

“El que come mi carne y bebe mi sangre permanece en mí, y yo en él”.

— Jn 6:56

Cuando toman tiempo para prepararse para la Misa, su actitud empieza a cambiar. La Misa se vuelve mucho más que algo que hacen cada fin de semana. Su mente descubre un aprecio más profundo del misterio que experimentan durante la liturgia, su corazón se abre más al amor de Dios, y su alma se vuelve más receptiva a las gracias que Dios está concediéndoles.

La Preparación Lleva a la Participación

Aquí están algunas formas en que pueden participar más plenamente en la Misa:

- Investiguen la Misa: su historia, su sustancia, y su significado (vean Para Leer Más por algunos recursos buenos para comenzar).
- Piensen en lo que están diciendo cuando recen las oraciones de la Misa.
- Sean entusiastas al decir las palabras de las respuestas.
- Canten con todo su corazón y con toda su alma.
- Préstense mucha atención a la homilía.
- Ofrézcanse para llevar las ofrendas al altar.
- Permítanse sentir una sensación de sobrecogimiento durante la Consagración.
- Dénsen cuenta de que están recibiendo la Presencia Real de Jesús durante la Comunión.
- Antes de irse de la iglesia, pasen unos momentos en silencio meditando y orando, pensando en lo que han experimentado. ¿Experimentaron la presencia de Dios?



Digital Vision



DesignPics

¿Qué es la Misa?

La Misa es la cumbre de nuestra vida espiritual. Nos une como una comunidad de creyentes que se reúne para recordar la vida, muerte y resurrección de Jesús.

Al comienzo de la Misa, reconocemos nuestros fallos y pedimos la misericordia de Dios. Entonces nos unimos en una ofrenda de alabanza a Dios.

En las lecturas y en la homilía, el Señor se revela a nosotros. Vemos cómo Dios se ha relacionado con los seres humanos a través de la historia. Vemos cómo el Espíritu Santo nos inspira y nos guía en nuestra propia vida.

En agradecimiento por todo eso que nuestro Dios amoroso ha hecho por nosotros, nos ofrecemos a Dios. Ofrecemos nuestras fortalezas y nuestras debilidades, nuestras alegrías, nuestras tristezas. Unimos nuestra ofrenda con el sacrificio único que hizo Jesús cuando murió en la Cruz.

Observamos maravillados cómo el pan y el vino son transformados en el Cuerpo, la Sangre, el Alma y la Divinidad de Jesús. Es por medio de este sacrificio que Jesús nos concede la gracia de la salvación. Oramos juntos, con las palabras que Jesús nos enseñó, el Padre Nuestro. Después, compartimos una comida espiritual en comunión mutua. Experimentamos la Presencia Real de Jesús. Damos gracias por todas las cosas buenas que el Señor ha hecho por nosotros.

Al final de la Misa, somos enviados al mundo para amar y servir al Señor y servirnos unos a otros.

Para Leer Más

Mike Aquilina, *The Mass of the Early Christians, 2nd Edition* (Our Sunday Visitor, 2007).

Michael Dubruiel, *A Pocket Guide to the Mass* (Our Sunday Visitor, 2007).

———. *How to Get the Most Out of the Mass* (Our Sunday Visitor, 2005).

———. *The How-to Book of the Mass: Everything You Need to Know but No One Ever Taught You* (Our Sunday Visitor, 2007).

My Daily Visitor (Our Sunday Visitor).

Magnificat magazine / Revista *Magnificat* (para información sobre la suscripción: www.magnificat.com).

The Word Among Us magazine / Revista *La Palabra Entre Nosotros* (<http://wau.org/>).

The New Saint Joseph Sunday Missal, Complete Edition (Catholic Book Publishing Corp., 2010).

Sitio Web

Las Lecturas Semanales de la Misa también se pueden encontrar en www.usccb.org/nab.

