

Jak uczestniczyć we Mszy świętej



1. Na Mszę św. trzeba przychodzić odpowiednio wcześniej, tak by można było się do niej przygotować przez modlitwę w skupieniu i ciszy. Im lepiej jesteśmy przygotowani do Mszy św. przygotowani, tym więcej łask przyjmujemy, kiedy będziemy w niej uczestniczyć. Łaski, które możemy otrzymać w czasie Mszy św. mają nieskończoną boską moc.
2. Znak krzyża. Każde przeżegnanie się – a szczególnie to na początku Mszy św. – jest znakiem, przez który świadomie odnawiamy swoje przymierze z Bogiem zawarte na chrzcie św., wyrażamy swoją przynależność do Boskiej Rodziny, wiarę w Trójcę Świętą oraz w zbawienie dokonane na krzyżu. Czyniąc znak świętego krzyża, ponownie zobowiązujemy się do życia zgodnego z zasadami wiary chrześcijańskiej oraz przyrzekamy, że podczas Mszy św. zjednoczymy się z Chrystusem w Jego całkowitym oddaniu się Ojcu w Męce i Śmierci krzyżowej.
3. Akty pokuty i „Chwała na wysokości Bogu”. Zanim rozpocznie się celebracja Eucharystii, trzeba wzbudzić w sobie żal za popełnione grzechy: „Jeśli mówimy, że nie mamy grzechu, to samych siebie oszukujemy i nie ma w nas prawdy. Jeżeli wyznajemy nasze grzechy, [Bóg] jako wierny i sprawiedliwy odpuści je nam i oczyści nas z wszelkiej nieprawości” (1 J 1, 8-9).
4. Liturgia słowa. Abyśmy mogli owocnie uczestniczyć w liturgii słowa, Matka Boża za pośrednictwem mistyczki Cataliny Rivas zachęca nas do uważnego wsłuchania się w słowo Boże. Czytania mszalne, psalm, responsoria – to te fragmenty Pisma św., które Kościół przeznaczył dla uczestników Mszy św. na konkretny dzień. One mają do nich przemówić, dotknąć struny ich serc, obudzić ich sumienia. Przez słowo chce się do nich zwrócić Bóg. Tak je trzeba słuchać i tak się je powinno przyjmować, a potem należy zastosować je w życiu.
5. Ofiarowanie darów. Składając dary ofiarne, ofiarowujemy siebie oraz wszystko, czym jesteśmy i co posiadamy. Wierzymy, że Bóg zbiera to, co jest czasowe i przemienia w wieczne. W tym momencie możemy ofiarować także swoją rodzinę, bliskich, dobrodziejów i nieprzyjaciół oraz tych, którzy prosili o modlitwę.
6. Modlitwa eucharystyczna. Podczas modlitwy eucharystycznej, kiedy celebrans wypowiada słowa konsekracji, stajemy się uczestnikami najważniejszych wydarzeń w historii ludzkości; Męki, Śmierci i Zmartwychwstania Chrystusa. Jesteśmy na Kalwarii u stóp ukrzyżowanego Jezusa. Podnieś swój wzrok i kontempluj Go. Wpatruj się w Niego i powtarzaj modlitwę z Fatimy: „Panie, wierzę, adoruję, ufam i kocham Cię. Proszę o przebaczenie dla tych, którzy nie wierzą, nie adorują, nie ufają i nie kochają Cię”. Teraz powiedz mu, jak bardzo Go kochasz, i składaj hołd Królowi królów”. Powinniśmy w duchu wpatrywać się w Jezusa konającego na krzyżu, albowiem On został przebity za nasze grzechy, zdruzgotany za nasze winy (poz. Iz 53,5). Umierając na krzyżu. Jezus składa doskonałą ofiarę, która gładzi grzechy wszystkich ludzi. W momencie konsekracji całe zgromadzenie jest zabierane do stóp Kalwarii w chwili ukrzyżowania Jezusa. Jest to dla nas, uczestniczących we Mszy św. niepowtarzalna szansa, aby w momencie konsekracji, klęcząc w pokorze, jednoczyć się z ofiarą Jezusa – bo tylko wtedy nasza ofiara stanie się doskonałą, a zarazem będziemy mogli otrzymać przebóstwiający nas dar Ducha Świętego: udział w ostatecznym zwycięstwie Chrystusa.
