

## Jak przeżywać transmisje Mszy św. - kilka wskazówek

Niebezpieczeństwo epidemii spowodowało także pewne ograniczenia, które są niezbędne w ograniczeniu rozprzestrzeniania się koronawirusa. Jednym z nich jest zakaz zgromadzeń liczących więcej niż 50 osób. Dotyczy to także udziału w Mszach Świętych. Dlatego Księża Biskupi i Duszpasterze Parafii zachęcają do duchowej łączności i uczestnictwa w Eucharystii za pomocą środków społecznego przekazu.

Oglądanie telewizyjnej lub internetowej transmisji Mszy św., jak również słuchanie jej przez radio, pozwala duchowo przenieść się do kościoła lub pomyśleć o Panu Bogu. Aby tak się jednak stało nie można jej oglądać jak meczu lub serialu. Ten czas należy potraktować zupełnie wyjątkowo. Oto kilka propozycji, które pomogą w lepszym przeżywaniu Mszy św. transmitowanych przez środki społecznego przekazu:

1. Dobrze byłoby zaplanować wcześniej, której transmisji chcemy wysłuchać. Trzeba zatem znaleźć odpowiednią godzinę, która będzie wszystkim odpowiadać, tak aby wszelkie inne zajęcia w domu ustały. Wskazane jest żeby wszyscy domownicy wysłuchali tej samej transmisji. By nikt nikogo nie rozpraszał.
2. Z pewnością nie byłoby błędem, gdyby wszyscy zadbali o odpowiedni strój, tak jak to zazwyczaj robimy przygotowując się do wyjścia do kościoła. Niech na ten czas ten jeden pokój z telewizorem lub radiem stanie się naszą kaplicą. Dlatego należy przygotować odpowiednie miejsca dla wszystkich domowników - najlepiej krzesła, na których będziemy siedzieć. Stół czy też stolik znajdujący się w tym pokoju, mógłby nabrać wyjątkowego charakteru poprzez nakrycie go białym obrusem, położenie na nim krzyża, obrazu lub figurki Matki Bożej oraz zapalanej świecy. Oczywiście chyba nikogo nie trzeba przekonywać, że nie wypada przygotowywać napojów czy też jedzenia.
3. Przed rozpoczęciem transmisji uświadommy sobie i zwłaszcza dzieciom, że teraz oglądając Mszę św. chcemy i będziemy się wspólnie modlić.
4. Nasza modlitwa wyraża się nie tylko w słuchaniu. Jeżeli tylko potrafimy włączmy się w śpiew transmitowanej Eucharystii, a jeżeli wiemy, że nie mamy zdolności muzycznych, to z uwagą słuchajmy śpiewanych pieśni. Odpowiadajmy na słowa kapłana tak, jak w kościele. Pozwólmy, by ta transmisja nas zaangażowała. Bóg jest przecież obecny tam, gdzie dwaj albo trzej gromadzą się w Jego imię na wspólną modlitwę.
5. Zadbajmy też o odpowiednie postawy ciała. Powinniśmy zatem wstawać, siadać i klękać tak, jak byśmy byli Mszy św. w kościele. Jednak szczególną uwagę zwróćmy na postawę klęczącą. Nie powinniśmy klęczeć zwróceniem do telewizora. Bardziej odpowiednie będzie uklęknięcie w kierunku stołu, na którym przygotowaliśmy krzyż lub święty obraz ze świecą. A słuchając słów Modlitwy eucharystycznej wyobraźmy sobie, że jesteśmy w naszym kościele, w którym jest obecny Pan Jezus w tabernakulum. Będzie to lepsze od patrzenia w telewizor w tym momencie. I to już będzie nas przygotowywać do komunii św. duchowej. W tym momencie zamiast klęczeć, możemy również stać zwróceniem do telewizora.
5. Możemy przyjąć komunię duchową w tym czasie, kiedy ona jest rozdawana wiernym obecnym w transmitowanej Eucharystii. Warto wtedy znów uklęknąć w kierunku krzyża, delikatnie przyciszyć odbiornik, by śpiew był delikatnym tłem do naszej modlitwy. Niech ojciec lub matka przeczyta z pobożnością jedną z zaproponowanych poniżej modlitw, które

ułatwiają przyjęcie takiej komunii. A potem każdy może modlić się w ciszy własnymi słowami, jak po przyjęciu Komunii św. w kościele.

6. Należy unikać komentowania i rozmów w czasie transmisji. Ale kiedy ona już się skończy, warto jeszcze chwilę pozostać i porozmawiać o tym, czego doświadczyliśmy, w jaki sposób Pan Bóg do nas przemówił przez czytania czy też kazanie. Porozmawiajmy o tym, czy potrafiliśmy się modlić w tak nietypowej sytuacji. Co sprawiało nam trudność, albo co było pięknego w tym czasie wspólnej modlitwy rodzinnej. Nie zapomnijmy o tym, że była to wspólna modlitwa rodzinna, a nie zwykle oglądanie lub słuchanie Mszy św.

### ***Komunia duchowa - propozycje modlitw***

Jezu mój! Wierzę, że jesteś obecny w Najświętszym Sakramencie. Miłuję Cię nade wszystko i pragnę Cię posiadać w duszy mojej. Ponieważ teraz nie mogę Cię przyjąć sakramentalnie, przyjdź przynajmniej duchowo do serca mojego. Obejmuję Cię jakobyś już do mnie przyszedł i cały z Tobą się łączę, nie dozwól, abym się miał oddalić od Ciebie (*św. Alfons Maria Liguori*).

Wierzę w Ciebie, o Jezu w Najświętszym Sakramencie utajony, kocham Cię, Ciebie pragnę. Przyjdź do mego serca, przyjmuję Cię i proszę - już nie odchodź ode mnie. Niechaj pochłonie, proszę, Panie Jezu Chryste, duszę moją ognista i nad miód słodsza siła miłości Twojej. Niech umrę z miłości dla miłości Twojej, który raczyłeś umrzeć z miłości dla miłości mojej (*św. Franciszek*).

O miłości niemiłowana, o miłości niepoznana! (*św. Maria de Pazzis*).

Oblubieńcze mój, kiedy mnie do siebie pociągniesz? (*św. Piotr z Alkantary*).

O Jezu, dobro moje, słodka miłości moja, zrań, zapal serce moje, aby już zawsze gorzało dla Ciebie. Niech żyje Jezus, nasza miłość, nasze życie, nasze wszystko! Niech żyje Maryja, nasza nadzieja!

Na podstawie: ks. Andrzej Dudek, *Jak zamienić dom w domowy Kościół? Jak przeżyć w nim Mszę św.?*