1. Sentido de la misa del domingo

La gente va menos a misa que hace unos años. ¿Por qué? "Creo que depende mucho de la experiencia y tradición familiar y social de la que participa cada persona", dice una mujer que comenzó a ir con sus padres a misa y que después, al profundizar en la fe, vio que "empezaba a tener otro sentido, un sentido de compromiso, me sentí más implicada... descubrí el valor de la Eucaristía como un encuentro con Cristo..." En nuestra sociedad, cuado ya no hay quien controle quien va a misa y quien no, la asistencia a misa: ¿depende de la costumbre del entorno familiar, o de estas motivaciones de fe? Lo cierto es que, al no ir a misa las familias, los hijos pierden la oportunidad de participar en estas motivaciones de fe. Y, cuando se asiste a misa -en acontecimientos sociales o fiestas principales- al no saber "que pasa ahí" se convierte en algo que se ve desde fuera, no se profundiza en su sentido profundo de memorial de Jesús resucitado, la fiesta dels cristians, y entonces la gente se viste de fiesta sin saber celebrar la fiesta, así como no puede saborear un plato exquisito quien tiene el gusto estragado, al no poder gustar del misterio cristiano no puede desearlo y amarlo. Por esto, no puede participar en la misa plenamente quien no sabe realmente que por la fe tenemos una relación viva y personal, maravillosa, con Jesús. Qué lástima, ver a tantos y tantos que escuchan palabras y cantos, prueban emociones estéticas en la música o en la belleza de alguna de las celebraciones, pero se quedan en unos signos externos, no viven la esencia de la misa y de la comunión...

a) Hemos de **conocer lo esencial** de la vida. Muchas veces vamos por la vida buscando la felicitat, y no la encontramos... más tarde, nos damos cuenta de que estaba allí al lado, en las cosas pequeñas de cada día, en las cosas obvias (que son las que olvidamos más facilmente, y así nos va...) como el sentido religioso, su sentido trascendente (olvidamos las cosas que no tienen sentido de beneficio práctico con la excusa de que "no sirven para nada", cuando son las que más sirven). Cuentan de una araña que se dejó caer por uno de sus hilos desde un árbol, para echar los soportes alrededor de un árbol y tejer su telaraña, esa malla que va engrandeciéndose con sucesivas vueltas, hasta completar su obra. Entonces, paseándose por su territorio, orgullosa de su realización, mira el hilo de arroiba y dice: "éste es feo, vamos a cortarlo", olvidando que era el hilo por donde empezó todo, el que sustentaba todo. Al cortarlo, la araña desmemoriada cayó enredada en su red, prisionera de su obra. Así nosotros, encerrados en la obra de nuestra inteligencia o en el cuidado de tantas cosas... podemos olvidar la esencial, cuando cortamos el hilo de soporte. ¡No prescindamos de Dios! Es el soporte de todo lo invisible que son los valores de amor y respeto a los demás, en definitiva de felicidad. Esta dimensión invisible de la vida.

b) **La necesidad de dar culto a Dios** está en lo más profundo de nuestro interior (y cuado no le damos salida religiosa, se proyecta en formas de supersticiones varias, idolatrías de todo tipo, sectas variopintas pero peligrosas algunas de ellas, o una apatía brutal por la que no se ve sentido a nada...). Estamos en una época de "complejidad", en la que hay avances técnicos de todo tipo (nuclear, genético, informática...) y en medio del estado de bienestar, muchos de nuestros compañeros de viaje están prisioneros de la angustia ante el futuro, tienen miedos, incluso miedo a vivir. ¿Por qué tanta inseguridad? Porque todo el bienestar no da respuesta al sentido de la vida, se pierden en un "todo es relativo" que impide volar hacia arriba, mirar el cielo, en su horizonte no hay Dios; el gran ausente (todo ello causa el sentimiento de "insoportable ligereza del ser", en medio del pensamiento moderno, con un sentido de frustración y un deseo de búsqueda de Dios, de ahí las profecías del siglo XXI como "místico" porque es la única forma de recuperar el norte). ¿Cómo recuperar a Dios, en esta "lucha por la religión"

del mundo de hoy? Cultos e ignorantes, enfermos y sanos, pobres y ricos... para hallar a Dios hay que tratarle, darle culto (pero no externo, sino que implique la conciencia, un trato de corazón a corazón, fruto del amor y no de la costumbre, creando un "espacio interior" en nuestra conciencia, solos ante el espejo de la cual encontramos el sentido de la vida, la seguridad que nos falta).

La religión pertenece a las cosas importantes de la vida. Cuentan de un barquero que llevaba gente de un lado a otro de un gran río, y un día subió un sabiondo que empezó a increparle diciéndole: "¿conoces las matemáticas?" -"no", contestó el barquero. -"Has perdido una cuarta parte de tu vida. ¿Y la astronomía?" -"¿Esto se come o que?", contestó el pobre. "-Has perdido dos cuartas partes de tu vida". -"¿Y la astrología?" -"Tampoco", dijo el barquero. "-¡Desgraciado, has perdido tres cuartas partes de tu vida!". En aquel momento la barca se hundió, y viéndolo que se lo llevaba la corriente, le dijo el barquero: -"¡Eh, sabio!, ¿sabes nadar?" -"¡No!", contestó desesperado. -"Pues has perdido las cuatro cuartas partes de tu vida, ¡toda tu vida!" Pues para quien va por un río, lo importante no es saber tantas cosas sino saber nadar. Así las cosas esenciales de la vida, muchas veces olvidadas, son saber quién soy, de donde vengo y a donde voy, y descubrir el sentido religioso y -como dice el viejo refrán- al final de la vida el que se salva sabe y el que no no sabe nada. Los peces se ahogan sin agua y los hombres se asfixian sin aire, así nuestra alma sufre asfixia si no tiene saciada esta sed de Dios, pues el corazón del hombre está inquieto y sin paz hasta que reposa en Él.

Siendo la religión una experiencia personal -de la que no podemos prescindir, es una necesidad-, también es social, constituye una de las tradiciones no sólo culturales sino también basilares de la misma familia (la familia que reza unida permanece unida, reza el refrán), y ante una crisis familiar (por no resistir ante las dificultades, muchas familias quedan deshechas, por no ver el cielo, por dejarse desanimar por los problemas) es especialmente importante recordar el sentido divino del contemplar el cielo. La Biblia, al relatarnos el Génesis, nos dice que Dios creó el mundo (sentido del trabajo) y luego descansó (con una mirada llena de gozosa complacencia). La celebración de este día del Señor ayuda a tener la mirada contemplativa, luz sobre todas las cosas (si nuestra mirada está sin esta luz, todo nuestro ser anda entre tinieblas). Jesús nos hace ver que ese día "se hizo para el hombre", no es un peso el descanso dominical, sino que perfecciona la persona, lo necesitamos, es recordar la necesidad de humanizar el descanso, de hacer fiesta, de libertad.

