

POSIÇÕES DO CORPO

A religião assume o homem todo, como ele é: corpo e alma.

A Graça não destrói a natureza humana, mas a completa e aperfeiçoa.

Por isso, rezamos com o corpo também, dizendo palavras e fazendo gestos.

A Missa é o louvor visível do Povo de Deus. Vejamos o significado dos gestos:

SENTADO: É uma posição cômoda que favorece a catequese, boa para a gente ouvir as Leituras, a homilia e meditar. É a atitude de quem fica à vontade e ouve com satisfação, sem pressa de sair.

DE PÉ: É uma posição de quem ouve com atenção e respeito, tendo muita consideração pela pessoa que fala. Indica prontidão e disposição do "orante". A Bíblia diz: "Quando vos puserdes em pé para orar, (...)" (Mc 11,25). Falando dos bem-aventurados, João vê uma multidão, de vestes brancas, "de pé, diante do Cordeiro", que é Jesus (Ap 7,9).

DE JOELHOS: Posição comum diante do Santíssimo Sacramento e durante a consagração do pão e do vinho. Significa adoração a Deus. São Paulo diz: "Ao nome de Jesus, se dobre todo joelho, no céu, na terra e debaixo da terra" (Fl 2,10). Rezar de joelhos é mais comum nas orações individuais. "Pedro, tendo mandado sair todos, pôs-se de joelhos para orar" (At 9,40)

GENUFLEXÃO: É um gesto de adoração a Jesus na Eucaristia. Fazemos quando entramos na igreja e dela saímos, se ali existe o sacrário. Também fazemos genuflexão diante do crucifixo na Sexta-Feira Santa, em sinal de adoração. (Não é adoração à Cruz, mas a Jesus que nela foi pregado).

INCLINAÇÃO: Inclinar-se diante de alguém é sinal de grande respeito. É também adoração, diante do Santíssimo Sacramento. Os fiéis podem inclinar a cabeça para receber a bênção solene.

MÃOS LEVANTADAS: É atitude dos "orantes". Significa súplica e entrega a Deus. É o gesto aconselhado por Paulo a Timóteo: "Quero, pois, que os homens orem em qualquer lugar, levantando ao céu as mãos puras, sem ira e sem contendas" (1 Tm, 2,8)

MÃOS JUNTAS: Significam recolhimento interior, busca de Deus, fé, súplica, confiança e entrega da vida. É atitude de profunda piedade.

PROSTRAÇÃO: Gesto muito antigo, bem a gosto dos orientais. Estes se prostravam com o rosto na terra para orar. Assim fez Jesus no Horto das Oliveiras. Hoje essa atitude é própria de quem se consagra a Deus, como na ordenação sacerdotal. Significa morrer para o mundo e nascer para Deus com uma vida nova e uma nova missão.

SILÊNCIO: O silêncio tem seu valor na oração. Ajuda o aprofundamento nos mistérios da fé. "O Senhor fala no silêncio do coração". É oportuno fazer silêncio depois das Leituras, da homilia e da Comunhão, para interiorizar o que o Senhor disse. Meditar é também uma forma de participar. Uma Missa que não tivesse nenhum momento de silêncio, seria como chuva forte e rápida que não penetra na terra