

Celebrując Mszę św., wnosimy nasze serca, umysły i głosy do Boga. Jako istoty cielesno-duchowe modlimy się także naszym ciałem. Podczas Mszy przybieramy różne postawy: stojącą, klęczącą i siedzącą. Wykonujemy również rozmaite gesty: skłony, znak krzyża, uścisk dłoni na znak pokoju, procesja do ołtarza. Te postawy i gesty nie są tylko czysto zewnętrzne. Kiedy czynione są świadomie, ze zrozumieniem i z wiarą, wówczas niosą one ze sobą głębokie znaczenie. Poprzez te postawy i gesty jeszcze pełniej uczestniczymy w liturgii.

Postawy

Postawa stojąca jest oznaką szacunku i czci. Od samego początku, postawa stojąca była rozumiana w Kościele jako pozycja tych, którzy zmartwychwstali z Chrystusem i starają się o to, co w górze (por. Kol 3.2). Kiedy stajemy do modlitwy, przybieramy naszą postawę przed Bogiem jako lud odkupiony Krwią Chrystusa. Stoimy, kiedy celebrans i inni posługujący idą w procesji do kościoła. Stoimy w czasie czytania Ewangelii, ponieważ uznajemy, że w chwili gdy jest ona głoszona, to sam Chrystus mówi do nas. Biskupi Stanów Zjednoczonych wybrali postawę stojącą jako właściwą postawę podczas przyjmowania Komunii świętej w tym kraju.

Postawa klęcząca w Kościele pierwotnym zawsze oznaczała pokutę. Świadomość naszych grzechów powala nas na ziemię! W średniowieczu klęczenie zaczęło oznaczać hołd wasala względem swego pana. Stosunkowo niedawno, klęczenie stało się oznaką pokornej adoracji. Z tego właśnie powodu biskupi Stanów Zjednoczonych wybrali postawę klęczącą dla wiernych podczas Modlitwy Eucharystycznej, począwszy od zakończenia śpiewu „Święty, Święty, Święty...” aż do odśpiewania „Amen” (przed „Ojczy nasz”) włącznie.

Postawa siedząca jest postawą uważnego słuchania i medytacji. Tak więc wierni siedzą podczas czytań przed Ewangelią, w czasie homilii i mogą także siedzieć na czas medytacji po Komunii św.

Gesty

Znak krzyża należy do najbardziej znanych nam gestów. Czynimy go na naszym ciele na rozpoczęcie Mszy św. i na błogosławieństwo na

koniec Mszy. Tym znakiem, który przywołuje zbawczą śmierć Chrystusa na krzyżu, po raz pierwszy zostaliśmy naznaczeni przy chrzcie św., kiedy to staliśmy się własnością Chrystusowi. Dlatego też także podczas obrzędu pokropienia wodą święconą na początku Mszy św., albo kiedy używamy wodę święconą wchodząc do kościoła, czynimy ten znak krzyża.

Przyklęknięcie jest gestem uwielbienia, jakie oddajemy Chrystusowi obecnemu w Najświętszym Sakramencie. Wchodząc do kościoła, zanim zajmimy swoje miejsce, przykłękamy przed Najświętszym Sakramentem przechowywanym w tabernakulum. Kapłan i posługujący przykłękają przed wejściem do prezbiterium, jeżeli znajduje się w nim tabernakulum. Przyklęknięcie odbywa się przez zgięcie prawego kolana, tak aby dotknąć nim ziemi. Podczas Modlitwy Eucharystycznej, kapłan przykłęka trzy razy na znak uwielbienia dla Najświętszego Sakramentu: po ukazaniu ludziom hostii a potem kielicha, i ponownie przed zaproszeniem do Komunii, zanim sam ją przyjmie.

Skłon głowy jest także gestem czci. Ponieważ uznajemy ołtarz jako symbol Chrystusa, dlatego też zatrzymujemy się przed nim i kłaniamy się za każdym razem gdy przed nim przechodzimy. Kapłan i wszyscy posługujący kłaniają się przed ołtarzem po procesjonalnym wejściu do prezbiterium na początku Mszy św.. Podczas Wyznania Wiary, kłaniamy się na słowa, które wspominają Wcielenie: „za sprawą Ducha Świętego przyjął ciało z Maryi Dziewicy i stał się człowiekiem”. Ten gest wyraża nasz głęboki szacunek i wdzięczność Chrystusowi, który

uniżył samego siebie, stawszy się podobnym do ludzi, dla naszego zbawienia.

