

# Tema de Estudio La Eucaristía, Fuente de Misión.

**Busquemos juntos en comunión**

---

**Equipos de Nuestra Señora**  
**CURSO 2023-2024**







# Tema de Estudio

## La Eucaristía, Fuente de Misión

Edita: E.N.S  
c/ San Marcos 3, 1º-1ª  
28004 Madrid  
D.L. M-23874-2019  
Impresión:  
Caligraf, S.L.  
954 515 339

### ÍNDICE

PRESENTACIÓN DEL TEMA DE ESTUDIO.....	5
INTRODUCCIÓN .....	9
PRIMERA REUNIÓN: ¿QUÉ BUSCÁIS? .....	15
SEGUNDA REUNIÓN: TOMÓ EL PAN .....	25
TERCERA REUNIÓN: LO BENDIJO... ..	37
CUARTA REUNIÓN: LO PARTIÓ.....	45
QUINTA REUNIÓN: LO DIO.. ..	55
SEXTA REUNIÓN: SANTIFICARÁS LAS FIESTAS.....	65
SÉPTIMA REUNIÓN: INVITADOS AL BANQUETE.....	77
OCTAVA REUNIÓN: HACED ESTO EN MEMORIA MÍA.....	91
NOVENA REUNIÓN: BALANCE.....	102
ANEXOS.....	109



# Presentación del tema de estudio

—París, marzo de 2022—

Querida familia de Equipos de Nuestra Señora.

*estas las medicinas con las cuales el Médico Divino nos cura y nos nutre»<sup>1</sup>.*

Quienes hemos vivido con fidelidad el proyecto de vida que nos ofrecen los Equipos de Nuestra Señora entendemos sin vacilación que constituyen una escuela de formación permanente, en la que cada día nuestro camino de fe se transforma, encarnando con mayor madurez el ideal de una vida que se funda en las exigencias de la invitación que Cristo nos hace a participar, de manera integral y no solo ritual, de su banquete.

¿Aun corriendo el riesgo de ser repetitivos, y siendo este el último tema de estudio que completa el ciclo de los seis años, para contextualizar su razón de ser al entregarlo hoy al movimiento, debemos recordar que la orientación de vida que ha guiado el camino que emprendimos a partir del encuentro de Fátima marcó una ruta escrita en clave de misión: “No tengáis miedo: salgamos”, en la que en cada año tuvimos un acento:

Es solo así, como lo decía el Papa Francisco que: *«De este modo, sentarse en la mesa con Jesús significa ser transformados y salvados por Él. En la comunidad cristiana la mesa de Jesús es doble: está la mesa de la Palabra y la mesa de la Eucaristía. Son*

*El primero de ellos, Salgamos a servir, asumiendo nuestras fragilidades* como invitación a dejar a un lado el pudor de ser misioneros, tomando conciencia que la misión no es algo extraordinario en la vida de un cristiano, sino la consecuencia lógica de nuestra adhesión a Cristo;

1.- Papa Francisco, audiencia del 13 de abril de 2016.

En el segundo año *Llamados a ser santos* desmitificaba de alguna manera los preconceptos y la idealización que pudiéramos tener de la santidad, haciéndonos comprender que ella puede estar encarnada en el contexto actual de nuestra vida, con sus riesgos, desafíos y oportunidades;

En el tercer año *Matrimonio, sacramento de misión*, habiendo ya reconocido la misión como una consecuencia de nuestro ser cristianos, nos invitaba ahora a comprender que la fecundidad de la vida conyugal no solo tiene una connotación biológica, sino también a la vida que genera en el entorno en que vivimos, dando así respuesta a la exhortación que nos hacía nuestro fundador, el Padre Henri Caffarel al decir: “Si los Equipos de Nuestra Señora no son un semillero de hombres y mujeres dispuestos a asumir con valentía todas sus responsabilidades en la Iglesia y en la sociedad, pierden su razón de ser”.

En el cuarto año *Matrimonio cristiano, fermento de la familia y de la sociedad*, coincidiendo su entrega con ese duro momento de la pandemia mundial que nos azotó, nos invitaba a hacer una renovación de nuestro disci-

pulado de mente, corazón, actitudes y comportamientos, para adquirir un espíritu nuevo en la comprensión, cuidado y corresponsabilidad no solo de los próximos, sino de la Casa Común que habitamos con la que nos debemos sentir verdaderamente inmersos y comprometidos.

En el quinto año, *Servir a imitación de María*, en el camino misionero que hemos emprendido tomamos conciencia del ejemplo que las virtudes de Nuestra Madre nos brindan para identificar donde falta el vino y, de esa manera, con nuestro servicio poder ser instrumentos, como lo fue María, para no ser ajenos a las diferentes realidades existenciales que necesitan ser atendidas. “En esta boda, se estipula de verdad una Nueva Alianza y a los servidores del Señor, es decir a toda la Iglesia, se le confía la nueva misión: «Haced lo que Él os diga». Servir al Señor significa escuchar y poner en práctica su Palabra. Es la recomendación sencilla pero esencial de la Madre de Jesús y es el programa de vida del cristiano. Para cada uno de nosotros, extraer del contenido de la tinaja equivale a confiar en la Palabra de Dios para experimentar su eficacia en la vida. Entonces, junto al encargado del ban-

quete que probó el agua que se convirtió en vino, también nosotros podemos exclamar: «Tú has guardado el vino bueno hasta ahora» (v. 10). Sí, el Señor sigue reservando ese vino bueno para nuestra salvación, así como sigue brotando del costado traspasado del Señor<sup>2</sup>, expresó el Papa.

Para este sexto y último año de este viaje escrito en clave de misión, el acento es *La Eucaristía, fuente de misión*. Agradecemos el amor, el compromiso y la generosidad de nuestro amigo el padre Javier Grande y al Equipo de la SR España que nos colaboró con la redacción de este tema que estamos seguros será fuente de riqueza para todo el movimiento.

San Pablo en la carta a los Corintios, al final de ese maravilloso y tocante pasaje que conocemos como el capítulo del amor, decía en 1 Corintios 13,11 “Cuando yo era niño, hablaba como un niño, sentía como un niño, razonaba como un niño. Cuando me hice un hombre, acabé con las cosas de niño”. No es una casualidad que el tema de estudio de este año que

proponemos al movimiento sea EUCARISTIA, FUENTE DE MISION.

Somos cristianos adultos que, por nuestra formación, dejamos de ser niños y somos capaces de que se nos hable como adultos. El proyecto de vida que hemos seguido en el movimiento desde que ingresamos, ya lo decíamos, nos ha ayudado a forjar una fe madura que nos hace capaces de comprender que todo este camino misionero que hemos recorrido en estos últimos años es una adhesión a Cristo como discípulos dispuestos asumir la misión que nos ha confiado. Solo con esa conciencia podemos entender que la Eucaristía es fuente y culmen de la vida cristiana pues, en ella, como decía el Santo Padre Benedicto XVI: “Cuanto más viva es la fe eucarística en el Pueblo de Dios, tanto más profunda es su participación en la vida eclesial a través de la adhesión consciente a la misión que Cristo ha confiado a sus discípulos. La historia misma de la Iglesia es testigo de ello. Toda gran reforma está vinculada de algún modo al redescubrimiento de la fe

2.- Papa Francisco. Audiencia general de 8 de junio de 2016. Meditación sobre el milagro de la transformación del agua en vino en las Bodas de Caná.



en la presencia eucarística del Señor en medio de su pueblo”<sup>3</sup>.

El papa Benedicto XVI decía en esta misma exhortación que: “los fieles cristianos necesitan comprender más profundamente las relaciones entre la Eucaristía y la vida cotidiana. La espiritualidad eucarística no es solamente participación en la Misa y devoción al Santísimo Sacramento. Abarca la vida entera”<sup>4</sup>, y es eso precisamente lo que hemos vivido en este recorrido que iniciamos en Fátima y que concluye en el próximo encuentro Internacional de Turín. No hay lugar a hacer una dicotomía entre vida de fe y misión, entre vida cotidiana y espiritualidad.

Y continuaba diciendo: “(Los cristianos) han de cultivar el deseo de que la Eucaristía influya cada vez más profundamente en su vida cotidiana,

convirtiéndolos en testigos visibles en su propio ambiente de trabajo y en toda la sociedad”<sup>5</sup>. Esa *coherencia eucarística* exige el testimonio público de la propia fe. “Por eso, la Eucaristía, como fuente y culmen de la vida y de la misión de la Iglesia, se tiene que traducir en espiritualidad, en vida «el Espíritu»”<sup>6</sup>.

Que este libro que hoy entregamos al movimiento nos ayude a tomar o reforzar la conciencia de la grandeza y de las gracias de este sacramento de la Eucaristía que nos dejó el Señor para participar en él, como sacramento de nuestra salvación y fuente de misión, haciendo vida lo que celebramos en ella.

Así sea.

*Clarita y Edgardo Bernal Fandiño*  
*Matrimonio Responsable Internacional*

3.- Papa Benedicto XVI. Exhortación apostólica postsinodal *Sacramentum Caritatis* XVI sobre la eucaristía fuente y culmen de la vida y de la misión de la iglesia. Párrafo 6.

4.- Ibid. Párrafo 77.

5.- Ibid. Párrafo 79.

6.- Ibid. Párrafo 77.

# Introducción

Es posible que algunos de vosotros, al ver el tema propuesto para este curso, hayáis pensado: “Con la cantidad de problemas vitales que necesitamos iluminar, ahora nos vamos a un tema ‘doctrinal’”. Quizás esta forma de pensar refleja algo, por desgracia, muy extendido entre muchos cristianos del S. XXI. Y es que a Jesús lo tenemos siempre a nuestro lado y, por tanto, no sería necesario acudir a ningún lugar específico a recordarlo y a vivirlo en comunidad. Hablar de la Eucaristía no es alejarse de la vida real, sino afrontarla en toda su radicalidad y exigencia. No hay problema humano que la Eucaristía no obligue a afrontar y a intentar darle solución. Si alguien entiende la Eucaristía como un paréntesis en el que se dejan fuera todas las alegrías, angustias, preocupaciones, trabajos, amores y desamores que constituyen nuestra vida real, es que no ha entendido nada. Y, por desgracia, parece que muchos cristianos están en esta situación.

En el camino hacia la santidad, que todos los creyentes recorreremos, la Eucaristía es nuestra mayor fuente de avituallamiento. Participar en la Eucaristía nos va a dar la energía y la motivación que necesitamos para otros servicios a los que estemos llamados. Porque la verdad de la celebración eucarística se demuestra en lo que hacemos una vez abandonamos el templo.

El tema culmina el camino iniciado en Fátima en 2018 que nos conducía a vivir *la Vocación y Misión* desde diversas perspectivas. Y este curso, que precede al Encuentro Internacional de Turín, tenía como objetivo: *La Eucaristía como fuente para vivir la misión*. Es un tema que ha estado muy presente en la vida de los Equipos y al que ya nos exhortaba el Papa San Juan Pablo II, cuando el 20 de enero de 2003 se dirigió a los Responsables Regionales reunidos en Roma: “4. El compromiso de los esposos, misterio

de alianza y de comunión, **los invita a sacar su fuerza de la Eucaristía**, ‘fuente misma del matrimonio cristiano’ (*Familiaris consortio*, 57) y modelo para su amor. En efecto, las diferentes fases de la liturgia eucarística invitan a los esposos a vivir su vida matrimonial y familiar a ejemplo de la de Cristo, que se entregó a los hombres por amor. Han de encontrar en este sacramento la audacia necesaria para la acogida, el perdón, el diálogo y la comunión de los corazones. Será también una ayuda valiosa para afrontar las dificultades inevitables de toda vida familiar. Ojalá que los miembros de los Equipos sean los primeros testigos de la gracia que aporta una participación regular en la vida sacramental y en la misa dominical, (...).”

Estamos ante un inmenso misterio, una dimensión infinita de la fe, que toca todos los aspectos de nuestra vida y que, como los discípulos de Jesús, tendremos que afrontar desde nuestra lógica.

¿Qué luz nos da la Eucaristía? ¿Qué nos revela la Eucaristía? Si miramos la vida con una mirada eucarística, ¿qué vemos? ¿Cómo nos alienta la Eucaristía en nuestra misión? ¿Cómo

vivir la Eucaristía en pareja, como miembros de los Equipos de Nuestra Señora?

Para tratar de arrojar un poco de luz a estas preguntas, realizaremos un recorrido por la Eucaristía, partiendo de cómo nos situamos inicialmente ante este sacramento, tomando posteriormente como núcleo principal los cuatro verbos de la institución de la Eucaristía a partir de las palabras del Evangelio de Lucas: **tomar, bendecir, partir y dar**. Y, luego, reflexionando sobre el domingo, día del Señor, las partes de la misa y el hecho de que Jesús nos pidiera “**Hacer esto**” en su memoria, que conecta toda la Eucaristía con nuestra vida cristiana. Por tanto, este Evangelio va a centrar buena parte de nuestra reflexión:

*Y cuando llegó la hora, se sentó a la mesa y los apóstoles con él y les dijo: «Ardientemente he deseado comer esta pascua con vosotros, antes de padecer, porque os digo que ya no la volveré a comer hasta que se cumpla en el Reino de Dios». Y, tomando un cáliz, después de pronunciar la acción de gracias, dijo: «Tomad esto, repartiendolo entre vosotros; porque os digo que no beberé desde ahora del fruto de la vida hasta que venga el Reino de Dios». Y,*

*tomando pan, después de pronunciar la acción de gracias, lo partió y se lo dio, diciendo: «Esto es mi cuerpo, que se entrega por vosotros; haced esto en memoria mía».* Después de cenar, hizo lo mismo con el cáliz, diciendo: «Este cáliz es la nueva alianza en mi sangre, que es derramada por vosotros.» [Lc 22,14-20]

### Estructura de cada capítulo

Los capítulos tienen varios apartados con el contenido principal, donde se incluyen también las reflexiones del papa Francisco y del Padre Caffarel, insertas en el propio texto. A continuación, encontramos la lectura de la Palabra de Dios, con un comentario formativo introductorio al texto bíblico. Serán las mismas lecturas que se propongan en la reunión de Equipo de ese mes.

Además, cada capítulo tiene propuestas para la reunión, para trabajar los puntos concretos de esfuerzo y para que todos estemos en sintonía, camino del Encuentro Internacional de Turín.

Este tema de estudio, como todos los de los Equipos de Nuestra Señora, quiere ser vivencial, de manera que nos interpele en nuestro día a día y

nos ayude en nuestra vida de pareja. Os animamos a que la Eucaristía, particularmente a lo largo de este curso, sea fuente de unión en vuestra vida de pareja y que podáis vivirla con especial atención y sentido. Y no perdáis la ocasión de compartirla en familia, siempre que sea posible.

Dispongámonos durante este curso, camino de Turín, a descubrir **la enorme fuerza de la Eucaristía como alimento para vivir nuestra Misión.** Y afrontemos un sincero discernimiento para descubrir qué significa esto para cada uno de nosotros, para nuestro Equipo, para el Movimiento de los Equipos de Nuestra Señora y para la Iglesia.

### Fuentes y autores principales

Para la redacción de este Tema de Estudio se han utilizado algunos textos procedentes del tema realizado durante el curso 2004-05 por la SR España, redactado por el entonces consiliario de la SR, **Miguel Payá**, titulado *El Banquete del Señor*.

Textos de las catequesis sobre la Eucaristía que el **papa Francisco** pronunció durante algunas de las audiencias generales de los miércoles en el curso 2017-18 y en diversas homilias en las

que ha hecho especial énfasis en el tema de la Eucaristía.

La Carta Apostólica *Dies Domini* (DD) de **San Juan Pablo II**.

Diversas catequesis del biblista italiano **Fabio Rosini**.

Textos del **padre Caffarel** procedentes de un monográfico titulado *Matrimonio y Eucaristía* publicado en la revista *L'Anneau d'Or* (*Le mariage*,

*route vers Dieu*) Numéro spécial 117-118 (*mai-août 1964*, pp. 242-265) y otros precedentes de las editoriales escritas a los Equipos de Nuestra Señora.

La experiencia del *Taller de la Palabra* celebrado en el curso 2020-21 en la parroquia de San Jaime de Moncada (Valencia, España) por el Padre **Javier Grande Ballesteros**.

*El equipo redactor*

## ESTRUCTURA Y CAPÍTULOS

Reunión	Objetivos generales	Referencias bíblicas
<b>Introducción</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentación del tema</li> </ul>	
<b>1.- ¿Qué buscáis?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexionar sobre el modo que tenemos de acercarnos a la Eucaristía.</li> <li>• Reconocer en ella el verdadero alimento, fuente de misión y servicio.</li> </ul>	Jn 6, 24-34
<b>2.- Tomó el pan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender la Eucaristía en el marco de la Pascua y lo que significa el nuevo banquete.</li> <li>• Dejar que Jesús tome nuestras debilidades.</li> </ul>	Jn 21, 1-14
<b>3.- Lo bendijo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profundizar en el significado de la bendición.</li> <li>• Reconocer en la Eucaristía una fuente de bendición para nosotros y nuestro prójimo.</li> </ul>	Ez 1, 3-10
<b>4.- Lo partió</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocer el significado profundo de la fracción del pan.</li> <li>• Celebrar la Eucaristía como sacramento de unidad.</li> </ul>	Jn 6, 1-14
<b>5.- Se lo dio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valorar la entrega de Jesús en la Eucaristía.</li> <li>• Dejarnos transformar para entregar nuestra vida.</li> </ul>	Jn 6, 48-58
<b>6.- Santificarás las fiestas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivir conscientes el significado alegre y festivo del domingo.</li> <li>• Hacer del domingo un día especial en nuestra vida, día de encuentro fraterno y solidario.</li> </ul>	Mc 16, 1-2, 9-16
<b>7.- Invitados al banquete</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexionar sobre nuestra participación en la misa.</li> <li>• Hacernos conscientes de su estructura y del significado de cada una de sus partes.</li> </ul>	Lc 24, 13-35
<b>8.- Haced esto en memoria mía</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender que la Eucaristía nos ayuda a transformarnos y a madurar en nuestra vida diaria.</li> <li>• Abrirnos al compromiso del testimonio, misión y servicio cristianos.</li> </ul>	1 Cor 11, 17-30
<b>9.- Balance</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revisión de todo el recorrido de forma personal, en pareja y en Equipo.</li> </ul>	Lc 22,14-20
<b>Anexos</b>	<p>El año litúrgico. Posturas y gestos litúrgicos. Vestidos e insignias litúrgicas.</p>	



# Primera Reunión ¿QUÉ BUSCÁIS?



## PREPARACIÓN DE LA REUNIÓN DE EQUIPO

### Introducción

***Me buscáis no porque habéis visto signos, sino porque comisteis pan hasta saciaros.*** (Jn 6,26)

Hemos querido que sea este versículo el que inicie este temario sobre la Eucaristía que nos va a acompañar durante este año. Entendemos que antes de aproximarnos a su sentido pleno debemos ser capaces de pararnos a reflexionar sobre el modo que tenemos de acercarnos al misterio del Pan de Vida, dejándonos interpelar por el Maestro y preguntándonos por el sentido profundo que tiene para nosotros la celebración de la Eucaristía.

De la misma manera, el Papa Francisco, al iniciar su recorrido catequético sobre la Eucaristía en los años 2017 y 2018, comenzó ayudándonos a situarnos ante nuestro modo de celebrarla, recordando el testimonio de tantos cristianos que murieron por defenderla: “Este es un testimonio que nos interpela a todos y pide una respuesta sobre qué significa para cada uno de nosotros participar en el sacrificio de la misa y acercarnos a la mesa del Señor. ¿Estamos buscando esa fuente que «fluye agua viva» para la vida eterna, que hace de nuestra vida un sacrificio espiritual de alabanza y de agradecimiento y hace de nosotros un solo cuerpo con Cristo?”<sup>7</sup>

### ¿Por qué celebramos la Eucaristía?

Para poder dar una respuesta a esta pregunta central de nuestra fe en este capítulo, vamos a profundizar en una parte del discurso del Pan de Vida. Recordemos que este se compone de tres grandes partes. La primera incluye dos relatos de milagro: la multiplicación de los panes y los peces, y Jesús andando sobre las aguas: Jn 6, 1-21. La segunda contiene el discurso sobre el pan de vida, pronunciado ante la multitud en la sinagoga de Cafarnaúm:

---

7.- Papa Francisco. Audiencia General del miércoles 8 de noviembre de 2017.

Jn 6, 22-59. La tercera expone el diálogo que sigue a este gran discurso y que enfrenta a Jesús con sus discípulos: Jn 6, 60-71<sup>8</sup>.

Nos centramos en la segunda parte, cuando el Maestro, después de realizar los milagros, se encuentra con la multitud que va en su búsqueda a la otra orilla del lago y le pregunta: «*Maestro ¿cuándo has venido aquí?*».

Si nos fijamos atentamente, Jesús no contesta a la pregunta que le han planteado, sino que desvela el motivo que esconde: «*En verdad, en verdad os digo: me buscáis no porque habéis visto signos, sino porque comisteis pan hasta saciaros*» (Jn 6, 26). Jesús se da cuenta de que la multitud se ha quedado en el signo material que había realizado con anterioridad, el de la multiplicación de los panes y los peces. Se conforman con la necesidad saciada y no van más allá, no entienden la profundidad del significado que ese signo encierra.

Este encuentro entre el maestro y la gente que lo seguía nos recuerda a las conversaciones y debates que surgen a veces entre los fieles sobre el precepto, o sobre la “validez” de la misa del sábado para el domingo, o sobre lo bien o lo mal que lo hace el cura del lugar. Mucha gente se centra en lo accesorio en vez de buscar lo esencial, el sentido profundo de la celebración Eucarística. Si vamos a misa solo porque nos lo manda el primer mandamiento de la Santa Madre Iglesia, perdemos la profundidad del regalo que se nos quiere hacer.

Vamos a misa porque necesitamos ese pan que nos da la vida eterna y resulta esencial para nosotros. Precisamente por eso, la Iglesia nos lo manda como precepto, como una madre que se preocupa por sus hijos, porque los quiere.

### **El ser humano tiene necesidades**

El ser humano, entre sus muchas necesidades vitales, tiene la del comer y el beber como una de las más importantes. Es, por ello, por lo que el alimento

---

8.- Jean Zumstein, *El evangelio según Juan*, Sígueme, Salamanca, 2016, p. 265.

es el primer don que Dios dio al hombre en el relato del Génesis como acto paterno: «*Mirad, os entrego todas las hierbas que engendran semilla sobre la superficie de la tierra y todos los árboles frutales que engendran semilla: os servirán de alimento*», (Gn 1, 29). Ese don se convierte en la respuesta de un Dios padre a la necesidad del ser humano, de un hijo suyo.

Esta necesidad no puede saciarse de cualquier manera. Todo lo comestible no es recomendable porque todo lo comestible no es digerible. Por eso, Dios en el Génesis (2, 16) dice a Adán: «*Puedes comer de todos los árboles del jardín, pero del árbol del conocimiento del bien y el mal no comerás, porque el día en que comas de él, tendrás que morir*». Dios no nos señala por capricho los alimentos que no podemos comer, sino que lo hace por amor de quien sabe lo que no podemos digerir y nos previene, de la misma manera que hace el padre que va por el bosque y le dice al hijo: “No comas esos frutos o esas setas, porque son venenosos”.

