



*Viviendo*  
**EL DON DEL**  
**DOMINGO**

ARQUIDIÓCESIS *de* MILWAUKEE

# Viviendo EL DON DEL DOMINGO



---

Misal Romano, tercera edición © 2014 Conferencia de Obispos Católicos de Estados Unidos – Conferencia Episcopal Mexicana. Utilizados con permiso. Todos los derechos reservados.

Textos bíblicos del Leccionario I © 1976, Leccionario II © 1987, Leccionario III © 1993 Comisión Episcopal de Pastoral Litúrgica de la Conferencia del Episcopado Mexicano. Utilizados con permiso. Todos los derechos reservados.

Las citas del Catecismo de la Iglesia Católica, segunda edición, © 2001, Libreria Editrice Vaticana – Conferencia de Obispos Católicos de Estados Unidos, Washington, D.C. Utilizados con permiso. Todos los derechos reservados.



## *Índice de contenidos*

Introducción del Arzobispo Jerome Listecky . . . . .	6-9
El domingo es día de la resurrección de Cristo . . . . .	10-12
El domingo es día de paz . . . . .	13-15
El domingo es día que pertenece a Dios . . . . .	16-18
El domingo es día de descanso . . . . .	19-21
El domingo es día de alabanza . . . . .	22-24
El domingo es día de sacrificio amoroso . . . . .	25-27
El domingo es día de familia . . . . .	28-29
El domingo es día de misión . . . . .	30-32
El domingo es día de unidad . . . . .	33-35
El domingo es nuestro primer día . . . . .	36-38

## *Agradecimientos*

Extendemos un agradecimiento especial al P. Brad Krawczyk por su contribución a *Viviendo el Don del Domingo*. El P. Brad fue el escritor principal del equipo formado por el arzobispo Jerome Listecky, el obispo Jeffrey Haines, el obispo James Schuerman, Pete Burds, Lydia LoCoco, Susan McNeil, Randy Nohl, Margaret Rhody y Jerry Topczewski. También queremos reconocer el trabajo de Letzbia Laing-Martinez en la traducción de *Viviendo el Don del Domingo*, a Kim Mandelkow de la Oficina para el Culto por proporcionar los textos litúrgicos en español, y a Caroline Harvey, Meghan Endter y Gina Rupcic de la Oficina de Comunicación arquidiocesana por la configuración y diseño del folleto. ¡Estamos muy agradecidos por la dedicación de este grupo y su trabajo en este recurso!



---

## Introducción del ARZOBISPO JEROME LISTECKI

---

Estimados hermanos y hermanas en Cristo:

Espero que utilicen este folleto para avivar su oración y aprecio por el domingo durante las próximas diez semanas. *Viviendo el Don del Domingo* contiene diez semanas de reflexiones sobre cómo el domingo es un gran don para nosotros, y cómo podríamos vivir ese don en nuestra vida cotidiana. Está destinado para la reflexión individual, pero también pueden utilizarlo con su familia o como base para la meditación en pequeños grupos.

Muchos de los Prefacios de la Plegaria Eucarística en la Misa comienzan de esta manera: «En verdad es justo y necesario, es nuestro deber y salvación darte gracias siempre y en todo lugar, Señor, Padre santo, Dios todopoderoso y eterno, por Cristo, Señor nuestro». Tengamos presente esta actitud durante las próximas semanas al reflexionar sobre el significado del domingo en nuestra vida como cristianos. Recuerden que el domingo es un don de Dios.

«La Iglesia vive de la Eucaristía». El Papa San Juan Pablo II escribió esta frase breve pero significativa en su carta encíclica *Ecclesia de Eucharistia* (7). Los primeros cristianos, aun corriendo el riesgo de ser incomprendidos y ante la persecución y la muerte, proclamaron fielmente «*Sine Dominico non possumus* - no podemos vivir sin celebrar el Día del Señor» (Cf. San Justino *Apología* I,67, 3-5: PG 6, 430; *Acta SS. Saturnini, Dativi et aliorum plurimorum Martyrum in Africa*, 7, 9, 10: PL 8, 707, 709-710).

---

*Espero que utilicen este folleto para avivar su oración  
y aprecio por el domingo.*

---





Cuando nos reunimos cada domingo para la Misa, como los cristianos lo han hecho a lo largo de los milenios, sabemos, en lo más profundo de nuestro ser, que somos invitados a la vida nueva que es Jesucristo mismo cuando escuchamos las Sagradas Escrituras y somos nutridos y fortalecidos por Su Cuerpo y Sangre.

Los domingos son diferentes para los cristianos. De hecho, en nuestro mundo moderno, lo que nos define como católicos

es nuestra participación los domingos en la alabanza a Dios como comunidad, mientras ofrecemos al Padre, a través del poder del Espíritu Santo, el sacrificio vivo de Cristo en la cruz para nuestra salvación.

Cada domingo participamos en la acción de Cristo mismo, y nos encontramos con el Dios vivo entre nosotros. Al inicio de la Misa, hacemos la señal de la cruz. Es posible que demos por hecho esta oración, o puede ser que la recemos con profunda devoción. Para nosotros, como cristianos, es un recordatorio de que somos cautivados por el amor de la misma Santísima Trinidad, cuando recordamos el gran instrumento de nuestra salvación.

San Cirilo de Jerusalén afirma: «No nos avergoncemos, pues, de confesar al Crucificado. Sea la cruz nuestro sello, hecha con audacia con los dedos sobre nuestra frente y en todo» *Catequesis de San Cirilo, Catequesis XIII*). La señal de la cruz, al igual que muchos signos litúrgicos, transmite una riqueza de significados. San Francisco de Sales señala: «Al hacer la señal de la cruz, por lo tanto, confesamos tres grandes misterios: la Trinidad, la Pasión y la remisión de los pecados» (*La señal de la cruz*).

Al comenzar cada semana en oración, estamos siendo conscientes de la obra de la Santísima Trinidad. Cuando observamos el Día del Señor con fidelidad, venimos a la Iglesia cargando nuestras alegrías y nuestras penas. Traemos todo esto a Dios y permitimos que Dios nos transforme. Es imposible limitar lo que es el domingo y lo que traemos a Dios cada semana religiosamente. Este folleto es un punto de partida para revitalizar nuestro aprecio por el verdadero significado del domingo y lo que la Santísima Trinidad logra en y a través de unas vidas llenas de gracia.

Pidamos a través de la intercesión de María Madre de la Iglesia, que, al mirarla como modelo, podamos crecer en nuestro amor a Dios a través de nuestro culto ferviente y vida cristiana.

Sinceramente en Cristo,

+ Jerome E. Listeecki

+ Jerome E. Listeecki  
Arzobispo de Milwaukee

---

*Cada domingo participamos en la acción de Cristo mismo, y nos encontramos con el Dios vivo entre nosotros.*

---





## De las Sagradas Escrituras

*Marcos 16, 2-6*

*Muy de madrugada, el primer día de la semana, a la salida del sol, se dirigieron al sepulcro. Por el camino se decían unas a otras: «¿Quién nos quitará la piedra de la entrada del sepulcro?» Al llegar, vieron que la piedra ya estaba quitada, a pesar de ser muy grande.*

*Entraron en el sepulcro y vieron a un joven, vestido con una túnica blanca, sentado en el lado derecho, y se llenaron de miedo. Pero él les dijo: «No se espanten. Buscan a Jesús de Nazaret, el que fue crucificado. No está aquí; ha resucitado...»*

## De la Misa, fuente y culmen de la vida

Nos encontramos con Cristo resucitado en la Palabra de Dios proclamada y en la Eucaristía que compartimos. Durante la Plegaria Eucarística, recordamos que Cristo murió para salvarnos del pecado y la muerte, y resucitó para traernos una vida nueva y eterna.

«Así, pues, Padre, al celebrar ahora el memorial de la pasión salvadora de tu Hijo, de su admirable resurrección y ascensión al cielo, mientras esperamos su venida gloriosa, te ofrecemos, en esta acción de gracias, el sacrificio vivo y santo» (Plegaria Eucarística III).

