

La Eucaristía, sacramento de la vida



La celebración de la eucaristía es el centro de nuestra vida cristiana. Así lo expresa el concilio Vaticano II cuando afirma que la Eucaristía es fuente y cumbre de toda la vida cristiana (LG 11). Como fuente, la Eucaristía es un don. Como cima, es una exigencia para quienes participamos en ella, convirtiéndose en nuestra tarea fundamental.

María José Arana escribe en uno de sus libros que no suele ser habitual hablar de los sacramentos desde la vida, desde la implicación en la existencia de quien los recibe. Más bien solemos hacerlo desde la doctrina. En esta ocasión, quiero incidir en la experiencia de vida que nos aporta la celebración eucarística.

El artículo lo desarrollaré en dos partes. En la primera, describiré los elementos que considero fundamentales para comprender que la Eucaristía es un sacramento de vida. Y con esta reflexión de fondo, en la segunda parte los aplicaré a nuestra pedagogía propia: ver, juzgar y actuar.

Primera parte: elementos esenciales de la Eucaristía como sacramento de vida



La Eucaristía es el sacramento que celebramos más a menudo. Pero, ¿qué nos aporta esta celebración a quienes participamos en ella? Señalaré tres elementos esenciales:

1. La centralidad de la Eucaristía en la vida cristiana

No podemos entender la Eucaristía sin la vida cristiana; pero tampoco podemos entender la vida cristiana sin la Eucaristía. Necesitamos conocer mejor el sacramento de la Eucaristía para vivirlo con más intensidad.

Nuestra experiencia de fe gira en torno a un eje: la vida de Jesús. Me gustó una catequesis que escuché hace tiempo sobre la Eucaristía. Se me quedaron grabados estos puntos:

- La persona de Cristo nos comunica la mutua inhabitación entre Cristo y nosotros. Así lo expresa san Pablo en una de sus cartas: «Ya no soy yo quien vive, es Cristo quien vive en mí» (Gal 2,20). La Eucaristía fortalece la relación personal y comunitaria de amistad con Cristo.
- Fe en la Trinidad: Jesús se nos presenta como el enviado e Hijo del Padre. Es la novedad que nos ofrece sobre Dios.
- La transformación. Jesús nos invita a la conversión. Por eso, la Eucaristía la comenzamos renovando nuestra actitud de perdón: Dios nos hace descubrir nuestra

propia autosuficiencia, nos invita a caer de nuestras insatisfacciones y se nos invita a expresar nuestro deseo de cambiar. Estar dispuestos a arrepentirse y pedir perdón es el primer paso para mejorar. Dichoso quien sabe arrepentirse porque crecerá. De ese modo es como volvemos a ilusionarnos sobre el proyecto de Dios sobre cada uno de nosotros y sobre nuestra comunidad cristiana. Ser bueno es una gozada. No hay dicha comparable al intentar ser mejores. La bondad es lo que hace a la persona digna.

- La comunión. A Dios Trinidad lo descubrimos y lo vivimos en la comunidad. Los cristianos somos comunitarios y vivimos en grupo porque Dios es Trinidad. Hemos de trabajar siempre en equipo porque Dios es Trinidad. No podemos hacerlo en solitario, cada uno a su aire.

La Iglesia nace porque Dios nos convierte en instrumentos de amor para el mundo. El amor de Dios nos llega directamente, es cierto; y también nos llega a través de los hermanos. Del mismo modo, Dios me exige que el amor lo expanda. Antes del Concilio Vaticano II, la imagen de la Iglesia era jerárquica. Con la renovación conciliar comprendimos que la Iglesia es comunión, pueblo.

¿Hay algún momento o lugar en que estas cuatro dimensiones se vivan juntas y con intensidad? La respuesta afirmativa, en la celebración eucarística.



