

Eucaristía y compromiso por la Justicia y la Paz

Año 2023





Eucaristía y compromiso por la Justicia y la Paz Año 2023

Introducción	5
Cómo se vive hoy la Eucaristía	8
Vínculo Eucaristía y vida en el mismo Jesús	10
La Eucaristía de Jesús	10
Los banquetes de Jesús	11
La Última Cena unida a su vida anterior y a la cruz.....	12
Las Eucaristías de los primeros cristianos	13
La Eucaristía paso a paso	15
Reunidos en el nombre del Señor	15
Reconocemos nuestro pecado y el pecado del mundo ...	17
Escuchamos la Palabra de Dios.....	19
Proclamamos el Credo	23
Pedimos a Dios como comunidad orante.....	27
Presentamos las ofrendas.....	30
Hacemos el Memorial de la Cena de Jesús	32
Rezamos el Padrenuestro	35

Nos damos la Paz	37
Comemos el Cuerpo de Jesús.....	38
Damos gracias después de la comida	41
Nos envían a plantar la Paz del Reino en el mundo	42



I. Introducción

«La gente que va a misa son peores que los que no van».

«En temas económicos son los más egoístas y explotadores».

Frases que podemos haber oído alguna vez y que, a los que somos cristianos, católicos practicantes, nos crean malestar y nos dejan perplejos.

Los dos cursos anteriores las Orientaciones Diocesanas de Pastoral en nuestra diócesis, han estado centradas en la Eucaristía. Durante este tiempo en el Secretariado Diocesano de Justicia y Paz hemos hablado y reflexionado acerca del aspecto que es competencia de Justicia y Paz cuya misión es promover y defender los derechos humanos, la justicia social, la paz, la solidaridad y el cuidado de la naturaleza, de acuerdo con el encargo recibido del papa san Pablo VI en 1967, poco después de terminar el Concilio.

Eso implica promover en los cristianos individuales y en las comunidades cristianas actitudes y comportamientos que vayan en la línea de estos objetivos que, en el fondo, no son más que elementos propios del evangelio que debe vivir todo cristiano.

La Eucaristía es el gran sacramento que nos vincula con Jesús y con la comunidad y, por tanto, con esta corriente de vida que nos impulsa a amar practicando la justicia y promoviendo la paz. La Eucaristía tiene, consecuentemente, una relación importante con el compromiso por la justicia y la paz en nuestra sociedad.

Esto nos lleva a reflexionar sobre esta relación: la relación de la Eucaristía con la vida de los que participan en la misa, cuando abandonan el templo después del «Podéis ir en paz», y salen a la calle, vuelven a su familia, con los amigos, al trabajo o a cualquier otro espacio social.

Pero en este documento no hablamos de la relación «en general» de la Eucaristía con la vida, sino que dentro de esta relación «en general» que es muy importante, nos centramos sobre todo en la relación de la Eucaristía con la VIDA DE CERCANÍA Y SERVICIO A LOS POBRES, DE COMPROMISO POR LA JUSTICIA Y LA PAZ EN NUESTRO MUNDO.

El curso pasado se publicó en nuestra diócesis un documento diocesano con una relación grande con el objetivo que nos proponemos: «**Eucaristía y Trabajo**», Cuaderno de Pastoral Obrera Núm. 11, elaborado por el Secretariado Diocesano de Pastoral del Trabajo. La perspectiva del documento que tenemos en la mano tiene semejanzas pero es más amplia.

Hemos querido partir de la realidad, por lo que conversamos con algunas personas sobre este tema, y en el desarrollo del escrito aparecen opiniones y aportaciones de estas personas concretas que creemos nos permiten tocar tierra.

Pretendemos dos objetivos, dentro de este planteamiento que estamos haciendo desde Justicia y Paz:

- Potenciar una participación en la Eucaristía más madura y sabia, más fiel a lo que significa este sacramento, ayudando a sentir como propios los problemas y preocupaciones de los demás, sobre todo de los personas que tienen más necesidades, y a comprometernos por una transforma-

ción de la sociedad para que sea más justa y fraterna.

- Ayudar a vivir cada una de las partes o momentos de la Eucaristía integrando esta faceta de fraternidad y compromiso, que no es la única pero que es necesaria.

No queremos decirlo todo, ni expresarnos de forma erudita o académica. Nuestra intención es más limitada y práctica. Queremos simplemente plantear de forma sencilla, como unos cristianos más que no tenemos más título que el ser y querer ser cristianos, pero con un convencimiento y una vivencia clara del componente social de nuestra fe, como nos enseña la Doctrina Social de la Iglesia, y su nexo inseparable con la misa en la que tantas veces participamos sin sentir y percibir suficientemente su interpelación social.

Abordamos, pues, un elemento en el que podemos y debemos mejorar: el compromiso social de los participantes en la Eucaristía. Está claro que hay otros muchos componentes a tener en cuenta para vivir adecuadamente la misa, como son una necesaria formación litúrgica, como nos ha recordado recientemente el papa Francisco en la Carta Apostólica *«Desiderio desideravi»*, la experiencia sincera de oración personal, la unión con Jesús, la experiencia eclesial sintiéndonos comunidad y celebrando unidos, la escucha de la Palabra de Dios, la participación orante o activa en la celebración (lectores, coro y demás colaboraciones necesarias), etc. Pero en este documento nos centramos en el compromiso social también necesario.



II. Cómo se vive hoy la Eucaristía

Maravillas: «En principio no veo mucha relación entre la celebración de la Eucaristía y mi vida o mi compromiso social. Pienso que hay muchos cristianos con un fuerte compromiso social y que no viven la Eucaristía y lo contrario, los que son asiduos a la participación en la Eucaristía y eso no les conduce a un compromiso».

Bartolo: «Mi fe se ha quedado en una fe de niño que no ha madurado ni crecido. Casi no asisto a la Eucaristía semanal y apenas llena mi vida. Me he ido alejando progresivamente al no conectar con las homilías de los sacerdotes, tan distantes de la realidad y ancladas en un pasado y dogma que no comparto».

Estos dos testimonios nos ponen de manifiesto que tanto entre personas que participan en la misa, como entre personas que no lo hacen, está la percepción de que hay poca o nula relación entre misa y compromiso social o que, al menos, así lo viven una gran parte de los practicantes que sí «van a misa». Quizás sí hay una mayor conciencia de la relación entre misa y vida en general, entre misa y vida moral, de los que participan en las celebraciones. Pero parece que se percibe esta «vida» o esta «vida moral» sólo en sus aspectos privados relativos a las relaciones familiares, con los amigos, con los vecinos, con la moral sexual y en otras actitudes y prácticas de la vida privada: sinceridad, fidelidad, honradez, prácticas religiosas como ciertas oraciones por la mañana o por la noche, o participar

en domingos y fiestas en la misa... Pero no se ve la relación con actitudes y prácticas relacionadas con realidades sociales, económicas o políticas.

En grupos más concienciados y comprometidos, que son una minoría, sí se da con más claridad esta vinculación entre la misa y el compromiso por la justicia y la paz.... He aquí algunos *testimonios*:

Andrea: «Para mí la eucaristía es un momento de recogida y encuentro semanal con Jesús, que me impulsa a centrar lo importante, a revisar mi vida en muchos aspectos. Y eso me interpela directamente con el compromiso activo con los más necesitados. Vivir cercana a alguna realidad concreta de necesidad me lleva al mensaje más central de Jesús. Por mi experiencia de vida, tengo comprobado que si no conozco una cara concreta de necesidad o pobreza del tipo que sea, todo se puede quedar sólo en una buena intención.....es por eso que desde hace años colaboramos mi marido y yo en la acción social de nuestra parroquia».