## De las riquezas de nuestra fe

Somos un pueblo de resurrección. Nuestras vidas tienen sentido porque Cristo resucitó de entre los muertos. Él está vivo y presente para nosotros en la Palabra, en el Sacramento y en Su Espíritu Santo, quien nos mueve y nos guía. El domingo es un día para regocijarse en la vida nueva, en la vida eterna, en la vida en el amor de Dios. Estamos invitados a ver cada domingo como una pequeña Pascua.

«Jesús resucitó de entre los muertos “el primer día de la semana” (cfr. Mt 28, 1; Mc 16,2; Lc 24, 1; Jn 20, 1). En cuanto es el “primer día”, el día de la Resurrección de Cristo recuerda la primera creación. En cuanto es el “octavo día”, que sigue al sábado (cfr. Mc 16, 1; Mt 28, 1), significa la nueva creación inaugurada con la resurrección de Cristo. Para los cristianos vino a ser el primero de todos los días, la primera de todas las fiestas, el día del Señor...» (*El Catecismo de la Iglesia Católica*, 2174) [en adelante, CIC]. «Nos reunimos todos el día del sol, porque es el primer día [después del sábado judío, pero también el primer día] cuando Dios, separando la materia de las tinieblas, hizo el mundo; y también porque en este mismo día Jesucristo nuestro Salvador resucitó de entre los muertos» (San Justino, I Apol.67, PG 6, 429 y 432).

El triunfo de Cristo sobre la muerte en su gloriosa resurrección es la plenitud y el cumplimiento de la Ley antigua. Es, en el culto dominical, el más alto y más grande de los días, el día principal de obligación para los fieles cristianos, y la culminación, renovada y reencontrada cada semana, de la salvación que Dios realizó a través de Su Hijo.

La historia del Evangelio de San Lucas de los dos discípulos y su encuentro con Jesús resucitado el Domingo de Pascua en el camino a Emaús (24, 13-35), conecta maravillosamente cómo llegamos a conocer a nuestro Señor resucitado a través de la Misa todos los domingos. Mientras los discípulos caminaban y discutían las Sagradas Escrituras con él, ellos creían que era un extraño, pero se dieron cuenta, al partir el pan, de que era Jesús resucitado. Cada domingo, Jesús aviva nuestros corazones con su palabra mientras nos prepara para recibir su Presencia Real en la Eucaristía.

## ¡Vívelo!

- Celebra el domingo como un pequeño domingo de Pascua cada semana recordando la resurrección de Cristo y esperando con ansias la vida eterna en Él.



- ¿En qué área de tu vida necesitas de la vida nueva de Dios? Reflexiona sobre cómo Dios ha estado presente en tu vida incluso en tiempos difíciles. Busca maneras de compartir estas ideas con personas que conozcas.
- Pregúntale a tu familia y amigos: ¿Qué es lo que les da esperanza?

### Las Sagradas Escrituras durante la semana

- |                   |  |
|-------------------|--|
| 1. Salmo 118, 24  | Este es el día que hizo el Señor.                        |
| 2. Lucas 24, 1-9  | ¿Por qué buscar al vivo entre los muertos?               |
| 3. Juan 11, 25-26 | Yo soy la resurrección y la vida.                        |
| 4. Juan 20, 1-9   | Vio y creyó.   |
| 5. Hechos 4, 33   | Los apóstoles dieron testimonio de la resurrección.      |
| 6. 1 Pedro 1, 3-5 | La esperanza por medio de la resurrección de Jesucristo. |

*Recuerda, el domingo es día de la resurrección de Cristo.*



### De las Sagradas Escrituras

*Juan 20, 19, 21-23*

*Al anochecer del día de la resurrección, estando cerradas las puertas de la casa donde se hallaban los discípulos, por miedo a los judíos, se presentó Jesús en medio de ellos y les dijo: «La paz esté con ustedes...».*

*De nuevo les dijo Jesús: «La paz esté con ustedes. Como el Padre me ha enviado, así también los envío yo». Después de decir esto, sopló sobre ellos y les dijo: «Reciban el Espíritu Santo. A los que les perdonen los pecados, les quedarán perdonados; y a los que no se los perdonen, les quedarán sin perdonar».*

### De la Misa, fuente y culmen de la vida

El sacrificio expiatorio de Cristo en la cruz por nuestros pecados hace posible la reconciliación, la paz y la armonía. A través de la restauración de nuestra relación con Dios podemos comenzar a reconocer las otras relaciones en nuestra vida que también necesitan sanación. La reconciliación requiere una admisión ante Dios de nuestra responsabilidad por nuestros pecados.

En cada Misa, comenzamos el Acto Penitencial reconociendo nuestros pecados y anunciamos nuestra confianza en la misericordia de Dios. «Dios todopoderoso tenga misericordia de nosotros, perdone nuestros pecados y nos lleve a la vida eterna» (*Misal Romano*).

En el Rito de la Paz, el celebrante ora para que la paz de Cristo llene nuestros corazones. Como signo de esperanza, compartimos un signo de paz con los que nos rodean. «Señor Jesucristo, que dijiste a tus apóstoles: La paz les dejo, mi paz les doy, no tengas en cuenta nuestros pecados, sino la fe de tu Iglesia y, conforme a tu palabra, concédele la paz y la unidad. Tú que vives y reinas por los siglos de los siglos. Amén. La paz del Señor esté siempre con ustedes. Y con tu espíritu» (*Misal Romano*).

### De las riquezas de nuestra fe

El signo de la paz es más que un simple saludo. Es más bien una oración para la reconciliación como anticipo de la comunión en el Cuerpo de Cristo.

Entre muchas ricas expresiones culturales de reconciliación, la amada costumbre polaca del *Oplatek*, o la oblea de Navidad, es fascinante. Antes de servirse la comida, los miembros de la familia rompen un pedazo de sus obleas de Navidad para compartirlas con los demás en su hogar, deseándose bienestar los unos a los otros, pidiendo perdón por los malentendidos y haciendo las paces los unos con los otros. ¡Incluso hay una oblea para compartir con las mascotas de la casa! Necesitamos signos y símbolos que nos inspiren a la verdadera reconciliación y a la paz.

«Con compasión, Cristo proclama que “es lícito en sábado hacer el bien en vez del mal, salvar una vida en vez de destruirla”» (CIC, 2173 – cfr. Mc 3,4).



*El domingo, debido a que es el día principal para el culto, es también un día para dejar de lado los celos, la ira y la mala voluntad.*

El domingo, debido a que es el día principal para el culto, es también un día para dejar de lado los celos, la ira y la mala voluntad. El Señor nos pide que le rindamos culto, pero nuestro culto no puede anteponerse al perdón de los pecados y las faltas de nuestros hermanos y hermanas. Estamos llamados a traer la paz, la misericordia y el amor de Dios a nuestro mundo.

