

opusdei.org

# Rezar con el Adoro te devote

Libro electrónico para meditar sobre la eucaristía con el Adoro te devote, uno de los cinco himnos que Santo Tomas de Aquino compuso en honor de Jesús en el Santísimo Sacramento.

20/06/2025

Con motivo del Año de la Eucaristía (2004), el entonces prelado del Opus Dei, Mons. Javier Echevarría, escribió esta carta en la que nos ayuda a meditar sobre la eucaristía con el

Adoro te devote, uno de los cinco himnos que Santo Tomas de Aquino compuso en honor de Jesús en el Santísimo Sacramento.

## **Descargar el libro electrónico «Rezar con el Adoro te devote»**

ePub ► [«Rezar con el Adoro te  
devote»](#)

Mobi ► [«Rezar con el Adoro te  
devote»](#)

PDF ► [«Rezar con el Adoro te devote»](#)

Google Play Books ► [«Rezar con el  
Adoro te devote»](#)

Apple Books ► [«Rezar con el Adoro te  
devote»](#)

# Oración del Adoro te devote

1. Te adoro con devoción, Dios escondido, oculto verdaderamente bajo estas apariencias. A ti se somete mi corazón por completo, y se rinde totalmente al contemplarte.

2. Al juzgar de ti se equivocan la vista, el tacto, el gusto; pero basta con el oído para creer con firmeza. Creo todo lo que ha dicho el Hijo de Dios: nada es más verdadero que esta palabra de verdad.

3. En la Cruz se escondía sólo la divinidad, pero aquí también se esconde la humanidad. Creo y confieso ambas cosas, y pido lo que pidió el ladrón arrepentido.

4. No veo las llagas como las vio Tomás, pero confieso que eres mi Dios. Haz que yo crea más y más en ti, que en ti espere, que te ame.

5. ¡Oh memorial de la muerte del Señor! Pan vivo que da la vida al hombre. Concédeme a mi alma que de ti viva, y que siempre saboree tu dulzura.

6. Señor Jesús, bondadoso pelícano, límpiame, a mí, inmundo, con tu sangre: de la que una sola gota puede liberar de todos los crímenes al mundo entero.

7. Jesús, a quien ahora veo escondido, te ruego que se cumpla lo que tanto ansío: que al mirar tu rostro ya no oculto, sea yo feliz viendo tu gloria. Amén.

## **Sumario**

**Adoro te devote, latens deitas, quæ  
sub his figuris vere latitas**

- Tanto amó Dios al mundo

- Un Dios cercano

- Actos de adoración

**Tibi se cor meum totum subiicit,  
quia, te contemplans, totum deficit**

- Pasmarse ante el misterio de amor
- En la "escuela" de San Josemaría

**Visus, tactus, gustus in te fallitur,  
sed auditu solo tuto creditur**

- Con la luz de la fe

**Credo quidquid dixit Dei Filius; nil  
hoc verbo veritatis verius**

- Palabras de vida
- Una actitud de confianza

**In Cruce latebat sola deitas, at hic  
latet simul et humanitas**

- Con Cristo en el Calvario
- El ladrón arrepentido
- Cátedra de todas las virtudes
- Entregarse al servicio de los demás

**Ambo tamen credens atque  
confitens, peto quod petivit latro  
pœnitens**

- Al ritmo de la contrición
- Fiarse de la misericordia divina

**Plagas, sicut Thomas, non intueor,  
Deum tamen meum te confiteor**

- La actitud inicial de Tomás
- A las llagas de Cristo

**Fac me tibi semper magis credere,  
in te spem habere, te diligere**

- Almas de eucaristía: fe, amor,  
esperanza
- Delicadezas del Señor

**O memoriale mortis Domini, panis  
vivus, vitam præstans homini**

- Memorial del Sacrificio de la Cruz
- Centro y raíz de la vida espiritual

- Una correspondencia esforzada
- Comunión con Cristo y unidad de la Iglesia

**Præsta meæ menti de te vivere, et te illi semper dulce sapere**

- Vivir de Cristo
- Unidad de vida

**Pie pellicane, Iesu Domine, me immundum munda tuo sanguine**

- Purificarse más y más
- Comulgar dignamente

**Cuius una stilla salvum facere totum mundum quit ab omni scelere**

- Dar a conocer la eficacia de la Eucaristía
- Amar la mortificación y la penitencia

**Iesu, quem velatum nunc aspicio, /  
oro, fiat illud quod tam sitio, / ut te  
revelata cernens facie, / visu sim  
beatus tuæ gloriæ**

- Hambres de ver el rostro de Cristo

- Prenda de la vida eterna

- La Santísima Virgen, mujer  
eucarística

.....

«En la Santísima Eucaristía se contiene todo el bien espiritual de la Iglesia, es decir, Cristo mismo, nuestra Pascua y Pan vivo, que por su Carne vivificada y que vivifica por el Espíritu Santo, da vida a los hombres» <sup>1</sup>. Esta misteriosa e inefable manifestación del amor de Dios por la humanidad, ocupa un lugar privilegiado en el corazón de los cristianos y, concretamente, de los hijos de Dios en el Opus Dei. Así lo



enseñó nuestro queridísimo Padre con su ejemplo, con su predicación y con sus escritos, cuando afirmaba que la Eucaristía constituye «el centro y la raíz de la vida espiritual del cristiano»<sup>2</sup>.

Por eso, nos ha llenado de alegría la decisión del Santo Padre, hecha pública en la pasada Solemnidad del Corpus Christi, de celebrar un *Año de la Eucaristía* en la Iglesia universal. Recordáis que este tiempo comienza en este mes de octubre, con el Congreso Eucarístico Internacional de Guadalajara (México), y se concluirá en octubre de 2005, con la Asamblea ordinaria del Sínodo de Obispos, dedicada precisamente a este admirable Sacramento.

En continuidad ideal con el Jubileo del 2000 y en el espíritu de la Carta Apostólica *Novo Millennio ineunte*, deseo que los fieles de la Prelatura, los Cooperadores y las personas que

se forman al calor del espíritu de la Obra, diariamente secundemos al Romano Pontífice y procuremos con todas nuestras fuerzas que la Sagrada Eucaristía ocupe cada vez más el núcleo de nuestra existencia entera. También os sugiero que, en este Año eucarístico, acompañados por la Virgen con el rezo del Rosario y movidos por el ejemplo de San Josemaría, vayamos activamente al Sagrario para manifestar a Jesús, hecho Hostia Santa, con profunda sinceridad: *Adoro te devote!*

Fijémonos esta meta con exigencia de conducta, porque tanto valdrá nuestra vida cuanto intensa sea nuestra piedad eucarística.

---

**Adoro te devote, latens deitas, quæ  
sub his figuris vere latitas**

***Tanto amó Dios al mundo***

Comenzamos con un acto personal de rendida adoración a la Eucaristía, al mismo Cristo, pues en este Santísimo Sacramento «están contenidos verdadera, real y sustancialmente el Cuerpo y la Sangre junto con el alma y la divinidad de nuestro Señor Jesucristo, y, por consiguiente, Cristo entero»<sup>3</sup>. Jesús se halla presente, pero no se le ve: está oculto bajo las especies de pan y de vino<sup>4</sup>. «Está escondido en el Pan ... por amor a ti»<sup>5</sup>.

El amor que manifiesta a las criaturas es la causa de que se haya quedado entre nosotros, en este mundo, bajo el velo eucarístico. «Desde pequeño he comprendido perfectamente el porqué de la Eucaristía: es un sentimiento que todos tenemos; querer quedarnos para siempre con quien amamos»<sup>6</sup>. Nuestro Padre, considerando el misterio del amor de Cristo que pone

sus delicias en estar entre los hijos de los hombres (cfr. *Prv* 8, 31), que no consiente en dejarnos huérfanos (cfr. *Jn* 14, 18), que ha decidido permanecer con nosotros hasta la consumación de los siglos (cfr. *Mt* 28, 20), ilustraba el motivo de la institución de este Sacramento con la imagen de las personas que se tienen que separar. «Desearían estar siempre juntas, pero el deber —el que sea— les obliga a alejarse»; y al no estar en condiciones de conseguirlo, «se cambian un recuerdo, quizá una fotografía», pero «no logran hacer más porque el poder de las criaturas no llega tan lejos como su querer». Jesús, Dios y Hombre, supera esos límites por amor nuestro. «Lo que nosotros no podemos, lo puede el Señor». Él «no deja un símbolo, sino la realidad: se queda Él mismo»<sup>7</sup>: el que nació de María en Belén; el que trabajó en Nazaret y recorrió Galilea y Judea y murió crucificado en el Gólgota; el

que resucitó gloriosamente al tercer día y se apareció a sus discípulos repetidas veces<sup>8</sup>.

La fe cristiana ha confesado siempre esta identidad, también para rechazar las nostalgias de quienes excusaban su escaso espíritu cristiano, alegando que no veían al Señor como los primeros discípulos; o de quienes argumentaban que se comportarían de otro modo si pudieran tratarlo físicamente.

«Cuántos dicen ahora: "¡Quisiera ver su forma, su figura, sus vestidos, su calzado!" Pues he ahí que a Él ves, a Él tocas, a Él comes. Tú deseas ver sus vestidos; pero Él se te da a sí mismo, no sólo para que lo veas, sino para que lo toques y lo comas, y le recibas dentro de ti. Nadie, pues, se acerque con desconfianza, nadie con tibieza: todos encendidos, todos fervorosos y vigilantes»<sup>9</sup>.

***Un Dios cercano***

San Josemaría nos ha enseñado a asumir con plenitud la fe en la presencia real de Jesucristo en la Eucaristía, de manera que el Señor entre verdaderamente en nuestra vida y nosotros en la suya, que le miremos y contemplemos —con los ojos de la fe— como a una persona realmente presente: nos ve, nos oye, nos espera, nos habla, se acerca y nos busca, se inmola por nosotros en la Santa Misa<sup>10</sup>.

Explicaba nuestro Padre que los hombres tienden a imaginar al Señor muy «lejos, donde brillan las estrellas», como desentendido de sus criaturas; y no terminan de creer «que también está siempre a nuestro lado»<sup>11</sup>. Quizá hayáis encontrado personas que consideran al Creador tan distinto de los hombres, que les parece que no le conciernen los pequeños o grandes avatares que componen la vida humana. Nosotros, sin embargo, sabemos que no es así,

que «Dios habita en lo más alto y mira las cosas pequeñas» (*Sal* 137, 6, Vg): se fija con amor en cada uno, todo lo nuestro le interesa.

«El Dios de nuestra fe no es un ser lejano, que contempla indiferente la suerte de los hombres: sus afanes, sus luchas, sus angustias. Es un Padre que ama a sus hijos hasta el extremo de enviar al Verbo, Segunda Persona de la Trinidad Santísima, para que, encarnándose, muera por nosotros y nos redima. El mismo Padre amoroso que ahora nos atrae suavemente hacia Él, mediante la acción del Espíritu Santo que habita en nuestros corazones»<sup>12</sup>. Su amor y su interés infinitos por cada uno de nosotros, han llevado al Hijo a quedarse en la Hostia Santa, además de a encarnarse y a trabajar y a sufrir como sus hermanos los hombres. Es verdaderamente *Emmanuel*, Dios con nosotros. «El Creador se ha desbordado en cariño

por sus criaturas. Nuestro Señor Jesucristo, como si aún no fueran suficientes todas las otras pruebas de su misericordia, instituye la Eucaristía para que podamos tenerle siempre cerca y —en lo que nos es posible entender— porque, movido por su Amor, quien no necesita nada, no quiere prescindir de nosotros»<sup>13</sup>.

### ***Actos de adoración***

Ante este misterio de fe y de amor, caemos en adoración; actitud necesaria, porque sólo así manifestamos adecuadamente que creemos que la Eucaristía es Cristo verdadera, real y sustancialmente presente con su Cuerpo, su Sangre, su Alma y su Divinidad. También resulta precisa esta disposición porque sólo así nuestro amor —rendido y total— puede alcanzar el nivel de respuesta adecuada al inmenso amor de Jesús por cada uno (cfr. *Jn* 13, 1; *Lc* 22, 15). Nuestra



adoración a Cristo sacramentado, por ser Dios, entraña a la vez gesto externo y devoción interna, enamoramiento. No es ritualismo convencional, sino oblación íntima de la persona que se traduce externamente. «En la Santa Misa adoramos, cumpliendo amorosamente el primer deber de la criatura para su Creador: «adorarás al Señor, Dios tuyo, y a Él sólo servirás» ( *Dt* 6, 13; *Mt* 4, 10). No adoración fría, exterior, de siervo, sino íntima estimación y acatamiento, que es amor entrañable de hijo»<sup>14</sup>.

Los gestos de adoración —como la inclinación de cabeza o de cuerpo, la genuflexión, la postración— quieren siempre expresar reverencia y afecto, sumisión, anonadamiento, deseo de unión, de servicio y, desde luego, ningún servilismo. La verdadera adoración no significa alejamiento, distancia, sino

identificación amorosa, porque «un hijo de Dios trata al Señor como Padre. Su trato no es un obsequio servil, ni una reverencia formal, de mera cortesía, sino que está lleno de sinceridad y de confianza»<sup>15</sup>.

