



---

# **EUCARISTÍA...**

# **MEDICINA**

# **EFICAZ**

---

# ÍNDICE

- 02**    Cómo vivimos la Eucaristía
- 05**    Breve historia de la Eucaristía
- 09**    Efectos y frutos de la Eucaristía
- 14**    La Eucaristía. ¿Presencia real o simbólica de Cristo?
- 18**    ¿Qué punto especial tiene la Eucaristía?
- 24**    ¿Cómo participar mejor en la Eucaristía?
- 28**    Eucaristía y matrimonio
- 30**    Diez sugerencias para participar mejor en la Santa Misa
- 35**    El misterio de la Eucaristía
- 37**    ¿Cuánto dura la presencia de Cristo en la Eucaristía?
- 39**    Profundidad del misterio eucarístico
- 41**    Eucaristía y apostolado





# La Eucaristía: misterio y experiencia

Los frescos de una de las estancias vaticanas representan el milagro de Bolsena, en Italia. En 1263, se produjo un milagro: la hostia sangró durante la misa en la iglesia de Santa Cristina, cuando el sacerdote Pedro de Praga, que dudaba de la presencia de Jesús en el pan consagrado, la elevó ante el pueblo. El Papa Urbano IV y Santo Tomás de Aquino recibieron la noticia. El santo dominico oró e investigó para dar explicación teológica al misterio del sacramento. El Papa llegó pronto al Papa, pues se encontraba en Orvieto, ciudad cercana, y pidió analizar el corporal. Al constatar los hechos, instituyó la solemnidad de Corpus Christi.

En la estancia vaticana, la pintura de Rafael presenta el momento del milagro. Los rostros de los asistentes muestran la admiración el prodigio que contemplan. Los rostros de todos... menos uno: el del Papa. ¿Por qué ese rostro no manifestaba asombro? Porque no dudaba. Porque tenía plena fe en el misterio de la Eucaristía.

Personajes y hechos parecidos se dan en nuestra presencia actual ante la Eucaristía: unos dudamos, otros creemos, unos esperamos milagros, otros estudiamos. Sabemos que entrar al misterio del Cuerpo y Sangre de Cristo consagrados pide reflexión y, sobre todo, fe. ¿Cómo adquirir estas virtudes para acercarnos y beber de este manantial que vivifica la vida cristiana? ¿Basta conocer, saber? Lo más útil es experimentar, vivir en primera persona la presencia de Jesucristo en un pan y un poco de vino. Catholic.net ofrece los siguientes artículos para facilitar esta maravillosa experiencia.



# Cómo vivimos la — Eucaristía —

*Papa Francisco | Fuente: es.radiovaticana.va*

Mucho ayuda conocer cómo vivir la Eucaristía. Y cómo vivir la Misa cada domingo. El Papa Francisco da sugerencias muy útiles para participar en el sacramento con mucho fruto que aquí recogemos en una catequesis del Papa que dio sobre la Eucaristía que celebramos y nuestra vida.

La Eucaristía nos introduce en la comunión real con Jesús y su misterio. Ahora podemos hacer algunas preguntas sobre la relación entre la Eucaristía que celebramos y nuestra vida como iglesia y como cristianos individuales ¿Cómo vivimos la Eucaristía? ¿Cómo vivimos la Misa, cuando vamos los domingos? ¿Es sólo un momento de fiesta? ¿Es una tradición, bien establecida, que se cumple? ¿Es una ocasión para encontrarnos o para sentirnos bien? ¿O es algo más?

# Preguntarnos si amamos como Jesús quiere que amemos

Hay señales muy específicas para averiguar cómo vivir la misa, cómo vivimos la Eucaristía. Señales que nos dicen si vivimos la Eucaristía bien o no la vivimos tan bien... El primer indicador es la manera en que vemos y consideramos a los demás. En la Eucaristía, Cristo siempre actualiza el don de sí que Él hizo en la Cruz. Toda su vida es un acto de total compartir, darse por amor: por eso, Él amaba estar con sus discípulos y las personas que conocía. Significaba para Él compartir sus deseos, sus problemas. Le conmovían sus almas y sus vidas.

Cuando participamos en la Santa Misa, nos encontramos con hombres y mujeres de todo tipo: jóvenes, ancianos, niños; pobres y ricos, originarios del lugar y extranjeros, en compañía de familiares, solos... Pero la Eucaristía que celebro, ¿me lleva a sentirlos de verdad a todos como hermanos y hermanas? ¿Crece en mí la capacidad de alegrarme con los que están alegres y de llorar con los que lloran? ¿Me empuja a ir hacia los pobres, los enfermos, los marginados? ¿Me ayuda a reconocer en ellos el rostro de Jesús?

Todos vamos a misa porque amamos a Jesús y queremos compartir su pasión y su resurrección en la Eucaristía. Pero ¿amamos, como Jesús quiere que amemos a aquellos hermanos y hermanas necesitados? Por ejemplo, en Roma, hemos visto muchos problemas sociales por la lluvia que ha causado tantos daños a barrios enteros o por la falta de trabajo ante esta crisis social en todo el mundo... Me pregunto, todos preguntémonos: “Yo, que voy a misa, ¿cómo vivo estos problemas? ¿Me preocupo de ayudar, de acercarme, de rezar por quienes tienen un problema? ¿O soy un poco indiferente? O tal vez me preocupo de chismorrear: “¿Viste cómo iba vestida aquella, como iba vestido aquél?”. A veces, se hacen estos comentarios después de la misa. ¿O no? ¡Se hace! ¡Y no se debe hacer! Debemos preocuparnos por nuestros hermanos y hermanas que tienen una necesidad, una enfermedad, un problema. Pensemos. “¡Nos hará bien a hacerlo hoy!”, por estos hermanos y hermanas que tienen problemas por la lluvia, por otra tragedia, por los problemas sociales del trabajo... Y pidamos a Jesús, este Jesús que recibimos en la Eucaristía, que nos ayude a ayudarlos.

# La gracia de ser perdonados y perdonar

Un segundo indicador, muy importante, es la gracia de ser perdonados y de perdonar. A veces alguien pregunta: “¿Por qué hay que ir a la iglesia, si los que participan regularmente en la misa son pecadores como los demás?”. ¡Cuántas lo veces hemos oído! En realidad, hay quien asiste a la Eucaristía porque cree y no para aparentar más que los demás, sino porque se reconoce siempre con la necesidad de ser aceptado y regenerado por la misericordia de Dios, hecha carne en Jesucristo.

¡Si cada uno de nosotros no se siente con la necesidad de la misericordia de Dios, si no se siente un pecador, es mejor que no vaya a misa! Vamos a misa porque somos pecadores y queremos recibir el perdón de Jesús, participando en su redención, en su perdón. ¡Ese “confieso” que decimos al principio no es algo formal: es un verdadero acto de penitencia! ¡Yo soy pecador y confieso! Así da inicio la misa.

No debemos olvidar nunca que la Última Cena de Jesús tuvo lugar “la noche en que fue traicionado” (1 Cor 11,23). En el pan y el vino que ofrecemos y en torno al cual nos reunimos, se renueva cada vez el don del Cuerpo y la Sangre de Cristo para remisión de nuestros pecados. Debemos ir a misa humildemente, como pecadores. Y el Señor nos reconciliará.

## La Eucaristía es un don de Cristo

Un último y valioso indicador nos lo ofrece la relación entre la celebración eucarística y la vida de nuestras comunidades cristianas. Debemos tener siempre presente que la Eucaristía no es algo que hacemos nosotros: no es una conmemoración nuestra de lo que Jesús dijo e hizo. No. ¡Es una acción de Cristo! ¡Es Cristo quien la realiza! ¡El que está en el altar! Y Cristo es el Señor.

La Eucaristía es un don de Cristo, que se hace presente y nos reúne en torno a Él, para alimentarnos con su Palabra y con su vida. Esto significa que la misión y la misma identidad de la Iglesia fluyen a partir de ahí, de la Eucaristía. Y ahí siempre toman forma. Una celebración puede llegar a ser impecable en términos de apariencia, hermosísima, pero, si no nos lleva al encuentro con Jesús, puede que no aporte ningún alimento a nuestro corazón y a nuestra vida. A través de la Eucaristía, en cambio, Cristo quiere entrar en nuestra existencia e impregnarla de su gracia, para que en cada comunidad cristiana haya coherencia entre liturgia y vida.

El corazón se llena de fe y de esperanza pensando en las palabras de Jesús recogidas en el Evangelio: “El que come mi carne y bebe mi sangre tiene vida eterna, y yo lo resucitaré en el último día (Jn 6,54). Vivamos la Eucaristía con espíritu de fe y de oración, de perdón, de penitencia, de alegría en común, de preocupación por las necesidades de tantos hermanos y hermanas. Con la certeza de que el Señor cumplirá lo que ha prometido: ¡La vida eterna!



# Breve historia de la — Eucaristía —

*Michael Pennock | Fuente: foro.univision.com*

La celebración de la Eucaristía ha cambiado a través de los siglos. Su esencia se mantiene, pero los procesos mentales y los gestos de las personas varían con el paso del tiempo. Repasar brevemente la historia de estos cambios muestra acentos interesantes de cada época, así como el pozo, fresco y profundo, del que brotan las riquezas de este sacramento.

## Inicios

La Eucaristía comenzó en la Última Cena. Después las primeras comunidades siguieron el mandato de Jesús de “partir el pan” en su nombre (Hechos 2:42).

En la Primera Carta a los Corintios, San Pablo describe una Eucaristía. Narra que se celebraba en una cena comunitaria, que se compartía la ceremonia en las casas de los cristianos. Incluían la bendición del pan y del vino, partían el pan y celebraban la comunión.