### ¡Vívelo!

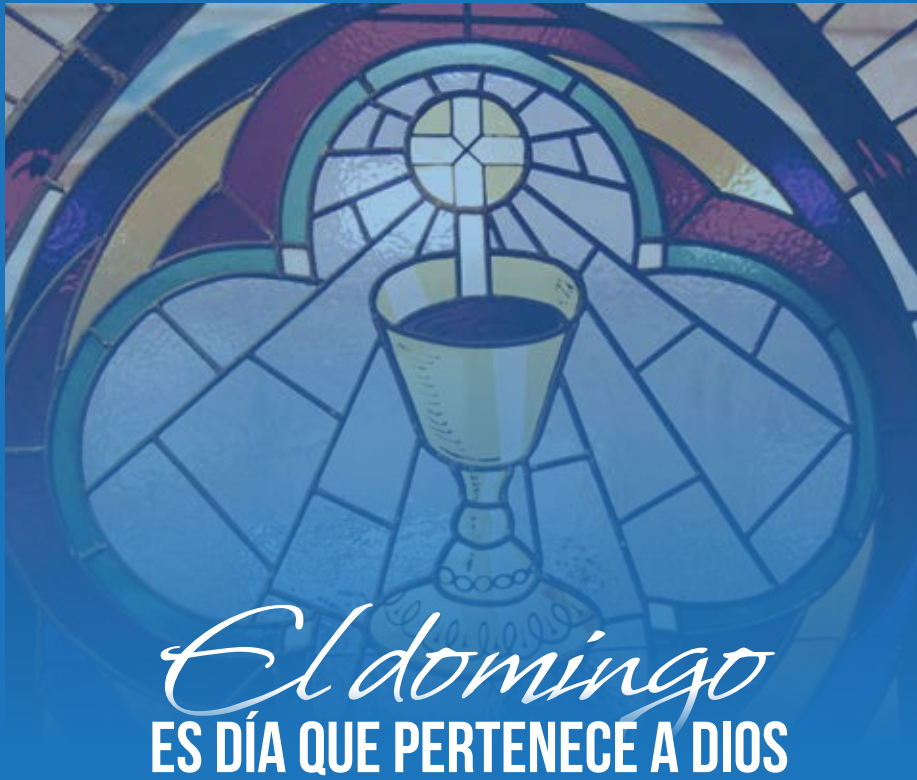
- Si necesitas reconciliarte con un miembro de la familia o un miembro de la comunidad en general, decídete a ser el primero en hacer las paces. Reflexiona sobre una persona o área de tu ciudad, tu país, o el mundo que necesite la paz.
- Celebra con tu familia el Sacramento de la Reconciliación (Confesión). Consideren ir juntos en familia para que cada uno reciba el Sacramento de la Reconciliación.
- Ora junto a tu familia la Coronilla de la Divina Misericordia para sentir el calor del amor misericordioso de Dios.

### Las Sagradas Escrituras durante la semana

- |                          |  |
|--------------------------|--|
| 1. Mateo 5, 9            | Bienaventurados los que trabajan por la paz.                   |
| 2. Mateo 5, 23-24        | Reconcílate con los demás antes de llevar tu ofrenda al altar. |
| 3. Juan 14, 27           | Mi paz les doy.  |
| 4. Juan 16, 33           | Yo he vencido al mundo.  |
| 5. 2 Tesalonicenses 3,16 | Que el Señor de la paz les dé la paz.                          |
| 6. 1 Juan 4, 20          | Ama a los demás como amas a Dios.                              |

*Recuerda, el domingo es día de paz.*





## De las Sagradas Escrituras

Éxodo 20, 8-10

*Acuérdate de santificar el sábado. Seis días trabajarás y en ellos harás todos tus quehaceres; pero el día séptimo es día de descanso, dedicado al Señor, tu Dios.*

## De la Misa, fuente y culmen de la vida

Las Sagradas Escrituras son la palabra de Dios, inspirada por el Espíritu Santo. En la Misa durante la Liturgia de la Palabra, Dios nos habla a través de las lecturas y el Evangelio. El Salmo Responsorial nos ayuda a meditar en la palabra de Dios.

«Santo eres en verdad, Padre, y con razón te alaban todas tus creaturas, ya que, por Jesucristo, tu Hijo, Señor nuestro, con la fuerza del Espíritu Santo, das vida y santificas todo, y congregas a tu pueblo sin cesar, para que ofrezca en tu honor un sacrificio sin mancha desde donde sale el sol hasta el ocaso» (Plegaria Eucarística III).

## De las riquezas de nuestra fe

Como cristianos, creemos que Dios es el centro mismo de nuestras vidas. Nuestro viaje espiritual en la tierra nos lleva a profundizar nuestra relación con Dios, lo que supone escuchar atentamente su palabra. La expresión más profunda de esa escucha es oír la proclamación comunitaria de las Sagradas Escrituras en la Liturgia de la Palabra. Escuchamos la voz de Dios para que podamos interiorizar su mensaje y ponerlo en práctica.

El *Catecismo de la Iglesia Católica* inicia su reflexión sobre el Tercer Mandamiento con el significado bíblico del Sábado. Éxodo 20, 8-11 dice que el Sábado fue el séptimo día en el cual descansó el Señor después de su obra de los seis días anteriores. Deuteronomio 5, 12 agrega que el Sábado es día de nuestra renovación del convenio con Dios. El Sábado está relacionado con la creación y el convenio. Los escritores del siglo II tales como Justino Mártir atestiguan la práctica generalizada del culto dominical (*Primera Apología*, capítulo 67), la cual se había convertido, para el 361 d.C., en una experiencia semanal obligatoria.

«La celebración del domingo cumple la prescripción moral, inscrita en el corazón del hombre, de "dar a Dios un culto exterior, visible, público y regular bajo el signo de su bondad universal hacia los hombres" (Santo Tomás de Aquino, *Summa theologiae*, II-II, q. 122, a. 4). El culto dominical realiza el precepto moral de la Antigua Alianza, cuyo ritmo y espíritu recoge celebrando cada semana al Creador y Redentor de su pueblo» (CIC, 2176). Estamos motivados naturalmente a hacer del domingo un día especial. Nuestra participación activa en el Día del Señor muestra al mundo que pertenecemos a Dios. Cada domingo, en la Misa, Dios derrama sus bendiciones más ricas sobre nosotros.

Para los cristianos, el domingo es el día en que se reúnen para rendir culto a Dios. Los primeros cristianos se reunieron el domingo para partir el pan y para la predicación (Hechos 20, 7). Apocalipsis 1, 10 también hace referencia al Día del Señor. Recibimos a Dios a través de la predicación de la Palabra y la Cena del Señor. En la Misa, el Señor nos da lo que más necesitamos. El domingo nos prepara para el lunes. Encontremos tiempo para estar con Él.

**La palabra sábado proviene del hebreo Sabbath (o Shabbat) que significa literalmente descanso. Los primeros cristianos siguieron la tradición de guardar un día de descanso y adoración al Señor, escogiendo el domingo como el día del Señor, el primer día de la semana, ya que en este día ocurrió la resurrección de Cristo, el hecho más significativo relacionado con la salvación.**

Como señala el *Catecismo de la Iglesia Católica*, Dios hizo el sábado para el hombre, proporcionando el modelo que debe seguir para descansar y recobrar aliento (Cf. CIC, 2172, Mateo 2, 27-28). El domingo pertenece a Dios de una manera especial, ya que conmemora Sus obras salvíficas, desde la Creación, a través del Éxodo, hasta el gran misterio pascual que se recuerda cada domingo.

## ¡Vívelo!

- Esfuérzate por poner a Dios en el centro de tu día. Llega a Misa temprano, evalúa la semana y ofrece a Dios todo lo bueno y pide perdón por tus fallas. Ofrece los dones y retos de la semana pasada y la semana por venir con las ofrendas del pan y el vino al ser presentados en el altar para su transformación.
- En el Libro del Génesis, Dios usa el descanso del sábado para meditar en la grandeza de la Creación. Después de Misa, considera dar un paseo por una ruta de senderismo, un paseo en bicicleta, un paseo a lo largo de la orilla del lago o una subida a las colinas y alaba a Dios por ser tan bueno.
- Comienza y termina cada día de la semana haciendo la Señal de la Cruz y reconociendo en oración que somos amados por Dios.

