

# TAL VEZ ESTAS REFLEXIONES NOS PUEDAN AYUDAR

La Eucaristía es fuente y cumbre de toda la vida cristiana.

La Eucaristía está en el centro de la vida de la Iglesia.

La Eucaristía es de lo más precioso que la Iglesia puede tener en su caminar por la Historia.

Por la comunión de su Cuerpo y de su Sangre, Cristo nos comunica también su Espíritu.

En la comunión, no sólo cada uno recibe a Cristo, sino que también Cristo nos recibe a cada uno de nosotros.

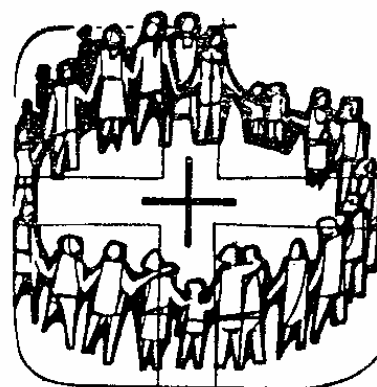
Para recibir dignamente la Eucaristía debe preceder la confesión de los pecados, cuando uno es consciente de pecado mortal.

Cuando no se puede recibir la comunión sacramental por no estar preparado o por otras circunstancias, se puede comulgar espiritualmente, diciendo al Señor que deseas recibirle.

La Eucaristía crea unión y educa en la común-unión.

Participar los domingos (o sábados) en la Misa es una obligación para todos los fieles, a menos que tengan un impedimento grave.

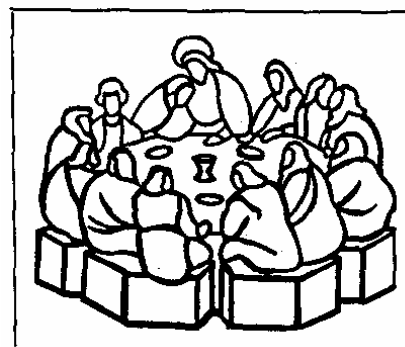
Nos reunimos porque Jesús mismo nos lo mandó: Haced esto en memoria mía.



## LOGRANDO ESTAS COSAS NOS HACEMOS MEJORES

Los que venimos a Misa, venimos convocados por el Señor. **Somos una COMUNIDAD.**

Es Él quien nos reúne para que nos sintamos hermanos, hijos del mismo Padre, para que escuchemos su Palabra, para que compartamos la misma fe, para que comamos del mismo pan, que es el mismo Jesús.



Es bueno que nos miremos a la cara, que sintamos la alegría de ver que, aunque somos tan diferentes, tenemos la misma fe en Jesús.

Es bueno que saludemos con afecto a quienes vienen nuevos, al que se sienta a tu lado. Que todos se sientan acogidos.

Es bueno que nadie se sienta marginado. Cada uno de nosotros venimos con nuestros problemas y preocupaciones y necesitamos el calor de los demás.

Es bueno que cuando nos demos la paz nos miremos a la cara, pues así no sólo comunicamos con el tacto sino con la vista la paz del Señor.

La Misa suele comenzar con un canto que habla de comunidad, de fraternidad, de que somos peregrinos que vamos caminando hacia Dios. Cantar con ganas ese canto de entrada puede ayudarnos a dar sentido a la celebración.

## **OTRAS COSAS PARA MEJORAR**

Y puesto que somos una comunidad, conviene tener en cuenta algunos detalles:

Procura ser puntual, para no molestar a los demás.

Procura colocarte cerca del altar y de los demás asistentes. A veces estamos tan separados que parece que estamos enfadados

Si llegas un poco tarde, no es necesario que atraveses toda la iglesia para colocarte delante. Puedes quedarte en un sitio discreto.

Procura venir vestido dignamente, para no distraer a los demás.

Se supone que antes de entrar en la iglesia has apagado el móvil. No te hace falta para comunicarte con Dios y su sonido puede distraer y molestar a los demás.

Procura responder a las intervenciones del sacerdote al mismo ritmo que los demás.

