




- * **Nuestra disposición ante la Misa: ¿cómo vivirla más profundamente?**
- * **Para los que comulgáis en la mano: ¿cómo hacerlo mejor?**
- * **La Proclamación de la Palabra de Dios: ¿cómo conseguir que llegue mejor?**
- * **Nuestra Actitud en el Interior del Templo: ¿qué hacer para que todos reconozcan que aquí está Dios?**
- * **Los Gestos Litúrgicos I ¿qué y cómo hacer a la vez?**
- * **Los Gestos Litúrgicos II Gestos del pueblo y del sacerdote.**
- * **La Auténtica Participación en la Misa Orientaciones de Benedicto XVI.**
- * **Los Símbolos cristianos ¿qué y cómo hacer a la vez?**

<p><i>Nuestra Disposición ante la Misa</i> <i>¿Cómo vivirla más profundamente?</i> La puntualidad, la digna recepción de la Eucaristía y la Acción de Gracias elementos vitales para vivir bien la Misa</p>	
---	--

1. PROCURA VENIR CON TIEMPO PARA PREPARARLA

Ven al menos unos minutos antes del comienzo de la Misa, para poder prepararla bien, es fundamental para que sea un verdadero encuentro con el Señor. Así puedes saludarlo con tranquilidad, está en el Sagrario esperándote, ponte en su presencia y, aprovecha las hojas y lee las lecturas que se van a proclamar, o considera el milagro de amor al que vas a asistir en unos minutos.

La puntualidad es una virtud que hay que aprender a valorar. Es, por ejemplo, muestra de respeto y cariño con las personas con las que hemos quedado, y nos ayuda a dedicar el tiempo que requiere a cada cosa (los que asisten a un concierto, no pueden entrar en la sala hasta que termine la pieza, por respeto a quien toca y no molestar a quien escucha). La Misa, no lo olvides, es una cita de amor con Jesús, y sería impropio que le "robaras" el tiempo que Él quiere ofrecerte compartiéndolo contigo, entregándose por ti.

2. OIR MISA ENTERA SIGNIFICA PARTICIPAR DESDE LA PROCESIÓN DE ENTRADA HASTA QUE EL SACERDOTE VUELVE A LA SACRISTÍA

La Misa empieza cuando el sacerdote se dirige al altar y nos ponemos en pie para recibirlo, porque representa a Cristo. Desde el primer momento cada detalle, si lo sigues con atención, está cargado de significado: besa el altar donde se va a ofrecer el Santo Sacrificio, nos invita a invocar a la Trinidad, después le pedimos perdón al Señor (si es domingo o solemnidad decimos el gloria), y nos ponemos a la escucha de la Palabra de Dios con la Primera lectura. Es, por tanto, falsa esa idea de que la Misa "vale" desde el Evangelio, ya que parece que con ello le damos poca importancia a todo lo anterior.

3. PREPARADOS PARA PODER COMULGAR

No podemos olvidar que en la Santa Misa, el Señor se nos ofrece como alimento. Recibir al Señor en la Comunión es, por tanto, la manera más perfecta de participar en el Santo Sacrificio que es, al tiempo, Sagrado Banquete. Pero hay que recibirlo como se merece: con la debida preparación y el alma limpia (también es bueno que externamente se note que uno va aseado y digno).

Si tienes conciencia de algún pecado grave acércate antes a recibir la confesión sacramental. No la dejes para el último momento, a veces no puede haber sacerdotes confesando durante la Misa. Ocasiones como un funeral, o una boda, te animan a esa preparación concreta para recibir bien la comunión, confesándote si hace tiempo que no lo haces, eso te permitirá estar más unido al Señor y pedirle con más fuerza por esas personas concretas: la persona que ha fallecido, los nuevos esposos, etc.

