

Kwiecień

Spotkanie 7

**Części Mszy świętej i ich znaczenie.  
Jak uczyć dziecko (i siebie) przeżywania Mszy.  
Przygotowanie do Mszy Świętej.  
Intencje, dziękczynienie.**

Materiały dla rodziców dzieci przygotowujących się do Pierwszej Komunii Świętej  
w parafii św. Jana Kantego w Legionowie.

### *Części Mszy świętej – obrzędy wstępne.*

Przychodząc na Mszę Świętą winienem sobie zadać pytanie – po co tu jestem? Czy jestem tylko widzem, biernym obserwatorem tego co dzieje się przy ołtarzu? **Czy mam świadomość, że Msza Święta jest odprawiana przez cały Kościół, że odprawiam ją i ja - poprzez znaki, którymi się posługuję, postawę jaką przyjmuję, wspólny śpiew i wypowiedane słowa?** Warto więc wiedzieć jakie są części Mszy Świętej, jaki jest sens wypowiedanych słów i czynionych znaków – by w pełni móc włączyć się w sprawowanie liturgii.

Mszę Świętą rozpoczynają tzw. **Obrzędy wstępne** czyli: wejście, akt pokuty, Kyrie, Chwała i kolekta. Każdy z tych obrzędów ma swoje znaczenie. Na obrzęd wejścia składają się: pieśń na wejście, procesja służby liturgicznej i celebransa do ołtarza, pozdrowienie ołtarza i zgromadzonych. Śpiew ma potrójne znaczenie: wytwarza wśród zgromadzonych poczucie jedności i więzi modlitewnej, wprowadza w przeżywanie okresu liturgicznego lub święta oraz towarzyszy posługującym i kapłanowi w procesji do ołtarza.

**Procesja jest obrazem Kościoła, który jest ciągle w drodze.** Idziemy za krzyżem Bóg pociąga nas do siebie, Jego miłość ma siłę przyciągania. My dajemy się Mu pociągnąć, idziemy na spotkanie z Nim. **Bierzemy udział w procesji przez postawę stojącą oraz śpiew.** Różne ludzkie głosy zlewają się w jedno brzmienie, w jeden głos Kościoła. Ważne, aby nie zbrakło naszego głosu!

Po przyjściu do ołtarza kapłan całuje ołtarz. Przez pocałunek wyraża szacunek do ołtarza, ale również wskazuje na centrum całej Eucharystii – Miłość. Chodzi o miłość Boga do człowieka i człowieka do Boga. Jak każde uczucie na tym świecie i to jest narażone na wypalenie z naszej strony.

**Eucharystię rozpoczyna znak krzyża. Jest to najkrótsze wyznanie naszej wiary, że oto czynimy coś w imię Trójcy Świętej.** Tym znakiem zaczynamy każdą modlitwę, tym znakiem wielu rozpoczyna każdy dzień i inne czynności. Po nim celebrans pozdrawia wiernych słowami: „Pan z wami”. Tym słowom towarzyszy gest otwartych ramion, który symbolizuje gest Chrystusa przygarniającego nas do siebie. Wierni odpowiadają: „I z duchem twoim”. Ten dialog uświadamia obecność Chrystusa w zgromadzeniu i w osobie celebransa. Pozdrowienie kapłana nie jest zwykłym powitaniem, ma ono uświadomić nam, że pośród nas jest Chrystus. Nie jesteśmy przypadkową zbieraniną. Jesteśmy zgromadzeniem, które zwołał Bóg. Nasza odpowiedź na pozdrowienie jest uznaniem w celebransie kapłana. Niezależnie od tego, czy on sam jest świętym, czy niegodziwcem, działa w imieniu Jezusa. Nasze „I z duchem twoim” jest wezwaniem: Kapłanie, pozwól się prowadzić Duchowi, bądź dla nas dobrym pasterzem!

