

# Preparándose para la misa

En Casa

# Nuestro Regalo

Puede parecer extraño celebrar la misa desde casa. ¡Debes tener muchas preguntas! ¿Es esta una misa "real"? ¿Dices las respuestas en voz alta? ¿Te paras, te sientas y te arrodillas? ¿Qué pasa con el signo de la paz o su regalo del ofertorio? ¿Qué hay de la comunión? Se siente extraño estar "en misa" en mi sala de estar. ¿Hay alguna manera de prepararme para la misa en casa?

Estas preguntas y más serán respondidas dentro el folleto. Esperamos que este folleto digital te tranquilice y te ayude a ti y a tu familia a celebrar la misa en casa más profundamente.



*¡Ven,  
espíritu  
santo!*

### *¿Es esta una "verdadera" misa?*

¡Sí! Aunque no podemos celebrar juntos como una comunidad, estamos celebrando como una comunidad aparte; unidos en nuestro amor a Dios por medio de Jesús y unidos por el poder del Espíritu Santo. Cuando te abres a recibir el Espíritu Santo, escuchas las Sagradas Escrituras, reflexionas sobre las palabras ofrecidas en la homilía y rezas el Acto de Comunión con un corazón receptivo, esta es una Liturgia real y válida.





# *¡Amén!*

*¿Dices las respuestas en voz alta?*

¡Por favor, hazlo! Al principio puede parecer incómodo, pero le prometemos que se acostumbrará. ¡Proclama tus respuestas y canta con nosotros también!



*¡Ponte  
cómodo!*

*¿Te paras, te sientas y te arrodillas?*

Lo que sea que te haga sentir más cómodo. Si tiene capacidad física, participe como lo haría normalmente, como si estuviera en la iglesia.



# iPaz!

## *¿Qué pasa con el signo de la paz?*

Si está presente con su familia, reconozca a quienes lo rodean con contacto visual, un gesto de asentimiento, un saludo y ciertamente una sonrisa. Si está solo, puede considerar cerrar los ojos e imaginarse a sus seres queridos y rezar por ellos.



# *¡Compartir!*

*¿Qué pasa con mi regalo de ofertorio?*

Hay algunas opciones para ti. Puede enviárnoslo por correo, donar en línea a través de nuestro sitio web o guardar sus sobres para cuando regrese. Nuestra parroquia todavía sirve a los necesitados y cuenta con el apoyo de toda la comunidad para continuar nuestra misión.

## Oración de Comunión Espiritual

**Mi Jesús,  
Yo creo que Tu  
estás presente en el Santísimo Sacramento.  
Te amo sobre todas las cosas,  
y deseo recibirte en mi alma.  
Como no puedo en este momento  
No puedo recibirte sacramentalmente,  
Ven al menos espiritualmente a mi corazón.  
Te abrazo como si ya estuvieras allí  
y unirme totalmente a ti.  
Nunca permitas que me separe de ti.  
Amén.**

***¡El cuerpo  
de Cristo!***

### *¿Qué hay de la comunión?*

En tiempos de crisis, cuando no es posible recibir el Cuerpo de Cristo, es aceptable hacer un Acto de Comunión Espiritual. La comunión espiritual es un deseo profundamente enrutado de recibir a Jesús y permanecer cerca de Él a pesar de que no podemos estar físicamente presentes en la comunidad.





# *¡Relajarse!*

## *¿Hay alguna manera de prepararme para la misa en casa?*

La respuesta corta es SI. Las siguientes páginas lo guiarán a través de un ejercicio rápido para ayudarlo a prepararse para la próxima vez (y cada vez) que esté listo para celebrar la Misa en casa. Te invitamos a que te prepares unos minutos antes de hacer clic en reproducir o activar el canal en tu televisor.

