

RETIRO: “LA IGLESIA VIVE DE LA EUCARISTÍA: ORAR ANTE EL SACRAMENTO DEL AMOR”

COHERENCIA EUCARÍSTICA

(Extraído de “Revista Orar n^{os} 159, 175, 194 y otros textos)

VER:

Ser cristiano no es sólo creer en Dios, pues también los judíos, musulmanes,... creen en Dios y no son cristianos. Y ayudar a la gente, vivir de forma altruista,... eso solo, no es ser cristiano, pues también lo hacen los judíos, los musulmanes e incluso personas ateas o agnósticas, y no son cristianos. De la misma manera celebrar los sacramentos sólo como acontecimientos sociales y en unas fechas determinadas del año (bautizos, bodas, primeras comuniones, fiestas populares,...) no significa ser cristiano coherente.

Todas estas dimensiones, CREER-VIVIR-CELEBRAR, deben de ir unidas, como en un triángulo, de forma que cada una lleve a potenciar las otras. Creer en Dios y ver su imagen en el prójimo supone, como dice el Apóstol Santiago, poner esa fe por obra, vivirla, pues *"la fe sin obras, es fe muerta, no sirve para nada"*. Y eso que nosotros creemos y vivimos lo celebramos habitualmente en comunidad, junto con todos aquéllos que creen y viven lo mismo que nosotros. Así, la celebración de los Sacramentos, sobre todo la Eucaristía, potencia más nuestra fe, y nos hace vivir con intensidad aquello que hemos celebrado. El cristiano coherente es aquel que integra en su vida todos estos elementos o dimensiones, no en ocasiones puntuales sino habitualmente, como algo que forma parte esencial de su vida, poniendo a Cristo como el centro de su vida y de su amor.

En el primer retiro vimos que la Exhortación *Sacramentum Caritatis*, del Papa Benedicto XVI, publicada en 2007, nos ofrece una gran catequesis sobre la Eucaristía y la oración. En ella el Papa Benedicto XVI se propone recordarnos a los cristianos el insondable contenido del misterio de la Eucaristía, no en teoría, sino en lo hondo de nuestra fe, en la celebración y en la vida. También vimos que la Exhortación *Sacramentum Caritatis* está estructurada en tres partes:

- 1) La Eucaristía, misterio que se ha de **creer**.
- 2) La Eucaristía, misterio que se ha de **celebrar**.
- 3) La Eucaristía, misterio que se ha de **vivir**.

Desde los primeros días de la Iglesia, según narran los Hechos de los Apóstoles, (*Hch 2, 42-47*) *“Los discípulos eran constantes en escuchar la enseñanza de los apóstoles y en la comunión de vida, en la fracción del pan y en las oraciones”*. Todos los discípulos eran constantes en escuchar la enseñanza de los apóstoles (CREER), en la comunión de vida (VIVIR), y en la fracción del pan y en las oraciones (CELEBRAR).

La Eucaristía ha venido siendo fuente de vida, desde los orígenes, para la Iglesia. El Jueves Santo de 2003, en la Misa Vespertina de la Cena del Señor, el Papa Juan Pablo II presentó su encíclica *Ecclesia de Eucharistia*, “La Iglesia vive de la Eucaristía”, también la estuvimos reflexionando en anteriores retiros.

Hemos reflexionado acerca de la relación entre la Iglesia y la Eucaristía, así como el lugar central que la Eucaristía debe tener en la vivencia del domingo, ayudándonos de la carta apostólica *Dies Domini*, “El día del Señor”, del Papa Juan Pablo II.

Este quinto retiro sobre la Eucaristía lleva por título: “COHERENCIA EUCARÍSTICA”. Nosotros nos reunimos cada domingo para participar en la Eucaristía. En este retiro vamos a reflexionar y orar sobre la influencia que la Eucaristía tiene, o debería tener, en nuestra vida cotidiana, en nuestra relación con familia y amigos, comunidad parroquial, vecinos, trabajo, estudios, ocio...

Para la reflexión:

- ¿Conocía los documentos, *Sacramentum Caritatis*, *Ecclesia de Eucharistia*, *Dies Domini*, etc., que estamos siguiendo este año? ¿Los he leído o tengo intención de hacerlo? ¿Por qué?
- ¿Qué es ser coherente? ¿En qué aspectos de mi vida soy más coherente, y en cuáles menos? ¿Por qué?
- ¿A qué creo que se refiere el título de este retiro: “Coherencia Eucarística”?

