

LA SANTA MESSA SPEIGATA AI RAGAZZI

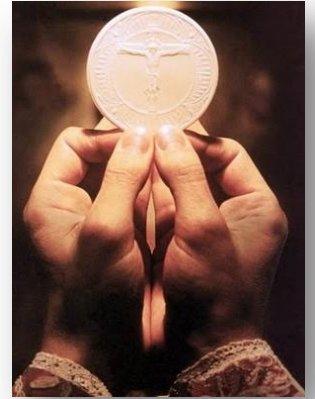
Cosa accade durante la Messa?

La Messa rende presente a noi il sacrificio di Gesù sulla croce.

Quel sacrificio che è avvenuto sul Calvario, a Gerusalemme, 2000 anni fa, viene misteriosamente reso presente tutte le volte che si celebra la Messa.

Per questo diciamo che la Messa è il memoriale del sacrificio di Gesù, ma questo non significa che è un ricordo: nella Messa Gesù si offre ancora al Padre per ottenere il perdono dei nostri peccati.

Il sacerdote al momento della Consacrazione pronuncia le stesse parole che disse Gesù nell'Ultima Cena. In questo momento il pane e il vino diventano il Corpo e il Sangue di Gesù. Donandosi a noi con l'Eucaristia, Gesù, ci unisce a Lui e tra di noi.



Partecipare alla Messa è la cosa più importante di tutta la nostra vita.

Non c'è infatti nulla di più importante della morte in croce di Gesù, che ha ottenuto per noi la salvezza eterna e ci ha aperto le porte del Paradiso. Quindi la Messa, che ogni volta applica a noi i frutti della morte in croce di Gesù, è la cosa più importante e più bella che ci sia su questa terra.

Per questo quando non andiamo a Messa alla domenica, a meno che non siamo impediti da un serio motivo, commettiamo un peccato grave, perché tutte le domeniche **Gesù risorto** ci aspetta a Messa.

I fini della Messa sono:

- adorare il Signore;
- ringraziarlo per i benefici che ci dona;
- implorare il perdono dei nostri peccati;
- domandare le grazie di cui abbiamo bisogno.

LE PARTI DELLA MESSA

La Messa si svolge in due grandi momenti, che formano un unico atto di preghiera:

- la **LITURGIA DELLA PAROLA**, che comprende la proclamazione e l'ascolto della parola di Dio;
- la **LITURGIA EUCARISTICA**, che comprende l'offertorio, la preghiera che contiene le parole della Consacrazione e la Comunione.

PRIMA DELLA MESSA:

- Suona la campana: è la voce di Dio che mi chiama, non voglio mancare!
- Entro in chiesa con anticipo e faccio il segno della croce con l'acqua benedetta. Con questo gesto ricordo la grazia ricevuta nel battesimo, esprimo la mia fede nella SS.Trinità e ringrazio Gesù che è morto in croce per me.
- Saluto Gesù presente nel tabernacolo facendo la genuflessione, prendo posto nei primi banchi e mi inginocchio per dire una preghiera in preparazione alla Santa Messa.



RITI DI INTRODUZIONE

Gesù, sono qui per assistere al Tuo Santo Sacrificio nella Messa, voglio essere devoto e seguirti nei gesti che il Sacerdote compie anche per me. Invoco Maria Santissima e gli Angeli con i Santi a pregare per me, perchè questa Messa mi faccia diventare santo.

Il sacerdote, insieme ai chierichetti, esce dalla sacrestia, e giunto in presbiterio, fa la genuflessione a Gesù presente nel tabernacolo, va verso l'altare e lo bacia perché è simbolo di Gesù. Noi ci alziamo in piedi per accoglierlo, perchè durante la celebrazione, Cristo sacerdote, pastore e maestro del suo popolo, è presente ed agisce attraverso la persona del sacerdote.

INTROITO

Eseguiamo il **canto di introito** (ingresso).

Il sacerdote va alla sua sede da dove guida l'assemblea. Assieme a lui facciamo il segno della croce.

