



Często winimy siebie za to, że nie dość uważnie uczestniczymy we Mszy. Mówimy o tym na spowiedzi i obiecując poprawy następnym razem dokładamy wszystkich starań, aby skupić się. I co? I nic. Nasze myśli, niestety, nas nie słuchają. Przytoczymy kilka wskazówek, żeby „poprawić” nasz udział w Eucharystii. 1. Przeczytaj w domu czytania liturgiczne.

Zapewne zdarza ci się na wezwaniu „Oto Słowo Pańskie” uświadomić sobie, że nie masz pojęcia o czym była Ewangelia. Da się tego uniknąć. Wystarczy w domu przeczytać czytania na dany dzień. Są powszechnie dostępne w sieci z możliwością bezpłatnej mailowej prenumeraty.

†

2. Przyjdź dziesięć minut przed rozpoczęciem Mszy.

Wybierając się na jakieś ważne wydarzenie, koncert lub spektakl staramy się przyjść trochę wcześniej. Po pierwsze, żeby nic ważnego nam nie umknęło, a po drugie, aby nie przeszkadzać innym wchodząc na ostatnią chwilę. Dlaczego nie zrobić to samo i przede Mszą? Poza tym, chwila ciszy i skupienia może być decydującą dla przeżycia całej liturgii.

3. Pomódl się o tym, co jest ważne dla ciebie.

W strukturze Mszy są momenty ciszy, które można wykorzystywać dla osobistych prośb modlitewnych. Istnieją one w akcie pokuty, po wezwaniu „módlmy się”, w momencie przynoszenia darów, przeistoczenia oraz po Komunii. Nasze prośby mogą być zawsze jednakowe lub różne, lecz pozwalają one przeżyć liturgię „tu i teraz”.

4. Używaj głosu.

To bardzo pomaga. Zwłaszcza, że w czasie Mszy nie jest najważniejsze skupienie, ale zaangażowane uczestnictwo. Świadome używanie głosu sprawia, że myśl chętniej podąża za słowami. Kiedy coś dzieje się tylko w naszej głowie i nie dajemy temu wyrazu w gestach lub słowach, to nawet trudno mówić o uczestnictwie. A poza tym, „kto śpiewa, ten dwa razy się modli”.

5. Idź do Komunii.

Jeśli jesteśmy na uroczystym przyjęciu, to zazwyczaj tylko z jednego powodu nie bierzemy nic do ust – kiedy jesteśmy chorzy. Rzadko kiedy wspominamy takie przyjęcia, jako udane. Może to dobra analogia? Tym bardziej, że na tę chorobę jest skuteczne lekarstwo.

Pięć wskazówek, jak dobrze przeżyć Mszę św.

Wpisany przez A. Марэк Ройшык ОР
06.09.2015 01:00

Ale nie spowiadaj się w czasie Mszy. A już na pewno tego nie planuj z większym wyprzedzeniem. Msza św. nie jest czasem na spowiedź. Póki się wypowiadasz, ominie cię większa część Mszy. Jeśli masz na sumieniu grzech, który uniemożliwia ci przystąpienie do komunii, wypowiadaj się wcześniej, aby niedzielna Eucharystia była rzeczywiście twoim świętem, a nie czasem pokuty. Jeśli chodzisz stale do komunii i spowiadasz się regularnie, to tym bardziej nie musisz łączyć tych dwóch sakramentów.

□□□ Liturgia to rzeczywistość, w którą możemy zaangażować całe nasze człowieczeństwo. Często przeceniamy aspekt intelektualny, zapominając o tym, że mamy również ciało. Ale paradoksalnie, pogłębianie naszej świadomości może sprawić, że bardziej zaangażujemy się w sam przebieg liturgii. Dlatego zwyczajnie warto wiedzieć, w czym uczestniczymy i jaki ma to sens.