San Pablo relata abusos en la cena comunitaria: algunas personas bebían demasiado y otras se olvidaban de compartir la cena con los pobres presentes. Pablo quedó atónito, pues el propósito era de celebrar al Señor en medio de ellos. El comportamiento egoísta trajo una advertencia muy seria: “Por tanto, quien coma el pan o beba la copa del Señor indignamente, será reo del Cuerpo y de la Sangre del Señor. Cada uno ha de examinarse a sí mismo y sólo entonces comerá del pan o beberá de la copa; porque la persona que come y bebe sin reconocer al Cuerpo, está comiendo y bebiendo su propia condenación” (1 Cor 11,27-29).

Pronto, los cristianos no celebraron la Eucaristía en una cena. Cuando San Justino escribe sobre la Eucaristía en el año 150, no menciona la cena. Además, el número de cristianos crecía y la Eucaristía se celebraba independiente de la cena comunitaria.

## Segundo y tercer siglo


La Eucaristía comenzó en la Última Cena. Después las primeras comunidades La comunidad apostólica ya no existía. La liturgia se desarrolló cada vez más. Se leían pasajes de la Biblia, se reflexionaba en lo que habían escrito los cristianos de la primera generación, como Pablo. Cuando los judío-cristianos ya no fueron bienvenidos en el servicio de la sinagoga, se agregaron oraciones, cantos, himnos y la homilía a la liturgia eucarística. Hoy reconocemos este desarrollo como liturgia de la Palabra.

En aquella época, el celebrante de la liturgia tenía amplia libertad para componer sus propias oraciones en la misa. Sin embargo, pronto todos tuvieron normas y las diferentes comunidades comenzaron a adoptar las oraciones de sus celebrantes más elocuentes, como Hipólito en el año 215.

## Siglos cuarto a octavo

La libertad oficial del cristianismo en el imperio por Constantino, año 313, favoreció la difusión rápida del cristianismo y trajo cambios significativos en la celebración de la liturgia según los testimonios escritos que conservamos.





El latín se convirtió en el idioma de la liturgia hacia el años 384 por ser el lenguaje común del mundo romano. El aumento del número de cristianos y su salida de las casas originó las asambleas en las basílicas, que eran edificios imperiales. Más tarde construyeron y dedicaron iglesias. El sentido de sacrificio que hay en la Eucaristía creció, mientras el simbolismo de la cena se fue desvaneciendo.

La teología de aquel período enfatizó la divinidad de Cristo. La gente se sintió menos digna de acercarse al Señor, creador y juez del universo. Como resultado, menos gente se acercaba a recibir la comunión.

## **Edad Media: siglos IX a XV**



Los teólogos debatieron el significado de la presencia real de Cristo en el pan y el vino eucarísticos. Usaron el término transustanciación para describir el misterio del cambio que se da en el pan y el vino, los cuales se convierten en el cuerpo y la sangre de Jesús, aunque conservan las apariencias de pan y de vino.

El acento de la misa como un sacrificio puso cada vez más a los laicos en le papel de simples espectadores ante el drama que se desarrollaba en el altar. La consagración se convirtió en el punto principal de la misa. La esencia dejó de ser la recepción de Jesús en la comunión, centrándose en ver y adorar al Señor presente en la Eucaristía. Pocos laicos recibían la comunión, que se generalizó en forma de oblea pequeña y redonda, nombrada hostia, que significa “víctima sacrificial” en latín, sustituyendo el pan común la comulgar. También sirvió para evitar la pérdida de pequeñas migajas al partirse. La comunión con el vino consagrado en el cáliz para todos desapareció por los problemas prácticos que ocasionaba.

El Cuarto Concilio de Letrán, año1215, puso la norma que exigía comulgar por lo menos una vez al año. Surgieron las prácticas centradas en la devoción eucarística, como la elevación de la hostia y el cáliz durante la misa, la bendición y exposición con el Santísimo, las cuarenta horas, la fiesta de Corpus Christi.

## **Desde la Reforma hasta el siglo veinte**



El siglo dieciséis trajo la Reforma Protestante. El Concilio de Trento, celebrado entre 1545 y 1565, se convocó para corregir algunos abusos que se cometían en la Iglesia. También defendió creencias católicas atacadas por los reformadores. En cuanto a la Eucaristía, los padres conciliares reafirmaron la presencia real de Jesús en el pan y el vino consagrados, así como y el valor del término teológico transustanciación para explicar el cambio misterioso que sucede en el sacramento.

También defendieron la naturaleza sacrificial de la misa, donde Jesús se inmola para salvar al pueblo, en contra de los reformadores que la reducían a una cena.

Fue significativo la publicación del Misal Romano por el Papa Pío V en 1570 para uniformar el rito oficial en toda la Iglesia, dando sentido de unidad y fidelidad a la doctrina frente a las tendencias reformadoras. Este Misal se lo usó durante los siguientes cuatrocientos años.

La devoción al Santísimo Sacramento floreció, aunque la gente recibía la comunión raras veces. Fue hasta 1910 cuando el Papa Pío X permitió que los niños llegados a la edad de la razón recibieran la comunión, animando a todos los fieles a recibirla con frecuencia.

## La Eucaristía hoy

Hubo un gran movimiento litúrgico en la primera mitad del siglo XX que desembocó en el Concilio Vaticano II. Se concretó en la Constitución de la Sagrada Liturgia, aprobada por los 2000 obispos presentes en 1963. Promovió una renovación de todos los sacramentos, también de la misa y de los ritos litúrgicos con la Eucaristía. Algunos cambios importantes son los siguientes.

Se abre la celebración de la misa en la lengua de cada pueblo para una mejor participación de todos en la ceremonia.

Se realiza la liturgia de la Palabra y se propone encauzar la homilía en base a las lecturas. Se amplían éstas en los domingos con un ciclo de tres años, para enriquecer la escucha y meditación de la Palabra de Dios más ampliamente.

El altar queda al frente del pueblo para dar mayor participación a los fieles en la Eucaristía: la misa se presenta como una invitación para que todos los asistentes se involucren plenamente.

Se añade la Oración de los Fieles como un vínculo de la comunidad local que celebra la Eucaristía con la iglesia universal, el mundo y cuantos sufren. De hecho, también se denomina Plegaria Universal.

La participación activa cambia el dicho común de “ir a misa” con “celebrar la Eucaristía.” ¿Por qué? Porque la misa no es un asunto privado: es el culto público de la comunidad, dirigida por el sacerdote, donde la comunidad se une para agradecer, alabar y adorar a Dios.

Se permite recibir la comunión en la mano y bajo las dos especies.

Los laicos pueden servir en muchos ministerios litúrgicos, sean lectores, ministros eucarísticos, miembros del coro, ujieres y portadores de las ofrendas.



# Efectos y frutos de la — Eucaristía —

*Cristina Cendoya de Danel | Fuente: Catholic.net*

Todos queremos obtener buenos frutos participando en la Eucaristía, sea en una misa o en una visita al Santísimo. Estos efectos surgen de la unión con Cristo en el momento del encuentro, los cuales mejoran según las actitudes que hay en el corazón de cada quien. Descubrir el tesoro que hay en el don de Dios que palpita en la Eucaristía ayuda a aprovecharla mejor.

## Efectos

Varios efectos surgen cuando recibimos la Eucaristía. Primero: Él interviene con su gracia, pero también yo participo, recibiendo su don o dejándolo ir. En la medida de la unión íntima con Cristo se alcanza, están asegurados la entrega del Señor y su sacrificio. Queda, pues, la otra parte: poner mis disposiciones para recibirle sin obstáculos, aprovechando al máximo el sacramento con una buena acogida de su presencia.

El sacramento nos aumenta el don de la gracia. Para comulgar, debemos ya estar en gracia, sin pecado grave: la comunión nos la acrecienta, dándonos mayor vitalidad espiritual. Nos agranda la poca santidad que tenemos. Nos une más a Cristo. Todo porque se recibe a Cristo mismo, autor de la gracia.

La gracia sacramental propia de la Eucaristía es llamada nutritiva: es el alimento que conforta y vigoriza nuestra alma. También nos perdona los pecados veniales, aportando al corazón más fortaleza.

## Necesidad

La Eucaristía es indispensable para todos los bautizados. Alguien que quiere la salvación, que desea alcanzar fuerte unión con Jesucristo, que desea tenerle muy cerca, lo consigue totalmente en la Eucaristía.

La Iglesia nos manda recibir este sacramento al menos una vez al año, porque es un alimento necesario para nuestro corazón cristiano. Más allá del mandato, la comunión frecuente, si es posible diaria, eleva nuestra energía interior y nos realiza como seguidores de Jesucristo.

## El alcance de ministro y del sujeto

El ministro de este sacramento es el sacerdote ordenado, que consagra, convierte y cambia el pan y el vino en Cuerpo y Sangre de Cristo. Sólo él recibe de Dios la facultad para actuar en nombre de Cristo en este sacramento. Lo sabemos porque Jesucristo dio el mandato a los Apóstoles de *“hacer esto en memoria mía”*, no a todos los discípulos (Cfr. Lc. 22,).

El Concilio de Letrán así lo declaró en respuesta a la herejía de los valdenses, que no aceptaban la jerarquía en la Iglesia y pensaban que todos los fieles tenían los



mismos poderes. Fue reiterado en Trento, ante la doctrina protestante, que no hacía ninguna diferencia entre el sacerdocio ministerial y el sacerdocio de todos los fieles.

Los *diáconos* ordenados tienen la función de distribuir las hostias consagradas, pero no pueden consagrar. La Iglesia también da la capacidad de distribuir la comunión a los *ministros extraordinarios de la Eucaristía*: son ministros que ayudan a los sacerdotes a llevar la comunión a los enfermos y a distribuir la comunión en la misa.