### Las Sagradas Escrituras durante la semana

- |                     |   |
|---------------------|---|
| 1. Génesis 1, 1-2,3 | Dios creó los cielos y la tierra.                       |
| 2. Salmo 34, 9      | Gusten y vean qué bueno es el Señor                     |
| 3. Mateo 12, 1-8    | El Hijo del Hombre es Señor del sábado.                 |
| 4. Mateo 22, 36-40  | Amarás al Señor con todo tu corazón, alma y mente.      |
| 5. Lucas 24, 30-35  | Jesús se dio a conocer al partir el pan.                |
| 6. Hechos 20, 7     | Reunirse el primer día de la semana para partir el pan. |

*Recuerda, el domingo es día que pertenece a Dios.*



### De las Sagradas Escrituras

*Mateo 11, 28-30*

*Vengan a mí, todos los que están fatigados y agobiados por la carga, y yo los aliviaré. Tomen mi yugo sobre ustedes y aprendan de mí, que soy manso y humilde de corazón, y encontrarán descanso, porque mi yugo es suave y mi carga, ligera.*

### De la Misa, fuente y culmen de la vida

Presta atención a la relación entre los momentos de silencio sagrado en la Misa. En el Acto Penitencial y después de la invitación «oremos», los fieles están llamados a guardar silencio (*Instrucción General del Misal Romano*, 45). Antes de la Liturgia de la Palabra, después de la primera y segunda lectura, y después de la homilía, son oportunidades para hacer una pausa y guardar silencio para prepararse a recibir la palabra de Dios y meditar sobre lo que se escuchó (IGMR, 56). El silencio sagrado durante la Plegaria Eucarística y durante la oración de acción de gracias después de la sagrada Comunión ayudan a todos a alabar a Dios en sus corazones (IGMR, 45; 78). Estas pausas tranquilas nos ayudan a aquietarnos, relajarnos y meditar sobre la presencia de Dios en nuestras vidas y en la vida del mundo, y a experimentar el domingo como un día de descanso.

## De las riquezas de nuestra fe

A lo largo de la semana, nuestras vidas están llenas de ajetreo, redes sociales y atención a las necesidades cotidianas de la vida. Las distracciones son constantes, por lo que necesitamos un descanso para poder relajar nuestro cuerpo, despejar nuestra mente y refrescar nuestro espíritu. Es esencial tomar tiempo fuera del trabajo, las compras y nuestras rutinas diarias para nuestro bienestar espiritual, mental y físico.

Con el énfasis actual en mantenernos ocupados en el hogar y en el trabajo, y el énfasis en las nuevas formas de comunicación electrónica, el ajetreo está en todas partes. Realmente tiene que haber un espacio y un tiempo sagrados en los cuales no pueda irrumpir el trabajo. Reflexiona con las palabras de san Agustín: «Grande sois, Señor, y muy digno de toda alabanza, grande es vuestro poder, e infinita vuestra sabiduría: Pero Vos mismo lo excitáis a ello de tal modo, que hacéis que se complazca en alabaros; porque nos criasteis para Vos, y está inquieto nuestro corazón hasta que descanse en Vos» (*Confesiones*).

Las recomendaciones católicas de descansar el domingo no obstaculizan la participación en las «ocupaciones ordinarias e inocentes». Con el espíritu del sábado, los católicos deben observar un día de descanso del trabajo servil, que también se convierte en «un día de protesta contra las servidumbres del trabajo y el culto al dinero» (CIC, 2172 - cfr. Ne 13, 15-22; 2 Cr 36, 21).

«Así como Dios “cesó el día séptimo de toda la tarea que había hecho” (Gn 2, 2), así también la vida humana sigue un ritmo de trabajo y descanso. La institución del día del Señor contribuye a que todos disfruten del tiempo de descanso y de solaz suficiente que les permita cultivar su vida familiar, cultural, social y religiosa» (CIC, 2184 - cfr. GS 67-3).

Las personas no son esclavas del trabajo (en todas sus formas); el trabajo es, más bien, el siervo de la humanidad, en el que, por cooperación con la gracia de Dios, cumplimos con nuestra obligación de proveer bienes materiales para todos. Sin embargo, estos bienes no son fines en sí mismos, sino herramientas que empleamos, como dice el *Catecismo*, para cultivar nuestra vida de fe por el bienestar de nosotros mismos, de nuestras familias y de nuestro mundo. Necesitamos tiempo suficiente para descansar del trabajo con el fin de alcanzar estas metas, y para expresar nuestro agradecimiento al Dios de quien provienen todos los dones.



## ¡Vívelo!

- ¿Qué cosa podrías hacer el domingo para lo cual no tienes tiempo el resto de la semana? Puede ser algo que hagas con tu familia o amigos o por ti mismo, es decir, dar un paseo a pie o en bicicleta, ver una película, leer.
- Busca maneras de despejar el domingo del trabajo innecesario y el ajetreo. En lugar de llenar el día con compras, limpieza y organización, concéntrate en la oración, la familia y el descanso.
- Tómate un descanso del iPhone, la televisión, el equipo de música y la computadora, y deja que tu mente descanse en el silencio. «¡Ríndanse y reconozcan que yo soy Dios!» (Salmo 46, 11). Es más, publica un mensaje que estarás tomándote un tiempo libre del uso de los electrónicos para animar a otros a hacer lo mismo. Visita una biblioteca o librería para seleccionar un libro o un audio-libro, y tómate un momento de tranquilidad para realizar un viaje imaginario. Los padres o hermanos mayores podrían incluso turnarse para leer la historia a los niños más pequeños.

## Las Sagradas Escrituras durante la semana

- |                    |  |
|--------------------|--|
| 1. Éxodo 33, 14    | El Señor proveerá el descanso.                           |
| 2. Isaías 14, 3-4  | El Señor te hace descansar de tu pena y tu tormento.     |
| 3. Marcos 2, 27    | El sábado fue hecho para la humanidad.                   |
| 4. Marcos 6, 30-32 | Ven y descansa un rato con Jesús.                        |
| 5. Lucas 4, 16-19  | Jesús vino a anunciar la buena noticia a los pobres.     |
| 6. Hebreos 4, 1-11 | El descanso del sábado permanece para el pueblo de Dios. |

*Recuerda, el domingo es día de descanso.*





# El domingo ES DÍA DE ALABANZA

## De las Sagradas Escrituras

*Juan 4, 23-24*

*Pero se acerca la hora, y ya está aquí, en que los que quieran dar culto verdadero adorarán al Padre en espíritu y en verdad, porque así es como el Padre quiere que se le dé culto. Dios es espíritu, y los que lo adoran deben hacerlo en espíritu y en verdad.*

## De la Misa, fuente y culmen de la vida

El Santo, Santo, Santo en la Misa captura la idea de la santidad y la naturaleza trascendente de Dios. Estamos prendados en la visión de Dios y la alabanza a Dios en los Cielos que trasciende el tiempo y el espacio. Estamos llamados a alabar, adorar y venerar a nuestro Dios que es todo santo.

Santo, Santo, Santo es el Señor, Dios del universo.

Llenos están el cielo y la tierra de tu gloria.

Hosanna en el cielo.

Bendito el que viene en nombre del Señor.

*(Misal Romano)*

En la gran alabanza a Dios en la Doxología, el celebrante hace la oración a través, con y en Cristo, en unión con el Espíritu Santo, y presenta esta oración a Dios. La asamblea responde con el Gran Amén, afirmando su participación y fe en el sacrificio de la alabanza.

Por Cristo, con él y en él, a ti, Dios Padre omnipotente,

en la unidad del Espíritu Santo, todo honor y toda gloria por los siglos de los siglos. Amén.

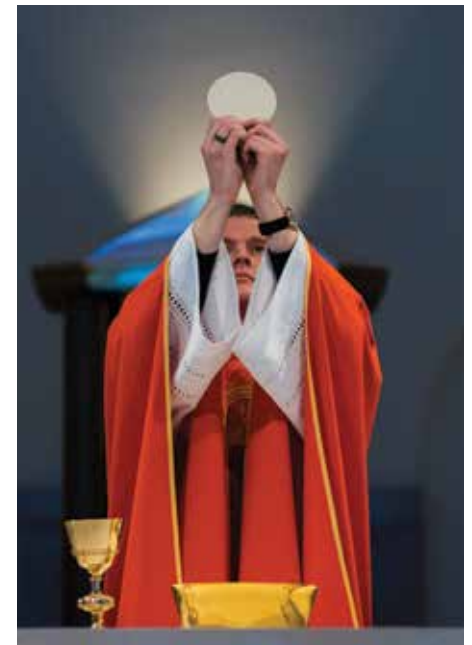
*(Misal Romano)*

## De las riquezas de nuestra fe

Nuestra sociedad a menudo fomenta en nosotros una visión del mundo egocéntrica y demasiado individualista. Resulta muy fácil para nosotros creernos el mito de ser hombres y mujeres creados por nuestros propios méritos. Olvidamos fácilmente la verdad evangélica de que todo es un don y todo proviene de Dios. Tenemos que alabar, con toda humildad, a nuestro Creador, que es todo santo, todopoderoso, todo amoroso y todo misericordioso. Es nuestra fuente, nuestro sustento y nuestra meta.