Po pozdrowieniu następuje akt pokuty. Składa się on z czterech elementów – wezwania kapłana, chwili ciszy, jednej z formuł wyznania grzechów oraz absencji, a więc prośby kierowanej przez kapłana w imieniu całej zgromadzonej wspólnoty o przebaczenie wyznanych grzechów. **Absencja nie jest sakramentem pokuty, nie może więc zastąpić spowiedzi, ale żal za grzechy jest wystarczającym warunkiem odpuszczenia grzechów powszednich.** Akt pokutny wykonujemy w postawie stojącej bijąc się w pierś oraz powtarzając słowa: „Moja wina, moja wina, moja bardzo wielka wina”. Uznajemy w ten sposób własną grzeszność i wzbudzamy żal za popełnione winy, by godnie i owocnie uczestniczyć w Eucharystii. Choć akt pokutny ma charakter wspólnotowy, to każdy z osobna uznaje własną odpowiedzialność za grzech.

Po akcie pokuty następuje zawsze aklamacja „Panie zmiłuj się nad nami”. Jest ona modlitwą błagalną, w postaci litanii, którą kierujemy do Chrystusa jako Pana i Boga, u którego miłosierdzie jest bez granic.

W niedzielę, w uroczystości i święta śpiewany jest hymn „Chwała na wysokości Bogu”. Nieprzypadkowo występuje chwilę po akcie pokuty – po wyznaniu grzechów Bogu i przyznaniu się do własnej słabości, wychwalamy Jego miłosierdzie, sprawiedliwość oraz całą Boga istotę. Jest to starożytny hymn, w którym Kościół zgromadzony w Duchu Świętym wystawia Boga Ojca i Jego jedyne Syna, Jezusa Chrystusa. Pierwsze słowa zaczerpnięte są z pochwalnego śpiewu Aniołów na polu betlejemskim. Wielbią one Boga za wcielenie Jego Syna, który dla ludzi jest darem Bożej miłości. Tego hymnu nie można zastępować innym tekstem.

Ostatnim elementem Obrzędów wstępnych jest Kolekta czyli modlitwa dnia. Modlitwa ta składa się z czterech części: z wezwania, z modlitwy w ciszy, kolekty i odpowiedzi zgromadzonych wiernych. **Po wezwaniu „Módlmy się” kapłan zachowuje milczenie, aby uświadomić wszystkim, że stoją w obliczu Boga ze swoimi prośbami. Jest to czas by w myśli lub szeptem wypowiedzieć wobec Boga prośby, intencje z którymi przyszlśmy na Mszę Świętą.** Następnie kapłan zbiera niejako ciche modlitwy zgromadzonych w jedną modlitwę, zwaną kolektą i w imieniu wszystkich przedstawia je Ojcu niebieskiemu, przez Chrystusa, w Duchu Świętym. Następnie kapłan przedstawia Bogu prośby, aby zebrani na Mszy świętej, żyli dzisiaj i w przyszłości tym darem, za który teraz składają dziękczynienie. My wszyscy przez wypowiedzenie słowa „Amen” uznajemy modlitwę za swoją. Słowo „Amen” oznacza także wyznanie wiary w niezawodną wierność, z jaką Bóg spełnia to, o co ufnie błagamy.

### *Części Mszy świętej – liturgia słowa.*

W tej części Mszy Świętej Bóg przemawia do swojego ludu, ujawnia zbawienie oraz dostarcza nam - wiernym duchowego pokarmu. W ten sposób sam Chrystus jest obecny pośród swego ludu jako Słowo. **Dlatego wszyscy winniśmy z szacunkiem słuchać czytań Bożego słowa, a szczególnie Ewangelii, która jest najważniejszym elementem liturgii słowa.** W tej części zasadniczą postawą jest otwarcie się na słowo Boże i wczuwanie się w jego treść. **Słowo Boże rodzi w nas wiarę, zasila ją i umacnia,** a przez wiarę Chrystus zamieszkuje w naszych sercach. Słowo Boże poucza i otwiera duszę na przyjęcie łaski Bożej. Wywiera także wpływ na sposób myślenia i na całe życie moralne.