Todo *bautizado* puede recibir la Eucaristía, siempre que se encuentre en estado de gracia, es decir, con los pecados mortales perdonados. La exigencia del bautismo viene de la primitiva Iglesia: la *partición del pan* era una reunión de los cristianos, no para cualquier persona.

Una buena comunión necesita preparación, para aprovechar la unión con Cristo que concede la comunión, aprovechamiento que disminuye si se comulga con rutina, para llamar la atención, por vanidad o por compromiso social. La mejor disposición es acercarse al altar para agradecer a Dios, para convivir con Él.

Los pecados veniales no son un impedimento para recibir la Eucaristía. Reconocer estos fallos y arrepentirse de ellos predispone mejor el alma para el encuentro con Cristo. Casi todos reconocemos nuestras fallas y tenemos la delicadeza de querer una cercanía más limpia con Él.

Para sacar mayor beneficio a la gracia que produce en encuentro con Jesucristo, ayuda crear disposiciones adecuadas para recibirle, que se logran con la buena preparación antes de la comunión. Así se comulga con atención, entrando al misterio de la presencia física de Dios y con la acción de gracias posterior. El silencio interior y el diálogo espontáneo con el Salvador son muestra de la buena acogida que le damos.

La Iglesia insiste en el ayuno eucarístico, de una hora antes de comulgar, también en la manera de vestir y en la postura del cuerpo, como señales de respeto y mejor disposición a la fuerte unión con Dios que se da en la comunión.

## Frutos de la Eucaristía



Todo sacramento es eficaz, porque Dios interviene directamente en el alma. Al recibir la Eucaristía, el fiel y toda la Iglesia acogen riquezas que no se puedan palpar. He aquí algunas.

### **Acrescienta nuestra unión con Jesucristo**

Recibir a Cristo en una manera real y substancial da una unión material, no solo una unión de deseo o de un símbolo suyo que sugirió en la última cena. Esta unión íntima nos llena de su gracia, don sobrenatural que eleva el alma un escalón por encima del mundo natural.

*“Quien come mi carne y bebe mi sangre está en mí y yo en él” (Jn, 6,56).*



## **Fortalece la caridad, don supremo en la vida cristiana**

Los fallos debilitan la caridad y necesitamos vivir el amor como Jesús nos lo pide, meta difícil, que requiere fuerzas especiales de Dios.

Jesús sabe que la caridad auténtica es un trabajo costoso, por lo que necesitamos fuerzas que nos permitan alcanzarlo. Su presencia en la Eucaristía alimenta y refuerza la caridad.

La Eucaristía es el mayor ejemplo de amor que alguien puede dar, porque en ella se manifiesta el don del Hijo de Dios que se entrega. Transforma el corazón, lo llena de amor, incrementando la vivencia de la caridad, que es amar como Dios ama.

*“Que nunca os falte, queridos jóvenes, el pan eucarístico en las mesas de vuestra existencia. ¡De este pan podréis sacar fuerza para dar testimonio de vuestra fe!”*

(Juan Pablo II. *Queridísimos jóvenes*)

## **Nos preserva de futuros pecados mortales**

Somo débiles. Necesitamos fuerzas. Tanto para vencer al mal como para vivir la caridad. La Eucaristía es el mejor alimento para obtener estos frutos.

## **Da unidad al Cuerpo Místico de Cristo que es la Iglesia**

Quien recibe a Jesús en la Eucaristía se une íntimamente a Él, cabeza del Cuerpo Místico, del que todos los cristianos formamos parte.

La unión con Cristo en la Eucaristía une al mismo tiempo con el resto de los cristianos, miembros de su Cuerpo Místico. Llamamos *comunión* a la recepción de la hostia consagrada: común-uniión, unión de toda la comunidad.

*“Te pido que todos sean uno. Padre, lo mismo que tú estás en mí y yo en ti, que también ellos estén unidos a nosotros. De este modo, el mundo podrá creer que tú me has enviado. Yo les he dado a ellos la gloria que tú me diste a mí, de tal manera que puedan ser uno, como lo somos nosotros”* (Juan 17, 21-22).

## **Fortalece a toda la Iglesia**

La unidad de los cristianos en el Cuerpo Místico de Cristo requiere fortaleza en cada miembro, gracias sobrenaturales que faciliten el diálogo y entendimiento en las diferencias. La Eucaristía fortalece a la Iglesia entera.



## **Pide compromiso hacia los demás**

Entrar en unión con el Cuerpo Místico de Cristo, unión que impulsa la Eucaristía, reclama mayor atención a las necesidades de los otros miembros. Quien comulga es llamado a identificarse con los intereses de Cristo, Cabeza y Cuerpo, llamando al compromiso de ser apóstol, de llevar a Cristo a todos, de ayudarles en sus necesidades espirituales y materiales, cuidar a los pobres, a los enfermos, a cuantos sufren.

La Eucaristía es, pues, el árbol de la vida donde cada cristiano alimenta su fe y su corazón según el Evangelio.



## — E u c a r i s t í a — ¿Presencia real o simbólica de Cristo?

*Dr. Jorge Rodríguez | Fuente: [www.EducarEsAmar.mx.gs](http://www.EducarEsAmar.mx.gs)*

El misterio de la Eucaristía puede quedar en el nivel solo humano, dejándola como un símbolo, un recuerdo, casi una escenificación teatral de lo sucedido en la última cena; o ponerla en el nivel sobrenatural, divino, según las palabras de Jesús: Al escucharlo, cierto número de discípulos de Jesús dijeron: ‘¡Este lenguaje es muy duro! ¿Quién querrá escucharlo?’ (Jn 6,60). Tanto que muchos discípulos se retiraron cuando oyeron estas palabras. ¿Cómo interpretar los textos bíblicos hoy?

El punto central de la Eucaristía es que llama a la fe. Los católicos aceptamos las palabras de Jesús completamente: durante la Misa, bajo las especies de pan y de vino, la consagración por el sacerdote hace presente realmente a Jesucristo. Su cuerpo, sangre, alma y divinidad están en las especies de pan y de vino. Para los judíos, hablar del cuerpo y de la sangre significaba hablar de toda la persona. Jesús, cuando instituyó el sacramento, dijo: Esto es mi cuerpo. Esta es mi sangre. Asegurando que, en el pan y el vino consagrados, se encuentra la plenitud de su persona: Jesús, Dios y hombre verdadero, está presente con su cuerpo, su sangre, su alma y su divinidad.





En el Antiguo Testamento, se consideraba necesario el derramamiento de sangre de una víctima ofrecida a Dios para lograr la reparación de los pecados: Rociará con su sangre la pared del altar y derramará el resto de la sangre al pie del altar: es un sacrificio por el pecado (Lv 5,9). Porque el alma de todo ser viviente está en su sangre y yo les di la sangre para que la lleven al altar para el rescate de sus almas, pues esta sangre paga la deuda del alma (Lv 17.11). Según la Ley, la purificación de todo se ha de hacer con sangre. Y. sin derramamiento de sangre. no se quita el pecado (Hb 9.22).

Jesús es el nuevo cordero, de la Nueva Alianza, Cordero de Dios que quita los pecados del mundo, como repite la Iglesia. Mientras Jesús pasaba, se fijó en él y dijo: 'Ese es el Cordero de Dios' (Jn 1,36).

Cuando Jesús instauró la Eucaristía, no habló en sentido figurado o simbólico, como dicen los hermanos protestantes. El lenguaje usado por Cristo durante la última cena es evidente. Jesús dijo: 'Esto es mi cuerpo... Esta es mi sangre'. No dijo: 'Esto representa mi cuerpo' ni 'Esto se parece a mi cuerpo'. Nuestro Señor habló con claridad como lo expresan los siguientes textos del Evangelio.

Jesús tomó pan, ... lo partió y lo dio a sus discípulos, diciendo: 'Tomen y coman: esto es mi cuerpo'. Después tomó una copa, ... y se la pasó diciendo: 'Beban todos de ella: esto es mi sangre, la sangre de la alianza que es derramada por una muchedumbre, para el perdón de sus pecados' (Mt 26,26-28).

Se lo dio diciendo: 'Tomen, esto es mi cuerpo' (...). Y les dijo: Esto es mi sangre, la sangre de la alianza, que será derramada por una muchedumbre' (Mc 14,22-24).

'Esto es mi cuerpo, que es entregado por ustedes' (...). 'Esta copa es la alianza nueva sellada con mi sangre, que es derramada por ustedes' (Lc 22,19-20).

El Señor Jesús (...) tomó pan y (...) lo partió diciendo: 'Esto es mi cuerpo, que es entregado por ustedes: hagan esto en memoria mía' (...). Tomando la copa, (...) dijo: 'Esta copa es la nueva alianza en mi sangre. Todas las veces que la beban háganlo en memoria mía' (1 Cor 11,23-25).

Jesús lo reafirma diciendo también que su cuerpo es verdadera comida y su sangre, verdadera bebida. No habla con simbolismos, sino de cuerpo y de sangre, que nos dará realmente para ser comido y bebida. La Eucaristía es la presencia real de Cristo, no mero símbolo.

Jesús les dijo: 'En verdad les digo que, si no comen la carne del Hijo del Hombre y no beben su sangre, no tienen vida en ustedes. El que come mi carne y bebe mi sangre vive de vida eterna, y yo lo resucitaré en el último día' (Jn 6,53 -54).

Mi carne es verdadera comida y mi sangre es verdadera bebida. El que come mi carne y bebe mi sangre permanece en mí y yo en él (Jn 6,55-56).

Resulta difícil de entender esta afirmación para algunos, como Jesús mismo lo dijo. Al igual que en el desierto, donde los israelitas dudaron de que Dios podía darles a comer carne, también los judíos cuestionaron cómo les podría dar a comer de su carne.