JUZGAR: COHERENCIA EUCARÍSTICA

La Santísima Trinidad es una comunión de Personas, de modo que cada una de ellas, siendo distinta de las demás, está tan unida con las otras que todo lo comparte con ellas. La Iglesia es un reflejo de esa comunión de Personas.

La Eucaristía, como ya vimos en el primer retiro, es un don de la Trinidad a la Iglesia, y por eso es la realización más eminente de esta comunión y, a la vez, el factor más importante de su perfección. El Papa Juan Pablo II dice en *Ecclesia de Eucharistia*:

34. La Eucaristía se manifiesta como culminación de todos los Sacramentos, en cuanto lleva a perfección la comunión con Dios Padre, mediante la identificación con el Hijo Unigénito, por obra del Espíritu Santo.

35. El Sacramento expresa este vínculo de comunión, sea en la dimensión invisible que, en Cristo y por la acción del Espíritu Santo, nos une al Padre y entre nosotros, sea en la dimensión visible, que implica la comunión en la doctrina de los Apóstoles y en los Sacramentos. Sólo en este contexto tiene lugar la celebración legítima de la Eucaristía y la verdadera participación en la misma.

36. La comunión invisible supone la práctica de las virtudes de la fe, de la esperanza y de la caridad. En efecto, sólo de este modo se obtiene verdadera comunión con el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo. No basta la fe, sino que es preciso perseverar en la caridad, permaneciendo en el seno de la Iglesia con el cuerpo y con el corazón.

Estos textos nos ofrecen algunos puntos para la reflexión:

La Iglesia está llamada a mantener y promocionar la unión con Dios Padre, Hijo y Espíritu Santo y la de los fieles entre sí. Para ello, cuenta con la Palabra de Dios y los sacramentos, sobre todo el de la Eucaristía. Esta unión de los fieles con la Trinidad y con los hermanos recibe el nombre de “comunión”. Precisamente éste es uno de los nombres de la Eucaristía.

La Eucaristía lleva a la máxima perfección nuestra comunión con Dios Padre, gracias a la identificación con el Hijo, por obra del Espíritu Santo. La comunión eucarística, por tanto, realiza en grado sumo la comunión con la Trinidad. No cabe mayor intimidad, mayor unión, mayor comunión.

Esta comunión invisible conlleva necesariamente la comunión visible; supone la práctica de las virtudes de la fe, de la esperanza y de la caridad, porque sólo así se obtiene la verdadera comunión con el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo. No bastan ni la fe ni la esperanza, sino que es necesaria la caridad, permaneciendo en el seno de la Iglesia con el cuerpo y con el corazón.

Y la caridad se resiente, incluso se pierde, por el pecado, cometido tanto por malicia como por debilidad, porque el pecado es incompatible con la caridad. Por eso el pecado rompe la comunión, al ser un acto de ruptura con el amor a Dios y con el amor al prójimo.

Para la reflexión:

- Esta unión de los fieles con la Trinidad y con los hermanos recibe el nombre de “comunión”. Precisamente éste es uno de los nombres de la Eucaristía. Por celebrar la Eucaristía, ¿experimento esa “comunión” con Dios y con los demás? ¿En qué se manifiesta?
- La caridad se resiente, incluso se pierde, por el pecado, cometido tanto por malicia como por debilidad, porque el pecado es incompatible con la caridad. Por eso el pecado rompe la comunión, al ser un acto de ruptura con el amor a Dios y con el amor al prójimo. ¿En qué situaciones o con qué personas rompo la comunión? ¿Por qué?

Como hemos visto, la comunión con el Cuerpo eucarístico de Cristo exige, además de esta comunión invisible con Él, la comunión visible. En esto consiste la “coherencia eucarística”. Y a este respecto el Concilio Vaticano II afirma en la Constitución *Sacrosanctum concilium*:

48. La Iglesia desea ardientemente que los fieles cristianos no asistan a este misterio de fe como extraños y mudos espectadores, sino que, comprendiéndolo bien a través de los ritos y oraciones, participen consciente, piadosa y activamente en la acción sagrada, sean instruidos en la Palabra de Dios, se fortalezcan en la mesa del Señor, den gracias a Dios, aprendan a ofrecerse a sí mismos al ofrecer la Hostia inmaculada, no sólo por manos del sacerdote, sino juntamente con él, y se perfeccionen día a día por Cristo Mediador en la unión con Dios y entre sí, para que, como consecuencia última, Dios sea todo en todos.