4. AL TERMINAR NO SALGAS PRECIPITADAMENTE, ES DE BIEN NACIDOS SER AGRADECIDOS

La Misa termina como empieza: besando el sacerdote el altar y retirándose hacia la sacristía. Es un signo de respeto y de delicadeza despedirlo desde el sitio donde uno se encuentra. Recuerda que el sacerdote representa a Cristo. Has estado con el Señor, y ese tiempo de estar con Él tienes que irlo viendo como lo que es: el tiempo entrañable de estar con un amigo. Por eso no es bueno irse de prisa, sino quedarse al menos unos instantes en intimidad con Él, para darles gracias por tantos dones recibidos y, si has comulgado, por haber venido a tu alma, pidiéndole que permanezca en ella.

*Para los que comulgáis en la mano
¿Cómo hacerlo mejor?
Recibir dignamente la Comunión,
en la boca o en la mano,
es signo de delicadeza de amor con el Señor*



1. PON TU MANO SOBRE LA OTRA A LA ALTURA DEL PECHO

Las dos manos entran en acción: es como si hicieras un trono al Señor, que es Rey de reyes. Recuerda que al acercarte a comulgar "pones en marcha" esa fe habitual con la que dices sí a Dios.

Ese sí interior supone tener el alma limpia de pecado grave. En el caso de que no sea así, antes de recibir al Señor, tienes que pedir perdón en la Confesión sacramental.

2. QUIEN DA LA COMUNIÓN DICE: «EL CUERPO DE CRISTO» Y TU RESPONDES: AMÉN

Al presentarte el sacerdote el Cuerpo de Cristo, te está invitando a que actualices en tu interior esa paz que trae el Señor, eso implica que tu corazón esté libre de odio e injusticia, que no haya ningún resentimiento para con nadie. Te invita, además, a que expreses ese sí a Cristo que te lleva a luchar para hacerlo presente en tus actos. Por eso no está de más hacer una pequeña inclinación de cabeza ante Dios que viene a ti, porque todo eso implica, por tu parte, la aceptación y el compromiso.

3. LA HOSTIA CONSAGRADA SE DEPOSITA EN LA PALMA DE TU MANO EXTENDIDA

Una mano sostiene la otra, no te adelantes a coger la Sagrada Forma antes que se deposite en tus manos. Ten en cuenta que es siempre Dios el que lleva la iniciativa, el que sale a nuestro encuentro. Tú preséntale las manos como un mendigo de su amor, unas manos limpias en señal de la pureza del corazón.

4. ACOGE LA HOSTIA EN LA PALMA DE TU MANO CON REVERENCIA

Ten en cuenta que vas a acoger el don del cielo, al mismo Cristo que se te ofrece como alimento, no hagas gestos raros. Tienes que poner en marcha esa naturalidad del amor, también en las actitudes externas, tratando santamente al que el Santo de los Santos.

5. ANTES DE RETIRARTE, TOMA LA HOSTIA CON LA OTRA MANO Y LLÉVALA CON DEVOCIÓN A TU BOCA.

Quédate un instante delante del ministro de la comunión, lleva la Sagrada Forma con los dedos índice y pulgar a tu boca, y no te retires antes de haberlo hecho. Como signo de respeto y veneración cuida de que no quede ninguna partícula en la palma de tu mano, porque allí también está el Señor. Si ha quedado alguna recógela con veneración y consúmela. Después es el momento de agradecer al Señor que haya venido a tu alma, y pedirle tantas cosas.

*La Proclamación de la Palabra de Dios
¿Cómo conseguir que llegue mejor?
Las lecturas de la Misa
nos invitan
a escuchar a Dios en nuestro interior*



1. LA DIGNIDAD DE LA PALABRA DE DIOS REQUIERE PREPARACIÓN PREVIA

AMOR A LA ESCRITURA. Es la Obra de Dios Espíritu Santo que se sirve del hombre para comunicarse con los hombres. Acostúmbrate a leerla con frecuencia.
UN SERVICIO a la celebración, no es un derecho o una manera de participar más.
LEER PREVIAMENTE LA LECTURA. Debido a la importancia de lo que vamos a proclamar hay que hacerlo con elegancia y soltura, para ello es necesario conocer previamente lo que se va a leer.