Los mismos israelitas se pusieron a quejarse. Decían: '¿Quién nos dará carne para comer?' (Nm 11,4).

Santifíquense para mañana, comerán carne (...). Pues ustedes dijeron: '¿Quién nos dará carne para comer?' (...). Yahvé les dará carne y la comerán (Nm 11,18).

Los judíos discutían entre sí: '¿Cómo puede éste darnos a comer carne?' (Jn 6,52).

Desde el principio, la Iglesia se reunió a celebrar la Eucaristía, conocida entonces como fracción del pan. Lo hacían el primer día de la semana, el domingo, tal y como sigue haciendo la Iglesia Católica cada domingo del año.

Acudían asiduamente a la enseñanza de los apóstoles, a la convivencia, a la fracción del pan y a las oraciones (Hch 2,42).

El primer día de la semana estábamos reunidos para la fracción del pan (Hch 20,7).

La misa repite en la celebración de la Eucaristía la propuesta original de la Palabra de Dios. Se dice 'Anunciamos tu muerte, proclamamos tu resurrección. Ven, Señor Jesús' tras las consagración. Aclamación basada en el siguiente texto: Fíjense bien: cada vez que comen este pan y beben de esta copa están proclamando la muerte del Señor hasta que vuelva (1 Cor 11,26).

Previo a la comunión, la Iglesia nos pide haber confesado ante el sacerdote todos los pecados mortales, para no cometer otro el pecado según expresan los textos bíblicos.



El que come el pan o bebe la copa del Señor indignamente, peca contra el cuerpo y la sangre del Señor (1 Cor 11,27).

El que come y bebe indignamente, come y bebe su propia condenación por no reconocer el cuerpo (1 Cor 11,29).

Hay más textos que refuerzan el misterio y valor de la Eucaristía, valores conservados por la tradición viva de la Iglesia Católica desde su inicio hasta hoy.

La copa de bendición que bendecimos, ¿no es comunión con la sangre de Cristo? Y el pan que partimos, ¿no es comunión con el cuerpo de Cristo? (1 Cor 10,16).

Jesús les dijo: 'Yo soy el pan de vida' (...). Los judíos murmuraban porque Jesús había dicho: 'Yo soy el pan que ha bajado del cielo' (Jn 6,35-41).



Yo soy el pan de vida. Aquí tienen el pan que baja del cielo, para que lo coman y ya no mueran (Jn 6,48-50).

Yo soy el pan vivo que ha bajado del cielo. El que coma de este pan vivirá para siempre. El pan que yo daré es mi carne (Jn 6,51).

Este es el pan que ha bajado del cielo ... El que coma este pan vivirá para siempre (Jn 6,58).

En resumen, la enseñanza de la Biblia y de la Tradición que inició en la Iglesia insiste en la presencia real de Jesús, Hijo de Dios, en el pan y vino consagrados durante la misa. Reducir esta presencia a un símbolo o a un recuerdo corrompe el mensaje de los Apóstoles y de la primitiva Iglesia. Con razón, el Concilio Vaticano II afirma que solo la Iglesia Católica conserva todo el mensaje y vitalidad dejados por Jesucristo durante su encarnación (Unitatis Redintegratio, 3).



## ¿Qué punto especial tiene la — Eucaristía? —

*Fe y Familia | Fuente: [www.feyfamilia.com](http://www.feyfamilia.com)*

La encíclica *Ecclesia de Eucharistia* del Papa Juan Pablo II agranda el horizonte sobre los valores que aporta la Eucaristía a la vida del cristiano. Quien desea revitalizar su compromiso evangélico encuentra aquí preguntas sobre la fuerza de este sacramento y respuestas que aumentarán el amor al Cuerpo de Jesucristo, escondido en el pan y el vino consagrados.

# Claridad sobre lo que es la Eucaristía



«El Señor Jesús, la noche en que fue entregado», (1 Co 11, 23), instituyó el Sacrificio eucarístico de su cuerpo y de su sangre. Las palabras del apóstol Pablo nos llevan a las circunstancias dramáticas en que nació la Eucaristía. En ella, está inscrito de forma indeleble el acontecimiento de la pasión y muerte del Señor. No sólo lo evoca, sino que lo hace sacramentalmente presente. Es el sacrificio de la Cruz que se perpetúa por los siglos.

## ¿Qué nos dan las manos de Cristo en este sacramento?



La Iglesia ha recibido la Eucaristía de Cristo, su Señor, no sólo como un don entre otros muchos, aunque sea muy valioso, sino como el don por excelencia, porque es don de Sí mismo, de su Persona en su santa humanidad y, además, de su obra de salvación. Ésta no queda relegada al pasado, pues todo lo que Cristo es y todo lo que hizo y padeció por los hombres participa de la eternidad divina y domina así todos los tiempos.

## Descubrir un sacramento de amor



Misterio grande. Misterio de misericordia. ¿Qué más podía hacer Jesús por nosotros? Verdaderamente, en la Eucaristía nos muestra un amor que llega «hasta el extremo», (Jn 13,1), un amor que no conoce medida.

## La importancia de la Eucaristía está en que...



Con razón ha proclamado el Concilio Vaticano II que el Sacrificio eucarístico es «fuente y cima de toda la vida cristiana». «La sagrada Eucaristía, en efecto, contiene todo el bien espiritual de la Iglesia, es decir, Cristo mismo, nuestra Pascua y Pan de Vida, que da la vida a los hombres por medio del Espíritu Santo». Por tanto, la mirada de la Iglesia se dirige continuamente a su Señor, presente en el Sacramento del altar, en el cual descubre la plena manifestación de su inmenso amor.

## ¿Qué relación hay entre la Eucaristía y la Iglesia?

Del misterio pascual nace la Iglesia. Precisamente por eso, la Eucaristía, que es el sacramento por excelencia del misterio pascual, está en el centro de la vida eclesial. Se puede observar ya desde las primeras imágenes de la Iglesia que nos ofrecen los Hechos de los Apóstoles: «Acudían asiduamente a la enseñanza de los apóstoles, a la comunión, a la fracción del pan y a las oraciones» (2, 42). La «fracción del pan» evoca la Eucaristía. Después de dos mil años seguimos reproduciendo aquella imagen primigenia de la Iglesia en cada misa.

## ¿Hay algo particular en su actualidad?

El acontecimiento pascual y la Eucaristía que lo actualiza a lo largo de los siglos tienen una capacidad vitalizadora verdaderamente enorme, en la que entra toda la historia como destinataria de la gracia de la redención. Este asombro ha de inundar siempre a la Iglesia, reunida en la celebración eucarística.

La Misa es, a la vez e inseparablemente, el memorial sacrificial en que se perpetúa el sacrificio de la cruz, y el banquete sagrado de la comunión en el Cuerpo y la Sangre del Señor.

## ¿Hasta qué punto está realmente Jesucristo presente en este sacramento?

Recordemos la doctrina siempre válida del Concilio de Trento: «Por la consagración del pan y del vino se realiza la conversión de toda la sustancia del pan en la sustancia del cuerpo de Cristo Señor nuestro, y de toda la sustancia del vino en la sustancia de su sangre. Esta conversión, propia y convenientemente, es llamada transubstanciación por la Iglesia Católica».

Verdaderamente la Eucaristía es un misterio que supera nuestro pensamiento y puede ser acogido sólo en la fe. «No veas —exhorta san Cirilo de Jerusalén— en el pan y en el vino meros y naturales elementos, porque el Señor ha dicho expresamente que son su cuerpo y su sangre: la fe te lo asegura, aunque los sentidos te sugieran otra cosa».



## Medios para descubrir a Jesucristo en la Eucaristía

---

Con razón ha proclamado el Concilio Vaticano II que el Sacrificio eucarístico es «fuente y cima de toda la vida cristiana». «La sagrada Eucaristía, en efecto, contiene todo el bien espiritual de la Iglesia, es decir, Cristo mismo, nuestra Pascua y Pan de Vida, que da la vida a los hombres por medio del Espíritu Santo». Por tanto, la mirada de la Iglesia se dirige continuamente a su Señor, presente en el Sacramento del altar, en el cual descubre la plena manifestación de su inmenso amor.

## ¿Qué sucede cuando comulgamos?

---

La eficacia salvífica del sacrificio se realiza plenamente cuando se comulga, recibiendo el cuerpo y la sangre del Señor. De por sí, el sacrificio eucarístico se orienta a la íntima unión de nosotros, los fieles, con Cristo mediante la comunión: le recibimos a Él mismo, que se ha ofrecido por nosotros; su cuerpo, que Él ha entregado por nosotros en la Cruz; su sangre, «derramada por muchos para perdón de los pecados», (Mt 26, 28). La Eucaristía es verdadero banquete, en el cual Cristo se ofrece como alimento.

## Un buen acercamiento a la comunión

---

El Catecismo de la Iglesia Católica establece: «Quien tiene conciencia de estar en pecado grave debe recibir el sacramento de la Reconciliación antes de acercarse a comulgar». El Concilio de Trento concretó que, para recibir dignamente la Eucaristía, «debe preceder la confesión de los pecados, cuando uno es consciente de pecado mortal».

## **La Eucaristía nos ayuda en nuestra vida cristiana...**

Una consecuencia significativa propia de la Eucaristía es que da impulso a nuestro camino... poniendo una semilla de viva esperanza en la dedicación cotidiana de cada uno a sus propias tareas y así contribuir con la luz del Evangelio a la edificación de un mundo plenamente conforme al designio de Dios.

## **¿Cómo encontrarnos con la Eucaristía fuera de la misa?**

El culto que se da a la Eucaristía fuera de la Misa es de un valor inestimable en la vida de la Iglesia. La presencia de Cristo bajo las sagradas especies que se conservan después de la Misa, deriva de la celebración del Sacrificio y tiende a la comunión sacramental y espiritual. Hay que animar el culto eucarístico, particularmente la exposición del Santísimo Sacramento y la adoración de Cristo presente bajo las especies eucarísticas.