Parte esencial de este "hacer fiesta" es el culto a Dios que desde los primeros hombres de ha dado al creador (ofreciéndole sacrificios, para mostrar la dependencia de creaturas, como reconociendo agradecimiento por los favores recibidos o pidiendo perdón). Como vemos en el relato de Caín y Abel (y nos cuentan los historiadores de los primeros pueblos) a veces quemaban parte de la cosecha, o algún animal, y con esto dedicaban a Dios una cosa, la hacían "sagrada". Pero Dios dijo que no deseaba tanto estos sacrificios como algo externo sino venido de un corazón que ama y pide perdón (que tiene misericordia). De ahí surgen las ceremonias, y el "domingo" significa "el día del Señor" porque es por excelencia el día de esta relación con Dios en la que el hombre dedica un tiempo explícito a cantar esta adoración.

c) Redescubrir el domingo es algo vital. Una educación que para muchos viene desde la infancia: "para mí, ir a misa es una cosa tan natural como el respirar o el querer. Desde pequeños nos acostumbramos, y la misa del domingo formaba parte de nuestra vida. Unos días íbamos más a gusto y otros no, pero no lo dejábamos". Mucho más teniendo en cuenta que la "motivación sociológica" cuenta mucho, y se encontrarán

los hijos en una sociedad en la que hay unas modas -verdaderas dictaduras culturales- en la que ir a misa "no está bien visto", y el adolescente queda coaccionado por el "qué dirán", "no van los jóvenes". Las motivaciones han de ser profundas, para no actuar por lo que hacen muchos sino conforme a la conciencia. Es cierto que en los años de adolescencia puede haber una rotura (una decisión personal del hijo de dejar de ir a misa), pero lo que se ha sembrado vivificará más tarde, como muchas veces pasa con la vuelta a la responsabilidad al ser padres: "vinieron los hijos... y todo fue cambiando. Siempre fui una persona inquieta, y me iba preguntando: ¿me escuchará el Señor?" y quizá cuando los hijos se preparan para hacer la primera comunión -en la edad que formulan a los padres las grandes preguntas- sienten la llamada a volver, "a través de la catequesis de padres pude expresar los sentimientos que tenía guardados durante algunos años..." y hay esta vuelta a los sacramentos, con la seguridad que esto conlleva: "he pasado momentos difíciles en mi vida, pero entre mi fe cristiana y la misa del domingo he encontrado la fuerza para ir adelante. Ahora entiendo mucho mejor el Evanglio...". Y otro: "fue cuando mi hijo comenzó a frecuentar la catequesis que volví a ir a la parroquia. Hice la catequesis con los otros padres y a través de todo esto me incorporé nuevamente en la Iglesia". En otros casos, esta vuelta es cuando los padres -las madres, más- tienen ya colocados los hijos y tienen menos obligaciones. Estos testimonios pueden recordarnos esos momentos que bien conocemos, cuando más que una obligación el trato con Dios se convierte en una necesidad, pues ya no podemos más, estamos "ahogados" y queremos "hacer algo". Pero todo ello se pierde si no hay una experiencia previa de ir a misa, si no hay un "antes", pues entonces ya no se trata de "volver" sino de "descubrir". En cualquier caso, lo que está claro es que, a las puertas del tercer milenio, la celebración del domingo cristiano, por los significado que evoca y las dimensiones que implica en relación con los fundamentos mismos de la fe, continúa siendo un elemento característico de la identidad cristiana.

Veamos las pegas: "La misa es aburrida", "no me dice nada", "siempre se hace lo mismo", "no voy porque no siento la necesidad, y para hacer una cosa que no siento mejor no hacerla..." son algunas de las que hemos oído y que dirigen nuestra mirada hacia el "¿qué pasa en la misa, que sea tan importante?" Preguntemos al chico que el día de Sant Jordi lleva la rosa a la chica que ama, si entuentra aburrido este gesto repetido año tras año; o a los que se aman si se cansan de ver las mismas caras. En la misa disfrutamos saboreando una y otra vez antiguas palabras con las que han rezado tantas generaciones de cristianos, y pronunciadas por primera vez por Jesús. No hay rutina si hay amor. Nuestra vida es como una canción, que tiene letra y música. La letra consiste en todo lo que hacemos, nuestras acciones, y la música es la voz del corazón, el amor que ponemos en todo. De manera que la vida es aburrida o entusiasmante, dependiendo del amor que ponemos depenent d'aquest amor que hi posem. ¿Aburrido?: te falta amor. ¿Procuras entusiasmarte haciendo las cosas porque te da la gana (aunque en algún momento no tengas ganas? Entonces lo quieres de verdad, hay amor. La misa es sumergirse en una corriente de vida y de amor. Si hay aburrimiento puede que no hemos conseguido aún una conexión con Él: sólo el sentimiento de la persona viva del Señor asegura una participación madura, a prueba de los diversos talantes de los celebrantes, de los cambios en los gustos musicales, del adormecimiento o de la euforia del ambiente. "Ven conmigo", nos dice Jesús. Es fácil de entender y aceptar, y con los años nos vamos dando cuenta del contenido profundo y totalizante de esta invitación. Jesús poco a poco va radicalizando su propuesta, y nos pide más. Lo descubrimos como un maestro bueno, justo y merecedor de toda nuestra confianza, y nos pide un paso más: renunciar a nosotros mismos, como Él, darnos a los demás.

2. La misa, fiesta del amor.

a) Estamos hablando de un **misterio de fe y de amor**. En cuanto a la fe, decir que es un "misterio" no es quedarse en un "no se puede entender": es más bien un mar sin orillas, y penetrar en él es como atravesar la puerta de un gran palacio y encontrarnos una estancia preciosa llena de tesoros que tiene a su vez cinco puertas cada una de las cuales da a habitaciones más espléndidas... tesoros escondidos nos depara la misa si ponemos el corazón, si profundizamos en ella desligándonos de los lazos de la tierra y del tiempo y penetramos con Jesús en el cielo. El descubrimiento de este día es una gracia que se ha de pedir.

Y es también misterio de amor. Dicen de un obispo que daba catequesis a unos peques, y preguntó por qué comulgar a Jesús. Entonces, un gitano de entre los más traviesos, contestó: "Zeñó, porque pa querelo hay que rosarlo". Hay muchos jóvenes que no van a Misa, cierto, y otros usan esta excusa para tampoco ir ellos, pero no se trata de hacer lo que todos, sino de actuar en conciencia. Podemos recordar la vieja historia de un chico que tenía una novia en el pueblo, y se fue a hacer la mili. Desde ahí escribía a la novia cada día. El cartero llevaba puntualmente las cartas a casa de la novia cada, pero él, influido por malas compañías, no iba nunca al pueblo a verla, sino que utilizaba los permisos para irse de juergas. Cuando acabó la mili y volvió al pueblo, fue a casa de la novia y se encontró con la sorpresa de que la novia se había casado... ¡con el cartero! Ojos que no ven, corazón que no siente, y al no ver nunca a su novio y ver sólo al cartero, acabó por enamorarse de él. Si dejamos de tratar a una persona, poco a poco podemos quererla menos, y si esto nos pasa con Dios nuestro corazón puede llenarse con las cosas en las que ponemos el corazón. Decía una chica, leyendo el "Cántico espiritual" de San Juan de la Cruz, que "hasta entonces no se me había ocurrido plantearme mi relación con Dios como la de dos amantes... la palabra amor no me sonaba como amor real... esto me abrió una puerta, y pido al Señor cuando comulgo que me haga descubrirle/vivir como mi Amado, y sentirme yo su amada". La misa es un acontecimiento de amor, en el que Jesús, "habiendo amado a los suyos que estaban en el mundo, los amó hasta el extremo". ¿Estamos tratando a Dios como se merece?

b) Un encuentro con Jesús, y con los hermanos

Las grandes experiencias humanas (enamoramiento, amistad, contemplación, sentido estético, etc.) son muy difíciles de transmitir sino desde la "experiencia vivida". Sin la experiencia del amor de Dios, el fracaso y la muerte, el dolor y los desengaños que acompañan el camino de la vida nos da un carácter agrio y resentido, y en cambio el sentido de Dios nos hace ver que como nacer y morir son fases hacia la resurrección, así todo tiene un lugar en los planes de Dios: nos abre las puertas a la esperanza; no estamos solos, pues nos dice Jesús: "Yo estaré con vosotros todos los días, hasta el fin del mundo" (Mt 28, 20). No es un recuerdo pasado sino la celebración de la presencia viva del Resucitado en medio de los suyos. Esta presencia pide a los cristianos que se reúnan (que sean "ekklesia", asamblea convocada por el Señor resucitado, el cual ofreció su vida "para reunir en uno a los hijos de Dios que estaban dispersos": Jn 11, 52), y como manifestación externa de esa unidad se hace una fiesta que ya se vive desde los primeros cristianos: "acudían asiduamente a la enseñanza de los apóstoles, a la comunión, a la fracción del pan y a las oraciones" (Actos 2, 42). "Haced esto en memoria mía", la festa de Jesús. La Iglesia es una familia de los hijos de Dios, extendida por todo el mundo, y esta familia tiene un hogar en el que se reúnen todos, y en él una mesa donde se celebra la comida preparada y servida con amor. Faltar a esta comida es separarse de la vida familiar, pues esa comida -esa cena- es el acto familiar por excelencia, donde padres e hijos, hermanos entre ellos, renuevan su mutual afecto y

tratan las cuestiones de familia, y se dan consejos y exhortaciones, ánimos para el bien de todos; cuando falta un hijo por cualquier motivo, es en la mesa cuando se ve su ausencia, y también ahí es cuando más se añoran los difuntos que ya no están entre nosotros. Así también la Iglesia mira con afán alrededor de su mesa, en la mesa del altar, a ver si encuentra todos sus hijos, y con frecuencia llora ausencias. Algunos ni siquiera entran en el comedor, otros entran pero se miran la comida de lejos, inapetentes, desganados, anoréxicos o con el paladar estragado con otros gustos que son del mundo, y no encuentran gusto en el alimeto del alma, y así la Iglesia llora por estos hijos.