¡Qué categoría concedía San Josemaría a esos modales de piedad, por pequeños que pudieran parecer! Esos detalles están llenos de sentido, revelan la finura interior de la persona y la calidad de su fe y de su amor. «¡Qué prisa tienen todos ahora para tratar a Dios! (...). Tú no tengas prisa. No hagas, en lugar de una genuflexión piadosa, una contorsión del cuerpo, que es una burla (...). Haz la genuflexión así, despacio, con piedad, bien hecha. Y mientras adoras a Jesús sacramentado, dile en tu corazón: *Adoro te devote, latens deitas*. Te adoro, mi Dios escondido»<sup>16</sup>.

Y más importancia aún reconocía a esa actitud interior de amor, que debe empapar todas las manifestaciones externas de la devoción eucarística. La adoración a Jesús sacramentado va de la contemplación de su amor por nosotros, a la declaración rendida del amor de la criatura por Él; pero no se queda sólo en cuestión de palabras, que también resultan necesarias, sino que se manifiesta sobre todo en hechos externos e internos de entregamiento: «que sepamos cada uno decir al Señor, sin ruido de palabras, que nada podrá separarnos de Él, que su disponibilidad —inerte— de quedarse en las apariencias ¡tan frágiles! del pan y del vino, nos ha convertido en esclavos voluntarios»<sup>17</sup>. Haciendo eco a San Juan Damasceno, Santo Tomás de Aquino explica que, en la verdadera adoración, la humillación exterior del cuerpo manifiesta y excita la

devoción interior del alma, el ansia de someterse a Dios y servirle<sup>18</sup>.

No hemos de tener reparo —¡al contrario!— en repetir al Señor que le amamos y le adoramos, pero hemos de avalorar esas palabras con nuestras obras de sujeción y de obediencia a su querer. «Dios Nuestro Señor necesita que le repitáis, al recibirlo cada mañana: ¡Señor, creo que eres Tú, creo que estás realmente oculto en las especies sacramentales! ¡Te adoro, te amo! Y, cuando le hagáis una visita en el oratorio, repetídselo nuevamente: ¡Señor, creo que estás realmente presente! ¡te adoro, te amo! Eso es tener cariño al Señor. Así le querremos más cada día. Luego, continuad amándolo durante la jornada, pensando y viviendo esta consideración: voy a acabar bien las cosas por amor a Jesucristo que nos preside desde el tabernáculo»<sup>19</sup>.

**Tibi se cor meum totum subiicit,  
quia, te contemplans, totum deficit**

***Pasmarse ante el misterio de amor***

Ante la entrega de Jesucristo en la Eucaristía, cuántas veces repetía nuestro Padre: «se quedó para ti»; «se humilló hasta esos extremos por amor a ti»<sup>20</sup>. Al contemplar tanto amor, el corazón creyente queda como fulminado, lleno de admiración, y desea corresponder a su vez dándose del todo al Señor. «Yo me pasmo ante este misterio de Amor»<sup>21</sup>. Cultivemos este sentimiento, esta disposición de la inteligencia y de la voluntad, para no acostumbrarnos y para mantener siempre el ánimo sencillo del niño que se maravilla ante los regalos que su padre le prepara. Expresemos

también con hondo agradecimiento: «Gracias, Jesús, gracias por haberte rebajado tanto, hasta saciar todas las necesidades de nuestro pobre corazón»<sup>22</sup>. Y, como consecuencia lógica, rompamos a cantar, alabando a nuestro Padre Dios, que ha querido alimentar a sus hijos con el Cuerpo y la Sangre de su Hijo; perseverando en esa alabanza porque siempre resultará corta<sup>23</sup>.

Jesús se ha quedado en la Eucaristía para remediar nuestra flaqueza, nuestras dudas, nuestros miedos, nuestras angustias; para curar nuestra soledad, nuestras perplejidades, nuestros desánimos; para acompañarnos en el camino; para sostenernos en la lucha. Sobre todo, para enseñarnos a amar, para atraernos a su Amor. «Cuando contempléis la Sagrada Hostia expuesta en la custodia sobre el altar, mirad qué amor, qué ternura la de Cristo. Yo me lo explico, por el amor

que os tengo; si pudiera estar lejos trabajando, y a la vez junto a cada uno de vosotros, ¡con qué gusto lo haría!»

»Cristo, en cambio, ¡sí puede! Y Él, que nos ama con un amor infinitamente superior al que puedan albergar todos los corazones de la tierra, se ha quedado para que podamos unirnos siempre a su Humanidad Santísima, y para ayudarnos, para consolarnos, para fortalecernos, para que seamos fieles»<sup>24</sup>.

«No son mis pensamientos como vuestros pensamientos, ni vuestros caminos son mis caminos —oráculo de Yahveh—. Pues cuanto superan los cielos a la tierra, así superan mis caminos a los vuestros y mis pensamientos a los vuestros» (*Is* 55, 8-9). La lógica eucarística sobrepasa toda lógica humana, no sólo debido a que la presencia de Cristo bajo las

especies sacramentales es un misterio que nunca podremos comprender plenamente con nuestra inteligencia; sino también porque la donación de Cristo en la Eucaristía desborda completamente la pequeñez del corazón humano, la de todos los corazones humanos juntos. A la capacidad de nuestra mente, tanta generosidad le puede parecer inexplicable, porque se halla muy distante de los egoísmos grandes o pequeños que tantas veces nos acechan.

«El más grande loco que ha habido y habrá es Él. ¿Cabe mayor locura que entregarse como Él se entrega, y a quienes se entrega?

»Porque locura hubiera sido quedarse hecho un Niño indefenso; pero, entonces, aun muchos malvados se enternecerían, sin atreverse a maltratarle. Le pareció



poco: quiso anonadarse más y darse más. Y se hizo comida, se hizo Pan.

»—¡Divino Loco! ¿Cómo te tratan los hombres?... ¿Yo mismo?»<sup>25</sup>.

Es necesario agrandar el corazón para acercarse a Jesús sacramentado. Ciertamente, se precisa la fe; pero se requiere además, para ser alma de Eucaristía, "saber querer", "saber darse a los demás", imitando — dentro de nuestra poquedad— la entrega de Cristo a todos y a cada uno. Con su experiencia personal, San Josemaría ha podido confiarnos: «La frecuencia con que visitamos al Señor está en función de dos factores: fe y corazón; ver la verdad y amarla»<sup>26</sup>.

### ***En la "escuela" de San Josemaría***

Nuestro Padre saboreó con hondura, desde muy joven, el amor de Cristo al quedarse en este Sacramento, porque tenía una fe muy grande —«que se

podía cortar»— y porque sabía amar: se podía poner «como ejemplo de hombre que sabe querer». Por eso, la «locura de amor» del Señor al donarse a nosotros en este Sacramento «le robó el corazón», y entendió el colmo de anonadamiento y humillación a que llegó el Señor por cariño tierno y recio a cada uno de nosotros. Por eso también, supo corresponder a ese amor sin ceder a la generalidad del anonimato: se consideró directamente interpelado por Cristo que se ofrecía por su vida, y por la de todos, en la Eucaristía, y estuvo en condiciones de escribir, refiriéndose al Santo Sacrificio: «"Nuestra" Misa, Jesús...»<sup>27</sup>.

Emprendamos cotidianamente ese itinerario de nuestro queridísimo Fundador: pidamos al Señor muchas veces con los Apóstoles, como repetía San Josemaría: *adauge nobis fidem!*; y, por tanto, aprendamos en "la escuela de Mariano" a darnos

constantemente a los demás, comenzando por servir a quienes se encuentran a nuestro alrededor, con una atención vibrante de amor sacrificado. Así sabremos también nosotros entrar en el misterio del Amor eucarístico y unirnos íntimamente al sacrificio de Cristo. A la vez, el amor que alberguemos al Señor sacramentado nos conducirá a darnos a los otros, precisamente sin que se note, sin hacerlo pesar: como Él, pasando ocultos. «Por amor y para enseñarnos a amar, vino Jesús a la tierra y se quedó entre nosotros en la Eucaristía»<sup>28</sup>.

Hemos de imitar en nuestra conducta personal el *oblatus est quia ipse voluit* (Is 53, 7, Vg) de Jesús: esa decidida determinación interior de donarse y entregarse a la persona amada, de cumplir lo que espera y pide. Necesitamos un corazón limpio, lleno de afectos rectos, vacío de los desórdenes que introduce el yo

desorbitado. «Las manifestaciones externas de amor deben nacer del corazón, y prolongarse con testimonio de conducta cristiana (...). Que nuestras palabras sean verdaderas, claras, oportunas; que sepan consolar y ayudar, que sepan, sobre todo, llevar a otros la luz de Dios»<sup>29</sup>.

Ser de verdad almas de Eucaristía no se reduce a la fiel observancia de unas ceremonias, que resultan desde luego indispensables; se extiende a la entrega completa del corazón y de la vida, por amor a Quien nos consigné y nos sigue consignando la suya con absoluta generosidad. Aprendamos de la Virgen la humildad y la disponibilidad sin condiciones para amar, acoger y servir a Jesucristo. Meditemos frecuentemente, como nos proponía nuestro queridísimo Padre, que Ella «fue concebida inmaculada para albergar en su seno a Cristo». Y afrontemos la pregunta

con que concluía esa invitación: «si la acción de gracias ha de ser proporcional a la diferencia entre don y méritos, ¿no deberíamos convertir todo nuestro día en una Eucaristía continua?»<sup>30</sup>.

[\[Volver al sumario\]](#)

---

**Visus, tactus, gustus in te fallitur,  
sed auditu solo tuto creditur**

***Con la luz de la fe***

¡Qué patente se alza el fracaso de los sentidos ante el Santísimo Sacramento! La experiencia sensible, camino natural para que nuestra inteligencia conozca lo que son las cosas, aquí no basta. Sólo el oído salva al hombre del naufragio sensible ante la Eucaristía. Sólo oyendo la Palabra de Dios que revela lo que la mente no percibe a través

de la sensibilidad, y acogéndola con la fe, se llega a saber que la sustancia —aunque lo parezca— no es pan sino el cuerpo de Cristo, no es vino sino la sangre del Redentor.

También la inteligencia zozobra, porque no alcanza ni alcanzará jamás a comprender la posibilidad de que permaneciendo lo sensible — las "especies"— del pan y del vino, la realidad sustancial constituya el Cuerpo y la Sangre de Cristo. «Lo que no comprendes y no ves, lo afirma una fe viva, más allá del orden propio de las cosas»<sup>31</sup>.

Por esta virtud teologal se consigue, ante el Misterio eucarístico, la certeza que a la sola razón humana se presenta como imposible. «Señor, yo creo firmemente. ¡Gracias por habernos concedido la fe! Creo en Ti, en esa maravilla de amor que es tu Presencia Real bajo las especies eucarísticas, después de la

consagración, en el altar y en los Sagrarios donde estás reservado. Creo más que si te escuchara con mis oídos, más que si te viera con mis ojos, más que si te tocara con mis manos»<sup>32</sup>.

«Es toda nuestra fe la que se pone en acto cuando creemos en Jesús, en su presencia real bajo los accidentes del pan y del vino»<sup>33</sup>. Fe en el poder del Creador; fe en Jesús, que afirma: «Esto es mi cuerpo», y añade: «Éste es el cáliz de mi sangre»; fe en la acción inefable del Espíritu Santo, que intervino en la encarnación del Verbo en el seno de la Virgen e interviene en la admirable conversión eucarística, en la transubstanciación.

Fe en la Iglesia, que nos enseña: «Cristo Redentor nuestro dijo ser verdaderamente su cuerpo lo que ofrecía bajo la apariencia de pan (*Mt* 26, 26 ss; *Mc* 14, 22 ss; *Lc* 22, 19 ss; 1

*Cor 11, 24 ss*); de ahí que la Iglesia de Dios tuvo siempre la persuasión, y ahora nuevamente lo declara en este santo Concilio, que por la consagración del pan y del vino se realiza la conversión de toda la sustancia del pan en la sustancia del cuerpo de Cristo Señor nuestro, y de toda la sustancia del vino en la sustancia de su sangre. La cual conversión, propia y convenientemente, fue llamada transubstanciación por la Santa Iglesia Católica»<sup>34</sup>.

En continuidad con este Concilio y con la entera Tradición, el Magisterio posterior ha insistido en que «toda explicación teológica que intente buscar alguna inteligencia de este misterio, debe mantener, para estar de acuerdo con la fe católica, que en la realidad misma, independientemente de nuestro espíritu, el pan y el vino han dejado de existir después de la consagración,



de suerte que el cuerpo y la sangre adorables de Cristo Jesús son los que están realmente delante de nosotros»<sup>35</sup>.

Os aconsejo que, especialmente a lo largo de este *Año de la Eucaristía*, releáis y meditéis algunos de los más importantes documentos que el Magisterio de la Iglesia ha dedicado al Santísimo Sacramento<sup>36</sup>. Acojamos con agradecimiento íntimo estos venerados textos, reforzando nuestra *obœdientia fidei* a la Palabra de Dios que en esas enseñanzas se nos transmite con autoridad dada por Jesucristo<sup>37</sup>.

