

SEGNI E GESTI NELLA MESSA

Durante la celebrazione della Messa noi partecipiamo e ci esprimiamo con tutto il nostro corpo. Ogni gesto, quindi, anche il più semplice, ha un significato importante ed è come una risposta silenziosa che noi diamo a ciò che sta avvenendo sull'altare.

GESTI COL CORPO:

LO STARE IN PIEDI

E' gesto di onore e di rispetto verso Dio, ma anche l'atteggiamento di un uomo vivo: i risorti stanno in piedi! E noi abbiamo ricevuto la vita eterna e la dignità dei figli di Dio col battesimo. Durante la celebrazione della Messa sono tanti e diversi i momenti in cui ci alziamo in piedi. Ad esempio all'inizio della Messa, quando il sacerdote e i chierichetti entrano portando la croce e il libro del Vangelo: allora il nostro alzarci in piedi esprime il rispetto e la gioia dell'incontro col Signore che sta per avvenire

In particolare poi si sta in piedi durante la lettura del Vangelo. In questo caso noi dimostriamo che siamo pronti ad ascoltare per fare subito qualcosa, per partire per un compito che ci viene assegnato, una missione da compiere. Ascoltiamo la parola di Gesù per andare, poi, nella vita a compiere una missione, fare come Lui ha detto.

LO STARE SEDUTI

È il gesto con cui ci disponiamo ad ascoltare Dio che parla e nello stesso tempo è il gesto con cui Lui ci mostra la sua accoglienza. Siamo infatti come gli invitati nella casa di Dio e come tali veniamo fatti accomodare. Seduti si ascolta meglio: si può essere più concentrati. Durante la celebrazione della Messa si sta seduti durante l'ascolto delle Letture (la prima e la seconda). Possiamo stare seduti anche durante la pausa di silenzio dopo la comunione per ringraziare il Signore. Anche in questo momento siamo tutti concentrati verso di lui per ascoltarlo e parlargli nel nostro cuore.

LO STARE IN GINOCCHIO

E' il gesto con cui esprimiamo la nostra umiltà, la povertà, la piccolezza di fronte alla grandezza e alla santità di Dio. Esprime la nostra adorazione.

Durante la celebrazione della Messa si sta in ginocchio durante il momento della Consacrazione: cioè nel momento in cui il sacerdote pronuncia le parole dell'ultima cena e Gesù si rende presente nel pane e nel vino che sono sull'altare. C'è un segnale che ce lo ricorda: il suono del campanello.

IL CAMMINARE IN PROCESSIONE

E' quello che facciamo quando andiamo all'altare a ricevere la comunione, oppure nelle feste speciali, il mercoledì delle ceneri e il venerdì santo, per andare a ricevere le ceneri sul capo, segno della nostra volontà di ricominciare un cammino verso Dio in preparazione alla festa di Pasqua, e per andare ad adorare personalmente la croce baciando i piedi di Gesù nel giorno in cui ricordiamo la sua morte per amore nostro.

Questo gesto, apparentemente così banale, ci ricorda che tutta la nostra vita è un cammino per avvicinarci sempre di più a Dio.

LA VOCE:

STARE IN SILENZIO

Stare in silenzio significa mettersi in contatto soltanto con Dio escludendo ogni altro modo di comunicare tra di noi, come la parola, gli sguardi, il canto...ecc. E' il momento durante il quale noi ripensiamo a ciò che abbiamo ascoltato, preghiamo col cuore, parliamo intimamente col Signore.

CANTARE

Un grande santo, Agostino, diceva: "Chi canta prega due volte". Il canto nella Messa aiuta i fedeli a pregare Dio insieme, e a chi non sa cosa dire al Signore suggerisce le parole da rivolgergli. E' molto importante partecipare al canto e non approfittare di questi momenti per chiacchierare coi vicini o per distrarsi.