«El don de sí mismo que Jesús hace en el Sacramento memorial de su pasión, nos asegura que el culmen de nuestra vida está en la participación en la vida trinitaria, que en él se nos ofrece de manera definitiva y eficaz. La celebración y adoración de la Eucaristía nos permiten acercarnos al amor de Dios y adherirnos personalmente a él hasta unirnos con el Señor amado. El ofrecimiento de nuestra vida, la comunión con toda la comunidad de los creyentes y la solidaridad con cada hombre, son aspectos imprescindibles...del culto espiritual, santo y agradable a Dios (Cf. Romanos 12,1), en el que toda nuestra realidad humana concreta se transforma para su gloria» (*Sacramentum Caritatis*, 94).

Dios pide que nosotros, Sus criaturas, a quienes hizo y mantiene en existencia, le alabemos. El tipo de alabanza que desea es la alabanza hecha «en espíritu y en verdad», una que se ofrece comunitariamente en la Iglesia, como renovación y representación del acto supremo de alabanza: la muerte de Su Hijo en la Cruz.



Se ha dicho que la más perfecta de las oraciones es también la más simple, una sola palabra: «¡Gracias!». No es casualidad que la gran oración de la Iglesia sea la misma, el significado de la palabra «Eucaristía» es «dar gracias». La actividad humana más importante es alabar a Dios y dar gracias por Su bondad. Es posible que el mundo vea la alabanza a Dios a través de la Misa como algo finito, sin embargo, la realidad del sacrificio de Cristo permite a los fieles entrar en la vida infinita del amor de la Santísima Trinidad.

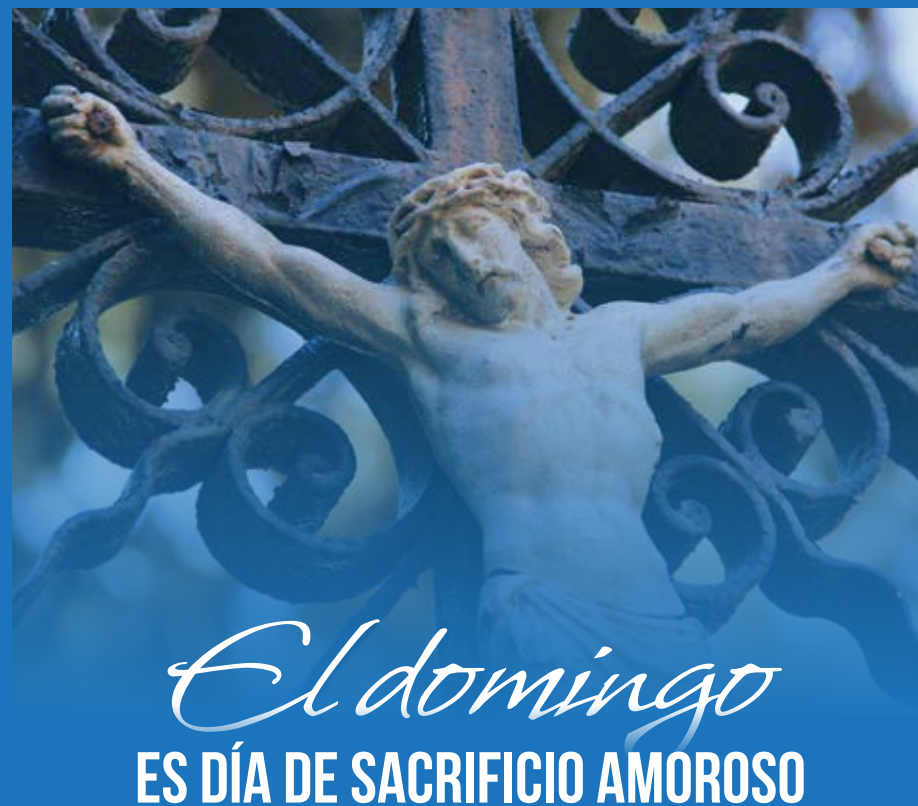
## ¡Vívelo!

- Reflexiona sobre cómo puedes ordenar cada parte de tu vida para demostrar que Dios es Dios y dedicarle todo tu ser. Ofrece a Dios tu amor, alabanza y acción de gracias. En familia, compartan sobre lo que más haya impactado a cada uno de ustedes de la homilía en la Misa dominical.
- Medita en los aspectos del culto dominical que son más significativos para ti. Comparte tus pensamientos sobre el culto con familiares y amigos.
- Medita sobre un poema, sinfonía, ópera, pintura, escultura, ballet u otra obra de arte y deja que tu alma saboree la majestad de Dios en el don de la belleza.

### Las Sagradas Escrituras durante la semana

- |    |                      |   |
|----|----------------------|---|
| 1. | 1 Crónicas 16, 23-31 | Anuncia la salvación del Señor.         |
| 2. | Isaías 6, 1-4        | Santo es el Señor.                      |
| 3. | Isaías 58, 13-14     | Deléitate en el Señor.                  |
| 4. | Salmo 33, 1-3        | Regocíjate en el Señor.                 |
| 5. | Marcos 11, 15-19     | La casa de Dios es una casa de oración. |
| 6. | Romanos 12, 1        | Ofrécete como ofrenda de alabanza.      |

*Recuerda, el domingo es día de alabanza.*



### De las Sagradas Escrituras

*1 Corintios 11, 23-25*

*Yo recibí del Señor lo mismo que les he transmitido: que el Señor Jesús, la noche en que iba a ser entregado, tomó pan en sus manos, y pronunciando la acción de gracias, lo partió y dijo: «Esto es mi cuerpo, que se entrega por ustedes. Hagan esto en memoria mía».*

*Lo mismo hizo con el cáliz después de cenar, diciendo: «Este cáliz es la nueva alianza que se sella con mi sangre. Hagan esto en memoria mía siempre que beban de él».*

### De la Misa, fuente y culmen de la vida

La Plegaria Eucarística en la Misa conmemora la acción de Jesús la noche antes de su muerte. Él entregó a sus discípulos su Cuerpo y Sangre en forma de pan y vino. En la anamnesis (o acción memorial) el pueblo conmemora la muerte salvífica y la resurrección del Señor. El sacerdote ora para que el Espíritu Santo venga sobre su pueblo, y para que al recibir el Cuerpo y la Sangre de Cristo (la Presencia Real de Cristo en el Santísimo Sacramento), puedan convertirse en una ofrenda viviente para Dios.

«El cual, verdadero y eterno Sacerdote, al instituir el sacrificio de la eterna alianza, se ofreció primero a ti como víctima salvadora, y nos mandó que lo ofreciéramos como memorial suyo. Cuando comemos su carne, inmolada por nosotros, quedamos fortalecidos; y cuando bebemos su Sangre, derramada por nosotros, quedamos limpios de nuestros pecados» (Prefacio I de la Santísima Eucaristía).