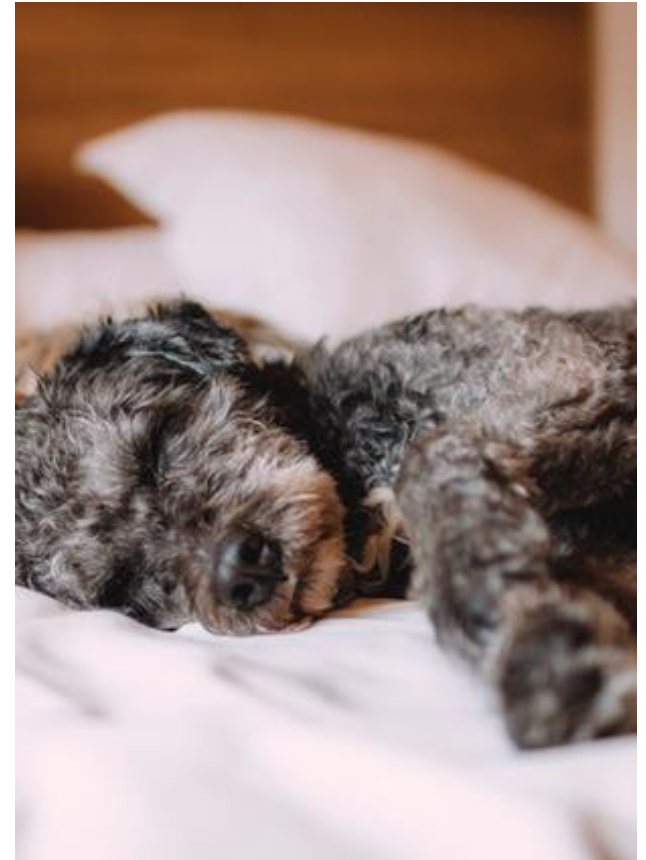
¡Gracias por estar con nosotros, quedarse con nosotros y, por supuesto, rezar con nosotros!

# Relajarse...

---

Tu semana ha sido muy ocupada, quizás incluso caótica. Gracias a Dios, tomaste la decisión consciente de estar aquí hoy: tomarte un tiempo para rezar, tiempo para reconocer que siempre estamos en la presencia de Dios y tiempo para renovarte y revitalizarte a través de esta Liturgia.

Preparémonos para la celebración de hoy ...



# Respirar

---

Respira hondo. Piensa en tu mañana, tu semana, tu mes. Mientras exhala, libérese de la preocupación, el estrés y la ansiedad que conlleva.

Respira de nuevo. Sé consciente de que tu cuerpo y tu mente se calman. Exhale cualquier tensión y presión que pueda soportar el resto del día y su semana por delante.

Estar en este momento; seguro y en sintonía con el amor, la paz y el plan de Dios para ti.



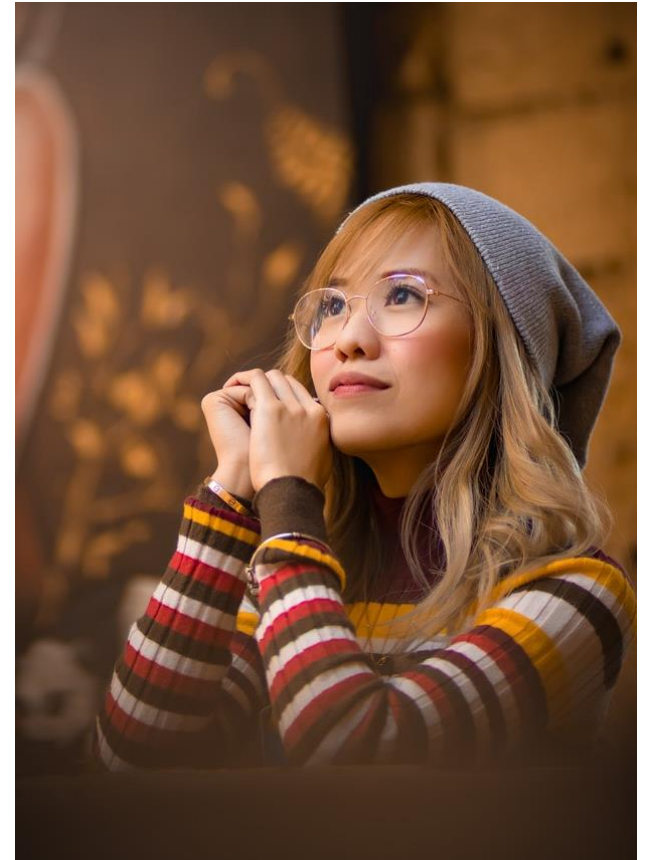
# Ora/Ofrece una Intención

Dios generoso, hoy al unirme al sacrificio de la Misa, ayúdame a permanecer abierto a tu Palabra y a tu plan para mí. Que la experiencia de hoy me fortalezca para hacer Tu voluntad y administrar los muchos dones que me has confiado. Ayúdame a ser consciente de tu presencia siempre, especialmente cuando no estoy en la iglesia, porque tu hogar está en todas partes. Pido de una manera especial para

