

## **PRÍSNY PÔST ZA ODVRÁTENIE PANDÉMIE KORONAVÍRUSU A POZVANIE MODLIŤ SA PRAVIDELNE "MODLITBU ZA SLOVENSKO".**

"Od 30. októbra až do 18. decembra 2020, teda na osem po sebe nasledujúcich piatkov, biskupi vyhlasujú pre celú Katolícku cirkev na Slovensku **prísny pôst za odvrátenie pandémie**. Veriaci medzi 18. a 60. rokom života, ktorí sú celkom zdraví a netrpia žiadnymi ochoreniami, nech sa počas týchto ôsmich piatkov postia takým spôsobom, ako sa zvykneme postiť na Veľký piatok. To znamená, nech sa zdržia mäsitých pokrmov a nech sa najedia dosýta len raz za deň - s tým, že môžu ešte dvakrát požiť menší pokrm."

"Keďže tradícia Cirkvi hovorí aj o ďalších prostriedkoch pokánia, do pozornosti všetkým ukladáme modlitbu a almužnu. Tieto dva spôsoby môžu využiť aj tí, pre ktorých zdravie by bolo neprimerané zachovávať prísny pôst. V týchto časoch, keď naši bratia a sestry žijúci na okraji spoločnosti majú ešte menšie možnosti zaobstarať si to, čo potrebujú pre život, nech teda veriaci neváhajú konať viacej skutkov kresťanskej lásky, najmä poskytovať almužnu núdznym. Berme to ako kresťanskú povinnosť, aby najchudobnejší nezostali bez pomoci! Slovenskí biskupi tiež povolávajú modliť sa každý deň nasledujúcu modlitbu za Slovensko, a šíriť ju intenzívne medzi všetkými veriacimi."

"Pôst nie je povinný pod hriechom, čo znamená, že je dobrovoľný. Ale pre každého z nás platí povinnosť, aby sme sa neprevinili nielen myšlienkami, slovami, skutkami ale aj zanedbávaním dobrého, a tak každý, komu je to len trochu možné, aby nezanedbal to, čo je dobré, nech sa nasledujúce piatky postí a tak vytvoríme kajúce duchovné spoločenstvo," arcibiskup Zvolenský.

### **Modlitba za Slovensko**

**Všemohúci Bože, Otče,**

**tvoj Syn nás uistil, že ak ťa budeme o niečo spoločne prosiť v jeho mene, splníš našu žiadosť.**

**Obraciame sa na teba v našej núdzi a utrpení,  
spôsobenými pandemiou**

**a prosíme ťa o záchranu tela i duše chorých,**

**o múdrosť, silu a lásku pre všetkých, čo sa o nich starajú,**

**o nádej a dôveru pre tých, čo sa cítia ohrození,**

**o rozvážne, starostlivé a spravodlivé riešenia pre tých, čo majú**

**politickú zodpovednosť v rozličnom stupni.**

**Pomáhaj nám, aby sme si uvedomovali, že sme chorí a ohrození**

**nielen na tele, lež aj duchovne a morálne.**

**V srdciach mnohých vyhasla láska k tebe i k blížnemu,**

**stali sme sa sebeckými, bezohľadnými, dali sme sa zotročiť**

**mamonou a nemravnosťou.**

**Vlej do našich otupených a zaslepených srdc jas pravdy a lásky tvojho Ducha; daj nám poznať v čom sa nám treba zmeniť a posilňuj nás, aby sme sa k tomu aj úprimne a vytrvalo odhodlali.**

**Predkladáme ti tieto naše prosby aj na príhovor Sedembolestnej Matky tvojho Syna, ktorú si nám dal za patrónku.**

**S jej pomocou sa chceme stávať jedni pre druhých bratmi a sestrami a tvojimi synmi a dcérami.**

**Dôverujeme aj v príhovor našich vierozvestcov, svätých Cyrila a Metoda, ako aj ich pokračovateľa z nášho ľudu, svätého Gorazda.**

**Nech nám vyprosujú uvedomenie si veľkého daru viery a krstu a ochotu snažiť sa žiť kresťansky v našej dobe.**

**O to všetko ťa prosíme skrze tvojho Syna, ktorý sa za nás obetoval, vstal z mŕtvych a s tebou žije a kraľuje na veky vekov. Amen.**

Biskupi k modlitbe zároveň odporúčajú pripojiť modlitbu posvätného ruženca, čítanie Svätého písma a konkrétne skutky lásky k blížnemu.