Toda la vida de Jesús se ve representada en la Eucaristía. Nuestra celebración consiste en testimoniar el amor que Dios nos manifiesta a todos. Así pues, la Eucaristía es el centro de la misión de Jesús sobre la tierra, la razón de su presencia en medio de nosotros. No es un «tema» más entre otros, sino que es el corazón de la vida cristiana. Toda la acción litúrgica y toda actividad de la vida cristiana está en estrecha relación con la celebración eucarística.

Benedicto XVI, en su exhortación apostólica *Sacramentum caritatis*, manifiesta que el centro vital de la Iglesia es la Eucaristía (cfr. n. 1); gracias a ella, la Iglesia siempre renace de nuevo (n. 6) y la iniciación cristiana alcanza su plenitud (n. 17).

2. La Eucaristía es fuente de espiritualidad: «Quien me come, vivirá por mí» (Jn 6,56)

Son conocidas las palabras de Benedicto XVI en la ya citada exhortación apostólica: «La espiritualidad eucarística no es solamente participación en la Misa y devoción al Santísimo Sacramento. Abarca la vida entera» (*Sacramentum caritatis* 77).

En efecto, celebrar la Eucaristía significa actualizar la cena que Jesús compartió con sus

discípulos la víspera de su muerte. Jesús, instituyendo la Eucaristía, ha querido ser para nosotros el alimento que nos fortalezca para el crecimiento de nuestra vida cristiana. Quien desea introducirse en el proyecto de Jesús, necesitará participar de la Eucaristía.

A diferencia de los alimentos corporales, que se convierten para nosotros en un suplemento de vida, el alimento eucarístico nos asimila y transforma para introducirnos en una vida superior: la vida de Dios.

La Eucaristía es la síntesis de la vida de Cristo y la fuente de su espiritualidad para todos los cristianos. Participando de ella, se va modelando en nosotros la forma de vida de Jesús, configurándonos con su persona. Quien se alimenta de un cuerpo entregado debe vivir la entrega; quien bebe de una sangre derramada debe estar dispuesto a dar la suya. Queremos vivir como Jesús, que entregó su vida por todos. No quiero encerrarme en mi egoísmo, haciendo de mi vida algo exclusivo mío. Quiero contribuir a que el mundo en el que vivo sea más humano. Celebrar la Eucaristía es celebrar la vida, el máximo culto que podemos ofrecer a Dios Padre. Por eso el Concilio Vaticano II, como ya hemos dicho, nos recuerda que la Eucaristía es la fuente y cima de la vida cristiana.

3. La Eucaristía hace la Iglesia: «Nosotros somos muchos pero un solo pan, un solo cuerpo» (1 Cor 10,17)

Continuando con la carta *Sacramentum caritatis*, Benedicto XVI expresa que el cristianismo, desde sus comienzos, supone siempre una compañía, una red de relaciones vivificadas continuamente por la escucha de la Palabra, la Celebración eucarística y animadas por el Espíritu Santo (n. 76).

La identidad de la Iglesia tiene su fundamento y su origen en la Eucaristía. La Iglesia se va edificando a través de la comunión eucarística con el Señor. Nuestra identidad cristiana,

por tanto, no nos la damos nosotros, sino que la recibimos de Cristo. Ni siquiera la celebración de la Eucaristía es tarea propia o iniciativa humana sino que el modo de celebrarla es desde la invocación y la acogida, desde la apertura para dejarse abrazar por la acción divina.

En expresión del P. De Lubac, dominico francés, que murió en 1991, la Eucaristía hace la Iglesia y la Iglesia hace la Eucaristía. El primer efecto de la comida eucarística es una unión más profunda con Cristo. El segundo, inseparable del primero, es la unión más profunda con toda la comunidad que vive la vida de Cristo.

Fue a partir de la Eucaristía como san Pablo comprendió a la Iglesia como cuerpo de Cristo: «Porque aún siendo muchos, un solo pan y

un solo cuerpo somos, pues todos participamos del mismo pan» (1 Cor 10,17).

La participación de la Cena del Señor, y no su estructura organizativa, es lo constitutivo del ser de la Iglesia. El vínculo de comunión que engendra la Eucaristía es el eje central de nuestra vida comunitaria. Donde hay celebración eucarística, allí está la Iglesia cristiana.