{intención especial}

---

Mi confianza está en ti, o Señor, para siempre.  
Amén.



# Estar abierto

---

Prepare una lista de cosas por las que está agradecido la semana pasada. Reconoce y agradece a Dios por cada uno de ellos.

Continúe este proceso durante la celebración de hoy. Permita que una palabra, frase, idea o acción le hable. Tome esta "cosa", escríbala y ore con ella durante la próxima semana.

¿Cómo puedes incorporar este pensamiento en tu propia vida?  
¿Cómo puede usar este pensamiento para ayudar a cambiar sus acciones en su comunidad?

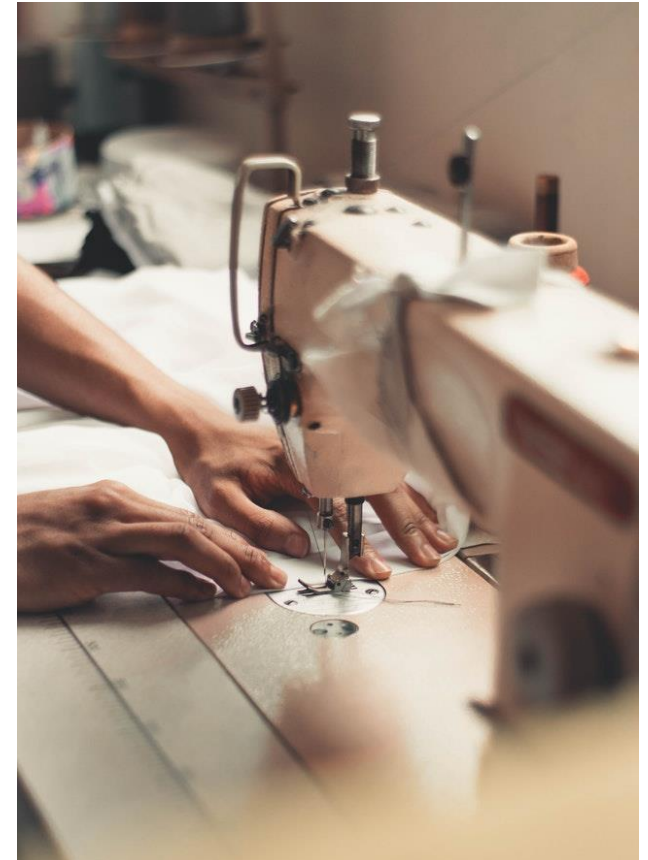


# Da un Paso

---

Nuestra comprensión de la celebración eucarística no cesa cuando termina la misa. ¡Llévalo contigo! Es posible que desee trabajar o hablar con alguien sobre su "wcosa" esta semana; prepárese para la próxima semana mirando las lecturas [www.usccb.org/bible/lecturas/](http://www.usccb.org/bible/lecturas/); o elige una nueva intención.

También puede optar por participar. Hay numerosas formas de ayudar durante la crisis actual, incluyendo; quedarse en casa, donar bienes o fondos, coser máscaras, llamar a seres queridos, controlar a los vecinos, etc. Cuando hayamos pasado este momento crítico, ¡considere servir en un ministerio o dos con nosotros! ¡Siempre hay mucho que hacer!





# ¡Gracias!

Estamos continuamente llamados a descubrir nuestro papel en la construcción del reino de Dios aquí en la tierra. ¡Gracias por hacer tu parte hoy!

¡Esperamos que continúes dando pasos cada día en este maravilloso viaje de discipulado! Juntos como el único Cuerpo de Cristo, nos mantenemos unidos en la fe para glorificar a Dios con nuestras vidas.

¡AMÉN!

