

Cinque errori comuni che spesso facciamo andando alla Messa.

La Santa Messa è il momento più sacro sulla terra, dove il cielo si unisce alla terra e incontriamo Cristo nell'Eucaristia. E' il momento in cui accade, ogni giorno, il Miracolo dei miracoli: Gesù per le mani del suo consacrato, il sacerdote mandato dalla Chiesa, trasforma il pane e il vino nel Suo vero Corpo e nel Suo vero Sangue, Gesù è lì, davvero, in Corpo, Sangue, Anima e Divinità.

Eppure molti cattolici, senza rendersene conto, cadono in abitudini che diminuiscono la riverenza che questo mistero merita, sprecando le Grazie.

Ecco cinque errori comuni di cui dovremmo essere consapevoli e riparare:

- 1 Arrivare in ritardo alla Messa:

Arrivare dopo l'inizio della Messa significa perdere il rito penitenziale, le letture e la preparazione della mente e del cuore. Arrivare in anticipo ci permette di pregare, raccoglierci, fare anche un esame della coscienza ed entrare nel sacro mistero con riverenza, gratitudine.

- 2 Trattare la Chiesa come un luogo di ritrovo sociale:

Conversazioni, risatine o commenti vari, rumori prima o durante la Messa distraggono noi stessi e gli altri dalla preghiera. La Chiesa è un luogo sacro dove Cristo è veramente presente nel Tabernacolo e viene ora sull'Altare nella Consacrazione della Messa.

- 3 Ricevere la Santa Comunione senza la dovuta disposizione:

L'Eucaristia non è pane comune. Se qualcuno è consapevole di un peccato grave, la Chiesa insegna che si dovrebbe prima ricevere il Sacramento della Confessione e poi, in stato di Grazia, accostarsi alla Comunione, ce lo dice Gesù: "Se dunque tu presenti la tua offerta all'altare e lì ti ricordi che tuo fratello ha qualche cosa contro di te, lascia lì il tuo dono davanti all'altare, va' prima a riconciliarti con il tuo fratello e poi torna a offrire il tuo dono" (Mt.5,23).

- 4 Non partecipare alla Messa:

La Messa non è uno spettacolo a cui "assistere" o a partecipare assumendo un ruolo con una partitura, non è il "fare qualcosa" durante la celebrazione, ma indica un coinvolgimento profondo di tutta la persona (mente, cuore e anima) nel mistero che si celebra.

Siamo chiamati a pregare, rispondere alle parole del sacerdote, cantare e unire i nostri cuori al sacrificio di Cristo sull'altare.

- 5 Andarsene subito dopo la Comunione senza ringraziare:

Molte persone se ne vanno subito dopo aver ricevuto la Comunione o prima della benedizione finale. Rimanere fino alla fine dimostra rispetto per la sacra liturgia e ci permette di ricevere la benedizione finale del sacerdote.

Sì, è vero che la Messa è oggettivamente valida in sé stessa, ma uscendo prima della benedizione finale non si partecipa all'intera celebrazione e non si adempie completamente al precetto festivo (santificazione della festa).

Questo atteggiamento non invalida la Messa, la Consacrazione e la Comunione ma rende in noi un grave ostacolo alla Grazia poichè, per nostra cattiva abitudine, la nostra pessima disposizione non permette a Dio di operare in noi.

Ricordiamo che, la Comunione ricevuta dura in noi per circa 15 minuti durante i quali - se vogliamo ricevere davvero le Grazie e fare Riparazione - è bene avere in mente questo che dobbiamo fare:

- **Latreutico (Lodare): l'adorazione a Dio.**
- **Eucaristico (Ringraziare): il rendimento di grazie per i benefici ricevuti.**
- **Propiziatorio (Espiare): la riparazione dei peccati e la Riparazione ai tanti sacrilegi che si compiono.**
- **Impetratorio (Impetrare): la supplica per ottenere grazie e benefici, per i vivi e per i Defunti.**

La Messa è il dono più grande che Gesù ha fatto alla Sua Chiesa. Più riverenza e attenzione le dedichiamo, più grazia riceviamo.