Pablo: «La Eucaristía guarda una doble relación con mi vida. Por un lado, es todo lo que tiene que ver con recibir esa fuerza y ese ánimo y ese entusiasmo en favor de los pobres y de los que están más marginados, de la población más vulnerable a la que me siento llamado a compartir con ellos; no solamente en el mundo laboral sino también en el voluntariado y en la vida cotidiana. Siempre acercarse a los más pobres. Entonces, en la Eucaristía recibo esa fuerza que viene de Dios para poder ser humilde y entregado en favor de los

hermanos. La otra relación es que en la Eucaristía comparto con los otros compañeros de camino esa misma visión de construir el Reino; todos juntos como grupo, como hermanos que queremos construir un mundo mejor».

Son menos los que viven una relación consistente entre Eucaristía y compromiso social, pero los que lo viven así expresan una experiencia fuerte en su manera de vivir la misa y de ser cristianos.



III. Vínculo Eucaristía y vida en el mismo Jesús

a. La Eucaristía de Jesús

La primera Eucaristía fue la Última Cena de Jesús. Para justificar la íntima relación de nuestras Eucaristías con el compromiso por la justicia y la paz, vamos a mostrar la vinculación de la primera Eucaristía, la Última Cena de Jesús, con su vida y, concretamente, con su compromiso por la justicia y la paz. En el centro de la predicación y de la actuación de Jesús está el reino de Dios:

- Comienza su predicación diciendo *«Está cerca el reino de Dios. Convertíos y creed en el Evangelio»* (Mc 1,15), sus parábolas son las parábolas del reino (Mt 13) y en el centro de la oración que nos enseñó Jesús aparece también esta perla *«Venga tu reino»* (Lc 11,2).

- Su vida es una actuación permanente orientada a la llegada del reino: las curaciones, la acogida de las personas, sus milagros. Pedro resume la vida de Jesús diciendo *«pasó haciendo el bien»* (Hech 10,38), realizando así su programa de vida anunciado al principio de su vida pública en la sinagoga de Nazaret: *«El Espíritu de Dios está sobre mí, porque él me ha ungido. Me ha enviado a evangelizar a los pobres, a proclamar a los cautivos la libertad, y a los ciegos la vista; a poner en libertad a los oprimidos, a proclamar el año de gracia del Señor»* (Lc 4,18-19).

b. Los banquetes de Jesús

Un hecho recurrente en los evangelios son los banquetes que aparecen en tantos momentos de la vida de Jesús (banquete en casa de los publicanos Mateo o Zaqueo, o del fariseo sorprendido por la presencia de una pecadora, o las multiplicaciones de los panes y los peces, o la Boda de Caná), y también en las parábolas de Jesús (el Hijo Pródigo, el banquete de bodas...). Estos banquetes contienen muchos mensajes, algunos de claro componente social: Jesús invita al banquete del reino de Dios, al banquete de la fiesta de la fraternidad, a toda la humanidad, pero particularmente a los marginados, sea por su pobreza material o por su pobreza moral. El banquete es para todos porque en el reino de Dios no hay marginados, y es un banquete «alegrado» con el vino del amor cuyo origen es Dios por medio de Jesús y su Espíritu.

Estos marginados son los que ponen en evidencia que el reino de Dios todavía no está entre nosotros, por eso Jesús nos dice

que a ellos debemos prestar la máxima atención. Y lo dice con estas palabras:

«Cuando des una comida o una cena, no invites a tus parientes, ni a tus amigos, ni a los vecinos ricos; porque corresponderán invitándote, y quedarás pagado.

Cuando des un banquete, invita a pobres, lisiados, cojos y ciegos; y serás bienaventurado, porque no pueden pagarte; te pagarán en la resurrección» (Lc 14, 12-14).

c. La Última Cena unida a su vida anterior y a su culminación en la cruz

Nos fijamos en dos momentos de esta Cena:

- El relato de la institución de la Eucaristía: *«tomando el pan... se lo dio diciendo: ‘esto es mi cuerpo que se entrega por vosotros’... 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 22,19-20).*
- El lavatorio: *«Estaban cenando...., se levanta de la cena, se quita el manto y, tomando una toalla, se la ciñe; luego echa agua en la jofaina y se pone a lavarles los pies a los discípulos, secándoselos con la toalla que se había ceñido» (Jn 13,2.4-5).*

Tanto el cuerpo que se entrega, como la sangre que se derrama, o el servicio a los demás expresado en el lavatorio, están resumiendo la vida de entrega y servicio que Jesús ha llevado

a lo largo de toda su existencia y que está plasmada, especialmente, en el relato de su vida pública que encontramos en los evangelios. Pero, además, esta entrega y este servicio se prolonga más allá de esta Cena llegando a su punto culminante en el proceso de su pasión que acabará en la cruz, acto supremo de entrega y servicio a toda la humanidad. De modo que la primera Eucaristía no es un hecho aislado de la vida de Jesús sino íntimamente vinculado al resto de su vida, tanto anterior como posterior a este hecho tan significativo.

Pero además, Jesús nos pide que el gesto del pan y el vino también lo repitamos sus seguidores: «*Haced esto en memoria mía*» (1 Cor 11,24). Otro tanto con el gesto del lavatorio: «*Os he dado ejemplo para que lo que yo he hecho con vosotros, vosotros también lo hagáis*» (Jn 13, 15). Jesús nos pide que repitamos el gesto del pan, del vino y del lavatorio, que es la Eucaristía, pero con toda su dinámica que incluye la vinculación entre la celebración sacramental y la vida de sus seguidores al servicio del reino de Dios, de la civilización del amor que Jesús proclamó y vivió.

d. Las Eucaristías de los primeros cristianos

Recogemos dos testimonios de cómo vivieron este encargo de Jesús los cristianos de los primeras comunidades:

- a. Testimonio de la primitiva comunidad cristiana de los apóstoles en Jerusalén que sitúan la «fracción del pan» (así llamaban a la Eucaristía) insertada en el contexto de la vida de los cristianos:

«Perseveraban en la enseñanza de los apóstoles, en la co-

munión, en la fracción del pan y en las oraciones. Todo el mundo estaba impresionado y los apóstoles hacían muchos prodigios y signos. Los creyentes vivían todos unidos y tenían todo en común; vendían posesiones y bienes y los repartían entre todos según la necesidad de cada uno» (Hch 2, 42-45).

b. El testimonio de san Juan Crisóstomo (347-407) que fue obispo de Constantinopla (Estambul en la actualidad), y nos refleja cómo vivían la Eucaristía en el siglo cuarto:

«¿Queréis honrar de verdad el cuerpo de Cristo? No consentáis que esté desnudo. No le honréis aquí con vestidos de seda y fuera le dejéis perecer de frío y desnudez. Porque el mismo que dijo: ‘Este es mi Cuerpo’, y con su palabra afirmó nuestra fe, ése dijo también: ‘Me visteis enfermo y no me disteis de comer’».

«¿Qué le aprovecha al Señor que su mesa esté llena toda de vasos de oro, si Él se consume de hambre? Saciad primero su hambre y luego, de lo que sobre, adornad también la mesa. ¿Haces un vaso de oro y no le das un vaso de agua?».

