

# Extracto del libro “Vivir la Santa Misa”, de Mons. Echevarría, prelado del Opus Dei

02/02/2010

**Ed. Rialp (febrero, 2010)**

En la Comunión, Cristo se da como alimento del alma. «¡Oh Pan vivo que das vida al hombre!», se reza en el *Adoro te devote*; y se añade: «Concede a mi alma que de ti viva y que siempre saboree tu dulzura»[1].

Con la Sagrada Comunión el alma se une íntimamente a Cristo y —con Cristo— al Padre y al Espíritu santificador. A este propósito, Benedicto XVI comenta que «en la Eucaristía la adoración debe llegar a ser unión. Con la celebración eucarística nos encontramos en aquella "hora" de Jesús, de la que habla el evangelio de San Juan. Mediante la Eucaristía, esta "hora" suya se convierte en nuestra hora, su presencia en medio de nosotros»[2]. Por eso, el Concilio Vaticano II exhorta: «Se recomienda especialmente la participación más perfecta en la Misa, que consiste en que los fieles, después de la comunión del sacerdote, reciban del mismo sacrificio el Cuerpo del Señor»[3]. Animémonos, cuando tenemos a Cristo en nosotros con su presencia real, a tratarle con piedad y con recia ternura de amor. Son muy adecuadas las palabras del Salmo: *quid retribuam Domino pro*

*omnibus, quæ retribuet mihi? (Sal 116, 12); ¿cómo pagaré al Señor todo el bien que me ha dado?*

Comparemos lo que sucede: Él se nos entrega del todo; en su omnipotencia y en su amor infinito no cabe mayor exceso. En cambio, de nuestra parte, ¡cuántas resistencias para corresponder con entera generosidad!

Para alcanzar el mayor fruto posible de la Comunión, hemos de esmerarnos en la preparación tanto remota como próxima. San Josemaría enseñaba y animaba a buscar la presencia de Dios durante el trabajo, a conservar el recogimiento en las horas que preceden a la Misa, a cuidar intensamente los tiempos de oración, a esmerarnos en la celebración o en la asistencia al Santo Sacrificio. Como consecuencia de una actuación en esa línea, el pensamiento se irá con frecuencia al Sacrificio del Altar que

hemos celebrado o en el que hemos participado, y desearemos acompañarle en todos los Sagrarios del mundo.

El celebrante comienza recordando a los asistentes su dignidad de hijos de Dios y les exhorta a rezar la oración dominical. «Jesús es el Camino, el Mediador; en Él, todo; fuera de Él, nada. En Cristo, enseñados por Él, nos atrevemos a llamar *Padre Nuestro* al Todopoderoso: el que hizo el cielo y la tierra es ese Padre entrañable que espera que volvamos a Él continuamente, cada uno como un nuevo y constante hijo pródigo»[4].

A diario tendríamos que redescubrir la admirable realidad de nuestra filiación divina: algo tan grande y de tanto esplendor, que «causa estupor a los ángeles, admiración al cielo y turbación a la tierra»[5]. Dios es nuestro Padre, y nosotros somos

hijos tuyos; hijos tanto más queridos cuanto más nos asemejamos al Unigénito (cfr. *Ef* 1, 5; *Rm* 8, 29). «Hay que ser conscientes de esa raíz divina, que está injertada en nuestra vida, y actuar en consecuencia»[6]. Con otras palabras: tratemos de luchar con alegría para comportarnos como hijos de Dios las veinticuatro horas del día, sin admitir fracturas ni divisiones en nuestra existencia, con plena unidad de vida.

Roguemos humildemente al Paráclito que nos conceda la gracia de *no acostumbrarnos* a ser, a obrar, a llamarnos con este nombre santísimo de hijos de Dios. Decidámonos a fomentar el espíritu de filiación divina, considerando con mucha frecuencia esta verdad: ¡soy hijo de Dios, en Cristo, por el Espíritu Santo! Pensar y actuar de esta manera, moverse habitualmente con la seguridad de saberse hijo muy

amado del Padre celestial, «no entraña arrogancia, sino fe; proclamar lo que has recibido — escribe San Ambrosio— no supone soberbia, sino devoción. Levanta, pues, la mirada al Padre que te engendró por el Bautismo, al Padre que te redimió por el Hijo, y di: *Padre nuestro*»[7].

Dios nos urge a ser imitadores suyos, como *hijos queridísimos* (*Ef 5, 1*); pero Él es el Santo por excelencia; nos anima, por tanto, a cultivar un ardiente afán de santidad. Por eso decimos: *santificado sea tu nombre*. Comenta San Juan Crisóstomo que "santificado" significa aquí "glorificado": «Concédenos —viene a manifestar el Señor— que vivamos con tal pureza, que todos te glorifiquen por nosotros (...). Que nuestra vida sea tan intachable en todo, que cuantos la miren refieran la gloria de ella al Señor»[8].

Si permitimos que Dios obre en nosotros, nos veremos realmente capaces de revolucionar —con su gracia— este mundo nuestro, como han hecho siempre los santos. Para reconducir todas las cosas a Dios, se requiere que nos comportemos en todos los momentos como personas que se esfuerzan por reflejar a Cristo en su conducta, a impulsos del Espíritu Santo. Este afán se resume en lo que expresamos en el Padrenuestro: «El cristiano pide a Dios que sea santificado en sus hijos de adopción, así como también en todos los que no han recibido su revelación, convencido de que mediante la santidad Dios salva a la creación entera»[9].

