

El «**PADRE NUESTRO**» la oración que Jesús nos enseñó para dirigirnos al Padre, rézala con suma devoción.

En gracia de Dios recibe a Jesús Sacramentado en la «**COMUNIÓN**», para unirse con Él y que se acreciente en tu alma la vida sobrenatural.

Espérate un ratito para retirarte del templo después de la «**ACCIÓN DE GRACIAS**» ofreciéndole al Señor toda tu jornada diaria.

Si cuidas estos detalles, entre otros, y los vas viviendo, pondrás calor en tu Misa, tu corazón se irá encendiendo en amor al Señor y tu vida se irá engrandeciendo. Estarás feliz y la Santa Misa no se te hará larga y aburrida. «La Misa es larga, dices, y añado yo: porque tu amor es corto» (*Camino*, n. 529). Como ves, es problema de amor. No seas enano por dentro. ¡Solúcialo!

De todos modos, a veces, puedes distraerte. Lucha entonces. Mira al Sagrario y dile a Jesús: «Señor, perdona esta falta de amor; ayúdame a participar con más cariño». Aprovecha tus distracciones, no para desanimarte, sino para volver a Jesucristo con dolor por tu falta y con un amor nuevo.

COMO VIVIR LA SANTA MISA



Con frecuencia al hablar sobre la Santa Misa con ciertas personas, he descubierto que se distraían porque no sabían lo que debían hacer en cada momento. Quizás a ti te pasa lo mismo. Por eso brevemente, quisiera explicarte algunos detalles. Léelos con atención y vívelos después. Conocerás mejor la Santa Misa y le irás tomando cariño.

Mira, en el «**YO CONFIESO**» hablamos con Dios y le pedimos perdón por nuestras faltas. Cuando lo reces hazlo con arrepentimiento y dolor por tus pecados. Dios entonces perdona tus faltas veniales y comienzas la Santa Misa limpio interiormente.

El «**GLORIA A DIOS EN EL CIELO...**» es un cántico de alegría. En él le decimos a Dios cosas importantes «Te alabamos, te bendecimos, te adoramos, te glorificamos, te damos gracias»... Dilo despacio, que sea una oración, y vive con el alma lo que le dices a Dios con tus labios.

El «**PADRE NUESTRO**» la oración que Jesús nos enseñó para dirigirnos al Padre, rézala con suma devoción.

En gracia de Dios recibe a Jesús Sacramentado en la «**COMUNIÓN**», para unirse con Él y que se acreciente en tu alma la vida sobrenatural.

Espérate un ratito para retirarte del templo después de la «**ACCIÓN DE GRACIAS**» ofreciéndole al Señor toda tu jornada diaria.

Si cuidas estos detalles, entre otros, y los vas viviendo, pondrás calor en tu Misa, tu corazón se irá encendiendo en amor al Señor y tu vida se irá engrandeciendo. Estarás feliz y la Santa Misa no se te hará larga y aburrida. «La Misa es larga, dices, y añado yo: porque tu amor es corto» (*Camino*, n. 529). Como ves, es problema de amor. No seas enano por dentro. ¡Solúcialo!

De todos modos, a veces, puedes distraerte. Lucha entonces. Mira al Sagrario y dile a Jesús: «Señor, perdona esta falta de amor; ayúdame a participar con más cariño». Aprovecha tus distracciones, no para desanimarte, sino para volver a Jesucristo con dolor por tu falta y con un amor nuevo.

COMO VIVIR LA SANTA MISA



Con frecuencia al hablar sobre la Santa Misa con ciertas personas, he descubierto que se distraían porque no sabían lo que debían hacer en cada momento. Quizás a ti te pasa lo mismo. Por eso brevemente, quisiera explicarte algunos detalles. Léelos con atención y vívelos después. Conocerás mejor la Santa Misa y le irás tomando cariño.

Mira, en el «**YO CONFIESO**» hablamos con Dios y le pedimos perdón por nuestras faltas. Cuando lo reces hazlo con arrepentimiento y dolor por tus pecados. Dios entonces perdona tus faltas veniales y comienzas la Santa Misa limpio interiormente.

El «**GLORIA A DIOS EN EL CIELO...**» es un cántico de alegría. En él le decimos a Dios cosas importantes «Te alabamos, te bendecimos, te adoramos, te glorificamos, te damos gracias»... Dilo despacio, que sea una oración, y vive con el alma lo que le dices a Dios con tus labios.

Después el sacerdote dice «**OREMOS**» y nos invita a rezar. Guarda unos segundos de silencio y recita una oración pidiendo beneficios a Dios por medio de su Hijo Jesucristo. Tú, en tu interior, unido a la oración del sacerdote, pídele a Dios algunas de las cosas que necesitas para amarle y las cosas que necesitan los demás: padres, hermanos, amigos... Tu oración, así, será universal.