Para ver un PDF de folletos con temas de actualidad o para ordenar una gran cantidad de copias de este folleto, visiten

Our Sunday Visitor

Dándole Vida a Su Fe Católica

1-800-348-2440 • Fax: 1-800-498-6709 • www.osv.com

Por el Padre Ralph W. Talbot, Jr., con Lorene Hanley Duquin
Traducido al Español por Vilma G. Estenger

Derechos de Reproducción © por Our Sunday Visitor, Inc.
Ninguna parte de este folleto puede ser reimprimida o reproducida en forma alguna.
Inventario No. P1056

Nihil Obstat: Msgr. Michael Heintz, Ph.D.
Censor Librorum

Imprimatur: ✠ John M. D'Arcy
Obispo de Fort Wayne-South Bend
El 11 de noviembre de 2009

Las citas bíblicas han sido tomadas de *La Biblia Latinoamericana 48a edición*, SAN PABLO EDITORIAL VERBO DIVINO.

La cita del *Catecismo de la Iglesia Católica* está tomada del *CATECISMO DE LA IGLESIA CATOLICA*, un libro del Image. Publicado por Doubleday; Primera Edición de Image Books publicada Abril 1995.

Esta Edición del *Catecismo de la Iglesia Católica* es publicada para Estados Unidos por la United States Catholic Conference, Inc., agentes oficiales de la Librería Editrice Vaticana, en los Estados Unidos.

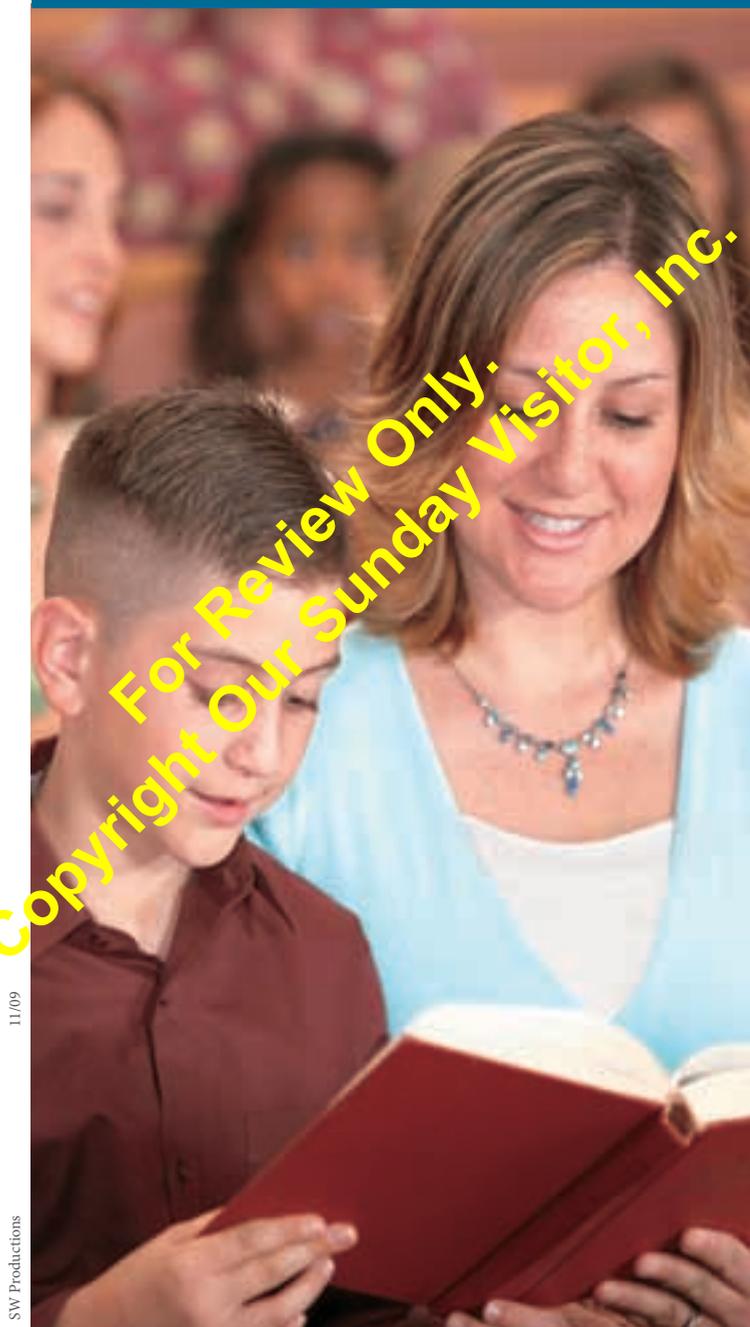
US \$14.95



9 781592 176735

9 51495

CINCO MANERAS de Prepararse para la Misa



For Review Only. Copyright Our Sunday Visitor, Inc.