Para ello puedes subir al ambón o usar las hojas que hay con las lecturas

2. CONOCER LA CELEBRACIÓN

Al disponernos a leer, hemos de conocer el ritmo de la celebración para no alterarlo. Para ello es necesario:

CUÁNDO. Saber el momento en que tenemos que intervenir para estar atento y no retrasar innecesariamente la ceremonia.

CÓMO. Hacer una reverencia, al altar o al sacerdote si pasamos por delante de ellos, o genuflexión, si pasamos ante el Santísimo.

3. CÓMO LEER LA PALABRA DE DIOS

NUNCA SE LEEN LAS LETRAS EN ROJO. El libro indica «primera lectura», «salmo responsorial» o «segunda lectura», también hace un resumen del contenido de la lectura; todo esto es indicativo, son las llamadas rúbricas y nunca se deben leer. Se comienza con «Lectura...».

DESPACIO, CLARO Y SIN TEATRALIZAR. Se trata de proclamar, no de interpretar; si bien se puede enfatizar las palabras más importantes, pero siempre evitando la impresión de una representación. La claridad de pronunciación (vocalizando) facilita la escucha atenta y devota de mis hermanos cristianos.

PALABRA DE DIOS, es la aclamación final que hace el lector, después de una brevísima pausa al terminar la lectura. Se hace mirando al Pueblo. Nunca se dirá «es Palabra de Dios» porque no se trata de explicar, sino de aclamar.

EL SALMO, es una pieza poética que utilizamos como aclamación a la primera lectura. El lector ha de estar atento para leerlo inmediatamente después. Se lee o canta la antífona y se repite con el Pueblo (no se dice: «repetimos todos»); para indicar cuándo se repite basta con levantar la vista y mirar al Pueblo. Quizá antes de leer la antífona podemos hacer la siguiente indicación: «a ésta lectura aclamamos diciendo...»

4. RECOMENDACIONES

CADA LECTURA TIENE SU ENTIDAD. Está recomendado que cada una de ellas, incluso el salmo, sea proclamado por un lector distinto; esto ayuda a destacar la importancia de cada una y favorece la atención del que escucha.

DISTRIBUCIÓN DE LECTORES. A veces puede percibirse de forma evidente la falta de coordinación cuando no sale nadie o salen varios a la vez. Para evitarlo sería importante que, unos minutos antes de la celebración, haya disponibilidad para hacer este servicio, de tal manera que se sepa cuáles van a ser los lectores, y cómo han de hacerlo.

*Nuestra Actitud
en el Interior del Templo
¿Qué hacer para que todos reconozcan
que aquí está Dios?*



"LA MUESTRA POR LA QUE SABRÁN QUE SOIS MIS DISCÍPULOS ES QUE OS AMÁIS"

El cuidado por los pequeños detalles marca el estilo de una parroquia y un lugar de oración.

No se trata de pensar que ciertos comportamientos sean pecado porque se hacen en el templo, pero, hoy en día parece que tendemos a perder el tono y, en algunas ocasiones, podríamos llegar hasta la mala educación.

Vamos a señalar algunos detalles en los que podríamos intentar poner especial interés:

1. HABLAR EN LA IGLESIA

La Iglesia es un lugar de oración y encuentro con Dios; Cristo, presente en el Sagrario, está deseoso de entrar en diálogo con sus hermanos los hombres, y para ello es necesario SILENCIO.

No es lo mismo cuando la Iglesia está vacía y hay unas personas haciendo limpieza, que cuando encontramos personas intentando hacer un rato de oración. Tenemos que ser especialmente delicados con nuestros hermanos y respetar ese silencio, necesario para su oración personal.

También es importante para crear buen clima antes de las celebraciones, ayudando a centrarse en el Misterio que se va a celebrar.

2. SALUDAR Y DESPEDIRSE DEL SEÑOR

El templo es lugar especial porque en él está el Sagrario, esto es, presencia verdadera, real y sustancial de Cristo mismo, nuestro Señor.

