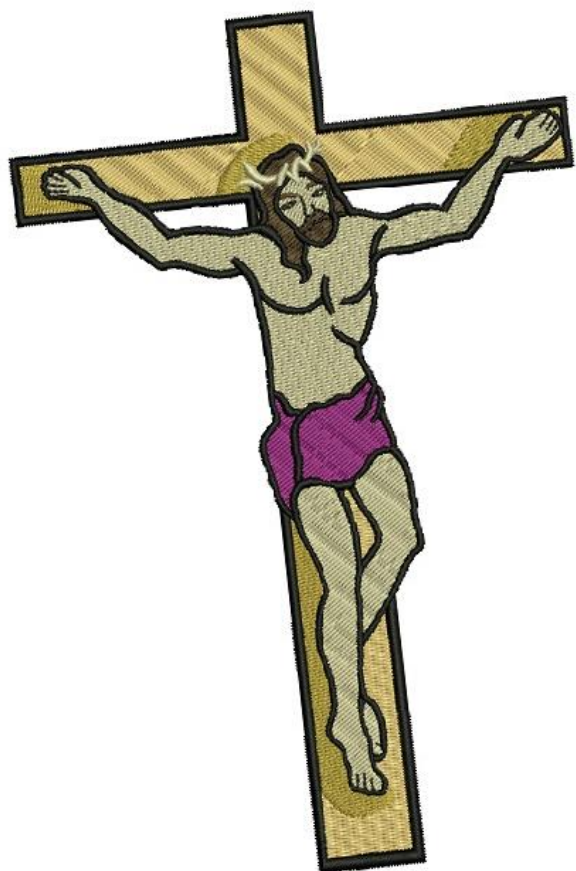


# Ako sledovať svätú omšu doma z gauča?

Zopár užitočných rád



**Omša je  
najkrajší  
dar, aký  
nám Boh  
mohol dať.**



**Zmysly sú dôležité!**

**Aby sme sa dokázali lepšie sústrediť, položíme si pred seba obrázok Panny Márie, kríž, alebo zapálme (vonnú) sviečku.**



**Zúčastňuješ  
sa nebeskej  
hostiny, a  
tak na ňu  
nepríd' v  
pyžame!**



**Dôležité je aj  
držanie tela.  
Pamätaj, že sa  
modlíme aj telom!**



**Aj keď nemôžeš  
prijať Hostiu,  
môžeš Pánovi  
povedať, ako  
ti chýba!**

# Duchovné prijímanie

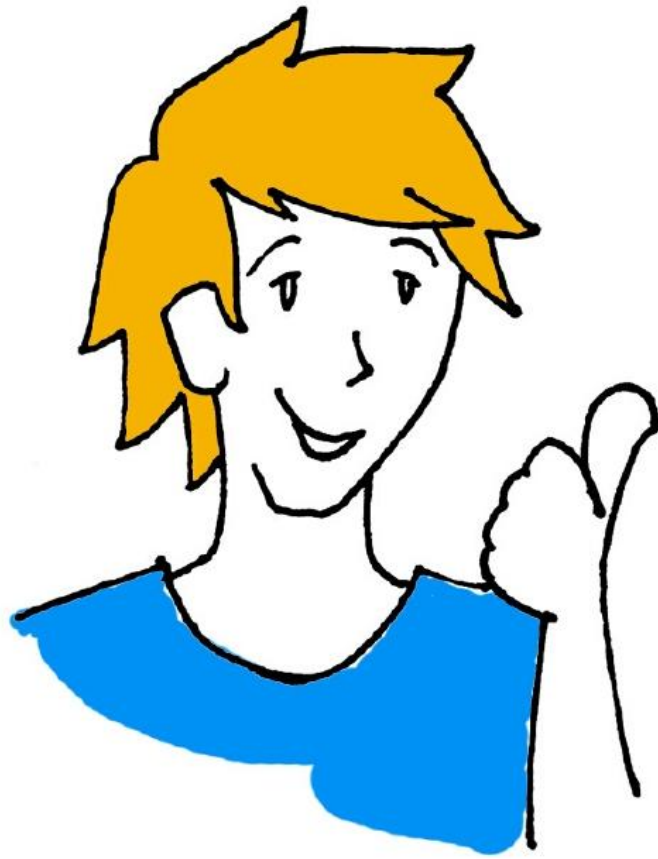
**Chcel by som Ťa, Pane,  
prijat' s takou čistotou,  
pokorou a oddanosťou,  
s akou Ťa prijala tvoja  
najsvätejšia Matka, s  
duchom i horlivosťou  
svätých.**



**Omša je najlepšou chvíľou  
požiadať Boha o to, po čom  
túžiš.**

**Pros ho za chorých, za svoje  
zdravie, za pápeža, za svoju  
rodinu...**





**A nech je vaša omša akoby  
darovaním (duchovnej) krvi  
pre tých, ktorí to v týchto  
dňoch najviac potrebujú!**