11/09

SW Productions

Tomar Tiempo para Prepararse

En la vida, la mayoría de los eventos requieren preparación. Cuando uno se va de viaje, llega temprano al aeropuerto para pasar por seguridad. Cuando uno va a un concierto o a un evento deportivo, llega temprano para encontrar asiento.

Cuando uno da una fiesta, se asegura de tener la comida adecuada y todo lo necesario.

La preparación es importante para un día exitoso en el trabajo, en la escuela, o hasta en el gimnasio. Prepararse mentalmente, anticipando lo que habrá de pasar, y estableciendo metas en cuanto a lo que se quiere alcanzar es una receta para tener éxito. Ayuda tener una sensación de seguridad, de estar preparado y de satisfacción.

Lo mismo ocurre con respecto a la Misa.

Preparándose para la Misa

Para algunas personas de la parroquia, dedicar tiempo para prepararse para la Misa es absolutamente esencial. El sacerdote prepara una homilía. Los lectores pasan tiempo revisando las lecturas. Los directores de música seleccionan los himnos que vienen bien con las lecturas. El coro ensaya. El sacristán prepara las vestiduras, las hostias, y el vino. Los miembros del comité de la liturgia se aseguran de que el corporal, los purificadores, etc. estén planchados, los estandartes colgados y las flores arregladas. Los miembros del personal se aseguran de que los boletines estén listos para ser distribuidos. Alguien limpia la iglesia.

La mayoría de los católicos estaría de acuerdo con que estas clases de preparaciones son importantes para una liturgia. Pero de lo que la mayoría de los católicos no se da cuenta es de que también es importante para las personas en los bancos prepararse para la Misa.

Aquí están cinco cosas sencillas que pueden hacer para prepararse para la Misa. No son difíciles ni toman tiempo, pero está garantizado que les servirán de ayuda para adentrarse más profundamente en la celebración de la Misa y alcanzar una unión más íntima con Cristo y con los otros miembros de la comunidad que está rindiendo culto.



Jupiter Images

1. Sepan por qué están ahí.

La Misa es una liturgia; la palabra liturgia se deriva de una palabra griega que significa “el trabajo de las personas”. Ustedes vienen a Misa no como espectadores, sino como participantes. Se unen con otros miembros de la comunidad parroquial en oración, culto, acción de gracias, y comunión. Ya no son un individuo simplemente, son una parte importante del Cuerpo de Cristo.

Cada semana, tomen unos minutos para pensar sobre su lugar en el Cuerpo de Cristo. Eso les permitirá apreciar más profundamente quiénes son. Los ayudará a reconocer los dones y talentos únicos que se les han dado. Les permitirá apreciar más profundamente a las otras personas en su comunidad parroquial.

Las partes del cuerpo son muchas, pero el cuerpo es uno; por muchas que sean las partes, todas forman un solo cuerpo. Así también Cristo.

— 1 Cor 12:12

2. Reflexionen sobre las lecturas.

Cada semana, en un día específico, aparten unos minutos para leer la Primera Lectura, el Salmo, la Segunda Lectura, y el Evangelio de la semana siguiente. Dejen que las palabras penetren su mente y su alma. ¿Cómo tienen que ver estas lecturas con su vida? ¿Qué les está diciendo el Señor en estas lecturas? ¿Hay algo que se les está pidiendo que hagan? ¿Está el Señor llevándolos en una nueva dirección?