Tras este planteamiento global de la Eucaristía, ahora vamos a ir desgranando las partes de la Eucaristía para aportar pistas que nos ayuden a integrar la vivencia sacramental de la celebración eucarística (la misa) con la vivencia real de las cosas de la vida, en sus distintos espacios y aspectos, cuando terminamos la Eucaristía y salimos a la calle de nuestra vida profana pero que queremos divinizar con nuestro compromiso.



IV. La Eucaristía paso a paso

1. REUNIDOS EN EL NOMBRE DEL SEÑOR

Reme: «En nuestras eucaristías se empieza felicitando cumpleaños, notificando acontecimientos importantes para la comunidad o escuchando alguna canción en memoria de los fallecidos por Covid (más durante la pandemia fuerte). El comienzo me centra y me emociona por su sencillez y calor humano. Siento cada «nuestro» o «nosotros» muy fuerte. Juntos e iguales oramos, cantamos, pedimos y agradecemos. Siento fraternidad y eso me lleva a estar con ellos, para recibir y para dar. Mi vida es mucho más rica con esa mirada de hermana al otro. Resulta todo más fácil, más sencillo y humilde».

Para la celebración de la Eucaristía, los cristianos nos reunimos. Es lo primero que hacemos. En algunas ocasiones sin mucha conciencia del por qué y para qué. Pudiéramos pensar que el acudir a la Eucaristía es una iniciativa nuestra y ciertamente, que la voluntad humana interviene, pero si nos decimos ser personas de fe, sabemos que antes hemos sido «llamados», hemos sido «convocados». Como dice la canción: «Reunidos en el nombre del Señor, que nos ha congregado ante su altar...».

El saludo inicial «el Señor esté con vosotros...» de la Eucaristía, es el primer momento donde tomamos conciencia de algo fundamental: de *la presencia del Señor en medio de noso-*

tros «donde dos o tres están reunidos en mi nombre allí estoy yo en medio de ellos» (Mt 18,20). Dios está en medio de nosotros cuando nos reunimos en asamblea. Pero su presencia es más real y más vivida cuando entre nosotros hay una relación cercana de comunión como Dios quiere y como se expresa en uno de los saludos iniciales del sacerdote: *«La gracia de nuestro Señor Jesucristo, el amor del Padre y comunión del Espíritu Santo estén con todos vosotros»*. El testimonio de Reme es muy expresivo, y aunque esa práctica sea posible sólo en eucaristías de pequeños grupos, en gran grupo debemos buscar modos que hagan posible esta cercanía.

La presencia del Señor en medio de nosotros es algo más que una vivencia de relación personal con el Señor que nos convoca. La unión con Cristo es unión con todos los demás: Él se entregó por todos y con todos nos sentimos un mismo cuerpo. Tomar conciencia de esto es a la vez testimoniar que la verdadera identidad de la Iglesia está formada por «hombres de toda raza, lengua, pueblo y nación» (Ap 5,9). Esto implica que nuestras Asambleas deben ser lugares de acogida y encuentro, de compartir lo que somos y lo que vivimos. Donde hay cabida para «los de siempre» y «los nuevos». Donde el «otro» no es un extraño.

Esta vivencia inicial de la Eucaristía debe ser coherente con la vivencia habitual de los que están en la celebración cuando están fuera de ella: un estilo de vida fuera de la Eucaristía marcado por la comunión y la fraternidad tanto con los que participan en la Eucaristía como con los que están alejados de ella. La Eucaristía es una experiencia de fraternidad y está orientada a crear fraternidad. Fraternidad que es llamada a la solidaridad: *«La multitud de los creyentes no tenía sino un solo*

corazón y una sola alma. Nadie llamaba suyos a sus bienes, sino que todo era en común entre ellos... Entre ellos no había necesidades, pues los que poseían tierras o casas las vendían, traían el dinero de lo vendido y lo ponían a los pies de los apóstoles; luego se distribuía a cada uno según lo que necesitaba» (Hch 4, 32.34-35).

Los creyentes manifestamos nuestra fraternidad en actitudes concretas, en compromisos concretos. Así la Eucaristía se convierte en escuela de caridad y justicia. La presencia del Señor en medio de nosotros se convierte en proyecto de solidaridad, de renovación interior que clama ante las injusticias que sufren tantas personas, ante el silencio de los que no cuentan, ante tanto crucificado.

Reunirnos en el nombre del Señor, por tanto, nos lleva a abrirnos a la comunión con los presentes y con los ausentes *«para que todos sean uno. Como tú, Padre, en mí y yo en tí, que ellos también sean uno en nosotros, para que el mundo crea que tú me has enviado» (Jn 17,21).*

2. RECONOCEMOS NUESTRO PECADO Y EL PECADO DEL MUNDO

Tomás: «En la celebración, mi reflexión y oración me une a toda la Iglesia concretada en mi parroquia. El inicio de la misa me hace revisar mis compromisos sociales con sus fallos y lagunas».

El estilo de vida marcado por la comunión y la fraternidad que acabamos de comentar, impulsado y sustentado por nuestro seguimiento de Jesús, nunca se da de manera perfecta. Por

eso, al comenzar la Eucaristía, tomamos conciencia del pecado que está presente en nuestras vidas para implorar el perdón de Dios, para ponernos en sintonía con el acontecimiento de amor que vamos a vivir en la celebración, y con el acontecimiento de amor que estamos invitados a potenciar y a suplicar cuando acabe nuestra celebración.

Me reconozco públicamente persona y como tal, persona pecadora (de pensamiento, palabra, obra y omisión) y pido perdón públicamente por mis pecados. También me reconozco parte de una comunidad que igualmente es pecadora, en la que nos encontramos con tantas contradicciones entre nuestra vida real y nuestra celebración.

Vivimos (y participamos) en un mundo que promueve valores contrarios al plan de Dios: el individualismo, el consumismo, la destrucción de la casa común, el hedonismo, priorizar nuestras seguridades, defender que lo nuestro es lo primero, la desigualdad, el dolor de muchos, la soledad, el mirar para otro lado

Se nos llama a reconocer la responsabilidad que tenemos cada uno de nosotros en lo que no se ajusta a lo que Dios quiere para todos. En este momento de la Eucaristía, reviso cómo afronto la defensa de la vida, de la naturaleza; qué tipo de consumo hago; cuándo dejo de lado a mis hermanos; en qué actos no he obrado con justicia; qué es lo que he dejado de hacer para promover de la paz... Así, voy tomando conciencia de que, como persona y como comunidad cristiana, no soy perfecto ni estoy siempre atento a lo que el Señor quiere de mí y de nosotros.

La Eucaristía es pues lugar de perdón, de hacernos responsables personal y comunitariamente de nuestras debilidades y

de los problemas del mundo. En consecuencia, la Eucaristía es también espacio para ponernos al lado de los preferidos de Jesús: los pobres, los que son víctimas de tantos males, los que luchan por la Justicia y por la Paz, en fin, los bienaventurados. Esta experiencia de perdón nos ayuda a la reconciliación, a querer ser mejores personas y mejor comunidad y a llevar a lo concreto nuestro compromiso con los hermanos que sufren. En la liturgia del perdón, nos miramos por dentro y a la vez, miramos hacia fuera para traer ante el Señor lo que hemos hecho mal y lo que no hemos hecho para que la realidad que nos rodea sea más próxima al Reino que Jesús nos promete. Como bautizados estamos llamados a colaborar en la tarea de quitar el pecado del mundo empezando por limpiar y corregir nuestro propio corazón, contando con la fuerza que Dios nos da para cambiar. Debemos eliminar el pecado a través del diálogo, de la reconciliación y del esfuerzo (personal y comunitario) por hacer este mundo mejor.

