



Año Diocesano de la Liturgia y la Piedad Popular

Posturas y Gestos Corporales en la Misa

En la celebración de la Misa levantamos nuestros corazones, nuestras mentes y nuestras voces a Dios, porque somos criaturas compuestas de cuerpo y 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, oramos con toda nuestra persona, como espíritus encarnados tal como Dios nos creó. Este compromiso de todo nuestro ser en oración nos ayuda a orar con una mayor atención.

Durante la Misa asumimos diferentes posturas corporales: nos ponemos de pie, nos arrodillamos, nos sentamos y también somos invitados a realizar una serie de gestos corporales. 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 integramos nuestro cuerpo a la oración que es la Misa.

Ponernos de pie



Cada postura corporal que asumimos en la Misa enfatiza y refuerza el significado de la acción en la que estamos participando en ese momento de nuestro culto. Ponernos de pie es un signo de respeto y honor y por ello nos ponemos de pie cuando el celebrante, quien representa a Cristo, entra y sale de la asamblea. Desde los inicios de la Iglesia, esta postura corporal ha sido interpretada como la postura de quienes han sido elevados con Cristo y que «están en la búsqueda de cosas superiores»¹. Cuando nos ponemos de pie para la oración, asumimos la plenitud de nuestra estatura 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 el poder compartir la vida de Dios y el ponernos de pie es un reconocimiento de este don maravilloso. Nos ponemos de pie para escuchar el Evangelio, el culmen de la revelación, las palabras y los hechos del Señor y los Obispos de México han elegido el permanecer de pie como la postura que se debe observar en este país para la recepción de la Comunión, el sacramento que nos une a Cristo de un modo más profundo porque Él está ahora gloriosamente resucitado de entre los muertos y es la causa de nuestra salvación.

Postura de rodillas

En la Iglesia Primitiva, la postura de rodillas simbolizaba la penitencia: ¡la conciencia del pecado nos derrumbaba! La postura de rodillas estaba totalmente identificada con la penitencia. Durante la Edad Media, la posición de rodillas vino a significar el homenaje que un vasallo a su amo; y, más recientemente, esta postura ha



venido a significar adoración. Es por esta razón que la posición de rodillas es la postura corporal durante toda la Plegaria Eucarística después del canto o rezo del Santo.

Estar sentados

El estar sentados es la postura corporal para la escucha y meditación; por ello, la asamblea se sienta 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

Los gestos también comprometen 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 forma de bendición se concluye. Dado que por Su muerte en la cruz es que Cristo redimió a la humanidad, nos hacemos la señal de la cruz en nuestra frente, labios y corazones al inicio del Evangelio. Respecto a este gesto corporal, el Reverendo Padre Romano Guardini, 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 diminuto e imperceptible 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 involucra todo nuestro ser, nuestros pensamientos, nuestras actitudes, nuestros cuerpos y nuestras almas, cada una de las partes de nosotros mismos y de una sola vez, de modo que nos consagra y nos santifica... (Señales Sagradas, 1927).



Otros gestos

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 fortalecer nuestra concientización de que nuestro pecado es 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 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.

Después del Padre nuestro viene el Saludo de la Paz, gesto mediante el cual expresamos por medio de un apretón de manos y el devoto saludo de la paz que lo acompaña, que estamos en paz y libres de enemistades con nuestro prójimo. Este intercambio es simbólico. Compartir la paz con las personas alrededor nuestro representa, tanto para nosotros como 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, señal que ha de 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 ha de ser una venia, un gesto mediante el cual expresamos nuestra reverencia y honramos a Cristo, quien viene a nosotros como alimento espiritual.



Además de servir como un medio para 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 proteger dicha unidad. No somos libres para cambiar estas posturas para acomodarlas 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 el único Cuerpo formado por los bautizados con Cristo, nuestra cabeza. Cuando nos ponemos de pie, cuando nos arrodillamos, cuando nos sentamos, cuando hacemos una reverencia, lo mismo que cuando hacemos una señal como una acción en común, atestigüamos sin ambigüedades que somos en verdad el Cuerpo de Cristo, unidos en el corazón, la mente y el espíritu.

Notas

1. «Busquen primero su Reino y su Justicia y todas esas cosas se les darán por añadidura» (Mt 6, 33)
2. Y sigue prevaleciendo (Nota del Corrector).