Es fácil encontrar las lecturas semanales. Pueden comprar un Misal Dominical, suscribirse a una revista como *My Daily Visitor / Mi Visitante Diario*, *Magnificat*, o *The Word Among Us / La Palabra Entre Nosotros*. También pueden chequear las lecturas en



Jupiter Images

línea en muchas fuentes, entre ellas www.usccb.org.

Al acostumbrarse a revisar las lecturas con anterioridad, empezarán a esperar ir a Misa. Durante la Misa, tendrán una conciencia más profunda de cómo las oraciones de apertura se conectan con el tema de las lecturas. Cuando escuchen la proclamación de las lecturas, y escuchen al sacerdote predicar la homilía, las comprenderán mejor y tendrán una conciencia espiritual más elevada.

3. Piensen en su ofrenda.

Cuando vienen a Misa, traen todo lo que son al altar como una ofrenda al Señor. Es una buena idea pasar un rato durante la semana pensando en qué le ofrecerán al Señor.

¿Qué alegrías compartirán? ¿De qué tristezas querrán deshacerse? ¿Cómo han usado los dones que se les han dado? ¿Qué ansiedades o tensiones están molestándolos? ¿Quieren ofrecer algún dolor o sufrimiento que hayan experimentado? ¿Tienen preguntas o dudas que quieren darle a Dios?

Piensen también acerca del estado de su alma. ¿Están listos para entregarse a Dios completamente? ¿Están guardando algo, alguna ira o resentimientos? ¿Necesitan perdonar a alguien o buscar el perdón de alguien a quien han lastimado? ¿Necesitan buscar el perdón del Señor en el Sacramento de la Reconciliación?

También es una buena idea pensar sobre lo que quieren pedirle a Dios. ¿Hay algo por lo que quieren orar? ¿Hay alguien por quien quieren orar? ¿Necesitan una guía en algún área de su vida? ¿Por qué están agradecidos?

En la Eucaristía, el sacrificio de Cristo es también el sacrificio de los miembros de su Cuerpo. La vida de los fieles, su alabanza, su sufrimiento, su oración y su trabajo se unen a los de Cristo y a su total ofrenda, y adquieren así un valor nuevo.

— *Catecismo de la Iglesia Católica*, 1368



Design Pics

4. Véanse como parte de la comunidad.

Su experiencia de la Misa comienza el momento en que llegan a la iglesia. Planeen llegar un poco temprano.

Afuera de la iglesia, sonrían y hablen con otras personas que también estén llegando, teniendo presente que todos los miembros de la comunidad parroquial forman parte del Cuerpo de Cristo. Pueden tomar un momento en el estacionamiento o en el vestíbulo para presentarse a alguien que no conozcan. Un saludo amistoso hace a todos sentirse deseado y bienvenido.

Al entrar en la iglesia santigüense con agua bendita. Hacer la Señal de la Cruz con agua bendita es un recordatorio de su Bautismo, el cual los hizo parte del Cuerpo de Cristo. Es por medio de su Bautismo que pueden participar a plenitud en la celebración Eucarística.

De vez en cuando, pueden tratar de sentarse en un banco distinto. Les dará una vista nueva del altar y una oportunidad de relacionarse con distintas personas. Asegúrense de hacer una genuflexión o una reverencia antes de entrar a su banco. Hacemos esto como un acto de reverencia y en reconocimiento de la presencia de Dios.

5. Entren en la presencia de Dios.

Pasen algún tiempo en silencio antes de que comience la Misa. Tranquilen su mente. Desháganse de cualquier tensión o ansiedad que hayan traído consigo.

Piensen sobre cómo, a propósito, evitaron comer por una hora antes de la Misa. Una razón para este ayuno es crear en ustedes una sensación de hambre por la Eucaristía. Dejen que su alma ansíe al Señor. Pídanle a Dios que llene todos los lugares vacíos dentro de ustedes.

Inviten al Espíritu Santo a hablarles en las lecturas, en la música, en la homilía, en las oraciones de la Misa, y en

su meditación de la Comunión. Todo lo que piensen y hagan en estos momentos finales antes de la Misa les infundirá una alegre anticipación de su encuentro con el Señor.



Digital Vision