## De las riquezas de nuestra fe

En cierto sentido, convertirse en una ofrenda viviente implica conectar nuestro propio sufrimiento con los sufrimientos de Cristo. Es un acto de fe, confiando en que, así como la cruz no fue el final de la historia de Jesús; tampoco es el final de nuestra historia. El amor y la misericordia de Dios prevalecerán. Por otra parte, convertirse en una ofrenda viviente significa que debemos dedicarnos a vidas de servicio y amor abnegado. El domingo es un día para dedicar nuestra vida a los caminos de Jesús, quien no vino a ser servido, sino a servir: «Porque tanto amó Dios al mundo, que le entregó a su Hijo único, para que todo el que crea en él no perezca, sino que tenga vida eterna» (Juan 3, 16).

«Todo lo que el Hijo de Dios hizo y enseñó para la reconciliación del mundo no lo conocemos simplemente a través del registro histórico del pasado; también lo experimentamos a través de la fuerza de sus obras presentes ... No son sólo los valientes, gloriosos mártires los que comparten su sufrimiento: todos los fieles que renacen también lo comparten, y lo hacen en el mismo acto de su renacimiento. Porque cuando los hombres renuncian a Satanás y creen en Dios, cuando pasan de la corrupción a la vida nueva, cuando dejan a un lado la imagen del hombre terrenal y toman la forma del hombre celestial, pasan por una especie de muerte y resurrección. El que es recibido por Cristo y recibe a Cristo no es el mismo después del bautismo que antes; el cuerpo del cristiano renacido se hace carne de Cristo crucificado» (Papa San León Magno, Sermón 63, 6).

Hay que tener en cuenta que «El mandamiento de la Iglesia determina y precisa la ley del Señor; "El domingo y las demás fiestas de precepto los fieles tienen obligación de participar en la misa"» (*Código de Derecho Canónico*, canon 1246 § 1). Al abstenernos de las labores dominicales, y al trabajar para asegurar que otros también puedan descansar, además de ofrecer al Padre el Sacrificio de Cristo en la Santa Eucaristía junto con todos los miembros del Cuerpo de Cristo, el domingo es verdaderamente visto como un día de sacrificio.

En efecto, la Eucaristía es un verdadero sacrificio, no sólo una comida conmemorativa; los primeros cristianos sabían que era un sacrificio y así lo proclamaron en sus escritos. Reconocieron el carácter sacrificial de la instrucción de Jesús: «Hagan esto en conmemoración mía» (Cfr. Lucas 22,19, 1 Corintios. 11, 24-25).

«No puedes orar en casa como en la iglesia, donde son muchos los reunidos, donde el grito de todos se eleva a Dios como desde un solo corazón. Hay en ella algo más: la unión de los espíritus, la armonía de las almas, el vínculo de la caridad, las oraciones de los sacerdotes» (CIC, 2179 - Sn. Juan Crisóstomo, *De incomprehensibili* 3, 6: Pg 48, 275).

En el sacrificio de la Eucaristía declaramos el misterio pascual, es decir, el sufrimiento, la muerte, la resurrección y la ascensión de Jesús marcan toda la diferencia. Por medio de las manos del sacerdote, Jesús, el Cordero del sacrificio, se entrega así mismo voluntariamente como expiación por el pecado, y nosotros ofrecemos nuestras propias vidas de sacrificio en unión con nuestro santísimo Señor para la gloria de Dios Padre.

## ¡Vívelo!

- ¿A qué puedes renunciar para hacerle más espacio a Dios en tu vida? ¿A qué puedes renunciar para amar a Jesús?
- Dedicar tiempo para dar gracias a Dios por las oportunidades que te da para hacer cosas por los demás- por tu familia, tus amigos, la Iglesia, y otras organizaciones.
- Lee un relato acerca de uno de los santos que renunció a tanto para seguir el camino del Señor. También puedes tomar un momento para pensar en una persona santa que haya hecho sacrificios por ti para mejorar las cosas en tu vida. Si esta persona heroína sigue viva, llámale o envíale una nota de agradecimiento. Si ha muerto, ofrece una oración de gratitud.

## Las Sagradas Escrituras durante la semana

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| 1. Mateo 6, 9-13      | Danos hoy nuestro pan de cada día.                            |
| 2. Lucas 22, 19-20    | Hagan esto en conmemoración mía.                              |
| 3. Hechos 2, 42.44-47 | Se dedicaron a partir el pan..                                |
| 4. Filipenses 2, 5-11 | Jesús se humilló y fue obediente a Dios hasta la muerte.      |
| 5. Hebreos 13, 15-16  | Por medio de Cristo, ofrece a Dios un sacrificio de alabanza. |
| 6. 1 Pedro 1, 17-19   | Somos rescatados con la sangre de Cristo.                     |

*Recuerda, el domingo es día de sacrificio amoroso.*





# El domingo ES DÍA DE FAMILIA

## De las Sagradas Escrituras

*Marcos 3, 33-35*

*Él les respondió: «¿Quién es mi madre y quiénes son mis hermanos?». Luego, mirando a los que estaban sentados a su alrededor, dijo: «Éstos son mi madre y mis hermanos. Porque el que cumple la voluntad de Dios, ése es mi hermano, mi hermana y mi madre».*

## De la Misa, fuente y culmen de la vida

La oración del Padre Nuestro es como reconocemos a Dios como nuestro padre, y a través de ella, nosotros que somos hijos adoptivos de Dios, la familia de Dios, unimos nuestras voces para pedir a Dios que satisfaga nuestras necesidades, perdone nuestros pecados y nos lleve al gozo de su Reino.

«Atiende los deseos y súplicas de esta familia que has congregado en tu presencia. Reúne en torno a tí, Padre misericordioso, a todos tus hijos dispersos por el mundo» (Plegaria Eucarística III).

## De las riquezas de nuestra fe

Nosotros, los bautizados, somos hijos e hijas adoptivos de Dios. Buscamos entender lo que significa para nosotros ser hermanos y hermanas en Cristo, una familia de creyentes en la Iglesia. También nos damos cuenta de la importancia de la Iglesia doméstica: orar juntos como familia, asistir juntos a Misa y estar juntos en unidad familiar durante el Día del Señor.

«Las exigencias del trabajo no pueden intimidar a las personas a no tomar el tiempo necesario para el descanso» y «El domingo debe ser un día de descanso para todos, para que la gente pueda tener la libertad de estar con sus familias y con Dios». Además «Al defender el domingo, uno defiende la libertad humana», dijo el Papa Emérito Benedicto (Catholic News Service 6 de junio de 2012).

«Este es el día que el SEÑOR ha hecho; regocijémonos y alegrémonos en él» (Salmo 117, 24) y nuestro descanso dominical nos permite el tiempo y el espacio para entrar en un período de recreación y descanso en familia, limitado no sólo a nuestro núcleo familiar en casa, sino también en un espíritu de caridad y unidad junto con la familia parroquial, y, en última instancia, con toda la Iglesia, visible en la fraternidad común y el culto a Dios todopoderoso.

## ¡Vívelo!

- Reserva tiempo para estar con tu familia los domingos, compartir una comida en tu hogar y recrearse juntos. ¿Hay algún familiar a quien no hayas contactado por un tiempo? Tómate el tiempo para llamar, enviar mensajes de texto, enviar mensajes por correo electrónico o ponerte en contacto con esa persona de alguna manera.
- Piensa en una fortaleza o don que cada miembro de la familia posee y da gracias a Dios por esa persona.
- Tómate un tiempo durante la semana para leer y reflexionar sobre las lecturas para el próximo domingo y analízalas en familia.