Podemos concluir la primera parte con esta afirmación: la Iglesia nace de la Eucaristía, de ella recibe la identidad y la misión. Tomando como base el relato de los discípulos de Emaús, en la segunda parte aplicaremos la pedagogía propia de la Acción Católica, de modo que la reflexión que hemos comenzado sobre la Eucaristía tenga consecuencias prácticas en nuestras vidas.



Segunda parte: aplicaciones pedagógicas

La pedagogía de la Acción Católica se concreta con el método: ver, juzgar y actuar. Teniendo en cuenta esta dinámica, podemos considerar que la Eucaristía es una celebración en tres actos, a través de los cuales compartimos la vida de Dios y experimentamos su amor. Cada uno nos prepara para el siguiente.

1. Ver: «Quédate con nosotros porque atardece» (Lc 24,29)

Participar de la Eucaristía no es como ir al cine a una película, donde podemos pasar directamente de la calle al cine y quedarnos cautivados por la representación que vemos en la pantalla.

A través de la escucha de la Palabra de Dios, crecemos en la fe y con ello nos preparamos para proclamarla y pedir lo que necesitamos. La película nos envuelve durante el tiempo que dura su proyección. Pero la celebración eucarística abarca toda nuestra vida: remodela nuestro corazón y nuestra mente hasta convertirnos en personas eucarísticas, hasta reproducir en nosotros la vida de Jesús.

La Eucaristía despierta nuestra fe, encauza nuestras energías, ilumina nuestro camino y alienta nuestro esfuerzo. En expresión de Benedicto XVI, la fe de la Iglesia es esencialmente fe eucarística y se alimenta de modo particular en la mesa de la Eucaristía (Sacramentum Caritatis 6). Un dato curioso es que la palabra fe en extra exhortación tiene más de cien coincidencias.

En este sentido, la Eucaristía no es sólo el recuerdo de la última cena de Jesús, sino el memorial de todo lo que Dios hizo por medio de Él. La muerte y resurrección del Señor concentran toda su vida y su actividad.

Al comienzo de la celebración eucarística, colocamos ante nuestros ojos aspectos de la realidad que no se ajustan al plan de Dios. Por eso pedimos perdón al inicio de la misa. No es fácil reconocer nuestros fallos personales y comunitarios. Necesitamos superar las visiones superficiales o utilitaristas. En expresión de José Manuel Marhuenda, necesitamos tomar la vida en las manos y pararnos ante ella. Como los discípulos de Emaús, le pedimos a Jesús: «Quédate con nosotros porque atardece».

*¿La celebración de la Eucaristía despierta nuestra fe, encauza nuestras energías, ilumina nuestro camino y alienta nuestro esfuerzo?
¿Por qué?*

2. Juzgar: «¿No ardía nuestro corazón cuando nos explicaba las Escrituras?» (Lc 24,32)

La fe nos conduce a la esperanza. Desde la preparación de los dones hasta el final de la Plegaria Eucarística, conmemoramos la última cena que Jesús celebró con los Apóstoles, donde instituyó la Eucaristía. Jesús, ante el fracaso, la violencia y la muerte, nos da esperanza. Es necesario tener mayor fe y esperanza en la iniciativa divina, nos recuerda Benedicto XVI (Sacramentum caritatis 16). Pues bien, la Eucaristía es el alimento que fortalece nuestra fe y esperanza porque en ella hacemos nuestras las súplicas de Jesús.

Desde nuestra pedagogía propia, la fe en Jesús nos hace identificarnos con Él, adoptando su mirada, asimilando su forma de pen-

sar, haciendo nuestros sus sentimientos. De ese modo, nuestra participación en la celebración eucarística nutre nuestra confianza en Jesús cuando tratamos de experimentar lo que Dios hace con nosotros.