[Volver al sumario]

.....

**Credo quidquid dixit Dei Filius; nil  
hoc verbo veritatis verius**

## ***Palabras de vida***

Nuestra fe se funda en las palabras mismas del Señor, que la Iglesia ha entendido siempre como son, es decir, en sentido plenamente real. Después de haber multiplicado los panes y los peces, el Señor declaró: «Yo soy el pan vivo que ha bajado del cielo. Si alguno come este pan vivirá eternamente; y el pan que Yo daré es mi carne para la vida del mundo» (*Jn* 6, 51). No hablaba en términos figurados; si hubiera sido así, al comprobar que muchos —incluidos algunos discípulos— se escandalizaban ante esos vocablos, los habría explicado de otro modo. Pero no lo hizo; al contrario, reafirmó con fuerza: «El que come mi carne y bebe mi sangre tiene vida eterna, y Yo le resucitaré en el último día. Porque mi carne es verdadera comida y mi sangre es verdadera bebida» (*Jn* 6, 54-55). Para que no pensaran que iba a ofrecérseles

como alimento de forma material y sensible, añadió: «El Espíritu es el que da la vida, la carne no sirve de nada; las palabras que os he hablado son espíritu y son vida» (Jn 6, 63).

Son palabras del *Verbum spirans amorem*: palabras de amor, que llevan al amor, porque revelan el Amor de Dios a la humanidad, que anuncian la Buena Nueva: «La Trinidad se ha enamorado del hombre»<sup>38</sup>. ¿Cómo no van a importarle nuestras cosas? ¿Cómo no intervendrá en nuestro favor cuando sea necesario? «Dice Sión: "Yahveh me ha abandonado, el Señor me ha olvidado". ¿Puede una mujer olvidar a su niño de pecho, no compadecerse del hijo de sus entrañas? Pues aunque ella pudiera olvidarle, yo no te olvidaré» (Is 49, 14-15). Este interés, este cuidado de Dios por cada uno de nosotros, con la encarnación del Verbo nos llega a través de su Corazón humano.

«Conmueven a Jesús el hambre y el dolor, pero sobre todo le conmueve la ignorancia. "Vio Jesús la muchedumbre que le aguardaba, y enterneciéronsele con tal vista las entrañas, porque andaban como ovejas sin pastor, y así se puso a instruirlos sobre muchas cosas" (Mc 6, 34)»<sup>39</sup>.

### ***Una actitud de confianza***

En el plano natural, es lógico subrayar la importancia de la experiencia sensible, como fundamento de la ciencia y del saber. Pero si los ojos se quedan «pegados a las cosas terrenas», no es difícil o extraño que suceda lo que describía nuestro Padre: «Los ojos se embotan; la razón se cree autosuficiente para entender todo, prescindiendo de Dios (...). La inteligencia humana se considera el centro del universo, se entusiasma de nuevo con el "seréis como dioses" (Gn 3, 5) y, al llenarse

de amor por sí misma, vuelve la espalda al amor de Dios»<sup>40</sup>. En una época que «fomenta un clima mundial para centrar todo en el hombre; un ambiente de materialismo, desconocedor de la vocación trascendente del hombre»<sup>41</sup>, hemos de cultivar en nosotros y difundir a nuestro alrededor la actitud de apertura a los demás, de confianza razonable en la palabra de los otros.

Antes os señalaba que, para comprender el «derroche divino»<sup>42</sup> de la Eucaristía, es preciso "saber querer"; considerad también que es igualmente necesario "saber oír" y confiar, ante todo, en Dios y en su Iglesia. La fe —sometimiento y, a la vez, elevación de la inteligencia— en Jesús sacramentado nos librára de esa espiral nefasta que aleja de Dios y también de los demás; nos defenderá de ese «engreimiento general» que encubre «el peor de los

males»<sup>43</sup>. Ese postrar la inteligencia ante la Palabra increada, oculta en las especies de pan, nos ayuda también a no fiarnos sólo de nuestros sentidos y de nuestro juicio, y a reforzar en nosotros la autoridad de Dios que no se equivoca ni puede equivocarse.

En el Sagrario se esconde la fortaleza, el refugio más seguro contra las dudas, contra los temores y las inquietudes<sup>44</sup>. Éste es el Sacramento de la Nueva Alianza, de la Alianza eterna, novedad última y definitiva porque ya no cabe otra posibilidad de darse más. Sin Cristo, el hombre y el mundo se quedarían a oscuras. También la vida del cristiano se torna más y más sombría si se separa de Él. Este Sacramento, con su definitiva novedad, ahuyenta para siempre lo viejo, la incredulidad, el pecado. «Lo caduco, lo dañoso y lo que no sirve —el desánimo, la desconfianza, la

tristeza, la cobardía— todo eso ha de ser echado fuera. La Sagrada Eucaristía introduce en los hijos de Dios la novedad divina, y debemos responder *in novitate sensus* (Rm 12, 2), con una renovación de todo nuestro sentir y de todo nuestro obrar. Se nos ha dado un principio nuevo de energía, una raíz poderosa, injertada en el Señor»<sup>45</sup>.

---

**In Cruce latebat sola deitas, at hic  
latet simul et humanitas**

### ***Con Cristo en el Calvario***

La celebración de la Eucaristía nos sitúa en el Calvario, pues «en este divino sacrificio, que en la Misa se realiza, se contiene e incruentamente se inmola aquel mismo Cristo que una sola vez se ofreció Él mismo cruentamente en el altar de la cruz (Hb 9, 27) (...). Una sola y la misma es,

en efecto, la víctima, y el que ahora se ofrece por el ministerio de los sacerdotes, es el mismo que entonces se ofreció a sí mismo en la cruz, siendo sólo distinta la manera de ofrecerse»<sup>46</sup>. «Y al Calvario tenemos acceso «no solamente a través de un recuerdo lleno de fe, sino también en un contacto actual, puesto que *este sacrificio se hace presente* , perpetuándose sacramentalmente en cada comunidad que lo ofrece por manos del ministro consagrado»<sup>47</sup>.

En el Gólgota, en otra cruz, cerca de Jesús está Dimas, el buen ladrón. Coincidimos con él en ese hallarnos realmente ante la misma Persona, en asistir al mismo dramático acontecimiento. También coincidimos —o queremos coincidir— en la fe profunda en esa Persona: él creyó que Jesús traía consigo el Reino de Dios y, arrepentido, deseaba estar con Cristo en ese Reino. Nosotros creemos igualmente que es



Dios, el Hijo de Dios, que se hizo hombre para salvarnos; pero nos distinguimos de aquel pecador contrito en que él veía la humanidad de Cristo, pero no la divinidad; nosotros, en Jesús sacramentado, no vemos ni la divinidad ni la humanidad.

### ***El ladrón arrepentido***

A diferencia del otro malhechor, Dimas reconocía sus culpas, aceptaba el castigo merecido por sus ofensas y confesaba la santidad de Jesús: «Éste ningún mal ha hecho» (Lc 23, 41). También nosotros rogamos al Señor que nos acoja en su Reino. Para recibirle más purificados en nuestro pecho, confesamos nuestras culpas y le pedimos perdón; cuando sea necesario también, como la Iglesia nos enseña, acudiendo antes con dolor constructivo al sacramento de la Reconciliación:

«Si no es decente que nadie se acerque a función alguna sagrada, sino santamente; (...) con tanta más diligencia (el cristiano) debe evitar acercarse a recibirlo sin grande reverencia y santidad, señaladamente leyendo en el Apóstol aquellas tremendas palabras: "El que come y bebe indignamente, come y bebe su propio juicio, al no discernir el cuerpo del Señor" (1 *Cor* 11, 29). Por lo cual, al que quiere comulgar hay que traerle a la memoria el precepto suyo: "Mas pruébese a sí mismo el hombre" (1 *Cor* 11, 28).

»La costumbre de la Iglesia declara ser necesaria aquella prueba por la que nadie debe acercarse a la Sagrada Eucaristía con conciencia de pecado mortal, por muy contrito que le parezca estar, sin preceder la confesión sacramental»<sup>48</sup>.

La humildad de Cristo crucificado movió a Dimas a no engreírse y a

aceptar con mansedumbre el sufrimiento, rechazando la tentación de rebelarse. «Humildad de Jesús: en Belén, en Nazaret, en el Calvario... — Pero más humillación y más anonadamiento en la Hostia Santísima: más que en el establo, y que en Nazaret y que en la Cruz»<sup>49</sup>. Imitemos al *latro pœnitens* en la disposición humilde, con mayor motivo, porque el ejemplo de anonadamiento en la Eucaristía, que contemplamos con la fe, es aún mayor que aquél que él vio con sus ojos en el Calvario. Cuando el "yo" se alce soberbio, reclamando derechos de comodidad, sensualidad, reconocimientos o agradecimientos, el remedio es mirar al Crucificado, ir al Sagrario, participar sacramentalmente en su sacrificio. A esa conclusión llegaba nuestro Padre, que cerraba así ese punto de *Camino*: «Por eso, ¡qué obligado estoy a amar la Misa!»<sup>50</sup>.

## ***Cátedra de todas las virtudes***

Escribe Santo Tomás de Aquino que Cristo en la Cruz da ejemplo de toda virtud: «Passio Christi sufficit ad informandum totaliter vitam nostram»<sup>51</sup>, basta volver los ojos al Crucificado, para aprender cuanto necesitamos en esta vida. E insiste: «Nullum enim exemplum virtutis abest a Cruce»<sup>52</sup>, no faltan ejemplos de ninguna virtud, abundan claramente para todas: fortaleza, paciencia, humildad, desprendimiento, caridad, obediencia, desprecio de los honores, pobreza, abandono...

De la Eucaristía podemos afirmar otro tanto: es cátedra excelsa de amor y de humildad; en este divino Don, podemos fortalecernos también en las demás virtudes cristianas. «En la Sagrada Eucaristía y en la oración está la cátedra en la que aprendemos a vivir, sirviendo con servicio alegre

a todas las almas: a gobernar, también sirviendo; a obedecer en libertad, queriendo obedecer; a buscar la unidad en el respeto de la variedad, de la diversidad, en la identificación más íntima»<sup>53</sup>.

Se demuestra especialmente como cátedra para las virtudes que deben cultivarse a diario en el trabajo y en la familia, en las situaciones comunes de las personas corrientes: saber esperar, saber acoger a todos, estar disponible siempre... El silencio de Jesús sacramentado resulta sobre todo elocuente para quienes, como nosotros, hemos de santificarnos *nel bel mezzo della strada*, atareados en mil ocupaciones en apariencia de escasa importancia. Desde el silencio de esa sede, Él nos puntualiza que la vida ordinaria nos ofrece —con la humildad en que transcurre— una posibilidad constante de santificación y de apostolado; que encierra todo el tesoro y la fuerza de

Dios, que interviene y dialoga en cada instante con nosotros, y se interesa hasta de la caída de un cabello de la criatura (cfr. *Mt* 10, 29).

Contemplando a Jesús sacramentado, nos adentramos en la necesidad de movernos con rectitud de intención, con no tener otra voluntad que la de cumplir el querer divino: servir a las almas para que lleguen al Cielo. Se descubre la trascendencia de darnos a los demás, gastando la propia existencia en acompañar a nuestros hermanos los hombres, sin ruido, con paciencia, discretamente; con la amistad y el afecto manifestados en obras quizá pequeñas pero concretas y útiles; con la disponibilidad de tiempo y con la amplitud de corazón que sabe pronunciar para todos, para cada uno, la oportuna palabra, el consejo y el consuelo necesarios, el comentario doctrinal y la corrección fraterna.

«Él se abaja a todo, admite todo, se expone a todo —a sacrilegios, a blasfemias, a la frialdad de la indiferencia de tantos—, con tal de ofrecer, aunque sea a un hombre solo, la posibilidad de descubrir los latidos de un Corazón que salta en su pecho llagado»<sup>54</sup>.

### ***Entregarse al servicio de los demás***

Ante la presencia real de Jesús en el Sagrario, se comprende la eficacia inefable de «ocultarse y desaparecer», que no entraña caer en el *dolce far niente*, aislarse de los demás, dejar de influir en el ambiente y en el desarrollo de los acontecimientos en el propio ámbito familiar, profesional o social. Se traduce, por el contrario, en dar toda la gloria a Dios y respetar la libertad de los demás; y también en empujarles hacia el Señor no con ruido humano, sino con la "coacción"

de la propia entrega y de la virtud alegre y generosa.

Mirando al Señor sacramentado, nos persuadimos de la conveniencia de "hacernos pan"; de que los demás puedan alimentarse de lo nuestro — de nuestra oración, de nuestro servicio, de nuestra alegría— para ir adelante en el camino de la santidad. Nos convencemos de la necesidad del «sacrificio escondido y silencioso»<sup>55</sup>, sin espectáculo ni gestos grandilocuentes. «Jesús se quedó en la Eucaristía por amor..., por ti.

»—Se quedó, sabiendo cómo le recibirían los hombres..., y cómo lo recibes tú.»

»—Se quedó, para que le comas, para que le visites y le cuentes tus cosas y, tratándolo en la oración junto al Sagrario y en la recepción del Sacramento, te enamores más cada día, y hagas que otras almas — ¡muchas!— sigan igual camino»<sup>56</sup>.