*Nel nome del Padre del Figlio e dello Spirito Santo.
Amen.*

*La grazia del Signore nostro Gesù Cristo, l'amore di Dio Padre e la comunione dello Spirito Santo sia con tutti voi.
E con il tuo spirito.*

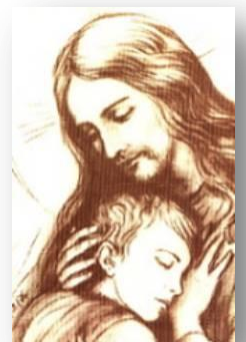


ATTO PENITENZIALE

Facciamo un breve esame di coscienza e chiediamo perdono dei nostri peccati con l'atto penitenziale assieme al sacerdote:

Fratelli, per celebrare degnamente i santi misteri, riconosciamo i nostri peccati.

***Confesso a Dio onnipotente e a voi, fratelli,
che ho molto peccato in pensieri, parole, opere e omissioni,
(ci si batte il petto) per mia colpa, mia colpa, mia grandissima colpa.
E supplico la beata sempre vergine Maria,
gli angeli, i santi e voi, fratelli,***



di pregare per me il Signore Dio nostro.

Dio onnipotente abbia misericordia di noi, perdoni i nostri peccati e ci conduca alla vita eterna.

Amen.

KYRIE

Ora recitiamo o cantiamo un'antica acclamazione rivolta al Signore:

*Signore, pietà. **Signore, pietà.***

*Cristo, pietà. **Cristo, pietà.***

*Signore, pietà. **Signore, pietà.***

Queste invocazioni possono anche essere proclamate in lingua greca:

Kyrie eléison, Christe eléison, Kyrie eléison.

GLORIA

Nella celebrazione eucaristica Gesù viene in mezzo a noi.

Esprimiamo la nostra gioia alla SS.Trinità, come fecero gli angeli quando nacque Gesù:

**Gloria a Dio nell'alto dei cieli
e pace in terra agli uomini di buona volontà.**

Noi ti lodiamo, ti benediciamo,

ti adoriamo, ti glorifichiamo,

ti rendiamo grazie per la tua gloria immensa,

Signore Dio, Re del cielo, Dio Padre onnipotente.

Signore, Figlio unigenito, Gesù Cristo,

Signore Dio, Agnello di Dio, Figlio del Padre;

tu che togli i peccati del mondo, abbi pietà di noi;

tu che togli i peccati del mondo, accogli la nostra supplica;

tu che siedi alla destra del Padre, abbi pietà di noi.

Perché tu solo il Santo, tu solo il Signore, tu solo l'Altissimo:

Gesù Cristo, con lo Spirito Santo

nella gloria di Dio Padre.

Amen.



ORAZIONE

Dopo il Gloria il sacerdote recita una orazione rivolta al Signore in cui raccoglie le nostre intenzioni

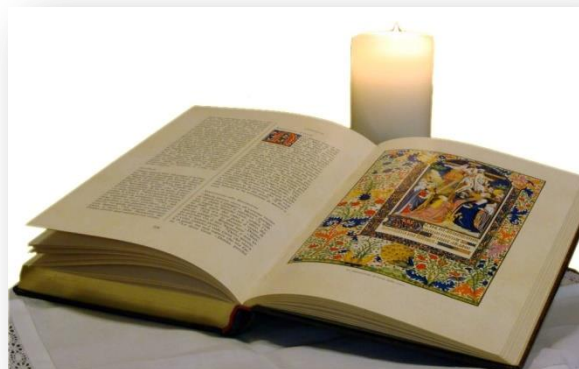
LITURGIA DELLA PAROLA

Dio ci parla per farci conoscere il suo amore

Gesù, sono qui ad ascoltare la Tua parola, rendimi un cuore docile per mettere in pratica i consigli e i suggerimenti che il Sacerdote in tua rappresentanza mi darà. Fa che la Tua parola venga accolta anche da coloro che non credono e che non conoscono la sana dottrina. Gesù, le tre croci che faccio imitando il Sacerdote sulla fronte, sulle labbra e sul cuore, voglio che imprimano in me la Tua Parola nella mia mente, dalle mie labbra, dentro il mio cuore.