Liturgię Słowa stanowią czytania z Pisma Świętego oraz wykonywane między nimi śpiewy. Po nich następuje homilia (czyli popularnie mówiąc - kazanie), następnie wyznanie wiary i modlitwa powszechna będące rozwinięciem i zakończeniem Liturgii słowa.

Liturgię Słowa rozpoczyna pierwsze czytanie. Czytanie to czyta się podczas każdej mszy świętej. Jeśli są dwa czytania, to pierwsze jest zazwyczaj ze Starego Testamentu. Po czytaniu śpiewany jest Psalm responsoryjny. Jest on naszą odpowiedzią modlitewną na usłyszane Słowo Boże jest naszą modlitwą indywidualną we wspólnocie – stąd jego układ - wykonuje go jedna osoba, refren zaś powtarza każdy z nas. Jego tekst zazwyczaj pochodzi ze starotestamentowej Księgi Psalmów.

W niedziele i uroczystości czytane jest drugie czytanie. Zawsze odczytywany jest fragment z Nowego Testamentu (listy, Dzieje Apostolskie) mający za zadanie przybliżyć nam wskazania apostołów, co do życia na ziemi.

Po czytaniach wykonywany jest śpiew przed Ewangelią czyli Aklamacja. Zwykle jest to Alleluja, ale w okresie Wielkiego Postu używa się: "Chwała Tobie, Słowo Boże" lub "Chwała Tobie, Królu Wieków". Później następuje werset z lekcjonarza i nasz odpowiedź. Aklamacja jest świadectwem naszego przygotowania i chęci do wysłuchania Słowa Boga. Słowo "Alleluja" pochodzi od hebrajskiego "halle-lujah", czyli wystawiamy Boga.

Po Aklamacji następuje czytanie Ewangelii - stanowiące szczyt Liturgii słowa. Sama liturgia poucza nas, że należy je otaczać najwyższym szacunkiem. Wyróżnia bowiem Ewangelię spośród innych czytań specjalnymi oznakami czci. Wszyscy wstajemy, **a podczas słów „Słowa Ewangelii według...” czynimy mały znak krzyża (na czole, ustach i sercu). Oznacza on naszą gotowość do myślenia o Bogu, głoszenia jego nauki oraz postępowania zgodnie z Ewangelią.** W trakcie czytania powinniśmy zachować postawę stojącą, milczenie oraz powagę.

Po Ewangelii przyjmujemy postawę siedzącą i następuje Homilia zwana czasem kazaniem. Zwykle jest ona wyjaśnieniem jakiegoś aspektu czytań Pisma Świętego, w kontekście okresu liturgicznego, całego Zbawienia, sytuacji społecznej i politycznej, z uwzględnieniem szczególnych potrzeb słuchaczy (np. podczas Mszy z udziałem dzieci). Homilia często zawiera wskazówki moralne dotyczące życia. Może przybierać także formę dialogu z wiernymi. Homilię czy też kazanie w czasie Mszy Świętej może wygłaszać tylko wyświęcony duchowny. W specjalnych okolicznościach zamiast kazania/homilii odczytywany jest tzw. list pasterski czyli list kierowany do nas bądź od biskupa ordynariusza bądź od całej kongregacji biskupów i arcybiskupów polskich poruszający bieżące sprawy lub potrzeby Kościoła. Homilia jest też bezpośrednim przygotowaniem nas - wiernych do przyjęcia uświęcającego działania Boga w Ofierze eucharystycznej.

Takim przygotowaniem na nadchodzącą Liturgię Eucharystyczną jest też **Wyznanie wiary. Następuje ono po homilii, w postawie stojącej. Jest to nasza odpowiedź na słowo Boże, które usłyszeliśmy w czytaniach i za pośrednictwem homilii.** Jest dla nas przypomnieniem, chwilą na uświadomienie sobie zasadniczych prawdy wiary. Jest też znakiem jedności, gdy wszyscy wyznajemy te same prawdy objawione, określając publicznie w co i jak wierzymy. Prawdy te tak zostały ułożone, że w zarysie przedstawiają historię zbawienia od dzieła stworzenia, poprzez dzieło zbawienia, kontynuowane przez Kościół, aż do życia wiecznego w przyszły świecie. Symbol wiary przypomina nam także przyjęty sakrament chrztu świętego, wskazuje na związek sakramentu chrztu świętego z Eucharystią że Chrystus święty otwiera drogę do Eucharystii. Wyznanie wiary powinien odmawiać kapłan wspólnie z ludem w niedzielę i uroczystości.