Estas palabras de la Constitución *Sacrosanctum concilium*, pueden servirnos de guía en este momento de nuestro retiro de hoy, dándonos varias pistas respecto a nuestra participación en la Eucaristía:

- No ser mudos espectadores, sino participar consciente, piadosa y activamente.
- Comprender los ritos y oraciones, ser instruidos en la palabra de Dios.
- Sentirnos fortalecidos, dar gracias a Dios y ofrecernos a nosotros mismos.
- Perfeccionarnos día a día en la unión con Dios y con los demás.

Para la reflexión:

- Reflexiono las pistas que ofrece *Sacrosanctum concilium* 48:

No ser mudos espectadores, sino participar consciente, piadosa y activamente.

Comprender los ritos y oraciones, ser instruidos en la palabra de Dios.

Sentirnos fortalecidos, dar gracias a Dios y ofrecernos a nosotros mismos.

Perfeccionarnos día a día en la unión con Dios y con los demás.

¿Cómo me autoevalúo en estos aspectos? ¿A qué se debe?

¿En cuál o en cuáles creo que necesito progresar más?

Vamos pues a considerar qué debemos hacer cuando participamos en la Eucaristía, dominical o diaria, de modo que luego vivamos lo que hemos celebrado. Nos dice el Papa Benedicto XVI en *Sacramentum Caritatis*:

64. La gran tradición litúrgica de la Iglesia nos enseña que, para una participación fructuosa, es necesario esforzarse en corresponder personalmente al misterio que se celebra mediante el ofrecimiento a Dios de la propia vida, en unión con el sacrificio de Cristo por la salvación del mundo entero.

Por este motivo, el Sínodo de los Obispos ha recomendado que los fieles tengan una actitud coherente entre las disposiciones interiores y los gestos y palabras. Si faltara ésta, nuestras celebraciones, por muy animadas que fueren, correrían el riesgo de caer en el ritualismo.

Así, pues, se ha de promover una educación en la fe eucarística que disponga a los fieles a vivir personalmente lo que celebra.

El itinerario formativo del cristiano –en la Tradición más antigua de la Iglesia– sin descuidar la comprensión sistemática de los contenidos de la fe, tuvo siempre un carácter de experiencia, en el cual era determinante el encuentro vivo y persuasivo con Cristo, anunciado por auténticos testigos. Dicho encuentro se ahonda en la catequesis y tiene su fuente y su culmen en la celebración de la Eucaristía.

De esta estructura fundamental de la experiencia cristiana nace la exigencia de un itinerario mistagógico, en el cual se han de tener siempre presentes tres elementos:

- a) ante todo, la interpretación de los ritos a la luz de los acontecimientos salvíficos, según la Tradición viva de la Iglesia;
- b) además, la catequesis mistagógica ha de introducir en el significado de los signos contenidos en los ritos, y
- c) finalmente, la catequesis mistagógica ha de enseñar el significado de los ritos en relación con la vida cristiana en todas sus facetas, como el trabajo y los compromisos, el pensamiento y el afecto, la actividad y el descanso.

Para la reflexión:

- Reflexiono este párrafo: El Sínodo de los Obispos ha recomendado que los fieles tengan una actitud coherente entre las disposiciones interiores y los gestos y palabras. Si faltara ésta, nuestras celebraciones, por muy animadas que fueren, correrían el riesgo de caer en el ritualismo. Así, pues, se ha de promover una educación en la fe eucarística que disponga a los fieles a vivir personalmente lo que celebra. ¿Qué signos de coherencia y qué signos de incoherencia descubro tanto en mi comunidad parroquial como en mí mismo?
- Decía la reflexión: De esta estructura fundamental de la experiencia cristiana nace la exigencia de un itinerario mistagógico. ¿Sé lo que significa un “itinerario mistagógico”? ¿Qué otras expresiones, conceptos... que se utilizan en la Iglesia no entiendo? ¿Qué hago para salir de dudas?