### Necesidad de saciarnos

Todos estamos dispuestos a hacer lo que sea preciso para satisfacer nuestros deseos, para saciarnos. Y como la multitud, le preguntamos a Jesús: “¿qué tenemos que hacer?”.

Jesús denuncia la ilusión del ser humano de alcanzar por sus propios medios lo que más necesita para colmar sus ansias; ya que, cuando buscamos saciarnos de todo sin medida ni discernimiento, la voracidad marca nuestro modo de relacionarnos con los alimentos de una manera tóxica. Hasta el punto de que solo estamos bien cuando nos sentimos complacidos, satisfechos y hemos conseguido lo que queríamos. A esto lo llamamos gula y se convierte en una idolatría que, como tantas otras, busca en lo que no es Dios saciar nuestra vida y llenarla de sentido.

Después de los milagros, del discurso, del encuentro, la multitud sigue pidiendo un pan que no es el que Jesús está ofreciendo. Lo mismo ocurre con la samaritana, que pedía un agua que nada tenía que ver con el manantial de vida eterna que Jesús le ofrecía, o con Nicodemo, al que mueve a nacer de nuevo.

De la misma manera, nosotros en muchas ocasiones pedimos unas celebraciones

eucarísticas que no tienen nada que ver con lo que Jesús nos está regalando; unas reuniones de Equipos que distan mucho del don que se nos quiere ofrecer; una vida matrimonial que de lejos se asoma a la vocación que Dios nos ha concedido; una buena familia, que no es la Iglesia doméstica instituida el día de nuestra boda.

Nos acercamos a Jesús pidiendo que dé respuesta a unas necesidades, ciertamente legítimas, pero que se quedan pobres y cortas en comparación con los regalos que se nos quieren ofrecer.

Esta reflexión nos invita a resituar nuestras verdaderas necesidades, las que realmente saciarán el hambre y sed que nuestra vida, nuestro matrimonio y nuestra familia tienen, y a redescubrir la oferta de Jesús, y volver a confiar en Él.

### **Cristo: único alimento que sacia.**

Es en este momento cuando Jesús les revela que las obras que se esperan para saciar su vida no consisten en un “hacer”, sino en un “creer”, que orienta el hacer y lo potencia. No se trata de una prestación que cumplir, sino de aceptar un don. Dejarse amar, identificar el verdadero alimento, fiarse o no fiarse del padre, comer o no comer de esas setas que están en el bosque y que parecen “apetecibles”.

Y, esto, lo hacemos como niños que viven en un proceso de maduración. El Padre está siempre ahí, a nuestro lado, cuidando de nosotros, acompañándonos. Incluso mimándonos. A esto estamos llamados, a descubrir el amor que nos tiene, a recibir su Pan de Vida. Porque Él nos podría hablar así, como dice la canción: “Si por un segundo vieras cómo te miro, no querrías ver nada más (...) y tiemblo de imaginar cuando llegues al cielo, costará respirar en el abrazo que nos daremos” (*Un segundo*, Hakuna Group Music).

Se nos invita a creer que todas las necesidades que nos hacen buscar y buscar, ansiar y ansiar, son sucedáneos de una única y verdadera necesidad: el amor de Dios manifestado en su Hijo Jesús. Por esta razón Jesús proclamará: “*Yo soy el verdadero pan de vida*”.

Como la multitud, hemos vivido experiencias preciosas de ser saciados por el Señor, pero como la multitud seguimos exigiendo signos que sacien nuestras necesidades más básicas y que den respuesta a nuestra voracidad. ¿Vale la pena seguir en este empeño? A veces somos muy testarudos. Para combatir esto os proponemos llevar a cabo una reflexión, que puede ocupar nuestro deber de sentarse de este mes, sobre cómo o cuándo Jesús ha saciado nuestras necesidades más profundas a través de la Eucaristía, de nuestra oración personal o conyugal, o de nuestro Equipo.

Vamos a intentar que este acercamiento a la Eucaristía se haga también desde el punto de vista de la pareja, que no pensemos solo de forma individual, que veamos cómo podemos nutrirnos por ella en nuestra vida matrimonial. El Padre Caffarel realizó las reflexiones que condujeron al texto *Matrimonio y Eucaristía* de las que mencionaremos algunos extractos a lo largo de los próximos capítulos, precisamente cuando en la primavera de 1959, en Roma, daba la comunión junto a otros sacerdotes a los mil hogares peregrinos de los Equipos de Nuestra Señora. Indica que, en ese momento, tuvo la intuición del estrecho lazo que había entre los dos sacramentos, matrimonio y Eucaristía. En su texto nos propone una oración que permita: “que la Eucaristía “construya” vuestro hogar, “construya” vuestra unidad. (...). ¿Por qué cuando acabáis de comulgar y estáis uno al lado del otro en la Iglesia no la recitáis juntos? “Señor derrama en nosotros tu espíritu de amor; puesto que acabas de colmarnos con el sacramento pascual, que tu amor nos dé un solo corazón”<sup>9</sup>.

## La Palabra de Dios

### Introducción al texto bíblico

Leemos la Palabra de Dios teniendo en cuenta todo lo que hemos comentado con anterioridad en el propio capítulo, que, en definitiva, es toda una introducción a este texto bíblico.

---

9.- Henri Caffarel, *Matrimonio y Eucaristía*; publicado en la revista *L'Anneau d'Or –Le mariage, route vers Dieu* Numéro spécial 117-118 – mai - août 1964 – (pp. 242-265). Edición española: Henri Caffarel, *El matrimonio, aventura de Santidad*, Madrid: PPC, 2022, p. 258.

## Texto de Jn 6, 24-34

*Al encontrarlo en la otra orilla del lago, le preguntaron: «Maestro, ¿cuándo has venido aquí?». Jesús les contestó: «En verdad, en verdad os digo: me buscáis no porque habéis visto signos, sino porque comisteis pan hasta saciaros. Trabajad no por el alimento que perece, sino por el alimento que perdura para la vida eterna, el que os dará el Hijo del hombre; pues a este lo ha sellado el Padre, Dios». Ellos le preguntaron: «Y ¿qué tenemos que hacer para realizar las obras de Dios?». Respondió Jesús: «La obra de Dios es esta: que creáis en el que él ha enviado». Le replicaron: «¿Y qué signo haces tú, para que veamos y creamos en ti? ¿Cuál es tu obra? Nuestros padres comieron el maná en el desierto, como está escrito: “Pan del cielo les dio a comer”». Jesús les replicó: «En verdad, en verdad os digo: no fue Moisés quien os dio pan del cielo, sino que es mi Padre el que os da el verdadero pan del cielo. Porque el pan de Dios es el que baja del cielo y da vida al mundo». Entonces le dijeron: «Señor, danos siempre de este pan».*

## La reunión de Equipo

### Acogida

Durante las reuniones que tendremos en este curso estaremos invitados a realizar unos signos de acogida. Dada la diversidad de nuestro movimiento, entendemos esto como una propuesta que cada hogar acogedor puede adaptar según la realidad de su Equipo a un signo concreto.

En este primer encuentro os invitamos a poner un cesto vacío en medio de la mesa en torno a la que os reunáis. Con estas u otras palabras podéis, en un ambiente de oración, introducir este primer signo.

Este cesto vacío es signo de las necesidades que tenemos cada uno de nosotros, cada matrimonio, cada familia y nuestro Equipo. Son necesidades legítimas que estamos llamados a cubrir, pero no queremos hacerlo de cualquier manera. Sabemos de nuestros vacíos y anhelos. Los sufrimos y deseamos que sean saciados. Pero también sabemos que este cesto es un

símbolo que perdurará a lo largo del curso, y que lo único que lo puede llenar y nos puede saciar es: “El verdadero alimento que perdura para la vida eterna”.

### Puesta en común

En este momento, además de comentar las experiencias significativas que hemos podido vivir a lo largo del mes, estamos invitados a compartir alguna experiencia de participación en la Eucaristía: ¿la hemos preparado de una forma especial?; ¿ha tenido algún significado más profundo para nosotros?

### Oración

Proclamamos Jn 6, 24-34

Después de proclamar el texto bíblico os ofrecemos tres momentos orantes para pedir perdón, pedir al Señor y agradecer. En cada momento os invitamos a que un miembro del matrimonio acogedor lea el fragmento bíblico, y el otro la oración propuesta, dejando un momento de silencio para orar cada uno lo que significa en su vida y para que, quien lo desee, pueda expresarlo con una sencilla oración en voz alta.

#### Perdón

«En verdad, en verdad os digo: me buscáis no porque habéis visto signos, sino porque comisteis pan hasta saciaros”.

Te pedimos perdón, Señor, por buscarte sólo cuando estamos necesitados de signos concretos que den respuesta a situaciones difíciles, por olvidarnos de ti cuando las cosas van bien y creemos que no nos haces falta...

Te pedimos perdón por... (intenciones libres)

## Petición

*Ellos le preguntaron: «Y ¿qué tenemos que hacer para realizar las obras de Dios?». Respondió Jesús: «La obra de Dios es esta: que creáis en el que él ha enviado».*

Señor, te pedimos que nos ayudes a obrar como cristianos, a construir ya el Reino en la tierra. Señor, aumenta nuestra fe. Señor, te pedimos... (Intenciones libres)

## Acción de gracias

*«En verdad, en verdad os digo: no fue Moisés quien os dio pan del cielo, sino que es mi Padre el que os da el verdadero pan del cielo. Porque el pan de Dios es el que baja del cielo y da vida al mundo».*

Señor te damos gracias por ser el verdadero alimento de nuestra vida. Señor te damos gracias... (intenciones libres)

## Participación

Podemos compartir sobre los puntos concretos de esfuerzo y en este mes centrarnos en aquel o aquellos que nos hayan ayudado a vivir de forma más consciente la Eucaristía. ¿Hay algún punto que nos ha interpelado para tener una actitud de mayor verdad, de mayor conciencia de la voluntad de Dios sobre nuestra vida, de mayor búsqueda de nuestra unión como matrimonio a través de la Eucaristía?

Os proponemos una **sentada** que nos permita hablar con sinceridad sobre si realmente nos damos cuenta de lo que Dios quiere darnos al entregarse por nosotros. ¿Cómo o cuándo Jesús ha saciado nuestras necesidades más profundas a través de la Eucaristía, de nuestra oración personal o conyugal, o de nuestro Equipo? Reflexionamos sobre qué significa para nuestro matrimonio que la Eucaristía sea la fuente de nuestro amor y de nuestra unidad, si



realmente nos ayuda a tener “un solo corazón”, como propone la oración del Padre Caffarel. ¿Lo podríamos concretar en nuestra vida? Compartimos estas reflexiones personales en nuestro diálogo conyugal.

### Para compartir en la reunión de Equipo

Muchos equipistas que se valen de este temario no podrán asistir a la Eucaristía el domingo próximo, bien porque no hay sacerdotes que la celebren, o bien, porque viven en lugares donde no les está permitido vivir la fe en libertad. La mayoría podremos elegir hora, lugar, cura y, si nos viene mal, dejarla para otro domingo. ¿Somos conscientes de la grandeza de poder celebrar la Eucaristía con tanta facilidad como muchos tenemos? ¿Cuáles son nuestras necesidades más importantes como matrimonio y familia? ¿Cómo intentamos satisfacer esas necesidades? ¿La Eucaristía satisface nuestras necesidades, o nos cuesta entender que tenga algo que ver con nuestra vida concreta?

### Hacia Turín

Seguramente en esta primera reunión ya hemos tomado una decisión sobre nuestra participación en el Encuentro Internacional de Turín de julio de 2024. Podemos compartir con nuestros compañeros de Equipo cómo ha sido nuestra reflexión, en qué situación nos encontramos, qué hemos decidido, las razones que han motivado una decisión u otra.

### Oraciones finales

- Por la canonización del P. Caffarel
- Magníficat

Segunda Reunión  
**TOMÓ EL PAN**

## Preparación de la reunión de Equipo

### El banquete eucarístico: Pésaj.

La noche en la que iba a ser entregado, Jesús estaba celebrando el *Pesaj* con sus discípulos. Esta cena es una liturgia familiar, en la que se come el cordero sacrificado, se transmite a los más pequeños la acción salvadora de Dios sobre su pueblo, se actualiza esa liberación y se espera la plenitud que vendría con Elías. פֶּסַח, *Pésaj*, significa literalmente «salto». El pueblo de Israel, esclavo en Egipto iba a dar un salto a la libertad.

Todo comenzó con esta pregunta de los discípulos: «¿Dónde quieres que vayamos a prepararte la cena de pascua?» Y el mismo Jesús manifiesta su gran deseo de celebrar especialmente aquella Pascua, la última de su vida: «¡Cuánto he deseado celebrar esta pascua con vosotros antes de morir!» (Lc 22,15). Por otra parte, dispone que se busque un local apropiado, amplio y cómodo.

En el marco de esta pascua judía, Jesús va a instituir una nueva pascua, porque al decir «*Haced esto en memoria mía*» va a cambiar el acontecimiento liberador que se ha de celebrar en sus tres direcciones: como hecho pasado, como presente actual y como anticipación del futuro definitivo. ¿Cuál es este nuevo acontecimiento salvador?

Los cuatro relatos que tenemos de la institución de la Eucaristía, en tres Evangelios (Mt 26,17-30; Mc 14,12-25; Lc 22,7-20) y en la primera Carta de San Pablo a los Corintios (1 Cor 11,17-34), así como las alusiones que hace el Evangelio de San Juan (Jn 6,51-59), nos ofrecen indicaciones preciosas sobre el significado que Jesús quiso darle a este banquete.

Se trata de un nuevo banquete instituido por Jesús, una comida con dos elementos que tenían una gran importancia en la tradición judía, el pan y el vino, a los que da un nuevo significado. El pan era el alimento fundamental para saciar el hambre, y por ello era símbolo de la vida. El vino era la bebida festiva, símbolo de alegría, de amistad y de alianza. Jesús los

asume, pero les da un nuevo sentido: son su cuerpo entregado y su sangre derramada, es decir, son él mismo que se entrega a favor de los hombres. Nos encontramos ante una acción que carece de antecedentes en ninguna religión. El hecho de que alguien dé a comer su cuerpo y a beber su sangre es una total innovación de Jesucristo, que causó escándalo ya entre sus contemporáneos. Pero las palabras de Jesús son claras y terminantes. No se trata de un alimento metafórico. Lo que recibimos bajo las apariencias del pan y del vino es el cuerpo y la sangre del Señor, es decir, a él mismo, que se ha ofrecido por nosotros. Y al recibirlo, entramos en una íntima unión con él que nos introduce en la misma vida de la Trinidad: «*Lo mismo que el Padre, que vive, me ha enviado y yo vivo por el Padre, también el que coma vivirá por mí*» (Jn 6,57).

En este contexto pascual, la celebración judía viene marcada por la bendición de cuatro copas. La primera es la bendición por todo lo recibido, la segunda inicia la liturgia pascual, la tercera es la de la redención, la cuarta copa es la de la consumación de la promesa, con la que se da fin a la celebración pascual.

Es importante entender que Jesús, según el relato de Lucas<sup>10</sup> consagra el pan entre la segunda y la tercera copa. A partir de este momento, el *Pésaj* queda sorprendentemente abierto, ya que después de la tercera copa<sup>11</sup> cantan los salmos y, sin bendecir la cuarta copa, salen hacia el monte de los olivos. Esto, que debió asombrar mucho a los judíos, tiene un significado muy profundo y solo comprensible tras la crucifixión: se puede entender que Jesús toma la cuarta copa de la consumación en la Cruz, cuando le acercan la esponja en vinagre y él proclama “*Está cumplido*” (Jn 19, 30).

---

10.- Lc 22, 17-20 Y, tomando un cáliz, después de pronunciar la acción de gracias, dijo: «Tomad esto, repartido entre vosotros...Y, tomando pan, después de pronunciar la acción de gracias, lo partió y se lo dio diciendo: «Esto es mi cuerpo, que se entrega por vosotros; haced esto en memoria mía». Después de cenar, hizo lo mismo con el cáliz diciendo: «Este cáliz es la nueva alianza en mi sangre, que es derramada por vosotros.

11.- Mc 14, 26 Después de cantar el himno, salieron para el monte de los Olivos.

## El pan de la aflicción

Además de las copas de vino, un elemento fundamental en la Pascua es el pan. Jesús “toma” de la mesa la materia que otros han hecho -no la ha hecho él-: transforma una realidad que se le ha presentado previamente.

*Al primer gesto de Jesús: «tomó el pan y el cáliz con el vino», corresponde por tanto la preparación de los dones. Es la primera parte de la Liturgia eucarística. Está bien que sean los fieles los que presenten el pan y el vino, porque estos representan la ofrenda espiritual de la Iglesia ahí recogida para la eucaristía. (...) Ciertamente, nuestra ofrenda es poca cosa, pero Cristo necesita de este poco. Nos pide poco, el Señor, y nos da tanto. Nos pide poco. Nos pide, en la vida ordinaria, buena voluntad; nos pide corazón abierto; nos pide ganas de ser mejores para acogerle a Él que se ofrece a sí mismo a nosotros en la eucaristía; nos pide estas ofrendas simbólicas que después se convertirán en su cuerpo y su sangre<sup>12</sup>.*

Por este motivo, nosotros, cada vez que celebramos la Eucaristía, decimos: «Bendito seas Señor por este pan, fruto de la tierra y del trabajo del hombre», reconociendo que es un alimento sencillo y aparentemente pobre, pero que exige el trabajo de muchos (siembra, recolección, molido, amasado, horneado...); es un trabajo comunitario, es cultura, es encuentro en torno a una mesa, es acogida, es relación... y es toda esta realidad la que toma en sus manos el Señor Jesús para hacerla Pascual.

El pan es algo esencial, por eso la palabra en hebreo, לחם, *lejem*, significa *alimento, necesidad*. Por otra parte, es significativo que la palabra **guerra**, מלחמה, *lehilajem*, mantenga la misma raíz, al entender que es la defensa de las necesidades vitales la que suele provocar las guerras.

Cuando Jesús toma el pan está tomando nuestras necesidades, así como nuestros conflictos. Desde el inicio de la creación el ser humano ha vivido con la convicción de que sus necesidades debían ser procuradas y defen-

---

12.- Papa Francisco. Catequesis del 28 de febrero de 2018.

didadas por sí mismo, dejando la providencia y la confianza en Dios en segundo plano. Esta falta de confianza ha supuesto para la humanidad una focalización en el tener y en el conseguir como objetivo vital que dinamita nuestra relación con Dios, con los demás y con nosotros mismos. Y acaba convirtiéndose en la primera maldición: “Comerás el pan con el sudor de tu frente” (Gn 3, 19).

Es necesario entender que el pan que Jesús toma es el pan ácimo, que no es suave, esponjoso ni sabroso. Es un pan propio de ‘gente sin recursos’, (sin levadura). De hecho, cuando se bendice en el *Pésaj*, se dice: “Este es el pan de la pobreza que comieron nuestros antepasados en el país de Egipto”. Es el pan comido con sudor, es el pan que elaboran unos esclavos ansiosos de libertad: es el pan de la aflicción.

### Dejarnos tomar

Dejar que Dios tome nuestro pan de la aflicción nos permite vivir en la bendición, dejar de estar a la defensiva, experimentar que Dios es Padre providente que nos provee un alimento que puede realmente saciarnos: “*Mi carne es verdadera comida y mi sangre es verdadera bebida*” Jn 6, 51. El Padre Caffarel nos ayuda con sus palabras sobre la Eucaristía:

*En la Misa, Cristo está presente en el sacerdote. Con las manos del sacerdote, es él quien toma, como en la Cena, el pan y el vino. Y da gracias a su Padre. Pero ese pan y ese vino son el signo visible de una realidad invisible; es su cuerpo “entregado” a los hombres, su sangre “derramada” por ellos. No dejéis pasar esta palabra “signo” sin darle todo su sentido. Una comparación que tomo de vuestra propia vida os ayudará. Un día ofrecisteis a vuestra novia la alianza de boda y ella consideró este regalo, sin duda alguna, no por su valor de mercado sino por su valor de signo; a sus ojos ese anillo era el signo de un corazón y de una vida que se le ofrecían. De la misma manera pan y vino en la Misa, como en la última Cena, deben ser apreciados en su valor de signo; son el signo de un corazón y de una vida, del corazón y de la vida de Cristo que se ofrecen al Padre, con gran fervor y amor, para la salvación de todos los hombres (...) Mientras que*

*los anillos de casados simbolizan el corazón y la vida de los novios, aunque no lo contengan realmente, ese pan y ese vino no solamente representan, sino que contienen, el Cuerpo y la Sangre de Cristo. Así se comprende por qué la Iglesia enseña que, en la Misa, el sacrificio de Cristo está al mismo tiempo simbolizado y realmente presente, presente para que lo ofrezcamos y participemos*<sup>13</sup>.

## La Palabra de Dios

### Introducción al texto bíblico

La última aparición del Resucitado que nos cuenta san Juan, en el lago de Tiberíades, nos ofrece una visión maravillosa de la presencia de Jesús en la Iglesia de hoy. Siete discípulos están pescando juntos. Como el número siete es símbolo de totalidad, se quiere subrayar que la faena de la «pesca» es de todos y de todos unidos. En un primer momento, el trabajo resulta inútil: «No lograron pescar nada». Los discípulos buscan saciar sus necesidades desde ellos mismos, sin contar con la gracia y “volviendo a lo de siempre”. Parece que después de lo vivido con el maestro nada ha cambiado, nada ha sido tomado.

Al amanecer, como el día de la Resurrección, Jesús se presenta, no en la barca, sino en tierra firme, aunque cerca. Desde una nueva situación, desde la gloria del Padre, no abandona a sus discípulos, les sigue de cerca en sus avatares y dificultades, aunque no se mezcla directamente en su trabajo. Los discípulos no lo reconocen, porque están viviendo en la oscuridad de la fe.

Jesús manda echar la red, quiere proveer sus verdaderas necesidades, manda que la Iglesia evangelice contra todas las dificultades y cálculos pesimistas. Y los discípulos, a pesar de no haberlo reconocido, le hacen caso, echan la red. Y, por haber secundado la iniciativa de Jesús, consiguen una pesca espléndida.

---

13.- Henri Caffarel, Matrimonio y Eucaristía, publicado en la revista L'Anneau d'Or –Le mariage, route vers Dieu Numéro spécial 117-118 – mai - août 1964 – (pp. 242-265). Edición española, Henri Caffarel, El matrimonio camino de santidad, PPC, 2022, p. 243.

Jesús mismo les ha preparado esta comida. Pero les pide a los discípulos una aportación: «Traed ahora algunos de los peces que habéis pescado». Esta aportación viene del fruto de la «pesca», “del fruto del trabajo del hombre”. «Jesús se acercó, tomó el pan en sus manos y se lo repartió; y lo mismo hizo con los peces». Jesús les sirve la comida, como había hecho tantas veces, y, sobre todo, la noche antes de su muerte.

Jesús resucitado, invita a los apóstoles a entrar en una nueva dinámica en donde vivir la experiencia de un Padre providente, al que se le permite tomar una desastrosa noche de pesca improductiva y que, con su Palabra de vida, sacia sus necesidades y se convierte en un encuentro fraterno, en un convite, signo del Reino que ya ha comenzado.