Cuando se entra en una casa se saluda a los habitantes de ésta, y se despide uno de ellos al salir; es regla de cortesía y cariño. Lo mismo hemos de hacer los cristianos, buscar, nada más entrar y al salir, el sagrario, y saludar al Señor como sólo a El es debido, con una genuflexión (poniendo la rodilla derecha en el suelo).

3. APAGAR EL MÓVIL

Hoy se hace imprescindible hablar de este tema, debido al uso masivo que hay de ellos (si no esperas una llamada importante déjalo en casa), pero si se te olvida apagarlo y suena durante la celebración, apágalo, cualquier noticia, por muy urgente que sea, puede esperar a que Cristo termine de hacer la obra de tu salvación.

4. SENTARSE CORRECTAMENTE

El gesto de estar sentado es una forma de atender, por ello, la forma de hacerlo es importante. No podemos decir que estamos atendiendo cuando estás «caído» sobre el asiento. Las reglas de cortesía indicaban que no se debían cruzar las piernas cuando estabas ante alguien importante, sería bueno seguir esta norma de «protocolo humano», que podemos también adoptar «a lo divino».

5. NO LLEGAR TARDE Y NO IRSE ANTES

Debido a la importancia de las celebraciones y, sobre todo, al personaje principal: Cristo. Hemos de cuidar el venir a la celebración con tiempo suficiente para no llegar tarde. Cuando se llega tarde o se sale antes se distrae a los demás.

6. DETALLES DE CORTESÍA

La amabilidad debe caracterizar a los cristianos en la celebración, así es importante:

- Corregir con cariño. Cuando se ha de llamar la atención a alguien hacerlo con toda caridad (los niños nunca pueden ser un estorbo para las celebraciones, si sus voces o movimientos nos distraen podemos indicar amablemente a los padres que sigan la Misa desde la capilla del Santísimo o bien lo hacemos nosotros).
- Ser amables. Cediendo el asiento a los más mayores, ceder el paso cuando nos acercamos a la comunión, no hacer las cosas con prisa, y menos a la hora de ir a comulgar...
- No encender velitas durante la Misa. Distraen a los que hay alrededor y esa acción, que es otra forma de oración, puede dejarse para después.
- Rezar al unísono con los demás. Cuando nos adelantamos o vamos despacio no se oye una sola voz, distraemos, no se entiende lo que decimos, a los niños les cuesta más aprender las oraciones.

*Nuestros Gestos
en la Liturgia de la Misa
¿Qué y cómo hacer a la vez?*
Con un solo corazón y una sola alma
honramos al Señor



1. UNIDOS PARA ALABAR AL SEÑOR

Cuando celebramos la Misa, no somos un conjunto de individualidades, sino un cuerpo unido que alaba y honra a su Dios, por ello hemos de poner interés en hacer los mismos gestos y decir las mismas palabras de forma simultánea. Es la manera externa concreta de expresar que tenemos un mismo corazón y una misma alma que quiere elevarse a Dios.

Es una pena que demos la sensación de estar ausentes, que no nos unamos a los demás al decir las oraciones, que no intentemos, al menos, alabar a Dios con los cánticos, o que no pongamos interés en hacer los mismos gestos.

2. BUSCANDO LA UNIDAD DE CRITERIOS

A veces se observa en parte de los fieles que, por distintos motivos, no hacen los mismos gestos que los demás:

- No se levantan en la oración sobre las ofrendas
- No se arrodillan en la consagración
- Extienden sus manos en el Padre nuestro
- No hacen la reverencia al Altar o la genuflexión al Santísimo...

Es importante esforzarnos por vivir la unidad en estos pequeños detalles, porque es un modo concreto de mostrar la unidad del Cuerpo de Cristo en cada celebración.

3. SIGNIFICADO DE LOS GESTOS

EN PIE. Es la postura clásica de oración, manera de expresar que estamos en presencia de Dios.

- Es la postura de respeto ante la persona de Cristo que se hace presente en el sacerdote.
- Es la forma de mostrar nuestra atención, prontitud y disponibilidad.