**Naszą odpowiedzią na usłyszane Słowo Boże jest także Modlitwa powszechna, zwana też modlitwą wiernych.**

Zanoszenie błagań do Boga za wszystkich ludzi jest formą wypełniania funkcji kapłańskiej przez każdego z nas. Kapłan, który przewodniczy liturgii, kieruje modlitwą powszechną. Najpierw zaprasza do niej wszystkich zebranych a po jej zakończeniu prosi Boga, by raczył łaskawie przyjąć prośby zanoszone do Niego.

Modlitwa powszechna obejmuje zazwyczaj następujące intencje: w potrzebach Kościoła, za rządzących państwami i o zbawienie całego świata, za ludzi doświadczonych różnymi trudnościami, za miejscową wspólnotę. W modlitwę tę wplata się również intencje okolicznościowe - odnoszące się do intencji mszy, tekstów liturgii Słowa, homilii, przyjmowanych Sakramentów. Podczas ślubu zgromadzenie modli się za nowożeńców, w mszy za zmarłych znajdujemy intencję modlitewną za zmarłych. Powinny być także uwzględnione wydarzenia lokalne, narodowe czy też międzynarodowe. Modlitwa wiernych kończy liturgię słowa Bożego, następuje Eucharystia.

### *Części Mszy świętej – liturgia Eucharystyczna..*

Rozpoczyna się ona po modlitwie wiernych. Swoją nazwę zawdzięcza jednemu z najważniejszych momentów całej Liturgii, jaką jest Modlitwa Eucharystyczna. **Nazwą „Eucharystia” posługiwali się chrześcijanie już pod koniec I wieku. Określenie to pochodzi z języka greckiego i oznacza dziękczynienie.**

Liturgia Eucharystyczna składa się z dwóch części: Przygotowania darów i właśnie Modlitwy Eucharystycznej. Podczas przygotowania darów przynosi się do ołtarza chleb i wino z wodą, czyli te elementy, które Chrystus wziął w swoje ręce podczas Ostatniej Wieczerzy. W czasach Apostołów chrześcijanie na Eucharystię przynosili swoje dary. Do najczęstszych należały właśnie chleb i wino, ale przynoszono także oliwę, mąkę, owoce. W wiekach średnich każdy wierny (poza ubogimi) był zobowiązany do przyniesienia małej ampułki wina i jednego bochenka chleba. Spośród chlebów przygotowanych przez wiernych wybierano najpiękniejszy i ten jeden składano na ołtarzu. Pozostałe chleby błogosławiono, a po zakończonej Eucharystii rozdzielano pomiędzy najuboższych parafian. Ten zwyczaj do dziś przetrwał w Kościołach wschodnich. Dziś pamiątką tego zwyczaju jest w Kościele praktyka ofiar pieniężnych, przez które wierni „biorą na swe ramiona ciężar odpowiedzialności za Boże dzieła w Kościele i świecie” oraz procesja z darami, kiedy to wybrani wierni przynoszą do ołtarza dary ofiarne. Symbolicznie, w imieniu nas wszystkich zgromadzonych w kościele wyrażają w ten sposób gotowość do ofiary z samych siebie. Warto więc w tym momencie uświadomić sobie, że wszystko co posiadamy pochodzi i jest darem od Boga, nawet my sami i nasze życie. Dary chleba i wina wyrażają nas, naszą codzienność i nasze świętowanie, nasze smutki i radości, jednym słowem wszystko to co nas stanowi – całe nasze życie. To wszystko składamy na ołtarzu Jezusa. **Dlatego gdy uczestniczymy w obrzędzie ofiarowania, warto wzbudzić w sobie intencję ofiarowania siebie, swoich spraw i całego życia Jezusowi.**

Przygotowanie darów to także obrzęd lavabo - czyli tak zwane obmycie rąk kapłana. Symbolikę gestu wyrażają słowa, które wypowiada kapłan: „Obmyj mnie, Panie z mojej winy i oczyść mnie z grzechu mojego”.