En la Eucaristía, Jesús muestra con elocuencia divina que, para ser como Él, hay que entregarse completamente y sin regateos a los demás, hasta hacer de nuestro caminar un servicio constante. «Llegarás a ser santo si tienes caridad, si sabes hacer las cosas que agraden a los demás y que no sean ofensa a Dios, aunque a ti te cuesten»<sup>57</sup>.

---

**Ambo tamen credens atque  
confitens, peto quod petivit latro  
pœnitens**

### ***Al ritmo de la contrición***

Volvamos a la escena del Calvario, para escuchar la petición del buen ladrón, que tanto removía a San Josemaría cuando meditaba el *Adoro te devote*. «He repetido muchas veces aquel verso del himno eucarístico:

"Peto quod petivit latro pœnitens", y siempre me conmuevo: ¡pedir como el ladrón arrepentido!

»Reconoció que él sí merecía aquel castigo atroz... Y con una palabra robó el corazón a Cristo y se "abrió" las puertas del Cielo»<sup>58</sup>.

Especialmente en los últimos años, ante las dificultades de la Iglesia, nuestro Padre se acogía con toda su alma a la misericordia divina, pidiendo esta comprensión, este amor de Dios para sí y para todos. No exhibía méritos, que pensaba no tener; «todo lo ha hecho el Señor», aseguraba convencido. No se apelaba a motivos de justicia para conseguir del Señor la ayuda en la tribulación y en la prueba; buscaba el refugio de su compasión. Así, de la fe en Cristo pasaba a la contrición: a la conversión constante y alegre. Con esta lógica actuaba nuestro Padre, bien seguro de que *cor contritum et*

*humiliatum, Deus, non despicias* (Sal 50 [51], 19), no desprecia Dios un corazón contrito y humillado.

Ahora, con su intercesión en el Cielo, hemos de asimilar ese ritmo de fe y dolor que constituye la señal inequívoca de auténtica vida interior. El trato eucarístico reforzará nuestra esperanza, nuestra confianza en la misericordia del Señor, de muchos modos; entre otros, ayudándonos a descubrir nuestras miserias para que las llevemos al pie de la Cruz y así, con la lucha contra los defectos, alcemos victoriosa la Cruz del Señor sobre nuestras vidas, sobre nuestras debilidades.

### ***Fiarse de la misericordia divina***

Dimas encontró la misericordia y la gracia divinas transformando aquella actividad que antes era su "profesión": asaltar y robar a otros. En la cruz, por la fe y un dolor sincero, "asaltó" a Cristo, le "robó" el

corazón y entró con Él en la gloria. Nuestro Padre nos ha transmitido la «amorosa costumbre de "asaltar" Sagrarios»<sup>59</sup>; nos ha enseñado, sobre todo, a unir nuestro trabajo santificado a la ofrenda que Jesús hace de Sí mismo en la Misa y a trabajar así con la fuerza que dimana de su sacrificio.

La experiencia del *latro pœnitens* es también la nuestra: de la misericordia del Señor esperamos nuestra santificación. Al recibir su perdón y su gracia, reflejamos estos dones en la fraternidad con que tratamos a todos, pues la santidad, la perfección, está directamente relacionada con la misericordia. Lo expresa claramente el mismo Señor: «Sed perfectos como vuestro Padre celestial es perfecto» (*Mt* 5, 48); y «sed misericordiosos como vuestro Padre es misericordioso» (*Lc* 6, 36).

Pero hemos de tener siempre presente que «la misericordia no se queda en una escueta actitud de compasión: la misericordia se identifica con la superabundancia de la caridad que, al mismo tiempo, trae consigo la superabundancia de la justicia»<sup>60</sup>. Se traduce sencillamente en darse y dedicarse a los demás, como el buen samaritano: sin descuidar los propios deberes y, al mismo tiempo, decidirse a sacrificar la comodidad y a prescindir de pequeños —o no tan pequeños— planes e intereses personales. «Misericordia significa mantener el corazón en carne viva, humana y divinamente transido por un amor recio, sacrificado, generoso»<sup>61</sup>.

Entendida de ese modo, esta disposición activa del ánimo cabe aplicarla analógicamente a Cristo, Dios y Hombre. Esto resultaría absurdo si refiriéramos nuestra misericordia a Dios en sí mismo,

pero no lo es en relación a la Humanidad de Jesús, pues el mismo Señor nos ha dicho que considera dirigida a Él la misericordia usada con sus hermanos los hombres, aun los más pequeños (cfr. *Mt* 25, 40). Además, podemos vivir la misericordia de algún modo —como desagravio— con la Humanidad del Señor oculta en el Sagrario, donde se nos presenta como «el Gran Solitario»: es un profundo acto de amor y de piedad ir a visitarle a la «cárcel de amor», donde se ha quedado «voluntariamente encerrado»<sup>62</sup> porque ha querido estar siempre con nosotros, hasta el final.

¡Cuántas posibilidades se nos abren para "tratarle bien", para acompañarle, para manifestarle cariño! A tal conducta nos alentaba San Josemaría: «Jesús Sacramentado, que nos esperas amorosamente en tantos Sagrarios abandonados, yo pido que en los de nuestros Centros

te tratemos siempre "bien", rodeado del cariño nuestro, de nuestra adoración, de nuestro desagravio, del incienso de las pequeñas victorias, del dolor de nuestras derrotas»<sup>63</sup>.

---

**Plagas, sicut Thomas, non intueor,  
Deum tamen meum te confiteor**

### ***La actitud inicial de Tomás***

Ocho días después de la Resurrección de Jesús, en el Cenáculo, Tomás mira al Señor, que le muestra sus llagas y le dice: «Trae aquí tu dedo y mira mis manos, y trae tu mano y métela en mi costado, y no seas incrédulo sino fiel» (Jn 20, 27). Nosotros, en la Eucaristía, nos encontramos también realmente ante su cuerpo glorioso, aunque a la vez en estado de víctima —*Christus passus*— por la separación sacramental del cuerpo y de la sangre. «El sacrificio eucarístico no

sólo hace presente el misterio de la pasión y muerte del Salvador, sino también el misterio de la resurrección, que corona su sacrificio. En cuanto viviente y resucitado, Cristo se hace en la Eucaristía "pan de vida" (*Jn* 6, 35 y 48), "pan vivo" (*Jn* 6, 51)»<sup>64</sup>.

Podemos pensar que el Apóstol Tomás, cuando prendieron a Jesús en Getsemaní y después —ante el "fracaso humano" de Cristo—, se sentiría desconcertado, defraudado, desesperanzado. Quizá su hundimiento interior fuese especialmente emotivo y por esto le costase, más que a los otros diez, aceptar la realidad de la Resurrección del Señor. Se le hizo particularmente difícil volver a creer en Jesús, esperar de nuevo en Él, llenarse otra vez de sólida ilusión; en pocas palabras: amarle y sentirse amado por Él. Y puso condiciones.



Dios se ha revelado progresivamente, y el curso histórico de la Revelación de alguna manera se traduce a nivel personal en el itinerario de fe de cada uno. Cualquier nuevo paso en ese camino significa un abandono interior también "nuevo", que resulta más costoso, que obliga a una mayor identificación con Cristo, muriendo más y más al propio yo. Y nos conviene estar prevenidos, porque la reacción de Santo Tomás puede también asomarse a nuestra alma: una actitud de incredulidad, de resistencia a creer sin vacilación, a creer más: no nos extrañemos ni nos asustemos. Para salvar este inconveniente, repitamos con más fe ante el Sagrario y en otras ocasiones: *Dominus meus et Deus meus!* (Jn 20, 28).

Los Apóstoles creían en Jesús como profeta y enviado de Dios; como Mesías y Salvador de Israel; como Hijo de Dios. Pero se habían formado

una idea inexacta de cómo se actuaría esa salvación y qué formas asumiría el Reino de su Maestro. Los anuncios que Cristo puntualizó sobre su pasión y muerte, al menos tres veces, no los entendieron del todo. Luego, en parte por su indolencia y en parte por toda la tragedia de la pasión, los acontecimientos les pusieron violentamente ante el plan de Dios, y todos naufragaron excepto San Juan. Y les costó, de modo particular a Santo Tomás, aceptar la realidad gloriosa de Cristo resucitado. Pero las diversas apariciones del Señor resolvieron sus reservas, y el mismo Tomás superó su flojedad espiritual, como acabo de mencionar, con un maravilloso acto de fe y de amor: *Dominus meus et Deus meus! A la hora de las pruebas*

No excluyamos en nosotros mismos, por diversos motivos, una inicial resistencia a creer, por la acumulación de experiencias

negativas; por la adversidad de un ambiente anticristiano; o por «un encuentro inopinado con la Cruz»<sup>65</sup>, que se nos muestra más concreta y cruda: «Porque Dios nos pide a todos una abnegación plena, y a veces el pobre hombre de barro —de que estamos hechos— se rebela; sobre todo, si hemos dejado que nuestro yo se interponga en el trabajo, que ha de ser para Dios»<sup>66</sup>.

Ese tipo de situaciones las superamos siempre, con la gracia divina, si las afrontamos por lo que son:

invitaciones a acercarnos más a Dios, a conocerle mejor y amarle más, a servirle con más eficacia. Y el medio más seguro para superarlas nos viene facilitado por el encuentro con Cristo crucificado y glorioso; con Jesús sacramentado. De modo muy especial, entonces, ha llegado el momento de ir al Sagrario a hablar con el Señor, que nos muestra sus llagas como credenciales de su amor;

y, con fe en esas llagas que físicamente no contemplamos, descubriremos con los apóstoles la necesidad del Misterio de que «Cristo padeciera y así entrara en su gloria» (Lc 24, 26); acogeremos más claramente la Cruz como un don divino, entendiendo así aquella exhortación de nuestro Padre: «empeñémonos en ver la gloria y la dicha ocultas en el dolor»<sup>67</sup>.

### ***A las llagas de Cristo***

Insisto, hijas e hijos míos, no debemos sorprendernos ni asustarnos si nos topamos con situaciones especialmente duras, en las que el "claroscuro" de la fe nos presenta más explícitamente su dimensión de oscuridad; ocasiones en que quizá resulte más difícil reconocer a Cristo, ni tan siquiera otear por dónde pasa el camino querido por Dios. Este tipo de pruebas interiores puede deberse, a

veces, a la miseria humana, a la falta de correspondencia; pero con frecuencia no es así, sino que forma parte del plan querido por Dios para identificarnos con Jesucristo, para santificarnos.

Ha llegado el momento de "ir", como hizo el Apóstol Tomás, a las llagas de Cristo. Así nos lo explica San Josemaría: «No olvidéis que estar con Jesús es, seguramente, toparse con su Cruz. Cuando nos abandonamos en las manos de Dios, es frecuente que Él permita que saboreemos el dolor, la soledad, las contradicciones, las calumnias, las difamaciones, las burlas, por dentro y por fuera: porque quiere conformarnos a su imagen y semejanza, y tolera también que nos llamen locos y que nos tomen por necios.

»Es la hora de amar la mortificación pasiva, que viene —oculta o

descarada e insolente— cuando no la esperamos (...).

»Al admirar y al amar de veras la Humanidad Santísima de Jesús, descubriremos una a una sus Llagas. Y en esos tiempos de purgación pasiva, penosos, fuertes, de lágrimas dulces y amargas que procuramos esconder, necesitaremos meternos dentro de cada una de aquellas Santísimas Heridas: para purificarnos, para gozarnos con esa Sangre redentora, para fortalecernos (...).

»Id como más os conmueva: descargad en las Llagas del Señor todo ese amor humano... y ese amor divino. Que esto es apetecer la unión, sentirse hermano de Cristo, consanguíneo suyo, hijo de la misma Madre, porque es Ella la que nos ha llevado hasta Jesús»<sup>68</sup>.

No sólo en momentos de prueba, sino siempre, busquemos más

perseverantemente el encuentro con Cristo resucitado, que nos espera en el Altar y en el Sagrario. ¡Con cuánta confianza y seguridad hemos de acudir a la oración ante Jesús sacramentado, para pedir, con la audacia de los niños, por tantas necesidades e intenciones! Tomás apóstol puso ese encuentro como condición para creer; nosotros, ahora, por la gracia de Dios, abrigamos la certeza de que en ese situarnos ante Jesús se resuelven todas nuestras dificultades espirituales. No contemplamos ni la humanidad ni la divinidad del Señor, pero creemos firmemente, y vamos a Él, que «nos ve, nos oye, nos espera y nos preside desde el Tabernáculo, donde está realmente presente escondido en las especies sacramentales (...), que pregunta: ¿qué te pasa? Me pasa... y enseguida, luz o, al menos, aceptación y paz»<sup>69</sup>. Así seremos fieles y sentiremos el impulso y la fuerza para decir a todo

el mundo, sin respetos humanos, con naturalidad y con urgencia, que hemos encontrado a Cristo, que le hemos tocado, ¡que vive!

Saborearemos, como San Josemaría, la verdad y el gozo de que *Iesus Christus heri et hodie idem, et in sæcula!* (Hb 13, 8).