SENTADOS. Es la postura que favorece la concentración y la meditación, Es la actitud del discípulo ante el maestro.

DE RODILLAS. Es muy expresiva de algunas actitudes interiores:

- Indica humildad ante la presencia de Dios.
- Muestra explícitamente la adoración interior.
- Es signo de penitencia, de implorar perdón.

Se hizo popular en las celebraciones a partir del s.XI cuando se resaltó el aspecto de adoración.

GESTO DE LA PAZ.

Con este modo de expresarnos tratamos de comunicar la paz que Cristo nos da, como don de Dios. Es un gesto de fraternidad, por ello se la comunicamos al que tenemos al lado, aunque no le conozcamos. Es un gesto sobrio, no hay que empeñarse en dar la paz al mayor número posible de gente, ya que sirve para preparar la comunión que vamos a recibir.

PROCESIÓN COMUNIÓN. Los cristianos acudimos cantando, unidos, al encuentro del Señor, Aquél que se nos da como alimento.

4. ¿CUÁNDO SE HACE CADA GESTO?

EN PIE Es la postura primordial en la Misa. Nos ponemos en pie al recibir al sacerdote (que hace presente a Cristo Cabeza); en el cántico del Aleluya antes del Evangelio; en la aclamación a la invitación a la oración: «Orad hermanos para que este sacrificio...»; tras la genuflexión del sacerdote después de la consagración de la Sangre de Cristo; cuando se levanta el sacerdote para invitarnos a orar tras la comunión. Así permanecemos hasta que termina la Misa (cuando se ha marchado el sacerdote).


SENTADOS: Durante las lecturas que preceden al Evangelio; durante la homilía; mientras que se preparan los dones en el ofertorio; y en los silencios sagrados (tras la homilía y tras la comunión).

DE RODILLAS: Según el Misal nos debemos arrodillar desde la epiclesis (invocación al Espíritu Santo señalada por la imposición de manos del sacerdote sobre el pan y el vino) hasta el final de la consagración (tras la genuflexión del sacerdote)

5. RECOMENDACIÓN

Corresponde a los Pastores ir introduciendo la normativa litúrgica, para ello es bueno adaptarse a cómo se haga en la celebración en la que participo.

*Como es lógico los gestos están subordinados a las capacidades físicas de la persona.

<p style="text-align: center;">Nuestros Gestos en la Liturgia de la Misa 2 ¿Qué y cómo hacer a la vez? Con un solo corazón y una sola alma honramos al Señor</p>	
--	---

1. OTROS GESTOS QUE HABITUALMENE HACEMOS EN LA MISA

GENUFLEXIÓN: Gesto de adoración ante la presencia de Dios: «al Nombre de Dios toda rodilla se doble» (Ap), se hace poniendo la rodilla derecha en el suelo, mostrando así vasallaje ante el Señor.

SANTIGUARSE: Consiste en hacer la Santa Cruz en nuestro cuerpo, de la cabeza al pecho y del hombro izquierdo al derecho (no se besa después la mano, aunque esté muy extendida esta costumbre). Se trata de una confesión de fe en la salvación de Dios a través de la Cruz.

DARSE GOLPES DE PECHO: Se trata de un gesto de penitencia, de humildad al reconocer la propia condición de pecador, Tradicionalmente se hace con la mano tres veces, aunque también se puede hacer una sola vez.

INCLINACIÓN O REVERENCIA: Es gesto de respeto y reverencia ante algo o ante alguien, bien se hace con la cabeza, o bien con el tronco (de cintura).

HACER LA SEÑAL DE LA CRUZ: Consiste en trazar tres veces la cruz en nuestro cuerpo con el pulgar, para pedir a Dios que sus palabras las entendamos con nuestra inteligencia (en la frente), las proclamemos con nuestra boca (en los labios) y las llevemos en el corazón (en el pecho).

2. ¿CUÁNDO SE HACEN?