La liturgia della Parola è la prima delle due parti di cui è formata la S. Messa.
È composta da:

- **PRIMA LETTURA:** è tratta dai libri della Bibbia che compongono l'Antico Testamento (sono i libri scritti prima della nascita di Gesù);
- **SALMO:** è una breve preghiera di lode al Signore molto antica, che sicuramente ha cantato anche Gesù;
- **SECONDA LETTURA:** è tratta dal **Nuovo Testamento** (ovvero dai libri scritti dagli Apostoli durante e dopo la vita di Gesù sulla terra).

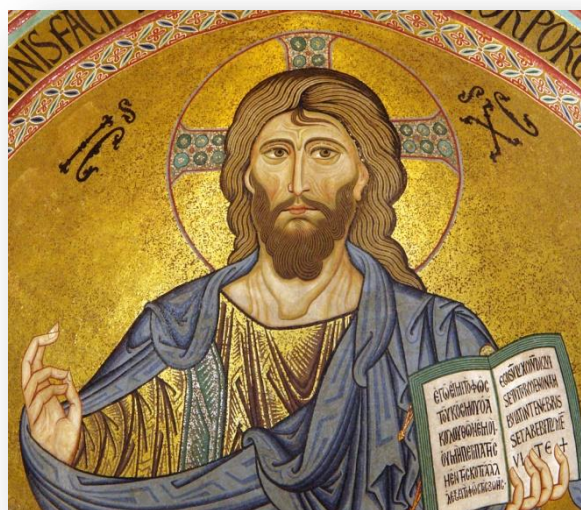


Alla fine di ogni lettura, proprio per ricordarci queste parole vengono dal Signore, il lettore dice: **“Parola di Dio”** e tutti rispondiamo: **“Rendiamo grazie a Dio”**

VANGELO

La proclamazione del Vangelo è la parte più importante della Liturgia della Parola. Il testo del Vangelo fu scritto poco dopo la morte-resurrezione di Gesù da quattro autori, detti evangelisti: San Matteo, San Marco, San Luca, San Giovanni.

Prima di ascoltare il Vangelo esprimiamo la nostra gioia cantando l'**Alleluia** (acclamazione in lingua ebraica che significa “Lodate il Signore!”, seguita da un breve versetto) e ci alziamo per prepararci ad ascoltare Gesù risorto che ci parla per mezzo del sacerdote. (Nel tempo di Quaresima al posto dell'alleluia si cantano altre acclamazioni come: *“Gloria e onore a te, Signore Gesù”*)



Quando il sacerdote dice: **“Dal Vangelo secondo...”** rispondiamo: **“Gloria a te o Signore”** e facciamo tre piccoli segni di croce col pollice della mano destra in questo ordine:

- *sulla fronte*: voglio pensare a Gesù
- *sulle labbra*: voglio parlare di Gesù
- *sul cuore*: voglio amare Gesù

Al termine della lettura del Vangelo, il sacerdote dice: **“Parola del Signore”** e tutti rispondiamo: **“Lode a te, o Cristo”**. Anche queste parole servono per ricordarci che Gesù ci ha parlato attraverso il Vangelo.



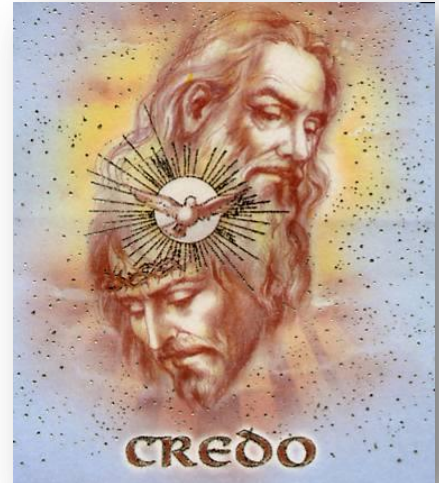
OMELIA

Il sacerdote pronuncia un discorso chiamato “**omelia**” in cui ci aiuta a capire il significato delle letture e del Vangelo che sono stati letti e ci esorta a vivere secondo gli insegnamenti di Gesù.

CREDO

Dopo l'omelia ci alziamo per recitare la **Professione di Fede** detta anche **CREDO**.