IL SILENZIO è l'atteggiamento più sano che possiamo e dobbiamo avere, per fare in modo che Gesù possa parlare in noi nel mentre restiamo in raccoglimento.

Non c'è bisogno di parlare noi, fare lunghi discorsi o fare canti uno dietro l'altro! Di questi tempi – il silenzio – non è facile, ma con un poco di esercizio costante, ce la possiamo fare.

Ecco alcune preghiere che possiamo fare, senza dimenticare il Santo Rosario, tra un momento di silenzio e l'altro, meditando attentamente le parole che stiamo dicendo:

- **«Gesù, ti ringrazio perché sei venuto in me. Fa' che io viva in te e per te».**

Anima di Cristo, santificami.

Corpo di Cristo, salvami.

Sangue di Cristo, inebriami.

Acqua del costato di Cristo, lavami.

Passione di Cristo, confortami.

O buon Gesù, esaudiscimi.

Dentro le tue piaghe, nascondimi.

Non permettere che io mi separi da te.

Dal nemico maligno difendimi.

Nell'ora della mia morte chiamami.

E comanda che io venga a te,
perché con i tuoi Santi io ti lodi
nei secoli dei secoli. Amen.

Un'altra preghiera antica e profondamente eucaristica è l'Adoro Te devote:

Adoro te devote, latens Deitas,

quæ sub his figuris vere latitas:
tibi se cor meum totum subiicit,
quia te contemplans totum deficit.

- Ti adoro devotamente, o Divinità nascosta,
che sotto queste forme ti celi realmente;
a Te tutto il mio cuore si abbandona,
poiché nel contemplarti viene meno del tutto.

Visus, tactus, gustus in te fallitur,
sed auditu solo tuto creditur;
credo quidquid dixit Dei Filius:
nil hoc verbo Veritatis verius.

- La vista, il tatto, il gusto in te si ingannano;
ma solo all'udito si crede con sicurezza:
credo tutto ciò che ha detto il Figlio di Dio;
nulla è più vero di questa parola di verità.

In cruce latebat sola Deitas,
at hic latet simul et humanitas;
ambo tamen credens atque confitens,
peto quod petivit latro pœnitens.

- Sulla croce era nascosta soltanto la divinità;
qui è nascosta anche l'umanità;
e tuttavia, credendo e confessando entrambe,
chiedo ciò che domandò il ladrone pentito.

Plagas, sicut Thomas, non intueor;
Deum tamen meum te confiteor:
fac me tibi semper magis credere,
in te spem habere, te diligere.

- Le piaghe, come Tommaso, non le vedo;
eppure ti confesso mio Dio.
Fa' che io creda sempre più in te,
che spero in te e che ti ami.

O memoriale mortis Domini!
Panis vivus, vitam præstans homini!
Præsta meæ menti de te vivere,
et te illi semper dulce sapere.
- O memoriale della morte del Signore!
Pane vivo, che dai vita all'uomo,
concedi alla mia mente di vivere di te
e di gustare sempre la tua dolcezza.

Pie pellicane, Iesu Domine,
me immundum munda tuo sanguine:
cuius una stilla salvum facere
totum mundum quit ab omni scelere.
- O pio pellicano, Signore Gesù,
purifica me, immondo, con il tuo sangue;
del quale una sola goccia può salvare
il mondo intero da ogni peccato.

Iesu, quem velatum nunc aspicio,
oro fiat illud quod tam sitio:
ut te revelata cernens facie,
visu sim beatus tuæ gloriæ. Amen.
- Gesù, che ora contemplo velato,
fa' che si compia ciò di cui tanto desidero:
che, contemplandoti a volto scoperto,
io sia beato nella visione della tua gloria. Amen.

È quanto afferma anche l'Ordinamento Generale del Messale Romano, n. 93:
«Pertanto, quando celebra l'Eucaristia, [il presbitero] deve servire Dio e il Popolo con dignità e umiltà, e [...] far percepire ai fedeli la presenza viva di Cristo».

