

Posturas, Procesiones y Acciones en la Misa

La manera en que nos conducimos como comunidad en la liturgia simboliza nuestra unión con Cristo. No solo cantamos, hablamos y respondemos juntos, sino que juntos hacemos movimientos que profundizan y enriquecen nuestras plegarias. Cuando nuestros cuerpos participan de la plegaria, nosotros oramos con nuestro ser completo. Existen tres tipos básicos de movimientos que realizamos como comunidad en la liturgia: posturas, procesiones y signos.

Posturas – Las posturas dan significado y actitud a nuestras plegarias. **Sentados** es una postura para escuchar atentamente y meditar. El GIRM llama a la asamblea a sentarse para las lecturas antes del Evangelio y para un periodo de meditación después de haber recibido la Sagrada Comunión. **De pie** es una postura de respeto, honor, y reverencia. Desde los días del inicio de la Iglesia, estar de pie ha sido entendido como la postura de aquellos que han resucitado con Cristo. El GIRM llama a la asamblea a permanecer de pie durante el Evangelio, para la recepción de la Sagrada Comunión, y para muchas de las plegarias dirigidas a Dios. **De rodillas** significaba penitencia en los inicios de la Iglesia, de tal manera que a los fieles se les prohibía el arrodillarse en Domingo y durante la estación de la Pascua, que es cuando el espíritu de la liturgia es de alegría y agradecimiento. En tiempos más recientes, arrodillarse se ha convertido en una postura de adoración. Es por esta razón que el GIRM nos llama a arrodillarnos durante la Oración de la Eucaristía. Como el GIRM nos recuerda, "Una postura común.. es un signo de unidad de los miembros de la comunidad Cristiana reunida para la Sagrada Liturgia: expresa y acoge la intención y actitud espiritual de los participantes" (GIRM #42).

Procesiones – Las procesiones no son solo una forma de conducir al pueblo o a los ministros de un lugar a otro. Por sí mismas, son un ritual de expresión de quiénes somos y lo que buscamos. Somos peregrinos en una jornada, ¿Cuáles son algunas de las procesiones de la Misa? Tenemos la procesión de entrada, la procesión del Evangelio, la procesión de las ofrendas, la procesión de la Comunión, la procesión final. Cada procesión, si se realiza adecuadamente,

enriquece nuestras plegarias. ¿Qué compone una buena procesión? Lo que un liturgista nos dice, es que "...es una cuestión de momento y ritmo. Es una cuestión de comportamiento y gracia, es una cuestión de reverencia y espacio." Cada procesión tiene su propio carácter que intensifica la plegaria de toda la asamblea.

Durante el año litúrgico, nos involucramos también en otras procesiones – la procesión de las palmas en el Domingo de la Pasión, la procesión para la adoración de la Santa Cruz en el Viernes Santo, la procesión de Corpus Cristi. Durante las liturgias sacramentales, nos movemos en procesión – la procesión hacia la pila bautismal con aquellos que van a ser bautizados, la procesión de boda, la procesión con el cuerpo en las liturgias de funeral. La forma en que efectuamos la procesión o participamos atentamente en forma visual en la procesión ayuda a dirigir nuestras mentes y corazones hacia Dios.

Signos – El gesto universal Católico que expresa mucho de nuestra plegaria, aún sin utilizar palabras, es **la señal de la cruz** que inicia y termina cada una de las liturgias. De hecho, la señal de la cruz inicia y termina todo lo que hacemos como católicos – desde la cruz que recibimos en nuestra frente durante el bautismo, hasta la cruz que se hace sobre nuestro cuerpo a la hora de nuestra muerte. Los signos ayudan a intensificar nuestras plegarias. Nosotros **golpeamos nuestro pecho** durante el acto de contrición; **señalamos nuestra mente, nuestros labios, y nuestros corazones** a la proclamación del Evangelio; nos inclinamos durante el Credo cuando recordamos las palabras de la Encarnación, inclinamos nuestras cabezas en reverencia antes de recibir el Cuerpo y la Sangre de Cristo, y cuando recibimos la bendición final. Nos **inclinamos hacia el altar**, el signo de Cristo, cuando entramos o abandonamos la Iglesia o si el tabernáculo está localizado en el santuario, hacemos una **genuflexión** de reverencia al entrar o salir de la Iglesia. Cuando realizamos esos signos de una manera completa y consciente, profundizan nuestras plegarias, como un pueblo que confía en Dios totalmente; en cuerpo, alma y espíritu.