

Šesť rád, ako dobre prežiť televízny prenos svätej omše

Nútená karanténa a izolácia nám v týchto dňoch poskytujú príležitosť každý deň sa zúčastňovať svätej omše.

Technológie nám znova raz prichádzajú na pomoc, aj keď je prirodzené, že sústrediť sa na modlitbu je teraz pre nás ťažšie. Preto si prečítajte zopár rád, ktoré vám môžu pomôcť sledovať v televízii svätú omšu s väčšou zbožnosťou.

01.11.2020

1. Je lepšie nesledovať omšu osamote. Vhodnejšie je sledovať ju s rodinou, so súrodencami či s deťmi.

Spoločenstvo dáva človeku silu a ľahšie sa mu aj sústreďí. Ak je to možné, vyberte si taký čas omše, ktorý vám všetkým vyhovuje, a premeňte tento čas na spoločné chvíle, keď je rodina pohromade.

2. Pripravte si prostredie – dajte si k televízoru či k počítaču krížik alebo obrázok Panny Márie.

3. Dbajte na to, čo si oblečiete – na omšu sa treba vhodne obliecť. Pyžamo si nechajte na spanie a tepláky na športovanie.

4. Sledujte omšu tak, akoby ste boli v kostole – postavte sa, keď sa číta Evanjelium, pokľaknite pri

konsekrácii (t.j. pri premenení chleba a vína) atď. Naše gestá sú dôležité.

5. Počas svätého prijímania recitujte modlitbu duchovného prijímania – môže vám poslúžiť napríklad modlitba, ktorú sa modlil svätý Josemaría (*Chcel by som Ťa, Pane, prijať s takou čistotou, pokorou a oddanosťou, s akou Ťa prijala tvoja najsvätejšia Matka, s duchom i horlivosťou svätých*), alebo aj nejaká iná.

6. Neponáhľajte sa – svätá omša má obrovskú hodnotu, a najmä v týchto chvíľach máme veľa vecí, za ktoré potrebujeme prosiť. Po omši sa nachvíľu zastavte a poproste Pána za všetkých zosnulých, za chorých, za svoje vlastné zdravie a prirodzene aj za Cirkev, za pápeža, za našich biskupov a za farnosť.

Ak chcete ísť viac do hĺbky, prečítajte si elektronickú knihu Katechézy

Svätého Otca o svätej omši. A tu si môžete stiahnuť tieto rady v PDF alebo ako plagátik v PNG, aby ste ich mohli poslať priateľom.

pdf | document generated
automatically from [https://
dev.opusdei.org/sk-sk/article/sest-rad-
ako-dobre-prezit-televizny-prenost-
svatej-omse/](https://dev.opusdei.org/sk-sk/article/sest-rad-ako-dobre-prezit-televizny-prenost-svatej-omse/) (10.08.2025)