Per chi volesse approfondire:

[Galateo eucaristico, il rispetto dovuto alla Divina Presenza](#)

NORME DI GALATEO

Il Cristiano in Chiesa

1. La Chiesa è la Casa di Dio. Ci si va per pregare, per partecipare alla Santa Messa e per ricevere i Sacramenti. Anche Gesù si recava al Tempio per pregare, il fedele deve imitarne il comportamento, si va in Chiesa per lodare Dio, per adorarlo, come fanno gli Angeli alla Sua Divina Presenza, mentre Egli è lì vivo e vero dentro al Tabernacolo.

2. Prima di andare in Chiesa abbi cura della tua persona. Non stai andando ad un incontro mondano fra amici, la chiesa non è infatti un luogo di ritrovo o dove far mostra di sé, in essa i fedeli si ritrovano per condividere la fede in Gesù vero Dio presente nel Tabernacolo. Ci si veste adeguatamente pensando bene che si va a far visita ad una Persona che merita tutta la nostra massima attenzione.

3. Non profanare il luogo sacro con un abbigliamento indecente. Abbi rispetto non solo per Dio ma anche per coloro che li in adorazione, potrebbero a ragione restare turbati da un vestiario non idoneo per il luogo.

Entrando in chiesa, se sei in compagnia, smetti di parlare!

Fai devotamente il segno della Croce utilizzando l'acqua benedetta con una corretta genuflessione: è il segno del Cristiano, un atto di fede importante, è una testimonianza per chi ti vede. Camminando evita di correre!

[Se ti è possibile... usa un velo per copriti il capo \(vedi qui il perché\)](#)

4. Non fermarti in fondo alla Chiesa o appoggiato sui muri, alle colonne o agli altari laterali, se sei entrato vai fino in fondo, dove c'è posto, resta inginocchiato al banco per salutare Gesù-Ostia Santa, prima di pregare i Santi infatti è necessario ricordare che bisogna pregare Dio e la Vergine Santa. Vai dunque a salutare Gesù nel Tabernacolo, intrattieniti con Lui qualche minuto, sii composto nella genuflessione, e qui recita le tue Preghiere. Se devi accendere qualche candela votiva fallo con discrezione dopo aver salutato Gesù nel Sacramento, se ti è possibile ricordati dell'offerta ai poveri. Evita di accendere candele durante la Santa Messa, fallo o prima o dopo, così per la Confessione: non recarti all'ultimo minuto tutto di corsa, la Confessione ha bisogno di un tempo per l'esame di coscienza, preparati per tempo, fai tutto con calma e responsabilità.

5. Evita di distrarti e lasciarti rapire dal luogo santo, stai raccolto e se sei in compagnia, non parlare con nessuno. Sia che in visita al Santissimo Sacramento, sia che durante la Messa, evita distrazioni: non voltarti continuamente da tutte le parti per vedere chi sta entrando o uscendo, non metterti a salutare amici e conoscenti, evita di sederti accavallando le gambe e con le braccia conserte, ricordati che sei davanti a Dio. I saluti fra amici si fanno fuori della chiesa, in chiesa si prega.

6. Se porti dei bambini con te, abbi cura di prepararli a casa spiegando loro dove li stai portando, con amore e dolcezza spiega loro che è importante che in chiesa non si mettano a giocare, nè ad urlare. E' importante infatti che i bambini crescano imparando fin da piccoli che esiste un luogo sacro dedicato a Dio fatto per pregare e dove nel silenzio possiamo ascoltare la voce di Dio che ci parla nel cuore. Educa i bambini al silenzio, alla preghiera, al rispetto per la Casa di Dio.

7. Non fare rumore trascinando le sedie o spostando i banchi! Le tue preghiere recitale sottovoce per non disturbare gli altri. Durante la Messa per le parti indicate dove è necessario mettersi in ginocchio (per esempio alla Consacrazione) non restare in piedi come un salame perchè non solo è una pessima testimonianza della tua fede, ma eviti alla persona che sta in ginocchio dietro di te di fargli vedere cosa sta facendo il sacerdote, anche questa è una mancanza di rispetto. Ricordati che è san Paolo che ci insegna che nel Nome santo di Gesù ogni ginocchio si pieghi.