¿Qué es la mistagogía? Los Padres de la Iglesia en sus explicaciones al pueblo cristiano hablaban de **mistagogía**. Esta palabra griega significa literalmente: **conducción hacia el misterio**. Entendemos que lo realizado en Jesús es un misterio, es decir, una realidad divina, concreta, con una fuerza permanente que se expande hasta hoy, una realidad de la que nosotros podemos participar hoy, ahora, aquí. Y por eso se nos anuncia en la liturgia. Debemos entrar en ella.

La Sagrada Escritura, proclamada en la asamblea del pueblo de Dios, nos lleva hacia esas realidades. Los verdaderos pastores de la Iglesia se han preocupado de explicar la Sagrada Escritura de forma que toda la asamblea santa pudiera entrar en el interior de esas realidades salvadoras y presentes. Todo esto se llama **mistagogía**, la introducción profundizada en el misterio celebrado a través de la explicación de los ritos y de las plegarias

Teniendo esto presente, vemos que el texto contiene cuatro grandes ideas:

Primera: los fieles han de tener una actitud coherente entre las disposiciones interiores y los gestos y las palabras. Es decir: debe existir plena correspondencia entre lo que decimos con la boca y hacemos con el cuerpo, y los sentimientos más profundos de nuestro corazón.

Segunda: participar no es sinónimo de moverse mucho, prodigando nuestros gestos y palabras. Participar es introducirse en lo profundo del misterio que celebramos, sirviéndonos de las palabras, los gestos, las oraciones, los cantos, etc. que la Iglesia pone en nuestras manos durante la celebración de la Eucaristía.

Tercera: esta coherencia eucarística –o verdadera participación– exige una catequesis de carácter mistagógico, es decir, una catequesis que, además de la comprensión de los ritos, introduzca en ellos.

Cuarta: la catequesis mistagógica de la Eucaristía se rige por tres grandes principios: interpretar los ritos a la luz de los acontecimientos salvíficos, insertar en el sentido de los signos contenidos en los ritos, y unir los ritos con la vida cristiana.

Para la reflexión:

- Teniendo presente lo que dice el Concilio Vaticano II: La Iglesia desea ardientemente que los fieles cristianos no asistan a este misterio de fe como extraños y mudos espectadores (SC 48), con sinceridad vamos a considerar ante el Señor cómo es nuestra participación en la Eucaristía. Cada uno vamos a preguntarnos y responder interiormente a este test de cosas muy sencillas, que vemos, oímos o decimos siempre que “vamos a Misa”:
 - 1)Cuál es el significado de “En el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo”; “Amén”; “Aleluya”; “Y con tu espíritu”; “Creo en un solo Dios”; “Santo, santo, santo”.
 - 2) Qué significan las posturas más comunes: estar de pie, sentados, arrodillados.
 - 3) Qué simbolizan el altar, la sede y el ambón.
 - 4) Por qué nos levantamos al escuchar el Evangelio y estamos sentados durante las lecturas y la homilía.

- 5) Cómo se llaman las oraciones que siguen al Gloria y a la comunión.
- 6)Cuál es el simbolismo de estos colores litúrgicos: blanco, rojo, verde y morado.
- 7) Cuántas partes tiene la Misa.
- 8)Cuál es la parte más importante de la Eucaristía.
- 9) Por qué el presbítero emplea siempre el plural: “orad”; “oremos”; “levantemos”; “demos gracias”.
- 10) Por qué nos arrodillamos durante la consagración.

ACTUAR:

Cada uno tendremos que averiguar, si es que no lo sabemos ya, en qué aspectos debemos mejorar nuestra “coherencia eucarística”, si creemos y conocemos lo que celebramos, si vivimos acorde con lo que creemos y celebramos, y asumir el compromiso correspondiente. Como pistas para concretar ese compromiso, podemos tener presente lo que el autor Carlos G. Vallés dice en su libro “Como leones rugientes”:

«Nuestra actuación en la vida depende de nuestra Eucaristía en la Iglesia. Todo lo que hagamos durante el día en casa o en la oficina, en familia o en grupo, en el trabajo o en el descanso... depende de lo que hayamos hecho ese día en el sacramento y sacrificio del altar.