### Texto de Jn, 21, 1-14

*Jesús se apareció otra vez a los discípulos junto al lago de Tiberíades. Y se apareció de esta manera: Estaban juntos Simón Pedro, Tomás, apodado el Mellizo; Natanael, el de Caná de Galilea; los Zebedeos y otros dos discípulos suyos. Simón Pedro les dice: «Me voy a pescar». Ellos contestan: «Vamos también nosotros contigo». Salieron y se embarcaron; y aquella noche no cogieron nada. Estaba ya amaneciendo, cuando Jesús se presentó en la orilla; pero los discípulos no sabían que era Jesús. Jesús les dice: «Muchachos, ¿tenéis pescado?». Ellos contestaron: «No». Él les dice: «Echad la red a la derecha de la barca y encontraréis». La echaron, y no podían sacarla, por la multitud de peces. Y aquel discípulo a quien Jesús tanto quería le dice a Pedro: «Es el Señor». Al oír que era el Señor, Simón Pedro, que estaba desnudo, se ató la túnica y se echó al agua. Los demás discípulos se acercaron en la barca, porque no distaban de tierra más que unos doscientos codos, remolcando la red con los peces. Al saltar a tierra, ven unas brasas con un pescado puesto encima y pan. Jesús les dice: «Traed de los peces que acabáis de coger». Simón Pedro subió a la barca y arrastró hasta la orilla la red repleta de peces grandes: ciento cincuenta y tres. Y aunque eran tantos, no se rompió la red. Jesús les dice: «Vamos, almorzad». Ninguno de los discípulos se atrevía a preguntarle quién era, porque sabían bien que era el Señor. Jesús se acerca, toma el pan y se lo da, y lo mismo el pescado.*



*Esta fue la tercera vez que Jesús se apareció a los discípulos después de resucitar de entre los muertos.*

## La reunión de Equipo

### Acogida

Os invitamos a preparar un cesto vacío en el centro de la mesa.

Se entrega a cada miembro del Equipo un trozo de pan, a poder ser pan sin levadura (tipo fajitas valdría), para significar de alguna manera que es el pan de los pobres.

Iniciamos el encuentro cogiendo en la mano el trozo de pan, todos en silencio reflexionan lo que significa para este periodo de su vida este “pan de la aflicción” y lo que significa en este periodo de la historia para tantas personas. Tras este momento, cada uno deja que el consiliario, presencia de Cristo sacerdote, tome ese pan, y lo ponga en el cesto.

### Puesta en común

Podemos poner en común cuál ha sido nuestra reflexión en torno al pan de la aflicción, y cómo hemos vivido este sentimiento durante este mes.

### Oración

Leemos el texto bíblico propuesto en el capítulo: Jn 21, 1-14

Después de proclamar el texto bíblico os ofrecemos tres momentos orantes para agradecer, pedir perdón y pedir al Señor. En cada momento os invitamos a que un miembro del matrimonio acogedor lea el fragmento bíblico, y el otro la oración propuesta, dejando un momento de silencio para orar cada uno lo que significa en su vida y para que quien lo desee, pueda expresarlo con una sencilla oración.

## Acción de gracias

*Estaban juntos Simón Pedro, Tomás, apodado el Mellizo; Natanael, el de Caná de Galilea; los Zebedeos y otros dos discípulos suyos.*

Señor Jesús, te damos gracias porque nos has concedido vivir la fe en comunidad. Gracias por nuestro matrimonio, por nuestra familia y por nuestro Equipo. Concédenos, en medio de todas las dificultades, poder permanecer unidos.

(Intenciones libres)

## Perdón

*Simón Pedro les dice: «Me voy a pescar». Ellos contestan: «Vamos también nosotros contigo». Salieron y se embarcaron; y aquella noche no cogieron nada.* Te pedimos perdón Señor por las veces que buscamos saciar nuestras necesidades por nosotros mismos, provocando noches oscuras, cansancios, y frustraciones inútiles.

(Intenciones libres)

## Petición

*Estaba ya amaneciendo, cuando Jesús se presentó en la orilla; pero los discípulos no sabían que era Jesús. Jesús les dice: «Muchachos, ¿tenéis pescado?». Ellos contestaron: «No». Él les dice: «Echad la red a la derecha de la barca y encontraréis».*

Te pedimos Señor que mantengas tu presencia constante en nuestra vida de Equipo, tú siempre has estado a nuestro lado, aunque no nos hayamos dado cuenta de que eras tú. No te canses de hacerte el encontradizo, y de saciar nuestras necesidades.

(Intenciones libres)

## Participación

Compartimos sobre los puntos concretos de esfuerzo. Este mes podríamos compartir especialmente sobre la regla de vida.

Para ello os proponemos que os fijéis qué actitudes de vuestra vida pueden hacer daño a los que viven con vosotros. Y, reconociéndolas, emprendáis un camino de mejora dejándoos ayudar.

Como sugerencia para **la sentada** os proponemos un posible diálogo en torno a los aspectos que en vuestra vida constituyen ese “pan de la aflicción”, vuestras debilidades, para que entre ambos construyáis esa posible **regla de vida** de la que hemos hablado anteriormente. Y veáis la forma de no haceros daño y de dejar que el otro os ayude a llevar “esa carga”.

## Para compartir en la reunión de Equipo

Jesús quiere tomar tu vida. Es imprescindible que pueda tomar en sus manos tus necesidades, con todas sus pobreza. ¿Habías caído en la cuenta de que necesita tomar tu pobreza concreta para realizar su plan de amor? ¿Cómo vives esa realidad? ¿Cómo vives ese dejarte tomar por Jesús?

¿Entiendes la Eucaristía como Pésaj, «salto» de la esclavitud a la libertad? ¿Crees posible que se dé ese «salto» en tu vida, lo esperas? ¿Crees que es Dios quién puede posibilitarlo? ¿Has tenido alguna experiencia de ello?

## Hacia Turín

Os pedimos este mes una reflexión sobre nuestra solidaridad para el Encuentro de Turín. ¿Nos hemos planteado poder ayudar para que otros puedan ir, -de nuestro Equipo, de nuestro Sector, de nuestra Región, de nuestra Superregión, de otras Regiones y Superregiones? Esta ayuda se puede concretar de muchas formas: económica, personalmente; con el cuidado y atención a familiares de equipistas durante los días del encuentro, de oración, en animación.

## Oraciones finales

- Por la canonización del P. Caffarel
- Magnificat



Tercera Reunión  
**LO BENDIJO**

## Preparación de la reunión de Equipo

### Introducción

La bendición es una de las grandes tradiciones presentes en toda la historia del Pueblo de Israel. Ya en su inicio, una de las promesas de Dios a Abraham fue la bendición. «*Bendeciré a los que te bendigan, y al que te maldiga, maldeciré. En ti serán benditas todas las familias de la tierra*» (Gn. 12:3).

Pero, sin duda alguna, es en la Eucaristía, culmen de la historia de salvación, en la que la bendición adquiere una dimensión nueva y absoluta, como nos señalan los relatos evangélicos y las cartas del Nuevo Testamento.

La Iglesia, en el ritual de la Eucaristía ha mantenido en varios momentos esta oración esencial: En la presentación de las ofrendas: “Bendito seas, Señor, por este pan, fruto de la tierra y del trabajo del hombre (...)”, en la plegaria Eucarística: «Tomó el pan, lo bendijo...» y en el envío final de la misa, donde todos somos bendecidos por el sacerdote antes de salir. Por todo esto, nos parece importante profundizar en su significado.

Si nos fijamos en el contexto litúrgico del *Pésaj* o Pascua judía, en el que se produce esa bendición, lo que Jesús realiza no es una oración personal de acción de gracias. En una traducción más ajustada, en lugar de decir que Jesús bendijo el pan, se dice que Jesús pronunció una bendición. En realidad, siguiendo el rito de la pascua, lo que hace Jesús en ese momento es recitar la oración que los judíos proclamaban:

«Bendito seas Tú, Dios nuestro, Rey del universo, que haces salir el pan de la tierra». Por tanto, Jesús está recitando una bendición, que no es lo mismo que bendecir el pan. Jesús está agradeciendo a Dios, bendiciendo a Dios por el pan.

### ¿Y qué quiere decir ‘bendecir’?

La palabra bendecir procede del latín *benedicere* y significa decir el bien, *bene* (bien), *dicere* (decir). La bendición supone que la palabra contiene un don

en ella misma que se convierte en un bien. Por tanto, se trata de un bien que no transforma la realidad del objeto o de la persona, sino que modifica el significado que tiene para mí. Es importante entender que la bendición no es un acto mágico que varía la materialidad de lo que es bendecido, sino que cambia el sentido profundo que tiene para nosotros.

Como decía el Papa Francisco en la Homilía del Corpus de 2019: *¿Por qué bendecir hace bien? Porque es la transformación de la palabra en don. Cuando se bendice, no se hace algo para sí mismo, sino para los demás. Bendecir no es decir palabras bonitas, no es usar palabras de circunstancia: no; es decir bien, decir con amor. (...) Cuántas veces también nosotros hemos sido bendecidos en la iglesia o en nuestras casas, cuántas veces hemos escuchado palabras que nos han hecho bien, o una señal de la cruz en la frente... Nos hemos convertido en bendecidos el día del Bautismo, y al final de cada misa somos bendecidos<sup>14</sup>.*

Jesús bendice, no el pan, sino a Dios, proclama la בְּרָכָה *Beraka* (en hebreo), la εὐχαριστία, *eujaristía* (en griego), la «acción de gracias», que como vamos intuyendo, no es un término más, sino que, es el centro de la experiencia del pueblo de Israel, de la comunidad cristiana primitiva y de toda la Iglesia. En definitiva, ¿qué hacemos al bendecir? Reconocemos el origen divino de todo y, con ello, su bondad. Desde ese reconocimiento hacemos que lo ordinario tenga un significado trascendente y vivificador.

Cuando Dios creó al hombre y a la mujer, los bendijo, les otorgó una fuerza vital bella, buena, veraz... (Gn 1, 27- 31) que como consecuencia provocó una relación extraordinaria con Dios, entre sí y con la naturaleza. Esta relación quedó truncada por el pecado. Adán y Eva fueron tentados y debido a la desconfianza y al temor a ser juzgados, rompieron esa relación con Dios entrando en una dinámica de maldición. Y todo lo que hasta ese momento había servido de encuentro, unión, vida..., por las consecuencias nefastas del pecado, se convierte en maldición (Gn 2, 17-20). Adán se esconde de Dios,

---

14.- Papa Francisco, Homilía del día de Corpus Christi, 2019.



se avergüenza de sí mismo, se enfrenta a su mujer..., todo se transforma y queda maldito.

La Eucaristía nos devuelve al paraíso. Jesús vuelve a llenar ese pan de su relación y unión con el Padre y nosotros. A través de la Eucaristía, somos llamados a volver a entrar en la dinámica de la bendición. *También tenéis que ofrecer, el uno y el otro juntos, ofrecer vuestra unión en los diferentes planos de vuestra vida; una sola carne, un solo corazón, una sola alma. Ofrecer vuestra unión carnal, a la vez santa y pecadora... ofrecer vuestro corazón que no está a salvo del viejo egoísmo... ofrecer también esa unión de vuestras almas que Dios ha realizado al nivel más profundo de vuestro ser, en ese centro donde radica la vida divina. Esta ofrenda de vuestra unión a todos estos niveles no es un don adicional de vuestro hogar, sino su participación en el sacrificio de Cristo*<sup>15</sup>. La grandeza de la Eucaristía es la que nos permite pasar de la dinámica de la maldición a una dinámica de bendición capaz de transformar nuestra vida.

Ser un matrimonio eucarístico significa acoger nuestra vida y nuestra historia, pase lo que pase, como nos dice el Padre Caffarel: “Para que ese sacrificio de Cristo se haga vuestro, no es suficiente con que ofrezcáis su cuerpo y su sangre. El regalo del anillo no sustituye el don del corazón y de la vida, lo supone. De la misma manera, la ofrenda del cuerpo y la sangre de Cristo exige vuestro propio don interior. El don de cada uno de vosotros, pero también el don de vuestra pequeña comunidad conyugal. Ese don tiene múltiples aspectos; *tenéis que ofrecer a Dios el uno al otro; ofrecer uno y otro juntos, ofrecer a vuestros hijos, y todo lo que constituye vuestra existencia*”<sup>16</sup>, siendo capaces de ver la belleza que hay en todo, porque Dios está y, desde ese convencimiento, somos capaces de sentirnos sostenidos. Pero, para esto, hemos de salir de nuestro ritual de maldición que cada día nos hace sospechar de

---

15.- Henri Caffarel, Matrimonio y Eucaristía publicado en la revista L'Anneau d'Or –Le mariage, route vers Dieu Numéro spécial 117-118 – mai - août 1964 – (pp. 242-265). Edición española, Henri Caffarel, El matrimonio camino de santidad, PPC, 2022, p. 247.

16.- Henri Caffarel, Ídem, p. 246.

los demás, que no acepta la realidad, que huye del sufrimiento, que recuerda el mal y lo conserva en el corazón... y cada domingo al celebrar la eucaristía, entrar con Jesús en la liturgia de bendición.

*La Eucaristía es una escuela de bendición. Dios dice bien de nosotros, sus hijos amados, y así nos anima a seguir adelante. Y nosotros bendecimos a Dios en nuestras asambleas (cf. Sal 68,27), recuperando el sabor de la alabanza, que libera y sana el corazón. Vamos a Misa con la certeza de ser bendecidos por el Señor, y salimos para bendecir nosotros a su vez, para ser canales de bien en el mundo<sup>17</sup>.*

## La Palabra de Dios

### Introducción al texto bíblico

La carta a los Efesios dirigida a las comunidades cristianas de Asia Menor comienza con un himno de alabanza a Dios Padre porque Cristo nos ha bendecido.

Como hemos visto en este capítulo, Pablo utiliza la fórmula de bendición judía en sentido «ascendente», hacia Dios. Pablo bendice a Dios porque nos ha elegido, porque nos ha incorporado a Él haciéndonos hijos suyos. Porque ese plan se ha hecho mediante la redención llevada a cabo por Cristo y porque esa gracia ha sido revelada.

Cristo rompe definitivamente la historia de negatividad y nos descubre que todos somos hijos de Dios. Por ello bendecimos y agradecemos:

### Texto de Ef 1, 3-10

*Bendito sea Dios, Padre de Nuestro Señor Jesucristo, que nos ha bendecido en Cristo con toda clase de bendiciones espirituales en los cielos. Él nos eligió en*

---

17.- Papa Francisco, Homilía del Corpus de 2019

*Cristo antes de la fundación del mundo para que fuésemos santos e intachables ante él por el amor. Él nos ha destinado por medio de Jesucristo según el beneplácito de su voluntad, a ser sus hijos, para alabanza de la gloria de su gracia, que tan generosamente nos ha concedido en el Amado. En él, por su sangre, tenemos la redención, el perdón de los pecados, conforme a la riqueza de la gracia que en su sabiduría y prudencia ha derrochado sobre nosotros, dándonos a conocer el misterio de su voluntad: el plan que había proyectado realizar por Cristo, en la plenitud de los tiempos: recapitular en Cristo todas las cosas del cielo y de la tierra.*

## La reunión de Equipo

### Acogida

En la reunión anterior entendimos que nuestro pan de la aflicción era el que Jesús quería tomar. Por eso os invitamos a comenzar la reunión bendiciendo el pan que vamos a compartir en la mesa.

### Puesta en común

En esta puesta en común estamos invitados a reconocer los momentos en los que nos hemos sentido bendecidos durante este mes, en los que hemos dicho el bien de alguien y los que deberíamos haberlo hecho, pero no nos hemos atrevido o no hemos caído en la cuenta.

### Oración

Leemos el texto bíblico propuesto en el capítulo: **“Bendito sea Dios Padre” Ef 1, 3-10**

Hay tantas líneas de maldición en nuestro corazón, tantos puntos, tantas cosas que no son bendiciones. Muchas veces estamos bloqueados por el recuerdo de las cosas que deben ser perdonadas, por nuestros errores, por la amargura. Pero podemos pedir sin miedo, es el Espíritu Santo quien salva, quien ilumina el corazón, quién entra y nos lleva a la tierra de bendición.

Hacemos un momento de silencio y tratamos de recordar todo lo que el Señor ha hecho por nosotros, todo lo que nos ha dado, todo el bien recibido. Dejamos que brote en nuestro interior esa oración de bendición, reconociendo a Dios como Dios, alabándole y dándole gracias.

Os invitamos ahora a que la oración sea un momento de intimidad del matrimonio, en el que, un poco separados de los demás, cada uno imponiendo las manos sobre el otro, haga una oración de bendición a Dios Padre, trazándole la señal de la cruz en la frente para concluir.

### Participación

Podemos compartir con el Equipo los beneficios que ha supuesto en nuestra vida vivir los puntos concretos de esfuerzo.

Como sugerencia os proponemos para este mes una **sentada** en la que la bendición sea el tema principal de vuestro diálogo:

- Bendición a Dios por su presencia y acompañamiento en nuestra vida. ¿Lo reconocemos? ¿Lo agradecemos?
- Bendición de nuestro cónyuge. En esta sentada no cabrían los reproches, cabría decir el “bien del otro”. Darle gracias por alguna actitud que nos ayuda, que nos permite crecer y mejorar.
- Bendición a nuestro Equipo. Podemos reconocer y expresar el bien que supone nuestro Equipo, los matrimonios que lo forman, el consiliario.
- Bendición a la Iglesia, a nuestra parroquia, a la comunidad que formamos y ayudamos, con la que trabajamos.

La participación de este mes podría hacer hincapié en esta sentada sobre la Bendición.

### Para compartir en la reunión de Equipo

La oración de bendición es tal vez la oración más propia del cristiano, que reconoce a Dios como Dios y que es capaz de alabarle y darle

gracias. ¿Qué experiencia tienes de oración de bendición? ¿En qué te ayuda?

La experiencia del pecado no es algo abstracto, todos hemos vivido como realidades bellas, profundas, agradables..., se han tornado en «maldiciones», muchas veces imposibles de entender y aceptar. ¿Qué ha provocado esto? ¿Qué ha cambiado realmente? En alguna de estas experiencias, ¿la Eucaristía nos ha ayudado?

¿Hemos podido experimentar la Eucaristía como fuente de bendición?

### Hacia Turín

Para poder querer algo es necesario conocerlo. Si no lo consideramos como algo propio es muy difícil sentirse parte del Encuentro. La propuesta para este mes es que estemos atentos a todas las informaciones que tenemos a nuestro alcance: carta, boletines, web y redes sociales que nos hablan del Encuentro Internacional. También podemos revisar las del Encuentro de Fátima 2018 en las cartas anteriores, donde leíamos las experiencias de los participantes y lo que supuso para ellos poder asistir.

### Oraciones finales

- Por la canonización del P. Caffarel
- Magníficat

# Cuarta Reunión LO PARTIÓ

## Preparación de la reunión de Equipo

### La fracción del pan

Los judíos comienzan la cena pascual con el gesto de la fracción del pan por parte del padre de familia. Precisamente es el gesto que realizó Jesús en la última Cena: «Tomó pan y lo partió». Este hecho tenía tanto valor que, en los tiempos apostólicos, se denominaba a toda la celebración eucarística como «La fracción del pan».

Como podemos empezar a intuir, este sencillo rito no solo tiene la finalidad práctica de que llegue el alimento a todos los comensales, sino un significado muy profundo que intentaremos exponer en este capítulo.

Si comenzamos pensando en el gesto práctico que hacemos antes de cada comida, enseguida nos percatamos de que el pan, para comerlo, necesita ser partido en trozos más pequeños. Nadie coge una barra de pan de la mesa y empieza a darle bocados directamente. Ni siquiera, cuando en una comida más sofisticada nos entregan una pieza de pan más pequeña, la llevamos directamente a la boca. Nos es más cómodo y educado reducir su tamaño separando una pequeña porción que podamos masticar y digerir. Así pues, el pan debe perder su unidad e integridad para ser de provecho y cumplir el fin para el que ha sido creado.

Resulta llamativo que este gesto, que podemos entender como práctico y de una elemental educación, tanto en la institución eucarística como en otras ocasiones relatadas en el Evangelio, es realizado solemnemente por el mismo Cristo. Recordemos que, tanto en las cinco narraciones contenidas en los Evangelios de la multiplicación de los panes y los peces, como en el hermoso relato de los Discípulos de Emaús, siempre es Jesús quien parte el pan.

Por una parte, este gesto de Jesús se entiende desde su posición en la comunidad. Él es quien, como el padre en la cena de Pascua, preside la familia, ha sido llamado a tomar la iniciativa y partir el pan para que llegue a todos,

pueda ser digerido y alimento. Pero, más allá de ese gesto inicial, podemos ver cómo partir el pan se convierte en el gesto de toda la vida y entrega del Maestro, el cual se parte y se reparte, -como el pan-, para convertirse en alimento de vida para todos.

Si recordamos en la celebración de la Eucaristía, hay un momento en que el sacerdote parte el pan ya consagrado.

Por desgracia, nos hemos acostumbrado a este gesto pero, pensemos por un segundo que después de proclamar que ese trozo de pan es el verdadero Cuerpo de Cristo, que es su presencia real y personal, lo primero que hacemos es partirlo. Ese “crac” debería herir más nuestra sensibilidad que si rasgáramos una fotografía de nuestro cónyuge, padres o hijos: si esto último significa haber roto un recuerdo, en la forma consagrada está realmente presente el mismo Dios.

Por otra parte, deberían llamarnos la atención las palabras que pronunciamos mientras el sacerdote parte la hostia consagrada:

- Cordero de Dios que quitas el pecado del mundo, ten piedad de nosotros.
- Cordero de Dios que quitas el pecado del mundo, ten piedad de nosotros.
- Cordero de Dios que quitas el pecado del mundo, danos la paz.

Estas palabras contienen una contradicción aparente: ¿por qué? Porque, identificando a Jesús como el Cordero de Dios, el verdadero cordero pascual, deberíamos atenernos al precepto “no le romperás ningún hueso” (Ex 12,46), mientras que nosotros lo estamos partiendo. Es así porque en Jesús, en el amor de Dios se da la grandeza de una aparente contradicción: me parto, para que tú puedas asumir mi amor, pero no me rompo. Me entrego y muero, pero con eso te doy vida.

Jesús, el Cordero de Dios, se parte: no se rompe. Este juego de palabras aparentemente banal es, sin embargo, tremendamente significativo: solo desde el amor podemos partirnos en mil pedazos sin rompernos.



Como el pan, somos llamados a partirnos para llegar al otro, a menguar para que el otro pueda asumirnos, para que podamos ser alimento que dé vida. Solo que, partiéndonos, no nos rompemos. Solo en el matrimonio los cónyuges, unidos por el amor de Dios y consagrados por su Espíritu, pueden partirse y hacerse digeribles mutuamente sin romperse internamente.

En cada Eucaristía Jesús, Cordero de Dios, se parte sin romperse; y nosotros, Cuerpo místico de Cristo, somos llamados a vivir el milagro de partir nuestras vidas sin rompernos. La experiencia nos dice que esto es imposible sin la gracia. Con nuestras propias fuerzas, sin la Eucaristía, nuestra vida, se rompe en mil pedazos, se hace trizas, se destroza.