3. ESCUCHAMOS LA PALABRA DE DIOS

He aquí algunos testimonios:

Antonio: «En principio no veo mucha relación entre la celebración de la Eucaristía y mi vida o mi compromiso social. Pero si se dan las dos cosas en la vida de fe, pienso que sí puede existir una relación; si se escucha el Evangelio de una manera profunda, te lleva a una acción o a un estilo de vida, al menos. Cuando se participa en la comunión, la fe deja de ser algo privado, individual y te hace vivir el sentido de comunidad.»

Marisa: *«La Palabra de Dios me cuestiona y orienta. Aunque sea conocida siempre es distinta y, algunas veces más que en otras, me remueve y me hace revisar mi vida».*

Carmen: *«Hay evangelios que me tocan directamente el corazón... Si Jesús curó a un enfermo, quizá yo, desde mi pequeñez pueda aliviar a alguien con mi trabajo como odontóloga, o a través de la escucha y de la acogida, etc.».*

Nicolás: *«Hay homilias vacías y que poco aportan a nuestra vida cotidiana. Hacen que desconecte y me alejan de la Iglesia. Espero mucho de este momento, pero rara vez las palabras del sacerdote me iluminan, cuestionan o me ayudan a realizar cambios en mi vida. Creo que falta una gran formación, preparación adecuada y actualización al mundo real de las homilias de los sacerdotes».*

El desarrollo de la liturgia nos prepara para la escucha de la Palabra de Dios. Llegamos cada uno habiendo examinado nuestra propia vida, tras el perdón comunitario, con verdadero espíritu de conversión.

Es el momento de escuchar, no nuestros intereses egoístas, nuestras justificaciones o nuestra indiferencia, sino la Palabra de Dios, que interpela nuestra apatía e insolidaridad y que puede introducir un cambio profundo en nuestras vidas. La liturgia de la Palabra culmina siempre con la lectura del Evangelio, donde se nos recuerda el mensaje y la praxis de Jesús que nos invita al seguimiento. Es la escucha sincera de esta Palabra la que va a propiciar que la Eucaristía sea verdadero

memorial de Cristo, su persona y su mensaje, y acogida de su Espíritu transformador.

Los Evangelios nos narran muchas veces los sentimientos de Jesús por los hombres, de modo especial por los que sufren y los pecadores (cf. *Mt* 20,34; *Mc* 6,54; *Lc* 9,41). Mediante un sentimiento profundamente humano, Él expresa la intención salvadora de Dios para todos los hombres, a fin de que lleguen a la vida verdadera.

Escuchar la Palabra de Dios es preguntarnos concretamente qué luz arroja sobre nuestras vidas, a qué compromiso concreto nos urge, qué esperanza puede despertar hoy en los pobres y desheredados de la tierra. La escucha de la Palabra nos ayuda a discernir desde qué actitud y desde qué compromiso de amor y justicia vamos a compartir la Cena del Señor y a comulgar con Él.

La Palabra de Dios, describe las acciones poderosas y salvíficas de Dios. Es creadora y liberadora: *«Porque como descende de los cielos la lluvia y la nieve, y no vuelve allá, sino que riega la tierra, y la hace germinar y producir, y da semilla al que siembra, y pan al que come, así será mi palabra que sale de mi boca; no volverá a mí vacía, sino que hará lo que yo quiero, y llevará a cabo mi encargo»*. (Isaías 55: 10-11).

La Palabra de Dios es justa (Romanos: 7:12). No podemos ir a una misa sin que escuchemos alguna referencia a la justicia, ya sea en las Escrituras que se proclaman o en el salmo responsorial. Y a cada uno se nos da un papel importante como

instrumentos de esa Justicia en nuestro mundo, para personificar esa misma Palabra que proclamamos, y permitir que tenga su efecto por medio nuestro.

La homilía es parte de la acción litúrgica y tiene como finalidad favorecer una mejor comprensión de la Palabra de Dios y ponerla en estrecha relación con la vida individual de cada uno de nosotros, con la vida de la comunidad y con la vida de la sociedad en la que estamos.

La homilía pretende, pues, mostrarnos que la Palabra de Dios es una Palabra que Dios nos dirige «hoy», «ahora», «a mí personalmente», «a nosotros como comunidad» para iluminar, para agradecer, para sentir la presencia y cercanía de Dios, para dar sentido, para hacer llamadas, para plantearnos interrogantes, para orientar nuestra vida, para sugerir compromisos... Cada uno debe acoger la Palabra de Dios «desnuda» que escuchamos en las lecturas, pero también la Palabra de Dios «explicada y actualizada» de la homilía, para digerirla en nuestro corazón, para acogerla personalmente y para compartirla también con nuestros hermanos de la comunidad. La vida de los que participan en la Eucaristía debe estar marcada por la huella que la Palabra de Dios proclamada en cada celebración deja en nosotros.

4. PROCLAMAMOS EL CREDO

En los testimonios que hemos recogido a la pregunta «¿Qué momento, gesto o palabra de la Eucaristía te impulsa más en tu vida como cristiano/a en tu compromiso social?», ninguna respuesta ha hecho alusión al Credo, algo que quizás nos debería hacer reflexionar.

El CREDO es la respuesta individual y comunitaria a la Palabra de Dios. Una vez proclamadas las lecturas y escuchada la homilía del sacerdote, la comunidad profesa su fe en la Trinidad (el Dios Amor) y en la Iglesia (el grupo humano en el que se hace presente de modo consciente el Dios Amor). Podríamos decir que es la respuesta comunitaria a la palabra escuchada y nuestra comunión en la fe con toda la Iglesia universal.

Profesar con sinceridad este resumen autorizado de la fe de los cristianos que es el Credo tiene enormes interpelaciones sociales para los que lo hacemos. Y concretamente con esta fórmula, centrada en la Trinidad, las consecuencias sociales aparecen, quizás sorprendentemente para algunos, de forma tremendamente elocuente. Basta recordar las palabras que el papa Francisco dedica a las «REPERCUSIONES COMUNITARIAS Y SOCIALES DEL KERYGMA» en el capítulo cuarto de la exhortación apostólica «Evangelii gaudium». Recogemos aquí algunas expresiones de esta exhortación en sus números 178 y 180 que explican, de forma muy expresiva, esta vinculación de nuestro CREDO con exigencias de tipo social:

- «Confesar a un Padre que ama infinitamente a cada ser

humano implica descubrir que «con ello le confiere una dignidad infinita» (178).