7. „Ojcze nasz” odmawiaj z najgłębszego wnętrza w pełnym skupieniu.
8. Pokój Pański niech zawsze będzie z wami. Prawdziwy pokój daje tylko Pan Jezus. Proś Go o pokój swego serca, w rodzinie, w Polsce i na świecie.
9. Komunia święta. Z pokorą, ukorzeniem się przed wielkością Boga, wstępującego do ludzkiego serca, przyjmujemy Jezusa Eucharystycznego z całą gorliwością ducha, na jaką nas stać w tej chwili. W prostocie witajmy Go, cieszymy się Jego obecnością, łączmy się z Nim. Dopiero w dalszej kolejności mówmy Mu w szczerości o naszych potrzebach i trudnościach, aby ten „czas najdrogocenniejszy”, jak go nazwała św. Faustyna, nie upływał tylko na wyliczaniu prośb i żalów. Niektórzy ludzie przyjmują Pana Jezusa z przyzwyczajenia. Rutyna sprawia, że albo nie mają Mu nic do powiedzenia, albo odmawiają tylko formułki modlitewne, nie wkładając w nie serca. Po przyjęciu Komunii św. potrzebne jest przynajmniej 5 minut bycia sam na sam z Jezusem, w ciszy

- własnego serca. W tej najintymniejszej jedności z Bogiem oddajmy Mu siebie na Jego wyłączną własność. Możemy użyć słów modlitwy: „Przyjmij Panie, całą moją wolność; przyjmij pamięć, rozum i całą wolę. Cokolwiek mam. Tyś mi to dał. Wszystko to zwracam Tobie i całkowicie poddaję się panowaniu Twojej woli. Daj mi tylko miłość ku Tobie i Twoją łaskę, a będę dość bogaty (bogata); niczego więcej nie pragnę”. Ale powinno to płynąć z naszego przekonania i pragnienia.
10. Po skończonej Mszy św. powinniśmy żyć, pracować i odpoczywać w jedności z Jezusem, tak, jak to czyniła św. Faustyna: „Jezu, który przychodzisz do mnie w Komunii św. – Ty, który raczyłeś zamieszkać z Ojcem i Duchem Świętym w małym niebie serca mojego. Staram się przez dzień cały Ci towarzyszyć, nie pozostawiam Cię samego ani na chwilę; chociaż jestem w towarzystwie ludzi czy razem z wychowankami, serce moje jest zawsze złączone z Nim bez słowa mówienia. Kiedy się przebudzę, chwilę wielbię Trójkę Świętą i dziękuję, że raczyła mi darować jeszcze jeden dzień, że jeszcze raz się powtórzy we mnie tajemnica Wcielenia Syna Bożego, że jeszcze raz na oczach moich powtórzy się bolesna męka Jego – wtenczas staram się ułatwić Jezusowi, aby przeszedł przez mnie do dusz innych. Z Jezusem idę wszędzie, obecność Jego towarzyszy mi wszędzie” (Dz. 486)
 11. Bardzo ważne jest, abyśmy uczestnicząc we Mszy św., całym sercem wierzyli, że dla Jezusa nie ma rzeczy niemożliwych, że On może wyzwolić człowieka z najbardziej niszczących nałogów oraz uzdrowić każdą i każdego z nas ze wszelkich chorób duchowych, psychicznych i fizycznych.
 12. Marta Robin (1902-1981) jest jedną z największych mistyczek i stygmatyczek XX wieku. W każdy piątek przeżywała dramat męki i śmierci Chrystusa- na jej ciele pojawiały się wówczas krwawiące stygmaty ran Zbawiciela. Najbardziej jednak opinię publiczną oraz świat nauki zadziwił fakt, że przez 50 lat jedynym pokarmem Marty Robin był Jezus w Eucharystii.