I due canti più importanti della Messa, quelli che non si dovrebbero mai fare recitati, sono l'Alleluia prima del Vangelo e il Santo prima della consacrazione, cioè precedono i due momenti più importanti della messa: l'ascolto della Parola e il miracolo della presenza di Gesù in mezzo a noi. Almeno in questi momenti cerchiamo di cantare!

RISPONDERE INSIEME ALL'ASSEMBLEA CON LE PREGHIERE COMUNI

Nella Messa diciamo tante parole con le quali rispondiamo alle preghiere che ci propone il sacerdote. Alcune sono molto brevi, come: Amen, altre sono più lunghe, come la preghiera del Credo, che diciamo dopo l'omelia. Alcune persone vengono a Messa e non aprono mai bocca. Certo non chiacchierano, ma la Messa è il momento in cui noi siamo chiamati a pregare insieme agli altri cristiani. Non si vive la fede da soli, abbiamo bisogno gli uni degli altri, siamo parte della Chiesa e pregando insieme sentiamo di farne parte.

LE MANI:

Le mani sono segno del nostro agire, del nostro lavorare, della nostra attività. Per questo nella Messa usiamo spesso le mani facendo dei gesti.

IL SEGNO DI CROCE

E' il segno più importante del nostro essere cristiani con cui noi confessiamo, cioè proclamiamo e ci ricordiamo, che la nostra fede è in Dio Padre, Figlio e Spirito Santo. Ricordiamo il mistero della Trinità. E' il gesto con cui inizia la Messa, ma anche ogni preghiera. Il segno di croce poi ci collega a Gesù in persona, ricordandoci il suo sacrificio per amore nostro.

BATTERSI IL PETTO

Lo facciamo proprio all'inizio della Messa, durante l'atto penitenziale. Esprime il nostro desiderio di essere uniti a Dio. Chiediamo perdono per le nostre colpe, per i peccati che abbiamo commesso durante la settimana, in modo da poter essere puri per partecipare al meglio alla Messa che sta iniziando. Chiediamo a Dio di togliere il nostro cuore di pietra e donarci un cuore nuovo.

MANI GIUNTE

I primi cristiani non pregavano con le mani giunte. Questo gesto ha origine nel medioevo: colui che riceveva il feudo, metteva le sue mani giunte nelle mani del signore per dire che aveva fiducia in lui e gli prometteva fedeltà.

Questo gesto si è mantenuto nell'Ordinazione sacerdotale. Quando un candidato all'Ordinazione mette le sue mani giunte nelle mani del Vescovo e gli promette rispetto e obbedienza, egli offre il suo servizio alla Chiesa come corpo vivo di Cristo, mette le sue mani nelle mani di Cristo, si affida a Lui e gli dà le proprie mani perché siano sue. Quando noi preghiamo a mani giunte, c'è proprio questo: mettiamo le nostre mani nelle mani di Dio, ed insieme alle nostre mani mettiamo nelle sue la nostra vita; confidando nella sua fedeltà, gli promettiamo la nostra.

MANI E BRACCIA ALZATE

E' il gesto più antico di preghiera. Lo ripetiamo nella Messa durante la recita nel Padre nostro. E' il segno con cui riconosciamo che Dio è nostro Padre, come un bambino che apre le braccia verso il suo papà perché lo prenda in braccio.

Le braccia allargate, poi, ci ricordano anche le braccia di Gesù distese sulla croce. Allargando le braccia, vogliamo pregare insieme a Lui, unirci ai suoi "sentimenti" (Fil 2,5) e aprirci agli altri, al prossimo .

DARSI IL SEGNO DI PACE

Il segno della pace viene scambiato dopo la preghiera del Padre nostro e dopo l'invito del sacerdote: scambiatevi un segno di pace! Può essere una stretta di mano o un abbraccio. Auguriamo gli uni agli altri di accogliere la pace, cioè la sapienza di vita, che ci viene dall'ascolto delle parole di Gesù e dal riceverlo nell'Eucarestia.