V tomto mimoriadnom čase zákazu verejných bohoslužieb sledujeme priame prenosy bohoslužieb z chrámov, kde ich za zatvorenými dverami slávia kňazi. Ak sa chceme čo najviac duchovne zjednotiť s kňazom pri slávení svätej liturgie, je dôležité mať na pamäti nasledovné:

Nakoľko nemôžeme prijať Eucharistiu, je veľmi vhodné a potrebné urobiť si duchovné sväté prijímanie, teda predovšetkým sa modliť s kantorom modlitbu *Verím, Pane, a vyznávam*... pred svätým prijímaní a zároveň s úprimnou túžbou po zjednotení sa s Kristom pomodliť sa počas svätého prijímania niektorú z možných modlitieb duchovného svätého prijímania.

Napr.:
Môj Ježišu, verím, že si v Najsvätejšej Eucharistii skutočne prítomný. Klaniam sa Ti a milujem Ťa nadovšetko. Z lásky k Tebe ľutujem všetky svoje hriechy. Sľubujem, že sa budem vyhýbať každej hriešnej príležitosti. Moja duša túži po Tebe, ale keď Ťa teraz sviatostne nemôžem prijať, príď aspoň duchovne so svojou milosťou do môjho srdca. Daj, aby som vždy žil v Tvojej milosti, a tak plnil Tvoju vôľu, teraz i vždycky i na veky vekov. Amen.

Keďže väčšinou pozeráme televíziu v rámci oddychu, niekedy aj v rôznych uvoľnených oddychových polohách, pri sledovaní svätej liturgie treba zaujať polohu adekvátnu tomu, že ide o priamy prenos svätej liturgie, ktorá je sprítomnením veľkonočného tajomstva Ježiša Krista, jeho smrti a vzkriesenia.

K sústredenému sláveniu prostredníctvom priameho prenosu nám môže pomôcť to, keď sa zapájame do patričných odpovedí a modlitieb veriacich. Môžeme mať pritom aj modlitebnú knihu podobne ako v chráme. Zároveň je vhodné, keď pri častiach, kedy sa v chráme stojí, aj doma vstaneme, prípadne, keď sa kľačí, aj doma kľakneme.

Počas sledovania svätej liturgie nič nejeme, nepijeme, nerozprávame sa a neodbiehame, ako sa to bežne robí pri iných typoch televíznych programov. Toto všetko sú vonkajšie prejavy, ktoré však vyjadrujú základný postoj srdca, ktorý vyjadruje našu lásku k Ježišovi Kristovi.

Zdroj: http://www.grkatpo.sk/?duchovne_prijimanie