---

**Fac me tibi semper magis credere,  
in te spem habere, te diligere**

***Almas de eucaristía: fe, amor,  
esperanza***

El crecimiento de la vida espiritual está directamente relacionado con el crecimiento de la devoción eucarística. ¡Con qué fuerza lo predicó nuestro Padre! Como fruto de su propia experiencia espiritual, nos empuja a cada una, a cada uno: «¡Sé alma de Eucaristía! —Si el centro de tus pensamientos y



esperanzas está en el Sagrario, hijo, ¡qué abundantes los frutos de santidad y de apostolado!»<sup>70</sup>.

El deseo de santidad y el celo apostólico encuentran en la contemplación eucarística su cauce y su fundamento más sólido. «No comprendo cómo se puede vivir cristianamente sin sentir la necesidad de una amistad constante con Jesús en la Palabra y en el Pan, en la oración y en la Eucaristía. Y entiendo muy bien que, a lo largo de los siglos, las sucesivas generaciones de fieles hayan ido concretando esa piedad eucarística»<sup>71</sup>.

Cuando Dios se acerca al alma para atraerla a Sí, la criatura debe disponerse con más actos de fe, de esperanza y de amor; debe intensificar su vida teologal, traduciéndola en más oración, más penitencia, mayor frecuencia de sacramentos, más intenso trato

eucarístico. Así se comportó siempre nuestro Padre, sobre todo desde que el Señor empezó a manifestarse a su alma, con aquellos barruntos de amor. Ya en el Seminario de San Carlos pasó noches enteras en oración, acompañando al Señor en el Sagrario; a medida que transcurrían las jornadas, percibía hondamente la urgencia de estar más con Él.

El camino cristiano es senda esencialmente teologal: fruto del conocimiento sobrenatural, de la tensión al Bien infinito que es la Trinidad, de la comunión en la caridad. Y la adoración eucarística contiene su expresión más sublime, porque se dirige a Dios tal como Él ha decidido quedarse más a nuestro alcance. A la vez, y por lo mismo, se nos muestra como el medio mejor para crecer en esas tres virtudes. Nuestro Padre las pedía todos los días, precisamente en la Santa Misa, mientras alzaba a Jesús

sacramentado en la Hostia  
consagrada y en el cáliz con su  
Sangre: *adauge nobis fidem, spem,  
caritatem!*

La fe, la esperanza y la caridad:  
virtudes sobrenaturales, que sólo  
Dios puede infundir en las almas y  
sólo Él puede intensificar. Pero eso  
no significa que la recepción de estos  
dones divinos exima de la  
colaboración personal, porque en  
todos sus planes jamás el  
Omnipotente impone su amor: «No  
quiere esclavos, sino hijos, y respeta  
nuestra libertad»<sup>72</sup>. Por esto, de  
ordinario, dispone que su acción  
inefable esté acogida y acompañada  
por el esfuerzo de la criatura:  
admirémonos ante la categoría que  
nos atribuye.

### ***Delicadezas del Señor***

Cabe descubrir que el ocultamiento  
de Jesucristo en las especies  
eucarísticas, que responde a las

exigencias de la economía sacramental, también responde precisamente al deseo divino de no forzar la libertad humana.

Ocultándose, el Señor nos invita a buscarle, mientras Él sale a nuestro encuentro, «se hace el encontradizo»<sup>73</sup>. ¡Cuántas veces sucedió así con San Josemaría, que, sin darse cuenta, sin proponérselo expresamente, se encontraba "rumiando" palabras de la Escritura que iluminaban aspectos de su labor, que le manifestaban la voluntad de Dios, que contestaban a problemas y dudas que había expuesto a su Señor! «Cuenta el Evangelista que Jesús, después de haber obrado el milagro, cuando quieren coronarle rey, se esconde.

»—Señor, que nos haces participar del milagro de la Eucaristía: te pedimos que no te escondas, que vivas con nosotros, que te veamos, que te toquemos, que te sintamos,

que queramos estar siempre junto a Ti, que seas el Rey de nuestras vidas y de nuestros trabajos»<sup>74</sup>.

La vida teologal, de fe, esperanza y caridad, por su misma naturaleza tiende siempre a más, a un crecimiento de la correspondencia: no se conforma con lo que ya hace. Señal de amar de verdad a Dios, por tanto, es juzgar que se le ama poco, que se ha de aumentar el trato diario. Sólo quien alberga un amor escaso, piensa que ya ama mucho. Nuestro Padre nos interpela con fuerza: «¿Que... ¡no puedes hacer más!? —¿No será que... no puedes hacer menos?»<sup>75</sup>. Respondamos, acudiendo una vez más a Cristo, Señor nuestro, oculto en el Sagrario: «Fac me tibi semper magis credere, in te spem habere, te diligere!».

Esta tensión a "más" —como toda la vida cristiana— encuentra en la Eucaristía su raíz y su centro. Porque

Jesús eucarístico es la cumbre del "crescendo" de donación de Dios a la humanidad, y —al identificarnos con Él— nos comunica esa misma tendencia al "crescendo" en entrega personal, "suaviter et fortiter", como llevándonos de la mano. Así lo expresaba San Josemaría: «Comenzaste con tu visita diaria... — No me extraña que me digas: empiezo a querer con locura la luz del Sagrario»<sup>76</sup>. Y, ante el Tabernáculo, supliquemos con fervorosa piedad a Jesús que nos conceda a todos, más y más, una «fe operativa», una «caridad esforzada», una «esperanza constante» (1 Ts 1, 3).

---

**O memoriale mortis Domini, panis  
vivus, vitam præstans homini**

***Memorial del Sacrificio de la Cruz***

La Eucaristía es memorial de la muerte del Señor y banquete donde Cristo nos da como alimento su cuerpo y su sangre. «La divina sabiduría —enseña Pío XII— ha hallado un modo admirable para hacer manifiesto el sacrificio de nuestro Redentor con señales exteriores, que son símbolos de muerte. En efecto, gracias a la transubstanciación del pan en el cuerpo y del vino en la sangre de Cristo, así como está realmente presente su cuerpo, también lo está su sangre; y de esa manera las especies eucarísticas, bajo las cuales se halla presente, simbolizan la cruenta separación del cuerpo y de la sangre. De este modo, la conmemoración de su muerte, realmente sucedida en el Calvario, se repite en cada uno de los sacrificios del altar; ya que por medio de señales diversas se significa y se muestra a Jesucristo en estado de víctima»<sup>77</sup>.

Juan Pablo II, al exponer esta doctrina, escribe: «La Misa hace presente el sacrificio de la Cruz, no se le añade y no lo multiplica. Lo que se repite es su celebración memorial, la "manifestación memorial" (*memorialis demonstratio*), por la cual el único y definitivo sacrificio redentor de Cristo se actualiza siempre en el tiempo. La naturaleza sacrificial del Misterio eucarístico no puede ser entendida, por tanto, como algo aparte, independiente de la Cruz o con una referencia solamente indirecta al sacrificio del Calvario»<sup>78</sup>.

La Santa Misa jamás se queda, por tanto, en un simple recuerdo del acontecimiento salvador del Gólgota, sino que lo actualiza sacramentalmente. Todo sacramento realiza lo que significa; así, la Misa significa y hace presente el mismo sacrificio de Jesús en el Calvario. Nos trae el memorial vivo de la Pasión y Muerte de Nuestro Señor. «Cuando la



Iglesia celebra la Eucaristía, hace memoria de la Pascua de Cristo y ésta se hace presente: el sacrificio que Cristo ofreció de una vez para siempre en la Cruz, permanece siempre actual»<sup>79</sup>. En el Sacrificio de la Misa, unimos todo lo nuestro al ofrecimiento con que Jesucristo, Cabeza de la Iglesia, se entregó a Dios Padre, en adoración, acción de gracias, satisfacción por los pecados de la humanidad y petición por todas las necesidades del mundo.

### ***Centro y raíz de la vida espiritual***

Nuestro Fundador, en sus catequesis, se esforzaba en explicar la íntima relación existente entre la Última Cena, la Cruz y la Misa. En momentos en los que, en no pocos ambientes, se oscurecía la esencia sacrificial de la Eucaristía, puso especial hincapié en el infinito valor del Santo Sacrificio. Con palabras asequibles a todos, comentaba en una ocasión: «Distingo

perfectamente la institución de la Sagrada Eucaristía, que es un momento de manifestación de amor divino y humano, y el Sacrificio en el madero de la Cruz. En la Cena, Jesús estaba pasible, no había padecido aún; en el Calvario está paciente, sufriendo con gesto de Sacerdote Eterno. Jesús está allí clavado con hierros, después de haber santificado el mundo con sus pisadas, y muere por amor de cada uno de nosotros: toda su sangre es el precio de nuestra alma, de cada alma»<sup>80</sup>.

Con esa inmolación, el Señor nos ha obtenido una redención eterna (cfr. *Hb* 9, 12). Este sacrificio «es tan decisivo para la salvación del género humano, que Jesucristo lo ha realizado y ha vuelto al Padre sólo *después de habernos dejado el medio para participar de él*, como si hubiéramos estado presentes. Así pues, todo fiel puede tomar parte en él, obteniendo frutos

inagotablemente. Ésta es la fe, de la que han vivido a lo largo de los siglos las generaciones cristianas»<sup>81</sup>.

San Josemaría supo acoger este legado de fe y vivirlo a fondo en todas sus implicaciones. Siguiendo el consejo y el ejemplo de los Santos Padres, buscó siempre imitar —a lo largo de cada día— lo que se realiza en la Misa, y esto mismo aconsejaba a los demás: «¡Que te identifiques con ese Jesús Hostia que se ofrece en el altar!»<sup>82</sup>. Siempre se ejercitó en lo que enseñaba: la Santa Misa, como *centro y raíz de la vida espiritual del cristiano*, constituyó el fundamento de cada una de sus jornadas. Y lo supo meditar y transmitir a la luz de su contemplación profunda del Misterio eucarístico.

La Misa «es acción divina, trinitaria, no humana. El sacerdote que celebra sirve al designio del Señor, prestando su cuerpo y su voz; pero no obra en

nombre propio, sino *in persona et in nomine Christi*, en la Persona de Cristo, y en nombre de Cristo.

»El amor de la Trinidad a los hombres hace que, de la presencia de Cristo en la Eucaristía, nazcan para la Iglesia y para la humanidad todas las gracias. Éste es el sacrificio que profetizó Malaquías (...). Es el Sacrificio de Cristo, ofrecido al Padre con la cooperación del Espíritu Santo: oblación de valor infinito, que eterniza en nosotros la Redención, que no podían alcanzar los sacrificios de la Antigua Ley.

»La Santa Misa nos sitúa de ese modo ante los misterios primordiales de la fe, porque es la donación misma de la Trinidad a la Iglesia. Así se entiende que la Misa sea el centro y la raíz de la vida espiritual del cristiano. Es el fin de todos los sacramentos. En la Misa se encamina hacia su plenitud la vida de la gracia,

que fue depositada en nosotros por el Bautismo, y que crece, fortalecida por la Confirmación»<sup>83</sup>.

### ***Una correspondencia esforzada***

La celebración de la Eucaristía debe convertirse, insisto, en el centro y raíz de la vida espiritual de un hijo de Dios, porque en este sacramento culmina el sacrificio de la vida del Hijo de Dios: no sólo lo pone ante nuestros ojos y nos concede imitarlo en nuestra respuesta cotidiana, sino que además nos otorga la gracia de la Redención y la posibilidad de entregarnos como Él para la gloria de Dios y la salvación de las almas.

Recibir tan inefable don requiere nuestra esforzada correspondencia, y que nos afanemos seriamente en unirnos —en unir todo lo nuestro— a la oblación de Jesús a Dios Padre. «En el Santo Sacrificio del altar, el sacerdote toma el Cuerpo de nuestro Dios y el Cáliz con su Sangre, y los

levanta sobre todas las cosas de la tierra, diciendo: "Per Ipsum, et cum Ipso, et in Ipso" —¡por mi Amor!, ¡con mi Amor!, ¡en mi Amor!

»Únete a ese gesto. Más: incorpora esa realidad a tu vida»<sup>84</sup>.

Deseo insistir en que nuestro Padre no se limitó a enseñar que la Santa Misa es centro y raíz de la vida interior, sino que también mostró cómo corresponder personalmente a la donación de la Trinidad en el Santo Sacrificio, de modo que la pelea espiritual de cada uno girara verdaderamente en torno a la Misa, de este Sacrificio se nutriera y en este Holocausto se enraizara.

Entre otros consejos, comentaba que le resultaba muy provechoso dividir la jornada en dos mitades: una para preparar la Misa y otra para agradecerla; aprovechaba el tiempo del reposo nocturno para intensificar el diálogo contemplativo, subrayando

su dimensión eucarística; y, muy especialmente, procuraba saborear y sacar contenido a cada gesto y a cada palabra de los diversos momentos que componen la celebración eucarística. Unía toda esa ejercitación —siempre con nuevos matices— a expresiones de fe, esperanza y caridad, a situaciones e intenciones concretas. ¡Cuánto nos ayuda su homilía "La Eucaristía, misterio de fe y de amor"!<sup>85</sup>.