Il Credo riassume i grandi misteri della nostra fede. Ci parla di Dio Padre e delle sue opere; ci dice chi è il Figlio, ci parla del suo essersi fatto uomo per salvarci; ci dice chi è lo Spirito e come opera. Ci ricorda che formiamo un solo corpo, la Chiesa, e che siamo in attesa della vita eterna.



***Credo in un solo Dio,
Padre onnipotente, creatore del cielo e della terra,
di tutte le cose visibili e invisibili.***

***Credo in un solo Signore, Gesù Cristo,
unigenito Figlio di Dio, nato dal Padre prima di tutti i
secoli.***

***Dio da Dio, Luce da Luce, Dio vero da Dio vero;
generato, non creato; della stessa sostanza del Padre;
per mezzo di lui tutte le cose sono state create.***

***Per noi uomini e per la nostra salvezza discese dal cielo;
(a questo punto chiniamo il capo per adorare Gesù fatto uomo per noi)
e per opera dello Spirito Santo***

si è incarnato nel seno della Vergine Maria e si è fatto uomo. (ora rialziamo il capo)

Fu crocifisso per noi sotto Ponzio Pilato, morì e fu sepolto.

***Il terzo giorno è risuscitato, secondo le Scritture;
è salito al cielo, siede alla destra del Padre.***

***E di nuovo verrà, nella gloria, per giudicare i vivi e i morti,
e il suo regno non avrà fine.***

***Credo nello Spirito Santo, che è Signore e da la vita,
e procede dal Padre e dal Figlio
e con il Padre e il Figlio è adorato e glorificato
e ha parlato per mezzo dei profeti.***

Credo la Chiesa, una, santa, cattolica e apostolica.

Professo un solo battesimo per il perdono dei peccati.

Aspetto la risurrezione dei morti e la vita del mondo che verrà.

Amen.

PREGHIERA UNIVERSALE

In essa si prega per tutti gli uomini, nel seguente ordine: per le necessità della Chiesa, per i governanti e per la salvezza di tutto il mondo, per tutti quelli che si trovano in particolare necessità, per la comunità locale. Il sacerdote invita a pregare con una semplice monizione e conclude con un'orazione.

LA LITURGIA EUCARISTICA

GESU' SI OFFRE AL PADRE

La liturgia Eucaristica è la seconda delle due parti che formano la Santa Messa.

È composta da:

Offertorio - Preghiera Eucaristica - Comunione.

OFFERTORIO o PREPARAZIONE DEI DONI

Il sacerdote offre a Dio il pane e il vino che saranno consacrati.

Gesù, all'Offerta che ti sta presentando ora il Sacerdote, voglio anch'io unire la mia povera offerta. Ti offro il mio cuore perchè sia tuo per sempre. Ti offro i miei studi, la mia malattia, la mia salute, i miei divertimenti, le mie gioie così come anche ogni pena che soffrirò per tuo amore. Mi dispongo con Maria ai piedi della Croce per accogliere i tuoi sospiri dalla Croce e con Lei non voglio fuggire dal Calvario, ma attendere il compimento di ogni tua parola. Infine mi dispongo affinché questa offerta produca frutti di conversione e i peccatori siano salvati dalla tua misericordia.

Per la celebrazione dell'Eucarestia sono necessari il **pane senza lievito** (che viene realizzato sotto forma di piccole bianche sfoglie rotonde che chiamiamo ostie) e il **vino con qualche goccia d'acqua**. Si utilizzano queste sostanze perché sono le stesse che furono utilizzate da Gesù nell'Ultima Cena quando le tramutò nel suo Corpo e nel suo Sangue. Il pane e il vino sono anche il segno del nostro lavoro e dei beni che possediamo.

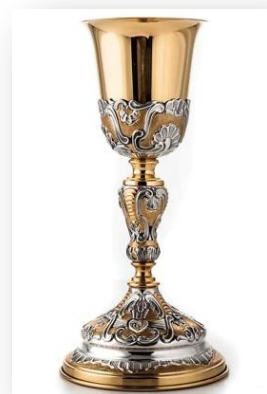


Durante l'Offertorio i fedeli eseguono un **canto** appropriato.