8. L'obolo non è certamente un obbligo, ma se puoi è un dovere cristiano che la Chiesa ha reso come precetto, il 5° quando dice: "Contribuire alle necessità della Chiesa secondo le leggi e le usanze". Come vedi non sei obbligato, ma sta al tuo buon cuore comprendere le necessità che il sacerdote ha nel mandare avanti una chiesa dove tu trovi sempre tutto, adeguatamente, pronto per le tue necessità spirituali ed anche materiali perchè il sacerdote provvede, con una parte degli introiti, anche all'elemosina di chi non ha nulla.

9. Se hai la possibilità, segui la Messa con il libretto, ti aiuterà a non distrarti e a capire che cosa sta avvenendo. Unisciti sempre alle preghiere di tutti, ricordati che la Messa è il sacrificio di tutta la Chiesa, in terra ma anche in Cielo.

Durante la settimana abbi cura di prepararti il libretto per la Messa della Domenica, nel frattempo medita dal foglietto precedente la lettura che hai ascoltato, la Messa deve sostenerti per tutta la settimana abbi cura ogni giorno della tua anima. Al Vangelo segnati col pollice con tre piccole croci sulla fronte, sulla bocca e sul cuore, a significare la tua attenzione a ciò che stai per udire, è la parola di Dio. Quando tocca a te rispondere, non essere timido, pronuncia con chiarezza e convinzione le parole che dovrai dire.

10. Unisciti agli altri quando si canta, anche se sei stonato puoi cantare magari senza alzare troppo i toni, non devi sentirti escluso. Mettici il cuore, associa il gusto.

Durante la Comunione cerca di essere ordinato, non parlare, non spingere, non dare gomitate, avviati invece con le mani giunte ben sapendo cosa stai andando a ricevere. Inginocchiati con amore, resta raccolto quando torni al tuo posto, resta profondamente inginocchiato perchè la Comunione che hai ricevuto è rendimento di grazie, fai qualche buon proposito, prega per i Defunti, per le Anime del Purgatorio, per la conversione dei peccatori.

11. Non lasciare la Chiesa prima che il Sacerdote abbia finito e sia tornato in Sagrestia, non scappare come fanno i ladri quando hanno rubato qualcosa. Ricordati che Gesù è dentro di te nella sostanza per almeno quindici minuti prima di sciogliersi in un tutt'uno con il tuo organismo. Recita con somma riverenza le devozioni le Preghiere dopo la Messa. Prima di andartene saluta Gesù nel Sacramento con la gnufllessione ed un devoto segno di croce, poi senza correre esci in silenzio e con la gioia nel cuore di aver ricevuto un dono immenso che ora, con l'ite Missae est, sei chiamato a portare nel mondo in cui vivi!

RICORDA CHE:

"A noi ministri è pertanto richiesta la forza di superare la tentazione di sentirci proprietari della Chiesa. Dobbiamo, al contrario, diventare assai ricettivi davanti a un dono che ci precede: non soltanto il dono della vita o della grazia, ma anche i tesori dei Sacramenti che ci sono stati affidati dalla Madre Chiesa. Non sono nostri! E i fedeli hanno il diritto, a loro volta, di riceverli così come la Chiesa dispone: è in questa maniera che la loro celebrazione è corrispondente all'intenzione di Gesù e rende attuale ed efficace l'evento della Pasqua."

- [VEDI QUI: Nota del Dicastero per la Dottrina della Fede "Gestis verisque" sulla validità dei Sacramenti, 03.02.2024](#)

SEGNI E SIMBOLI LITURGICI

– **Il segno della croce:** è la professione della nostra fede, non è un semplice simbolo ma è proprio e più specificatamente il segno del cristiano. Deve essere fatto con serietà, con riflessione, con amore, con un gesto di profonda riconoscenza e amore alla Santissima Trinità.

– **la genuflessione:** i movimenti del nostro corpo sono importanti, l'inclinazione del capo seguita da una composta genuflessione sono atti di rispetto, di umiltà, di adorazione, di attestazione della nostra fede. San Giovanni Bosco raccontava di come riusciva a recuperare la gioventù travolta grazie proprio a questi semplici atti perchè, quando questi gesti entravano davvero nel cuore, cambiavano le persone.