GENUFLEXIÓN: Se ha de hacer siempre que pasamos ante el Sagrario, donde está Dios mismo y cuando se pasa ante el Altar después de la consagración, ya que está

presente el Señor.

SANTIGUARSE: Al principio de la Misa y en la bendición final (aunque ésta última puede no hacerse).

DARSE GOLPES DE PECHO: Cuando se recita el «Yo confieso» y se dice: «por mi culpa...», expresando así el propio dolor por los pecados.

INCLINACIÓN O REVERENCIA: Se hace siempre ante el Altar, símbolo de Jesucristo; también al proclamar el Credo, en las palabras que hacen referencia a la Encarnación, como reverencia a la acción de Dios en Cristo; al comulgar, cuando el sacerdote me presente la Sagrada Forma diciendo «el Cuerpo de Cristo»; al recibir la bendición final, como gesto de sumisión a Dios.

HACER LA SEÑAL DE LA CRUZ:

Al comienzo de la Lectura del Santo Evangelio

3. OTROS GESTOS QUE HACE EL SACERDOTE

BESAR EL ALTAR O EL EVANGELIO: Es un gesto de veneración a la mesa donde se ofrece el sacrificio, y como manifestación de fe al hacerlo al Evangeliario, porque la Palabra de Cristo salva.

INCENSAR: Para crear una atmósfera agradable; para expresar respeto y reverencia ante Cristo; como actitud interior de oración, y ésta suba, como suave olor, a lo más alto; como actitud de ofrenda debida a Dios (regalo de los magos).

ASPERSIÓN CON AGUA: Para hacer memoria de nuestro bautismo, somos un pueblo sacerdotal, una nación consagrada que se dispone a celebrar su salvación.

EXTENDER LAS MANOS: Es la postura del hombre orante, en el caso del sacerdote, al hacer las veces de Cristo Cabeza, es la oración de Jesucristo que mira hacia al cielo para que la ofrenda que realiza sea agradable a Dios Padre.

LAVARSE LAS MANOS: Gesto de purificación interior para prepararse para la segunda parte de la celebración: la Plegaria Eucarística.

FRACCIÓN DEL PAN: Nos habla, en primer lugar de la Pasión de Cristo, su Cuerpo se entrega, se rompe por nosotros; también es gesto de unidad, al igual que el pan partido es un mismo Cristo, así los cristianos, siendo muchos, formamos un solo cuerpo.

LA AUTÉNTICA PARTICIPACIÓN

El objetivo de la exhortación es la de **impulsar un mayor fervor por la Eucaristía**, porque en la medida en que la Iglesia sea más eucarística, será más de Cristo y por tanto más fiel.

En esta Exhortación, nuestro Papa quiere que vivamos con más intensidad nuestra participación en la celebración eucarística, fuente y raíz de la vida del cristiano.

Acercarse a la Misa es acercarse al misterio de la propia salvación obrada por Cristo mismo, para ello es imprescindible **acercarse con espíritu de verdadera conversión** (nº 55), examinando la propia vida para que sea redimida, salvada por Cristo. Para ello nos recuerda que el espíritu de recogimiento, el silencio exterior e interior, el ayuno eucarístico (desde una hora antes de la comunión), la confesión sacramental frecuente - que hace que Dios mismo disponga nuestra alma para este encuentro- y el reconocimiento de saberme enviado por Cristo y su esposa la Iglesia para comunicar a todos "lo que he visto y oído", son las claves de esta participación.

El fin de una buena participación en la Misa es corresponder personalmente al misterio que se celebra mediante el ofrecimiento a Dios de la propia vida, en comunión con el sacrificio que Cristo hace en el altar por la salvación del mundo entero. La meditación asidua de los textos litúrgicos es necesaria para buscar la coherencia entre las

disposiciones interiores, los gestos y las palabras que se hacen con la propia vida (nº 64).