La fe y la esperanza en Jesús nos hacen sentir su presencia viva en medio de nosotros hasta sentir que Él es nuestra fortaleza y nuestra esperanza. No basta con tener fe (VER). Es necesario, además de creer, esperarlo todo de Él (JUZGAR). Es lo que hace Jesús con los Apóstoles cuando instituye la Eucaristía: con sus gestos y palabras, les enseña a dejarse llevar por el Espíritu de Dios en el camino del seguimiento que conduce a la vida plena, que es el deseo del Padre. Así nos lo revela Jesús: «He venido para que tengáis vida en abundancia» (Jn 10,10).

Los discípulos de Emaús sentían cómo Jesús les estaba cambiando por dentro, aunque lo experimentaron cuando ya Jesús se había marchado. Por eso comentan: «¿No ardía nuestro corazón cuando nos explicaba las Escrituras?» (Lc 24,32). Jesús les había contagiado su fe y esperanza. Ellos habían experimentado una manera de sentir y pensar mientras Jesús les hablaba. La Palabra de Dios les ha cuestionado. Han vivido juntos una experiencia de encuentro con Jesús. No son meros espectadores, sino protagonistas. Han notado que esa celebración transformó sus vidas.

¿Cómo describirías la experiencia que tienes de Jesús durante la celebración eucarística?

3. Actuar: «Y, levantándose al momento, se volvieron a Jerusalén» (Lc 24,33)

Durante la celebración eucarística, desde el «Padre nuestro» en adelante, nuestra esperanza culmina en el amor. El encuentro con Jesús resucitado no sólo nos inunda de amor,

sino que provoca el deseo de comunicar a los demás esa experiencia única.

Benedicto XVI, al comienzo de la exhortación apostólica tantas veces citada, expresa que la Eucaristía es el don que Jesucristo hace de sí mismo, revelándonos el amor infinito de Dios por cada persona (Sacramentum caritatis 1). Ese amor se propaga en cada Eucaristía. Es el actuar de Dios que se manifiesta en Jesús a través del gesto eucarístico cuando lava los pies de sus discípulos. ¡Tantas veces los habría lavado durante toda su vida que, en la última cena se convierte en memorial! Así lo expresa el evangelista San Juan al narrar el lavatorio de los pies: «Antes de la fiesta de Pascua, sabiendo Jesús que había llegado su hora de pasar de este mundo al Padre, habiendo amado a los suyos, los amó hasta el extremo» (Jn 13,1).

La Eucaristía es un sacramento, el signo de la presencia de Jesucristo que nos da vida. Este sacramento no se percibe por los sentidos. Hay que visibilizarlo con nuestra actuación: que se vea la fuerza de esta celebración en nuestra alegría, que ilumine el Señor su rostro sobre nosotros, para que la luz de su rostro se refleje en el nuestro, y de nuestro rostro irradie a la sociedad y al mundo.

Cuando la vida se vive sin retenerla, entonces se expande: un trozo de pan se multiplica, sin perder su identidad original. La celebración eucarística vertebra dos dimensiones: la celebración comunitaria (eje social) y el encuentro con Dios (eje espiritual). Son las dos dimensiones que refiere el concilio Vaticano II al recordarnos que la Eucaristía es el punto de partida (*fuentes*) y la meta (*cumbre*) de nuestra peregrinación por los senderos de la historia. La Eucaristía es el centro de la vida cristiana, la fuente de su espiritualidad y el dinamismo que no sólo construye la Iglesia, sino su alimento.

La celebración eucarística no sólo nos transforma internamente (personal y comunitariamente), sino que también nos impulsa hacia la transformación externa y social de nuestro mundo. Benedicto XVI lo expresa así: «El alimento de la verdad nos impulsa a denunciar las situaciones indignas del hombre, en las que a causa de la injusticia y la explotación se muere por falta de comida, y nos da nueva fuerza y ánimo para trabajar sin descanso en la construcción de la civilización del amor» (SC 90). Y, más adelante, afirma: «El cristiano laico en particular, formado en la escuela de la Eucaristía, está llamado a asumir directamente su propia responsabilidad política y social» (n. 91).