No es formalismo, pues -comenta otro- "la vida me ha enseñado que ha de haber momentos fuertes de plegaria y de celebración, que el alimento de la fe no puede dejarse a la sola espontaneidad, sino que ha de haber cierto orden para hacer las cosas como en el horario de comidas. Dicho de otro modo, he aprendido laa importancia de los ritos y de su repetición, como un cierto sentido cíclico en el tiempo". La asamblea eucarístoica dominical es un *acontecimiento de fraternidad*, como se ve desde los primeros documentos cristianos (en la primera carta de Pablo a los Corintios ya se habla de las colectas en favor de los hermanos necesitados, y en muchos sitios se ve como ponían todo en común).

3. ¿Por qué ir a misa? Jesús dice que donde hay dos o tres reunidos en su nombre ahí está él en medio, y concretamente nos ha dejado una voluntad de repetir lo que él hizo en la última cena, por esto hay una fidelidad a la palabra del Señor en el hecho de ir a misa: "haced esto en memoria mía", y de ahí arranca una tradición larga y viva, documentada desde entonces (por el año 50 dice San Pablo que "la tradición que yo he recibido y que os he transmitido a vosotros viene del Señor. Jesús, la noche que había de ser entregado, tomó el pan... y dijo... 'haced esto'" e igual hizo con la copa, al darla repetió: "haced esto en memoria mía". Ha sido transmitido como un testigo que se entrega a lo largo de la historia de generación en generación. Pero una memoria viva, que no pasa, que es vida, pues la misa es la cena del Señor que se actualiza cada vez que se celebra, hace presente sobre la mesa el sacrificio de su muerte.

a) Es el memorial de la pascua del Señor.

En la despedida de dos personas que se quieren, se recurre a un símbolo: se cambian un recuerdo... no se puede más, pero lo que nosotros no podemos, lo puede el Señor. Jesucristo, perfecto Dios y perfecto Hombre, no deja un símbolo, sino la realidad: se queda Él mismo. Irá al Padre, pero permanecerá con los hombres. Bajo las especies del pan y del vino está Él, realmente presente: con su Cuerpo, su Sangre, su Alma y su Divinidad.

Se lee en uno de los escritos antiguos (Catequesis mistagórica, de Jerusalén): "Nuestro Señor Jesucristo, en al noche en que iban a entregarlo, tomó pan y, pronunciando la acción de gracias, lo partió y lo dio a sus discípulos, diciendo: 'tomad ycomed; esto es mi cuerpo'. Y después de tomar el cáliz y pronunciar la acción de gracias, dijo: 'tomad, bebed; ésta es mi sangre'. Si fue él mismo quien dijo sobre el pan: 'esto es mi cuerpo', ¿quién se atreverá en adelante a dudar? Y si él fue quien aseguró y dijo: 'esta es mi sangre', ¿quién podrá nunca dudar y decir que no es su sangre?

Por lo cual estamos firmemente persuadidos de que recibimos como alimento el cuerpo y la sangre de Cristo. Pues bajo la figura del pan se te da el cuerpo, y bajo la figura del vino, la sangre; para que, al tomar el cuerpo y la sangre de Cristo, llegues a ser un sólo cuerpo y una sola sangre con él. Así, al pasar su cuerpo y su sangre a nuestros miembros, nos convertimos en portadores de Cristo. Y como dice el bienaventurado Pedro, nos hacemos partícipes de la naturaleza divina...

No pienses, por tanto, que el pan y el vino eucarísticos son elementos simples y comunes: son nada menos que el cuerpo y sangre de Cristo,de acuerdo con la afirmación categórica del Señor; y aunque nuestros sentidos te sugieran lo contrario, la fe te certifica la verdadera realidad: el mismo Jesús que nació de María Virgen, al que adoraron los pastores y vivió en la tierra, está en el sacramento del altar y continúa en la reserva eucarística del sagrario para que lo adoremos, le visitemos, nos arrodillemos ante él.

La fe que has aprendido te da, pues, esta certeza: lo que parece pan no es pan, aunqeu tenga gusto de pan, sino el cuerpo de Cristo; y lo que parece vino no es vino, aún cuando lo parezca al paladar, sino la sangre de Cristo".

b) El domingo, dia de la resurrecció de Jesús, de fiesta y de fe, **da nuevo sabor a la vida de cada día.** En la era de la técnica, cuando nos volvemos funcionales y productivos, perdemos la capacidad de admirar, de deleitarnos con las bellezas de la creación y ver en ellas el reflejo del rostro de Dios; y de ahí surgen los motivos de la alegría y la esperanza, que dan nuevo sabor a la vida de cada día, y constituyen el antídoto contra las tentaciones del aburrimiento, la falta de sentido y la desesperación. Desde los tiempos de los Apóstoles, los cristianos dedicamos el domingo a dar culto a Dios. Es el día de la resurrección, cuando las santas mujeres encuentran el sepulcro vacío y se aparece vivo ante ellas y después a los demás. Es una relación vital con Jesús. Revivimos la experiencia de los primeros cristianos cuando estando juntos de aparece Jesús en medio de ellos, y al domingo siguiente volvió a aparecerse, y otro domingo les envió el Espíritu Santo, como dando continuidad a los encuentros dominicales.

El día santo tiene una extraordinaria riqueza de significado. Ciertamente, su sentido religioso no se opone a los valores humanos, que hacen del domingo un tiempo para el descanso, para disfrutar de la naturaleza y para entablar relaciones sociales más serenas. Se trata de valores que, por desgracia, corren el riesgo de quedar anulados por una concepción hedonista y frenética de la vida. Los cristianos, viviéndolos a la luz del Evangelio, le imprimen su sentido pleno: la celebración de las maravillas de Dios.

Es impresionante leer el relato de Justino, y ver que hacemos la celebración con la misma estructura que hace 20 siglos (él escribe sobre el 165). Los Hechos de los Apóstoles, como también otros documentos (la carta del año 112 del gobernador de Bitinia al emperador Trajano, hablan del modo de celebrar la misa).

c) el deber de participar en la misa

Que la misa a veces cuesta no es algo nuevo, ya lo dice el Nuevo Testamento en la carta a los hebreos: "ajudémonos unos a otros estimulados por el amor mútuo y las buenas obras, sin faltar a nuestra reunión como hacen algunos". Y en otro documento primitivo (*Didascalia, s.* III) se anima a no colocar los negocios temporales por encima de la palabra de Dios, abandonándolo todo el día del Señor, corriendo a las ceremonias litúrgicas; es decir, desde los primeros siglos, los Pastores no han dejado de recordar a sus fieles la necesidad de participar en la asamblea litúrgica. Sólo más tarde, ante a tibieza o negligencia de algunos, ha debido explicitar *el deber*de participar en la Misa dominical... esta ley se ha entendido normalmente como una *obligación grave*: es lo que enseña también el Catecismo de la Iglesia Católica (n. 2181). Se comprende fácilmente el motivo si se considera la importancia que el domingo tiene para la vida cristiana; más que una obligación es una exigencia profunda que puede cumplirse desde la víspera, sábado tarde. (Una observación. Las obligaciones en la Iglesia no son por una ley del temor -miedo al castigo- sino de amor, pero a los santos les sirvió mucho el pensamiento de temer las penas del infierno. Así, San Francisco Javier tuvo muy

presente "¿de qué le sirve al hombre ganar todo el mundo, si al final pierde su alma?" O sea que hay un temor bueno, "el temor de Dios es el comienzo de la sabiduría", que se opone a los miedos del hombre de hoy al futuro y a la muerte; en cambio, Jesús nos dice que "no temáis a los que matan el cuerpo... temed más bien a aquel que puede, después de matar el cuerpo, echar el alma al infierno").