Następuje Modlitwa Eucharystyczna. Rozpoczyna się od prefacji, czyli hymnu dziękczynnego, śpiewanego lub recytowanego przez celebransa., a kończy się tzw. wielką doksologią, czyli uroczystym aktem uwielbienia Boga „przez Chrystusa, z Chrystusem i w Chrystusie”. Modlitwa Eucharystyczna jest sercem Mszy Świętej. Istotna rola tej modlitwy wyraża się w uobecnianiu aktu zbawczego. Kapłan w imieniu wspólnoty prosi Ducha Świętego, aby zstąpił na dary chleba i wina i swoją mocą przemienił je w Ciało i Krew. We Mszy Świętej realizuje się więc

prawdziwa ofiara. Gdy celebrans w konsekracji powtarza słowa Chrystusa ustanawiającego Eucharystię podczas Ostatniej Wieczerzy na ołtarz zstępuje prawdziwie Jezus Chrystus pod postacią chleba i wina. Mocą tych słów dokonuje się akt przeistoczenia.

Pełne czci pochylenie się kapłana przy wypowiedaniu słów konsekracji, przyklękanie, ukazywanie wiernym Ciała i Krwi Pańskiej, a także okadzenie i dzwonienie przy ołtarzu uwypuklają doniosłość akcji dokonującej się na ołtarzu, a zarazem podkreślają, że dzieją się wielkie tajemnice wiary.

**Po kończącej Modlitwę Eucharystyczną doksologii zaczynającej się od słów „Przez Chrystusa, z Chrystusem i w Chrystusie...” wierni dopowiadają „Amen”. Jest to potwierdzenie naszego uczestnictwa wiernych w Modlitwie Eucharystycznej i jednocześnie potwierdzenie wiary w wydarzenia, które przed chwilą miały miejsce.** Po kończącym doksologię „Amen” kończą się obrzędy Liturgii Eucharystycznej, a słowa Modlitwy Pańskiej „Ojcze Nasz” rozpoczynają obrzędy Komunii świętej.

### *Części Mszy świętej – obrzędy Komunii świętej i obrzędy zakończenia.*

Obrzędy komunii rozpoczynają się wezwaniem do Modlitwy Pańskiej czyli wezwaniem wiernych przez kapłana do odmówienia „Ojcze nasz”. Tej modlitwy nauczył nas sam Jezus Chrystus. Modlitwa Pańska jest stawiana jako wzór modlitwy chrześcijańskiej. **Gdy „Ojcze nasz” odmawia się na Mszy na jej końcu nie wypowiada się „Amen”. Zamiast niego kapłan odmawia Embolizm. Jest ona przedłużeniem „Ojcze nasz” i rozwinięciem ostatniej prośby.** Ma ona charakter błagalny – o uwolnienie całej wspólnoty spod mocy zła - szatana. Na tę modlitwę odpowiadamy słowami: „Bo Twoje jest królestwo i potęga, i chwała na wieki.”

Po „Ojcze nasz” następuje bezpośrednio przygotowanie do komunii – przekazanie znaku pokoju. Jest to umocnienie nas, wiernych we wspólnocie i miłości. Znak pokoju można sobie przekazać przez skinienie głową lub podanie ręki - wtedy do drugiej osoby mówi się: „Pokój z tobą”, na co ona dopowiada „Amen”).