Algo importan, desde luego, y nunca hay que rebajar nuestras actividades y compromisos apostólicos; pero todo eso es secundario. Lo principal es la Eucaristía, todo depende de ella, de nuestra asistencia, participación, entrega, devoción al misterio eucarístico y a su realización cada día entre nosotros.

Así es como ese acto central y permanente de nuestra vida cristiana se convierte en la misión que encauza, dirige y vivifica todo lo que luego, a lo largo del día, vamos a ser y vamos a hacer. La misión, que no sólo el cura sino todos tenemos, de creer, practicar, evangelizar, vivir... recibe su fuerza, su sentido, su actualidad y su entusiasmo de la celebración eucarística juntos ante el altar.

El día entero depende de la eucaristía diaria. Así entendida, la Eucaristía se convierte decididamente en el alma de toda nuestra vida cristiana y humana. Convierte nuestra consagración sacramental ante el altar en nuestra misión fraternal ante el mundo; nos envía, una vez fortalecidos e iluminados por el Pan y la Palabra, a comunicar al resto de la humanidad lo que hemos recibido y aprendido y vivido en la Eucaristía.

Lo que es fuente y cumbre de nuestra fe pasa a ser misión y vida en nuestra práctica. Ése fue el título del Sínodo sobre la Eucaristía: “La Eucaristía, Fuente y Cumbre de la Vida y Misión de la Iglesia”. Fuente, cumbre, misión y vida. Ése es el ideal último y el programa práctico de nuestra vida.

San Juan Crisóstomo dice en sus sermones a sus fieles que deberían salir de la Eucaristía “como leones rugientes”, no precisamente amenazando con comerse a nadie, pero sí llenos de fuerza y de vigor y de energía y de poder para comunicárselo a todos desde el mismo aspecto de alegría y de ilusión por todo lo que acababan de vivir y sentir en toda su alma.

Que se nos note que hemos participado en la Eucaristía. Que no haya que preguntarnos: “¿Fuiste a Misa hoy?”, y si lo preguntan podamos responder: “¿Es que no se me nota?” A eso nos exhortaba san Juan Crisóstomo, y podría volver a exhortarnos.

Si nos situamos un domingo a la puerta de la Iglesia a la salida de la Eucaristía, no es así como salen los asistentes. No ruge nadie. Todos van derechos al coche para salir cuanto antes. Si la homilía ha sido un poco más larga de lo calculado, hay que darse prisa para poder tomar el aperitivo con toda tranquilidad. Y vuelta a casa. Hasta el domingo que viene.

La Eucaristía es misterio, misión y milagro. El milagro no se percibe por los sentidos, y hay que hacerlo visible en nuestra conducta. Que se vea la fuerza del sacramento en la alegría del cristiano. Que ilumine el Señor su rostro sobre nosotros para que la luz de su rostro se refleje en el nuestro, y de nuestro rostro irradie a la sociedad y al mundo. Es la bendición de Dios a su pueblo, y es la bendición con que nos despide la Eucaristía.»

Para la reflexión:

- Nuestra actuación en la vida depende de nuestra Eucaristía en la Iglesia. Todo lo que hagamos durante el día en casa o en la oficina, en familia o en grupo, en el trabajo o en el descanso... depende de lo que hayamos hecho ese día en el sacramento y sacrificio del altar. Al volver de la Eucaristía, ¿se nota que somos mejores esposos, hijos, amigos, compañeros, vecinos...?
- San Juan Crisóstomo dice en sus sermones a sus fieles que deberían salir de la Eucaristía “como leones rugientes”, no precisamente amenazando con comerse a nadie, pero sí llenos de fuerza y de vigor y de energía y de poder para comunicárselo a todos desde el mismo aspecto de alegría y de ilusión por todo lo que acababan de vivir y sentir en toda su alma. ¿Mi entrega a los demás atestigua que he participado en una acción sagrada en la que Cristo me ha amado hasta dar la vida por mí?

ORACIÓN: “Divina hambre” (Miguel de Unamuno)

Amor de Ti nos quema, blanco Cuerpo:
Amor que es hambre,
 amor de las entrañas,
hambre de la Palabra creadora
que se hizo carne. Fiero amor de vida
que no se sacia con abrazos, besos,
ni con enlace conyugal alguno.
Sólo comerte nos apaga el ansia,
Pan de inmortalidad, Carne divina.