Saber que es la misa, con una catequesis adecuada, es vital para participar de modo pleno. Y corresponde ante todo a los padres educar a sus hijos para la participación en la Misa dominical, ayudados por los catequistas... ilustrando el motivo profundo de la obligatoriedad del precepto. Y es que la misa dominical no es importante porque esté mandado, sino más bien es obligación asistir porque es muy importante, es la fuente y la raíz, el centro de toda la vida cristiana, puede ser como el corazón de la canción de la que hemos hablado antes, de todo lo que hacemos durante la semana: "ha sido para mí como el eje ('pal de paller') del sentido de mi vida... un momento privilegiado para ir haciendo las opciones que dan sentido a todo... no puedo renunciar a la misa sin perder a lo mejor de mi vida", dice un fiel, y esto es porque contiene el mismo Cristo, el tesoro de la Iglesia: la Misa es como el sol que ilumina y da calor, cada día, a toda la vida del cristiano; y es menester que sea también la fuente y como el centro de la piedad cristiana. Revivimos la experiencia de los Apóstoles, cuando Jesús se les aparece y Tomás proclama: "¡Señor mío y Dios mío!". Nos alimentamos de Cristo, pan de vida, nos cristificamos *por entero*, nos transformamos en Cristo, participamos de sus sentimintos hasta pensar como él, valorar las personas y cosas según su corazón, vemos a Cristo en las personas que nos rodean.

Entonces, ¿por qué es para muchos un peso ir a Misa? Por falta de fe y tantas razones que se pueden resumir en un dejarse llevar por la moda, de lo que hace la gente (por ejemplo, los adolescentes se dejan influenciar mucho por lo que hacen los demás, hasta crear una especie de dictadura). Urge encontrar el sentido cristiano de esta celebración gozosa, la pascua, sin que se queden en el "fin de semana", olvidando la resurrección de Jesús, el mandamiento de *santificar las fiestes*, en primer lugar con la participación en la Santa Misa: marca el ritmo de la vida espiritual de toda la semana. En una sociedad pluralista en la que estamos es cuando parece necesario más que nunca recuperar las motivaciones doctrinales profundas que están en la base del domingo. En esta carta del Papa sobre "El día del domingo" ("Dies Domini") se plantea la celebración plena de esta fiesta, en sentido humano y espiritual, sin diluitlo en el "fin de semana". Es la primera vez que un documento de la Iglesia está específicamente dedicado a la fiesta dominical, la fiesta de la resurrección de Cristo; y -lo ideal es coger el librito del Papa y leerlo con atención- aquí no podemos tratar más que algunos aspectos. Antes la tradición cristiana era muy fuerte y se veía facilitado el ir a misa, por el ambiente cultural; pero ahora hay que ir "contra corriente", y para esto es necesario entender que Dios es buen pagador: el tiempo que le dedicamos no es tiempo perdido; al contrario, es tiempo ganado para nuestra humanidad, es tiempo que infunde luz y esperanza en nuestros días.

Los primeros tiempos del cristianismo fueron parecidos a los nuestros; cuando interrogan a los mártires -en el juicio para probar su pertenencia al cristianismo, y poder ejecutarlos- sobre la asistencia a misa, encontramos respuestas como: "-nosotros debemos celebrar el día del Señor, es nuestra ley". Y: "-sí, en mi casa hemos celebrado el día del Señor. Nosotros no podemos vivir sin celebrar el día del Señor". Y la joven Victoria declara: "yo he estado en la asamblea porque soy cristiana". Los primeros creyentes sabían que ir a Misa no era cuestión de "ganas", sino que estaban convencidos de la grandeza del acto, el más importante de la vida de la Iglesia, y hacían

grandes sacrificios, como recorrer grandes distancias o arriesgar la vida para participar en la litúrgia eucarísticas. Sabían que su primer deber era alabar a Dios por sus beneficios y recibir el cuerpo del Señor para sustento de la vida. E igual que arreglamos los horarios para hacer lo que verdaderamente nos interesa, también si valoramos convenientemente la Misa asistiremos a ella, sacrificando el tiempo que haga falta. Nos dice el Papa: "comprometeos a no dejarla nunca", "os recomiendo la participación en la Santa Misa festiva. Sois cristianos y por eso, no dejéis nunca la Santa Misa. El encuentro con Jesús y con la comunidad parroquial es un deber", "pero debe ser también una alegría y un verdadero consuelo".

d) El fin de semana, entendido como tiempo de reposo, a veces lejos del lugar de vivienda habitual, y caracterizado a menudo por la participación en actividades culturales, políticas y deportivas, etc., tiene elementos positivos en la medida que contribuye a los valores auténticos, al desarrollo humano y progreso de la vida social, pero tiene el peligro de que el hombre quede encerrado en un horizonte tan restringido que no le permite ya ver el "cielo". Nos preocupa ver como los chicos salen del colegio el viernes major y vuelven mustios algunos el lunes. ¿Que ha pasado en esas 60 horas? Han tenido la posibilidad de hacer cosas positivas (deporte, trabajos, descanso, amistades, ir a misa...) o negativas (perder el tiempo, una tele desprogramada, vídeos o amistades inconvenientes...). Hemos de protegernos ante un ambiente materialista que transpira en la vida social y medios de comunicación, de falta de valores, y nos puede entrar por ósmosis. Para evitar el contagio, necesitamos aumentar la presión interior en nuestro hogar, el buen olor de Cristo. No dejarse llevar por la ley del gusto sino adivinar las necesidades de los miembros de la familia, colaborar en proyectos comunes, tomar una parte activa en su formación (ver con ellos la tele
escogiendo antes los programas, para fomentar un sano espíritu crítico y diálogo abierto, sin que haya "tabús"; ir a los lugares de diversión con ellos -al menos, saber dónde van-... formarles la conciencia, en definitiva), y con deseo de agradar a Dios, ayudar a que aprovechen el tiempo y se viva la sobriedad en las diversiones

El domingo **nos revela el sentido del tiempo.** Todos vemos cuán rápido pasa el tiempo de nuestra vida, y nos interrogamos sobre el futuro, el sentido de nuestra historia. Hay un hecho que no es pasado, sino siempre actual. Jesús vino en la plenitud de los tiempos. La resurrección no es un hecho pasado, se hace presente cada siete días y nos trae la comunicación de la vida divina; es un acontecimiento de gracia y de salvación (kairós); recibimos la luz de este sol radiente, aunque aún encontremos nubes que nos hagan pensar en dificultades insuperables, pero en el corazón hay una luz que nos hace tener siempre esperanza.

4. ¿Qué es la Misa?

La misa es el ofrecimiento de Cristo y nuestro al Padre, y básicamente tiene dos partes, que son la liturgia de la palabra (después de estar bien preparados por la petición de perdón de los pecados) y la Eucaristía. Ofrecimiento al Padre de Jesús y nuestro, pues somos también nosotros hijos de Dios (como le dijo a María el primer domingo: "di a mis hermanos: subo a mi Padre, que es también vuestro Padre").

a) La litúrgia de la Palabra

"La Palabra de Dios proclamada en la celebración de la Eucaristía me ha llevado en diversos momentos de mi vida -dice otro testimonio- a tomar decisiones concretas para ir adelante en hacer la voluntad de Dios en mi vida; no es cuestión de voluntad (muchas veces no encuentro esta intensidad) sino un don de Dios". A nosotros nos toca, como en el milagro de Caná, llenar las tinajas de agua (estar ahí, dispuestos a la escucha de la Palabra): es Jesús quien puede hacer el milagro de convertir el agua en vino

(cambiar nuestro corazón), y hacer realidad lo que se oímos al comienzo del Evangelio: "El Señor esté con vosotros".

