

## Posturas y Gestos Corporales en la Misa

Es un símbolo de unidad de aquellos que se han reunido para rendir culto.



Posturas y Gestos Corporales en la Misa

En la celebración de la Misa levantamos nuestros corazones, nuestras mentes y nuestras voces a Dios, pero somos criaturas compuestas tanto de cuerpo como de alma y es por esto que nuestra oración no está confinada a nuestras mentes, a nuestros corazones y a nuestras voces, sino que también se expresa en nuestro cuerpo. Cuando nuestro cuerpo participa en nuestra oración, rezamos con toda nuestra persona, como espíritus personificados tal como Dios nos creó. Este compromiso de todo nuestro ser en oración nos ayuda a orar con una mejor atención.

Durante la Misa asumimos diferentes posturas corporales: nos ponemos de pie, nos ponemos de rodillas, nos sentamos y también somos invitados, a realizar una serie de gestos. Estas posturas y gestos corporales no son meramente ceremoniales. Tienen un significado profundo, así, cuando se realizan con comprensión, pueden realzar nuestra participación personal en la Misa. De hecho, estas acciones representan la manera en que comprometemos nuestro cuerpo en la oración, que es la Misa.

Cada postura corporal que asumimos en la Misa enfatiza y refuerza el significado de la acción en la que estamos participando en ese momento en nuestro culto.

Ponernos de pie es un signo de respeto y honor, así que nos ponemos de pie cuando el celebrante, en representación de Cristo, entra y sale de la asamblea.

Desde los inicios de la Iglesia, esta postura corporal ha sido interpretada como una postura de aquellas personas elevadas con Cristo y que están en la búsqueda de cosas superiores.

Cuando nos ponemos de pie para la oración, asumimos nuestra estatura completa ante Dios, no con orgullo, sino con una humilde gratitud por las cosas maravillosas que Dios ha hecho al crearnos y redimirnos. Por medio del Bautismo, se nos ha dado a compartir una parte de la vida de Dios y la posición de pie es un reconocimiento de este don maravilloso.

Nos ponemos de pie para escuchar el Evangelio, la cúspide de la revelación, las palabras y las escrituras del Señor y los obispos de los Estados Unidos han elegido la posición de pie como la postura que se debe observar en este país para la recepción de la Comunión, el sacramento que nos une de la manera más profunda posible con Cristo quien, ahora

gloriosamente resucitado de entre los muertos, es la causa de nuestra salvación.

En los inicios de la Iglesia, la postura de rodillas simbolizaba la penitencia: ¡la conciencia del pecado nos derrumba!

La postura de rodillas estaba tan íntegramente identificada con la penitencia que a los antiguos cristianos se le prohibía arrodillarse los domingos y durante la Semana Santa, en que el espíritu prevalecedor de la liturgia era de gozo y acción de gracias.

Durante la Edad Media, la posición de rodillas significaba que un vasallo le rendía homenaje a su amo. Más recientemente, esta postura ha venido a significar adoración. Es por esta razón que los obispos de este país han elegido la posición de rodillas para que se ponga en práctica durante toda la Plegaria Eucarística.

La posición sentada es para escuchar y meditar, de esta forma, la congregación toma asiento durante las lecturas previas al Evangelio y puede, del mismo modo, sentarse durante el período de meditación que le sigue a la Comunión.

Los gestos también comprometen a nuestro cuerpo en la oración. Uno de los gestos más comunes es la Señal de la Cruz, con la que damos inicio a la Misa, y con la que, en la forma de una bendición, ésta concluye.

Ya que debido a Su muerte en la cruz, Cristo redimió a la humanidad, nos hacemos la señal de la cruz en nuestra frente, labios y corazones al inicio del Evangelio. Sobre este tema, el Reverendo Padre Romano Guardini, un erudito y profesor de liturgia, escribió lo siguiente:

Cuando nos hagamos la señal de la cruz, que ésta sea una verdadera señal de la cruz. En lugar de un gesto menudo y apretado que no proporciona ninguna noción acerca de su significado; hagamos, en vez, una gran señal, sin ningún apuro, que empiece desde la frente hasta nuestro pecho, de hombro a hombro, sintiendo conscientemente cómo incluye a todo nuestro ser, nuestra mente, nuestra actitud, nuestro cuerpo y nuestra alma, cada una de nuestras partes en un solo momento, cómo nos consagra y nos santifica ...(Señales Sagradas, 1927).

Sin embargo, existen otros gestos corporales que intensifican nuestra oración en la Misa. Durante el "Yo Confieso", la acción de golpear nuestro pecho en el momento de formular las palabras "por mi culpa" puede fortalecernos y hacernos más conscientes de que nuestro pecado es por nuestra culpa.

En el Credo, estamos invitados a hacer una venia en el momento de formular las palabras que conmemoran la Encarnación: "fue concebido por obra y gracia del Espíritu Santo, nació de Santa María Virgen y se hizo hombre".

Este gesto significa nuestro profundo respeto y gratitud a Cristo quien, por medio de Dios, no dudó ningún momento en venir entre nosotros como un ser humano y compartir

nuestra condición humana para salvarnos del pecado y restablecer nuestra amistad con Dios. Esta gratitud se expresa aún con una mayor solemnidad durante la Fiesta de la Anunciación del Señor y en la Navidad, en que hacemos una venia cuando escuchamos estas palabras.

Nos ponemos de pie como familia de Dios, establecida como tal por el Espíritu de adopción. En la plenitud de ese mismo Espíritu, invocamos a Dios como Padre. Después del Padrenuestro viene el Saludo de la Paz, gesto mediante el cual expresamos por medio de un apretón de manos y el saludo de la paz que lo acompaña, que estamos en paz con nosotros mismos y que no guardamos enemistad.

Este intercambio es simbólico. Compartir la paz con las personas a nuestro alrededor representa para nosotros y para ellos la totalidad de la comunidad de la Iglesia y de toda la humanidad.

Por último, en la nueva Instrucción General, se nos pide que hagamos una señal de reverencia, a ser determinada por los obispos de cada país o región, antes de recibir de pie la Comunión. Los obispos de este país han determinado que la señal que ofreceremos antes de la Comunión será una venia, un gesto por medio del cual expresamos nuestra reverencia y honramos a Cristo, quien viene a nosotros como alimento espiritual.

Además de servir como un medio en la oración de los seres compuestos de cuerpo y alma, las posturas y los gestos corporales que hacemos en la Misa cumplen otra función muy importante. La Iglesia ve en estas posturas y gestos corporales comunes tanto un símbolo de unidad de aquellos que han venido a reunirse para rendir culto como un medio para afianzar dicha unidad.

No estamos libres de cambiar estas posturas de acuerdo a nuestra propia piedad, ya que la Iglesia deja bien claro que nuestra unidad en las posturas y gestos corporales son una expresión de nuestra participación en un Cuerpo formado por las personas bautizadas con Cristo, nuestra cabeza.

Cuando nos ponemos de pie, cuando nos arrodillamos, cuando nos sentamos, cuando hacemos una venia y lo mismo cuando hacemos una señal como una acción en común, atestiguamos sin ambigüedad que somos en verdad el Cuerpo de Cristo, unidos en el corazón, la mente y el espíritu.