Escucha con atención las «**LECTURAS**» y el «**SANTO EVANGELIO**», pues a través de ellas te está hablando Nuestro Señor.

En el «**OFERTORIO**», el sacerdote, elevando el pan y el vino, que en la Consagración se van a convertir en el Cuerpo y Sangre de Nuestro Señor Jesucristo, lo ofrece a Dios. Tú, entonces, renueva tu ofrecimiento de obras hecho al levantarte y regálale a Dios, de nuevo, todo lo que estás realizando durante el día: deberes, obligaciones, trabajo, estudio, detalles en casa, con el prójimo, deportes, deseos de mejorar, etc. Dios, igual que tú cuando te hacen un regalo, está contento cuando le ofreces lo que haces. Y tus tareas tienen sentido divino.

El sacerdote, al aproximarse la Consagración,

que es el momento más importante de la Santa Misa, reza un himno alabando a Dios y dándole gracias. (Santo, Santo, Santo, es el Señor...). Es el «**PREFACIO**». Tú, recogido interiormente, alaba a Dios en tu corazón y dale gracias porque ha enviado a su Hijo para salvarnos del pecado.

En la «**CONSAGRACIÓN**», (los fieles de rodillas), Jesús, por medio del sacerdote, convierte el pan en su Cuerpo y el vino con unas gotas de agua en su Sangre. El sacerdote elevando primero la Hostia Consagrada y después el cáliz, nos enseña el Cuerpo y la Sangre de Nuestro Señor Jesucristo. Son momentos de emoción y silencio. Jesús está realmente presente sobre el altar. Tú, al mirarlo, puedes hacer en tu interior un acto de adoración: «Señor, te adoro porque eres mi Dios», o un acto de fe: «Señor, creo que estás aquí».

Durante la «**PLEGARIA EUCARÍSTICA**» el sacerdote pide a Dios por la Iglesia, por el Papa, por nuestro Obispo, por los sacerdotes, por los fieles difuntos y por los que están participando en la Santa Misa. Tú, unido a su oración, vas pidiendo también por ellos. Así les ayudas a salvarse.

Después el sacerdote dice «**OREMOS**» y nos invita a rezar. Guarda unos segundos de silencio y recita una oración pidiendo beneficios a Dios por medio de su Hijo Jesucristo. Tú, en tu interior, unido a la oración del sacerdote, pídele a Dios algunas de las cosas que necesitas para amarle y las cosas que necesitan los demás: padres, hermanos, amigos... Tu oración, así, será universal.

Escucha con atención las «**LECTURAS**» y el «**SANTO EVANGELIO**», pues a través de ellas te está hablando Nuestro Señor.

En el «**OFERTORIO**», el sacerdote, elevando el pan y el vino, que en la Consagración se van a convertir en el Cuerpo y Sangre de Nuestro Señor Jesucristo, lo ofrece a Dios. Tú, entonces, renueva tu ofrecimiento de obras hecho al levantarte y regálale a Dios, de nuevo, todo lo que estás realizando durante el día: deberes, obligaciones, trabajo, estudio, detalles en casa, con el prójimo, deportes, deseos de mejorar, etc. Dios, igual que tú cuando te hacen un regalo, está contento cuando le ofreces lo que haces. Y tus tareas tienen sentido divino.

El sacerdote, al aproximarse la Consagración,

que es el momento más importante de la Santa Misa, reza un himno alabando a Dios y dándole gracias. (Santo, Santo, Santo, es el Señor...). Es el «**PREFACIO**». Tú, recogido interiormente, alaba a Dios en tu corazón y dale gracias porque ha enviado a su Hijo para salvarnos del pecado.

En la «**CONSAGRACIÓN**», (los fieles de rodillas), Jesús, por medio del sacerdote, convierte el pan en su Cuerpo y el vino con unas gotas de agua en su Sangre. El sacerdote elevando primero la Hostia Consagrada y después el cáliz, nos enseña el Cuerpo y la Sangre de Nuestro Señor Jesucristo. Son momentos de emoción y silencio. Jesús está realmente presente sobre el altar. Tú, al mirarlo, puedes hacer en tu interior un acto de adoración: «Señor, te adoro porque eres mi Dios», o un acto de fe: «Señor, creo que estás aquí».

Durante la «**PLEGARIA EUCARÍSTICA**» el sacerdote pide a Dios por la Iglesia, por el Papa, por nuestro Obispo, por los sacerdotes, por los fieles difuntos y por los que están participando en la Santa Misa. Tú, unido a su oración, vas pidiendo también por ellos. Así les ayudas a salvarse.