Są jeszcze inne gesty, które wzmacniają naszą modlitwę podczas Mszy św.. Na przykład, podczas aktu pokutnego, kiedy mówimy Spowiedź Powszechną (“Spowiadam się Bogu Wszchemogącemu...”) uderzanie się w piersi na słowa „moja wina” może bardziej uświadomić nam, że nasz grzech jest rzeczywiście naszą winą. W obrzędzie Znak Pokoju, przez uścisk dłoni albo przez objęcie się wyrazamy, że zobowiązujemy się dzielić się Chrystusowym pokojem. Znak ten wyraża nasze pragnienie, aby żyć w komunii z innymi ludźmi. Dlatego też jest jak najbardziej na miejscu, iż zanim będziemy mieli udział w Komunii św., sakramencie jedności, uczynimy wpieryw ten symboliczny gest z tymi, którzy są wokół nas.

Nowy gest

Ogólne Wprowadzenie do Mszału Rzymskiego zaleca, aby przed przyjęciem Komunii św.

uczynić należy gest czci. Biskupi tego kraju określili, że tym gestem czci przed przyjęciem Eucharystii będzie skłon głowy przed Ciałem i Krwią Chrystusa w rękach szafarza. Przez ten pełen szacunku gest, oddajemy chwałę żywemu Chrystusowi, który przychodzi do nas jako duchwy pokarm. Nie chodzi tu o głębokie zgięcie w talii, ale o proste skinięcie głową, uczynione po zatrzymaniu się przed Szafarzem Komunii. Ten prosty gest, uczyniony przez wszystkich, jest wyrazem naszej jedności i dostrzegalnego szacunku dla Chleba Życia i Kielicha Zbawienia, który mamy właśnie otrzymać.

Przez te wspólne postawy i gesty, Kościół daje świadectwo naszej solidarności w Chrystusie, i ją popiera. Jeżeli ktoś miałby decydować o ich zmianie, aby zaspokoić własną pobożność, ten godziłby w naszą jedność jako jednego Ciała. Kiedy we wspólnym obrzędzie, stoimy, siedzimy, klęczymy, kłaniamy się, czy też czynimy znak krzyża, dajemy świadectwo temu, kim jesteśmy jako Ciało Chrystusa.

Postawy w czasie Mszy św.

- | | |
|--|---------------------|
| • Od rozpoczęcia Mszy aż do pierwszego czytania | stojąca |
| • Od 1-go czytania aż do śpiewu przed Ewangelią | siedząca |
| • Od „Alleluja” aż do końca Ewangelii | stojąca |
| • Podczas kazania | siedząca |
| • W czasie wyznania wiary aż do końca modlitwy wiernych | stojąca |
| • W czasie przygotowania darów aż do końca modlitwy “Módlcie się bracia i siostry...” | siedząca |
| • Od początku modlitwy “Niech Pan przyjmie Ofiarę...” aż do “Święty, Święty...” włącznie | stojąca |
| • Podczas Modlitwy Eucharystycznej | klęcząca |
| • Od „Ojcze nasz” aż do ”Baranku Boży” | stojąca |
| • Od „Baranku Boży” aż do czasu udzielania Komunii Świętej | klęcząca |
| | lub |
| • Podczas przyjmowania Komunii św. | stojąca |
| • Milczenie po Komunii Świętej | siedząca |
| | lub |
| • Od Modlitwy po Komunii aż do końca Mszy | klęcząca
stojąca |

Niniejsza wkładka została pomyślana i przygotowana jako pomoc w realizacji *Ogólnego Wprowadzenia do Mszału Rzymskiego*, które wejdzie w życie w Archidiecezji Chicago od Pierwszej Niedzieli Adwentu, 30 listopada 2003. Opiera się ona na materiale udostępnionym przez Sekretariat d/s Liturgii Konferencji Biskupów Katolickich Stanów Zjednoczonych, Inc. Washington, D.C. Prawa autorskie zastrzeżone © 2002