Po przekazaniu znaku pokoju kapłan dokonuje łamania Chleba i zmieszania Świętych Postaci. **Gest łamania chleba znany był i praktykowany przez Izraelitów podczas szabatowego i paschalnego posiłku. Był znakiem budowania wspólnoty, jedności rodziny skupionej wokół ojca, a także szczerości postaw i kontaktów.** Gest ten uczynił również Jezus podczas Ostatniej Wieczerzy, po też nim poznali Go uczniowie. Pierwsi chrześcijanie „łamaniem chleba” określali całą Eucharystię. Kiedy na przełomie IX i X wieku wprowadzono w liturgii chleb niekwaszony i małe hostie, łamanie chleba straciło swoje znaczenie - zachowano ten gest w przypadku dużej hostii celebransa. Oznacza on, że wierni choć liczni, tworzą jedno Ciało przez przyjmowanie Komunii z jednego chleba, jakim jest Chrystus umarły za zbawienie świata i zmartwychwstały .

Od VII wieku podczas łamania chleba zaczęto śpiewać „Baranku Boży”. Na początku śpiewano tak długo jak trwało łamanie chleba. Obecnie w trzecim powtórzeniu: zamiast „zmiłuj się nad nami” śpiewa się „obdarz nas pokojem”, przy czym wezwanie „zmiłuj się nad nami” można powtarzać wiele razy (zależy to od czasu łamania chleba), natomiast wezwanie „obdarz nas pokojem” wypowiada (wyśpiewuje) się tylko raz, na końcu.

Gdy kapłan rozpoczyna spożywanie Ciała Pańskiego rozpoczyna się śpiew na komunię i właściwy obrzęd komunii. Jeśli nie ma śpiewu wtedy kapłan odczytuje antyfonę.

**Komunię przyjmujemy w postawie stojącej, najczęściej podchodząc procesyjnie do ołtarza. Udzielając Komunii wiernym kapłan mówi „Ciało Chrystusa”. Naszą odpowiedzią jest zawsze słowo „Amen”.**

Należy pamiętać, że ci którzy pragną przyjąć Ciało Pańskie powinni przystąpić do niego z czystym sumieniem. Dlatego Kościół poleca, "ażeby nikt, kto, jest świadomy grzechu śmiertelnego, choćby uważał, że za niego żałuje, nie przystępował do komunii świętej bez uprzedniej sakramentalnej spowiedzi". **Jeżeli zaistniałoby poważna przyczyna, a nie byłoby okazji do spowiedzi należy wpieryw wzbudzić akt żalu doskonałego z postanowieniem szczegółowego wyznania w najbliższym czasie, grzechów śmiertelnych, których w tej chwili nie można było wyznać.**

**Pamiętajmy też, że przed Komunią świętą należy zachować post od pokarmów i napojów przynajmniej przez godzinę. Wypicie wody lub przyjęcie lekarstwa nie łamie tego postu.** Wierni w podeszłym wieku lub dotknięci chorobą oraz osoby opiekujące się nimi mogą przyjąć Najświętszy Sakrament, chociaż w poprzedzającej godzinie coś zjedli.

**Tym, którzy przyjęli Komunię świętą, zaleca się, aby przez pewien czas trwali na modlitwie i w ten sposób uczestniczyli w dziękczynieniu, które składa się Bogu szczególnie we Mszy świętej.**

Po komunii świętej można odśpiewać pieśń dziękczynną, przez którą wszyscy będą uwielbiać Boga.

Ostatnim elementem obrzędów komunii jest modlitwa po Komunii. Kończy ona obrzędy Komunii Świętej, jak i całą Liturgię Eucharystyczną. Po niej ma miejsce ostatni obrzęd liturgiczny – obrzęd zakończenia. Podczas Mszy w niedziele i święta na obrzędy zakończenia składają się zazwyczaj: Ogłoszenia, których forma powinna być treściwa, tak, by nie nużyć wiernych Nie powinny przybierać formy homilii, czy kazania oraz Pozdrowienie kapłańskie – kapłan mówi - „Pan z Wami”. Na co lud odpowiada „I z duchem twoim”.

Błogosławieństwo – zaczynające się zwykle od słów „Niech was błogosławi...” – wypowiadając te słowa kapłan kreśli znak krzyża nad wiernymi, którzy w tym momencie żegnają się znakiem krzyża. Błogosławieństwo może mieć formę zwykłą lub uroczystą, np. być poprzedzone modlitwą nad ludem.