– **Le mani giunte:** esprimono la propria sottomissione e l'obbedienza che dobbiamo a Dio, sono il segno della nostra fiducia in Lui e accompagnano le nostre umili suppliche. In questa posizione ci aiutiamo nel raccoglimento e nella Preghiera.

– **Il pane e il vino:** sono i frutti del lavoro dell'uomo, ma sono anche figura di tutti i fedeli sparsi nel mondo raccolti in chiesa ed uniti in Cristo, con Cristo e per Cristo il quale, attraverso l'Eucarestia, ha dettato il sacro "vincolo di unità". Per questo, per ricevere l'Eucarestia, è necessario essere in comunione con la Chiesa, aver ricevuto il Sacramento del Battesimo, della Confessione e dell'Eucarestia e mantenersi sempre in grazia.

– **La lampada:** la vediamo davanti al SS. Sacramento è l'immagine della nostra vita protesa verso Dio. Essa arde perennemente là dove noi dovremo trovarci sempre (fisicamente o anche spiritualmente) in vigile orazione.

– **Il Cero:** trasmuta il suo candore in luce calda e irraggiante. Assurge ad espressione dell'anima perchè il senso della nostra vita sta in quel consumarsi in verità ed amore per Dio.

– **L'Incenso:** è il simbolo della preghiera che sale a Dio, è segno di purificazione, è una specie di salmodia come il Gloria che recitiamo per rendere grazie a Dio grande e magnifico.

Mentre il Sacerdote dice sottovoce questa supplica, quando consegna il turibolo per l'incensazione a lui e dei fedeli dopo l'offertorio, ripetiamo nel cuore anche noi queste parole: "**Accendat in nobis Dominus ignem sui amoris, & flammam aeternae caritatis**/ Il Signore accenda in noi il fuoco del suo amore e la fiamma dell'eterna carità"

– **Le Campane:** sono il tripudio dell'anima, riempiono gli spazi di note armoniche diffondendosi nello spazio e nel tempo; sono le "messaggere di Dio" quando, suonando, ci richiamano alla Preghiera, ci ricordano che abbiamo un impegno d'amore con Lui.

«**Come cresce la fede nel nostro cuore?** Metti in opera la fede di cui sei già portatore credendo fermamente che il Padre tuo dei cieli ti ha già esaudito. Allora potrai incominciare a vivere man mano sempre più nella fede.

Nella liturgia, durante i tempi di orazione, nel lavoro, il tuo cuore si metterà più facilmente a contatto col Signore se tu ricevi da lui l'amore oscuro (al mondo), spesso poco gratificante, ma quanto divino; l'amore che egli ti dona se gli offri la tua fede e non delle belle idee o i giochi della tua sensibilità.

Non ho trucchi da insegnarti. Bisogna chiedere a Dio, nella fede viva, che sia lui stesso a insegnarti a pregare. E' lui che occuperà il tuo cuore, la tua attenzione, anche se tu non hai una immagine precisa sulla quale fissarti. E' vivo il Signore alla presenza del quale tu stai.

TACI, FAI SILENZIO: non puoi pretendere di "sentire" Iddio se parli sempre tu. Saper cogliere la sua volontà significa tacere della nostra.»

(tratto da *Amore e silenzio, Introduzione alla vita interiore, Meditazioni di Dom Jean Baptiste Porion, certosino*)

CANALE TELEGRAM COOPERATORES VERITATIS

<https://t.me/cooperatoresveritatis>

Cooperatores Veritatis il sito: <https://cooperatores-veritatis.org/>

su Youtube: <https://www.youtube.com/c/CooperatoresVeritatis/videos>

CANALE TELEGRAM NOTIZIE DA PORTARE ALLA PREGHIERA

<https://t.me/pietropaolotrinita>

per whatsapp Apostoli di Maria Cenacoli di Preghiera (+39) 3662674288

Parrocchia Virtuale PietroPaolo Trinità su Youtube:

<https://www.youtube.com/c/PietroPaoloTrinita>