## **¿Cómo visitar el Santísimo Sacramento?**

Es hermoso estar con Él y, reclinados sobre su pecho como el discípulo predilecto, palpar el amor infinito de su corazón. Si el cristianismo ha de distinguirse en nuestro tiempo sobre todo por el «arte de la oración», ¿cómo no sentir una renovada necesidad de estar largos ratos en conversación espiritual, en adoración silenciosa, en actitud de amor, ante Cristo presente en el Santísimo Sacramento?





## María cerca de la Eucaristía

---

Si queremos descubrir en toda su riqueza la relación íntima que une Iglesia y Eucaristía, no podemos olvidar a María, Madre y modelo de la Iglesia. Efectivamente, Ella puede guiarnos hacia este Santísimo Sacramento porque tiene una relación profunda con él.

Vivir en la Eucaristía el memorial de la muerte de Cristo implica también recibir continuamente este don. Significa tomar con nosotros —a ejemplo de Juan— a quien una vez nos fue entregada como Madre.

Significa asumir, al mismo tiempo, el compromiso de conformarnos a Cristo, aprendiendo de su Madre y dejándonos acompañar por ella. María está presente con la Iglesia, y como Madre de la Iglesia, en todas nuestras celebraciones eucarísticas.

En el humilde signo del pan y el vino, transformados en su cuerpo y en su sangre, Cristo camina con nosotros como nuestra fuerza y nuestro viático, y nos convierte en testigos de esperanza para todos.

Si ante este Misterio la razón experimenta sus propios límites, el corazón, iluminado por la gracia del Espíritu Santo, intuye bien cómo ha de comportarse, sumiéndose en la adoración y en un amor sin límites.




## ¿Cómo participar mejor en la — Eucaristía? —

*www.caminohaciadios.com | Fuente: www.caminohaciadios.com*

La misa del domingo ofrece la oportunidad de intensificar la experiencia del encuentro con Dios. O puede convertirse en rutina, una actividad más de la semana. Y el resultado es diferente: acudir sin pensar mucho o fomentando la participación, asistir con distracción o a la expectativa, por obligación en el día de descanso o motivado por escuchar la voz sutil de Dios. Cosechar buenos frutos en la Eucaristía depende de los medios que se pongan. Veamos algunos.

El primer medio es valorar qué hay tras las especies del pan y del vino: partir de que «la Iglesia vive de la Eucaristía». San Juan Pablo II inició con estas palabras la hermosa encíclica sobre la Eucaristía del año 2003. Fue su última encíclica. Recordó que el sacrificio eucarístico es «fuente y cima de toda la vida cristiana» y «contiene todo el bien espiritual de la Iglesia, es decir, Cristo mismo, nuestra Pascua y Pan de Vida, que da la vida a los hombres por medio del Espíritu Santo».

También sirve anotar que, dos años después, su sucesor, Benedicto XVI, ofreció otro iluminador documento, la *Sacramentum caritatis*, encíclica sobre la Eucaristía. Ambos Pontífices ponen la



Eucaristía en el centro de la vida cristiana y, en consecuencia, conviene un esfuerzo extra para participar mejor en este sacramento, que la Iglesia recibió de Cristo «no sólo como un don entre otros muchos, sino como el don por excelencia, porque es don de sí mismo, de su persona, en su santa humanidad y, además, de su obra de salvación».

## Prepararnos con tiempo

---

El segundo medio es una adecuada preparación. La rutina es un enemigo a combatir siempre. Es el cambio de asistencia a misa desde su visión como actividad con rasgos propios. Mucho contrarresta la rutina la mayor comprensión sobre el trasfondo de la Eucaristía.

El estudio no asegura una mejor participación, pero comprender más mejora la participación y una mejor participación traerá también mayor comprensión. Por ejemplo, el Catecismo de la Iglesia Católica expone la celebración del misterio cristiano y resalta la explicación esencial de este sacramento, subrayando que conocer la estructura de la celebración y sus partes permite seguir la misa e introducirse mejor en cada momento. Con solo centrarse en que necesito pedir perdón al inicio, hacerme propia la petición nuclear de la oración colecta, escuchar con el corazón abierto las lecturas y la homilía, ofrecer algo mío a Dios en el ofertorio, adorarle en la consagración y examinar si soy digno de recibirle en la comunión, mucho avance se logra.

También resulta útil un medio bastante valioso: meditar los pasajes de la Escritura que se leen en la Liturgia de la Palabra. Meditar tiene dos partes: reflexionar para entresacar el mensaje particular que Dios me envía cada día y sentir mi reacción al aplicármelo. Esta simple meditación de entresacar y sentir me da mejor participación en la misa.


En internet hay abundantes sitios, como Catholicnet, que exponen las lecturas de la misa y reflexiones sobre ellas para cada domingo. Meditar las lecturas bíblicas nos enfrenta con los puntos grises de nuestro interior y con las luces brillantes que Dios nos propone. Cada misa se convierte así en la entrada al terreno de Dios, distinto al que respiramos y recorremos fuera de la misa.

## Buena disposición inmediata

---

La misa no inicia con el título espectacular de un noticiero ni con la imagen impactante de una película. ¡Faltaría más que fuera puro espectáculo! Es un encuentro con Dios y con la comunidad, sobre todo interior. Así que mucho ayuda colorear los momentos previos a la Misa, cuando nos cercamos o entramos al templo, serenar y alinear nuestro corazón hacia el rostro de Dios, hacia su presencia cercana.

Ayuda el silencio interior, que acalla las preocupaciones diarias y pone atención al Señor. Benedicto XVI dice que «favorece dicha disposición interior, por ejemplo, el recogimiento y el



silencio, al menos unos instantes antes de comenzar la liturgia, el ayuno y, cuando sea necesario, la confesión sacramental. Un corazón reconciliado con Dios facilita la verdadera participación».

Estorba llegar apurados a la celebración, distraídos y con la cabeza en un pendiente o en una persona. Por el contrario, llegar a tiempo, sosegar el ánimo, apagar el teléfono celular predispone a la escucha y acogida del misterio en que vamos a participar. Un detalle importante es el modo como nos vestimos: vamos con el Creador, con el Salvador. Sin intención de aparentar, la solemnidad del encuentro amerita una imagen exterior que acompañe la interior.

Una preparación fuerte es la confesión sacramental. El corazón arrepentido, dispuesto y reconciliado, es el mejor rostro de cercanía con Dios. El Papa Juan Pablo II lo explicaba así: «La Eucaristía y la Penitencia son dos sacramentos estrechamente vinculados entre sí. La Eucaristía, al hacer presente el Sacrificio redentor de la Cruz, perpetuándolo sacramentalmente, significa que de ella se deriva una exigencia continua de conversión».

La buena preparación introduce en la sintonía del misterio que se celebra. Si mi cuerpo, mi mente y mi espíritu están en la frecuencia correcta, el diálogo con Dios resulta más sencillo. Se participa así en la celebración eucarística con los gestos de la humildad, con las palabras de quien conversa con el Señor, con la entonación de la voz que alaba, con la postura corporal de quien adora, con los sentimientos de quien siente cercano al Creador, con los pensamientos que buscan entender el misterio. Estar junto al cuerpo del Señor Jesús, vivo en la Eucaristía, que expresa su amor y se hace ofrenda para nuestra salvación, impulsa a la reconciliación y a la paz.


La palabra Eucaristía significa acción de gracias. Damos gracias al Padre por el don de su propio Hijo, por la energía que nos da con el Espíritu Santo, por el afecto que recibimos de María como Madre y modelo de vida cristiana, por pertenecer a la Iglesia, por las gracias espirituales que da a la propia familia, por las amistades, por la propia vocación. Como recuerda el apóstol Santiago: Todo bien y todo don perfecto viene de arriba, del Padre del Cielo (1,17).

## **Buena disposición inmediata**



Se participa en la Eucaristía acompañando a Jesucristo en su presencia constante. La Iglesia ha dado gran valor al Cuerpo de Jesús presente en las especies consagradas. El culto a Cristo Sacramentado, que se guarda para llevarlo a quien lo necesita como viático en el paso de la muerte, desemboca en la adoración eucarística y en las visitas al Santísimo. Su presencia física en el sagrario nos permite visitarle con frecuencia en una iglesia o capilla. Quien entra y acompaña a Jesucristo al iniciar el día, de regreso del trabajo, durante un momento de la jornada, da la ocasión de platicar con el Santísimo de necesidades, ilusiones o dudas.

Las visitas al Santísimo son una práctica difundida y recomendada en la Iglesia, muy fácil de realizar. En ellas, está la comunión espiritual al alcance. También se puede orar con las palabras espontáneas que surjan del corazón. Hay quien utiliza libros o devocionarios eucarísticos que ayudan a expresar un sentimiento difícil de comunicar. La Iglesia siempre recomienda los Salmos como escuela de oración.



Encontrar y dialogar con Dios desde el corazón lleva a una fe intensa, que nutre acciones cristianas con el alimento de vida eterna. El Señor Jesús espera siempre con amor y dulzura. Tiene interés de apoyarnos desde el sacramento del pan y el vino. La participación en la Eucaristía nos introduce en el misterio sobrenatural a nosotros, personas que somos tan materiales y aprovechados. Como decía Benedicto XVI, «todo lo que hay de auténticamente humano —pensamientos y afectos, palabras y obras— encuentra en el sacramento de la Eucaristía la forma adecuada para ser vivido en plenitud».

## Citas para meditar

### Guía para la Oración



Tener un corazón preparado: Lev 7,20; Sal 51,19; Mt 5,23-24; 1Cor 11,27.