Nuestro amor entrañado,
 amor hecho hambre,
¡oh Cordero de Dios!, manjar te quiere.

Quiere saber sabor de tus redaños,
comer tu corazón y que su pulpa
como maná celeste se derrita
sobre el ardor de nuestra seca lengua:
que no es gozar en Ti. Es hacerte nuestro,
carne de nuestra carne, y tus dolores
pasar para vivir muerte de vida.

Y tus brazos abriendo como en muestra
de entregarte amoroso, nos repites:
“Venid, comed, tomad: éste es mi cuerpo”.
¡Carne de Dios,
 Verbo encarnado, encarna
nuestra divina hambre carnal de Ti!

RETIRO: “LA IGLESIA VIVE DE LA EUCARISTÍA: ORAR ANTE EL SACRAMENTO DEL AMOR”

COHERENCIA EUCARÍSTICA

(Extraído de “Revista Orar n^{os} 159, 175, 194 y otros textos)

VER:

- ¿Conocía los documentos, *Sacramentum Caritatis*, *Ecclesia de Eucharistia* y *Dies Domini*, que estamos siguiendo este año? ¿Los he leído o tengo intención de hacerlo? ¿Por qué?
- ¿Qué es ser coherente? ¿En qué aspectos de mi vida soy más coherente, y en cuáles menos?

JUZGAR: COHERENCIA EUCARÍSTICA

- Esta unión de los fieles con la Trinidad y con los hermanos recibe el nombre de “comunidad”. Precisamente éste es uno de los nombres de la Eucaristía. Por celebrar la Eucaristía, ¿experimento esa “comunidad” con Dios y con los demás? ¿En qué se manifiesta?
 - La caridad se resiente, incluso se pierde, por el pecado, cometido tanto por malicia como por debilidad, porque el pecado es incompatible con la caridad. Por eso el pecado rompe la comunidad, al ser un acto de ruptura con el amor a Dios y con el amor al prójimo. ¿En qué situaciones o con qué personas rompo la comunidad? ¿Por qué?
-
- Reflexiono las pistas que ofrece *Sacrosanctum concilium* 48: No ser mudos espectadores, sino participar consciente, piadosa y activamente. Comprender los ritos y oraciones, ser instruidos en la palabra de Dios. Sentirnos fortalecidos, dar gracias a Dios y ofrecernos a nosotros mismos. Perfeccionarnos día a día en la unión con Dios y con los demás. ¿Cómo me autoevalúo en estos aspectos? ¿En cuál o en cuáles creo que necesito progresar más?

Sacramentum caritatis 64. La gran tradición litúrgica de la Iglesia nos enseña que, para una participación fructuosa, es necesario esforzarse en corresponder personalmente al misterio que se celebra mediante el ofrecimiento a Dios de la propia vida, en unión con el sacrificio de Cristo por la salvación del mundo entero. Por este motivo, el Sínodo de los Obispos ha recomendado que los fieles tengan una actitud coherente entre las disposiciones interiores y los gestos y palabras. Si faltara ésta, nuestras celebraciones, por muy animadas que fueren, correrían el riesgo de caer en el ritualismo. Así, pues, se ha de promover una educación en la fe eucarística que disponga a los fieles a vivir personalmente lo que celebra.

El itinerario formativo del cristiano –en la Tradición más antigua de la Iglesia– sin descuidar la comprensión sistemática de los contenidos de la fe, tuvo siempre un carácter de experiencia, en el cual era determinante el encuentro vivo y persuasivo con Cristo, anunciado por auténticos testigos. Dicho encuentro se ahonda en la catequesis y tiene su fuente y su culmen en la celebración de la Eucaristía.

De esta estructura fundamental de la experiencia cristiana nace la exigencia de un itinerario mistagógico, en el cual se han de tener siempre presentes tres elementos: a) ante todo, la interpretación de los ritos a la luz de los acontecimientos salvíficos, según la Tradición viva de la Iglesia; b) además, la catequesis mistagógica ha de introducir en el significado de los signos contenidos en los ritos, y c) finalmente, la catequesis mistagógica ha de enseñar el significado de los ritos en relación con la vida cristiana en todas sus facetas, como el trabajo y los compromisos, el pensamiento y el afecto, la actividad y el descanso.