Todo cuanto, con la gracia de Cristo —savia divina— nos llega de la raíz eucarística, exige —ya os lo he dicho— también esfuerzo de nuestra parte. San Josemaría nos exhorta a este estupendo combate diario: «Lucha para conseguir que el Santo Sacrificio del Altar sea el centro y la raíz de tu vida interior, de modo que toda la jornada se convierta en un acto de culto —prolongación de la Misa que has oído y preparación para la siguiente—, que se va

desbordando en jaculatorias, en visitas al Santísimo, en ofrecimiento de tu trabajo profesional y de tu vida familiar...»<sup>86</sup>.

## ***Comunión con Cristo y unidad de la Iglesia***

En el Sacrificio del Altar se unen el aspecto convivial y el sacrificial: Cristo, a través del sacerdote, se ofrece como Víctima a Dios Padre, y el mismo Padre nos lo entrega a nosotros como alimento. Cristo sacramentado es el «Pan de los hijos»<sup>87</sup>. La comunión del cuerpo y sangre del Señor nos llena de una gracia específica, que produce en el alma efectos análogos a los que el alimento causa en el cuerpo, «como son el sustentar, el crecer, el reparar y deleitar»<sup>88</sup>. Pero a diferencia del alimento corporal, donde el cuerpo asimila a sí lo que come, aquí sucede al revés: somos nosotros los asimilados por Cristo a su Cuerpo,



nos transformamos en Él. «Nuestra participación en el cuerpo y en la sangre de Cristo, no tiende a otra cosa que a transformarnos en aquello que recibimos»<sup>89</sup>.

La Eucaristía se alza en la Iglesia como el sacramento de la unidad, porque al comer todos un mismo Pan, nos hacemos un solo Cuerpo. La Santa Misa y la Comunión edifican la Iglesia, construyen su unidad y su firmeza, le dan cohesión. «Los que reciben la Eucaristía se unen más estrechamente a Cristo. Por eso mismo, Cristo une a todos los fieles en un solo cuerpo: la Iglesia. La comunión renueva, fortifica, profundiza esta incorporación a la Iglesia realizada ya por el Bautismo. En el Bautismo fuimos llamados a formar un solo cuerpo (cfr. 1 *Cor* 12, 13); la Eucaristía realiza esta llamada»<sup>90</sup>.

Hijas e hijos míos, ¡qué importante es que nos unamos a la Cabeza visible, al celebrar o al participar en este Santo Sacrificio! Todos bien pegados a la Cabeza de la Iglesia universal, al Papa; vosotros a quien hace Cabeza en cada Iglesia particular, a los Obispos, y muy especialmente a este Padre vuestro que el Señor ha querido poner como Cabeza visible y principio de unidad en esta «partecica de la Iglesia» que es la Obra.

---

**Præsta meæ menti de te vivere, et  
te illi semper dulce sapere**

### ***Vivir de Cristo***

«La carne de Cristo, en virtud de su unión con el Verbo, es vivificante»<sup>91</sup>. San Lucas escribe: «Toda la multitud intentaba tocarle, porque salía de Él una fuerza que sanaba a todos» (Lc 6,

19). También el Pan eucarístico es no sólo pan vivo, sino vivificante, que da la vida divina en Cristo. Al recibirlo, cada uno puede decir con San Pablo: «Ya no vivo yo, sino que Cristo vive en mí» (*Gal* 2, 20).

*Præsta meæ menti de te vivere...* Esta estrofa nos invita a que todo en nosotros se alimente de vivir siempre de Cristo, a asumir una conducta completamente fiel a su amor, a gustar perseverantemente de sus dulzuras: que nuestro gozo y nuestro "gusto" estén en Cristo, que vayamos a Él «como el hierro atraído por la fuerza del imán»<sup>92</sup>.

Este deseo sincero, esta petición, ayuda poderosamente a anhelar y a cuidar la unidad de vida; con otras palabras: no tener más que un Señor en el alma (cfr. *Mt* 6, 24); no buscar más que una cosa (cfr. *Lc* 10, 42), y someterse totalmente a un solo Amor, que es Él; no querer sino lo

que quiere Dios, y acoger lo demás porque Dios lo quiere y en el modo y medida que Él lo dispone; estar tan identificado con Cristo, que el cumplimiento de su Voluntad se revele en la criatura como característica esencial de la propia personalidad. Significa poseer «los mismos sentimientos de Cristo Jesús» (*Flp* 2, 5); y, para lograrlo, pidámoselo a Él, como San Josemaría: «Que yo vea con tus ojos, Cristo mío, Jesús de mi alma»<sup>93</sup>.

Los cristianos no hemos de olvidar que, con el Señor, *omnia sancta*, todo es santo; sin Él, *mundana omnia*, todo es mundano. No nos dejemos engañar por la falta de amor, que se oculta tras una apariencia de naturalidad, para no arrostrar con decisión —por amor— las consecuencias de la fidelidad a Cristo. Nuestra relación con Dios sólo puede construirse sobre el único modelo que es Cristo; y debemos ver

con claridad que la relación de Jesús con su Padre brilla por su total unidad: «Yo y el Padre somos uno» (Jn 10, 30).

### ***Unidad de vida***

La Santa Misa, por sí misma y más aún cuando se lucha para que sea el centro de la propia vida interior, posee un poder verdaderamente unificante de la existencia humana. Jesús sacramentado, en la renovación incruenta de su sacrificio en el Calvario, toma por completo los trabajos y las intenciones de la persona que se une a su oblación; y los recapitula en la adoración que Él rinde al Padre, en el agradecimiento que le manifiesta, en la expiación que le ofrece, y en la petición que le dirige.

Así como Cristo, en su caminar terreno, recapituló la historia humana desde Adán; y, en su sacrificio, recapituló su propia vida;

así también en el Sacrificio de la Misa se unifica todo lo que Dios otorga a la humanidad y se sintetiza cuanto la humanidad puede elevar al Padre en Cristo, bajo el impulso del Paráclito. En una palabra, «la Sagrada Eucaristía (...) resume y realiza las misericordias de Dios con los hombres»<sup>94</sup>.

El Santo Sacrificio compendia lo que ha de ser nuestra conducta: adoración amorosa, acción de gracias, expiación, petición; es decir, dedicación a Dios y, por Él, a los demás. En la Misa debe confluir cuanto nos pese y nos agobie, cuanto nos colme de alegría y nos ilusione, cada detalle del quehacer cotidiano; hemos de ir con las preocupaciones nuestras y las de los demás, las del mundo entero.

En las pasadas fiestas de Navidad, comentaba a un grupo de hermanos vuestros que no fueran a Belén sólo

con sus intenciones y necesidades, que llevasen al Niño los sufrimientos y las urgencias de todas las personas de la Obra, de la Iglesia, del mundo entero. Y lo mismo os aconsejo ahora a todas y a todos: id a la Misa, presentando al Señor las urgencias materiales y espirituales de todos, como Cristo subió al Madero cargado con los pecados de los hombres de todos los tiempos. Intentemos subir con Él y como Él a la Cruz, donde intercedió —y ahora intercede desde los altares y desde los sagrarios de esta tierra— ante su Padre, para obtener a cada criatura, con sobreabundancia divina, las gracias que necesita, sin excluir ninguna.

Recordáis que, en 1966, San Josemaría tuvo una fuerte experiencia, que relató así: «Después de tantos años, aquel sacerdote hizo un descubrimiento maravilloso: comprendió que la Santa Misa es verdadero trabajo: "operatio Dei",

trabajo de Dios. Y ese día, al celebrarla, experimentó dolor, alegría y cansancio. Sintió en su carne el agotamiento de una labor divina.

»A Cristo también le costó esfuerzo la primera Misa: la Cruz»<sup>95</sup>.

Interpretó ese episodio como si Dios hubiese querido premiar su esfuerzo de años por centrar su existencia entera en el Santo Sacrificio; y, a la vez, confirmarle en la validez sobrenatural de ese camino para alcanzar la unidad de vida tan característica del espíritu de la Obra. Peleemos, jornada tras jornada, para que —hagamos lo que hagamos— nuestra mente se dirija a Jesucristo, para adherirnos a sus designios y también para adentrarnos en su dulce saber.

---



**Pie pellicane, Iesu Domine, me  
immundum munda tuo sanguine**

***Purificarse más y más***

La antigua creencia de que el pelicano alimenta a sus crías con su sangre, haciéndola brotar de su pecho herido con el pico, ha sido tradicionalmente un símbolo eucarístico, que trataba de ejemplificar de algún modo la inseparabilidad de los aspectos sacrificial y convivial de la Eucaristía. Efectivamente, en la Santa Misa «se efectúa la obra de nuestra redención»<sup>96</sup>, y se nos da a comer el cuerpo de Cristo y se nos da a beber su sangre.

En este Sacramento, queda patente que la sangre de Cristo redime y a la vez alimenta y deleita. Es sangre que lava todos los pecados (cfr. *Mt* 26, 28) y vuelve pura el alma (cfr. *Ap* 7, 14). Sangre que engendra mujeres y hombres de cuerpo casto y de

corazón limpio (cfr. *Zac* 9, 17).

Sangre que embriaga, que emborracha con el Espíritu Santo y que desata las lenguas para cantar y narrar las «magnalia Dei» (*Hch* 2, 11), las maravillas de Dios.

La Eucaristía, por ser el mismo sacrificio del Calvario, contiene en sí la virtud de lavar todo pecado y conceder toda gracia: de la Misa, como del Calvario, nacen los demás sacramentos, que luego nos dirigen al Holocausto de Jesucristo como a su fin. Pero el sacramento ordinario — repetirlo en el apostolado—, dispuesto por Dios para la remisión de los pecados mortales, no es la Misa, sino el de la Penitencia; el de la Reconciliación con Dios y con la Iglesia, mediante la absolución que sigue a la confesión plenamente sincera y contrita —ante el sacerdote— de todos los pecados mortales aún no perdonados directamente en este sacramento<sup>97</sup>.

## *Comulgar dignamente*

Más aún, la Eucaristía, precisamente porque es manifestación y comunicación de amor, exige, en quienes quieren recibir el cuerpo y la sangre del Señor, una clara disposición de unión a Jesús por la gracia. «¿Has pensado en alguna ocasión cómo te prepararías para recibir al Señor, si se pudiera comulgar una sola vez en la vida?

»—Agradecemos a Dios la facilidad que tenemos para acercarnos a Él, pero... hemos de agradecerse lo preparándonos muy bien, para recibirle»<sup>98</sup>.

La calidad y la delicadeza de esa preparación depende, como ya os recordaba antes, de la finura y profundidad interior de la persona, particularmente de su fe y de su amor a Jesús sacramentado. «Hemos de recibir al Señor, en la Eucaristía, como a los grandes de la tierra,

¡mejor!: con adornos, luces, trajes nuevos...

»—Y si me preguntas qué limpieza, qué adornos y qué luces has de tener, te contestaré: limpieza en tus sentidos, uno por uno; adorno en tus potencias, una por una; luz en toda tu alma»<sup>99</sup>.

Naturalmente, no hay que esperar a ser perfectos —estaríamos siempre esperando— para recibir sacramentalmente al Señor, ni hay que dejar de asistir a Misa porque falte sentimiento o porque a veces vengan distracciones. «Comulga. —No es falta de respeto. —Comulga hoy precisamente, cuando acabas de salir de aquel lazo.

»—¿Olvidas que dijo Jesús: no es necesario el médico a los sanos, sino a los enfermos?»<sup>100</sup>.

Menos aún hay que dejar de recibir la Santa Comunión, porque la

frecuencia en la recepción de este Sacramento parezca que no produce en nosotros el efecto que cabría esperar de la generosidad divina. «¡Cuántos años comulgando a diario! —Otro sería santo —me has dicho—, y yo ¡siempre igual!

»—Hijo —te he respondido—, sigue con la diaria Comunión, y piensa: ¿qué sería yo, si no hubiera comulgado?»<sup>101</sup>.

Más bien el cristiano debe razonar con el pensamiento de que esa frecuencia, ya antigua en la Iglesia, es signo de un enamoramiento auténtico, que las propias miserias no pueden apagar. «Alma de apóstol: esa intimidad de Jesús contigo, ¡tan cerca de Él, tantos años!, ¿no te dice nada?»<sup>102</sup>.

Cuando asomen esos falaces argumentos, u otros semejantes, es el momento de asumir, más que nunca, con agradecimiento y confianza en

Jesús, la actitud del centurión, que repetimos en la Santa Misa: «Domine, non sum dignus!». No cabe olvidar que, ante la majestad y la perfección de Cristo, Dios y Hombre, nosotros somos pordioseros que nada poseen, que estamos manchados con la lepra de la soberbia, que no siempre vemos la mano de Dios en lo que nos sucede y que, en otras ocasiones, nos quedamos paralizados ante su Voluntad. Pero todo esto no justifica la actitud de retraernos; nos ha de conducir, en cambio, a repetir muchas veces, siguiendo el ejemplo de nuestro Padre: «yo quisiera, Señor, recibiros con aquella pureza, humildad y devoción...»