El Señor Jesús instituyó la Eucaristía para estar siempre con nosotros: Mt 26,26-29; 28,20; Mc 14,22-25; Lc 22,14-20



Jesús es el pan de vida: Jn 6,34



Alimento para la vida eterna: Jn 6,54.

## Preguntas para el diálogo

1. ¿Qué lugar tiene la Eucaristía en mi vida cristiana?
2. ¿Tengo usualmente disposición adecuada para participar de la Eucaristía?
3. ¿Visito el Santísimo con frecuencia?
4. ¿Qué puedo hacer para participar mejor de este sacramento?



# Eucaristía y — m a t r i m o n i o —

*Fe y Familia | Fuente: [www.feyfamilia.com](http://www.feyfamilia.com)*

El matrimonio es una planta de gran valor. Requiere cultivo, riego, abono. Los esposos pueden mejorar su vida matrimonial con el alimento que aporta la Eucaristía. Aun así, hay parejas que frecuentan el sacramento y no progresan. Descubrir cómo la Eucaristía fortalece es un hallazgo que merece la pena obtener.

Acerquémonos a ambos sacramentos con un repaso sobre la maravilla del matrimonio.

Dios mismo pone en una mujer y en un varón el anhelo de la mutua unión, que en el matrimonio llega a ser alianza, consorcio de toda la vida. Se dirige al bien natural de los cónyuges y a la generación y educación de los hijos. El matrimonio es así engrandecimiento de los cónyuges y de sus hijos.

El matrimonio es más que una institución humana. Responde al orden natural de la vida: Dios confiere a los cónyuges la noble misión de procrear y continuar la especie humana. Luego, el matrimonio natural es elevado por Cristo al



nivel sobrenatural de sacramento, instituido por Cristo. Al unirse, los cónyuges en Jesucristo reciben gracias especiales para triunfar como esposos y padres de familia.

El sacramento del matrimonio, casarse por Iglesia, espolea la comunidad de vida y de amor humano hacia una comunidad donde se comparte la gracia divina, donde se cultiva un amor como el de Dios.

Todas las parejas desean vivir felices. Y para siempre. La naturaleza del matrimonio surge de estas dos propiedades esenciales: unidad e indisolubilidad. Unidad porque es uno con una. Indisolubilidad porque no se quiere ver roto. El pacto matrimonial es irrevocable. “Hasta que la muerte los separe”. ¿Corren otras ideas por ahí? Pues sí. Pero son ideas de voces alocadas y transgresoras: la gran mayoría sensata quiere un matrimonio sin interferencias y para siempre.

Si buscamos la relación entre el sacramento de la eucaristía y el matrimonio, observemos que la Eucaristía es un sacrificio, una comunión y una presencia. El sacrificio está en el Cuerpo de Jesús entregado, en su sangre derramada. En esta entrega, Jesucristo da todo: cuerpo, alma, sangre, su personalidad divina. Hay comunión, pues el cuerpo se da a comer y la sangre se bebe: comiendo y bebiendo esta comida, tendremos vida eterna. Es también presencia, reservada en los Sagrarios para consuelo y aliento a quien se acerca.

Igual el matrimonio. Es sacrificio, comunión y presencia. Es sacrificio porque ambos se dan completamente, en cuerpo, con sangre a veces, con toda el alma, con afectos. Cuando no hay sacrificio y donación completa, no hay matrimonio: hay egoísmo.

El matrimonio es comunión porque ambos forman una común-uniión, metas tejidas entre sí, cuerpos integrados, lucha conjunta para servirse y apoyarse, igual que cuando comulgamos en la misa. Si Jesús se une conmigo, me da una comunión fuerte e íntima, que nadie puede romper: cada pareja que comulga refuerza su unión.

El matrimonio, al igual que la Eucaristía, también es presencia continua del amor de Dios por su pueblo. Cada vez que una parte de la pareja dedica tiempo a la otra parte, la presencia fortalece a ambos. Cada vez que se deja una diversión para acompañar a la otra parte, la belleza y energía de la pareja crecen.

El amor es esencialmente buscar el bien del otro. Lejos de ser una inclinación, un instinto, el amor es una decisión, determinación de la propia voluntad para hacer algo que agrada a la otra persona. Amar de verdad lleva a desprenderse de algún gusto apetecido, de una ilusión propia que estorba a la otra parte. Amar es dar sin esperar que me lo agradezcan, sino con la intención de hacer feliz a la otra parte. Surge así el fruto de que, cada renuncia a un interés propio, da equilibrio a la pareja, porque reduce el egoísmo y aumenta el amor en el corazón, secreto último de la felicidad.



## Diez sugerencias para participar mejor en la santa misa


*Eleuterio Fernández Guzmán | Fuente: [infocatolica.com/blog/meradefensa.php](http://infocatolica.com/blog/meradefensa.php)*

Las personas nos comportamos según las preferencias y conductas que apreciamos. La participación en la misa es igual: según las disposiciones, formas externas y conductas que desarrollemos, nos moveremos en la celebración. Y es sencillo adquirir posturas y expresiones beneficiosas.

Actitudes positivas y formas exteriores favorables aportan más gozo en la asistencia a la celebración eucarística y trae más comprensión de la vivencia espiritual que aporta entrar al misterio de Jesús presente.

La Iglesia siempre ha comprendido que su centro vivificante está en la Eucaristía, con Cristo presente, continuamente, en el sacrificio pascual. La santa misa manifiesta el don del autor de la gracia que se da, que santifica, que comunica su Espíritu.





La misa es símbolo de entrega, donde Cristo da amor supremo y extremo a la humanidad. Los creyentes entran en la Eucaristía y dan verdadera acción de gracias. Desde Mérida, México, don José Huerta Morales envía diez sugerencias para una mejor comprensión, teórica y práctica, sobre la misa.

## 1. Si vas a una fiesta, viste ropa de fiesta

Tal vez te preguntes ¿Interesa a Dios como visto? Si Él me ama tal como soy, ¿por qué preocuparme del vestido? Si el importante es mi interior, ¿por qué dar importancia a lo externo? ¿Qué tiene de malo ir cómodo y confortable a misa?

Vestir bien va con ocasiones importantes. ¿Es para ti una ocasión importante ir a misa? La forma en que vistes refleja cuánto respetas al anfitrión y la dignidad del evento.

En verdad, el interior es muy importante. Por eso, la prioridad del interior tendrá que manifestarse en las formas exteriores.

Toda mi persona se prepara para la gran celebración que es la misa dominical. Todo lo visible ayuda a elevarme al Dios invisible. Si no visto la mejor ropa para la santa misa, ¿para quién la reservaré? El pudor y el respeto deben guiar la elección: ir a misa con pantalón deportivo, bermudas, chancletas, minifalda, escote grande, gorra... es indigno del espacio sagrado que pisas.

## 2. Que tu misa sea completa: participa en la misa completa

¿Vas al cine y llegas pasados 10 minutos del inicio de la película? ¿Con qué frecuencia sales antes de las últimas escenas que marcan el final?

¿Quién asiste a un espectáculo o concierto y le da igual llegar bastante después de su inicio? Y... ¿cuándo a misa? Participar en la misa completa no es principalmente un deber, sino una asistencia comprometida con Jesús Eucaristía.

La misa empieza con el canto de entrada y el ingreso de quien la preside. La misa termina con el canto de salida: el sacerdote besa el altar y abandona el templo. Una salida precipitada es inoportuna, pues la persona digna sale cuando la ceremonia ha concluido.

## 3. Ninguna llamada es más importante que la de Jesús

La comunicación exige atención y concentración. Nos molesta que, mientras hablamos, nos den la espalda o la persona mire a otro lado. Los gestos de educación parecen haberse perdido con el teléfono celular. Los vendedores nos muestran los beneficios del celular sin educarnos a usarlo con cortesía.

Somos adictos y dependientes del teléfono móvil. La tecnología es buena... cuando se usa bien.

Algunos salen del templo cuando suena su teléfono. DS un gesto positivo, aunque no es agradable oírlo sonar, pues interrumpe el silencio y la concentración. Apagarlo es la conducta correcta durante la Eucaristía, porque es encuentro con Dios. ¿Qué llamada puede ser más importante que la suya? ¿Podemos decirle “Señor, espérame tantito?”.

Es muy interesante distinguir los contextos. No es igual atender el celular cuando hablamos con el cónyuge o los hijos, con el Presidente de Gobierno o con el director de la escuela. Y es más digno dejarlo de lado cuando estamos ante Dios.

## **4. Dejen que los niños se acerquen a mí**

Esta petición de Jesús hacia los niños no justifica el comportamiento alborotado de los más pequeños en la misa: hablar, correr, dargolpes, hacer berrinches... Tampoco hay que alejar a los niños traviosos de la Eucaristía. Pero necesitan aprender en cuál ceremonia están y el comportamiento que requiere.

Los niños tienen la oportunidad de crecer y educarse en las celebraciones litúrgicas. Si el niño llora, salir del templo para calmarlo. Si corre, brinca o grita en la misa, ayudarlo al momento para atender su necesidad de moverse fuera. Y explicarle, hacerle ver que hay silencio en determinados lugares, que hay momentos para jugar y momentos para la serenidad.

No te dé pena levantarte y llevarlo fuera. A veces, distrae más el niño inquieto que levantarte, sacarle del tempo y calmarle.

Menos sentido tiene darle un reproductor de video portátil para distraerle, porque es inoportuno a esa edad y distrae a los demás.

## **5. Sé puente, no barrera, para los demás**


Todos estamos en la misa para participar activa y gozosamente en la celebración eucarística.

A quienes se les complica la participación, sea por motivos de salud, por la edad u otra limitación, imitemos a los amigos que ayudaron al paralítico a encontrarse con Jesús (Lc 5,19), respetando los lugares para los hermanos que necesitan asiento o mejor visión: son para ellos, incluidos los espacios de estacionamiento.