- Confesar que el Hijo de Dios asumió nuestra carne humana significa que cada persona humana ha sido elevada al corazón mismo de Dios. Confesar que Jesús dio su sangre por nosotros nos impide conservar alguna duda acerca del amor sin límites que ennoblece a todo ser humano. Su redención tiene un sentido social porque «Dios, en Cristo, no redime solamente la persona individual, sino también las relaciones sociales entre los hombres» (178).
- Confesar que el Espíritu Santo actúa en todos implica reconocer que Él procura penetrar toda situación humana y todos los vínculos sociales: «El Espíritu Santo posee una inventiva infinita, propia de una mente divina, que provee a desatar los nudos de los sucesos humanos, incluso los más complejos e impenetrables». La evangelización procura cooperar también con esa acción liberadora del Espíritu (178).
- El misterio mismo de la Trinidad nos recuerda que fuimos hechos a imagen de esa comunión divina, por lo cual no podemos realizarnos ni salvarnos solos. Desde el corazón del Evangelio reconocemos la íntima conexión que existe entre evangelización y promoción humana, que necesariamente debe expresarse y desarrollarse en toda acción evangelizadora (178).
- Leyendo las Escrituras queda por demás claro que la pro-

puesta del Evangelio no es sólo la de una relación personal con Dios. Nuestra respuesta de amor tampoco debería entenderse como una mera suma de pequeños gestos personales dirigidos a algunos individuos necesitados, lo cual podría constituir una «caridad a la carta», una serie de acciones tendentes sólo a tranquilizar la propia conciencia. La propuesta es *el Reino de Dios* (cf. *Lc 4,43*); se trata de amar a Dios que reina en el mundo. En la medida en que Él logre reinar entre nosotros, la vida social será ámbito de fraternidad, de justicia, de paz, de dignidad para todos. Entonces, tanto el anuncio como la experiencia cristiana tienden a provocar consecuencias sociales (180).

Pero además, el hecho de que esta profesión de la fe «sea comunitaria» y en el «marco de la celebración de la Eucaristía» añade dos consecuencias más:

- «Expresión de fe comunitaria». Es la comunidad cristiana la que se compromete a vivir y realizar estas exigencias sociales de nuestra fe. No es cuestión individual ni privada. Nos afecta a todos, pues todos lo hemos de vivir en nuestras actividades privadas e individuales, pero también todos hemos de promover y apoyar las acciones y compromisos «eclesiales», sean de índole parroquial, diocesano o cualquier otra expresión comunitaria (Cáritas, movimientos o asociaciones eclesiales etc.). Todos los cristianos que rezamos el Credo, todos las comunidades cristianas que rezan el Credo, hemos de tener una sensibilidad social y unas prácticas comunitarias atentas a los problemas de la gente, sobre todo de los más necesitados

y marginados, y desde fuera nos deben percibir con esa sensibilidad y con esas prácticas.

- «En el marco de la celebración de la Eucaristía». No rezamos este Credo en un lugar o en un momento cualquiera. Lo hacemos después de haber «celebrado en la Mesa de la Palabra», después de haber «escuchado la Palabra Viva de Dios hoy», después de haber «comido el Pan de la Palabra de Dios» que nos alimenta, nos ilumina y nos fortalece. El mensaje social que se desprende del Credo es el mismo mensaje social que brota del Evangelio y que nos une y nos empuja a todos los que participamos en el sacramento. Escuchamos la Palabra de Dios, escuchamos el Evangelio, y lo comemos con ansia como Jeremías: «*Si encontraba tus palabras, las devoraba: tus palabras me servían de gozo, eran la alegría de mi corazón, y tu nombre era invocado sobre mí, Señor Dios del universo*» (Jer 15, 16). Comemos el Evangelio, comemos la Palabra de Dios con ilusión para hacerla carne nuestra y para vivir desde dentro, desde el seguimiento de Jesús, desde el Espíritu que la Palabra planta en nuestro corazón, desde nuestro deseo de hacer la voluntad del Padre, una vida entregada a nuestro mundo, a nuestra gente, a los que sufren, para colaborar con todos los hombres de buena voluntad en la construcción de una sociedad más humana y fraterna como Dios quiere. Si no lo hacemos nuestra confesión de fe será pobre, insuficiente, incluso falsa, estropeando nuestra verdad eucarística, nuestra vinculación a ese Jesús que se hace presente en el pan y en el vino, y que en su vida «pasó haciendo el bien», como nos dijo San Pedro (Hch 10, 38).

5. PEDIMOS A DIOS COMO COMUNIDAD ORANTE

Lola: «Cuando pedimos por personas y necesidades de la gente lo hago con sinceridad, pero siento que además de pedir tengo que poner de mi parte interés real por las personas y compromiso».

La ORACIÓN DE LOS FIELES prolonga la dimensión social de nuestra celebración y expresa de otro modo el mismo fondo social del Credo. Es el momento de la misa donde, como pueblo, nos dirigimos a Dios poniendo ante él las necesidades de la Iglesia y del mundo. Es el momento de mostrar la universalidad de la Iglesia con nuestras súplicas a Dios por la paz, la justicia y las necesidades de nuestros hermanos más pobres y desfavorecidos. Nuestra unidad en la oración, en estos momentos, nos convierte en una comunidad de creyentes con dimensiones sociales y universales dando cabida, dentro de la celebración, a todos los anhelos y angustias del mundo actual. Este momento de oración comunitaria de petición expresa:

- Que necesitamos la ayuda de Dios para ser capaces de vivir y realizar estas exigencias de justicia y amor.
- Lo necesitamos porque nuestro corazón está manchado de egoísmo, orgullo y debilidad, porque el mundo es muy grande y contrario a los cambios necesarios cuya magnitud nos supera, y porque realmente quien va haciendo crecer la civilización del amor (el Reino de Dios) es Dios mismo y nosotros somos sus instrumentos.
- Que esa necesidad de ayuda lo es para cada uno en particular pero también para toda la comunidad cristiana que

ora unida porque se siente «como un sacramento, o sea signo e instrumento de la unión íntima con Dios y de la unidad de todo el género humano» (Vaticano II, Constitución sobre la Iglesia, 1), «unidad» que implica justicia y fraternidad por la que rezamos todos juntos.

- Expresamos así que «los gozos y las esperanzas, las tristezas y las angustias de los hombres de nuestro tiempo, sobre todo de los pobres y de cuantos sufren, son a la vez gozos y esperanzas, tristezas y angustias de los discípulos de Cristo» (Vaticano II, Constitución sobre la Iglesia en el mundo actual, 1). Pedimos a Dios como comunidad desde estos sentimientos y con la voluntad de ser nosotros los primeros colaboradores en acompañar a esta humanidad angustiada y esperanzada.

Después de expresar las necesidades de grupos, colectivos de la Iglesia, realidades sociales, problemáticas que atañen a la sociedad, etc., finalizamos con la oración donde el sacerdote, en nombre de todos, presenta y pide a Dios, que tenga en cuenta todo lo expresado por la comunidad a fin de una mayor dignificación de la persona como ser individual y social, así como en su dimensión de hijo de Dios.

Cuando los que rezan el CREDO y se unen a las peticiones de la ORACIÓN DE LOS FIELES:

- son personas con una vida entregada al servicio de los demás, sobre todo de los más necesitados, desde prácticas individuales o asociadas en grupos eclesiales o civiles,
- este Credo y esta Oración de los Fieles, resuena con fuerza y con verdad en los corazones de cada uno y del conjunto de la comunidad. Lo sientes, lo vives, te revitaliza, te lanza a seguir comprometido por una sociedad mejor.

Cuando los que rezan el CREDO y se unen a las peticiones de la ORACIÓN DE LOS FIELES

- son personas sin sensibilidad social que viven con indiferencia el sufrimiento ajeno o, en todo caso, sin poner en el centro de su vida un compromiso por un mundo justo y fraternal como Dios quiere,
- las dos oraciones del Credo y «de los fieles» se convierten en oraciones bastante vacías que terminan por aburrir o por ser algo separado de nuestra vida, de nuestras personas, de nuestra comunidad.