## Las Sagradas Escrituras durante la semana

- |                        |  |
|------------------------|--|
| 1. Deuteronomio 5, 16  | Honra a tu padre y a tu madre.                         |
| 2. Isaías 66, 13       | Como una madre consuela a su hijo, Dios los consolará. |
| 3. Mateo 2, 13-15      | San José lleva a Jesús y a María a Egipto.             |
| 4. Lucas 2, 22-38      | Jesús es presentado en el templo.                      |
| 5. Lucas 18, 16-17     | Jesús pide que dejen a los niños se acerquen a él.     |
| 6. Colosenses 3, 12-14 | Como elegidos de Dios sobre todo revístanse del amor.  |

*Recuerda, el domingo es día de familia.*



## De las Sagradas Escrituras

*Mateo 28, 19-20*

*Vayan, pues, y enseñen a todas las naciones, bautizándolos en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo, y enseñándoles a cumplir todo cuanto yo les he mandado; y sepan que yo estaré con ustedes todos los días, hasta el fin del mundo.*

## De la Misa, fuente y culmen de la vida

«*Ite, missa est*» significa literalmente «váyanse, es la despedida» cuyo significado en español es «vete, eres enviado». Somos enviados a llevar los frutos de la Eucaristía al mundo. Hay varias opciones para despedir a la asamblea al final de la Misa, cada una de ellas con un significado sustancial y llamándonos a cumplir con la misión de la Iglesia:

Pueden ir en paz.

La alegría del Señor sea nuestra fuerza. Pueden ir en paz.

Glorifiquen al Señor con su vida. Pueden ir en paz.

En el nombre del Señor, pueden ir en paz.

En la paz de Cristo, vayan a servir a Dios y a sus hermanos.

Anuncien a todos la alegría del Señor resucitado. Pueden ir en paz.

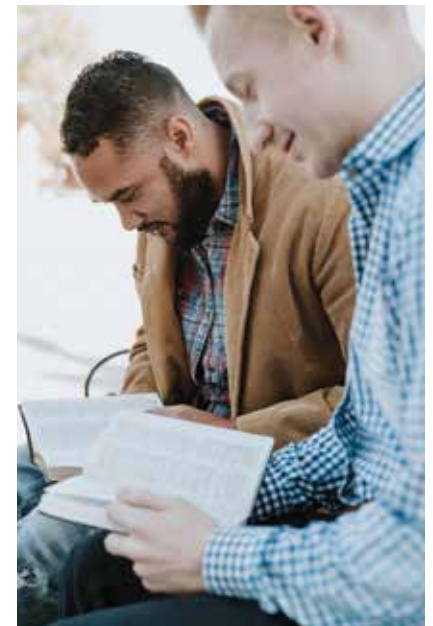
*(Misal Romano)*

Cada domingo escuchamos la proclamación de la Buena Nueva – la propia comunicación amorosa y misericordiosa de Dios. Cada domingo recibimos el Cuerpo de Cristo para poder convertirnos en el Cuerpo de Cristo en este mundo. Al final de la Misa, el celebrante nos envía en misión para proclamar la Buena Nueva con nuestras vidas, y ser la Buena Nueva para los demás al ser instrumentos del amor de Dios. La evangelización consiste en anunciar al mundo la Buena Nueva de la salvación de Cristo mediante la palabra, la acción y la actitud.

Después del banquete sustentador de la Eucaristía, donde se ha rendido culto a Dios, somos enviados a ser Cristo para todo el mundo. La Eucaristía, fuente y culmen de la vida de la Iglesia, no agota toda la actividad de la Iglesia, de acuerdo a la enseñanza del Concilio Vaticano II. Debemos convertirnos en lo que recibimos, y cooperar con Su plan para la salvación del mundo entero.

Los anuncios al final de la Misa no deben ser sólo relleno para el boletín, sino órdenes a seguir para la misión en el mundo.

«Por supuesto que todos estamos llamados a crecer como evangelizadores. Procuramos al mismo tiempo una mejor formación, una profundización de nuestro amor y un testimonio más claro del Evangelio. En ese sentido, todos tenemos que dejar que los demás nos evangelicen constantemente; pero eso no significa que debamos postergar la misión evangelizadora, sino que encontremos el modo de comunicar a Jesús que corresponda a la situación en que nos hallemos. En cualquier caso, todos somos llamados a ofrecer a los demás el testimonio explícito del amor salvífico del Señor, que más allá de nuestras imperfecciones nos ofrece su cercanía, su Palabra, su fuerza, y le da un sentido a nuestra vida. Tu corazón sabe que no es lo mismo la vida sin Él; entonces eso que has descubierto, eso que te ayuda a vivir y que te da una esperanza, eso es lo que necesitas comunicar a los otros» (*Evangelii Gaudium*, 121).



---

*El celebrante nos envía en misión  
para proclamar la Buena Nueva  
con nuestras vidas, y ser  
la Buena Nueva para los demás.*

---

## ¡Vívelo!

- Enamórate de Jesús y vive como Su discípulo. Esto implica ayudar a otra persona a hacer lo mismo. ¿Quiénes en tu vida necesitan saber del gran amor que Dios tiene por ellos? ¿Puedes llevar una comida a tus vecinos o sentarte con ellos y visitarlos? Reflexiona y da gracias por las formas en que eres capaz de «servir» a los demás.
- ¿Qué significa para ti «En la paz de Cristo, vayan a servir a Dios y a sus hermanos» en este momento de tu vida? Analiza y planifica un «proyecto de servicio familiar» basado en el mensaje que escuchaste en la Homilía de la Misa a la que asististe. Algunas oportunidades de servicio incluyen Caridades Católicas, la Sociedad de San Vicente de Paul y el Servicio Comunitario de los Capuchinos.
- Dedicar tiempo con tu familia para leer un periódico, una revista de noticias o ver un programa de noticias en la televisión o en línea y elijan una historia por la cual toda la familia decide hacer una oración especial. Dediquen tiempo para ofrecer algunas oraciones e intercesiones por esta causa.

### Las Sagradas Escrituras durante la semana

- |                      |  |
|----------------------|--|
| 1. 1 Crónicas 16, 24 | Anuncien la gloria de Dios entre las naciones.       |
| 2. Isaías 6, 8-9     | ¿A quién enviaré?                                    |
| 3. Isaías 52, 7      | Anuncien la salvación.                               |
| 4. Mateo 9, 37-38    | La cosecha es abundante, pero los obreros son pocos. |
| 5. Marcos 16, 15     | Vayan y proclamen el Evangelio.                      |
| 6. Hechos 1, 8       | Ustedes serán mis testigos.                          |

*Recuerda, el domingo es día de misión.*



## El domingo ES DÍA DE UNIDAD

### De las Sagradas Escrituras

*Juan 17, 20-23*

*Padre, no solo te pido por mis discípulos, sino también por los que van a creer en mí por la palabra de ellos, para que todos sean uno, como tú, Padre, en mí y yo en ti somos uno, a fin de que sean uno en nosotros y el mundo crea que tú me has enviado.*

*Yo les he dado la gloria que tú me diste, para que sean uno, como nosotros somos uno. Yo en ellos y tú en mí, para que su unidad sea perfecta y así el mundo conozca que tú me has enviado y que los amas, como me amas a mí.*

### De la Misa, fuente y culmen de la vida

Recibir la Comunión en la mesa eucarística es un signo de unidad en el Cuerpo de Cristo.

«Te pedimos humildemente que el Espíritu Santo congregue en la unidad a cuantos participamos del Cuerpo y la Sangre de Cristo» (Plegaria Eucarística II).



## De las riquezas de nuestra fe

Las parroquias reúnen a personas que ven las cosas de manera diferente, experimentan la vida de manera diferente, y viven sus vidas de manera diferente, pero son capaces de encontrarse alrededor de la misma mesa eucarística a pesar de sus diferencias y recibir juntos el Cuerpo y la Sangre del Señor. Cualquier esfuerzo hacia la unidad que tenga lugar en las parroquias tiene su origen en el banquete eucarístico. Personas diferentes que profesan una sola fe comparten este banquete y se acercan unas a otras en la Santa Comunión.

Sólo el Espíritu Santo a través de la gracia de la celebración de la Eucaristía podría reunir en la misma banca de una parroquia a un presidente de un banco, a una persona que vive en la calle, a una madre soltera con un niño bullicioso y a dos «millennials» modernos.