La última aparente contradicción que vivimos en la fracción del pan es experimentar cómo partirnos, hacernos pedazos y entregarnos, lejos de romper nuestra unidad comunitaria, la refuerza.

Esta realidad también tiene un signo sacramental en la Eucaristía que pasa muy desapercibido, tanto que no os extrañe a algunos nunca haberlos percatado de él.

Después del Cordero de Dios, cuando la hostia partida aparentemente ha perdido su unidad, el sacerdote deja caer un fragmento en el cáliz: sencillo gesto que tiene la importancia de recordar cómo en los primeros años del cristianismo el Papa celebraba la Misa con sus presbíteros, a quienes luego enviaba a celebrarla en las iglesias de la periferia, entregando a cada uno una partícula de la Eucaristía que había consagrado, la cual recibía el nombre de *fermentum*. Cada sacerdote, durante la celebración de su Misa, introducía el *fermentum* en el cáliz como signo de comunión con el Papa. De esa manera se manifestaba la Eucaristía como sacramento de la unidad de la Iglesia.

Además, tal como dice la Ordenación General del Misal Romano: “El sacerdote realiza la fracción del pan y deposita una partícula de la hostia en el cáliz, para significar la unidad del Cuerpo y de la Sangre del Señor en

la obra salvadora, es decir, del Cuerpo de Cristo Jesús viviente y glorioso” (OGMR, 72).

Como vemos, en todo momento se da esa aparente división que, vivida desde la gracia Eucarística, posibilita la unidad en el Amor.

### Sacramento del matrimonio y eucaristía

Esta idea de unidad a partir del sacramento de la Eucaristía encuentra también una preciosa imagen en el sacramento del matrimonio, como nos ha recordado en numerosas ocasiones el Padre Caffarel, insistiendo en que el poder de unión de la comunidad más grande, que es la Iglesia, por medio de la Eucaristía, también se realiza a pequeña escala, en esta primera comunidad que formamos marido y mujer, alimentándola con el verdadero alimento, que es el propio Cristo. Como en la Eucaristía, estar llamados a partirnos por amor, puede dar la sensación de que nos rompe, de que nos hace perder nuestra identidad, de disgregarnos en mil cosas... pero todo esto, vivido eucarísticamente, nos concede vivir una verdadera comunión:

*(...) Espero haberos convencido de que la Eucaristía, por las gracias que aporta a cada uno de los esposos, contribuye poderosamente al enriquecimiento de vuestro amor de marido y mujer y de toda vuestra vida familiar. Pero lo hace de manera todavía más directa en virtud de su poder de unificación, poder que la designa como “el sacramento de la unidad”. (...) El poder unitivo de la Eucaristía no consigue solamente la unidad de toda la comunidad cristiana, sino también de las comunidades intermedias. Se puede estar totalmente seguro de que la Eucaristía tiene un papel primordial para reforzar la unión de aquellos que Dios ha unido por el sacramento del matrimonio. No solamente para santificar a cada uno de los cónyuges, lo que también enriquece su alianza, sino para consolidar y santificar el lazo que les liga. (...) Para crecer y vivir hay que alimentarse. El sacramento del matrimonio une al hombre y a la mujer, pero su unión, privada del Cuerpo de Cristo, desfallecerá al no tener resistencia, ni vitalidad. Por el contrario, si recurre a la Eucaristía encontrará cohesión, reno-*

*vacación en el amor, dinamismo de crecimiento, se convertirá en comunidad de amor, comunión de vida. (...)*<sup>18</sup>.

## Dejarse partir

Y, sin embargo, a pesar de toda esta referencia a la unidad que venimos escuchando en el capítulo, no podemos olvidar con lo que decíamos al comienzo: que esta unidad se consigue por el medio aparentemente contradictorio de la fracción del pan.

El sentido profundo de la fracción está en partírnos para adaptar nuestro ser y que el otro, especialmente nuestro cónyuge, cada uno de nuestros hijos, pueda asumirlo, le sirva de alimento y le dé vida.

Tenemos nuestras ideas, nuestros proyectos, pero para hacer la voluntad de Dios debemos dejarnos partir; tenemos nuestras pretensiones y, para entrar en el amor, debemos dejarnos partir; tenemos nuestras costumbres y para entrar en la nueva vida que Cristo nos regala, debemos dejarnos partir.

Quien no esté dispuesto a dejarse partir no puede entregarse ni puede dar vida, no puede aceptar la sorpresa, el cambio, la contradicción y el milagro que supone dejarse partir para vivir la unidad.

Las personas con ideas fijas, los matrimonios que ya creen que tienen su camino trazado, los Equipos que no permiten el más mínimo cambio... quienes no se dejan partir, quienes no se hacen pequeños para que otros puedan acogerse, difícilmente podrán estar abiertos a discernir nuevas propuestas que los pueden llevar a la Vida.

---

18.- Henri Caffarel, Matrimonio y Eucaristía publicado en la revista L'Anneau d'Or –Le mariage, route vers Dieu Numéro spécial 117-118 – mai - août 1964 – (pp. 242-265). Edición española, Henri Caffarel, El matrimonio camino de santidad, PPC, 2022, p. (p.252-254-255)

Cada vez que se comparte el pan, se comparte la vida y se hace presente a Dios que es Vida-Amor. No hay otra manera de identificarnos con Dios y de acercar a Dios a los demás. La Eucaristía es memoria de esta actitud de Jesús que se partió y repartió. Al partirse y repartirse, hizo presente a Dios que es don total.

## La Palabra de Dios

### Introducción al texto bíblico

Tanto en los relatos de la institución de la Eucaristía, como en los relatos de la multiplicación de los panes y los peces, presentes en todos los Evangelios, es Jesús quien toma el pan, quien pronuncia la acción de gracias y quien lo parte... porque el milagro no consiste en que se multiplique el número de panes, puesto que siempre hubo cinco, sino en que, al partirse y dividirse esos pocos panes, esa división multiplica milagrosamente el número de porciones que dan de comer a todos.

No es necesario excluir a nadie ni que nadie se vaya. Jesús toma lo que hay, la realidad que existe, que quizá no es la más abundante ni la mejor, convirtiéndola en alimento para muchos, logrando transformar una lógica del descarte en lógica de comunión y comunidad.

Solo sus manos pueden hacer que lo que se divide, se multiplique; que lo que significa para nosotros perder la vida, haga que la ganemos y se convierta en un surtidor de vida para todos.

Jesús no hace cosas nuevas, no nos da una vida nueva, un cónyuge nuevo, unos hijos nuevos... sino que hace nuevo todo lo que se nos ha regalado.

### Texto de Jn 6, 1-14

*Después de esto, Jesús se marchó a la otra parte del mar de Galilea (o de Tiberíades). Lo seguía mucha gente, porque habían visto los signos que hacía con los enfermos. Subió Jesús entonces a la montaña y se sentó allí con sus discípulos.*

*Estaba cerca la Pascua, la fiesta de los judíos. Jesús entonces levantó los ojos y, al ver que acudía mucha gente, dice a Felipe: «¿Con qué compraremos panes para que coman estos?». Lo decía para probarlo, pues bien sabía él lo que iba a hacer. Felipe le contestó: «Doscientos denarios de pan no bastan para que a cada uno le toque un pedazo». Uno de sus discípulos, Andrés, el hermano de Simón Pedro, le dice: «Aquí hay un muchacho que tiene cinco panes de cebada y dos peces; pero ¿qué es eso para tantos?». Jesús dijo: «Decid a la gente que se sienta en el suelo». Había mucha hierba en aquel sitio. Se sentaron; solo los hombres eran unos cinco mil. Jesús tomó los panes, dijo la acción de gracias y los repartió a los que estaban sentados, y lo mismo todo lo que quisieron del pescado. Cuando se saciaron, dice a sus discípulos: «Recoged los pedazos que han sobrado; que nada se pierda». Los recogieron y llenaron doce canastos con los pedazos de los cinco panes de cebada que sobraron a los que habían comido. La gente entonces, al ver el signo que había hecho, decía: «Este es verdaderamente el Profeta que va a venir al mundo».*

## La reunión de Equipo

### Acogida

En las reuniones anteriores entendimos que nuestro pan de la aflicción era el que Jesús quería tomar y ese pan fue posteriormente bendecido. En esta reunión os invitamos a empezar colocando una hogaza, barra, o panecillo completo, que luego será partido y repartido entre todos como signo de la unidad a partir de la fracción del pan.

### Puesta en común

En este momento podemos poner en común si hemos tenido alguna experiencia este mes de poner al servicio de la familia, pareja, comunidad, trabajo... algún don que haya podido ayudar a alguien. ¿Qué “pan” de nuestra vida hemos partido?

### Oración

Leemos el texto bíblico propuesto en el capítulo Jn 6, 1-14

Detrás de este texto no asoma solo un anuncio de la Eucaristía que está por llegar. En Jesús hay también una verdadera preocupación por los que están hambrientos, por los necesitados, por los que estaban buscando una respuesta a sus males. Todos ponen en común lo poco que tenían y entre todo lo reunido, quedan saciados.

Podemos en esta oración ofrecer aquello que nos cuesta más dejar que Dios “parta” en nuestra vida, aquello que defendemos pensando que si se toca nos afectará a nuestro ser, y nos romperá.

En esta oración caben la alabanza, la acción de gracias, la ofrenda, la petición... cada uno lo que quiera poner en manos del Señor.

## Participación

Compartimos sobre los puntos concretos de esfuerzo, sobre cómo nos están ayudando a vivir el mes. Sobre cómo, gracias a ellos, nos abrimos a descubrir la voluntad de Dios en nuestras vidas, cómo nos ayudan a desarrollar nuestra capacidad de vivir desde la verdad y nos impulsan a aumentar el encuentro y comunión.

Podríamos compartir este mes de forma especial sobre la **oración conyugal**. Os indicamos unas posibles pistas que pueden ayudar a realizar esta participación: ¿Cuál y cómo es la oración que más fácilmente podemos hacer juntos? ¿Hemos vivido la oración conyugal con asiduidad, por pequeño que fuera el tiempo? ¿Ha habido algún aspecto de nuestra vida que se haya transformado por esa oración? ¿Hemos procurado vivir este tiempo de encuentro y oración conyugal desde la verdad?

Como sugerencia para **la sentada** os proponemos un posible diálogo en torno a los aspectos que en vuestra vida constituyen ese “dejarse romper”. ¿Qué cosas siento que me “rompen”? ¿Cómo podría pasar de entender qué se me rompe a dejarme “partir”? ¿Qué aspectos de mi vida prefijados que no estoy dispuesto a cambiar, podrían modificarse un poco para poder facilitar nues-

tra vida en común como pareja? ¿Podrían ayudar a mejorar mis relaciones y forma de vida en los campos de misión en los que estoy o estamos comprometidos?

### Para compartir en la reunión de Equipo

¿Qué experiencia tienes tú, personalmente o has vivido en otras personas, en la que, en algún momento Jesús haya sacado fuerzas de donde parecía que ya no quedaba nada? ¿Cuándo has experimentado que dando la vida se gana?

¿Cuál es tu experiencia de “dejarte partir” para que tus padres, amigos, esposo/a... puedan sentirse queridos? ¿En qué momentos has experimentado que con tus inservibles “cinco panes”, Jesús ha sacado algo importante o te ha dado fuerzas de donde parecía que ya no quedaba nada?

### Hacia Turín

Este mes os pedimos que tengamos presentes a todas las personas que participan en los distintos Equipos de trabajo que están preparando el Encuentro y que los encomendemos especialmente en nuestra oración. Os invitamos a visitar la web del Encuentro Internacional para poder poner cara, nombre y presencia real a tanta gente que desinteresadamente está trabajando para que todo se desarrolle correctamente.

### Oraciones finales

- Por la canonización del P. Caffarel
- Magníficat

# Quinta Reunión

## LO DIO



## Preparación de la reunión de Equipo

### Introducción

A pesar de que ha habido grandes cambios en la percepción de la religión, mucho de lo que es religioso en el mundo está marcado por el miedo. Hay una forma de terror latente en el hombre ante las cosas inexplicables y difíciles de la vida. Las preguntas sobre Dios tales como: '¿Quién es Dios?', '¿Cómo estás ante Dios?', nos asustan porque nos sitúan ante el vértigo de la transcendencia. Tememos que Dios entre verdaderamente en nuestra vida porque pensamos: '¿Qué me pedirá?', '¿qué va a conseguir?', '¿qué tendré que darle?', '¿perderé el gobierno de mi vida?'.

Pero, en el misterio de la Eucaristía **podemos ver meridianamente que es exactamente lo contrario: Dios no tiene algo que pedir, sino algo que dar.** Tenemos que cambiar la mentalidad del miedo por la de la confianza, para entrar en la mentalidad filial, que mira a Dios como Padre, al Señor Jesucristo como un servidor que nos ama, que se entrega a nosotros, que es para nosotros.

### La vida como regalo

Todos los gestos que Jesús realiza en la última cena y que hemos ido desgranando y compartiendo, tienen como último objetivo manifestar que se entrega. Una fe que solo busca ser tomada en manos del Padre es autorreferencial: se busca a sí misma. Una fe que solo pretende escuchar palabras de bendición que llenen de sentido la vida es autocomplaciente. Una fe que solo pretende que Jesús lo cambie todo busca la perfección.

Solo cuando quien se deja tomar, quien es bendecido y es transformado, permite ser entregado, ha entendido la profundidad de la propuesta de Dios para su vida.

Visto desde esta perspectiva, el egoísmo vuelve incompleta nuestra vida, anula el sentido más profundo de todo por lo que hemos sido creados y vuel-

ve estéril la existencia. Porque nuestra vida se ha creado para ser entregada. ¿Qué son la amistad, la vida, el trabajo, la paternidad, el sacerdocio... sino dones de sí mismo, servicios a los demás? Todo es bello cuando llega a esta meta. ¿Qué podremos decir al final de nuestra vida para que ella haya tenido sentido?: he amado, me he entregado, me he donado...

### Jesús se entrega

Lo que hace Jesús en la Última Cena, en este gesto concreto “y lo dio”, es lo que lleva haciendo a lo largo de todo su ministerio. Este gesto sencillo y concreto expresa y refleja todo lo que ha sido su vida, como decíamos a propósito del gesto de la fracción del pan. Jesús se da ahora de un modo definitivo, anticipando en este gesto eucarístico el misterio pascual, lo que va a acontecer en toda la pasión, en la cruz.

Algunos idiomas diferencian dos verbos para expresar este concepto. En castellano, dar y entregar son sinónimos con matices propios. Dar remite al regalo, al ofrecimiento de algo ajeno; mientras que entregar remite al compromiso personal, a la entrega de sí mismo. En griego, la lengua en la que escribieron los evangelistas, un mismo verbo se refiere a dar y a entregar: *dídomi* (*δίδωμι*). En griego dar y entregar son una misma acción, lo mismo. Es decir, que el mismo verbo nos remite a Jesús poniendo el pan en las manos de los discípulos que entregando su vida hasta el último aliento. Jesús no sabe darse de otra forma, sino entregándose del todo.

Quizá para entender esto nos puede ayudar un comentario hecho por el Papa Francisco que distinguía los verbos colaborar (dar) y comprometerse (entregarse):

*“(...) Un humorista argentino, Landriscina hacía ver la diferencia que hay entre colaborar y comprometerse. Todos tienen que colaborar, pero los cristianos tenemos que comprometernos y Landriscina decía: “La vaca, cuando nos da la leche colabora para nuestra alimentación. Se da la leche y se hace el queso, y entonces hacemos un sándwich. Un sándwich de queso es un poco soso: entonces*

*hay que ponerle jamón. Entonces vamos a ver al chanco, y el chanco, para hacer el jamón, no colabora: se compromete y da la vida, y nos da el jamón”. Comprometerse es dar la vida, es jugarse la vida y la vida tiene sentido solamente si uno está dispuesto a jugarla, a hacerla correr para el bien de los demás. A mí me gusta ver a tantos jóvenes que están con esas ganas de comprometerse. Acuérdense del sándwich de jamón y queso. Colaborar sí, pero comprometerse. Y esto, ciertamente, esta lucha por recuperar la dignidad de las personas pide compromiso”<sup>19</sup>.*

### La comunión que transforma

Y esta entrega nos recuerda que la Eucaristía nos ayuda también a ir entregando nuestras vidas. Nos alimenta para que esta vida que nos han entregado no se quede como algo que empieza y acaba en nosotros. Nos da fuerza para ir descubriendo que la vida sin entrega no tiene sentido, es estéril y acaba en nosotros mismos. La Eucaristía nos ayudará a tomar fuerza para discernir la misión a la que ha sido llamada cada persona, cada pareja, cada Equipo, la que veamos que en este momento debemos asumir. Como nos señala el Papa Francisco, la celebración de la Misa está encaminada a la Comunión, a unirnos con Jesús, con su cuerpo y su sangre. Jesús, al darse a nosotros, nos ayuda a transformarnos y a ser cada vez más próximos a lo que es Él, con lo que esto supone de compromiso para nuestras vidas:

*“Celebramos la eucaristía para nutrirnos de Cristo, que se nos da a sí mismo, tanto en la Palabra como en el Sacramento del altar, para conformarnos a Él. Lo dice el Señor mismo: “El que come mi carne y bebe mi sangre, permanece en mí y yo en él” (Jn 6, 56). De hecho, el gesto de Jesús que dona a sus discípulos su Cuerpo y Sangre en la última cena continúa todavía hoy a través del ministerio del sacerdote y del diácono, ministros ordinarios de la distribución a los hermanos del Pan de la vida y del Cáliz de la salvación.*

---

19.- Papa Francisco, Simposio de Jóvenes contra la prostitución y trata de personas, 15 y 16 de noviembre de 2014.

*Nosotros vamos hacia el altar en procesión para hacer la comunión, en realidad es Cristo quien viene a nuestro encuentro para asimilarlos a él. ¡Hay un encuentro con Jesús! Nutrirse de la eucaristía significa dejarse mutar en lo que recibimos. (...) Cada vez que nosotros hacemos la comunión, nos parecemos más a Jesús, nos transformamos más en Jesús. Como el pan y el vino se convierten en Cuerpo y Sangre del Señor, así cuantos le reciben con fe son transformados en eucaristía viviente”<sup>20</sup>.*

El padre Caffarel, con su intuición profética sobre el amor conyugal, en su texto sobre el Matrimonio y la Eucaristía profundiza sobre la transformación del amor conyugal que produce la Eucaristía, y nos ayuda a entender que es fundamental en ese camino de santidad al que aspiramos:

*“(...) Marido y mujer, vosotros que coméis la carne de Cristo, que bebéis su sangre, que vivís la vida de Cristo en vuestra alma y en vuestro cuerpo, que permanecéis en él y él en vosotros ¿cómo no vais a amaros con un amor completamente diferente al de los otros hombres, con un amor resucitado? ¿Cómo podéis miraros el uno al otro, poner en común vuestras penas y alegrías, daros el uno al otro con todo vuestro corazón y vuestro cuerpo, ayudaros durante todo el camino de la vida, y no tener el sentimiento de que estáis viviendo un gran misterio?*

*La unión entre dos personas vale lo que vale aquello que ponen en común. Por tanto, vosotros que recibís de la Eucaristía la vida misma de Cristo, tenéis que poner en común esa vida de Cristo. Y esa vida es gozoso conocimiento del Padre, sentimiento de amor filial. Pero también es amor a las criaturas, a todas las criaturas; la admiración, la misericordia, la ternura del Señor os habita. Y, puesto que es voluntad de Dios que os améis el uno al otro con un amor privilegiado, vuestro amor es el primero que va a ser transformado por la gracia de la Eucaristía, que le aportará purificación, sensibilidad, renovación. Os llevará a desear para el que amáis infinitamente más de lo que ambicionan los esposos que se quieren, pero que ignoran la promesa de Cristo, es decir el amor y*

---

20.- Papa Francisco, catequesis del 21 de marzo de 2018.

*la alegría de Dios que es la santidad. Y no solo eso. Vuestro amor humano se transformará también de manera sustancial bajo la acción de la Eucaristía*<sup>21</sup>.

## La Palabra de Dios

### Introducción al texto bíblico

Jesús se hace realmente presente en la Eucaristía. En ella no se nos comunica simplemente una gracia, sino a Aquel en quien toda gracia tiene su origen. Porque, al decir «Esta es mi carne» (en las palabras arameas originales), Jesús está diciendo «Esto soy yo». Se trata de una presencia «verdadera, real y sustancial»: el pan y el vino dejan de ser tales, aunque sigan pareciéndolo, para ser el cuerpo, el alma y la divinidad de Jesús. Pero, es al mismo tiempo una presencia servicial y gloriosa: Jesús sigue estando entre nosotros como el que sirve, pone a nuestra disposición su ser hombre y su muerte en la cruz; pero su presencia es ya la del Señor glorificado, que quiere asociarnos a su glorificación. Por eso Jesús hace de la Eucaristía la promesa y la garantía de nuestra resurrección, la que nos tiene que ayudar a transformarnos.

### Texto de Jn 6, 48-58

*“Yo soy el pan de la vida. <sup>4</sup>Vuestros padres comieron en el desierto el maná y murieron; este es el pan que baja del cielo, para que el hombre coma de él y no muera. Yo soy el pan vivo que ha bajado del cielo; el que coma de este pan vivirá para siempre. Y el pan que yo daré es mi carne por la vida del mundo». Disputaban los judíos entre sí: «¿Cómo puede este darnos a comer su carne?». Entonces Jesús les dijo: «En verdad, en verdad os digo: si no coméis la carne del Hijo del hombre y no bebéis su sangre, no tenéis vida en vosotros. El que come mi carne y bebe mi sangre tiene vida eterna, y yo lo resucitaré en el último día. Mi carne es verdadera comida, y mi sangre es verdadera bebida. El que come*

21.- Henri Caffarel, Matrimonio y Eucaristía publicado en la revista L'Anneau d'Or –Le mariage, route vers Dieu Numéro spécial 117-118 – mai - août 1964 – (pp. 242-265). Edición española, Henri Caffarel, El matrimonio camino de santidad, PPC, 2022, pp. 249-250.

*mi carne y bebe mi sangre habita en mí y yo en él. Como el Padre que vive me ha enviado, y yo vivo por el Padre, así, del mismo modo, el que me come vivirá por mí. Este es el pan que ha bajado del cielo: no como el de vuestros padres, que lo comieron y murieron; el que come este pan vivirá para siempre»”.*

## La reunión de Equipo

### Acogida

En las reuniones anteriores hemos tenido presente una cesta con el pan que hemos colocado en ella, posteriormente bendecido y, en la reunión anterior, partido. En esta ocasión, el consiliario repartirá el pan, como signo de la entrega.

### Puesta en común

En este momento, además de comentar las experiencias significativas que hemos podido vivir durante el mes estamos invitados a compartir alguna experiencia de entrega. ¿Qué tipo de entrega sin reservas, sin esperar nada a cambio, tiene lugar en nuestras vidas de manera más o menos cotidiana? O dicho de otro modo ¿qué estáis dispuestos a hacer sin reservas si surge la ocasión? ¿Cuándo algo así os ha sucedido por última vez?

### Oración

Proclamamos el texto de Jn 6, 48-58

Os proponemos una oración en dos tiempos: una primera parte de agradecimiento y alabanza; de perdón y petición la segunda.

