

# Celebrare la messa con tutto noi stessi



**Innanzitutto ...**

1. vestiti decentemente: il rispetto per Dio si esprime anche attraverso la dignità degli abiti.
2. Silenzio almeno 5 minuti prima della messa
3. Non maltrattare libretti canti e foglietti: sono strumenti di preghiera, non di gioco.



## Liturgia della Parola

Seduti dalla prima lettura, in piedi dal canto al Vangelo (Alleluia o Gloria a Te).



## Liturgia eucaristica

In piedi quando inizia la preghiera sulle offerte, non dopo, quando il celebrante dice "in alto i nostri cuori".

Dopo il "Santo" c'è la consacrazione:

### CHI PUÒ STIA IN GINOCCHIO

In ginocchio dalla invocazione dello Spirito Santo (celebrante con mani stese sulle offerte) fino a "Mistero della fede".

Se non puoi stare in ginocchio resta in piedi, mai seduto

Si resta in ginocchio perché riconosciamo che Dio è nostro Creatore e Salvatore ... se non abbiamo il coraggio di farlo e poi ci "inginocchiamo" dinanzi ad altri idoli (della musica, dello sport, dello spettacolo, del gioco, ...) come possiamo pretendere che Dio ascolti le nostre preghiere?

Lo SCAMBIO DI PACE è un rito inserito per confermare che siamo in pace con tutti, per questo va fatta col proprio vicino e - se proprio necessario - a chi ci sta di spalle: con discrezione, senza troppi movimenti, perché ci prepariamo a ricevere la comunione, quindi dobbiamo creare dentro di noi il giusto clima di raccoglimento.



La santa Comunione in bocca o sulle mani, che devono essere bene in vista dinanzi al celebrante: ti chiediamo di non portarti l'ostia lungo le navate della chiesa, dopo averla ricevuta.

Dopo la benedizione finale si resta per il canto finale, poi si esce in silenzio: i saluti e i colloqui fuori dalla chiesa

I Padri OMD