Desde el momento en que los portadores de mirra encontraron la tumba vacía de Cristo, al domingo se le conoció como el Día del Señor. Por definición, cada domingo es una llamada a la unidad cristiana, ya que es en este día que estamos llamados a la comunión con el Señor, por el Señor. A pesar de todos los desafíos que han intentado romper la unidad cristiana, el Día del Señor sigue siendo el único e irrefutable indicador de unidad cristiana, ya que es en este día que todos nosotros, a pesar de nuestras muchas diferencias, nos reunimos como creyentes en Cristo.

«Si vosotros sois el cuerpo de Cristo y sus miembros, sobre la mesa del Señor está puesto el misterio que vosotros mismos sois: recibís el misterio que sois vosotros. A eso que sois, respondéis "Amén", y al responder (así) lo rubricáis. Escuchas, pues: "Cuerpo de Cristo", y respondes: "Amén". Sé miembro del cuerpo de Cristo, para que tu "Amén" responda a la verdad» (San Agustín, Sermón 272).

---

*Sólo el Espíritu Santo... podría reunir en la misma banca de una parroquia a un presidente de un banco, a una persona que vive en la calle, a una madre soltera y a dos «millennials» modernos.*

---



«La celebración del domingo cumple la prescripción moral, inscrita en el corazón del hombre, de "dar a Dios un culto exterior, visible, público y regular bajo el signo de su bondad universal hacia los hombres" (Sto. Tomás de Aquino, ST II-II, 122, 4). El culto dominical realiza el precepto moral de la Antigua Alianza, cuyo ritmo y espíritu recoge celebrando cada semana al Creador y Redentor de su pueblo» (CIC, 2176).

En el culto comunitario a la Santísima Trinidad, la Iglesia cumple la ley escrita por el mismo Creador en el corazón de cada ser humano. Juntos, unidos en la doctrina y en la alabanza, presentamos al Padre el don que nos ha dado el Hijo: Su propia vida, en nombre de todos y para la salvación de todos, hasta que Él venga.

## ¡Vívelo!

- ¿Qué puedes hacer para llevar nuestra unidad en la Eucaristía más allá de los muros de nuestra Iglesia? ¿Qué puedes hacer para trabajar por el bien común de todos los hijos de Dios?
- ¿Dónde encuentras la falta de unidad en tu vida? Puede ser con una persona o grupo de personas. Ora por esa persona o grupo de personas, y ora por ti mismo para que puedas comprender esta falta de unidad.
- Participa en una conversación con alguien y escúchalo activamente para que la otra persona se sienta escuchada y comprendida.

## Las Sagradas Escrituras durante la semana

- |                          |   |
|--------------------------|---|
| 1. Salmo 133, 1          | Qué bueno es cuando el pueblo de Dios vive en unidad. |
| 2. Juan 15, 5,7-9        | Permanezcan en mi amor.                               |
| 3. Romanos 12, 4-8       | Muchas partes formando un solo cuerpo.                |
| 4. 1 Corintios 10, 16-17 | Somos un solo cuerpo.                                 |
| 5. Efesios 4, 1-6        | Preserva la unidad a través del vínculo de la paz.    |
| 6. Filipenses 2, 1-2     | Hagan perfecta mi alegría, permaneciendo bien unidos. |

*Recuerda, el domingo es día de unidad.*



# El domingo ES NUESTRO PRIMER DÍA

## De las Sagradas Escrituras

*1 Corintios 15, 20-27*

*Cristo resucitó, y resucitó como la primicia de todos los muertos. Porque si por un hombre vino la muerte, también por un hombre vendrá la resurrección de los muertos.*

*En efecto, así como en Adán todos mueren, así en Cristo todos volverán a la vida, pero cada uno en su orden: primero Cristo, como primicia; después, a la hora de su advenimiento, los que son de Cristo.*

*Enseguida será la consumación, cuando, Cristo entregue el Reino a su Padre, después de haber aniquilado todos los poderes del mal. Porque él tiene que reinar hasta que el Padre ponga bajo sus pies a todos sus enemigos. El último de los enemigos en ser aniquilado, será la muerte, porque todo lo ha sometido Dios bajo los pies de Cristo.*

## De la Misa, fuente y culmen de la vida

La oración después de la Comunión invoca que los beneficios de la Eucaristía permanezcan activos en nuestra vida. Comenzamos nuestra semana con fe en la presencia de Dios y su salvación, sabiendo que su gracia nos sostendrá a lo largo de la semana y nuestras vidas.

«Dios y Padre nuestro, escucha a los que te suplican y defiende bondadoso a los que ponen su esperanza en tu misericordia, para que tus fieles perseveren en el camino de la santidad y, consiguiendo lo necesario para su vida temporal, lleguen a ser herederos para siempre de tu promesa. Por Jesucristo, nuestro Señor» (Misal Romano: Oraciones por el Pueblo).

## De las riquezas de nuestra fe

El domingo es el primer día, un día de vida nueva, un día que inspira esperanza, un día que nos impela a una nueva semana y a nuevas oportunidades para compartir el amor de Dios. La decisión es tuya. Puedes hacer del domingo el último día de un fin de semana o hacer verdaderamente del domingo el Día del Señor, un comienzo intencional a una nueva semana con el potencial de estar llena abundantemente de significado, propósito y valor.

Con todas las conmemoraciones que el domingo tiene para los fieles, es también el «primer día» en el sentido de la comprensión de nuestra misión. Nosotros cooperamos con Cristo y Su gracia en la salvación del mundo. Cada domingo nos da la gracia de comenzar de nuevo esa tarea: recordar y arrepentirnos de nuestros pecados, para alimentarnos en la mesa de la Palabra y del Sacramento, y aventurarnos en la gran misión que Él mismo autorizó: «Prediquen el Evangelio a toda criatura». El domingo nos proporciona el «trampolín» y el sustento para llevar a cabo esa obra con el Señor y con Su santa Iglesia.

El poder del domingo está en el descanso que nos proporciona, no en la obra que produce; en la receptividad, no en la actividad; en su afirmación celebratoria de la bondad profundamente ordenada de la creación, todo lo cual nutre nuestra relación con Cristo. Su poder está en cambiar nuestro enfoque en la capacidad, el talento, el logro y el cálculo de los resultados, y concentrarnos más en la realización saludable y necesaria de lo que se hace en nosotros y para nosotros – todo aquello que solo podemos recibir y aceptar – y finalmente, concentrarnos en la gracia que nos orienta hacia lo que es auténticamente humano, y hacia quien estamos llamados a ser. Es un tiempo santo, no para que trabajemos en las cosas, sino para que Dios trabaje en nosotros.



## ¡Vívelo!

- El no planificar es planificar para el fracaso. ¿Cómo ordenarás tu vida para que vivas primero las cosas más importantes? ¿Cómo te sientes llamado a reorientar tu vida para vivir como si Dios realmente importara? Considera cómo inviertes tu tiempo y tu dinero.
- Durante la semana, piensa en el mensaje principal de las lecturas y la homilía del domingo. ¿Lo recuerdas? ¿Cómo lo estás viviendo? ¿Cómo te inspira a vivir de manera diferente durante el resto de la semana?
- El domingo marca la pauta para el resto de la semana. Pon en práctica las enseñanzas adquiridas en el culto dominical (la misericordia, la caridad, la paz, la unidad, etc.) en el trabajo, en el hogar y en la comunidad.

### Las Sagradas Escrituras durante la semana

- |                      |   |
|----------------------|---|
| 1. Isaías 25, 9      | Alegrémonos y regocijémonos porque Dios nos ha salvado. |
| 2. Isaías 60, 1      | La gloria del Señor brilla sobre ti.                    |
| 3. Marcos 16, 2-6    | Él ha resucitado.                                       |
| 4. Romanos 13, 11-14 | Revístanse del Señor Jesucristo.                        |
| 5. 2 Corintios 5, 17 | El que vive en Cristo es una nueva criatura.            |
| 6. Hebreos 10, 25    | No dejemos de congregarnos como Iglesia.                |

*Recuerda, el domingo es nuestro primer día.*