6. PRESENTAMOS LAS OFRENDAS

Carlos: *«No puedo dejar de acordarme de la eucaristía que tuvimos estas Navidades en la comunidad. El grupo que había preparado la misa había contactado con distintos miembros de la comunidad que están implicados en muchas realidades sociales; así pues, durante el ofertorio pusieron, a los pies del altar, una serie de símbolos que traían a la celebración, la realidad en la que muchos estaban inmersos al servicio del Evangelio... Fue un momento especialmente emotivo y, sobre todo, renovador de nuestra fe y esperanzador».*

Destacamos, en este testimonio, el hecho de que, en el momento de presentar las ofrendas, fue la realidad misma la que se puso sobre el altar de la celebración. No una realidad cualquiera, sino *la realidad en la que muchos estaban inmersos al servicio del evangelio*, dice el testimonio. Esto es reseñable porque manifiesta, de nuevo, la relación entre la eucaristía y la vida.

Es ahora cuando en la celebración ofrecemos el pan y el vino que más adelante se convertirán en cuerpo y sangre de Jesucristo para celebrar el momento central de la Eucaristía, aquel que aporta su sentido último, compartiendo en comunidad al propio Jesús. Este pan y este vino recuerdan el pan y el vino de la Última Cena, bendecidos por Jesús como símbolos de su propia persona que va a ser entregada, como pan, y derramada, como vino, en la cruz, y al presentarlos como ofrenda a Dios debemos presentarle también nuestra vida entregada y derramada por los demás a través de nuestros trabajos, com-

promisos, luchas, decepciones, retos, necesidades, familias, relaciones, etc. De esta forma la presentación de las ofrendas podemos vivirla como un momento de la Eucaristía especialmente conectado con la vida.

En su origen, la presentación de las ofrendas suponía poner en común lo que cada uno tenía, para después repartirlo entre los necesitados. Así, nuevamente, el significado de esta acción indica hasta qué punto la Eucaristía era indisociable de la ayuda mutua, el servicio cristiano, el amor a los débiles y la puesta en común de los bienes entre los hermanos.

Otro aspecto a tener en cuenta de la presentación de las ofrendas, en cuanto que nos llama a practicar nuestra fe de forma plena y exigente, también en nuestra vida diaria, es la antigua tradición de aceptar ofrendas únicamente *de los que no han hecho mal a nadie o no han cometido ningún crimen, sino que se conducen con justicia*. Así, también la presentación de las ofrendas es una oportunidad para permanecer limpio, seguro de vivir guiados por la justicia.

Esto último apunta a que nuestra ofrenda de ayuda a los pobres hoy en día, cuando hemos tomado conciencia de que la pobreza no tiene sólo unas causas individuales sino también sociales y estructurales, no se puede limitar a la limosna, a una aportación económica en la colecta, sino que tiene que llegar:

- a nuestro esfuerzo personal por arrancar de nuestro corazón actitudes que nos llevan a potenciar estas situaciones de necesidad o, al menos, a una pasividad culpable;
- a comprometernos por erradicar las causas sociales y es-

tructurales de la pobreza, de la desigualdad o de cualquier otra situación social que produce sufrimiento o marginación.

Estos esfuerzos y compromisos también podemos y debemos presentarlos como ofrendas a Dios, junto con los esfuerzos y compromisos de Jesús simbolizados en el pan entregado y en el vino derramado: *«Os exhorto, pues, hermanos a que presentéis vuestros cuerpos como sacrificio vivo, santo, agradable a Dios; **este es vuestro culto espiritual**. Y no os amoldéis a este mundo, sino transformaos por la renovación de la mente, para que sepáis discernir cuál es la voluntad de Dios»* (Romanos 12, 1-2).

7. HACEMOS EL MEMORIAL DE LA CENA DE JESÚS

Conchi: «El momento de la consagración me resulta el más relevante:

- *Me acerca a la cruz de Cristo.*
- *Me impulsa a dar gracias y alabar a Dios porque me acaba*
 - *de abrir las puertas a la vida eterna,*
 - *y de impulsarme a abandonar «mi yo viejo».*
- *En ese momento me pone en comunión espiritual con mis hermanos, sin mirar su condición social o económica y a donarme a ellos.*

Mario. «Para mí, la celebración de la Eucaristía significa que entro en comunión con el sacrificio del Señor y me llama a donarme a mí mismo como Él se donó. La donación no debe

tener caras, pero es verdad que Dios siempre nos ha llamado a estar con los pobres y a ser justos con misericordia, pues esta justicia incluye la buena convivencia y por inducción a la paz interior o a nivel social.

Demetrio. «Momento clave de la misa es el milagro de la consagración y hacerse así de pequeño y ‘accesible’ para seguir alimentando esta vida tan frágil, y ver cómo se da a todos».

Llegamos al corazón de la Eucaristía que es la plegaria eucarística, la oración en la que hacemos memoria de la Última Cena de Jesús con diversas invocaciones, acciones de gracias, peticiones. Partiendo de los testimonios anteriores nos detenemos en los puntos que a continuación exponemos.

Conchi siente el impulso a dar gracias y alabar a Dios porque percibe que Jesús lo dio todo por mí y por toda la humanidad y nos abrió una vida nueva en el presente y en la eternidad. Su presencia real por la consagración provoca un encuentro transformador al ver cómo la vida, el mundo, la Iglesia son un regalo de amor del Creador y Salvador. Esta acción de gracias y esta alabanza están totalmente implicadas con nuestra vida porque sin una vida auténticamente cristiana, cargada de amor, volcada en lograr una más justa distribución de los bienes de la tierra, se convierte en una oración vacía.

Para Mario la Eucaristía significa entrar en comunión con el sacrificio del Señor y responder a la llamada de donarme a mí mismo, como vemos que Jesús se entregó vinculando su vida en un compromiso con los descartados, con los pobres, con los pecadores, no con una ayuda que da de lo que sobra evitando complicarme la vida como muchos hipócritamente

hacen o hacemos, sino comprometiendo la propia vida hasta sacrificarla del todo en la cruz.

El milagro de la consagración del que habla Demetrio, el hacerse pequeño como lo hizo Jesús, el Hijo de Dios, hace dos mil años en un pobre carpintero de Nazaret, y lo vuelve a hacer ahora en un trozo de pan, para que nosotros podamos «acceder» a él para «tocar» al Amor y al Dios que nos salva, no sólo nos llama a la adoración y a la acción de gracias, sino a la conciencia de que Dios también quiere «consagrarnos» a nosotros para que nosotros podamos llevar el reino de Dios a otras personas y a otras situaciones hoy. En la consagración el sacerdote pide al Padre: *«Te pedimos que santifiques estos dones con la efusión de tu Espíritu, de manera que se conviertan en el Cuerpo y en la Sangre de Jesucristo, nuestro Señor»*. Pero en la misma plegaria eucarística también se invoca al Espíritu Santo sobre nosotros, sobre cada uno de los cristianos, sobre la comunidad cristiana para que nos congregue en la unidad liberándonos de la dispersión, para que haga de nosotros una ofrenda permanente arrancándonos de la insolidaridad, para que seamos víctima viva para la alabanza del Padre y no crucificadores de nuestros hermanos. La Plegaria Vb tiene un pasaje con unas peticiones muy bonitas, pero a la vez muy comprometedoras, que recogen todo lo que acabamos de decir:

«Danos entrañas de misericordia ante toda miseria humana, inspíranos el gesto y la palabra oportuna frente al hermano solo y desamparado; ayúdanos a mostrarnos disponibles ante quien se siente explotado y deprimido. Que tu Iglesia, Señor, sea un recinto de verdad y de amor, de libertad, de justicia y de paz, para que todos encuentren en ella un motivo para seguir esperando».

