

## 23. Svätá omša



Oslava je veľkou udalosťou, na ktorú sa snažíme čo najlepšie pripraviť. Je to stretnutie s tým, koho máme radi.

**Svätá omša je obetou.** Pozýva nás na ňu sám Ježiš. Ide o živú pamiatku na jeho umučenie, smrť a zmŕtvychvstanie. Kedykoľvek a kdekoľvek na svete slávime svätú omšu, slávime pamiatku Poslednej večere a tým sprítomňujeme obeť kríža.

**Svätá omša je tiež hostinou.** Sám Ježiš sa ukrýva v kúsku chleba, aby sa nám mohol lámať a rozdávať. Chce nám dať silu do ďalších dní, aby sme dokázali bojovať proti zlému, aby sme si viac všímali jeden druhého.

Svätá omša sa skladá z dvoch hlavných častí:

1. bohoslužba slova
2. bohoslužba obety

Vo svätej omši sa stretávame s Ježišom, ako sa s ním stretli emauzskí učeníci na ceste z Jeruzalema.

### Úvodné obrady

Učeníci kráčajú smutní, zhovárajú sa o všetkom, čo sa v Jeruzaleme stalo.



### Záverečné obrady

Učeníci bežia natešení naspäť do Jeruzalema, zvestovať, ako sa stretli s Ježišom.



### Bohoslužba slova

Ježiš sa im prihovára a vysvetľuje im Písma.



### Bohoslužba obety

Ježiš vzdáva vďaky, dobrorečí, láme chlieb a dáva im ho za pokrm.

Ježiš je môj najlepší priateľ. Ako sa mám na stretnutie s ním pripraviť?

1. **Duchovne** – Pripravím si srdce, aby bolo čisté a bez hriechu.
2. **Telesne** – Zachovám eucharistický pôst.
  - Do kostola prídem ešte pred začiatkom svätej omše, aby som sa na ňu mohol sústrediť.

### Úvodné obrady – RADOSŤ

Táto časť svätej omše nás vedie k tomu, aby sa naše srdce naplnilo radosťou. Schádzame sa spolu ako jedna rodina. Vytvárame spoločenstvo. Pán Ježiš sa chce s nami stretnúť aj napriek tomu, že sme neboli vždy dobrí.



### Prežehnanie a pozdrav

- Kňaz príde za spevu piesne k oltáru a uctí si ho pobožkaním. Svätú omšu začneme ako Božie deti v mene Otca i Syna i Ducha Svätého.
- Po prežehnaní kňaz pozdraví veriacich: „**Pán s vami.**“ Všetci odpovieme: „**I s duchom твоjím.**“ Takto kňaz víta Božiu rodinu.

### Úkon kajúcnosti

- Vo chvíľke ticha si spytujeme svedomie, či sme sa neprehrešili voči Bohu i blíznym. Oľutujeme svoje hriechy a poprosíme Ježiša o odpustenie: „**Pane, zmiluj sa.**“

### Oslavný spev Sláva Bohu na výsostiach (v nedeľu a sviatok)

- Týmto spevom naše srdcia oslavujú Boha Otca, jeho Syna Ježiša i Ducha Svätého.



### Modlitba dňa

- Začína sa výzvou **Modlime sa.**  
Vo chvíli ticha môžeme Pánu Bohu povedať, za čo sa chceme vo svätej omši modliť.
- Na konci spoločne odpovieme **AMEN**, čím sa všetci zjednotíme v našej modlitbe.



„Rozsievateľ vyšiel rozsievať. Ako sial, jedno zrno padlo na kraj cesty, prileteli vtáky a pozobali ho. Druhé padlo na skalnatú pôdu, kde nemalo veľa zeme, a hneď vzišlo, lebo nebolo hlboko v zemi. Ale keď vyšlo slnko, zahorelo, a pretože nemalo koreňa, uschlo.

Iné zasa padlo do trnia, ale trnie vyrástlo, udusilo ho a ono neprinieslo úrodu. Iné zrná padli do dobrej zeme, vzišli, rástli a priniesli úrodu: jedno tridsaťnásobnú, druhé šesťdesiatnásobnú, iné stonásobnú“ (Mk 4, 3 – 8).

Prvá časť svätej omše nás vedie k pozornosti. Pán Boh sa nám prihovára cez Sväté písmo, ktoré sa číta a vysvetľuje.

Božie slovo čítané na svätej omši zo Svätého písma má padnúť do našej duše ako zrno pšenice do úrodnej pôdy. Ježiš chce, aby sme ho pozorne počúvali a potom jeho slová v živote uskutočňovali.

### Čítania zo Svätého písma

- **Prvé čítanie** býva zvyčajne zo Starého zákona. V ňom sa dozvedáme, ako sa Boh staral o vyvolený národ a cez prorokov oznamoval svoju vôľu.
- **Medzispev – žalm** je starobylá židovská modlitba, ktorá sa medzi čítaniami spieva. Pomáha nám uvažovať nad tým, čo sme počuli v prvom čítaní. Aj my sa spoločne pripojíme do spevu opakovaním jedného verša na spôsob refrénu.



- **Druhé čítanie** čítame v nedeľu a v prikázané sviatky. Toto čítanie je z Nového zákona, zvyčajne z listov niektorého apoštola. Nachádza sa v nich veľa múdrych rád pre život kresťanov. Na záver každého čítania lektor zvolá: **Počuli sme Božie slovo!** Všetci odpovieme: **Bohu vďaka!**
- **Evanjelium** – Pred ním spievame: **Aleluja – Chváľme Boha.** Je tu vyjadrená hlavná myšlienka z evanjelia.