I primi cristiani quando si riunivano per celebrare l'Eucarestia, portavano da casa il pane e il vino; per questo, rifacendosi a questa antica usanza, a volte alcuni fedeli portano all'altare i doni per la celebrazione.

Il sacerdote recita una preghiera sui doni portati all'altare e innalzandoli un poco li presenta, cioè li offre a Dio (perciò questo momento si chiama **offertorio**).

Ad un certo punto il sacerdote mette alcune **gocce d'acqua** nel calice col vino. Quelle piccole gocce rappresentano la nostra unione con la vita di Gesù, che si è fatto uomo per noi. Inoltre ci ricordano che dal costato di Cristo morto sulla croce, quando fu trafitto uscirono Sangue e Acqua, segno della sua natura umana e divina.



Durante l'offertorio il sacerdote offre a Dio i doni per il Sacrificio anche a nostro nome; uniamoci dunque al Sacerdote offrendo al Signore il nostro cuore, la nostra vita, i nostri affetti, i nostri dolori, tutto il nostro essere.

Dopo si lava le dita dicendo: *Lavami, Signore, da ogni colpa, purificami da ogni peccato*. Questo ci fa capire quanto grande deve essere la purezza del Sacerdote, che deve tenere fra le mani il Corpo di Gesù; ci ricorda anche il dovere di partecipare alla Messa con l'anima pulita, specialmente se dobbiamo accostarci alla S. Comunione.

Poi il sacerdote ci dice:

Pregate, fratelli, perché il mio e vostro sacrificio sia gradito a Dio, Padre onnipotente.

E noi rispondiamo: ***Il Signore riceva dalle tue mani questo sacrificio a lode e gloria del suo nome, per il bene nostro e di tutta la sua santa Chiesa.***

ORAZIONE SULLE OFFERTE

Il sacerdote recita un preghiera sulle offerte alla quale rispondiamo: **Amen.**

PREGHIERA EUCARISTICA

Siamo nel momento centrale della Messa.

Gesù è giunto il momento di fare silenzio e di adorarti. Ti adoro nell'Ostia candida, adoro il Tuo Corpo che fu per me crocifisso sul Calvario, abbi pietà di me. Gesù ti adoro nel Mistero di questo Sangue preziosissimo che hai sparso sulla Croce per la mia salvezza, abbi pietà di me e delle anime dei peccatori.

Il pane e il vino sono stati preparati sull'altare e con la preghiera di Consacrazione diventeranno il Corpo e il Sangue di Gesù. La preghiera che ora recita il sacerdote si chiama Preghiera Eucaristica (la parola "eucaristia" significa rendimento di grazie).

Il sacerdote ci invita ad unirvi alla sua grande preghiera dicendo:

- *Il Signore sia con voi.* Rispondiamo: E con il tuo spirito.
- *In alto i nostri cuori.* Rispondiamo: Sono rivolti al Signore.
- *Rendiamo grazie al Signore, nostro Dio.* Rispondiamo: E' cosa buona e giusta.

PREFAZIO E SANTO

Dopo che il sacerdote ha recitato una preghiera di lode e ringraziamento a Dio, detta Prefazio, cantiamo uniti agli Angeli e ai Santi un canto di gloria:

Santo, Santo, Santo il Signore Dio dell'universo. I cieli e la terra sono pieni della tua gloria. Osanna nell'alto dei cieli. Benedetto colui che viene nel nome del Signore. Osanna nell'alto dei cieli.

A questo punto ci inginocchiiamo per accogliere Gesù che sarà presente sull'altare.

Le parole della **Consacrazione** sono le parole più strabilianti che Dio abbia donato alla Chiesa. Possono trasformare un po' di pane e vino in Gesù Cristo Crocifisso!

Questo grande miracolo si chiama **transustanziazione**, che significa "cambia-mento di sostanza".



A un certo punto il sacerdote prende in mano l'ostia e pronuncia le parole della Consacrazione, le stesse che disse Gesù nell'Ultima Cena:

...QUESTO E' IL MIO CORPO...

In questo momento l'Ostia non è più un semplice pezzo di pane, come durante l'offertorio, ma è il **vero Corpo di Gesù** sotto l'aspetto del pane.