### Acción de gracias

En un primer momento reconocemos cómo Jesús se identifica con el alimento, “Yo soy el Pan de vida”, porque el alimento es el primer don de Dios al hombre. Es alimento real que nos sostiene y nos nutre. Es alimento que nos

ayuda a fortalecernos y a transformarnos para ir teniendo actitudes que nos acercan a Jesús:

- Damos gracias a Dios por ser alimento, sustento de nuestra vida.
- Alabamos a Dios por su presencia real en nosotros, por entregarse a través de su hijo que se hizo hombre y se dio como alimento.

### Perdón y petición

En un segundo momento, hacemos memoria de que, de todas las necesidades del ser humano, la más importante es VIVIR, por lo que tenemos miedo a la muerte y a todo lo que es muerte en nosotros. Cada humillación, fracaso, ruptura..., se convierten en pequeñas muertes que nos van rompiendo por dentro y que para que no nos hagan sufrir, buscamos remedios que acallen ese dolor interno, cueste lo que cueste: ser alguien, dar la talla, ser efectivo, tener bienes que nos den seguridad, buscar comodidades que nos hagan sentir bien, estar enganchados a placeres que acallen el dolor, placebos que no sanan las heridas, pero que se convierten en sucedáneos que nos van dejando más vacíos. Jesús da la respuesta: la Encarnación, la entrega en la cruz, y la Eucaristía, se convierten en la única respuesta a las ansias de VIDA del ser humano.

- Pedimos perdón por todo lo que es muerte en nosotros, por nuestros miedos.
- Pedimos que por medio de la Eucaristía podamos encontrar respuesta a esas pequeñas muertes y miedos de nuestra vida.
- Pedimos fortaleza para comprometernos más a fondo en nuestra vida allí donde estemos.

### Participación

Podemos compartir algo sobre los puntos concretos de esfuerzo. Este mes podríamos comentar de forma más específica cómo la oración personal y el encuentro verdadero con el Señor me ayuda a discernir cómo debe

ser mi actitud de servicio, mi compromiso. La oración: ¿me ha ayudado a descubrir algo más del querer de Dios sobre mi vida?

En nuestra **sentada** podríamos comentar si pensamos en algún aspecto de nuestra vida, familiar, laboral, comunitario en el que creemos que nos podemos entregar más. No hay verdadero “compromiso” si yo no pierdo el control sobre aquello que he entregado. Dar en una entrega gratuita, sin esperar nada, sin controlar nada, sin exigir nada.

¿Somos generosos en nuestra entrega? ¿Qué somos capaces de compartir? Podemos plantearnos si somos capaces de tener una entrega más dedicada en nuestra parroquia, en los Equipos, en nuestra familia. Podemos comentar si somos capaces de realizar alguna misión o prestar algún servicio en pareja. Si ya lo hacemos, ¿cómo lo vivimos? ¿Qué testimonio particular estamos dando como matrimonio? ¿La Eucaristía es fuente que alimenta nuestro servicio, nuestra misión?

### Para compartir en la reunión de Equipo

Al preparar esta reunión, recuerda a la gente que se ha convertido en un regalo para ti, agradece a Dios el don que sus vidas han sido y son. Puedes nombrar alguna persona, contar por qué ha sido tan importante, qué aspectos de su entrega te han ayudado más, si eres consciente de ser un regalo de Dios para los demás, para quién te cuesta más verlo y, por qué.

Podemos poner en común cómo vivimos algunos de los servicios en los que estemos ocupados. ¿Cómo nos entregamos a los demás?

### Hacia Turín

El Encuentro se va a celebrar en Turín, y uno de los lugares que probablemente podamos visitar será la capilla que custodia el Santo Sudario. Podríamos informarnos sobre la importancia que tiene esta reliquia para los cristianos y saber un poco más sobre su significado. Es importante tener en cuenta



que más allá de la autenticidad de este lienzo, sobre el que la iglesia no se ha pronunciado, es un símbolo que nos une a la figura de Cristo y a su sacrificio por nuestra salvación.

### Oraciones finales

- Por la canonización del P. Caffarel
- Magnificat

Sexta Reunión  
**SANTIFICARÁS LAS  
FIESTAS**

## Preparación de la reunión de Equipo

### Santificar las fiestas

Fabio Rosini, en su libro *El Arte de recomenzar*, señala que el cuarto día de la creación, en el que Dios crea las lumbreras, lo hace, no para separar la luz de las tinieblas, obra realizada en el primer día, sino para “*para señalar las fiestas, los días y los años*” Gn 1, 14.

Parece curioso que, cuando enumera las medidas de tiempo no nombre los meses, sino a las fiestas. Y es que, en definitiva, la vida: ¿está compuesta de meses o de fiestas? Según Rossini, para el autor del Génesis está claro, la unidad de medida primaria son las fiestas, momentos en los que podemos celebrar la acción de Dios en nuestra vida.

Es imprescindible reunirnos para hacer presentes las cosas que deben ser recordadas y que nos constituyen como individuos, familias, comunidad y pueblo.

*El Señor habló a Moisés: «Di a los israelitas: “Estas son las festividades del Señor, en las que convocaréis asamblea litúrgica (Lv 23, 1-2).*

El pueblo de Israel decía con fuerza: cuida el *Sabbath* y el *Sabbath* te cuidará a ti. Porque una vida que no se detiene a reconocer lo que ha ocurrido en su historia, a agradecer y bendecir tanto bien recibido, se vuelve monótona, hastía, incomprensible, y queda vacía de sentido.

De este modo, al introducirnos en la importancia del “Día del Señor” ya vamos intuyendo que no hablamos solamente del primer mandamiento de la Santa Madre Iglesia, de “oír misa todos los domingos y fiestas de guardar” sino del tercer mandamiento de la Ley de Dios, que, como Palabra profética, se convierte en una invitación radical a “*Santificar las fiestas*” (Ex 20, 8).

Como podemos ver en varias referencias del libro de los Hechos de los Apóstoles (*Hch* 20,7-12), de las cartas paulinas (*1 Co* 16,2) y hasta del Apocalipsis (Ap

1, 10), «El primer día después del sábado» comenzó a marcar el ritmo mismo de la vida de los discípulos de Cristo. Esto distinguirá a los cristianos, porque su calendario no coincidía con el de las culturas griegas o romanas donde vivían.

### Día de la creación

Aunque, bíblicamente, el día en el que descansó Dios sea el *Sabbath*, la reflexión cristiana relacionó espontáneamente la resurrección ocurrida «el primer día de la semana» con el primer día de aquella semana cósmica (cf. *Gn* 1,1-2,4), con la que el libro del Génesis narra el día de la creación de la luz (cf. 1,3-5). El Domingo es el día en el que la comunidad cristiana está llamada a revivir “el asombro que el hombre experimenta ante la inmensidad de la creación y el sentimiento de adoración, que deriva de ello hacia Aquél que sacó de la nada todas las cosas” (*Dies domini* 9).

A imagen de Dios, el domingo es el día en el que se nos invita a contemplar el mundo y disfrutarlo sin esperar nada más de ese regalo de Dios, y así poder repetir el estribillo que recorre todo el capítulo 1 del Génesis: «*Y vio Dios que era bueno*» (*Gn* 1,10).

### Día de la resurrección

La Eucaristía se puede celebrar, y se celebra, todos los días. Pero, desde el principio, la comunidad cristiana es convocada oficialmente para celebrarla el domingo, «Día del Señor», como viene siendo llamado desde los tiempos apostólicos. Para los cristianos es el «señor de los días», porque en él celebramos la resurrección de Jesús, fundamento de la fe cristiana y acontecimiento central de la historia.

Como nos dice el Papa Francisco:

*Nosotros cristianos vamos a misa el domingo para encontrar al Señor resucitado, o mejor, para dejarnos encontrar por Él, escuchar su palabra, alimentarnos en su mesa y así convertirnos en Iglesia, es decir, en su Cuerpo místico viviente en el mundo. (...) Lo entendieron, desde la primera hora, los discípulos de Je-*

*sús, los que celebraron el encuentro eucarístico con el Señor en el día de la semana que los hebreos llamaban «el primero de la semana» y los romanos «día del sol»; porque en ese día Jesús había resucitado de entre los muertos y se había aparecido a los discípulos, hablando con ellos, comiendo con ellos y dándoles el Espíritu Santo. También la gran efusión del Espíritu Santo en Pentecostés sucede en domingo, el quincuagésimo día después de la resurrección de Jesús. Por estas razones, el domingo es un día santo para nosotros, santificado por la celebración eucarística, presencia viva del Señor entre nosotros y para nosotros. ¡Es la misa, por lo tanto, lo que hace el domingo cristiano! El domingo cristiano gira en torno a la misa. ¿Qué domingo es, para un cristiano, en el que falta al encuentro con el Señor?<sup>22</sup>*

### Día del Espíritu

La tarde de Pascua, Jesús sopló sobre los apóstoles y les dijo: «*Recibid el Espíritu Santo. A quienes perdonéis los pecados, les quedan perdonados; a quienes se los retengáis, les quedan retenidos*» (Jn 20,22-23).

También era domingo el día de Pentecostés, primer día de la octava semana después de la pascua judía (Hch 2,1), cuando los apóstoles recibieron el don del Espíritu y cuando por primera vez Pedro proclamó el *kerigma*<sup>23</sup>, congregando en la unidad a un pueblo venido de muchos lugares distintos.

### Día de la Iglesia

Solo si entendemos el profundo significado del domingo como “Día del Señor” comprenderemos la esencial importancia comunitaria de la celebración dominical. Como podemos intuir, ya no se trata de “oír misa”, como si se tratara de un acto individual y piadoso. La asamblea dominical es el lugar privilegiado de la unidad, por lo que debe evitarse la dispersión de celebraciones sin motivos serios, de modo que al agruparse sea congregada la mayor parte del pueblo de Dios y pueda celebrarse con tranquilidad, y la máxima dignidad.

22.- Papa Francisco, Audiencia 13 de diciembre de 2017.

23.- Vocablo griego que significa anuncio.

No hemos de olvidar que “entre las numerosas actividades que desarrolla una parroquia, ninguna es tan vital o formativa para la comunidad como la celebración dominical del día del Señor y de su Eucaristía” (*Dies domini* 35), ya que la Eucaristía no solo nos vincula con Cristo vivo y resucitado, sino que permite la comunión con los hermanos, siendo así un verdadero *acontecimiento de fraternidad* que no termina en el templo, sino que se prolonga en la vida cotidiana.

### ¿Cómo se santifica una fiesta?

Recordando y descansando

El mandamiento con el que Dios impone la observancia del sábado tiene, en el libro del Éxodo, una formulación característica: «*Recuerda el día del sábado para santificarlo*» (Ex 20,8). Antes de imponer algo que *hacer*, el mandamiento señala algo que *recordar*. (DD 16)

De esta manera, se nos invita a descansar para poder tomar distancia del ritmo avasallador con el que vivimos y recordar que Dios es Dios y que yo sólo soy una criatura. Es Dios quien ha realizado una obra de salvación, no solo con su pueblo en general, sino conmigo en particular y sólo ese recuerdo me posibilita entrar en el descanso de mi Señor. De esta manera el domingo se convierte realmente en el día del Señor, porque dejamos a Dios ser Dios.

Como nos recuerda el Papa Francisco:

*La abstención dominical del trabajo no existía en los primeros siglos: es una aportación específica del cristianismo. Por tradición bíblica los judíos reposan el sábado, mientras que en la sociedad romana no estaba previsto un día semanal de abstención de los trabajos serviles. Fue el sentido cristiano de vivir como hijos y no como esclavos, animado por la eucaristía, el que hizo del domingo —casi universalmente— el día de reposo. Sin Cristo estamos condenados a estar dominados por el cansancio de lo cotidiano, con sus preocupaciones y*

*por el miedo al mañana. El encuentro dominical con el Señor nos da la fuerza para vivir el hoy con confianza y coraje, y para ir adelante con esperanza. Por eso, nosotros cristianos vamos a encontrar al Señor el domingo en la celebración eucarística. (...)*<sup>24</sup>

## La celebración de la Eucaristía

La celebración del Domingo no es un mero recuerdo, sino es el cumplimiento de la promesa del Resucitado a sus apóstoles: «Yo estoy con vosotros todos los días hasta el fin del mundo» (Mt 28,20). La comunidad cristiana entendió desde el inicio que no se recibe la salvación a título personal, sino que la gracia recibida nos inserta en el Pueblo de Dios, por eso se hace imprescindible la experiencia de la *Ekklesia*, asamblea convocada por el Señor resucitado: «acudían asiduamente a la enseñanza de los apóstoles, a la comunión, a la fracción del pan y a las oraciones» (Hc.2,42).

## En el encuentro fraterno

Será esencial, para santificar verdaderamente el día del Señor, vivir el encuentro familiar y fraterno con aquellas personas que Dios nos ha regalado como don y gracia. El padre Caffarel inicia con este párrafo su capítulo titulado, *La misa punto fuerte de la vida de la pareja*, dando importancia al domingo como un día especial:

*Cuando al principio del día, o el domingo, después de una semana de trabajo, de amor, de alegría, marido y mujer salís de casa- puede ser acompañados de vuestros hijos- y os dirigís juntos, hacia la casa del Señor. ¿Qué motivo os empuja? ¿Es simplemente para satisfacer una obligación? Sé bien que no. La Misa es para vosotros el tiempo fuerte de vuestra vida, el polo hacia el cual deben converger todas vuestras actividades, la fuente donde se alimenta vuestra existencia, la hora privilegiada del encuentro de vuestro hogar con Dios. Queréis rendir alabanza a Dios, ofrecerle el culto filial que le deben los individuos, pero*

---

24.- Papa Francisco, Audiencia 13 de diciembre de 2017.

*también las comunidades humanas, cada cónyuge, pero también en pareja. Y no cualquier culto, sino ese sacrificio, el sacrificio único, perfecto, ofrecido una vez por todas*<sup>25</sup>.

## El encuentro solidario

Cuando uno vive el descanso en el Señor agradecido y en fraternidad, es fácil que experimente la necesidad de compartir todo lo recibido con los más necesitados. Por ello el domingo es un tiempo privilegiado para dedicarse a las actividades de misericordia, caridad y apostolado.

Las primeras comunidades así lo vivían: «*Cada primer día de la semana, cada uno de vosotros reserve en su casa lo que haya podido ahorrar*» (1 Co 16,2). De hecho, la colecta de la misa dominical expresa dicho compartir fraterno para las necesidades de la comunidad. Más allá de las monedas que nos molestan en los bolsillos, se nos llama a una exigente *cultura del compartir*.

La Eucaristía es acontecimiento y proyecto de fraternidad. Desde la Misa dominical surge una ola de caridad destinada a extenderse a toda la vida de los fieles, comenzando por animar el modo mismo de vivir el resto del domingo. Si es día de alegría, es preciso que el cristiano manifieste con sus actitudes concretas que no se puede ser feliz «solo». Puede suceder que en su vecindario o en su ámbito de amistades haya enfermos, ancianos, niños e inmigrantes que, precisamente en domingo, sienten más duramente su soledad, sus necesidades, su condición de sufrimiento. Ciertamente la atención hacia ellos no puede limitarse a una iniciativa dominical esporádica. Pero teniendo una actitud de entrega más global, ¿por qué no dar al día del Señor un mayor clima en el compartir, poniendo en juego toda la creatividad de que es capaz la caridad cristiana? Invitar a comer consigo a alguna persona sola,

---

25.- Henri Caffarel, “Matrimonio y Eucaristía”, publicado en la revista L’Anneau d’Or – “Le mariage, route vers Dieu” Numéro spécial, pp. 117-118 – mai - août 1964 – (pp. 242-265). (edición española) El matrimonio camino de santidad, PPC, 2022, p. 245.



visitar enfermos, proporcionar comida a alguna familia necesitada, dedicar alguna hora a iniciativas concretas de voluntariado y de solidaridad, sería ciertamente una manera de llevar en la vida la caridad de Cristo recibida en la Mesa eucarística. (DD 72)

Como nos dice el Papa Francisco, en conclusión:

*¿Por qué ir a misa el domingo? No es suficiente responder que es un precepto de la Iglesia; esto ayuda a preservar su valor, pero solo no es suficiente. Nosotros cristianos tenemos necesidad de participar en la misa dominical porque solo con la gracia de Jesús, con su presencia viva en nosotros y entre nosotros, podemos poner en práctica su mandamiento y así ser sus testigos creíbles<sup>26</sup>.*

## La Palabra de Dios

### Introducción al texto bíblico

Según el testimonio unánime de los Evangelios, la resurrección de Jesús tuvo lugar «el primer día después del sábado» (cf. Mc 16,2; Lc 24,1; Jn 20,1). Aquel mismo día el resucitado se manifestó a los dos discípulos que caminaban hacia Emaús (cf. Lc 24,13-35) y se apareció a los once apóstoles reunidos (cf. Lc 24,36; Jn 20,19). Ocho días después, los discípulos estaban nuevamente reunidos cuando Jesús se les apareció y se hizo reconocer por Tomás (cf. Jn 20,26). Era también Domingo el día de Pentecostés, primer día de la octava semana después de la pascua judía, cuando -con la efusión del Espíritu, la primera predicación de Pedro y los primeros bautismos- tuvo lugar la epifanía o manifestación de la Iglesia como nuevo pueblo de Dios (cf. Hch 2,1-41). Sobre esta base, el Domingo comenzó a marcar el ritmo de la vida de los discípulos como día de reunión, de la «fracción del pan» (cf. Hch 20,7-2) y del compartir (cf. 1 Cor 16,2). El libro del Apocalipsis testimonia la costumbre de llamar a este día el «día del Señor». (Ap 1, 10; 6,17; 16,14).

---

26.- Papa Francisco, Audiencia 13 de diciembre de 2017.

## Texto de Mc, 16, 1-2, 9-16

*Pasado el sábado, María Magdalena, María la de Santiago y Salomé compraron aromas para ir a embalsamar a Jesús. Y muy temprano, el primer día de la semana, al salir el sol, fueron al sepulcro.*

*Resucitado al amanecer del primer día de la semana, se apareció primero a María Magdalena, de la que había echado siete demonios. Ella fue a anunciárselo a sus compañeros, que estaban de duelo y llorando. Ellos, al oírle decir que estaba vivo y que lo había visto, no la creyeron.*

*Después se apareció en figura de otro a dos de ellos que iban caminando al campo. También ellos fueron a anunciarlo a los demás, pero no los creyeron. Por último, se apareció Jesús a los Once, cuando estaban a la mesa, y les echó en cara su incredulidad y dureza de corazón, porque no habían creído a los que lo habían visto resucitado. Y les dijo: «Id al mundo entero y proclamad el Evangelio a toda la creación. El que crea y sea bautizado se salvará; el que no crea será condenado.*

## La reunión de Equipo

### Acogida

En este tema hemos compartido la importancia de la celebración de las fiestas, que es más que el precepto dominical. Por esta razón os invitamos a que decoremos de modo especial el lugar donde vamos a reunirnos, desde poner algunas flores en la mesa, o decorar la estancia, según vuestras posibilidades.

### Puesta en común

Hoy podemos compartir cómo hemos vivido algún domingo que haya sido un poco distinto desde la última reunión; o algún domingo que recordemos haber tenido una experiencia comunitaria significativa al haber participado en la Eucaristía; o en que nos hayamos sentido especialmente acogidos por la comunidad o por Jesús que viene a nuestro encuentro.

## Oración

Leemos el texto bíblico Mc 16 1-2, 9-16

Después de proclamar el texto bíblico os ofrecemos tres momentos orantes para pedir perdón, pedir al Señor y agradecer. En cada momento os invitamos a que un miembro del matrimonio acogedor lea el fragmento bíblico, y el otro la oración propuesta, dejando un momento de silencio para orar cada uno lo que significa en su vida y para que, quien lo desee, pueda expresarlo con una sencilla oración en voz alta.

### Perdón

*Resucitado al amanecer del primer día de la semana, se apareció primero a María Magdalena, de la que había echado siete demonios. Ella fue a anunciárselo a sus compañeros, que estaban de duelo y llorando. Ellos, al oírle decir que estaba vivo y que lo había visto, no la creyeron.*

Pedimos perdón por las dudas, la falta de fe, las dificultades, cada uno las suyas, de cara a ese encuentro con el Señor.

### Petición

*Después se apareció en figura de otro a dos de ellos que iban caminando al campo.*

Este texto nos habla del Encuentro, de las diversas personas que se encuentran con el Señor resucitado, pero para las que sería muy difícil este encuentro por el desconcierto y las dudas tras la muerte de Jesús, si no llega a ser porque están dispuestas a dejarse encontrar por Él.

Pedimos al Señor dejarnos encontrar con Él... cada uno lo que necesite.

### Acción de gracias

*Y les dijo: «Id al mundo entero y proclamad el Evangelio a toda la creación.»*

Damos gracias al Señor por el encuentro con Él, porque el Encuentro con él nos alienta en nuestra vida y nos ayuda en nuestro camino.

## Participación

Podemos comentar en esta reunión de forma especial sobre la escucha de la Palabra de Dios. ‘Escuchar’ no es solo leer, es algo más, ¿Cómo he saboreado y ‘contemplado’ esa Palabra? ¿Qué tipo de respuesta ha provocado en mí? ¿Ha podido iluminar de alguna manera nuestra forma de entender los domingos? Como sugerencia, os proponemos una **sentada** sobre el sentido de los domingos en nuestra vida. Los cristianos de hoy necesitamos descubrir de nuevo el sentido del Domingo, su misterio y su valor de celebración, para no confundirlo con un mero «fin de semana», entendido solamente como tiempo de descanso o diversión.

- Podríamos revisar cómo son nuestros domingos, y –quizá- proponernos tener uno, este mes, que fuera algo más especial. Podemos comentar en nuestra sentada qué podríamos preparar para que fuera un domingo algo más parecido a lo que se nos sugiere.
- Podemos revisar también si para nosotros la Misa es un punto fuerte de nuestra vida de pareja, como nos propone el Padre Caffarel.

## Para compartir en la reunión de Equipo

Uno de los retos más importantes que tiene hoy la familia es crear una nueva cultura familiar porque, ciertamente, han cambiado muchas cosas en la configuración y en el tipo de relaciones dentro de la familia. Ya no nos sirven muchos de los esquemas que configuraron la familia tradicional. Y los cristianos, que vivimos también en este mundo nuevo, necesitamos esforzarnos por crear una nueva cultura familiar cristiana. La cultura supone una forma de entender la vida familiar, que se plasma en gestos, símbolos, celebraciones, organización del hogar etc. Y, dentro de todo esto, necesitamos descubrir una nueva forma de celebrar el Domingo, ese día que ha configurado al cristianismo en toda su historia.

¿Podemos pensar en alguna sugerencia para nuestra vida familiar? Podemos compartir con el resto del Equipo cómo vivimos el domingo; si hemos descubierto algo que nos ayude a vivirlo de forma distinta.

El Papa Francisco y el Padre Caffarel nos invitan a preguntarnos: por qué ir a misa el domingo; qué motivo nos empuja; si es simplemente para cumplir una obligación. Veamos cuál es la respuesta en nuestro caso.