¿Cómo sería el encuentro con Jesús, por ejemplo el que tuvieron los discípulos de Emaús, cuando huían desanimados? Fue en el primer domingo, y estaban tristes porque no tenían a Jesús; se les aparece en forma de caminante desconocido, y ellos le cuentan la amargura del fracaso: "Jesús dijo... hizo... ahora está muerto..." El acompañante les explica el sentido de la cruz, y ellos dirán más tarde: "¿no ardían nuestros corazones mientras en el camino nos iba explicando las Escrituras?" Reencontraron el sentido de sus vidas ; y cuando Jesús hace ademán de seguir adelante, le retienen "porque se hace de noche", y al entrar y comer con él, le reconocieron al partir el pan, y entonces Jesús desapareció y ellos, gozosos, volvieron a Jerusalén, a dar testimonio de Jesús.

Fijémonos que son como las dos partes de la Misa: la liturgia de la Paraula i la "fracción del pan", que Jesús hizo el jueves santo (y que estos discípulos recordarían cuando reconocieron a Jesús). La Eucaristía nunca es aislada, sino que -inscrita en el año litúrgico, con unos sentimientos distintos según sea la esperanza del Adviento, o el dolor de la Cuaresma o la alegría de Navidad o Pascua...- siempre nos hace viva la muerte y resurrección de Jesús, por esto es buena disposición ver que la vida es como un caminoi de Emaús, un encuentro con Jesús en el que cada día hay una palabra suya que va germinando en nuestro corazón, algo que nos va explicando por el camino.

* Comienza la Misa con un beso al altar, porque el altar es Cristo. Invocamos a la Santísima Trinidad, fuente de vida sobrenatural; y queremos disponernos bien con un acto penitencial, pidiendo perdón de nuestros pecados (para los pecados graves, se requiere el sacramento de la confesión).

** Con las lecturas bíblicas, se continúa el diálogo de Dios con sus hijos, y proclamamos las maravillas de la salvación (especialmente los misterios de la vida de Jesús hecho hombre y la fidelidad de Dios, que no se echa atrás de sus promesas). Esta palabra viva y eficaz, más penetrante que una espada, provoca en nuestro corazón una conversión, un estímulo a darnos más, a amar más, nos infunde esperanza (la selección de textos de cada domingo se hace con un ritmo cíclico de tres años). La homilía nos ayuda a actualizar estos tesoros bíblicos y aplicarlos a nuestras necesidades, como una semilla que puede producir mucho fruto, aunque muchas veces lo entendemos a nuestro modo y vamos profundizando sabiendo que es algo inabarcable, como un iceberg cuya mayor parte sigue hundida en el misterio y no se ve, aunque sepamos que está realmente ahí dando consistencia y haciendo posible la belleza de lo que se ve... Igual que en una gota de rocío prendida de una hoja en una mañana clara y serena se refleja la entera bóveda terrestre, así también en la eucaristía se refleja todo el arco de la historia de la salvación. Así los discípulos de Emaús -y nosotros también- se transforman de tristes en felices. El recuerdo de Emaús ha quedado como una catequesis única de la Eucaristía ofrecida por el mismo Jesús resucitado... aún hoy en cada Eucaristía corre la brisa y la luz de Emaús... se vuelve a oír la palabra de Dios explicada por Jesús mismo; es Él quien, ahora como entonces, nos pregunta qué nos pasa y deja que le comuniquemos nuestras perplejidades, para introducirnos seguidamente en su misterio que hace arder nuestro corazón y que soluciona todos nuestros problemas. Su Palabra integrada en nuestra vida; nuestra vida interpelada por su Palabra.

*** A continuación, proclamamos nuestra fe (renovación de las promesas bautismales), i rezamos unos por los otros: es la plegaria de los fieles para pedir por vivos y difuntos (especialmente por los pobres y los afligidos).

b) Eucaristía (acción de gracias)

La plegaria Eucarística es propiamente la fracción del pan, es decir la renovación del sacrificio de Jesús, el memorial de su muerte y resurrección que nos hace hijos de Dios. La Cena del Señor se dice "Litúrgia eucarística" pues consiste en una acción de gracias-bendición (con la consagración del pan y del vino que hizo Jesús) y la distribución (comunión).

Como los discípulos de Emaús, reconfortados en aquel encuentro con el Señor cuando les abrió los corazones con el sentido de las Escrituras, queremos decirle a Jesús: "quédate con nosotros, Señor, porque anochece..." pues se nos hace de noche sin Jesús: "sin ti se me hace oscuro todo"... y Jesús se queda. Le decimos: "quiero agradecerte el regalo de la Eucaristía, quiero reconocerte en la fracción del pan, estar seguro de tu presencia. Cuando vienes a mí te fundes conmigo, por un momento somos los dos uno. ¡Y cómo arde entonces mi corazón, Jesús! Cuando te siento tan cerca, ¡qué felicidad!Gracias, Jesús por quedarte con nosotros de una manera tan sencilla, tan cercana". Sentándose a cenar con los de Emaús, le reconocen cuando "tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y se lo iba dando". Jesús se hace alimento, para que recobremos las fuerzas; y en esta plegaria le pedimos: "quédate con nosotros! Quédate con nosotros hoy, y quédate de ahora en adelante, todos los días..." Se queda como ofrenda al Padre, pues esta parte central de la Misa es una acción de gracias a Dios Padre en Cristo.

* Llevamos al altar todas las penas y alegrías, con la presentación de las ofrendas (pan y vino para la mesa, colectas para los necesitados, etc.) y ahí también van los éxitos y fracasos de la semana, nos hacemos la voz de toda la creación y unidos a Jesús ofrecemos todo al Padre: trabajos y preocupaciones, alegrías y tristezas..., toda la vida. El sacerdote pone unas gotas de agua en el vino: poca cosa, pero representa esta participación nuestra que -así como el agua es una cosa con el vino- nos hará unir todo lo nuestro a los méritos infinitos de Jesús.

** La liturgia eucarística, parte central de la misa, se hace en el altar, lugar del sacrificio. Tiene lugar, después de la ofrendas del pan y del vino, y de esta invitación a orar; el sacerdote reza una oración sobre las ofrendas y comienza una acción de gracias larga, introducida con un diálogo que eleva los corazones a Dios y se proclama el "Santo, santo..." -juntando nuestras voces con los coros angélicos- ante el trono de Dios. Después, hay una invocación al Espíritu Santo (epíclesis) para que transforme las ofrendas en cuerpo y sangre de Cristo, lo que ocurre en el relato de la institución de la eucaristía (Consagración), donde se realiza la transubstanciación, la consagración del pan y vino que se convierten en el cuerpo y sangre del Señor, y podemos decir con el discípulo Tomás: "¡Señor mío y Dios mío!". Recordando la redención obrada por Jesús, ofrecemos al Padre la Víctima y junto a Jesús nos ofrecemos nosotros. Este es el sentido profundo de la Misa. Jesús ofrece su cuerpo (su vida por nosotros) y su sangre (derramada, su muerte por nosotros) y así también nosotros hacemos nuestra consagración, ofrecemos nuestras vidas (vivir para los demás, por amor) y nuestra muerte (mortificación, es decir vida sacrificada, que es llevar la cruz que es la señal del cristiano) y la comunión con Cristo y con los demás nos lleva a pedir ser "un sólo cuerpo y un sólo espíritu".