8. REZAMOS EL PADRENUESTRO

Con la presencia absolutamente real de Jesús entre nosotros tras el «memorial» de la Última Cena, comenzamos los ritos preparatorios de la comunión. Y lo hacemos rezando «*comunitariamente*» el Padrenuestro. Resaltamos sólo tres aspectos insistiendo en su componente social.

El primero es la experiencia de Dios que esta oración expresa. Como Jesús, también nosotros conocemos y sentimos a Dios como Padre. Padre que nos ha dado la vida, la vida natural humana y la vida sobrenatural de hijos de Dios, tocados por el Espíritu Santo, por el mismo Espíritu de Jesús que ha sido derramado en nuestros corazones. Un Dios Padre cercano, que nos ama con un amor total, infinito, como se muestra en el regalo de su Hijo, de Jesús que ha compartido nuestra pobreza en Belén, nuestro sufrimiento en la cruz y nuestra necesidad de alimento en la misma Eucaristía. Un Dios para el que todos somos únicos, sujetos de un amor infinito, lo que nos confiere una dignidad sin igual. Una filiación y una dignidad que nos une como hermanos. A todos, no sólo a los de nuestra familia, nuestra raza o nuestro grupo. La invocación Padre, con el verdadero sentido de esta oración, no se puede decir «sin el espíritu de Jesús» ni tampoco sin decir «nuestro».

Segundo, el plan de Dios que concreta sus deseos, la voluntad de Dios, y que se convierte en el objetivo de nuestra vida como Reino que pedimos y con el que nos comprometemos: la civilización del amor o de la fraternidad, como nos sugiere la encíclica «*Fratelli tutti*» del papa Francisco: una fraternidad «con Padre» y no huérfana y desvaída como es sentida por muchos en la cultura actual.

Un plan de Dios que se realiza viviendo el mandamiento nuevo del amor («*como yo os he amado*») que no se consigue con el mero esfuerzo personal, necesario pero insuficiente:

- Necesitamos el «pan de cada día» que ciertamente nos evoca el pan y las necesidades materiales diarias de todos los hombres y mujeres de la humanidad del que tantos carecen. «*También es el pan del que muchos carecen cada día, mientras que unos pocos poseen lo superfluo. El Padrenuestro no es una oración que tranquiliza, sino un grito ante las carestías de amor de nuestro tiempo, ante el individualismo y la indiferencia que profanan tu nombre. Padre, ayúdanos a tener hambre de darnos. Recuérdanos, cada vez que rezamos, que para vivir no tenemos necesidad de conservarnos, sino de partírnos; de compartir, en vez de atesorar; de sustentar a los demás, en lugar de saciarnos a nosotros mismos, porque el bienestar es tal si pertenece únicamente a todos*» (discurso del Papa Francisco, 31 de mayo de 2019).
- Pero también «el pan de vida de Jesús» que es la Eucaristía, que es la fuerza de Dios que nos regala el poder hacer brotar frutos de auténtica fraternidad en el infierno social que se extiende en muchas realidades de nuestro mundo.

Todo esto es consecuencia de la presencia de Jesús entre nosotros y presupuesto para una presencia mayor: el recibirlo adecuadamente en la comunión, el acogerlo como semilla capaz de germinar en frutos de Reino de Dios.

Si dentro de la Eucaristía rezamos el Padrenuestro como pre-

paración para la comunión, procurando recrear y pedir estas actitudes y estos comportamientos, es lógico que también fuera de la Eucaristía, antes y después de la Eucaristía, los cristianos recemos con frecuencia esta oración como expresión de nuestra comunión con Jesús y con nuestros hermanos: recemos y vivamos en el espesor de la vida ordinaria con tantas exigencias personales, eclesiales y sociales.

9. NOS DAMOS LA PAZ

Teresa: «Hay un momento especial que para mí implica compromiso y es el momento de la Paz, cuando lo que teóricamente nosotros queremos recibir o elevamos ante Dios, lo tenemos que expresar al lado de nuestro hermano cuando le miramos para darle la paz, estoy diciendo ese Reino de Jesús, ese Reino de Justicia y de Paz es el que yo te deseo a tí y con el que yo quiero construir todos juntos esa paz en nuestra sociedad que es simplemente el construir el Reino que cada vez se hace más difícil, pero se construye en cada momento y cada vez que nosotros miramos y nos acercamos al hermano con ese deseo de paz, de reconciliación y de hacer un mundo más justo».

La paz es la meta que todos deseamos: paz interior, paz personal, paz familiar, paz laboral, paz entre los pueblos... Y podríamos seguir hasta «la paz eterna», plenitud de todas las ansias que Dios ha puesto en nuestro corazón. Podríamos decir que el Reino de Dios es la paz en plenitud: eso anunciaba Jesús, deseamos todos e imploramos en la Eucaristía: «no mires nuestros pecados, sino la fe de tu Iglesia, y, conforme a tu

palabra, concédele la paz y la unidad».

Del comentario de Teresa:

- La paz no se limita sólo a la paz interior o a la paz privada con nuestros amigos o con nuestra familia: la paz quiere llegar a todos los niveles de la persona y de la sociedad, también los niveles económicos, culturales o políticos, sobre la base de la justicia y que supone hacerse violencia porque «cada vez se hace más difícil».
- No es sólo tarea sino también «don de Dios» que «queremos recibir» y por eso «elevamos ante Dios» nuestra oración.
- Aunque supone nuestra colaboración, puesto que es una tarea permanente: «se construye en cada momento».

El gesto de la paz expresa nuestro deseo de vivir todo esto como preparación para recibir a Jesús, recordando la recomendación del Señor: *«Si cuando vas a presentar tu ofrenda sobre el altar, te acuerdas allí mismo de que tu hermano tiene quejas contra ti, deja allí tu ofrenda ante el altar y vete primero a reconciliarte con tu hermano»* (Mt 5,23-24). Vivir la paz y trabajar por la paz son premisas ineludibles y consecuencias necesarias de nuestro encuentro con Jesús en la comunión.

10. COMEMOS EL CUERPO DE JESÚS

Isabel: «La Eucaristía me lleva a sentirme en comunión con la gente con la que comparto celebración. Me siento una con ellos. Nuestras vidas se hacen una en Jesús. Me

siento viva y esa vida me acompaña en mi día a día. La gente con la que comparto celebración es parte de la gente con los que trabajamos en la parroquia y en el barrio, o a quienes apoyamos, ayudamos... todo está conectado.

Pepe: «Toda la Misa es un compromiso y un compartir con todos los presentes (los que asisten o se mencionan). Me comprometo cada Eucaristía a compartir ese Pan o Enseñanza con mis hermanos.