¿Qué haría Jesús si estuviera en nuestro lugar? Participar de la Eucaristía es experimentar la comunión con Dios y con los hermanos de todo el mundo, sin exclusión de nadie, porque todos están invitados a participar del banquete. El proyecto de Dios es que sólo haya una mesa en la que se puedan sentar todos los hombres y mujeres, sin exclusión de nadie.

La celebración eucarística no sólo nos transforma internamente (personal y comunitariamente), sino que también nos impulsa hacia la transformación externa y social de nuestro mundo. ¿Cómo actuaría Jesús si estuviera en nuestro lugar?



Conclusión: «El pan que yo daré es mi carne para la vida del mundo» (Jn 6,51)



La celebración eucarística y la vida van unidas. Se trata de vivir la relación con Dios y el Reino en lo concreto de la vida cotidiana. El deseo de Jesús es que nos alimentemos de Él para la vida del mundo.

Así pues, la celebración de la Eucaristía no es algo cultural, sino existencial. Como indica Jesús Sastre, lo que celebramos (la entrega de Jesucristo) y lo que intentamos vivir (seguimiento de Jesús) coinciden. La Madre Teresa de Calcuta lo expresó de una forma contundente: «Cuando adoro al Señor en la Eucaristía veo a los pobres y cuando sirvo a los pobres veo al Señor Jesús».

Ya san Juan Crisóstomo, en la Iglesia del siglo IV, escribía: «¿Deseas honrar el cuerpo de Cristo? No lo desprecies, pues, cuando lo encuentres desnudo en los pobres, ni lo honres aquí en el templo con los lienzos de seda, ni al salir lo abandones en su frío y desnudez. Porque el mismo que dijo: “esto es mi cuerpo”, y con su palabra llevó a realidad lo que decía, afirmó también: “Tuve hambre y me disteis de comer”, y más adelante: “Siempre que dejasteis de hacerlo a uno de estos pequeñuelos, a mí en perso-

na lo dejasteis de hacer”. ¿De qué serviría adornar la mesa de Cristo con vasos de oro, si el mismo Cristo muere de hambre? Da primero de comer la hambriento, y luego, con lo que te sobre, adornarás la mesa de Cristo».

Celebrar la Eucaristía es la principal actividad de la Iglesia. Según Juan Pablo II, la Eucaristía es un modo de ser que pasa de Jesús al cristiano y, por su testimonio, se irradia en la sociedad y en la cultura. Para lograrlo, es necesario que cada uno asimilemos, personal y comunitariamente, los valores que la Eucaristía expresa, las actitudes que inspira y los propósitos de vida que suscita (*Mane Noviscum Domine* 25). Y más adelante, nos invitaba a encarnar el proyecto eucarístico en nuestra vida cotidiana.

Es imposible desligar la Eucaristía de la vida cotidiana. Es necesario que nos planteemos qué tipo de Eucaristía queremos revitalizar para que su celebración sea significativa en nuestras vidas, alimente nuestra vida comunitaria y nos impulse a comprometernos con el proyecto de Jesús.

Para terminar esta reflexión, narro el testimonio de Pedro Arrupe, titulado *Aquella misa en la favela*, que escribió después de celebrar la misa en una favela y que Pablo Guerrero reproduce la revista de *Sal Terrae*, publicado el año 2008. La cita es larga, pero merece la pena:

«Hace algunos años, cuando visitaba una provincia de jesuitas en América Latina, fui invitado a celebrar en un suburbio, en una favela, en uno de los lugares más pobres de la zona. Unas cien mil personas vivían allí en medio del barro, porque este suburbio estaba construido en una depresión que se inundaba cada vez que llovía.

La misa tuvo lugar bajo una especie de techumbre en mal estado, sin puerta, con perros y gatos que entraban libremente. La eucaristía comenzó con cantos, acompañados por un guitarrista que no era precisamente un virtuoso. El resultado me pareció, con todo, maravilloso. El canto repetía: “Amar es darse... ¡Qué bello es vivir para amar y qué grande tener para dar!”.