La recepción de la Comunión, es la forma de máxima unión con Cristo que salva, pero hay que evitar el automatismo (comulgar sin discernir puede provocar ruptura con la vida de gracia), ya que la participación sigue siendo necesaria, válida, significativa y fructuosa aun sin comulgar, sobre todo si, por circunstancias de la propia vida se puede recibir (sin bautizar, sin haber hecho la comunión, en situación moral irregular), hay que cultivar el deseo de la plena unión con Cristo mediante la comunión espiritual.

Cuando es difícil participar en la celebración no se puede conformar con la retransmisión televisiva, se ha de hacer un esfuerzo de amor, ya que la imagen no hace vivir la realidad (nº 57), por ello, si la incapacidad va a ser prolongada, se ha de solicitar a los sacerdotes que lleven la comunión (nº 58).

Las celebraciones en pequeños grupos, si bien ayudan a la mejor comprensión del misterio, han de estar al servicio de la comunión con el resto de la comunidad, y no para fragmentarla (nº 63). Así hay que cuidar que algunos elementos propios de esas celebraciones no se pueden insertar en la celebración común, porque romperían la unidad de gestos, palabras y acciones de la liturgia (como por ejemplo: alzar las manos en el Padre nuestro).

Es siempre necesaria una catequesis que explique los misterios que se celebran (mistagógica), bien en el proceso catecumenal de la iniciación cristiana, bien posteriormente, y se ha de pedir si no se ha recibido.

La mejor catequesis es la Eucaristía bien celebrada, pero además esta catequesis (nº 64):

+ Ayuda a interpretar los ritos a la luz de los acontecimientos de la Historia de la Salvación.

+ Enseña el significado de los signos contenidos en los ritos.

+ Muestra el significado de los ritos en relación con la vida cristiana.


Un signo convincente de la eficacia de la catequesis es **la veneración de la Eucaristía: la postura de arrodillarse** muestra la adoración debida, porque citando a san Agustín: "nadie come de esta carne sin antes adorarla, pecaríamos si no la adoráramos" (nº 65).

Por eso la adoración fuera de la Misa (exposiciones del Santísimo, visitas al sagrario) prolonga e intensifica lo acontecido en la celebración. El Papa hace una recomendación ardiente de cuidar este trato con Cristo Eucaristía que se reserva en el Sagrario; las nuevas generaciones han de cuidar la oración ante el Sagrario y la participación en las celebraciones de adoración eucarística.

La vida de fe pelagra cuando ya no se siente **el deseo de participar en la Celebración eucarística dominical**, porque es fuente de libertad auténtica, día de la nueva creación en Cristo y del don de Espíritu Santo, día de la Iglesia, en el que tomamos conciencia de pertenecer a un Cuerpo vivo, descubre el sentido comunitario de nuestra existencia redimida (comunión de los santos), ya que si no se vive la comunión entre los hermanos tampoco es viva y verdadera la comunión con el Dios trinitario (nº 73). Es a través de las diócesis y de las parroquias como se experimenta el modo concreto de pertenencia al Cuerpo de Cristo, los movimientos y asociaciones han de favorecer esta pertenencia. Síntoma de nuestro tiempo es la acomodación de la celebración eucarística al propio interés; ir a Misa un lunes en vez de un domingo es vivir al margen del Cuerpo que es la Iglesia, así como la ausencia de las fiestas de precepto que no caen en domingo.

Siguiendo la advertencia de Juan Pablo II en la *Dies Domini*, señala el peligro de habituarse a la misa de víspera, porque hay que evitar que el domingo, día de descanso y de consagración a Dios, no termine siendo un día "vacío de Dios" dedicado simplemente al ocio (nº 76).

La participación eucarística conforma la vida entera, es descubrir a Jesucristo, una persona real, capaz de renovar nuestra vida según el Espíritu, cambiando el propio modo de vivir y pensar por el de Cristo (nº 77). **Vamos a Misa a dejar que Cristo nos transforme en El mismo**, aprendiendo sus propias palabras para hacerlas mías, e incluso a comer su propia carne para identificarme con El. Así la vida moral, las buenas obras, se convierte en "culto espiritual" porque prolonga el amor recibido de Dios que se ha recibido en la Eucaristía y lo ofrece como oblación de la única forma que puede corresponder al amor divino, amando gratuitamente al prójimo por amor a Dios (nº 82). Habiendo recibido semejante don, la responsabilidad ante el mundo es mayor, y sobre todo cuando mis acciones tienen un carácter de repercusión pública: periodistas, políticos, legisladores (nº 83).