Evita masticar chicle, beber o tomar alimento en misa, si no es por necesidad médica: es un buen testimonio de recogimiento intenso para los demás.

## **6. Cuida la casa del Señor: es tu casa y nuestra casa**

El templo parroquial y todo lo que tiene ha sido consagrado a Dios, aunque con diferente dignidad. Y merece respeto.



Cuida, sobre todo si vas con menores, no pisar los reclinatorios, desplegarlos con tiento para evitar ruidos, evita rayar las bancas. Cuida el templo de Dios: es también tu casa. Y la de todos.

## **7. Que tu boca sea para alabar al Señor**

“El celo de tu casa me devora” (Jn 2.13-25) dice Jesús. “La casa de mi Padre es casa de oración” (Mt 21,13). Que tu voz, tu boca y tu corazón siempre alaben al Señor, hablen con Él, le bendigan, le agradezcan y pidan... Platicar durante la celebración de asuntos extraños a la ceremonia te distrae y distrae a los demás. Si para todos es difícil la concentración en la misa, platicar poco ayuda.

Dediquemos el tiempo de la Eucaristía para escuchar a Dios y hablar con Él: así podremos luego hablar de Él.

## **8. Que nadie ocupe tu lugar**

Jesús llamó personalmente a sus discípulos. También usó intermediarios. Pero el encuentro y diálogo con Él es siempre personal. En el cine, en el circo, en el carnaval y en cualquier fiesta es válido apartar los lugares de quienes aún no llegan.

En la misa es diferente: quien llega a tiempo tiene derecho a ocupar un lugar si no ha sido ocupado por otro. Poner la bolsa, el suéter u otra pertenencia para apartar el lugar relega la puntualidad a segundo término. Date la oportunidad de ser amable, fraterno y educado: somos parte del Cuerpo Místico de Cristo.

## **9. Trátale como se merece**

Las posturas del cuerpo y los gestos en la misa expresan la relación y disposición que se da a quien tenemos delante. En el templo, se recomienda la meditación, el saludo discreto, la atención a quien me recibe desde el sagrario o desde el altar. Espera sentado, sin cruzar las piernas como adolescente desarrapado. Ponte en pie para recibir al sacerdote. Escucha la Palabra del Señor para descubrir qué propone, qué le respondes. Híncate en la consagración para adorarlo o mantente en pie si no puedes arrodillarte.

Al recibir la Sagrada Forma, que es Jesús, no te distraigas en el camino. Lleva las manos juntas o unidas, no en los bolsillos porque manifiesta desinterés.

Evita pasar por el pasillo central ya iniciada la misa o llegar a un lugar muy adelante, porque distrae. En una boda, un rosario o una hora santa que termina, saluda y platica con los conocidos fuera del templo: así se conserva el ambiente de oración al interior de la iglesia.



## 10. Estar siempre preparado

La vida sacramental y el seguimiento a Jesús no se improvisan. Los sacramentos tienen un papel santificador, requieren tiempo de preparación y piden dignidad al celebrarlos. Las celebraciones rapiditas, de un minuto, convierten las ceremonias en supermercado religioso. Por tanto, es mejor solicitar encargos o intenciones particulares con tiempo en el horario de oficina.

¿Es difícil cumplir estas sugerencias? Posiblemente. Pero nadie ha dicho que ser buen católico es sencillo. Mejorar la participación en la misa, si no es cómodo, al menos es gozoso.



## ¿El misterio de la — E u c a r i s t í a ? —


*P. Raniero Cantalamessa | Fuente: [www.religionenlibertad.com](http://www.religionenlibertad.com)*

El misterio de la Eucaristía es una entrada al misterio de Dios. Pero no al misterio lejano y oscuro, sino al misterio de su cercanía, donde el pan y el vino se sienten al tiempo que esconden su presencia. Entremos a ver qué ocurre cuando el pan llega al altar y es consagrado por el sacerdote.

Partamos de que los sacramentos son signos, es decir, acciones exteriores que «producen lo que significan». Entendamos la importancia del signo que hay en el pan, alimento básico, como el maíz en América Latina o el arroz en oriente.

Se comprende mejor la Eucaristía viendo qué hay detrás de un pedazo de pan: se descubre más en la labor del campesino, del molinero, del ama de casa o del panadero, que con el estudio del teólogo, porque aquellos saben del pan infinitamente más que el intelectual, quien solo lo ve cuando llega a la mesa y lo come, distraídamente tal vez.

El pan es signo de muchas cosas: trabajo, espera, alimento, alegría doméstica, unidad, solidaridad



entre quienes lo comen... El pan es el único, entre todos los alimentos, que nunca da náuseas. Se come a diario y cada vez agrada su sabor. Va con todos los platos. Las personas que sufren hambre no envidian a los ricos su caviar o el salmón ahumado: envidian el pan fresco.

Veamos ahora qué ocurre cuando este pan llega al altar y es consagrado por el sacerdote. La doctrina católica lo expresa con la palabra transustanciación, la cual significa que hay un cambio: en el momento de la consagración, el pan deja de ser pan y se convierte en el cuerpo de Cristo; la sustancia del pan, su esencia, más allá de lo que perciben los ojos, deja la sustancia del trigo amasado y cocido, que alimenta el cuerpo, para tener la sustancia de la persona divina, que es Cristo, vivo y resucitado. Las apariencias externas, que el lenguaje teológico llama «accidentes», siguen siendo las del pan: hay apariencia, accidentes, de pan. Y hay nueva sustancia: la persona de Jesucristo.

Para comprender la transustanciación, pedimos ayuda a una palabra cercana a ella y que nos es más familiar: transformación. La palabra transformación significa paso de una forma a otra. Transustanciación es el paso de una sustancia a otra. Pongamos un ejemplo. Al ver a una señora salir de la peluquería, con un peinado completamente nuevo, es espontáneo decir: «¡Qué transformación!». Nadie piensa en exclamar: «¡Qué transustanciación!». Claro: ha cambiado su forma y aspecto externo, pero no su ser profundo ni su personalidad. Si era inteligente antes, lo sigue siendo ahora; si no lo era, lo siento, pero tampoco lo es ahora. Han cambiado las apariencias, no la sustancia.

En la Eucaristía sucede exactamente lo contrario: cambia la sustancia y no las apariencias. El pan es transustanciado, no transformado; las apariencias de forma, sabor, color o peso siguen iguales, mientras que cambia la realidad profunda: su esencia se ha convertido en el cuerpo de Cristo. Se ha realizado la promesa de Jesús, ya expresada: «El pan que yo daré es mi carne para la vida del mundo».

La Eucaristía ilumina, ennoblece y consagra toda la realidad del mundo y la actividad humana. En la Eucaristía, la propia materia que ha reunido sol, tierra, agua y horno, es presentada a Dios y alcanza su fin, que es proclamar la gloria del Creador. La Eucaristía es el verdadero «cántico de las criaturas».




## ¿Cuánto dura la presencia de Cristo en la — Eucaristía? —

*www.caminohaciadios.com | Fuente: www.caminohaciadios.com*

Hay dos extremos: hacer desaparecer la presencia de Jesucristo en cuanto llega a la boca y verle recorrer todo el aparato digestivo. Necesitamos equilibrio, no posición extrema. Así que, cuando recibimos la comunión, ¿cuánto tiempo permanece Cristo dentro de nosotros?

Al momento de la consagración en el altar, la hostia y el vino se convierten en el cuerpo y la sangre de Cristo. ¿Permanece mucho tiempo en ellos? Observemos que cada pedazo de la hostia consagrada y cada gota del vino consagrado tiene al Cristo completo, es decir, todo su cuerpo, sangre, alma y divinidad. Cada vez que comulgamos, recibimos al mismo Cristo vivo y resucitado. Así lo confirma el Catecismo de la Iglesia Católica: En el Santísimo Sacramento de la Eucaristía están contenidos, verdadera, real y substancialmente, el cuerpo y la sangre junto con el alma y la divinidad de nuestro Señor Jesucristo, y, por consiguiente, Cristo entero (1374).

Ahora bien, la presencia real de Cristo en la Eucaristía permanece desde la consagración del pan y del vino hasta que duren las especies que sirvieron para su ofrecimiento. Cuando las especies



del pan y del vino se alteran por el tiempo o se disuelven por los jugos gástricos, la presencia física de Jesús desaparece.

¿Son aproximadamente entre 10 y 15 minutos que dura la presencia física de Jesús dentro de nosotros? Posiblemente. Pero, aunque no esté su presencia real y verdadera tantos minutos, Cristo no nos abandona, sigue presente en nosotros, habita en nosotros, en unión con el Padre y el Espíritu Santo de manera real.

Reconocer que Cristo en cuerpo y alma llega a nosotros pide una preparación también a nuestro cuerpo, pues recibimos un alimento fuera del ordinario. Por lo tanto, el respeto a su presencia dentro de nosotros sugiere al Código de Derecho Canónico que nos preparemos debidamente: Quien vaya a recibir la santísima Eucaristía, ha de abstenerse de tomar cualquier alimento y bebida al menos desde una hora antes de la sagrada comunión, a excepción sólo del agua y de las medicinas (919): nos propone un ayuno que muestre la preparación consciente y respetuosa, dejando de comer alimento antes de comulgar.

Después de comulgar, vivimos momentos de intensa cercanía con Jesucristo. Es la oportunidad de hablarle sobre nuestras inquietudes y expresarle los sentimientos que surgen en encuentro tan íntimo. Vivir con intensidad la comunión es un deleite para el alma.