Vamos a detenerenos en este actuar de Dios, amante que sale a nuestro encuentro, busca la oveja perdida y envía a su hijo para salvarnos: Jesús se hace hombre y muere en la cruz y con su sacrificio cruento paga abundantemente los pecados de todos los hombres y nos reconcilia con Dios, y nos abre las puertas del cielo. El Padre organiza la gran fiesta para el hijo que vuelve después de haberse perdido. Pensemos en un mendigo que es elevado a la categoría de hijo, y el rey lo acoge como hijo propio.

Pues mucho más que esto es lo que Dios hace con nosotros a través del misterio pascual de Jesús, de toda su vida. Podemos considerar la Eucaristía bajo varios aspectos, principalmente como **sacrificio** ofrecido a Dios, y como **sacramento** de la presencia de Jesús. Veamos ahora el **sacrificio de Jesús por amor nuestro**, y al hablar de la comunión nos referiremos a la presencia**.** Cuando el sacerdote consagra, ahí pasa algo muy importante que aconteció hace 2000 años: el hijo de Dios baja a la tierra, nace haciéndose uno de nosotros, se sacrifica por mí, se ofrece por cada uno en la Cruz, el calvario, místicamente pues el sacrificio se realizó sólo una vez. Pero es el mismo sacrificio. Una la víctima, Jesús. Uno el sacerdote, Jesús. Y sólo se distingue en el modo (en la cruz, en su cuerpo que muere, y en el altar de modo "eucarístico", bajo las especies). Todos nos juntamos para hacer la Misa, que no solamente vamos para "oír la Misa", sino a "hacerla" con el sacerdote. Porque vamos a ofrecer y a hacer sacrificios con él. **La Misa es la *viva actualización del sacrificio de la Cruz.*** En la misa se cumplen también aquellas palabas de Jesús: "cuando fuere levantado sobre la tierra atraeré a todos hacia mí" (Jn 12, 32). Somos entonces sacerdotes de nuestra propia existencia, como dice san Pedro en la primera carta: "vosotros sois linage escogido, sacerdocio real, pueblo adquirido por Dios". En la Eucaristía el sacrificio de Cristo es también el sacrificio de los miembros de su Cuerpo. La vida de los fieles, su alabanza, su sufrimiento, su oración y su trabajo se unen a los de Cristo y a su total ofrenda, y adquieren así un valor nuevo. Esta participación de toda la comunidad asume un particular relieve en el encuentro dominical, que permite lleva al altar la semana transcurrida con las cargas humanas que la han caracterizado.Y por esto Jesús en palabras del sacerdote dice "sacrificio mío y vuestro"

El aspecto central y principalísimo de la Misa consiste en su carácter de sacrificio, que perpetúa el único y perfecto sacrificio de Cristo en la cruz; ahora de manera incruenta, con la separación mística de las dos especies; y el ofrecimiento de este sacrificio se realiza -por el ministerio del sacerdote- mediante la doble consagración del pan y del vino, que significa la separación del Cuerpo y de la Sangre, la muerte de Cristo.

*** Después de la consagración hay un recuerdo explícito de la pasión y resurrección de Cristo (anamnesis), la oblación del Hijo al Padre, y unas intercesiones por los vivos y difuntos. Termina esta pregaria al Padre con una acción de gracias a la Trinidad (doxologia) que es asentida por el pueblo (Amén).

c) La comunión

* Llega el momento de distribuir el cuerpo del Señor, y nos preparamos con la recitación del "Padrenuestro", la oración de los hermanos, pues quien comulga con la cabeza de la Iglesia (Cristo) ha de comulgar con el cuerpo (fraternidad, compartir y perdonar). Si rezamos esta oración cada día la gustaremos el domingo de un modo especial. ¿Cómo hablar con Dios? nos preguntamos a veces: vamos a paladear bien, lentamente, el padrenuestro.

** Después de toda la plegaria eucarística, dirigida al Padre, en Cristo, ahora dirigimos la oración a Jesús, con la petición de la paz: "Señor Jesucristo, que dijiste... la paz os dejo... no mires nuestros pecados..." Y antes de la fracción del pan le pedimos que él, Cordero de Dios que quita los pecados del mundo, tenga piedad de nosotros y nos de su paz.

*** Jesús viene a nosotros, y se consuma la Misa, que tiene un valor infinito. Pero depende de nuestra fe, pues es como un océano de agua, que podemos ir recoger con un vasito pequeño (distraídos, sin prepararnos, sin comulgar) o bien con una gran tinaja (devotamente, con amor, comulgando bien confesados); es decir que la eficacia

depende de las disposiciones que llevemos, y por eso se dice sacramentos de la fe, pues producen la gracia que significan, pero al mismo tiempo se expresa y enriquece nuestra fe. Hemos procurado hacer actos de fe, mientras el sacerdote hacía la fracción del pan y recordábamos las palabras del centurión, y por dentro pensábamos que si una sóla palabra de Jesús es capaz de curar cualquier dolencia, ¡cuanto más tenerle, bien dispuestos, dentro de nosotros! Lo deseamos, como la mujer que padecía flujos de sangre quedó curada al tocar el manto de Jesús, pero nosotros tenemos más, podemos comulgar. Vemos junto a la Eucaristia, con los ojos del alma, los ángeles adorando la Hostia. Pensemos si lo reconocemos por la fe, nosotros también en la fracción del pan. Toda la participación plena y activa en la liturgia va hacia aquí, celebrar "el día que Cristo ha vencido la muerte y nos ha hecho participar de su vida inmortal" (pregaria eucarística), y allí hay un carácter esponsal, anticipo de la celestial unión con el divino esposo; "engalanada como una novia ataviada para su esposo" (Apo 21, 2); és allà on hi ha el misteri de la nostra fe. Mucha gente dice hoy, como Tomás antes de tener fe, escandalizado por la cruz, cuando le hablan de Jesús resucitado: "si no lo veo no lo creo", y Jesús se le aparece y le dice: "Tomás, no seas incrédulo, sino creyente"; y nos promete la felicidad cuando dijo: "bienaventurados (felices) los que sin haber visto creerán". Buen momento para decirle también nosotros: "¡Señor mío y Dios mío!" y pedirle más fe: "creo firmemente que estás aquí con tu Cuerpo, con tu Sangre, con tu Alma y tu Divinidad. Auméntame la fe, la esperanza y la caridad... te adoro con devoción, Dios escondido".

Jesús se da como alimento de los que peregrinan: "quien come mi carne y bebe mi sangre tiene la vida eterna y yo le resucitaré en el último día", "si no coméis la carne del Hijo del Hombre y no bebéis su sangre, no tendréis vida en vosotros". Así como la comida es necesaria como alimento del cuerpo, el alma necesita la Eucaristía; es necesaria en cualquier circunstancia de cansancio o agobio, hambre y sed de salvación, en salud y enfermedad, en juventud y vejez, fortalece a todos y es "viático" para quienes están a punto de dejar el mundo...

La comunión sacramental produce tal grado de unión personal de los fieles con Jesucristo que cada uno puede hacer suya la expresión de San Pablo: "Vivo yo, pero no soy yo, es Cristo quien vive en mí" (Gal 2, 20). La comunión eucarística se convierte así en germen de resurrección y en soporte de nuestra esperanza en la transformación futura de nuestros cuerpos mortales. Pero al mismo tiempo hace de nosotros un solo cuerpo en Cristo (cf. 1 Cor 10, 16-17) y nos hace vivir en el amor y ser solidarios con todos nuestros hermanos: como exhortaba San Pablo a los fieles de Corinto, es una contradicción inaceptable comer indignamente el Cuerpo de Cristo desde la división o discriminación (cf. 1 Cor 11, 18-21). El sacramento de la Eucaristía no se puede separar del mandamiento de la caridad. No se puede recibir el cuerpo de Cristo y sentirse alejado de los que tienen hambre y sed, son explotados o extranjeros, están encarcelados o se encuentran enfermos.

