

# Cosas que hacer y qué no hacer durante la

## Santa Misa

**Comida rápida antes de la Misa.** Es norma de la Iglesia que conservemos el ayuno durante al menos 1 hora antes de recibir la Sagrada Comunión. El agua y la medicina pueden ser consumidos, por supuesto. El propósito es ayudar a prepararnos bien para recibir a Jesús en la Eucaristía y no sentirnos con molestias estomacales antes de comer el Cuerpo de Cristo

**No se admiten comidas ni bebidas en la Iglesia.** Las excepciones serían una bebida para los niños pequeños, el agua para el sacerdote o el coro (con discreción) y agua para los que están enfermos. Traer un aperitivo a la iglesia no es apropiado. La iglesia siempre debe verse como un lugar de oración y reflexión.

**Los hombres deben quitarse sus sombreros o gorros.** Es de mala educación llevar un sombrero o gorro en una iglesia. Si bien, puede ser moda cultural, no lo es dentro del templo. Así como nos quitamos los sombreros con respeto para el Juramento a una Bandera o un Himno, debemos hacerlo también en la Iglesia; como una señal de respeto.

**No mastique chicle en la iglesia y no los pegue debajo del banco.** Se rompe el ayuno, es una distracción, se considera de mala educación en un ambiente formal, y esto no ayuda a nadie a su alrededor a orar mejor, pues causa distracción. ¿Puede usted imaginar al Papa haciendo explotar una bola de chicle durante la Santa Misa?

**Hágase la Señal de la Cruz al entrar y salir de la Iglesia.** Este es un recordatorio de nuestro bautismo, que nos hace miembros de la Iglesia de Cristo. Solo trate de no perder de vista lo que sucede cuando lo hace y no lo haga sin decir una oración.

**Vestir modestamente y apropiadamente.** Use su mejor traje o vestido. Como católicos creemos que Dios viene a nuestro encuentro en cada Misa. Así que, ¿por qué no habríamos de vestir formalmente? Sin importar si usted es de bajos recursos económicos, lo más seguro es que tenga algún atuendo que refleje modestia y pulcritud.

**Llegue por lo menos unos pocos minutos antes.** Si por alguna razón usted no puede llegar a tiempo, trate de sentarse en la parte trasera para que no moleste a otras personas mientras busca un asiento. Llegar a la misa temprano permite orar y prepararse mejor para la Misa.

**Los teléfonos móviles no deben usarse nunca en la Misa para llamadas o mensajes de texto.** Las excepciones son las emergencias (las grandes, no las de todos los días) y si usted hace uso de uno, por favor salga de la iglesia para hacerlo. Si usted está utilizando el teléfono para las lecturas y oraciones, puede ser apropiado, pero trate de ser discreto.

**No se siente en el borde del banco si la ves vacía.** Más bien, siéntese en el medio para que otros no tengan que pasar por encima de usted. Además, los Hombres deben ofrecer sus asientos a cualquier dama, ancianos, discapacitados, etc.

**Hacer una genuflexión hacia el Tabernáculo cuando entres y salgas de la Iglesia.**

Cristo está presente allí por todos nosotros. Al permitir que nuestra rodilla derecha golpee levemente el suelo, reconocemos que Él es nuestro Señor y Dios. Si alguno está físicamente incapacitado para hacer una genuflexión, haga un leve arco o baje la cabeza, es suficiente. Durante la Misa, si pasa delante del altar o tabernáculo, haga un arco con reverencia por respeto.

**Por favor, haga silencio mientras esté en la Iglesia.** Una vez que usted entra al santuario no es el momento ni el lugar para charlar con los que te rodean. Si usted tiene que hablar de algo importante, hágalo de la forma más silenciosa y breve posible. Recuerde que su conversación podría estar perturbando a alguien que está concentrado en su oración, lo cual es mucho más importante.

**Lleve a los niños a la parte posterior para calmarlos.** Todo padre sabe que a veces el bebé va a tener un mal día. No haga también malo el día para todos los demás. Siéntese en el extremo de un banco, si es posible, lleve al niño a la parte de atrás rápidamente. No espere demasiado tiempo antes de tomar una decisión. No hay ninguna razón para estar avergonzado de tener que calmar a su hijo en la parte posterior de la iglesia. Peor es que puedan molestar en misa continuamente.

**Prepare su ofrenda antes de la Misa.** Cristo nos dice que no sepa tu mano izquierda lo que hace tu derecha. Mantener la cesta por tiempo indeterminado mientras usted consigue su billetera a veces puede convertirse en toda una escena.

**No hay lectura de anuncios durante la misa.** Imagínese si usted invita a una persona a su casa y antes de la cena (o durante) se decide a leer una revista en lugar de hablar con él. Eso es lo que está sucediendo en la casa de Dios cuando usted lee un anuncio.

**Respetar los límites que otros pueden tener.** Es posible que la persona que tiene al lado desee tomarse de las manos para orar, o puede que no. Podrían estar enfermos y no querer acercarse a usted durante el saludo de la paz. Respete los límites. No hacer ningún juicio innecesario porque ellos actúen de manera diferente.

**Haga una leve inclinación antes de recibir la Sagrada Comunión.** Allí está Dios, entonces, muestre su respeto con una inclinación de cabeza al menos. Esta es una práctica antigua que se ha mantenido hasta el día de hoy.

**No recibir el Vino del cáliz si está usted enfermo.** Este es un acto de caridad y no es necesario recibirlo, pues ya ha recibido la totalidad del cuerpo, sangre, alma y divinidad de Jesús en la Sagrada Hostia

**No salir corriendo cuando el sacerdote dice “Podéis ir en paz”. No hay FUEGO.** Debemos permanecer hasta el final de la Misa y el himno o canto de cierre que la

acompaña. Aunque sin duda hay excepciones a esta pauta. La mayoría quienes dejan la misa temprano no necesitan hacerlo y tampoco deberían hacerlo.

**Ore después de la Misa si se siente llamado a hacerlo.** Es una buena costumbre, aunque no se requiere, ofrecer una oración de acción de gracias después de que la Misa ha terminado.

**Despídase tranquilamente.** Le animamos a saludar a los demás, pero hágalo una vez que esté fuera del santuario principal de la iglesia para que no moleste a otras personas que quieren quedarse a orar. Así que, por favor, manténgase en silencio dentro del templo y luego al salir salude.

Ten presente que en la Santa Misa asistes al Sacrificio de Cruz de nuestro Señor. En la Santa Misa se hace presente la Santísima Trinidad. También (por experiencia y revelaciones de santos místicos), la Virgen María, los Santos y los Ángeles vienen a ser parte de este acto de adoración. Es por ello que le debemos un Santo respeto

*No asistas a Misa solo por cumplir, a la Misa hay que vivirla. Cada Misa tiene valor infinito, ya que allí se ofrece al mismo Jesucristo, el Hijo del Dios vivo.*