- Reflexiono este párrafo: El Sínodo de los Obispos ha recomendado que los fieles tengan una actitud coherente entre las disposiciones interiores y los gestos y palabras. Si faltara ésta, nuestras celebraciones, por muy animadas que fueren, correrían el riesgo de caer en el ritualismo. Así, pues, se ha de promover una educación en la fe eucarística que disponga a los fieles a vivir personalmente lo que celebra. ¿Qué signos de coherencia y qué signos de incoherencia descubro tanto en mi comunidad parroquial como en mí mismo?

- Decía la reflexión: De esta estructura fundamental de la experiencia cristiana nace la exigencia de un itinerario mistagógico. ¿Sé lo que significa un “itinerario mistagógico”? ¿Qué otras expresiones, conceptos... que se utilizan en la Iglesia no entiendo? ¿Qué hago para salir de dudas?
-
- Teniendo presente lo que dice el Concilio Vaticano II: La Iglesia desea ardientemente que los fieles cristianos no asistan a este misterio de fe como extraños y mudos espectadores (SC 48), con sinceridad vamos a considerar ante el Señor cómo es nuestra participación en la Eucaristía. Cada uno vamos a preguntarnos y responder interiormente a este test de cosas muy sencillas, que vemos, oímos o decimos siempre que “vamos a Misa”:
 - 1) Cuál es el significado de “En el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo”; “Amén”; “Aleluya”; “Y con tu espíritu”; “Creo en un solo Dios”; “Santo, santo, santo”.
 - 2) Qué significan las posturas más comunes: estar de pie, sentados, arrodillados.
 - 3) Qué simbolizan el altar, la sede y el ambón.
 - 4) Por qué nos levantamos para escuchar el Evangelio y estamos sentados durante las lecturas y la homilía.
 - 5) Cómo se llaman las oraciones que siguen al Gloria y a la comunión.
 - 6) Cuál es el simbolismo de estos colores litúrgicos: blanco, rojo, verde y morado.
 - 7) Cuántas partes tiene la Misa.
 - 8) Cuál es la parte más importante de la Eucaristía.
 - 9) Por qué el presbítero emplea siempre el plural: “oremos”; “levantemos”; “demos gracias”.
 - 10) Por qué nos arrodillamos durante la consagración.

ACTUAR:

- Nuestra actuación en la vida depende de nuestra Eucaristía en la Iglesia. Todo lo que hagamos durante el día en casa o en la oficina, en familia o en grupo, en el trabajo o en el descanso... depende de lo que hayamos hecho ese día en el sacramento y sacrificio del altar. Al volver de la Eucaristía, ¿se nota que somos mejores esposos, hijos, amigos, compañeros, vecinos...?
- San Juan Crisóstomo dice en sus sermones a sus fieles que deberían salir de la Eucaristía “como leones rugientes”, no precisamente amenazando con comerse a nadie, pero sí llenos de fuerza y de vigor y de energía y de poder para comunicárselo a todos desde el mismo aspecto de alegría y de ilusión por todo lo que acababan de vivir y sentir en toda su alma. ¿Mi entrega a los demás atestigua que he participado en una acción sagrada en la que Cristo me ha amado hasta dar la vida por mí?

ORACIÓN: “Divina hambre” (Miguel de Unamuno)

Amor de Ti nos quema, blanco Cuerpo:
 Amor que es hambre,
 amor de las entrañas,
 hambre de la Palabra creadora
 que se hizo carne. Fiero amor de vida
 que no se sacia con abrazos, besos,
 ni con enlace conyugal alguno.
 Sólo comerte nos apaga el ansia,
 Pan de inmortalidad, Carne divina.

Nuestro amor entrañado,
 amor hecho hambre,
 ¡oh Cordero de Dios!, manjar te quiere.

Quiere saber sabor de tus redaños,
 comer tu corazón y que su pulpa
 como maná celeste se derrita
 sobre el ardor de nuestra seca lengua:
 que no es gozar en Ti. Es hacerte nuestro,
 carne de nuestra carne, y tus dolores
 pasar para vivir muerte de vida.

Y tus brazos abriendo como en muestra
 de entregarte amoroso, nos repites:
 “Venid, comed, tomad: éste es mi cuerpo”.
 ¡Carne de Dios,
 Verbo encarnado, encarna
 nuestra divina hambre carnal de Ti!