

ELŐKÉSZÜLET A VASÁRNAPI ONLINE SZENTMISÉKRE

1. ONLINE SZENTMISE ELŐTT

- **A miseközvetítés idejének kiválasztása.** Döntsétek el, hogy a jövő vasárnap melyik szentmise közvetítésbe fogtok bekapcsolódni. Ha kinézitek előre, az segít majd, hogy e köré szervezhessétek és megszentelhesseitek a vasárnapot.
- **A templom szent terének otthoni kialakítása.** Válasszatok ki egy jó helyet, ahol oda tudtok ülni a képernyő elé. Nézz rá a helyszínre olyan szemmel, hogy vajon mi segíthetne szent helyé varázsolni azt az adott teret? (Például gyertya, terítő, kereszt, ikon, Mária-kép, virág?) Díszítsd fel úgy, ami kifejezi számodra, hogy ez lesz most a ti templomotok, az a szent hely, ahol találkozni fogtok Istennel és az Egyház nagyobb közösségével.
- **Ünnepi ruhát öltetni.** Milyen ruhát vennél fel, ha Isten valóban jön, oda ül hozzátok?
- **Miseszándék megfogalmazása.** Mielőtt elkezdődik az online szentmise, beszélgetsetek a családban arról, kiért, kikért, milyen szándékokra ajánlanátok fel a mai misét.

2. SZENTMISE-KÖZVETÍTÉS ALATT

- **A mise szövege.** A szentmise szövegeit, aznapi olvasmányait, menetét le tudjátok tölteni az ujember.hu/adoremus oldalról. Így kézbe véve, együtt olvasva is követhetitek, amit hallotok majd.
- **Hívek könyörgése.** Ti is megfogalmazhatjátok otthon hangosan azokat a szándékokat, amelyekért ti szeretnétek aznap imádkozni. (Addig akár le is halkíthatjátok a hangot, ameddig ti imádkoztok.)
- **Mozgás.** Nézzétek meg, mennyire segít, ha otthon ti is követitek azokat a mozgásokat (felállunk, leülünk, letérdelünk), amelyeket a szentmisén szoktunk végezni. De ha ülve maradtok végig, az sem baj, csak keressétek, hogy mi fejezi ki számotokra leginkább, hogy az élő Isten érkezésére méltó módon válaszoltok.



- **Lelki áldozás.** A szentáldozás ideje alatt valaki a családból felolvashatja hangosan a lelki áldozás egyik imáját.

Jézusom! Hiszem, hogy jelen vagy a legméltóságosabb Oltáriszentségben.
Mindennél jobban szeretlek, és vágyom rá, hogy a lelkembe fogadhassalak.
Mivel most nem tudlak szentségi módon magamhoz venni,
jöjj, legalább lelki módon, a szívembe!
Magamhoz öllelek, mintha már ott lennél, és teljesen egyesítem magam Veled.
Ne engedd, hogy elszakadjak Tőled! Ámen.

Vagy:

Uram, Jézus Krisztus, hiszek Benned, imádlak Téged és szeretlek Téged teljes szívemből.
Bánom minden bűnömet, mert szeretnék magamhoz fogadni a szentáldozásban,
hogy Veled élhessek.
Jöjj hát, ó, Jézus, legalább lélekben költözz a szívembe, és végy lakást benne örökre!
A mi Urunk, Jézus Krisztus Teste őrizzen meg engem az örök életre!
Köszöntelek, ó, Jézus, az én szegény szívemben. Neked adom magam egészen.
Tied akarok lenni életemben és halálom után is. Ámen.

3. SZENTMISE UTÁN

- **Visszatekintés.** A szentmise után (ha olyan a légkör, akkor rögtön ott, vagy esetleg aznap az esti imában) nézzetek vissza a szentmisére: milyen volt számotokra? Kiben mi maradt meg? Mi érintett meg az evangéliumból, prédikációból, imádságokból, abból, ahogyan együtt voltatok?