 13. Bóg nieustannie szuka ludzkiego serca. Daje się zobaczyć i doświadczyć przez nadzwyczajne znaki. Jeden z nich, pozwalający odkryć i zachwycić się Jego rzeczywistą obecnością w Eucharystii, miał miejsce w życiu bł. Alexandriny Marii de Costy, która przez 13 lat spożywała tylko Eucharystię. Nie mogła jeść i pić, a mimo to żyła, wbrew wszelkim naturalnym prawom biologii.
 14. Ojciec Pio. 21 września 1962 r. o. Jerzy Tomziński, przełożony generalny Zgromadzenia Ojców Paulinów, uczestniczył we Mszy św. odprawianej przez o. Pio. I wspomina, że to, co najbardziej wtedy przeżył, to moment konsekracji: „Ojciec Pio zachowywał się tak, jakby widział Chrystusa. Oparł się na ołtarzu, ręce położył tak, jakby obejmował krzyż i patrzył na Hostię. On widział Pana Jezusa, że cierpi, że umiera. Widział Go w Hostii – to się ujawniło w jego twarzy. To było coś nieprawdopodobnego... Nie widziałem kapłana celebrującego, ale mękę Pana Jezusa na Golgocie. Widziałem, że Pan Jezus cierpi i umiera, że krew się leje. Widziałem i przeżywałem, dzięki Ojcu Pio, niebo przy ołtarzu”.
 15. Czcigodny sługa Boży Carlo Acutis. Wielkie pragnienie spotkania się z Jezusem w Eucharystii stale mu towarzyszyło, od kiedy w wieku siedmiu lat po raz pierwszy przyjął Komunię św. w klauzurowej wspólnotce zakonnej Pustelnicy Zakonu św. Ambrożego. „Codzienna Eucharystia była jego najgłębszą potrzebą” – opowiada Antonia. „Kiedy gdzieś jechaliśmy pierwszą rzeczą, o którą pytał, było to, czy w hotelu jest kaplica, gdzie będzie mógł spotkać Jezusa. Nigdy nie zaprzestał jej przyjmować, nawet kiedy był chory. Mawiał, że „Eucharystia jest jego autostradą do nieba”. On sam starał się przeżywać nabożeństwo w najgłębszym skupieniu, a w czasie ofiarowania włączyć swoje intencje modlitewne. „Kto mógłby skuteczniej wstawiać się za nami, jeśli nie Bóg, który ofiarowuje się Bogu Ojcu?” – pytał retorycznie. Zazwyczaj po Mszy św. Carlo zostawał jeszcze w kościele na chwilę adoracji. Bardzo dobrze rozumiał, co oznaczały słowa św. Jana Pawła II: „Pięknie jest zatrzymać się z Nim [Chrystusem] i jak umiłowany Uczeń oprzeć głowę na Jego piersi (por. J 13,25), poczuć dotknięcie nieskończoną miłością Jego serca” (Ecclesia de Eucharistia, 25). „Kiedy wystawiamy się na słońce, opalamy się..., a kiedy stajemy przed Jezusem Eucharystycznym, stajemy się święci” – Przypominał. Ojcu, który pewnego razu zaproponował mu udział w pielgrzymce do Ziemi Świętej, chłopak odpowiedział: „Jeśli Jezus przebywa wśród nas zawsze, gdziekolwiek znajduje się konsekrowana Hostia, jaki jest sens pielgrzymowania do Jerozolimy i zwiedzania miejsca, w którym Żył 2000 lat temu? Dzisiaj to tabernakulum powinno być odwiedzane z taką samą pobożnością”.

Materiał streścił Paweł Chabior z książek : „Recepta na życie wieczne” i „Antidotum na śmierć”, wydane przez „Miłujcie się”