La Eucaristía es un verdadero banquete que hace presente la comunión de Dios y la humanidad en todos los aspectos:

- **Comunión con Cristo** que se nos ofrece como alimento: «Yo soy el pan de la vida; el que viene a mí no tendrá hambre, y el que cree en mí nunca tendrá sed.» (Jn 6:35)
- **Comunión entre nosotros.** En Dios vivimos la esencia de la fraternidad: hijos del mismo Padre, hermanos desde lo más profundo de nuestra realidad. Aunque participar en el banquete eucarístico es una reunión íntima con el Señor, ésta no puede ser solo una experiencia de «Jesús y yo». Participar de la Comunión con otras personas es un profundo acto de solidaridad, uno de los principios más importantes de la Doctrina Social de la Iglesia. San Juan Pablo II, lo dijo muy bien en su mensaje para la celebración de la **XXXVIII** Jornada Mundial de la Paz del año 2005:

«Gracias a la vida nueva que Él nos ha dado, podemos reconocernos como hermanos, por encima de cualquier

diferencia de lengua, nacionalidad o cultura. En una palabra, por la participación en el mismo Pan y el mismo Cáliz, podemos sentirnos «familia de Dios» y al mismo tiempo contribuir de manera concreta y eficaz a la edificación de un mundo fundado en los valores de la justicia, la libertad y la paz».

- **Comunión con toda la Iglesia.** Más allá de nuestra comunidad, nos reconocemos hermanos de toda la Iglesia universal, la pasada (los que nos transmitieron la fe), la actual (de toda condición, lugar, lengua, cultura...) y la futura.
- **Comunión con toda la humanidad.** Levantarnos de nuestro lugar, acercarnos a compartir el mismo pan y el mismo cáliz y comulgar todos con el mismo Señor, es un gesto vacío si no es expresión de nuestra voluntad de construir una «humanidad nueva», más justa y reconciliada.
- **Compromiso de servicio** y comunión especialmente con los más necesitados. Todo el que comulga a Cristo ha de comulgar con el hermano, no puede excluir a nadie y menos a los más débiles y necesitados. El Catecismo de la Iglesia Católica en su enseñanza sobre la Eucaristía lo expresa muy directamente:
«La Eucaristía entraña un compromiso en favor de los pobres: Para recibir en la verdad el Cuerpo y la Sangre de Cristo... debemos reconocer a Cristo en los más pobres, sus hermanos». (nº 1397)

Los obispos estadounidenses en su documento «Un lugar en la mesa», de 2004, nos enseñan lo siguiente:

«Cuando como católicos nos reunimos para el culto, nos reunimos alrededor de la mesa para celebrar la Eucaristía. Es la comida del sacrificio de Cristo que nos nutre para que podamos ir a vivir el Evangelio como sus discípulos. Con frecuencia, el llamado del Evangelio y las implicaciones sociales de la Eucaristía son ignorados o descuidados en nuestra vida diaria. Como católicos, no podemos seguir tolerando el escándalo moral de la pobreza en nuestra tierra ni tanta hambre y privaciones en nuestro mundo.»

11. DAMOS GRACIAS DESPUÉS DE LA COMUNIÓN

Federico: «Doy gracias después de la comunión porque siento que Jesús da sentido a muchas cosas que vivo».

Cristina: «Mi gusto por la adoración nace claramente del sentimiento de agradecimiento a Dios por hacerse así de pequeño y «accesible» para seguir alimentando esta vida tan frágil. Igualmente ocurre con mi participación en la Lectio Divina y en tareas de la parroquia cuando se me requiere. En la vida ordinaria mi relación con las personas que me rodean, familia, amigos que necesitan ser escuchadas y especialmente alumnos, en el trabajo, tengo bastante presente que es ahí donde mi agradecimiento se pone a prueba y a menudo pienso «¿Qué haría Él?»: «El que come mi carne y bebe mi sangre, permanece en mí y yo en él» Jn 6, 56

Momento de recogimiento interior, de intimidad con el Señor y de acción de gracias por lo vivido. Pero este momento no es

una «desconexión» de todo lo que me rodea, sino que es un momento de concretar cómo la entrega del Señor sigue siendo una invitación para mi vida. El encuentro con el Señor, es siempre un camino de peregrinación hacia el hermano, porque el agradecimiento a Dios no se muestra sólo en la oración sino también dando al hermano lo que he recibido de Dios.

Hemos comulgado a Jesús, es el momento de acogerlo y experimentarlo en nosotros, identificarnos con él y dejarnos trabajar, consolar y fortalecer. Abrirnos a su verdad para que ilumine nuestra vida y nos mueva a tener deseos de vivir como él, para despertar nuestra conciencia de discípulos y seguidores; para hacer de él el centro de nuestra vida. ¡Cuánto bien nos hace dejar que Él vuelva a tocar nuestra existencia y nos lance a comunicar su vida nueva! Así nuestra vida se transformará en una vida entregada para los demás, que nos lleva a estar disponibles para curar las heridas, ofrecer amistad, levantar la esperanza y construir la paz, de manera especial para los pequeños, los preferidos del Señor.

«Yo te doy gracias, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has escondido estas cosas a los sabios y entendidos y se las has dado a conocer a los sencillos» Mt 11,25.

12. NOS ENVÍAN A PLANTAR LA PAZ DEL REINO EN EL MUNDO

Javi: Un momento de la Eucaristía que me toca e impulsa como cristiano es el envío final.

Enriqueta: Cuando se escucha el Evangelio de una manera profunda, este te lleva a una acción o a un estilo de vida...

Cuando se participa en la comunión, la fe deja de ser algo privado, individual y te hace vivir el sentido de comunidad.

La participación en la Eucaristía no puede reducirse a una vivencia intimista de la unión con Dios, sino que debe impulsar a todos los fieles a ser testigos de Cristo en el mundo. Vivir con autenticidad la Eucaristía necesariamente produce apóstoles.

El rito de despedida sólo dura unos segundos. Sin embargo, esos segundos nos indican como hemos de vivir entre nuestros hermanos lo que acabamos de celebrar. «Podéis ir en paz» no es una simple exhortación, sino algo más importante: así como Cristo envió a sus discípulos, ahora el mismo Cristo, por medio del sacerdote, envía a todos los fieles, para que vuelvan a su vida cotidiana y en ella anuncien siempre la Buena Noticia con palabras y sobre todo con obras.

Ha terminado pues la liturgia de la Eucaristía, pero comienza la liturgia del mundo. Salimos del templo *«para acompañar la vida, sostener la esperanza, ser signo de unidad `para tender puentes, romper muros, sembrar reconciliación»* (Fratelli Tutti 231).

Estamos siendo enviados (misa significa misión) a hacer buenas obras que den como fruto la paz. Esto implica que no solo tenemos que ser «buena gente» sino que, además, estamos llamados a construir el Reino de Dios, ese Reino de justicia y de paz, en el tiempo presente de nuestras vidas y de nuestro mundo. No pensemos que la Paz es cosa de los gobiernos o de los organismos internacionales; como nos indica el Papa Francisco *«los procesos efectivos de una paz duradera son ante todo transformaciones artesanales obradas por los pueblos,*

donde cada ser humano puede ser un fermento eficaz con su estilo de vida cotidiana. Las grandes transformaciones no son fabricadas en escritorios o despachos. Entonces «cada uno juega un papel fundamental en un único proyecto creador, para escribir una nueva página de la historia, una página llena de esperanza, llena de paz, llena de reconciliación» (Fratelli Tutti 276). Al terminar la Eucaristía salimos del templo mirando al mundo. Ante las desigualdades, la violencia, la guerra, la soledad, la enfermedad, ante los males de este mundo necesitamos la mirada de Jesús. Una mirada que nos compromete con el cuidado de nuestros hermanos, con el respeto por la Creación, con la construcción de la Paz. Pero también una mirada cargada de Esperanza en el convencimiento de que, a través de ese compromiso renovado en cada Eucaristía, Jesucristo quiere lo mejor para todos.