Jesús hace realidad lo que dijo: "yo estaré con vosotros cada día hasta el fin de los siglos" (Mt 28, 20) y también "venid a mí todos los que estéis cansados o agobiados, y yo os aliviaré" (Mt 11, 28). Está con nosotros en la comunión con una presencia **substancial**, es decir que está presente el mismo Jesús que nació en Belén y creció en Nazaret y que hizo milagros y murió en el calvario, el mismo que está en el cielo es el que se nos da en la comunión. En su sermón de Cafarnaüm, nos abrió este sentido: "Yo soy el pan de la vida. Vuestros padres comieron el maná en el desierto y murieron. Este es el pan que baja delo cielo, para que el que lo coma no muera más... el que come de mi carne y bebe de mi sangre tiene ya la vida etern ay yo lo resucitaré el último día..."

todo ello es prefiguración de lo que en la última cena dijio Jesús, ofreciendo el pan y el vino: "tomad y comed todos de él, porque este es mi cuerpo... tomad y bebed todos, que este es el cáliz de mi sangre"... y ante el desconcierto de algunos, que se escandalizan, podemos decirle nosotros con san Pedro que no queremos dejarle: "Señor, ¿a quién iremos? Tú tienes palabras de vida eterna". Estar sin Jesús es un infierno insoportable, y estar con Jesús es un dulce paraiso. Esta apertura a Dios está compuesto de conversiones interiores, en docilidad a las mociones del Espíritiu Santo. Es lo que dicen los poetas sobre la apertura del alma a Dios, como el florecer de las plantas que no pueden contener la primavera que llevan dentro: "con un roce de tu mirada ya me rindo / y aunque yo me haya cerrado como un puño / tú siempre abres, pétalo tras pétalo, mi ser / como la primavera abre con un toque diestro y misterioso / su más terca rosa. / Y es un misterio esta destreza tuya de mirar y abrir / pero lo cierto es que algo me dice que la voz de tus ojos / es más profunda que todas las rosas / Nadie, ni siquiera la lluvia, tiene manos tan pequeñas" (E.E. Cummings). Los cerrojos saltan, el resentimiento da paso a la confianza, entendemos el "Si no os hacéis como este niño, no entraréis en el reino de los cielos" y nos hacemos niños en la fe y abandono confiado... El alma se hace como una rosa abierta que desafía la tempestad de la desconfianza. En la comunión, al contemplar a Jesús que se juega el todo por el todo, el alma ansía entregarse, ponerse en las manos de Dios. Auque esa confianza y entrega plena a veces da miedo, pues es perder la vida: "el que quiera perder su vida la perderá y el que la pierde la salvará", dijo Jesús. Se ve que hay que sustituir el buscar el éxito por el servicio. Y así como la comida se destruye, es pura gracia: amor, así también nos hacemos hostia viva como Jesús, pan blanco para comida de la gente, para servicio.

La presència del amado es una necesidad del amor, y como una madre que dice a su pequeño: "te comería a besos" así Jesús nos dice "toma, cómeme". Contemplar su pasión y muerte por amor nuestro nos hace proclamar: "Jesús, te has pasado...." y ahí todo tiene un sentido unitario. Entenemos que lo que hacíamos, a veces con cierta rutina, no eran cosas desgajadas, versoso sueltos, sino fragmentos de una canción que ahora tienen sentido, pues en la Misa adquiere todo su unidad. Ahí Jesús revela el amor. Enraiza ahí la verdadera alegría de vivir. Jesús va llamando a nuestro coraón "ábreme. Estoy a la puerta y llamo, el que me abra cenaré con él y él conmigo". Y entonces la gracia aparece con todo su esplendor como un regalo, encanto, brillo, exulte: "me encuentro feliz".

¡Que momento más bueno, para decirle a Jesús cosas íntimas!, para pronunciar una comunión espiritual: yo quisiera recibirte, Señor, con la pureza, humildad y devoción con que te recibió tu Santísima Madre, con el espíritu y fervor de los santos. Los cantos y los silencios sagrados, la música y los detalles de urbanidad, todo es secundario en relación a la comunión (aunque también esos detalles realzan la dignidad de la misa, y demuestran la fe de quien sabe qué se realiza, y por esto están regulados los colores litúrgicos y los ornamentos, etc., y denotaría poca fe cambiarlo). La comunión es un misterio inmenso, pues no transformamos el cuerpo de Jesús en el nuestro sino que que Jesús nos hace como él (espirituales, hijos de Dios). La fe nos va llevando a tratar a Jesús como una persona viva, y transformarnos hasta poder decir: "no soy yo el que vivo, es Cristo quien vive en mí".

**** Esta **acción de gracias** después de comulgar -tiempo de recogimiento en el que agradecemos a Dios que haya venido a nosotros-, puede continuar aún después del saludo final del sacerdote: "Podéis ir en paz": así acaba la misa. Somos enviados a llevar la paz, llevando a Jesús con nosotros: vemos a Jesús en los demás, y pensamos que dar un vaso de agua fresca a quien lo necesite es también ayudar a Jesús que está en

aquel hermano. Ir en paz es una misión que cumplir, es comprender y perdonar (condición que pone Dios para podernos perdonar).

5. Como vivir mejor la Misa

a) Nuestra fe será más profunda y consciente en la medida que conozcamos, apreciemos y vivamos la Santa Misa. Los **fines de la Misa** son la adoración a Dios, acción de gracias, petición de perdón y pedirle cosas. A esto vamos a Misa, no a "divertirnos", sinó a "convertirnos" de corazón... son necesidades íntimas que notamos en nuestro interior: ser agradecicos, hacer penitencia por lo que hacemos mal...

b) Tener conciencia clara de la íntima vinculación entre la comunión con Cristo y la comunión con los hermanos. La asamblea eucarística dominical es un acontecimiento de fraternidad; en un ambiente dominante de egoísmo esto es aún más importante: no se le puede dar más importancia a la obligación de ir a misa los domingos que al compromiso continuo de estar dispuestos a dar la vida los unos por los otros. Separar la Eucaristía de este esfuerzo cotidiano, reduce el sacramento a un hábito mágico o lo convierte en unamentira cercana al sacrilegio; el amor al prójimo, el estar dispuestos a dar la vida por los demás son actitudes que forman parte del signo eucarístico. El pan y el vino, que son Cuerpo y Sangre de Jesús, tienen que estar amasados no sólo en el hogar sino "con" el amor del hogar, de lo contrario pierden el punto referencial que los hace eficaces. Vivir la Eucaristía es recordar el mandamiento del amor, lavarse los pies (servir a los demás, descubrir las necesidades)

c) Sabiendo que es un acto festivo, una invitación, **no se puede asistir a misa con una actitud propia de un restaurante**, donde se llega a la hora que se quiere, y vamos solos o en grupo, y cada uno va a la suya... podemos imaginarnos una historia. Jordi llega a su casa: "hola cariño -saluda a su mujer-... voy a jugar a tenis, Manuel y yo hemos quedado, lo siento porque no podré quedarme a cenar..."

-"Pero Jordi -contesta la mujer-: es ya tarde, y quería estar contigo el día de tu cumpleaños... te tenía preparada la comida que te gusta: carne a la borgoñona, verduras, una tarta de llimón..."

-"Lo siento cariño, tomaremos algo en un frangfurt..." y mientras sale por la puerta dice unas últimas palabras: -"tómatelo tú".

Ella cae sentada allí mismo donde estaba, y llora con fuerza mientras no sabe repetir otra cosa que "-¡no me quiere!".