<p style="text-align: center;">Los símbolos cristianos ¿Cómo interpretar lo que veo? Si conoces los signos podrás transportarte a lo simbolizado</p>	
--	--

1. DESCUBRE DÓNDE ENTRAS

Las puertas. La puerta en la Iglesia no es un lugar de paso sin más, todo tiene su sentido. Hay puertas del perdón, puertas jubilares pero la puerta principal de cada templo siempre representa a Cristo, porque Él es la puerta para la salvación. En la antigüedad estaban orientadas de tal manera que el que entra mira al Este, hacia el nacimiento del sol, porque Cristo es la luz que ilumina a todo hombre, dejando a la espalda el Oeste, donde el sol se pone, la oscuridad de las tinieblas, dando la espalda al pecado. Es importante que la puerta tenga una imagen de Cristo que nos recuerde esta realidad.

La pila del agua bendita. El cristiano que entra en la iglesia moja sus dedos en el agua bendecida y se santigua; es la memoria del bautismo, que le introdujo en la familia de los hijos de Dios y ahora, al entrar en la casa del Señor, recuerdo que es mi propia familia y este es mi hogar, lugar que me habla del hogar eterno en el Reino: las luces de colores de las vidrieras, la altura del edificio, la presencia de Cristo vivo en el Sagrario, las imágenes de la Virgen y de los Santos, donde escucharé la Palabra de Dios y al celebrar la Eucaristía entraré en comunión con la Liturgia celeste y seré alimentado con el verdadero Pan del Cielo.

2. ¿A QUIÉN ENCUENTRAS?

La presencia de Cristo. Cristo está presente en el templo de diversas formas, y es bueno descubrirlas por orden de importancia.

- La que supera a todas es la presencia verdadera, real y sustancial en el *Sagrario o Tabernáculo*, Cristo está realmente presente en la especie eucarística del pan que ahí se guarda, esto está indicado externamente por la lámpara encendida y por el conopeo (velo) que cubre el Sagrario.
- El *Altar*, centro del presbiterio, sobre el que se ofrece Cristo como Víctima, como

Cordero que quita el pecado (la fracción simboliza la muerte). Es también mesa de banquete porque Cristo se ofrece como alimento para todos. Está consagrada de manera especial, ungida con Santo Crisma. Junto al Altar siempre aparecerá una cruz, mostrando así la unidad entre el sacrificio eucarístico del altar y el sacrificio de Cristo en la Cruz.

- La persona del *sacerdote*. Hace las veces de Cristo en la celebración, por eso nos levantamos cuando sale revestido y esperamos en pie hasta que se ha marchado. Su sitio en la celebración es la *Sede*, desde donde preside "en el nombre del Señor" y especialmente en el Altar para decir las palabras de Cristo mismo, por eso se hace reverencia al pasar ante él.

- El *ambón*, lugar desde donde se proclama la Palabra de Dios, es un lugar fijo y claramente identificable, sobre él reposa el leccionario.

- *Las imágenes*. Representan a Cristo: crucificado, resucitado, misericordioso, amoroso y nos ayudan a dirigirnos a Él. También suele haber otras imágenes, principalmente la de la Virgen María, modelo de creyente, la de san José, los patronos a los que está dedicada la iglesia, y los santos de devoción más popular entre los fieles del lugar. Estas imágenes, si bien están bendecidas, no son más que medios para nuestra oración, y, si las besamos, no podemos olvidar que ese acto de amor ha de ser referido siempre a Dios y a sus santos, y nunca a la imagen (evitando así cualquier tipo de idolatría), así la Iglesia distingue que a las imágenes no se las adora, sino simplemente se las venera.