---

**Cuius una stilla saluum facere  
totum mundum quit ab omni  
scelere**

## ***Dar a conocer la eficacia de la Eucaristía***

Con estas palabras, se nos menciona de nuevo esa característica, tan propia de la Eucaristía: su "sobreabundancia", el "exceso" de amor divino que se nos ha concedido y se nos continúa ofreciendo constantemente. La estrofa del himno eucarístico se refiere a la dimensión expiatoria de este Sacramento: bastaba una gota de la sangre del Hombre-Dios para borrar todos los pecados de la humanidad. Pero quiso derramar toda. «Uno de los soldados le abrió el costado con una lanza y al instante brotó sangre y agua» (*Jn 19, 34*). La sangre, entre los pueblos antiguos, y en cierto modo también hoy, supone signo de vida. Cristo decidió no ahorrarse nada de su sangre, también como manifestación de su voluntad precisa de comunicarnos toda su Vida.

Contemplar la entrega total de Jesús por nosotros, considerar una vez más que «no es posible separar en Cristo su ser de Dios-Hombre y su función de Redentor»<sup>103</sup>, nos alienta a ser conscientes de que nosotros no podemos contentarnos con conducirnos personalmente como almas de Eucaristía: hemos de impulsar a que también tomen esa determinación los demás.

No basta con que cada uno, cada una, de nosotros busque y trate al Señor en la Eucaristía; debemos conseguir "contagiar" —en nuestra labor apostólica— a cuantos más mejor, para que también miren y frecuenten esa amistad inigualable. «Amad muchísimo a Jesús sacramentado, y procurad que muchas almas le amen: sólo si metéis esta preocupación en vuestras almas, sabréis enseñarla a los demás, porque daréis lo que viváis, lo que tengáis, lo que seáis»<sup>104</sup>.



Ante la triste ignorancia que hay, incluso entre muchos católicos, pensemos, hijas e hijos míos, en la importancia de explicar a las personas qué es la Santa Misa y cuánto vale, con qué disposiciones se puede y se debe recibir al Señor en la comunión, qué necesidad nos apremia de ir a visitarle en los sagrarios, cómo se manifiestan el valor y el sentido de la «urbanidad de la piedad»<sup>105</sup>.

Ahí se nos abre un campo inagotable y fecundísimo para el apostolado personal, que traerá como fruto, por bendición del Señor, muchísimas vocaciones. Así nos lo repitió nuestro queridísimo Padre desde el principio, también con su comportamiento diario. «Para cumplir esta Voluntad de nuestro Rey Cristo» (nuestro Padre se refiere con estas palabras a la extensión de la Obra por el orbe), «es menester que tengáis mucha vida interior: que seáis almas de

Eucaristía, ¡viriles!, almas de oración. Porque sólo así vibraréis con la vibración que el espíritu de la Obra exige»<sup>106</sup>.

## ***Amar la mortificación y la penitencia***

Para convertirnos realmente en almas de Eucaristía y almas de oración, no cabe prescindir de la unión habitual con la Cruz, también mediante la mortificación buscada o aceptada. Don Álvaro nos ha dejado escrito que, en una ocasión, nuestro Padre preguntaba a un grupo de hijos suyos: «¿Qué haremos para ser apóstoles, como el Señor quiere, en el Opus Dei?». Y respondió inmediatamente, con energía y con firmísimo convencimiento: «¡llevar a Cristo crucificado en nosotros! (...). El Señor escucha las peticiones de las almas mortificadas y penitentes»<sup>107</sup>. Don Álvaro sacaba enseguida la conclusión, que aplicaba a sí mismo

y a todos: «Considerad que, para ser fieles al gran compromiso de corregir, hemos de identificarnos personalmente con Nuestro Señor Jesucristo, mediante la crucifixión de nuestras pasiones y concupiscencias en el alma y en el cuerpo (cfr. *Gal* 5, 24). Ésta es la divina "paradoja" que ha de renovarse en cada uno: "Para Vivir hay que morir" (*Camino*, n. 187)»<sup>108</sup>.

Precisamente en el sacramento del Sacrificio del Hijo de Dios, obtenemos la gracia y la fuerza para identificarnos con Cristo en la Cruz. No lo dudemos: el origen y la raíz de nuestra vida de mortificación se encuentran en la devoción eucarística. Sólo estaremos en condiciones de afirmar que somos auténticas almas de Eucaristía, si vivimos de verdad —*cum gaudio et pace*— clavados con Cristo en la Cruz; si sabemos «sujetarnos y humillarnos, por el Amor», si

«nuestros pensamientos, nuestros afectos, nuestros sentidos y potencias, nuestras palabras y nuestras obras», todo, está "bien atado", por el amor a la Virgen, a la Cruz de su Hijo»<sup>109</sup>. Un alma de Eucaristía necesariamente es, siempre y a la vez, un alma sacerdotal; y de modo concreto, si la criatura se consume en deseos de reparar y de sacrificar. Entonces guarda un alma «esencialmente, ¡totalmente!, eucarística»<sup>110</sup>.

Cuando nos tomamos en serio que la Misa es «nuestra Misa, Jesús», porque la celebra Jesús con cada uno de nosotros, porque cada uno hace de sí una oblación a Dios Padre unida a la de Cristo, entonces dura las veinticuatro horas de la jornada. «Amad mucho al Señor. Tened afán de reparación, de una mayor contrición. Es necesario desagraviarle, primero por nosotros mismos, como el sacerdote hace

antes de subir al altar. Y nosotros, que tenemos alma sacerdotal, convertimos nuestra jornada en una misa, muy unidos a Cristo sacerdote, para presentar al Padre una oblación santa, que repare por nuestras culpas personales y por las de todos los hombres (...). Tratadme bien al Señor, en la Misa y durante todo el día»<sup>111</sup>.

---

**Iesu, quem velatum nunc aspicio, /  
oro, fiat illud quod tam sitio, / ut te  
revelata cernens facie, / visu sim  
beatus tuæ gloriæ**

### ***Hambres de ver el rostro de Cristo***

Concluye el *Adoro te devote* con esta estrofa, que cabría resumir así:  
Señor, ¡que te quiero ver! Muy lógica conclusión, pues la Eucaristía, «prenda de la gloria venidera»<sup>112</sup>, nos concede un anticipo de la vida

definitiva. «La Eucaristía es verdaderamente un resquicio del Cielo que se abre sobre la tierra. Es un rayo de gloria de la Jerusalén celestial, que penetra en las nubes de nuestra historia y proyecta luz sobre nuestro camino»<sup>113</sup>.

Este tesoro central de la Iglesia anticipa la eternidad, porque nos convierte en comensales de la "Cena del Cordero", donde los bienaventurados se sacian de la visión de Dios y de su Cristo (cfr. *Ap* 19, 6-10). Nosotros conseguimos ya, por la gracia de Dios, acceso a la misma realidad, pero no de modo pleno: sólo imperfectamente (cfr. *1 Cor* 13, 10-12). Con el don del Sacramento se nos aumenta y se consolida la vida nueva conferida con el Bautismo, que está llamada a su perfección en la gloria.

La recepción de Jesús en la Sagrada Comunión nos obtiene serenidad

ante la muerte y ante la  
incertidumbre del juicio, porque Él  
ha asegurado: «El que come mi carne  
y bebe mi sangre tiene vida eterna y  
Yo le resucitaré en el último día» (Jn  
6, 54). «Quien se alimenta de Cristo  
en la Eucaristía no tiene que esperar  
el más allá para recibir la vida  
eterna: *la posee ya en la tierra* como  
primicia de la plenitud futura, que  
abará al hombre en su totalidad.  
En efecto, en la Eucaristía recibimos  
también la garantía de la  
resurrección corporal al final del  
mundo»<sup>114</sup>. La fe y la esperanza  
eucarísticas alejan de nosotros  
muchos temores.

La Sagrada Eucaristía es «la acción  
más sagrada y trascendente que los  
hombres, por la gracia de Dios,  
podemos realizar en esta vida:  
comulgar con el Cuerpo y la Sangre  
del Señor viene a ser, en cierto  
sentido, como desligarnos de  
nuestras ataduras de tierra y de

tiempo, para estar ya con Dios en el Cielo, donde Cristo mismo enjugará las lágrimas de nuestros ojos y donde no habrá muerte, ni llanto, ni gritos de fatiga, porque el mundo viejo ya habrá terminado (cfr. *Ap* 21, 4)»<sup>115</sup>.

Este Sacramento se coloca como en el umbral entre esta vida y la otra, no sólo cuando se administra a los moribundos en forma de viático; sino más propiamente porque contiene a *Christus passus*, ya glorioso, de modo que participa en el orden sacramental de la condición de esta vida, mientras sustancialmente pertenece ya a la otra. También por eso, la piedad eucarística nos irá haciendo más y más *Opus Dei*, empujándonos a conducirnos como contemplativos en el mundo, pues caminamos amando en la tierra y en el Cielo: «no "entre" el Cielo y la tierra, porque somos del mundo. ¡En el mundo y en el Paraíso a la vez! Esta sería como la fórmula para



expresar cómo hemos de componer nuestra vida, mientras estemos "in hoc sæculo"»<sup>116</sup>.

### ***Prenda de la vida eterna***

El plan salvífico de Dios se incoa en esta etapa terrena, que es "penúltima", y se consuma en la que debe venir, que es eterna<sup>117</sup>. Así, la fe entraña cierta incoación del conocimiento cara a cara, una incoación de la visión gloriosa y beatífica. En la Eucaristía, la tensión a la gloria se apoya sobre todo en el amor que nace del trato. El alma eucarística anhela adorar abiertamente a Quien ya adora oculto en el Pan, porque el repetido trato con un amor escondido genera un deseo irrefrenable de poseerlo abiertamente. «Trata a la Humanidad Santísima de Jesús... Y Él pondrá en tu alma un hambre insaciable, un deseo "disparatado" de contemplar su Faz»<sup>118</sup>.

Ésta ha sido siempre la impaciencia de los santos, la que guardaba San Josemaría en su corazón. «Los que se quieren, procuran verse. Los enamorados sólo tienen ojos para su amor. ¿No es lógico que sea así? El corazón humano siente esos imperativos. Mentiría si negase que me mueve tanto el afán de contemplar la faz de Jesucristo.

"Vultum tuum, Domine, requiram" (*Sal* 26, 8), buscaré, Señor, tu rostro. Me ilusiona cerrar los ojos, y pensar que llegará el momento, cuando Dios quiera, en que podré verle, no "como en un espejo, y bajo imágenes oscuras... sino cara a cara" (1 *Cor* 13, 12). Sí, hijos, "mi corazón está sediento de Dios, del Dios vivo: ¿cuándo vendré y veré la faz de Dios?" (*Sal* 41, 3)»<sup>119</sup>.

La devoción eucarística irá comunicando y aumentando en nosotros esa ansia, hasta convertir el estar con Cristo en lo único que nos

importe, sin que esto nos aparte de este mundo; al contrario, lo amaremos más apasionadamente, con nuestro corazón unido estrechamente al Corazón de Jesucristo. La intimidad, el trato con el Señor en la Eucaristía, nos irá imprimiendo con vigor el convencimiento de que la felicidad no se halla en estos o aquellos bienes de la tierra, que envejecerán y desaparecerán; sino en permanecer para siempre con Él, porque la felicidad es Él, que ya ahora poseemos como «tesoro infinito, margarita preciosísima» en este Sacramento<sup>120</sup>. «Cuando daba la Sagrada Comunión, aquel sacerdote sentía ganas de gritar: ¡ahí te entrego la Felicidad!»<sup>121</sup>.

### ***La Santísima Virgen, mujer eucarística***

Con esta advocación —«mujer eucarística»—, Juan Pablo II ha

propuesto a la Iglesia el ejemplo de María como "escuela" y "guía" para aprender a pasmarnos —que significa acoger, adorar, agradecer... — ante el misterio de la Eucaristía<sup>122</sup>. A la luz de la fe, lo entendemos muy bien, como sucedió a nuestro Padre, que nos hacía considerar que en la Santa Misa, «de algún modo, interviene la Santísima Virgen, por la íntima unión que tiene con la Trinidad Beatísima y porque es Madre de Cristo, de su Carne y de su Sangre: Madre de Jesucristo, perfecto Dios y perfecto Hombre. Jesucristo concebido en las entrañas de María Santísima sin obra de varón, por la sola virtud del Espíritu Santo, lleva la misma Sangre de su Madre: y esa Sangre es la que se ofrece en sacrificio redentor en el Calvario y en la Santa Misa»<sup>123</sup>.

María, al pie de la Cruz, unió su propio sacrificio interior —«ved si hay dolor como mi dolor» (*Lm* 1, 12)

— al de su Hijo, cooperando a la Redención en el Calvario. Ella misma, «presente con la Iglesia, y como Madre de la Iglesia, en todas nuestras celebraciones eucarísticas»<sup>124</sup>, coopera con el Hijo en difundir en el mundo — ¡Medianera de toda gracia!— la infinita fuerza santificadora del Santo Sacrificio que sólo Jesús cumple.