V evanjeliu sa nám prihovára sám Ježiš. Je to pre nás „radostná zvesť“, v ktorej nám Ježiš túži povedať, ako nás má rád.

Kňaz nás pozdraví: **Pán s vami!**

Odpovedáme: **I s duchom tvojím!**

Kňaz: **Čítanie zo svätého evanjelia podľa...** (meno evanjelistu)

Odpovedáme: **Sláva tebe, Pane.**

Pri týchto slovách si robíme malé krížiky na čelo, na ústa a na srdce. Tým prosíme Pána Ježiša: „*Pomôž nám myslieť ako ty, hovoriť ako ty a milovať ako ty.*“

### Homília – kázeň

- Pomáha nám lepšie pochopiť a uvedomiť si, čo sme počuli v Božom slove.
- Kňaz nám Božie slovo nielen vysvetlí, ale dá nám aj príklad, ako máme podľa neho žiť.



### Vyznanie viery

(túto modlitbu sa modlíme alebo spievame v nedeľu a prikázaný sviatok)

- Vyznaním viery vyjadríme svoj súhlas s Božím slovom.

### Spoločné modlitby veriacich

- V nich prednášame nášmu nebeskému Otcovi svoje prosby. Boh chce, aby sme sa modlili navzájom jeden za druhého.
- Modlíme sa za potreby našej farnosti, diecézy, celej Cirkvi, ale aj celého sveta. Prosíme za živých i za zomrelých.
- Na prosby odpovedáme s dôverou: **Prosíme ťa, vyslyš nás.**

## Bohoslužba obety – OBDIV A VĎAČNOSŤ

Táto časť svätej omše nás vedie k obdivu nad tým, čo Pán Ježiš urobil a neustále robí z lásky k nám. Ježiš sa obetoval na kríži. Svätá omša je pamiatkou, je sprítomením tejto obety.

Ježišova láska k nám nepozná hraníc. Sám sa nám dáva ako pokrm pre našu dušu pod spôsobom chleba a vína.

### Príprava obetných darov

- Na oltár sa prinesie miska s chlebom – s hostiami a ampulky s vínom a vodou. Kňaz za ne ďakuje a obetuje ich Bohu.
- Keď kňaz obetuje víno a chlieb, obetuje spolu s nimi aj všetku prácu, námahu i radosť nášho života.



### Eucharistická modlitba

*Pán s vami. – I s duchom tvojím.*

*Hore srdcia. – Máme ich u Pána.*

*Vzdávajme vďaky Pánovi, Bohu*

*nášmu. – Je to dôstojné a správne.*

- Eucharistická modlitba je jedna veľká modlitba vďaky. V tejto chvíli nemyslíme na nič iné, iba na Pána Ježiša, ktorému chceme ďakovať a spievať na slávu: **Svätý, svätý, svätý...** Pripájame sa tak k anjelom, ktorí v nebi oslavujú Boha.



### Premenenie

- Najdôležitejšia časť eucharistickej modlitby a svätej omše. Ide o posvätnú chvíľu, keď sa na slová kňaza chlieb a víno premieňajú na telo a krv Pána Ježiša. Z úcty k Ježišovi v tejto chvíli klačíme.
- Je to veľké tajomstvo. **Hľa, tajomstvo viery.**
- Potom eucharistická modlitba pokračuje. Spoločne sa modlíme za celú Cirkev, za živých i mŕtvych. Túto dlhú modlitbu ukončíme slávnostným zvolaním: **Amen.**

## Sväté prijímanie

- Na prijatie Pána Ježiša sa pripravíme modlitbou **Otče náš**. Po nej nás kňaz vyzve, aby sme si dali znak pokoja. Pán Ježiš chce, aby sme sa mali radi a dokázali si vždy odpustiť. **Pokoj a bratská láska nech je medzi nami.**
- Počas spevu **Baránok Boží** kňaz láme hostiu ako Ježiš pri Poslednej večeri lámal chlieb, aby z neho mohli jesť mnohí. Potom ju zdvihne a hovorí:  
**Hľa, Baránok Boží, ktorý sníma hriechy sveta.**  
Odpovedáme: **Pane, nie so hoden, aby si vošiel pod moju strechu. Ale povedz iba slovo a duša mi ozdravie.**



- Pán Ježiš prichádza do nášho srdca ako dar, ktorý si nezaslúžime. Stal sa pokrmom pre našu dušu.  
**Telo Kristovo! Odpoviem: Amen!**
- Za to, že Ježiš prišiel do môjho srdca, mu poďakujem modlitbou a spevom.

## Záverečné obrady – NADŠENIE

Spolu s Ježišom sme prežívali krásne chvíle. Malo by sa to prejaviť aspoň malou zmenou nášho srdca.

## Požehnanie a prepustenie

- Prostredníctvom kňaza dostávame Božie požehnanie.
- Kňaz nás požehná a hovorí: **Id'te v mene Božom!** Odpovieme: **Bohu vďaka!**  
Takto nás posielajú, aby sme radostne, slovami i skutkami šíрили Božiu lásku v našej rodine, v škole, medzi kamarátmi.



### Zapamätám si:

1. **Čo je svätá omša?** Svätá omša je nekrvavá obeta Pána Ježiša. Je to hostina, pri ktorej nám Ježiš dáva svoje telo ako pokrm pre našu dušu.
2. **Z akých častí sa skladá svätá omša?** Bohoslužba slova a bohoslužba obety.
3. **Ako sa mám pripraviť na prijatie Pána Ježiša?**  
Duchovne – pripravím si srdce (ak je to potrebné aj svätou spoveďou)  
Telesne – dodržím eucharistický pôst