Poi il Sacerdote prende in mano il calice col vino e pronuncia le parole della consacrazione:

...QUESTO E' IL CALICE DEL MIO SANGUE...

e quel Vino non è più semplice vino, ma è il **vero Sangue di Gesù** sotto le apparenze del vino; quello stesso Sangue che Gesù versò sulla croce.

Ecco che l'altare è diventato un vero Calvario, il monte su cui fu crocifisso Gesù. Infatti, ciò che è avvenuto duemila anni fa, a Gerusalemme, torna ad accadere sull'altare durante ogni Messa.

Il sacrificio del Calvario si dice *cruento* perchè si compì con reale spargimento di sangue. Il sacrificio della Messa si chiama *incruento* perchè si compie, in un modo misterioso, senza reale spargimento di sangue.

Sull'altare, dunque, si compie realmente, sebbene in modo misterioso, lo stesso e unico sacrificio che Gesù compì sulla croce.

Infatti sul Calvario la vittima era Gesù; sull'altare la vittima è lo stesso Gesù.

Sul Calvario il Sacerdote era Gesù, che offriva se stesso all'Eterno Padre; sull'altare il vero Sacerdote è Gesù risorto, che offre se stesso all'Eterno Padre per mezzo del sacerdote.

Anche la ragione per cui il sacrificio si offre è la stessa: la salvezza degli uomini.

Infine il sacerdote conclude la Consacrazione con queste parole: *Fate questo in memoria di me.*

Sono le parole che Gesù disse agli apostoli per invitarli a ripetere attraverso la Messa il suo Sacrificio in croce.

Un grande miracolo si compie in ogni Messa!

Per questo il sacerdote dice: *Mistero della fede.*

Rispondiamo: ***Annunciamo la tua morte, Signore, proclamiamo la tua Resurrezione nell'attesa della tua venuta.***

Il sacerdote prosegue la preghiera eucaristica. In essa il sacerdote prega per la Chiesa, per noi presenti a Messa e per tutti i defunti.

Questa preghiera termina con un lode alla Trinità:

*Per Cristo, con Cristo e in Cristo
a te, Dio Padre onnipotente
nell'unità dello Spirito Santo
ogni onore e gloria per tutti i secoli dei secoli.*

Amen. (Ora ci alziamo in piedi)



RITI DI COMUNIONE

GESU' SI DONA A NOI CON IL SUO CORPO E IL SUO SANGUE

Gesù è giunto il momento che tanto aspettavo: unirmi a Te nella Santa Eucarestia. Fa che mi tenga sempre in grazia per goderti un giorno per sempre. Non permettere che mi accosti a Te in stato di grave peccato, donami la perfetta contrizione e fa che la Santa Comunione che sto per ricevere, preservi il mio corpo e la mia anima da ogni pericolo di eterna perdizione, perchè questo anelo dalla tua somma bontà.

PADRE NOSTRO

Per prepararci a ricevere la Comunione, il sacerdote ci invita a recitare insieme il PADRE NOSTRO perché:

- E' la preghiera di tutti i figli di Dio insegnata da Gesù.
- Dicendo "dacci oggi in nostro pane quotidiano", chiediamo a Gesù di diventare il vero cibo della nostra vita.
- Chiediamo perdono dei nostri peccati e promettiamo di perdonare le offese ricevute.

Il sacerdote dice:

Obbedienti alla parola del Salvatore e formati al suo divino insegnamento, osiamo dire:

***Padre nostro, che sei nei cieli,
sia santificato il tuo nome,
venga il tuo regno, sia fatta la tua volontà,
come in cielo così in terra.
Dacci oggi il nostro pane quotidiano,
e rimetti a noi i nostri debiti
come noi li rimettiamo ai nostri debitori,
e non ci indurre in tentazione, ma liberaci dal
male.***



*Liberaci, o Signore, da tutti i mali,
concedi la pace ai nostri giorni;
e con l'aiuto della tua misericordia,
vivremo sempre liberi dal peccato e sicuri da ogni turbamento,
nell'attesa che si compia la beata speranza,
e venga il nostro Salvatore Gesù Cristo.*

***Tuo é il regno, tua la potenza
e la gloria nei secoli.***

*Signore Gesù Cristo, che hai detto ai tuoi apostoli:
"Vi lascio la pace, vi do la mia pace",
non guardare ai nostri peccati,
ma alla fede della tua Chiesa,
e donale unita e pace secondo la tua volontà.
Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.*

Amen.