Comulgar nos convierte en sagrarios vivientes. Nuestro interior toma el aroma del mismo cielo. Es la oportunidad para adorar y conversar con quien nos ama y ha llegado para estar muy junto. La presencia de Cristo Eucaristía permanece para siempre, para toda la eternidad, pero también es real en la propia persona por unos momentos.






## Profundidad del misterio — eucarístico —

*P. Antonio Rivero LC | Fuente: Catholic.net*

El Papa Juan Pablo II, el 17 de abril del año 2003, Jueves Santo, regaló a toda la Iglesia una hermosa y sorprendente encíclica sobre la Eucaristía, titulada *La Iglesia vive de la Eucaristía*. Tras la pequeña hostia de la comunión y el vino sencillo que se consagra, hay mucha riqueza, para el espíritu y para la vida cotidiana. Descubirla eleva nuestra calidad cristiana.

La Eucaristía es manantial que alimenta toda la vida cristiana. Ya el Concilio Vaticano II dijo que “la Eucaristía contiene todo el bien espiritual de la Iglesia”. Pero ¿qué es el bien espiritual de la Iglesia? No son el número de las conversiones o los éxitos en el ministerio. Mucho menos son las pinturas de los templos, sus esculturas, las catedrales o los copones de oro, las masas congregadas en un templo... ¿Cuál es entonces el mayor bien de la Iglesia? Es “Cristo mismo, nuestra Pascua y Pan de Vida, que da la vida a los hombres por medio del Espíritu Santo” (Concilio Vaticano II, *Presbyterorum Ordinis*, n. 5).



Un templo con el arte sacro más bello del mundo, sin la presencia viva de Cristo Eucaristía, ¿de qué sirve? El arte sacro está al servicio y gloria de Dios y de la Eucaristía. Una Iglesia podría carecer de estatuas, vitrales, órgano... Si tiene la presencia viva de Cristo Eucaristía, lo tiene todo, pues el escenario se adorna para quien lo ocupa, que es Dios y la asamblea de cristianos que le visita.

El Papa insiste: la Eucaristía es “Sacramento de piedad, signo de unidad, vínculo de caridad, banquete pascual, en el cual Cristo es nuestra comida, el alma se llena de gracia futura” (Concilio Vaticano II, Sacrosanctum Concilium, n. 47).

Hablar de Eucaristía es regresar al regalo de Cristo durante la última cena: quedarse con nosotros para siempre, darnos su cuerpo y sangre, alimentar nuestra voluntad débil, facilitar su cercanía, acompañarnos en la peregrinación hacia una mayor posesión de sus valores.

La Eucaristía es también una muerte, una inmolación que se sacrifica para nuestra salvación. Comer su cuerpo y a beber su sangre supera el rito bello, introduciéndonos en el drama de los momentos en que se instituyó: una traición, el inicio de un martirio doloroso... para obtener nuestra vida eterna.

¿Qué compromiso pide la Eucaristía? Asistencia y participación. Quedarse fuera es tomar el camino cómodo que acerca al mundo y aparta de Dios. Participar en la Eucaristía, con atención e interés, cada domingo, es entrar por la puerta estrecha que conduce a la cercanía con Jesucristo.

También el Papa señala la adoración a Cristo como momento de oración y de gran experiencia espiritual. La visita eucarística durante el día es el paréntesis cristiano de diálogo con el Dios compañero y amigo, separados del mundo ruidoso y de la moda superficial. Cada sagrario es el rincón confidente donde la fe se revitaliza.

Una aplicación concreta de estima por la Eucaristía es el respeto y decoro a cuanto rodea este misterio: la construcción, los cálices, los manteles, la manera de vestir en la iglesia o la manera de orar. Sean los fieles que asisten o los ministros que sirven en las ceremonias, expresan con sus gestos exteriores el desinterés o la veneración que Dios merece.

Mucho ayuda la catequesis a la valoración y atención por la Eucaristía. Es un tema prioritario, que da fruto cuando se explica con unción, con amor.

¡Oh Sagrado convivio, en que Cristo es nuestra comida, se celebra el memorial de su pasión, el alma se llena de gracia y se nos da la prenda de la gloria futura! Les diste Pan del cielo. Que contiene en sí todo deleite.




# Eucaristía y — apostolado —

*P. Antonio Rivero LC | Fuente: Catholic.net*

Cada Eucaristía nos alimenta. ¿Qué alimenta? Nuestra fe y entrega a Dios. ¿Sólo alimenta nuestro beneficio? Alimenta también el beneficio de los demás. Primero, acrecentando nuestra caridad, que dará a los demás nuestro apoyo y dedicación. Y dará, además, el servicio que otorgamos a quienes encontramos en el camino del compromiso al apostolado o ministerio en que trabajamos.

¿Cómo crecían los primeros cristianos? Con la fracción del pan y la predicación. La fracción del pan suponía participar en la Eucaristía de la comunidad y aportar bienes materiales para los necesitados. La predicación suponía dedicar el propio tiempo y los talentos en la evangelización.

A todos nos invita el aguijón de San Pablo: “¡Ay de mí, si no evangelizo!” (1 Cor 9,16). La sociedad materializada y superficial espera y llama al apostolado. El Papa, en la encíclica *Redemptor Hominis*, primera encíclica de San Juan Pablo II, propuso al inicio de su pontificado una necesidad muy actual: La misión de Cristo Redentor, confiada a la Iglesia, está aún lejos de cumplirse. A finales del segundo milenio después de su venida, una mirada global a la humanidad muestra que esta misión se halla todavía en los comienzos



y que debemos comprometernos con todas nuestras energías en su servicio (n.1).

Todos estamos llamados a compartir la fe, a dar un poco de tiempo y energías a quien pasa necesidad, más allá del hogar y de los vecinos. ¿Por qué? Porque el Evangelio es para todos y es mezquino reservarlo para solo beneficio propio. Y hay muchas formas de apostolado.

Todo apostolado es compromiso para construir el Reino de Dios en la tierra, para hacer germinar la semilla del mensaje de Cristo en quienes lo necesitan. Y ¿quién lo necesita? Toda persona. Por eso, Jesús lo pidió: “Vayan y anuncien cuanto les he enseñado” (Mt 28,19-20).

La esencia del apostolado es anunciar a Cristo. San Juan lo explica en dar a los demás lo contemplado, lo escuchado y experimentado con Jesús (1 Jn 1,3). Es llevar el buen olor de Cristo (2 Cor. 2,15). Es llevar la sangre de Cristo que se derrama en cada Eucaristía, porque las personas ganan redención en cada Eucaristía.

La finalidad del compromiso en un apostolado es que Jesucristo sea anunciado, conocido, amado, imitado. ¿Y qué hacemos en la Eucaristía, sino escuchar, comer y contemplar a Jesús?

Se hace apostolado en la familia, en la calle, en la profesión, en los medios de comunicación social, en la universidad. ¿Por qué en todas partes? Porque hablar de Jesús o vivir como Él vivió es dar testimonio, convirtiendo cada momento en un auditorio donde es predicado, mostrado como valor enriquecedor.

¿Cómo hacer apostolado? Un buen trabajo en el apostolado se hace con humildad, ilusión, alegría, caridad... La caridad es el alma de todo apostolado. Y la sociedad la necesita con urgencia. No se ayuda o cambia a las personas imponiendo con la fuerza, sino con el bálsamo del amor y del respeto, que invita a mejorar.

El apostolado también lleva el mensaje de Cristo a quienes están en nuestro entorno, dando testimonio de nuestra fe, sea con palabras o acciones. Cada vez que se participa en la Eucaristía, Jesús nos entrega más caridad en la comunión y más mensaje en su Palabra. Así podemos derramar en otros algo de vida espiritual que Dios nos ha dado.

El trabajo en un apostolado ofrece ocasiones para calmar la sed de quienes necesitan que Él las calme, las ilumine, las cure, las consuele. Cuando se da un encuentro cercano con Jesús en la Eucaristía, surge el compromiso de compartir ese encuentro con Jesús.

La misa se cierra con el imperativo latino: *Ite, missa est*, es decir, Todas las cosas que hemos presentado, ya se han enviado. Dejamos el tempo y ¿qué sigue? Que cuanto hemos enviado llegue a su destino, que el fruto de la Eucaristía, dar alimento y mensaje de Dios, alcance a otros.

El apostolado brota de la misa y a ella debe retornar. Salir de la Eucaristía llevará lo que hemos visto, oído y experimentado a quienes nos vean y escuchen. Si transmitimos los frutos espirituales recibidos en la Eucaristía, otros los descubrirán, aunque sea levemente, y querrán sentirlos.

El apostolado nos conecta con las alegrías, angustias, problemas y

deseos de quienes se cruzan en nuestro camino evangelizador. Cuando regresemos frente a Cristo Eucaristía, las llevaremos y se las presentaremos.

La misa, la ofrenda a Dios de las aspiraciones que tenemos las personas, nunca termina: se prolonga día con día, hora con hora. Durante 24 horas al día, alguien levanta el corazón a Dios para ofrecer o pedir, del mismo modo que en todo momento se celebra una misa para recoger esas inquietudes y colocarlas en la patena, sobre el altar. El Sol de la Eucaristía nunca experimenta el ocaso. Si el corazón nunca duerme, Jesús siempre vigila sobre los humanos. Dios palpita en la Eucaristía por amor a todos.

Para vivir mejor cada Eucaristía, el corazón de quien colabora en un apostolado pide fuerza para trabajar con rectitud y constancia. El camino exigente de cualquier apostolado se nutre del mensaje de Dios que se recibe en la lectura de su Palabra. Para comunicar bien la experiencia de Dios hay que sentirla en persona. Cada misa y cada visita al Santísimo nos da la energía y la pureza que nuestra débil personalidad no alcanza.

**FORMED**  
EN ESPAÑOL



[ver.formed.lat](http://ver.formed.lat)

[es.catholic.net](http://es.catholic.net)