Si no recuerdas alguna respuesta de la Misa, no te costará mucho encontrarla en algún sitio y aprenderla.

Procura estar de pie, sentado o de rodillas al mismo tiempo que toda la comunidad. A no ser que estés impedido.



# EL SILENCIO EN LA MISA TAMBIÉN NOS AYUDA



**Los momentos de silencio** que hay en la Misa no son para alargar, sin necesidad, la celebración, sino que son mucho más importantes de lo que a veces pensamos. En medio de tantos ruidos y prisas necesitamos esos momentos de silencio y reflexión.

Porque debemos escuchar a Dios, que nos habla al corazón.

Porque sin silencio es imposible asimilar las cosas.

Hay silencios que nos preparan para escuchar la palabra de Dios.

Hay silencios que nos ayudan a recogernos para pedir perdón por nuestros pecados.

Hay silencios que nos ayudan a reflexionar después de las lecturas y la homilía para interiorizar lo que Dios quiere decirnos.

Hay silencios que nos relajan presenciando la procesión de ofrendas.

Hay silencios que nos permiten comunicarnos con el Señor en la Comunión, para darle gracias y presentarle nuestras preocupaciones.

**Tenemos que lograr en la Misa ese ambiente de paz y serenidad que hace posible la actitud de escucha, de oración, de reflexión y compromiso.**

## HABLAR Y CANTAR EN LA MISA

En nuestras celebraciones hay unas oraciones preciosas que debemos recitar todos a la vez. Por ejemplo, el **Gloria**, una de las plegarias más antiguas de nuestra liturgia; el **Credo**, profesión abierta y compartida de esa fe que nos une a todos; el **Santo**, canto de adoración al señor; el **Padre Nuestro**, el **Cordero de Dios**, etc.

Debemos recitarlas todos al mismo tiempo, sin adelantarnos ni retrasarnos, escuchándonos unos a otros, "con un solo corazón y una sola alma", como las primeras comunidades cristianas.



A veces en las Misas de duelo y en las bodas asisten personas que no conocen las respuestas. Es importante que los que las conocemos las digamos con voz clara y con sencillez, para que puedan ir aprendiéndolas.

### **Y también debemos cantar**

Cantando creamos un ambiente de fiesta, se entona el espíritu, nos sentimos comunidad unida. Aunque no tengamos una gran voz, debemos cantar todos para apoyarnos unos en otros.

San Agustín decía que el que canta bien ora dos veces. Si al cantar nos fijamos en la letra, eso nos puede ayudar a convertir nuestro canto en oración. El ideal es que toda la comunidad cante, La misión del grupo de canto es animar a participar a todos, sin reservarse en exclusiva la actuación.

## **EL ARTE DE LA HOMILÍA**

Homilía quiere decir discurso sencillo, coloquial, familiar. Por eso, los sacerdotes en general, hemos renunciado a aquellos sermones llenos de palabras complicadas, y hemos optado por un lenguaje sencillo, que pueda ser entendido por todo el mundo.

La finalidad de la homilía es ayudar a los fieles a comprender el mensaje que Dios nos transmite a través de las lecturas y aplicarlo a sus vidas.

La homilía ayuda a recordar todo lo que el Señor ha hecho de bueno y a ser conscientes de que todo aquello que hizo en aquel tiempo, sigue realizándolo ahora mismo entre nosotros.

No es fácil hacer una buena homilía. La homilía es buena cuando nos ayuda a renovarnos, a superar las dificultades de la vida. Cuando nos anima a vivir, cuando nos da esperanza, cuando nos ofrece fuerza y consuelo.

### **Para que la homilía sea eficaz, hace falta también la colaboración de los fieles:**

Escuchar la homilía como dirigida a nosotros mismos, sin caer en la tentación de pensar lo bien que le vendrían esas palabras a los demás.

Tener la misma actitud positiva de santa Teresa de Jesús. Ella decía que nunca hubo sermón, por malo que fuese, del que no sacase algún provecho.