A medida que el canto avanzaba, sentí que se me hacía un nudo en la garganta. Tenía que hacer un verdadero esfuerzo para continuar la misa. Aquellas gentes, que parecían no tener nada, estaban dispuestas a darse a sí mismas para comunicar a los demás la alegría, la felicidad.

Cuando en la consagración elevé la hostia, percibí, en medio del tremendo silencio, la alegría del Señor que se encuentra entre los que ama. Como dice Jesús: “Me ha enviado a predicar la Buena Noticia a los pobres”, y “felices los pobres”...

Al dar la comunión, me fijé en que en aquellos rostros secos, duros, quemados por el sol, había lágrimas que rodaban como perlas. Acababan de encontrarse con Jesús, que era su único consuelo. Mis manos temblaban.

Mi homilía fue corta. Fue, sobre todo, un diálogo. Me contaron cosas que no suelen escucharse en los discursos importantes: cosas sencillas, pero profundas y sublimes desde un punto de vista humano. Una viejecita me dijo: “Usted es el superior de estos padres, ¿no? Pues bien, señor, un millón de gracias, porque vosotros, los jesuitas, nos habéis dado este gran tesoro que necesitamos y no teníamos: la misa”. Un muchacho dijo en público: “Padrecito: quiero que sepa que estamos muy agradecidos, porque estos padres nos han enseñado a amar a nuestros enemigos. Hace una semana, yo había conseguido un cuchillo para matar a un compañero al que odiaba. Pero después de escuchar al padre predicar el Evangelio, en vez de matar a aquel compañero, compré un helado y se lo regalé”. Por fin, un tipo corpulento, con aspecto de delincuente y que casi daba miedo, me dijo: “Venga a mi casa. Tengo un regalo para usted”.

Yo, indeciso, dudaba si debería aceptarlo, pero el jesuita

que me acompañaba me dijo: “Acepte, padre, son muy buena gente”. Así que fui con él a su casa, que era una barraca medio destruida, y me invitó a sentarme en una silla desvenecijada. Desde mi sitio yo podía contemplar la puesta del sol. el grandullón me dijo: “Mire, señor, ¡qué hermosura!”. Nos quedamos en silencio durante unos minutos. El sol desapareció. El hombre exclamó: “No sabía cómo agradecerle todo lo que hacen por nosotros. No tengo nada que darle. Pero pensé que le gustaría ver esta puesta de sol. ¿A que le ha gustado? Adiós”. Y me dio la mano. Cuando se iba, pensé: “No es fácil encontrar un corazón así”.

Ya abandonaba la calleja cuando una mujer, muy pobremente vestida, se acercó a mí, me besó la mano, me miró y me dijo con voz emocionada: “padre, rece por mí y por mis hijos. Yo también he oído esa misa tan bonita que usted acaba de decir. Tengo que volver a mi casa, pero no tengo nada que dar a mis hijos... Rece por mí: ‘El me ayudará’”. Y desapareció corriendo hacia su casa.

¡Qué cosa aprendí en aquella misa entre los pobres! ¡Qué diferencia con las grandes recepciones que organizan los poderosos de este mundo! Sin duda, eso es celebrar la vida».

Como conclusión, transcribo el mensaje de Benedicto XVI: «La Eucaristía nos hace descubrir que Cristo muerto y resucitado, se hace contemporáneo nuestro en el misterio de la Iglesia, su Cuerpo. Hemos sido hechos testigos de este misterio de amor. Deseemos ir llenos de alegría y admiración al encuentro de la Eucaristía, para experimentar y anunciar a los demás la verdad

de la palabra con la que Jesús se despidió de sus discípulos: «Yo estoy con vosotros todos los días, hasta al fin del mundo» (Mt 28,20)» (Sacramentum Caritatis 97). 

El relato expresa cómo la celebración y la vida van unidas. ¿Qué impulsos os han provocado el testimonio de Pedro Arrupe?