La pace del Signore sia sempre con voi.

E con il tuo spirito.

Il sacerdote dicendo: *La pace del Signore sia sempre con voi*, ci dona la vera Pace, che è quella di Gesù risorto, il quale, con il suo sacrificio, ci ha riconciliati con Dio.

In questo momento dobbiamo sentirci come gli Apostoli quando Gesù risorto apparve loro dicendo: "Pace a voi!".

Poi, su invito del sacerdote, ci possiamo scambiare un breve gesto di pace segno di comunione fraterna. Lo facciamo in maniera ordinata e sobria, porgendo la mano destra soltanto a chi si trova accanto a noi dicendo: *La pace sia con te.*

FRAZIONE DEL PANE

Il sacerdote spezza il Pane consacrato, proprio come fece Gesù nell'ultima cena per distribuirlo ai discepoli.

Questo gesto ci ricorda anche le tante ferite e piaghe sofferte da Gesù per noi.

Nello spezzare l'Ostia, il sacerdote ne mette una particella nel calice col Vino consacrato. Questo rito indica il **momento della Risurrezione di Gesù**, ovvero quando il suo Sangue, sparso durante la passione, si riunì di nuovo al suo Corpo.

Intanto recitiamo o cantiamo:

***Agnello di Dio, che togli i peccati del mondo,
abbi pietà di noi.***

***Agnello di Dio, che togli i peccati del mondo,
abbi pietà di noi.***

***Agnello di Dio, che togli i peccati del mondo,
dona a noi la pace.***

Gesù è l'Agnello di Dio che si è sacrificato per noi. Perciò, prima di riceverlo nella Santa Comunione, gli chiediamo perdono per averlo offeso con i nostri peccati e invochiamo ancora la sua pace.



Poi il sacerdote ci mostra l'Ostia consacrata dicendo:

Beati gli invitati alla Cena del Signore. Ecco l'Agnello di Dio, che toglie i peccati del mondo.

Rispondiamo:

O Signore, non sono degno di partecipare alla tua mensa: ma di' soltanto una parola e io sarò salvato.

A questo punto chi può ricevere la Santa Comunione, dopo essersi raccolto per recitare qualche preghiera di preparazione, si incammina con raccoglimento e modestia dal sacerdote che porge l'Ostia a chi si deve comunicare dicendo: *Il Corpo di Cristo*. Rispondiamo: **Amen.**

COME RICEVERE GESU':

Ci sono **TRE CONDIZIONI** che dobbiamo rispettare per poter accogliere degnamente e con rispetto Gesù dentro di noi:

1) Essere in grazia di Dio, cioè essere nella sua piena amicizia avendo l'anima pulita da peccati gravi. Chi ha commesso peccato mortale non può fare la Comunione. Dovrà perciò confessarsi prima di ricevere la Comunione, altrimenti commetterebbe un peccato ancora più grave che ferisce profondamente Gesù, chiamato sacrilegio.

2) Sapere e pensare chi si va a ricevere. Dobbiamo riconoscere che nell'Ostia c'è Gesù vivo e vero e desiderarlo con fede e amore. Accostiamoci perciò al Santissimo Sacramento con umiltà, raccoglimento e decenza nel vestire.

3) Essere a digiuno da almeno 1 ora, cioè non possiamo aver mangiato nell'ora che precede la Comunione (in questo tempo di preparazione si può solamente bere l'acqua e prendere le medicine).

*Se per qualche motivo non puoi fare la Comunione, non distogliere la tua attenzione dal fare la **comunione spirituale** impegnandoti di confessarti al più presto per poter ricevere degnamente Gesù-Ostia. Pronuncia con tutto il tuo cuore queste parole:*

Signore, credo che sei realmente presente nel Santissimo Sacramento. Ti amo sopra ogni cosa e Ti desidero nell'anima mia. Poichè ora non posso riceverti sacramentalmente, vieni almeno spiritualmente nel mio cuore (fai un breve pausa di silenzio). Come già venuto io Ti abbraccio e mi unisco tutto a Te, non permettere che abbia mai a separarmi da Te.