Pues esta falta de consideración es la que tenemos con Jesús no valorando -despreciando- este amor que ha tenido con nosotros, cuando no vamos a misa, o no queremos comulgar bien preparados, o no hacemos la acción de gracias... abandonando la celebración antes de que haya acabado, o pasando al lado de las personas con las que hemos estado en misa sin saludarlas... No: **la misa es una participación en el banquete de Jesús, y participar es señal de gratitud y de amor.** Él ha tenido esta genialidad para que le recordemos, para estar con él; una invitación que contiene un flechazo de amor como el que sintió Zaqueo cuando se subió a un árbol para verle mejor, y Jesús le dice al verle: "Baja, Zaqueo, que hoy quiero comer en tu casa"; y hace un cambio radical en su vida. Muchas amistades con Jesús comienzan así, con un poco de curiosidad para que el corazón quede después impactado con la mirada de Jesús... y cenamos con él. Jesús preparó cuidadosamente la Eucaristía durante toda su vida y se concretó en la última Pascua, a la que también nosotros estamos invitados junto con los Apóstoles, pues es una cena más allá del espacio y del tiempo... este signo que empezó entonces durará hasta que El vuelva.

d) Prepararnos para la comunión. Es el alimento esperado desde todos los tiempos. El maná del desierto. El pan ázimo que representa la marcha liberadora de la

esclavitud de Egipto. Es el pan que da fuerza al profeta exausto para andar cuarenta días. No es lo mismo comulgar o no hacerlo, como decía una monitora que trabajaba en Navidad en un campamento de chicos y pidió al director ir a la misa del gallo. Le contestó "¿por qué no la miráis por la tele?" y ella contestó: "escuche, cuando le inviten a un buen banquete, yo también le diré que por qué no lo mira por la tele" (el director les dejó ir). Aquellas multitudes que fueron saciadas por Jesús cuando la multiplicación de los panes representan los que gustan de este pan del cielo; y es fundamental que participemos de este alimento. Deía un alma piadosa: "A veces me asusto pensando en los que han decidido, por las razones que sean, no comer de este manjar cuyo contenido espiritual es más consistente que lo que se puede ver y tocar. Es como si hubieran iniciado, con esa decisión, una terrible huelga de hambre, un ayuno suicida que les llevará a no poder resucitar.

Se puede caer en esa especie de anorexia del espíritu en la que el alma ha perdido el instinto de conservación, mientras que el dueño de la vida, porque ha vencido nuestra muerte, nos ofrece gratis, con el gesto más solidario que pueda existir, un banquete infinito". Para poder participar de este banquete es necesario creer. ¿Qué es lo que pretende Jesús? Pues nada tan alto como que, comiendo su cuerpo, participemos en su divinidad; en la Eucaristía nos transformamos en lo que comemos, como dice la LG 26: "la participación del cuerpo y sangre de Cristo hace que pasemos a ser aquello que recibimos". Esta divinización del hombre podemos representarla con la imagen de la custodia. "Las custodias generalmente representan un sol cuyo centro es Él. Un encuadre perfecto que nos puede recordar que Jesús Eucaristía es la diana del cosmos. Punto de partida y de llegada de la creación entera. En torno a cada ostensorio o custodia bien pueden girar todas las galaxias, poniendo a la humanidad entera de rodillas en primera fila para adorarlo. Jesús Eucaristía el Hijo de Dios, el mismo que inició este sublime traspaso lavándonos los pies" (Fanlo, 30). Pero de nada aprovecha la carne si no lo aprovechamos en el espíritu, que es el que da vida. Por esto, en primer lugar hemos de tener el discernimiento de lo que hacemos, examinar nuestra conciencia: **estar en gracia de Dios**, pues si fueran conscientes de pecados graves para comulgar hay que recibir el perdón de Dios mediante el Sacramento de la reconciliación, pues como dice San Pablo "quien come el pan o bebe el cáliz del Señor indignamente, será reo del Cuerpo y de la Sangre del Señor", y también se nos pide no haber probado alimento una hora antes (excepto los enfermos).

d) Como y se ha dicho, después de que se nos ha ofrecido la eternidad en forma de banquete, procuramos dar gracias a Dios, sabiendo que somos un auténtico sagrario. Un niño que tenía que ir al mar a hacer submarinismo, le decía a Jesús en esos momentos: "ahora irás conmigo al mar, como si fueras en un submarino". A veces con la ayuda de un Misal o devocionarios encontraremos textos apropiados para facilitarnos estos momentos tan preciosos, para pedir por nuestras necesidades y nuestra conversión a Dios, cuando lo tenemos dentro.

e) Podemos visitar durante la semana a Jesús en el sagrario y adorarlo en contemplación, exponerle en confianza nuestros asuntos y descansar en él. Este es el motivo (junto con la comunión de los enfermos, motivo principal) de que se reserve a Jesús en el sagrario de nuestras iglesias.

6. Conclusión: el domingo, la gran fiesta

El percepto de santificar las fiestas nos ayuda a regular un deber esencial del hombre con respecto a su Creador y Redentor, y darle culto especialmente con la asistencia a Misa. Celebrar el domingo nos llena de alegría y permite que encontremos la paz y el amor de Jesús, para poder darlos a los demás. Y el descanso dominical es no

sólo no reponer fuerzas sino principalmente esta dedicación a dar culto a Dios, y poder gozar de la vida en familia, y así el domingo cristiano es un auténtico "hacer fiesta", un día de Dios dado al hombre para su pleno crecimiento humano y espiritual. Un descanso alegre y solidario, pues debe ofrecer también a los fieles la ocasión de dedicarse a las actividades de misericordia, de caridad y de apostolado; ha de reconocer cada uno que no se puede ser feliz "solo", y por tanto buscar a las personas que necesitan su solidaridad. Cultivar
amistades, visitar enfermos y otras formas de caridad (no caer en formas fáciles de descanso como estar el día ante la televisión mientras la conciencia nos recuerda visitar un pariente que necesita nuestra ayuda, o conversar con un amigo, o hablar -el padre o la madre- a solas con un hijo que necesita una conversación, o la tertulia familiar, con buen humor...).

La alternancia entre trabajo y descanso no es un capricho: el descanso es una cosa sagrada, y así las preocupaciones materiales que nos absorven dejan paso a las amplitudes del espíritu, y las personas que nos rodean recuperan su verdadero rostro; las mismas bellezas de la naturaleza son gustadas profundamente. Sin que sea el descanso algo vacío ni motivo de aburrimiento, porque se busca el enriquecimiento espiritual. Si no, podemos vestirnos de fiesta pero sin saber "hacer fiesta", celebrar la fiesta, el domingo, como dicen los primeros cristianos del siglo II: "pasando toda nuestra vida como en una fiesta, persuadidos de que Dios está en todas partes, trabajamos cantando, navegamos al son de himnos, nos dedicamos a todas nuestras ocupaciones rezando. El cristiano que realmente lo es, habita constantemente con Dios: está siempre grave y alegre; grave por el respeto que debe a la presencia de Dios: alegre, porque reconoce todos los bienes que Dios ha hecho al hombre". Esto es lo que nos propone la Iglesia: Los cristianos convocados cada domingo para vivir y confesar la presencia del Resucitado están llamados a ser *evangelizadores y testigos*en su vida ordinaria. Y así hacer del día una Misa, dar testimonio de Jesús resucitado en el día a día, y nuestro corazón -como en un altar- ofrecerá a Dios todo lo que hacemos, unidos a Jesús: las situaciones concretas de la familia y de trabajo, relaciones sociales... El Papa nos animaba a mirar a la Virgen, para que "nos haga tomar conciencia de los dones de Dios y que el domingo se convierta cada vez más en el día en que las personas y las familias, reuniéndose para la Eucaristía y viviendo un descanso rico en alegría cristiana y solidaridad, canten la alabanza del Señor con los mismos sentimientos del corazón de María".

Bibliografia:

Juan Pablo II, *Dies Domini,* 1997; Centre de Pastoral Litúrgica, *Anar a Missa, per què?,* Barcelona 1999; Id: *Per què vaig a Missa els diumenges,* Barcelona 1998; J. Gomis, *La missa, el diumege, la vida,*Barcelona 1999; Josep Riera, per què hem d'anar a Missa. Una resposta. Vic 1986; Leandro Fanlo, "La Eucaristía, una fiesta infinita", Madrid 1998

Raniero Cantalamessa, "La Eucaristía, nuestra santificación", Valencia 1997; Josep Miró i Ardèvol, "Solo ante el espejo", La Vanguardia, 22.4.97; J. Escrivá de Balaguer, "La Eucaristía, misterio de fe y de amor", Madrid 1973