Hijas e hijos míos, si de algún modo nos hemos confrontado con Dimas, el buen ladrón, y con el Apóstol Tomás, ¿cómo no mirar a María para conocer y querer más a Jesús sacramentado, para aprender de Él e imitarle, para «tratarle bien»? En esta personalísima labor, que de modo incesante nos renovará interiormente y nos llenará de deseos de santidad y apostolado, ayudémonos con la contemplación de los misterios del Rosario, desde la Anunciación, cuando vemos cómo la

Virgen acoge incondicionalmente en su seno purísimo al Verbo encarnado, hasta su glorificación, cuando Dios la recibe en cuerpo y alma en la gloria, y la corona como Reina, Madre y Señora nuestra.

«A Jesús siempre se va y se "vuelve" por María»<sup>125</sup>. Pidamos a nuestra Madre que nos tome siempre de la mano, y especialmente en este *Año de la Eucaristía* para que constantemente digamos al Señor sacramentado, con las palabras y las obras: «¡te adoro, te amo!» *Adoro te devote!* Y cuando lo hagamos, escuchemos a nuestro queridísimo Padre, que nos insiste: «invocad a María y a José, porque de alguna manera estarán presentes en el Sagrario, como lo estuvieron en Belén y en Nazaret (...). ¡No os olvidéis!»<sup>126</sup>.

Con todo cariño, os bendice  
vuestro Padre

+ Javier

Roma, 6 de octubre de 2004, segundo aniversario de la canonización de San Josemaría.

---

<sup>1</sup> Concilio Vaticano II, Decr. *Presbyterorum ordinis* , n. 5.

<sup>2</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 87. Cfr Concilio Vaticano II, Const. dogm. *Lumen gentium* , n. 11; Decr. *Presbyterorum ordinis* , n. 14.

<sup>3</sup> Concilio de Trento, ses. XIII, *Decreto sobre la Sagrada Eucaristía* , can. 1 (Denz. 1651).

<sup>4</sup> Cfr. *Ibid* ., can. 2 (Denz. 1652).

<sup>5</sup> San Josemaría, *Camino* , n. 538.

<sup>6</sup> San Josemaría, Apuntes tomados en una meditación, 14-IV-1960.

<sup>7</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 83.

<sup>8</sup> Cfr. *Ibid* ., n. 84.

<sup>9</sup> San Juan Crisóstomo, *Homilías sobre el evangelio de San Mateo* , 82, 4 (PG 58, 743).

<sup>10</sup> Cfr. *Camino* , nn. 269, 537, 554; *Forja* , nn. 831, 991; *Es Cristo que pasa* , n. 151.

<sup>11</sup> San Josemaría, *Camino* , n. 267.

<sup>12</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 84.

<sup>13</sup> *Ibid.* <sup>14</sup> San Josemaría, *Homilía Sacerdote para la eternidad* , 13-IV-1973.

<sup>15</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 64.

<sup>16</sup> San Josemaría, *Apuntes tomados en una tertulia*, octubre 1972.



<sup>17</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 90.

<sup>18</sup> Cfr. Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica* , II-II, q. 84, a. 2; San Juan Damasceno, *Sobre la fe ortodoxa* , 4, 12 (PG 94, 1133).

<sup>19</sup> San Josemaría, Apuntes tomados en una tertulia, 4-IV-1970.

<sup>20</sup> San Josemaría, *Camino* , nn. 539, 538. Cfr. *Surco* , nn. 685, 686; *Forja* , n. 887.

<sup>21</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 161.

<sup>22</sup> San Josemaría, Apuntes tomados en una meditación, 14-IV-1960.

<sup>23</sup> «Lauda, Sion, Salvatorem, / lauda ducem et pastorem / in hymnis et canticis. / Quantum potes, tantum aude: / quia maior omni laude, / nec laudare sufficis» (Misal Romano,

Solemnidad del Cuerpo y la Sangre de Cristo, Secuencia *Lauda Sion* ).

<sup>24</sup> San Josemaría, *Forja* , n. 838. Cfr. nn. 832, 837.

<sup>25</sup> San Josemaría, *Forja* , n. 824.

<sup>26</sup> San Josemaría, *Surco* , n. 818.

<sup>27</sup> San Josemaría, *Camino* , n. 533.

<sup>28</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 151.

<sup>29</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 156.

<sup>30</sup> San Josemaría, Homilía *Sacerdote para la eternidad* , 13-IV-1973.

<sup>31</sup> Misal Romano, Solemnidad del Cuerpo y la Sangre de Cristo, Secuencia *Lauda Sion*.

<sup>32</sup> San Josemaría, *Carta 28-III-1973* , n. 7.

<sup>33</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 153.

<sup>34</sup> Concilio de Trento, ses. XIII: *Decreto sobre la Sagrada Eucaristía* , cap. 4 (Denz. 1642).

<sup>35</sup> Pablo VI, *Credo del Pueblo de Dios* , 30-VI-1968. Cfr Juan Pablo II, Litt. enc. *Ecclesia de Eucharistia* , 17-IV-2003, n. 15.

<sup>36</sup> Cfr., por ejemplo, Pío XII, Litt. enc. *Mediator Dei* , 20-XI-1947; Pablo VI, Litt. enc. *Mysterium fidei* , 3-IX-1965; Juan Pablo II, Litt. enc. *Ecclesia de Eucharistia* , 17-IV-2003; *Catecismo de la Iglesia Católica* , nn. 1322-1419.

<sup>37</sup> Cfr. Concilio Vaticano II, Const. dogm. *Dei Verbum* , n. 10.

<sup>38</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 84.

<sup>39</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 109.

<sup>40</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 6.

<sup>41</sup> San Josemaría, *Carta 28-III-1973* , n. 10.

<sup>42</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 80.

<sup>43</sup> *Ibid* , n. 6.

<sup>44</sup> Cfr. San Josemaría, *Surco* , n. 817.

<sup>45</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 155.

<sup>46</sup> Concilio de Trento, ses. XXII, *Doctrina acerca del Santísimo Sacrificio de la Misa* , cap. 2 (Denz. 1743).

<sup>47</sup> Juan Pablo II, Litt. enc. *Ecclesia de Eucharistia* , 17-IV-2003, n. 12.

<sup>48</sup> Concilio de Trento, ses. XIII, *Decreto sobre la Sagrada Eucaristía* , cap. 7 (Denz. 1647).

<sup>49</sup> San Josemaría, *Camino* , n. 533.

<sup>50</sup> *Ibid.* <sup>51</sup> Santo Tomás de Aquino, *Colación 4 sobre el Credo*.

<sup>52</sup> *Ibid.*

<sup>53</sup> San Josemaría, *Carta 24-III-1931* , n. 61.

<sup>54</sup> San Josemaría, *Homilía Sacerdote para la eternidad* , 13-IV-1973.

<sup>55</sup> San Josemaría, *Camino* , n. 509.

<sup>56</sup> San Josemaría, *Forja* , n. 887.

<sup>57</sup> San Josemaría, *Forja* , n. 556.

<sup>58</sup> San Josemaría, *Vía Crucis* , XII estación, n. 4.

<sup>59</sup> San Josemaría, *Camino* , n. 876.

<sup>60</sup> San Josemaría, *Amigos de Dios* , n. 232.

<sup>61</sup> *Ibid.*

<sup>62</sup> San Josemaría, *Forja* , n. 827

<sup>63</sup> San Josemaría, *Carta 28-III-1973* , n. 7.

<sup>64</sup> Juan Pablo II, Litt. enc. *Ecclesia de Eucharistia* , 17-IV-2003, n. 14.

<sup>65</sup> San Josemaría, *Vía Crucis* , V estación.

<sup>66</sup> San Josemaría, Apuntes tomados en una tertulia, 25-VI-1972.

<sup>67</sup> San Josemaría, Apuntes tomados en una meditación, 9-IV-1937.

<sup>68</sup> San Josemaría, *Amigos de Dios* , nn. 301-303.

<sup>69</sup> San Josemaría, *Amigos de Dios* , n. 249.

<sup>70</sup> San Josemaría, *Forja* , n. 835.

<sup>71</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 154.

<sup>72</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 129.

<sup>73</sup> San Josemaría, Homilía *Sacerdote para la eternidad* , 13-IV-1973.

<sup>74</sup> San Josemaría, *Forja* , n. 542.

<sup>75</sup> San Josemaría, *Camino* , n. 23.

<sup>76</sup> San Josemaría, *Surco* , n. 688.

<sup>77</sup> Pío XII, Litt. enc. *Mediator Dei* , 20-XI-1947, n. 20.

<sup>78</sup> Juan Pablo II, Litt. enc. *Ecclesia de Eucharistia* , 17-IV-2003, n. 12. Cfr. Concilio de Trento, ses. 22, *Doctrina acerca del Santo Sacrificio de la Misa* , cap. 2 (Denz. 1743).

<sup>79</sup> *Catecismo de la Iglesia Católica* , n. 1364.

<sup>80</sup> San Josemaría, Apuntes tomados en una tertulia, 22-V-1970.

- <sup>81</sup> Juan Pablo II, Litt. enc. *Ecclesia de Eucharistia* , 17-IV-2003, n. 11.
- <sup>82</sup> San Josemaría, Apuntes tomados en una meditación, 14-IV-1960.
- <sup>83</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , nn. 86-87.
- <sup>84</sup> San Josemaría, *Forja* , n. 541.
- <sup>85</sup> Cfr. *Es Cristo que pasa* , nn. 88-91.
- <sup>86</sup> San Josemaría, *Forja* , n. 69.
- <sup>87</sup> Misal Romano, Solemnidad del Cuerpo y la Sangre de Cristo, Secuencia *Lauda Sion*.
- <sup>88</sup> Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica* , III, q. 79, a. 1.
- <sup>89</sup> San León Magno, *Homilía 12 sobre la Pasión* , 7 (PL 54, 357).
- <sup>90</sup> *Catecismo de la Iglesia Católica* , n. 1396.



<sup>91</sup> Concilio de Éfeso, año 431 (Denz. 262).

<sup>92</sup> San Josemaría, *Amigos de Dios* , n. 296.

<sup>93</sup> San Josemaría, Apuntes tomados en una meditación, 19-III-1975.

<sup>94</sup> San Josemaría, *Conversaciones con Mons. Escrivá de Balaguer* , n. 123.

<sup>95</sup> San Josemaría, *Vía Crucis* , XI estación, n. 4.

<sup>96</sup> Concilio Vaticano II, Const. dogm. *Lumen gentium* , n. 3.

<sup>97</sup> Cfr. Juan Pablo II, Exhort. apost. *Reconciliatio et pœnitentia* , 2-XII-1984, n. 31, I.

<sup>98</sup> San Josemaría, *Forja* , n. 828.

<sup>99</sup> San Josemaría, *Forja* , n. 834.

<sup>100</sup> San Josemaría, *Camino* , n. 536.

<sup>101</sup> *Ibid.*, n. 534.

<sup>102</sup> *Ibid.*, n. 321.

<sup>103</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 122.

<sup>104</sup> San Josemaría, Apuntes tomados en una tertulia, 4-IV-1970.

<sup>105</sup> San Josemaría, *Camino* , n. 541.

<sup>106</sup> San Josemaría, *Instrucción* , 1-IV-1934, n. 3.

<sup>107</sup> Recogido por don Álvaro, *Carta* , 16-VI-1978.

<sup>108</sup> *Ibid.*

<sup>109</sup> *Ibid.*

<sup>110</sup> San Josemaría, *Forja* , n. 826.

<sup>111</sup> San Josemaría, Apuntes tomados en una tertulia, 6-X-1968.

<sup>112</sup> Concilio Vaticano II, Const. *Sacrosanctum Concilium* , n. 47.

<sup>113</sup> Juan Pablo II, Litt. enc. *Ecclesia de Eucharistia* , 17-IV-2003, n. 19.

<sup>114</sup> Juan Pablo II, Litt. enc. *Ecclesia de Eucharistia* , 17-IV-2003, n. 18.

<sup>115</sup> San Josemaría, *Conversaciones con Mons. Escrivá de Balaguer* , n. 113.

<sup>116</sup> San Josemaría, Apuntes tomados en una meditación, 27-III-1975.

<sup>117</sup> Cfr. Juan Pablo II, Litt. enc. *Evangelium vitæ* , 25-III-95, n. 2.

<sup>118</sup> San Josemaría, *Vía Crucis* , VI estación, n. 2.

<sup>119</sup> San Josemaría, Apuntes tomados en una meditación, 25-XII-1973.

<sup>120</sup> San Josemaría, *Camino* , n. 432.

<sup>121</sup> San Josemaría, *Forja* , n. 267.

<sup>122</sup> Cfr. Juan Pablo II, Litt. enc. *Ecclesia de Eucharistia* , 17-IV-2003, nn. 53-58.

<sup>123</sup> San Josemaría, *Es Cristo que pasa* , n. 89.

<sup>124</sup> Juan Pablo II, Litt. enc. *Ecclesia de Eucharistia* , 17-IV-2003, n. 57.

<sup>125</sup> San Josemaría, *Camino* , n. 495.

<sup>126</sup> San Josemaría, Apuntes tomados en una conversación, 6-VI-1974.

Javier Echevarría

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
dev.opusdei.org/es-cr/article/carta-  
pastoral-con-motivo-del-ano-de-la-  
eucaristia/](https://dev.opusdei.org/es-cr/article/carta-pastoral-con-motivo-del-ano-de-la-eucaristia/) (07/08/2025)