### Hacia Turín

Turín es famosa por haber sido escenario de la obra de algunos de los más notables santos del siglo XIX, personalidades de gran carisma y con la virtud de la caridad cristiana, que donaron alma y cuerpo para combatir las plagas sociales de la época, y que se conocen de forma genérica como “santos sociales”. En Turín **San Juan Bosco** dio vida a su oratorio y a la Congregación Salesiana, fundando la **Basílica de María Auxiliadora**, en la cual fue sepultado; **San José Benito Cottolengo** instituyó la **Pequeña Casa de la Divina Providencia**, una institución hospitalaria que hoy cuenta por todo el mundo con muchas sedes y obras similares inspiradas en ella. Entre otros, son algunos de los santos importantes relacionados con la ciudad. Podríamos informarnos sobre ellos y cómo visitar sus reliquias y sus obras.

### Oraciones finales

- Por la canonización del P. Caffarel
- Magníficat

Séptima Reunión  
**INVITADOS AL  
BANQUETE**

## Preparación de la reunión de Equipo

### Introducción

En el recorrido en torno a la Eucaristía que venimos realizando a lo largo de este curso creemos importante detenernos -siquiera de manera sencilla- a repasar cada parte de la celebración eucarística y su significado.

Es cierto que esto supone usar palabras propias de la liturgia que no pueden ni deben sustituirse, ya que pertenecen a un lenguaje propio que debemos conocer, amar y preservar. Pretender cambiarlo sería como obligar a un poeta a escribir en prosa.

### Ritos iniciales

Comenzamos la Eucaristía, tantas veces como los discípulos de Emaús, dando vueltas a lo que ha ocurrido durante la semana, entristecidos, escandalizados y decepcionados.

Como vimos en capítulos anteriores, toda la semana nos va atrapando en una dinámica de maldición en la que el juicio fácilmente se apodera de nosotros: ‘no hemos sido tratados como merecíamos’, ‘yo esperaba que las cosas fueran de otra manera’, ‘mis expectativas se han truncado’, ‘no hay derecho’, ‘me merezco más’, ‘todo es injusto’...

Los ritos iniciales comprenden: la entrada, el saludo, el acto penitencial, -el Señor, ten piedad-, el Gloria y la oración colecta. Se proponen que los que nos hemos reunido podamos acoger al Dios que, en Jesús, sale a nuestro encuentro y nos pregunta: “¿Qué te pasa? ¿A qué vas dando vueltas en la cabeza?” De esta manera, y aunque nuestros ojos sigan cerrados y no reconozcamos a Jesús, todo nos predispone a sentir que no vamos solos, que formamos una verdadera comunidad y que Alguien quiere encontrarse con nosotros.

El *canto de entrada* no tiene un valor meramente estético: abre la celebración, promueve la unión de quienes estamos congregados y nos introduce en el

tiempo litúrgico o celebración particular del momento. Cuando el sacerdote llega al presbiterio, besa el altar y se acerca a la sede, nos saluda en el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu y nos transmite la promesa “el Señor esté con vosotros”, con la seguridad de que, cuando dos o más estamos reunidos en su nombre, Él se hace presente, manifestando así el misterio de la Iglesia congregada.

Pero para ser capaces de abrir los ojos es preciso reconocer lo que nos ocurre, aquello de lo que vamos hablando por el camino (Lc 24, 13-35). Lo expresamos mediante la fórmula de la confesión general de toda la comunidad, que concluye con una primera confesión de fe, clamando al *Kirie* (Señor) e implorando su misericordia.

Durante los días de fiesta sigue al acto penitencial el *Gloria*, himno antiquísimo y venerable con el que la Iglesia, congregada en el Espíritu Santo, glorifica a Dios Padre y le suplica al Cordero.

Por último, el sacerdote invita al pueblo a orar, y todos, juntamente con el sacerdote, guardamos un momento de silencio para hacernos conscientes de que estamos en la presencia de Dios y podamos formular nuestros deseos en espíritu. Entonces el sacerdote recita la oración *colecta*, que recoge la oración de todos, elevándola al Padre por el Hijo, en el Espíritu Santo.

## Liturgia de la Palabra

Ante la situación concreta que ya hemos reconocido, y puestos en manos del Padre, la Palabra de Dios nos brinda una respuesta. Las lecturas nos preparan la mesa de la Palabra de Dios y nos abren los tesoros de la Biblia. Para resaltar la profundidad de este momento conservamos la disposición de las lecturas, que aclara la unidad de los dos Testamentos<sup>27</sup>. Todas son proclamadas desde el ambón, mesa de la palabra. Después de cada lectura, el lector propone una

---

27.- La primera lectura está muy relacionada con el evangelio y la segunda sigue una lectura continua de hechos o de las Cartas



aclamación, con cuya respuesta el pueblo congregado rinde honor a la Palabra de Dios recibida con fe y con ánimo agradecido. Como nos recuerda el Padre Caffarel:

*El valor y la importancia de los Evangelios, no es que sean un conjunto de gestos y dichos de nuestro Señor Jesucristo, es que según las palabras de San Agustín: “Son la palabra misma de Jesucristo”. Os equivocáis si veis en el Evangelio unas palabras antiguas, piadosamente conservadas, las palabras del hombre más grande que ha vivido en la tierra. El Evangelio es la Voz, viva y permanente, de un viviente, de un gran viviente que se encuentra entre nosotros. Es una palabra que se dirige a la Iglesia sin duda, pero que también se dirige a cada uno de nosotros. (...) Jesucristo me habla y sin duda enseña lo que hay que creer, y nos dice lo que tenemos que hacer, pero sobre todo se dice, me dice con confianza abrumadora: “Te amo, hasta el sacrificio de mi vida”. La fe con la que respondo a su confesión es mucho mejor que la simple adhesión de mi inteligencia a su enseñanza, mucho mejor que la obediencia a sus mandamientos, es un impulso de todo mi ser por el que me entrego a él sin reservas<sup>28</sup>.*

La homilía forma parte de la liturgia, y es muy recomendable para alimentar la vida cristiana, pero, lamentablemente, muchas veces ocupa el centro de la celebración: cuando se alarga en demasía, se espera de ella que transmita novedades, por las formas, la cualidad o sus defectos. Es problemático que se valore el todo por la parte: “¡Qué rollo de misa!” “¡Qué gran eucaristía!”; cuando, en realidad se trata de una parte menor, interpretativa y subjetiva, que nos puede ayudar o no, pero que no debe confundirse con lo más importante de la Eucaristía.

La liturgia de la Palabra continúa con el Símbolo o Profesión de Fe, en la que todo el pueblo reunido responde a la Palabra de Dios anunciada en las lecturas de la Sagrada Escritura y explicada por la homilía. Para terminar, suplicamos por la salvación de todos, especialmente por la santa Iglesia, por los gobernantes, por los que sufren diversas necesidades, por todos los hombres

---

28.- H. Caffarel, Carta mensual de los Equipos de Nuestra Señora, nº4, enero de 1964, titulado “El misterio del Evangelio”.

y por la salvación de todo el mundo. Expuesto aquello por lo que invocar, el pueblo sacerdotal, de pie, expresa su súplica con una invocación común.

### Liturgia eucarística

En el ámbito de la pascua judía, como hemos visto en las secciones anteriores, Jesús instituyó la Eucaristía, en la que el sacrificio de la cruz se hace continuamente presente en la Iglesia, cuando el sacerdote, representando a Cristo Señor *-in persona Christi-*, actualiza el acto que realizó el Señor, encomendando a sus discípulos que lo hicieran en memoria suya.

Esta parte de la Eucaristía comienza llevando al altar los dones del pan y vino que se convertirán en el Cuerpo y en la Sangre de Cristo. Conviene que los fieles los presenten al sacerdote, que los coloca sobre el altar utilizando la fórmula de bendición a Dios, como se hace en la cena pascual: *Bendito seas Señor...* Posteriormente, el sacerdote se lava las manos a un lado del altar, expresando el deseo de purificación interior. Depositadas las ofrendas y concluidos los ritos que las acompañan, con la invitación a orar junto con el sacerdote y con la oración sobre las ofrendas, se concluye la preparación de los dones y se prepara la Plegaria Eucarística.

En este momento, comienza el centro y la cumbre de toda la celebración, invitando al pueblo a elevar los corazones hacia el Señor, en oración y en acción de gracias, introduciéndonos en lo que es justo y necesario: dar gracias, bendecir y alabar a Dios.

Los principales elementos de la Plegaria Eucarística pueden distinguirse de esta manera:

1. **Acción de gracias**, que se expresa en el *prefacio*, oración en la que el sacerdote, en nombre de todos, proclama que es justo y necesario dar gracias a Dios por...
2. **Aclamación**: La acción de gracias deriva en una alabanza a Dios tres veces *Santo*, uniéndonos a los coros celestiales, a toda la Iglesia celestial.

3. **Epiclesis (invocación al Espíritu Santo):** La iglesia implora al Padre la efusión de su Espíritu para que convierta los dones presentados en el Cuerpo y la Sangre de Cristo.
4. **Narración de la institución y consagración:** Jesús, al instituir la Eucaristía dejó a los apóstoles y a sus sucesores el mandato “haced esto en memoria mía”, por eso los sacerdotes dicen y hacen aquello que Jesús hizo, dijo y mandó que se repitiera.
5. **Anamnesis (acción memorial):** Al cumplir el mandato de Jesús, se actualiza en el aquí y ahora la Pasión, muerte y resurrección de Cristo. Como los apóstoles, en cada Eucaristía somos testigos y receptores del misterio pascual.
6. **Oblación (ofrenda):** La iglesia -que reconoce la participación actualizada en la pasión de Cristo- lo ofrece al Padre- como único sacrificio agradable, y junto a él, se ofrece a sí misma.
7. **Mementos (Intercesiones):** En este ámbito de la entrega de Cristo y con él, de su Iglesia, mediante la intercesión se expresa la comunión por la que la iglesia celeste y terrena vive la Eucaristía. Pedimos por el papa, los obispos, por todos los miembros vivos y difuntos, y lo hacemos en comunión con los santa María, san José, los apóstoles, los mártires, etc.
8. **Doxología (Alabanza):** Es la entrega total, la proclamación del poderío de Dios y de su gloria. Es el Amén más solemne de la Eucaristía, porque *con Cristo, por él y en él*, nos ofrecemos cada uno de nosotros.

### Rito de comunión

La eucaristía es el banquete pascual, por lo que -según el mandato del Señor- su Cuerpo y su Sangre deben ser recibidos como alimento espiritual. Para ello, la Iglesia nos prepara con:

**Oración del Señor, Padrenuestro:** Es la oración propia de los hijos, a los que el Hijo, Cristo, ha enseñado a dirigirse.

Sigue el **rito de la paz**, con el que la Iglesia implora la paz y la unidad para sí misma y para toda la familia humana, y con el que los fieles se expresan

la comunión eclesial y la mutua caridad, antes de la comunión sacramental. El gesto de la **fracción del Pan** lo hemos compartido en capítulos anteriores con toda su grandeza, por lo que ya nos será sencillo vivirlo con profundidad.

La participación en **la comunión** de aquellos que están preparados o en la comunión espiritual para los que no lo están, es el momento cumbre de toda la celebración, por eso es muy importante que lo vivamos con la alegría de quienes reciben el mayor de los regalos posibles. Como nos recuerda el Papa Francisco:

*Al sacerdote que, distribuyendo la eucaristía, te dice: «El Cuerpo de Cristo», tú respondes: «Amén», o sea reconoces la gracia y el compromiso que conlleva convertirse en Cuerpo de Cristo. Porque cuando tú recibes la eucaristía te conviertes en cuerpo de Cristo. Es bonito, esto; es muy bonito. Mientras nos une a Cristo, arrancándonos de nuestros egoísmos, la comunión nos abre y une a todos aquellos que son una sola cosa en Él. Este es el prodigio de la comunión: ¡nos convertimos en lo que recibimos!<sup>29</sup>.*

Para terminar la súplica del pueblo de Dios y también para concluir todo el rito de la Comunión, el sacerdote recita la oración después de la comunión, en la que se suplica los frutos del misterio celebrado.

### Rito de conclusión

Tal vez es el momento de los “avisos”, entendidos como el compartir familiar en torno a la mesa. El saludo final y la bendición del sacerdote, que en algunos días y ocasiones se enriquece, es la llamada a que el Señor esté con nosotros en la situación a la que se nos envía. Es un Dios que dice bien (ben-dice) nuestra vida concreta, haciéndose presente en ella.

Por último, el diácono o el sacerdote despide a la asamblea para que cada uno regrese a su bien obrar, alabando y bendiciendo a Dios.

---

29.- Papa Francisco, Catequesis del 21 de marzo de 2018.

## La Palabra de Dios

### Introducción al texto bíblico

Nos preparamos para leer la escena del camino de Emaús como una catequesis del itinerario de nuestra celebración eucarística, en sus diferentes partes. Dos caminaban juntos, aunque sin entenderse demasiado, iban discutiendo: en la Eucaristía comenzamos esforzándonos por formar comunidad. Iban preocupados y afligidos por sus oscuridades y frustraciones. El caminante que se les une les obliga a reconocer esta situación: también nosotros reconocemos nuestras deficiencias en el acto penitencial. Jesús sale al encuentro y comienza a caminar con ellos, pero no lo reconocen, porque a Jesús sólo se le puede ver ahora con los ojos de la fe. Para suscitar en ellos esta fe, Jesús les explica todo lo que se refería a él en la Escritura. Y esta explicación es lo que les hace arder el corazón y los prepara para reconocerlo, como en la Liturgia de la Palabra. Los dos discípulos acogen la enseñanza de Jesús y muestran su deseo de continuar con él: con nuestra profesión de fe acogemos su palabra y nos preparamos para encontrarnos con su propia persona. Jesús se sentó a la mesa, tomó el pan, lo bendijo, lo partió y se lo dio. Y entonces lo reconocieron, aunque él desapareció de su lado. Las cuatro acciones de Jesús son las que seguimos repitiendo en la Liturgia Eucarística. Y a través de ellas, se produce la presencia real, aunque misteriosa, de Jesús entre nosotros. Después de esto, los dos discípulos volvieron corriendo a Jerusalén para contar a los demás lo que les había sucedido. Al final de la Eucaristía somos enviados a dar testimonio del Resucitado.

### Texto de Lc 24, 13-35

*Aquel mismo día, dos de ellos iban caminando a una aldea llamada Emaús, distante de Jerusalén unos sesenta estadios; iban conversando entre ellos de todo lo que había sucedido. Mientras conversaban y discutían, Jesús en persona se acercó y se puso a caminar con ellos. Pero sus ojos no eran capaces de reconocerlo. Él les dijo: «¿Qué conversación es esa que traéis mientras vais de camino?». Ellos se detuvieron con aire entristecido. Y uno de ellos, que se llamaba*

Cleofás, le respondió: «¿Eres tú el único forastero en Jerusalén que no sabes lo que ha pasado allí estos días?». Él les dijo: «¿Qué?». Ellos le contestaron: «Lo de Jesús el Nazareno, que fue un profeta poderoso en obras y palabras, ante Dios y ante todo el pueblo; cómo lo entregaron los sumos sacerdotes y nuestros jefes para que lo condenaran a muerte, y lo crucificaron. Nosotros esperábamos que él iba a liberar a Israel, pero, con todo esto, ya estamos en el tercer día desde que esto sucedió. Es verdad que algunas mujeres de nuestro grupo nos han sobresaltado, pues habiendo ido muy de mañana al sepulcro, y no habiendo encontrado su cuerpo, vinieron diciendo que incluso habían visto una aparición de ángeles, que dicen que está vivo. Algunos de los nuestros fueron también al sepulcro y lo encontraron como habían dicho las mujeres; pero a él no lo vieron». Entonces él les dijo: «¡Qué necios y torpes sois para creer lo que dijeron los profetas! ¿No era necesario que el Mesías padeciera esto y entrara así en su gloria?». Y, comenzando por Moisés y siguiendo por todos los profetas, les explicó lo que se refería a él en todas las Escrituras. Llegaron cerca de la aldea adonde iban y él simuló que iban a seguir caminando; pero ellos le apremiaron, diciendo: «Quédate con nosotros, porque atardece y el día va de caída». Y entró para quedarse con ellos. Sentado a la mesa con ellos, tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y se lo iba dando. A ellos se les abrieron los ojos y lo reconocieron. Pero él desapareció de su vista. Y se dijeron el uno al otro: «¿No ardía nuestro corazón mientras nos hablaba por el camino y nos explicaba las Escrituras?». Y, levantándose en aquel momento, se volvieron a Jerusalén, donde encontraron reunidos a los Once con sus compañeros, que estaban diciendo: «Era verdad, ha resucitado el Señor y se ha aparecido a Simón». Y ellos contaron lo que les había pasado por el camino y cómo lo habían reconocido al partir el pan.

## La reunión de Equipo

### Acogida

Os invitamos a que el matrimonio que acoge en su casa la reunión busque y comparta una pieza musical o una canción de tema eucarístico que tenga una significación especial para ellos.

## Puesta en común

Podemos compartir si la Palabra de Dios a lo largo de este mes nos ha ayudado en alguna situación concreta, de forma que hemos podido ofrecer una mirada o tener una actitud más acorde con la voluntad del Señor sobre nuestra vida.

## Oración

Oramos a partir de la lectura propuesta para este mes: Lc 24, 13-35.

Como los discípulos estamos en camino y Jesús nos acompaña, muchas veces, no lo vemos, no lo reconocemos, nos cuesta entender. Él toma la iniciativa y nos ayuda a abrir los ojos. Os proponemos un itinerario de oración en tres partes.

Perdón (leyendo los versículos 13-17)

*Aquel mismo día, dos de ellos iban caminando a una aldea llamada Emaús, distante de Jerusalén unos sesenta estadios; iban conversando entre ellos de todo lo que había sucedido. Mientras conversaban y discutían, Jesús en persona se acercó y se puso a caminar con ellos. Pero sus ojos no eran capaces de reconocerlo. Él les dijo: «¿Qué conversación es esa que traéis mientras vais de camino?». Ellos se detuvieron con aire entristecido.*

Discutían, sus ojos no eran capaces de reconocerlo, entristecidos etc.

Perdón por nuestras discusiones, enfados, olvidos, tristezas, por olvidarnos de tu presencia junto a nosotros.

Cada cual, lo que quiera expresar.

Petición (leyendo los versículos 19-29)

*Él les dijo: «¿Qué?». Ellos le contestaron: «Lo de Jesús el Nazareno, que fue un profeta poderoso en obras y palabras, ante Dios y ante todo el pueblo; cómo*

*lo entregaron los sumos sacerdotes y nuestros jefes para que lo condenaran a muerte, y lo crucificaron. Nosotros esperábamos que él iba a liberar a Israel, pero, con todo esto, ya estamos en el tercer día desde que esto sucedió. Es verdad que algunas mujeres de nuestro grupo nos han sobresaltado, pues habiendo ido muy de mañana al sepulcro, y no habiendo encontrado su cuerpo, vinieron diciendo que incluso habían visto una aparición de ángeles, que dicen que está vivo. Algunos de los nuestros fueron también al sepulcro y lo encontraron como habían dicho las mujeres; pero a él no lo vieron». Entonces él les dijo: «¡Qué necios y torpes sois para creer lo que dijeron los profetas! ¿No era necesario que el Mesías padeciera esto y entrara así en su gloria?». Y, comenzando por Moisés y siguiendo por todos los profetas, les explicó lo que se refería a él en todas las Escrituras. Llegaron cerca de la aldea adonde iban y él simuló que iban a seguir caminando; pero ellos le apremiaron, diciendo: «Quédate con nosotros, porque atardece y el día va de caída». Y entró para quedarse con ellos.*

Quédate con nosotros.

Pedimos al Señor que nos acompañe en aquellas cosas de nuestra vida que necesitan ser sostenidas y acompañadas por Él.

Cada cual, lo que quiera expresar.

Acción de gracias (leyendo los versículos 30-34)

*Sentado a la mesa con ellos, tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y se lo iba dando. A ellos se les abrieron los ojos y lo reconocieron. Pero él desapareció de su vista. Y se dijeron el uno al otro: «¿No ardía nuestro corazón mientras nos hablaba por el camino y nos explicaba las Escrituras?». Y, levantándose en aquel momento, se volvieron a Jerusalén, donde encontraron reunidos a los Once con sus compañeros, que estaban diciendo: «Era verdad, ha resucitado el Señor y se ha aparecido a Simón.*

Se les abrieron los ojos, ardía su corazón.

Damos gracias a Dios por su presencia amorosa en este momento de



nuestra vida:

- que nos ayuda a abrir los ojos ante,
- que hace arder el corazón porque nos lleva a comunicar, a contar.

Cada cual que añada lo que quiera expresar.

## Participación

En este mes vamos a prestar especial atención al punto de esfuerzo que nos interpela a “ponernos cada año ante el Señor, -en matrimonio, si es posible- durante un retiro de 48 horas como mínimo, para reflexionar y planificar la vida en su presencia”. Puede que hayamos participado ya en un retiro o que lo vayamos a hacer próximamente. Podemos compartir qué ha supuesto para nosotros. ¿Cómo nos ha ayudado a descubrir la voluntad de Dios en nuestra vida?

Como sugerencia para la **sentada** os proponemos un diálogo sobre el Encuentro Internacional: sobre cómo nos disponemos a participar en él, si es que tenemos ya planificado el poder participar presencialmente. Si no fuera así, cómo podemos unirnos al Encuentro desde la distancia, si hay posibilidad de que nos reservemos un tiempo para poder rezar por el Encuentro, comunicarnos con las personas de nuestro Equipo o de otros Equipos que vayan a asistir, hacernos de alguna manera partícipes. Y a la vez podemos preguntarnos si nos sentimos parte de esta comunidad mayor que conforman las personas que pertenecen a los Equipos más allá de nuestro propio Equipo de base. Podría ser una sentada de reflexión en torno a la participación que tenemos en este y otros encuentros a los que somos convocados. Encuentros de formación y animación, peticiones de servicio, etc.

## Para compartir en la reunión de Equipo

Podríamos compartir si nos sentimos identificados con algunos de los sentimientos y comentarios expuestos en la primera parte del texto. ¿En qué

eucaristías solemos participar? ¿En nuestra parroquia? ¿Buscamos otros lugares que nos parecen mejor? ¿Cómo es nuestra actitud al acudir a misa los domingos? ¿Nos sentimos parte de una comunidad, meros espectadores? ¿Nos preparamos de alguna manera especial? ¿Cómo nos ayuda a entender nuestra vivencia de la Eucaristía el relato de Emaús?

## Hacia Turín

El texto de Emaús va a marcar el Encuentro de Turín. Nos podemos informar sobre el lema, el logo, las propuestas de seguimiento a distancia, la forma de estar unidos al encuentro, aunque no podamos participar físicamente en él.

## Oraciones finales

- Por la canonización del P. Caffarel
- Magníficat



Octava Reunión  
**HACED ESTO EN  
MEMORIA MÍA**

## Preparación de la reunión de Equipo

### Introducción

La Eucaristía no es un mero recuerdo de un hecho pasado, sino el “memorial” de un acontecimiento que se hace presente en la celebración (se actualiza) y se proyecta hacia el futuro. Cuando Jesús dijo a sus discípulos y nos dice a nosotros ahora: “*Haced esto en memoria mía*”, “esto” no se refiere únicamente al gesto ritual, sino a lo que ese gesto significa. Si para Cristo dicho gesto fue la expresión y celebración de una vida entregada, del mismo modo debería serlo para nosotros. Como hemos visto a lo largo de los capítulos no se trata de repetir un gesto, se trata de dejarnos tomar, bendecir, partiros y darnos, igual que Él hizo a lo largo de toda su vida y reiteró en esa última Pascua. Se trata pues de vivir como Cristo vivió y luego, de celebrar nuestra vida entregada igual que Él lo hizo. Vamos a dedicar este último capítulo a tratar de concretar qué significa en nuestras vidas este “*Haced esto en memoria mía*”, (Lc 22, 19) que nos pidió Jesús; a descubrir el sentido profundo de “*esto*”, llamada todavía más exigente y que conecta toda la celebración eucarística con nuestra vida cristiana.

