvahu vyjsť k stretnutiu, vyjsť zo seba a otvoriť sa s láskou druhým.*

*Modlime sa, aby katolíci postavili do centra svojho života slávenie Eucharistie, ktoré premieňa ľudské vzťahy a otvára nás stretnutiu s Bohom a s našimi bratmi.*“

*Otče náš ..., Zdravas Mária ..., Sláva Otcu ...*

**Pieseň:** *Oslava Ježiša v Eucharistii*

*Misijné modlitby k Duchu Svätému str. 9 - Štvrt' hodinová modlitba*