Fare la Comunione ci permette di partecipare pienamente al Sacrificio della Messa; è molto importante perciò essere sempre pronti a ricevere Gesù grazie ad una Confessione frequente e ben fatta.

La Comunione ha inoltre dei meravigliosi effetti:

- ci fa essere più uniti a Gesù e alla sua Chiesa;
- cancella i peccati veniali (cioè meno gravi) e ci protegge da quelli mortali;
- conserva e rinnova la grazia che abbiamo ricevuto col Battesimo;
- ci aiuta ad amare il prossimo.

COME FARE LA COMUNIONE

La Comunione si riceve stando in piedi o in ginocchio.

Se ti comunichi stando in piedi, prima di ricevere il Sacramento, china un istante il capo o fai una genuflessione per adorare Gesù che si sta per donare a te.

Il Santissimo Sacramento si assume direttamente in bocca.

Dopo aver detto Amen, tieni la lingua un poco avanzata sulle labbra leggermente aperte.



E' bene non ricevere l'Ostia consacrata in mano perché spesso è possibile che dei frammenti, anche piccolissimi, del Corpo di Gesù rimangano sulle tue mani e non accorgendosene potrebbero cadere ed essere calpestati.

Ricordati Gesù è nell'intera ostia come nel più piccolo frammento!

RINGRAZIAMENTO

Dopo aver ricevuto la Comunione torna al posto e mettiti in ginocchio per ringraziare Gesù. Questo è un momento importantissimo e bellissimo perché **Gesù è dentro di te**: stai raccolto e adora il tuo Signore.

Esprimigli tutta la tua gioia di possederlo. Apri a Lui il tuo cuore e parlagli con grande confidenza, prega anche per le persone vive e defunte a te care.

ORAZIONE DOPO LA COMUNIONE

Dopo la Comunione il sacerdote recita una breve orazione

RITI DI CONCLUSIONE DELLA MESSA

Gesù, la tua benedizione mi accompagni ora nella giornata e mi aiuti a mantenere i propositi che mi hai suggerito in questa Santa Messa. Fammi missionario della Tua parola, apostolo della Tua dottrina, fedele della Santa Eucarestia. Tornando a casa ti porto dentro di me, fa che diventi testimone della dignità che hai riversato in me. Vergine Santa, mi accompagni la tua benedizione. San Michele Arcangelo mi sostenga la tua spada. San Giuseppe mi protegga la grazia con la quale proteggesti una volta il Bambin Gesù dalle minacce di Erode, fammi custode di questa Santa Messa perchè possa conservarmi come vero amico di Gesù.

Il sacerdote ci benedice con il segno della croce e ci invita a far conoscere Gesù, che abbiamo ricevuto nella Santa Comunione, a tutti i nostri amici.

Il Signore sia con voi.

E con il tuo spirito.

Vi benedica Dio onnipotente, Padre e Figlio e Spirito Santo.

Amen.

La Messa é finita: andate in pace.

Rendiamo grazie a Dio.

Per esprimere il nostro ringraziamento al Signore ci uniamo all'assemblea partecipando al canto finale.

Così termina la Messa, ma è importante non scappare subito fuori dalla chiesa!

È bene fermarsi qualche minuto a pregare e a ringraziare ancora Gesù per il grande dono che ti ha fatto. Puoi dire anche un'Ave Maria per chiedere alla tua Mamma del Cielo di aiutarti ad amare suo Figlio Gesù con tutto te stesso e perchè ti aiuti a fare tesoro dei benefici che hai ricevuto partecipando alla Santa Messa.

Uscendo dal banco fai la genuflessione per salutare Gesù sempre presente nel Tabernacolo. Prima di uscire dalla porta della chiesa fa il segno della croce.

La celebrazione della Messa è finita, ma ora comincia la Missione! È importante che la Messa continui nella tua vita; è bello e grande, infatti, rimanere sempre uniti a Gesù e farlo conoscere a chi ancora non ha avuto la grazia di averlo incontrato.