Rozesłanie – czyli słowa „Idźcie w pokoju Chrystusa”. W pewien sposób są one posłaniem wiernych do ich domów, aby tam przekazywali to, czym obdarował ich Bóg podczas Eucharystii. Podczas pieśni na wyjście kapłan i asysta odchodzą od ołtarza i udają się do zakrystii.

### *Przygotowanie do Eucharystii - Rafał Szymkowiak OFMCap, „Głos Ojca Pio” (nr 35/2005) – fragm.*

---

W dokumentach Soboru Watykańskiego II czytamy, że Eucharystia jest źródłem i szczytem całego życia chrześcijańskiego. Z całą pewnością jednym z podstawowych warunków dobrego przeżycia Mszy Świętej jest odpowiednie do niej przygotowanie. Teoretycznie można mówić o jego trzech rodzajach.

Pierwszy z nich to przygotowanie dalsze. Jeżeli Eucharystia stanowi centrum życia chrześcijańskiego, to całe życie chrześcijanina winno być zogniskowane na Jezusa. Tym, co z całą pewnością pozwala na bardziej owocne przeżywanie Mszy, jest właściwa hierarchia spraw życiowych – harmonia wynikająca z uporządkowania stwarza ciszę, która staje się środowiskiem pozwalającym na głębokie doświadczenie Boga.

Drugi rodzaj przygotowania to przygotowanie bliższe. **Warto już w domu zapoznać się z czytaniem**, które zostały przewidziane na dany dzień, przemyśleć je i uczynić przedmiotem modlitwy. Wówczas Słowo Boże może zrodzić lepsze owoce. Świadomość przeżywania Eucharystii w konkretnej intencji pomaga w intensywniejszej modlitwie, staje się ona bliższa naszemu sercu. W dzisiejszym świecie przybycie na umówione spotkanie w ostatniej chwili jest pewnego rodzaju nietaktem. **W przypadku Mszy Świętej spóźnianie się lub wchodzenie na Eucharystię „z marszu”, nie pozwala wyciszyć się i z pełną odpowiedzialnością uczestniczyć w przeżywaniu tajemnic wiary.**

Kiedy już jesteśmy w świątyni, warto zwrócić uwagę na kilka spraw, które można nazwać przygotowaniem bezpośrednim. **Miejsce przeżywania Eucharystii nie może być przypadkowe. Musi ono stwarzać odpowiedni klimat do modlitwy.** Także kontakt wzrokowy z ołtarzem nie jest bez znaczenia, ponieważ pozwala na śledzenie akcji liturgicznej. Zaangażowanie w wypowiadanie słów, śpiew i wykonywanie gestów liturgicznych pomaga w uświadomieniu sobie tego, co tak naprawdę dzieje się w czasie trwania Eucharystii. **Dobrą praktyką jest wybranie przed Mszą Świętą tej jej części, na którą pragnie się zwrócić szczególną uwagę (bardzo często uczestniczącym we Mszy Świętej trudno wytrwać na niej w pełnym skupieniu – dorosły człowiek może być skoncentrowany maksymalnie około dwudziestu minut, później jego uwaga słabnie).**

### *Z Niedzieli:*

Zewnętrznym przejawem duchowego przygotowania do uczestnictwa we Mszy św. jest natomiast schludny, odświętny strój, w jakim wybieramy się do kościoła. Ważne, by ta odświętność szła w parze z godnością stroju - podkreślają zgodnie duszpasterze - trzeba zatem pamiętać, że nie zawsze ubiór dobry na spotkanie towarzyskie będzie ubiorem właściwym na spotkanie z Bogiem. Nie może to być strój prowokacyjny. Ale tego nie trzeba przypominać ludziom, którzy przygotowują się do Eucharystii w sposób duchowy.

### **Zadanie dla rodziców:**

Świętowanie Niedzieli - Wspólny posiłek, czas dla rodziny i Eucharystia.