### Podéis ir en paz

La expresión de envío “Podéis ir en paz” no es un punto final. Si somos consecuentes con lo que hemos experimentado en la Eucaristía, es el comienzo de un tiempo nuevo; del envío a continuar con nuestro peregrinaje en la fe. El final de la celebración de la Eucaristía nos invita a recordar las relaciones entre Eucaristía y vida cristiana, entre Eucaristía y misión. Aunque esta relación directa entre la Eucaristía y la vida de los cristianos se vive a lo largo de toda la celebración, es en el final, en el envío, cuando se hace más evidente y se recuerda de forma explícita.

El “Podéis ir en paz” no es un tranquilizador de conciencias, un “vete tranquilo, que ya has cumplido”. Es, por el contrario, un “vete con la paz de Dios, porque estás siendo enviado a predicar lo que has vivido”.

En efecto, antes de enviar a sus discípulos a predicar el Evangelio y a testimo-

niar la Resurrección por el mundo, Cristo levantó las manos y los bendijo (cf. Lc 24,50). Y eso mismo es lo que hace el sacerdote al final de la celebración. La bendición es el eslabón que une la celebración eucarística con el resto de la vida cristiana.

Durante toda la Eucaristía se nos han mostrado los lugares de la presencia de Dios. En cada “El Señor esté con vosotros”, que el sacerdote dice y al que respondemos “y con tu espíritu”, se señala una de esas presencias:

1. Al inicio de la Eucaristía, indicando que el Señor está en medio de la comunidad convocada.
2. En la palabra de Dios, donde se proclama que el Señor está presente por medio de su palabra, viva y eficaz.
3. En el “Señor esté con vosotros” de la plegaria Eucarística, donde se nos invita a reconocer la presencia del Señor en el Pan de Vida.
4. En el último “El Señor esté con vosotros”, donde se nos envía, y se nos asegura la presencia de Dios en medio de nuestra realidad. Un Dios que nos precede, nos envía y nos acompaña en nuestra misión.

En la misa nos hemos encontrado con Cristo resucitado; ahora se trata de ser testigos de su resurrección en el mundo. Hemos escuchado su Palabra; ahora nos toca transmitirla a los demás. Hemos recibido el Pan que da la vida; ahora vamos a vivir la vida nueva. Nos hemos reunido como hermanos; ahora nos dispersamos para ser hermanos de todos los hombres. Hemos alabado a Dios con nuestras oraciones y con nuestros cantos; ahora vamos a convertir nuestra vida ordinaria en una alabanza continua a Dios. Nos hemos asociado a la entrega total de Cristo al Padre y a los hombres; ahora vamos a verificar esta entrega con todas nuestras obras.

La Eucaristía nos transforma y compromete. Nos “*eucaristiza*”. Por eso, la Eucaristía, al mismo tiempo que nos capacita para vivir la vida nueva, exige que nos esforcemos por actuar según los criterios evangélicos. No podemos ser personas por las que la misa pase sin más; esas personas que no llegan a dar una aceptable talla humana y menos aún cristiana.

La Eucaristía ha sido instituida para obrar en nosotros el milagro del amor y de la gracia que nos transforme. Y si no lo consigue es que algo falla. La verdad de la celebración eucarística se demuestra en lo que ella realiza en nuestra vida al concluir la celebración.

### El compromiso del testimonio cristiano

El Papa Francisco también alude a nuestro compromiso cristiano coherente con una participación consciente en la Eucaristía. Él insiste en el concepto de ser hombres y mujeres eucarísticos en todas las facetas de nuestra vida; y lo explica indicando que son aquellas personas que se han llenado de Cristo y quieren actuar como Él -conscientes de su debilidad- pero al mismo tiempo, firmes en su deseo de ser verdaderos cristianos:

*(...) Sin embargo, sabemos que mientras la misa finaliza, se abre el compromiso del testimonio cristiano. Los cristianos no van a misa para hacer una tarea semanal y después se olvidan, no. Los cristianos van a misa para participar en la Pasión y Resurrección del Señor y después vivir más como cristianos: se abre el compromiso del testimonio cristiano. Salimos de la iglesia para “ir en paz” y llevar la bendición de Dios a las actividades cotidianas, a nuestras casas, a los ambientes de trabajo, entre las ocupaciones de la ciudad terrenal, “glorificando al Señor con nuestra vida. (...)*

*No debemos olvidar que celebramos la eucaristía para convertirnos en hombres y mujeres eucarísticos. ¿Qué significa esto? Significa dejar actuar a Cristo en nuestras obras: que sus pensamientos sean nuestros pensamientos, sus sentimientos los nuestros, sus elecciones nuestras elecciones. Y esto es santidad: hacer como hizo Cristo es santidad cristiana. (...)*

*Los frutos de la misa, por tanto, están destinados a madurar en la vida de cada día. Podemos decir así, un poco forzando la imagen: la misa es como el grano, el grano de trigo que –después, en la vida ordinaria- crece, crece y madura en las buenas obras, en las actitudes que nos hacen parecernos a Jesús. Los frutos de la misa, por tanto, están destinados a madurar en la vida de cada día. En verdad,*

*aumentando nuestra unión con Cristo, la eucaristía actualiza la gracia que el Espíritu nos ha donado en el bautismo y en la confirmación, para que nuestro testimonio cristiano sea creíble*<sup>30</sup>.

### La Eucaristía, fuente de la misión.

En un texto muy evocador del Padre Caffarel nos invita a pensar en la analogía con el pueblo de Israel, un pueblo en salida -que tras comer la Pascua se dispone a partir en búsqueda de la tierra prometida. Y así alimentados y guiados por Dios, van descubriendo cuál es su misión como pueblo. Esa comparativa nos recuerda que Cristo no nos deja solos en el cumplimiento de los compromisos a los que hemos sido llamados. Primero nos ayuda a despertar en nosotros el deseo de salir al mundo, de encontrarnos con los hermanos, de compartir aquello en lo que creemos, de ponernos en marcha. Pero, además, nos alimenta para que nunca olvidemos que nada de lo que hacemos se debe a nuestras propias fuerzas y a nuestras capacidades, que Él nos está acompañando y alimentando. Si al participar de la Eucaristía nos unimos más a Cristo es para parecernos más a Él; para intentar que nuestra vida sea un reflejo, aunque mucho más débil de lo que nos gustaría, de las actitudes y estilo de vida que esperamos de un cristiano. Esto nos sirve como personas, pero también podemos realizar nuestra propia búsqueda como matrimonios y tratar de ver cómo podemos comprometernos, de forma más clara, a servir en la construcción del Reino. Vivir la Eucaristía como matrimonio nos ayudará a poder salir juntos en misión, más fuertes y unidos. Escuchemos las palabras del Padre Caffarel, que nos ayudan a entender este sentido misionero:

*(...) Querría también evocar otro signo característico de esos hogares donde se vive el misterio de la Pascua de Cristo. Se niegan a estar “instalados”. Según la fórmula de San Pablo son, en la tierra, “extranjeros y viajeros”. ¿Cómo podría ser de otra manera? Sabéis que los hebreos debían comer el cordero pascual, sandalias en los pies, la cintura ceñida, el bastón en la mano, viajeros tomando fuerzas antes de embarcarse en la larga ruta de Egipto a la Tierra prometida.*

---

30.- Papa Francisco, Audiencia General del 4 de abril de 2018



*Lo mismo ocurre con aquellos que comen la Pascua del Señor: no desprecian la tierra, al contrario, pero están en marcha hacia una patria mejor. Y cuanto más se alimentan de la Eucaristía, tanto más crece en ellos la nostalgia de esta otra patria. “Vosotros seréis mi pueblo, yo seré vuestro Dios”, decía el Señor a los hebreos (Lev 26,12). A los esposos cristianos, Cristo -muerto y resucitado- les dice lo mismo. Pero para ellos como para los hebreos en marcha en el desierto, ese “Dios con ellos” es un Dios que se convierte en su guía y, sin cesar, los lleva hacia adelante si ellos le siguen. Mi conclusión será breve, solo una frase: el matrimonio es la admirable invención de Cristo para que la Eucaristía sea vivida a dos<sup>31</sup>.*

## La Palabra de Dios

### Introducción al texto bíblico

El Señor ha querido quedarse con nosotros en la Eucaristía, pero anunciar la muerte del Señor “hasta que venga” comporta, para los que participan en la Eucaristía, dejar que Él transforme nuestra vida, para que toda ella llegue a ser en cierto modo “eucarística”, y el compromiso de transformar el mundo según el Evangelio. La celebración eucarística es un acto evangelizador privilegiado porque es la mejor expresión de nuestra fe. En ningún otro momento se visibiliza mejor nuestra actitud de creyentes y el contenido principal de lo que creemos como en este encuentro entre Jesús y sus discípulos, en el que él y nosotros mostramos la esencia de lo que somos y vivimos. Ni se manifiesta mejor la auténtica naturaleza de la comunidad fundada por Cristo, la Iglesia, como criatura y humilde servidora del Evangelio. Aunque, ciertamente, esto tiene una terrible contrapartida. La Eucaristía, vivida con autenticidad, es un medio privilegiado de evangelización; pero, si se la convierte en un simple rito vacío de vida, puede convertirse también en el peor de los antitestimonios. No hay peor perversión que la que afecta a los signos del amor. El texto

---

31.- Henri Caffarel, Matrimonio y Eucaristía, publicado en la revista L’Anneau d’Or –Le mariage, route vers Dieu Numéro spécial 117-118 – mai - août 1964 – (pp. 242-265). Edición española, Henri Caffarel, El matrimonio camino de santidad, PPC, 2022, p. 263.

de San Pablo es ciertamente duro, pero nos tiene que hacer caer en la cuenta del compromiso que adquirimos con nuestra participación en el banquete de la Eucaristía.

### Texto de 1 Cor 11, 17-30

*“Al prescribiros esto, no puedo alabaros, porque vuestras reuniones causan más daño que provecho. En primer lugar, he oído que cuando se reúne vuestra asamblea hay divisiones entre vosotros; y en parte lo creo; realmente tiene que haber escisiones entre vosotros para que se vea quiénes resisten a la prueba. Así, cuando os reunís en comunidad, eso no es comer la cena del Señor, pues cada uno se adelanta a comer su propia cena, y mientras uno pasa hambre, el otro está borracho. ¿No tenéis casas donde comer y beber? ¿O tenéis en tan poco a la Iglesia de Dios que humilláis a los que no tienen? ¿Qué queréis que os diga? ¿Que os alabe? En esto no os alabo. Porque yo he recibido una tradición, que procede del Señor y que a mi vez os he transmitido: Que el Señor Jesús, en la noche en que iba a ser entregado, tomó pan y, pronunciando la Acción de Gracias, lo partió y dijo: «Esto es mi cuerpo, que se entrega por vosotros. Haced esto en memoria mía». Lo mismo hizo con el cáliz, después de cenar, diciendo: «Este cáliz es la nueva alianza en mi sangre; haced esto cada vez que lo bebáis, en memoria mía».*

*Por eso, cada vez que coméis de este pan y bebéis del cáliz, proclamáis la muerte del Señor, hasta que vuelva. De modo que quien coma del pan y beba del cáliz del Señor indignamente, es reo del cuerpo y de la sangre del Señor. Así, pues, que cada cual se examine, y que entonces coma así del pan y beba del cáliz. Porque quien come y bebe sin discernir el cuerpo come y bebe su condenación”.*

## La reunión de Equipo

### Acogida

El matrimonio acogedor podría preparar unas velas que encender en el momento de la oración y que luego repartir a los miembros del Equipo para que las lleven a sus casas como signo del envío a ser luz en el mundo.

## Puesta en común

En este momento podemos poner en común algún hecho significativo de nuestra vida que tenga relación con nuestra misión como cristianos en la construcción del Reino, en alguna actividad concreta, en el cuidado de nuestras familias, en algún compromiso específico, en nuestro entorno laboral, en nuestra parroquia, en los Equipos, etc.

## Oración

Proclamamos 1 Cor 11, 17-30

Después de proclamar el texto bíblico, os proponemos tres momentos orantes para pedir perdón, agradecer y pedir al Señor. En cada momento os invitamos a que un miembro del matrimonio acogedor lea el fragmento bíblico, y el otro la oración propuesta, dejando un momento de silencio para orar cada uno lo que significa en su vida y para que, quien lo desee, pueda expresarlo con una sencilla oración en voz alta.

## Perdón

*En primer lugar, he oído que cuando se reúne vuestra asamblea hay divisiones entre vosotros; y en parte lo creo; realmente tiene que haber escisiones entre vosotros para que se vea quiénes resisten a la prueba.*

Te pedimos perdón Señor por las veces que hay división en nuestro matrimonio, en nuestra familia, en nuestro Equipo.

(intenciones libres)

## Acción de gracias

*Porque yo he recibido una tradición, que procede del Señor y que a mi vez os he transmitido: Que el Señor Jesús, en la noche en que iba a ser entre-*

*gado, tomó pan y, pronunciando la Acción de Gracias, lo partió y dijo: «Esto es mi cuerpo, que se entrega por vosotros. Haced esto en memoria mía». Lo mismo hizo con el cáliz, después de cenar, diciendo: «Este cáliz es la nueva alianza en mi sangre; haced esto cada vez que lo bebáis, en memoria mía».*

Señor Jesús, te damos gracias porque te has quedado entre nosotros y eres alimento en nuestra vida.

Te damos gracias...

Petición

*Por eso, cada vez que coméis de este pan y bebéis del cáliz, proclamáis la muerte del Señor, hasta que vuelva.*

Señor Jesús, te pedimos que seamos capaces de proclamar tu Reino por medio de nuestros actos y vidas, ayúdanos a concretar nuestra misión de cristianos para construir el Reino aquí y ahora.

(intenciones libres)

## Participación

Compartimos sobre los puntos concretos de esfuerzo. Este mes podríamos compartir especialmente sobre la **sentada**.

Para la **sentada**, podemos reflexionar primero personalmente con toda seriedad y luego poner en común con nuestro cónyuge:

¿Es para mí la Eucaristía una necesidad vital? ¿Traigo a ella todas mis vivencias: personales, conyugales, familiares o profesionales? ¿Procuró tener presentes al celebrarla a todas las personas sobre las que tengo una especial Responsabilidad? ¿Es efectivamente un alimento que me hace crecer como

cristiano? ¿Me ayuda a discernir cuál es la misión a la que estoy llamado? ¿Soy coherente con mi vida después de la misa?

En el **diálogo conyugal** conviene que pongamos en común todo lo que hemos reflexionado. Pero también que pensemos cómo nos podríamos ayudar el uno a otro para que la Eucaristía fuera más significativa en nuestra vida. Y, entre otros proyectos, quizás convendría que acudierais juntos a ella, además de los domingos, en fechas significativas para vuestra familia: aniversarios, onomásticos, acontecimientos destacados, necesidades importantes... Sería una forma de vivir que, efectivamente, la Eucaristía es fuente de vuestro matrimonio y de vuestra familia.

### Para compartir en la reunión de Equipo

Compartimos con el Equipo, qué significa para nosotros en nuestra vida concreta “Haced esto en memoria mía”.

¿Puedo definir qué significa en el aquí y ahora de mi vida actual ser hombre o mujer eucarístico? ¿A qué me está llamando Dios? ¿A qué nos llama Dios a nosotros como matrimonio, consiliario, viudo/a en nuestra vida?

Podemos compartir si la Eucaristía nos da fuerza y alimenta en la misión a la que estamos siendo llamados en este momento de nuestra vida. ¿Nos ha ayudado la vivencia del tema a concretar esta misión?

¿Qué sentido tiene para nosotros en este momento la frase del Padre Caffarel: “el matrimonio es la admirable invención de Cristo para que la Eucaristía sea vivida en pareja”?

### Hacia Turín

Tenemos presente de nuevo que durante julio tendrá lugar el Encuentro Internacional de Turín; pensamos la forma de estar unidos a él y nos comprometemos a estar especialmente en comunión con todo el Movimiento esos días, a seguirlo y a rezar por él.

## Oraciones finales

- Por la canonización del P. Caffarel
- Magnificat



# Novena Reunión

## **BALANCE**



## Preparación de la reunión de Equipo

### Introducción

La estructura de este capítulo es diferente a la del resto: quiere ayudar a revisar el camino personal, de pareja y de Equipo a la luz de lo vivido. Esta reunión balance se plantea como un tiempo de reflexión (de todos juntos y bajo la mirada de Dios) sobre el año transcurrido: como una especie de **sentada** del Equipo, el momento de compartir y de ayudarnos en un clima de oración, verdad y comunión.

La propuesta parte de la lectura de la Palabra, de su comentario y de un texto del Papa Francisco con el que concluye sus catequesis sobre la Eucaristía expuestas en algunas de las audiencias generales del curso 2017-2018.

Sugiere también un esquema de preparación de esta reunión. Cada Equipo puede elegir centrarse en aquellas partes que sean más adecuadas para su situación actual. Lo importante es preparar esta reunión en pareja: juntos, al acabar el curso, hacemos balance de lo vivido, nos planteamos los puntos fuertes y débiles sobre los que se debería insistir en el curso próximo y nos preparamos para la elección del nuevo matrimonio Responsable. Otra posible opción es que esta reunión se haga en el marco de una Eucaristía del Equipo, y que se adapten las propuestas sobre las diversas partes, como el Equipo crea conveniente.

### La Palabra de Dios

Leemos de nuevo este texto de la institución de la Eucaristía con el que abrimos la introducción a este tema, saboreando la Pascua de un Jesús que se queda con nosotros. Nos detenemos en esos verbos sobre los que hemos reflexionado a lo largo del curso: tomar, bendecir, partir, dar.

*“Y cuando llegó la hora, se sentó a la mesa y los apóstoles con él y les dijo: «Ardientemente he deseado comer esta pascua con vosotros, antes de padecer,*

porque os digo que ya no la volveré a comer hasta que se cumpla en el Reino de Dios». Y, tomando un cáliz, después de pronunciar la acción de gracias, dijo: «Tomad esto, repartiéndolo entre vosotros; porque os digo que no beberé desde ahora del fruto de la vid hasta que venga el Reino de Dios». Y, **tomando pan**, después de **pronunciar la acción de gracias**, lo **partió** y se **lo dio**, diciendo: «Esto es mi cuerpo, que se entrega por vosotros; haced esto en memoria mía». Después de cenar, hizo lo mismo con el cáliz, diciendo: «Este cáliz es la nueva alianza en mi sangre, que es derramada por vosotros.» Lc 22,14-20.

### El convite eucarístico

Leemos a continuación la Catequesis del Papa Francisco de la audiencia del 4 de abril de 2018, con la que concluye ese conjunto de textos que constituyen un gran aprendizaje sobre la Eucaristía, teniendo en cuenta la insistencia en la unidad, la llamada a la misión, a estar atentos a aquellos que más nos pueden necesitar, y cómo la Eucaristía nos ayuda y fortalece, alimentando nuestro compromiso:

*El habitual acercarnos al Convite eucarístico renueva, fortalece y profundiza la unión con la comunidad cristiana a la que pertenecemos, según el principio que la eucaristía hace la Iglesia (cf. ibid., 1396), nos une a todos. Finalmente, participar en la eucaristía compromete en relación con los otros, especialmente con los pobres, educándonos a pasar de la carne de Cristo a la carne de los hermanos, en los que él espera ser reconocido por nosotros, servido, honrado, amado (cf. ibid., 1397). Llevando el tesoro de la unión con Cristo en vasijas de barro (cf. 2 Corintios 4,7), necesitamos continuamente volver al santo altar, hasta cuando, en el paraíso, disfrutemos plenamente la bienaventuranza del banquete de bodas del Cordero (cf. Apocalipsis 19, 9). Demos gracias al Señor por el camino de redescubrimiento de la santa misa que nos ha donado para realizar juntos, y dejémonos atraer con fe renovada a este encuentro real con Jesús, muerto y resucitado por nosotros, nuestro contemporáneo. Y que nuestra vida «florezca» siempre así, como la Pascua, con las flores de la esperanza, de la fe, de las buenas obras. Que nosotros encontremos siempre la fuerza para esto en la Eucaristía, en la unión con Jesús.*

## La reunión de Equipo

### Acogida

El matrimonio acogedor prepara un cesto con unos papeles en blanco en los que más tarde cada miembro del Equipo escribirá los nombres del matrimonio que propone como Responsable para el curso próximo. La cesta o recipiente estará presente durante toda la reunión hasta el momento en el que se decida que tenga lugar esa elección.

### Puesta en común: ser Equipo.

*Precisamente lo esencial es jugar el juego de Equipo, de equipo cristiano, porque esto es lo que lucha contra nuestro antiguo individualismo eliminándolo poco a poco, es lo que nos lleva a un mayor amor fraterno, a una ayuda mutua espiritual más perfecta; porque es esto lo que realiza esa “ecclesia”, esa “asamblea de Dios” en la cual Cristo ha prometido su presencia: «cuando dos o tres estéis reunidos en mi nombre, yo estoy en medio de vosotros». Yo pienso también que, de todas las obligaciones de la Carta, la más esencial es la de construir Equipos y jugar su juego honestamente<sup>32</sup>.*

Nos puede ayudar a reflexionar en nuestra puesta en común las siguientes preguntas:

- ¿Cómo nos hemos escuchado, respetado, apoyado, animado a lo largo del curso unos a otros? ¿Hemos podido compartir todos, nos hemos sentido capaces de comunicarnos en verdad?
- ¿Cómo hemos vivido el tema de estudio de este año? ¿Nos ha ayudado a vivir de otra forma la Eucaristía?
- ¿Cómo hemos vivido nuestra relación con el resto del Movimiento? Se entiende: participación en los actos de nuestro Sector o Región, servicios

---

32.- Henri Caffarel, El juego del equipo. Carta mensual de los Equipos de Nuestra Señora, nº7, abril-mayo de 1957.

que nos han podido solicitar, lectura de la carta, web y redes sociales. ¿Nos sentimos parte de un Movimiento más amplio?

De todo lo vivido este año:

- ¿Qué deberíamos seguir haciendo igual?
- ¿Qué deberíamos cambiar?

## Oración

Proclamamos Lc 22, 14-20

Intentemos presentar en un clima de oración lo que ha significado para cada uno de nosotros, de nuestro matrimonio, familia y Equipo este itinerario sobre la Eucaristía

## Oración

- Alabamos y agradecemos a Dios por...
- Pedimos perdón por...
- Pedimos al Señor que nos conceda...

Conviene elegir al matrimonio Responsable del próximo curso en este clima de oración:

- El matrimonio Responsable de este curso puede comentar cómo ha vivido su Responsabilidad.
- El Equipo puede comentar si espera alguna “animación” particular del próximo matrimonio Responsable.

## Elección del nuevo matrimonio Responsable

Podemos acabar rezando todos juntos:

*“Señor, estamos reunidos en tu nombre. Estamos junto a la persona a la que nos hemos unido por el sacramento del matrimonio. Estamos junto a los ma-*

*trimonios y al consiliario de nuestro Equipo para estar atentos unos a otros, y llevarlos también en nuestra oración. Señor danos la gracia de reconocer lo que es esencial para nuestra vida de fe y abre nuestros corazones e inteligencia para que nuestro Equipo sea cada día más una comunidad fraterna a tu servicio".*  
Amén.

## Participación

¿Cómo hemos vivido este curso los Puntos concretos de esfuerzo?

¿Cómo ha sido la Participación?

¿Nos ha ayudado: a vivir el verdadero sentido de la Eucaristía; a participar con mayor asiduidad y profundidad; a reflexionar sobre nuestras actitudes?  
¿Qué hemos descubierto gracias a los puntos concretos de esfuerzo y a la reflexión sobre la Eucaristía de nuestra misión como personas, como pareja, como equipo?

Para esta última **sentada** del curso, os proponemos que os planteéis: ¿Hay alguna actitud de fondo que hemos descubierto que nos ayude a vivir la Eucaristía de otra forma? ¿Hay algo que como pareja podamos hacer para tener una participación en la Eucaristía más consciente?

## Hacia Turín

Rezamos por las personas que están preparando sus viajes al Encuentro y porque este sea un tiempo de impulso y de animación para los Equipos de Nuestra Señora.

## Oraciones finales

- Por la canonización del P. Caffarel
- Magníficat

# ANEXOS

## Oración por la canonización del Siervo de Dios Henri Caffarel

Dios, Padre nuestro,  
pusiste en el corazón de tu siervo Henri Caffarel,  
un impulso de amor que le unía sin reserva a tu Hijo  
y le inspiraba para hablar de Él.

Profeta de nuestro tiempo,  
enseñó la dignidad y la bondad de la vocación de cada uno  
según la llamada que Jesús nos dirige a todos: “Ven y sígueme”.

Él despertó el entusiasmo de los cónyuges  
ante la grandeza del sacramento del matrimonio,  
imagen del misterio de unidad y de amor fecundo entre Cristo y la Iglesia.  
Enseñó que sacerdotes y matrimonios  
están llamados a vivir la vocación del amor.  
Guio a las viudas: ¡El amor es más fuerte que la muerte!  
Impulsado por el Espíritu  
dirigió a muchos creyentes por el camino de la oración.  
Poseído por un fuego devorador, estuvo lleno de Ti, Señor.

Dios, Padre nuestro,  
por la intercesión de nuestra Señora  
te pedimos que aceleres el día  
en que la Iglesia proclame la santidad de su vida,  
para que todos descubran la alegría de seguir a tu Hijo,  
cada cual según la vocación del Espíritu.

Dios Padre nuestro, invocamos al Padre Caffarel para... (*precisar la gracia que pedimos*)

*Oración aprobada por el cardenal André Vingt-Trois, arzobispo de París.  
Nihil obstat: 4 de enero de 2006.  
Imprimatur: 5 de enero de 2006.*

*En caso de haber recibido la gracia por la Intercesión del Padre Caffarel, escribid a la Asociación de Amigos del Padre Caffarel: [contact@henri-caffarel.org](mailto:contact@henri-caffarel.org)*

## **Magníficat**

Proclama mi alma la grandeza del Señor,  
se alegra mi espíritu en Dios, mi salvador;  
porque ha mirado la humildad de su esclava.

Desde ahora me felicitarán todas las generaciones,  
porque el Poderoso ha hecho obras grandes en mí:  
su nombre es santo,  
y su misericordia llega a sus fieles de generación en generación.

Él hace proezas con su brazo:  
dispersa a los soberbios de corazón,  
derriba del trono a los poderosos  
y enaltece a los humildes,  
a los hambrientos los colma de bienes  
y a los ricos los despide vacíos.

*Auxilia a Israel, su siervo, acordándose de la misericordia*  
–como lo había prometido a *nuestros padres*–  
en favor de Abrahán y su descendencia por siempre.

Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo,  
como era en un principio, ahora y siempre,  
por los siglos de los siglos. Amén.

## **El año litúrgico**

Además de celebrar cada Domingo la Resurrección del Señor, la Iglesia desarrolla a lo largo del año todo el misterio de Cristo, desde la Encarnación hasta el día de Pentecostés y la expectación de la venida del Señor. El año litúrgico



cuenta con 52 semanas, las mismas que el año civil; pero, a diferencia de éste, comienza el primer Domingo de Adviento. Vamos a presentar sus distintas partes por orden cronológico:

### a) Tiempo de Adviento

Es tiempo de preparación a la Navidad, en la que se conmemora la primera venida del Hijo de Dios y, a la vez, tiempo de expectación de la segunda venida de Cristo al final de los tiempos. Contiene cuatro Domingos y va desde la víspera del primero hasta la víspera de la fiesta de Navidad.

### b) Tiempo de Navidad

En él se conmemora el Nacimiento del Señor y sus primeras manifestaciones. Por eso contiene dos solemnidades centrales: la Navidad (25 de diciembre) y la Epifanía (6 de enero). Entre las dos se sitúa también la solemnidad de Santa María, Madre de Dios (1 de enero). Este tiempo comprende desde la víspera de Navidad hasta el Domingo después de la Epifanía, en que se celebra la fiesta del Bautismo del Señor.

### c) Tiempo Ordinario

Este tiempo no celebra ningún aspecto peculiar del misterio de Cristo, sino todo el misterio de Cristo en su plenitud para conseguir su progresiva asimilación por parte de los fieles. Para eso va presentando sucesivamente los principales acontecimientos de la vida pública de Jesús y la dinámica interna del crecimiento del Reino de Dios en este mundo.

Es el tiempo más largo, ya que tiene 33 ó 34 semanas. Pero está dividido en dos partes desiguales. La primera, más corta, abarca desde el lunes posterior al Domingo del Bautismo del Señor hasta el martes anterior al Miércoles de Ceniza. La segunda parte, la más larga, comienza el lunes después del Domingo de Pentecostés y termina la víspera del primer Domingo de Adviento.

#### d) Tiempo de Cuaresma

Es una preparación de la celebración de la Pascua. Preparación, primero, para los catecúmenos, que reciben los últimos ritos y una formación intensiva en vistas a los Sacramentos de iniciación que recibirán en la Pascua. Y preparación también para todos los fieles, que, dedicándose con más asiduidad a escuchar la palabra de Dios y a la oración, y mediante la penitencia, se preparan a renovar sus promesas bautismales.

Este tiempo va desde el Miércoles de Ceniza hasta el Jueves Santo por la mañana. Sus últimos días, a partir del Domingo de Ramos, forman parte ya de la Semana Santa, que recuerda y celebra la Pasión de Cristo.

#### e) Triduo Pascual

Es el punto culminante de todo el año litúrgico porque celebra la Pasión y Resurrección de Cristo. La preeminencia que tiene el Domingo en la semana la tiene la solemnidad de la Pascua en el año litúrgico.

Comienza con la Misa vespertina de la Cena del Señor del Jueves Santo, tiene su centro en la Vigilia Pascual y acaba el Domingo de Pascua por la tarde.

#### f) Tiempo Pascual

Los cincuenta días que van desde el Domingo de Resurrección hasta el Domingo de Pentecostés se celebran con alegría como si se tratase de un solo y único día festivo, más aún, como «un gran Domingo». Este tiempo es imagen y figura de la Iglesia como tiempo de la presencia del Señor Resucitado. Los ocho primeros días constituyen la octava de Pascua y se celebran como solemnidades del Señor. Y a los cuarenta días de Pascua se celebra la Ascensión del Señor; desde este día hasta Pentecostés, la comunidad se prepara para recibir al Espíritu Santo.

#### g) Otras solemnidades

A parte de los Domingos y las fiestas que caracterizan los distintos tiempos litúrgicos, a lo largo del año, la Iglesia celebra otras fiestas con el rango de

«solemnidad». Son las siguientes: Inmaculada Concepción (8 de diciembre); Santa María, Madre de Dios (1 de enero); San José (19 de marzo); Anunciación del Señor (25 de marzo); Santísima Trinidad (Domingo después de Pentecostés); Santísimo Cuerpo y Sangre del Señor (Domingo después de la Trinidad); Sagrado Corazón de Jesús (viernes después del Corpus); Natividad de San Juan Bautista (24 de junio); Santos Pedro y Pablo (29 de junio); Asunción de la Virgen María (15 de Agosto); Todos los Santos (1 de noviembre); Jesucristo, Rey del universo (último Domingo del Tiempo Ordinario). Además, tienen el rango de solemnidades la fiesta del patrono principal del pueblo o ciudad, la del titular de la iglesia y el aniversario de la dedicación de esta.

## Posturas y gestos litúrgicos

### a) El cuerpo del hombre en la celebración

El hombre está compuesto de espíritu y cuerpo, íntimamente unidos como dos elementos de un solo y mismo ser. Por eso, no hay sentimiento auténtico que no se traduzca espontáneamente por medio de la actitud corporal o el gesto; y, a su vez, la actitud y el gesto producen un compromiso tal de todo el hombre, que expresan, intensifican o incluso provocan la actitud interior.

Y esto afecta también a nuestra relación con Dios y a nuestro culto. Porque nos relacionamos con Dios desde lo que somos. Un culto puramente espiritual sería inhumano y, además, imposible. Además, para nosotros los cristianos, el cuerpo está destinado a la resurrección, se ha convertido en templo del Espíritu Santo por el bautismo y se alimenta de la Eucaristía. Es decir, Dios se amolda a nuestra manera de ser y actúa también en nosotros encarnando su acción en signos visibles. Jesús utilizó gestos para obrar milagros que hubiera podido realizar con una sola palabra. Y todos los sacramentos se realizan sobre el cuerpo para santificar el alma. Por eso, en la Eucaristía, Dios se nos ofrece a través de signos visibles, el pan y el vino, y nuestro cuerpo participa en ella a través de una serie de posturas, gestos y acciones corporales que traducen nuestras actitudes y sentimientos internos.

Pero el cuerpo, además de servir para expresarnos, y precisamente por ello, es también el instrumento de nuestra comunicación con los otros. La Eucaristía

es esencialmente comunitaria, es decir, necesita la unanimidad de los corazones. Pero esta unanimidad espiritual no la podemos conseguir sin gestos comunes, comprensibles por todos, es decir, sin la comunicación a través del cuerpo.

## b) Posturas litúrgicas

### 1) De pie

Es la postura litúrgica fundamental, porque tiene un significado muy rico:

a) Ante todo, y en su sentido más natural, es signo de respeto: nos ponemos de pie ante una persona que queremos honrar. Por eso nos ponemos de pie a la entrada y salida del celebrante y durante la proclamación del evangelio.

b) Es también la postura normal de la oración, tanto judía como cristiana. Por eso el presidente y los fieles estamos de pie durante las oraciones solemnes.

c) Es la postura pascual por excelencia: como Cristo nos ha liberado del pecado y de la muerte, ya no somos esclavos, sino hijos que se acercan a Dios con una gran confianza. Por eso la liturgia antigua prohibía arrodillarse los domingos.

d) Es también la postura de los que esperan la bienaventuranza eterna, porque es la actitud de acción de gracias de los elegidos en el cielo: «Miré y vi una muchedumbre enorme que nadie podía contar..., estaban de pie delante del trono y del Cordero» (Ap 7,9).

### 2) De rodillas

Es la otra postura cristiana para la oración, que tiene también dos sentidos diferentes:

a) Es postura de humildad y arrepentimiento, para reconocer que el pecado nos ha derribado por tierra. Por eso la utilizamos para actos y momentos de penitencia.

b) Pero es también actitud de reconocimiento de la grandeza de Dios y de petición. En este sentido la utilizaron los apóstoles: «Pedro echó a todos fuera,

se arrodilló y oró» (Hch 9,40). «Cuando terminó de hablar (Pablo), se puso de rodillas y oró con todos ellos» (Hch 20,36). Por eso los cristianos la utilizamos mucho en la oración individual. En la Eucaristía sólo la utilizamos en el momento de la consagración.

### 3) Postrados

En nuestra liturgia actual es más bien una postura excepcional, pero tiene un significado profundo con una doble vertiente: como es un signo de total entrega personal a Dios, sirve para destacar la importancia que se le quiere conceder a la oración, es decir, indica una súplica solemne. Actualmente, en las órdenes sagradas (de obispo, de presbítero y de diácono), los candidatos se postran mientras se cantan las letanías de los santos. Y lo mismo hace el sacerdote al principio de la Liturgia del Viernes Santo. Sin embargo, esta actitud es utilizada con más frecuencia en las costumbres orantes de algunas congregaciones monásticas y religiosas, e incluso en la oración privada de muchos cristianos.

### 4) Sentados

Es, en primer lugar, la postura de quien enseña. En la introducción del Sermón del Monte nos dice el evangelista: «Al ver a la gente, Jesús subió al monte, se sentó y comenzó a enseñarles con estas palabras» (Mt 5,1-2); nos quiere presentar a Jesús como el Maestro supremo. El obispo preside y habla desde su sede (cátedra) como maestro auténtico de la comunidad cristiana.

Pero, a la vez, estar sentado es la postura de quien escucha, como María de Betania que, sentada a los pies del Señor, escucha su palabra (cf. Lc 10,39). Por eso los fieles se sientan para escuchar todas las lecturas (excepto el evangelio), los cantos de meditación, la predicación. Y también pueden hacerlo durante el silencio meditativo después de la comunión.

### 5) Ir en procesión

Es una súplica solemne que se expresa en una marcha festiva, acompañada de cantos, hacia un lugar que constituye la meta. Aunque es una forma de culto

común a todas las religiones, para los cristianos es signo y manifestación del carácter esencialmente peregrino del pueblo de Dios.

En toda celebración eucarística existen desplazamientos que son actos procesionales: la procesión de entrada de los celebrantes y sus ministros, la procesión del evangelio, la de las ofrendas, la procesión de los fieles para recibir la comunión. Pero, además, hay otras procesiones extraordinarias, vinculadas a determinadas fiestas: la de las candelas en la fiesta de la Presentación del Señor, la del Domingo de Ramos, el traslado del Santísimo al monumento el Jueves Santo, la de la adoración de la Cruz el Viernes Santo, la de la noche de Pascua detrás del Cirio pascual, la de Corpus, la de las rogativas. Y fuera de la liturgia, la piedad popular ha creado muchas otras, en honor del Señor, de la Virgen y de los Santos.

#### 6) Las manos levantadas y extendidas

Esta era la postura normal que expresaba la actitud orante en el pueblo judío: así oró Moisés (cf. Ex 17,9-14). Los cristianos le cambiamos la significación: para nosotros es un recuerdo de que Jesús nos salvó levantando sus manos en la cruz. En los primeros siglos era la actitud de oración común a todos los cristianos, como aparece en los orantes de las Catacumbas romanas. Actualmente sólo la emplea el sacerdote en las oraciones presidenciales y en la plegaria eucarística. Aunque algunos cristianos la emplean también en la oración privada.

#### 7) El silencio

El Vaticano II, al enumerar los elementos de la participación activa de los fieles, añade: «Guárdese, además, a su debido tiempo, un silencio sagrado» (Vaticano II, Sacrosanctum Concilium, 30).

El silencio permite meditar la palabra de Dios y es también expresión de admiración, adoración, y del sentido de la grandeza de Dios, que no podemos expresar con palabras. Concretamente, en la Eucaristía, tiene la función

importante de ayudarnos a personalizar la oración comunitaria. Por eso se prescribe para después de la invitación a la oración que hace el sacerdote. Y se aconseja también para después de la homilía y después de haber recibido la comunión.

### c) Gestos litúrgicos

#### 1. La señal de la cruz

En el bautismo somos marcados con la señal de la cruz en la frente, como signo de nuestra pertenencia a Cristo. De ahí que, cada vez que repetimos este gesto, queramos renovar nuestra condición de cristianos. Y, además, este significado se ha enriquecido al unírsele una confesión trinitaria: En el nombre del Padre...

En la Eucaristía nos sirve de gesto de comienzo, para tomar conciencia de lo que somos y de que estamos en presencia de la Trinidad. Después lo repetimos tres veces, sobre la frente, sobre los labios y sobre el corazón, antes de escuchar el evangelio, con el rico simbolismo de que la palabra de Jesús penetre en nuestra inteligencia y en nuestro corazón, y de que seamos capaces de proclamarla con nuestros labios. Y, finalmente, el celebrante lo emplea como gesto de bendición.

#### 2. El golpe de pecho

Es un signo de arrepentimiento y humildad, como el del publicano de la parábola (Lc 18,3), o de los testigos de la crucifixión (Lc 23,45). Podemos emplearlo opcionalmente al decir las palabras «por mi culpa» en el «Yo confieso» del acto penitencial.

#### 3. La inclinación

Es un signo de veneración. Hay dos clases de inclinaciones: de cabeza y de cuerpo, o inclinación profunda.

El sacerdote hace inclinación de cabeza siempre que nombra a las tres divinas

Personas, al nombre de Jesús, de la Virgen María y del santo en cuyo honor se celebra la Eucaristía.

La inclinación de cuerpo la hace el sacerdote para saludar al altar al principio y al final de la celebración, si no está presente en él el Santísimo Sacramento, para la consagración y mientras recita algunas oraciones que subrayan la humildad del orante. Y todos nos debemos inclinar profundamente durante la profesión de fe, a las palabras: «Y por obra del Espíritu Santo se encarnó de María la Virgen y se hizo hombre», y durante la bendición final, cuando se emplea la fórmula solemne.

#### 4. La genuflexión

Es siempre un signo de adoración a Jesucristo presente en la Eucaristía. Por eso el celebrante hace este gesto después de la elevación del pan consagrado, después de la elevación del cáliz y antes de la comunión. Además, si el Sagrario está en el altar donde se celebra, hace también genuflexión al principio y al final de la celebración, y siempre que pasa delante de él. Los fieles, por su parte, deben hacer genuflexión al entrar en el templo y al salir, si el Sagrario está en el altar mayor o en otro lugar del presbiterio

#### 5. El beso

En la liturgia el beso es un signo importante de reverencia. Por eso, sólo se besan aquellas cosas que representan a Cristo de una forma especial. El sacerdote besa el altar al principio y al final de la celebración, y besa el libro después de la lectura del Evangelio. También todos besamos la cruz el Viernes Santo.

### **Vestiduras e insignias litúrgicas**

#### **a) Significado de las vestiduras litúrgicas**

El vestido para el hombre nunca ha tenido un valor puramente utilitario: protegernos del frío o del calor y cubrir nuestra desnudez. Ya desde las culturas



más primitivas, el vestido ha tenido también un valor simbólico: ha servido para distinguir diferentes maneras de ser (hombre o mujer), diferentes actividades del hombre y, sobre todo, para señalar su función o rango social. Los cristianos utilizamos desde el principio el simbolismo del vestido. San Pablo dice: «Todos los que habéis sido bautizados en Cristo, habéis sido revestidos de Cristo (Gal 3,27); emplea el simbolismo del vestido para designar la nueva vida, el nuevo ser que hemos recibido. No es extraño, pues, que en la liturgia del bautismo entrara muy pronto la imposición simbólica del nuevo vestido, signo de la nueva vida. Aún hoy se nos dice en el bautismo: «Recibe esta vestidura blanca. Consérvala sin mancha hasta la vida eterna». El recuerdo de este uniforme del cristiano, se hará presente en la liturgia eucarística en el alba, que llevan todos los ministros que actúan en ella, en la túnica o velo blanco que llevará el adulto bautizado en la Eucaristía de su iniciación, y, opcionalmente y según la costumbre, en el traje de los niños en su Primera Comunión y de la novia en el sacramento del Matrimonio.

Pero el uso de vestidos especiales para la celebración se ha concentrado sobre todo en los ministros que actúan en ella, y especialmente en los ministros ordenados, para recordar a la comunidad y a ellos mismos lo que son y la función especial que desempeñan: representantes de Cristo Cabeza, capacitados para actuar «in persona Christi». Al principio, esos vestidos eran los comunes en la vida civil, aunque no los ordinarios sino los más dignos que utilizaban los ciudadanos acomodados en las fiestas, para destacar la importancia de la función litúrgica. Pero en la Edad Media, desde el siglo VIII al XII, los vestidos se fueron «sacralizando», es decir, se convirtieron en vestidos exclusivos para la liturgia. Desde esa época, las vestiduras e insignias litúrgicas se han mantenido casi invariables, aunque la reforma del Vaticano II las ha simplificado y ha introducido un criterio de austeridad: «Es más decoroso que la belleza y nobleza de cada vestidura se busque no en la abundancia de los adornos sobreañadidos, sino en el material que se emplea y en su corte» (Ordenación General del Misal Romano, 305).

## b) Vestiduras litúrgicas actuales

La Ordenación General del Misal Romano determina las siguientes (cf. Ordenación General del Misal Romano, 298-306):

1. **Todos los ministros**, de cualquier grado, vestirán el alba, con o sin cíngulo.
2. **El obispo**, sobre el alba, llevará la estola alrededor del cuello y pendiente sobre el pecho, y la casulla. Usará, además, las insignias exclusivas de su rango: el anillo y, en determinados momentos de la celebración, el báculo y la mitra.
3. **El sacerdote**, como el obispo, vestirá alba, estola y casulla. Los sacerdotes concelebrantes podrán usar solamente el alba y la estola.
4. **El diácono** vestirá alba, estola cruzada sobre el pecho desde el hombro izquierdo hasta el lado del tronco, y dalmática.

### c) Los colores litúrgicos

El rito latino utiliza en las vestiduras litúrgicas distintos colores para «expresar con más eficacia, aun exteriormente, tanto las características de los misterios de la fe que se celebran como el sentido progresivo de la vida cristiana a lo largo del año litúrgico» (Ordenación General del Misal Romano, 307).

En concreto, son los siguientes (cf. Ordenación General del Misal Romano, 308):

1. El **blanco**: se usa en el Tiempo Pascual y de Navidad, en las fiestas del Señor, que no sean de su Pasión, y en las fiestas de la Virgen María y de los santos no mártires.
2. El **rojo**: en el Domingo de Pasión, el Viernes Santo, el Domingo de Pentecostés, y las fiestas de los Apóstoles, los Evangelistas y los santos mártires.
3. El **verde**: en el Tiempo Ordinario.
4. El **morado**: en los Tiempos de Adviento y Cuaresma. Puede utilizarse también en las Misas de difuntos.

5. El **negro**: puede utilizarse en las Misas de difuntos.
6. El **rosa**: puede emplearse en los Domingos III de Adviento y IV de Cuaresma.
7. El **azul**: por privilegio de la Santa Sede, concedido en 1864, se puede utilizar en España en la fiesta de la Inmaculada Concepción.







## **Equipos de Nuestra Señora**

[www.equiposens.org](http://www.equiposens.org)

### **ENS Superregión de España**

San Marcos, 3, 1º-1ª. 28004 Madrid

E-mail: [ens@equiposens.org](mailto:ens@equiposens.org)

E-mail Carta: [carta@equiposens.org](mailto:carta@equiposens.org)



*ensespana*



*@ENS\_Espana*



*@ensespana*