*Venga a nosotros tu reino.* Otro modo de manifestar el deseo de que el Nombre de Dios sea santificado en todas las criaturas. Ya ahora reina en las almas por la gracia, pero sólo al fin del mundo, cuando Jesucristo

retorno gloriosamente para tomar posesión definitiva del reino que conquistó en la Cruz, Dios será *todo en todos* (*1 Cor 15, 28*). Esta ansia santa del advenimiento de Nuestro Señor, tan vivo en la primitiva Iglesia (cfr. *2 Pe 3, 9-10; Ap 22, 20*), «no aparta [a los creyentes] de su misión diaria en el mundo; al contrario, los compromete aún más»[10].

Hasta que llegue el momento en que Cristo entregue el reino a Dios Padre (cfr. *1 Cor 15, 24*), a los cristianos nos concierne la responsabilidad de preparar su venida gloriosa con nuestro trabajo. Hemos de afrontar cada tarea con el convencimiento de que "eso" sirve para la edificación del reino de Dios, o para obstaculizarlo. Por tanto, renovemos nuestro afán de empeñarnos con lealtad en la construcción del Reino, y ponderemos hasta qué punto valoramos el cumplimiento de los diferentes deberes, también los más

pequeños, seguros de que no hay materia sin importancia para quien de verdad ama a Dios.

*Hágase tu Voluntad en la tierra como en el cielo.* Al rogar con estos términos, pedimos a Dios: «Así como se cumple tu Voluntad en los ángeles, que están en los cielos (...), sin que ningún error oscurezca su sabiduría, ni miseria alguna impida su bienaventuranza, así se cumpla en los santos que están en la tierra»[11]. Mientras nos encontramos aquí abajo, nadie se halla confirmado en gracia: siempre será preciso «luchar, por amor, hasta el último instante»[12], tratando de identificarnos más y más con la Voluntad Santísima de Dios.

Esta última petición de la primera parte del Padrenuestro supone, por tanto, un reconocimiento implícito de la necesidad de no cejar en el combate de la santidad, una

invitación a recomenzar cada jornada con garbo, un recuerdo de que sólo las sucesivas conversiones, bajo el impulso de la gracia, nos conducirán a la plenitud de la filiación divina en Cristo.

Somos criaturas menesterosas. Necesitamos asirnos con fuerza de la mano de Dios, repitiendo —con diferentes expresiones— unas palabras frecuentemente recordadas en el Evangelio: *Domine, adiuva me!* (*Mt 15, 25*), Señor, ayúdame. Por eso se nos invita a recurrir a su auxilio, en la Misa y también cada vez que rezamos el Padrenuestro: *danos hoy nuestro pan de cada día.*

Todo lo que precisamos durante la existencia terrena se halla contenido en esta petición: lo necesario para la vida corporal —el alimento, la salud, el vestido, los instrumentos materiales— y la ayuda para tener *garra* y eficacia apostólica en el trato

con las almas. Por eso, si, además de orar con el Padrenuestro, ponemos los medios humanos a nuestro alcance —comenzando por el trabajo—, hemos de estar seguros de que nuestro Padre Dios se encargará de proporcionarnos todo lo necesario. Contamos, a propósito de esta realidad, con unas palabras de un sacerdote ejemplar que lo experimentó en su vida con mucha frecuencia: «Las obras en servicio de Dios nunca se pierden por falta de dinero: se pierden por falta de espíritu»[13].

Pero la confianza en la Providencia divina va enteramente reñida con el desasosiego ante el porvenir y con el desordenado afán de bienes temporales. Comentando esta petición del Padrenuestro, muchos Padres y escritores eclesiásticos explican que «cuando en la oración del Señor decimos "hoy", se nos enseña a preocuparnos sólo del día

que pasa, no a hacer previsiones para toda la vida, de modo que nuestro ánimo no se quede enredado en las preocupaciones del futuro»<sup>[14]</sup>. Por eso el Señor advierte: *no os preocupéis por el mañana, porque el mañana traerá su propia preocupación. A cada día le basta su contrariedad* (Mt 6, 34). Con la invitación a abandonarse plenamente en Dios, se nos enseña que todos los cristianos hemos de amar y practicar la pobreza de espíritu. Detengámonos en un examen personal, para considerar cómo cuidamos esta virtud que Nuestro Señor abrazó desde la cuna hasta la Cruz, y con qué alegría acogemos sus consecuencias concretas —cualesquiera que sean— en nuestra existencia personal. De este modo «evitaremos la triste esclavitud en la que caen tantos, porque olvidan su condición de hijos de Dios, afanados por un mañana o

por un después que quizá ni siquiera verán»[15].

Como *no sólo de pan vivirá el hombre, sino de toda palabra que procede de la boca de Dios* (*Mt 4, 4*), en el alimento que Jesús nos insta a pedir se incluye también el que sustenta a la inteligencia. «El verdadero pan es el que nutre al hombre verdadero, hecho a imagen de Dios; y el que se alimenta de ese pan se hace también semejante al Creador. ¿Qué hay, en efecto, más apto para alimentar el alma que el Verbo? ¿Qué más precioso que la Sabiduría divina, para el espíritu de quien la puede comprender? ¿Qué hay más conveniente para una naturaleza racional que la Verdad?»[16]. Dios nos ha comunicado esa Verdad mediante los profetas y, sobre todo, mediante el envío al mundo de su Unigénito (cfr. *Hb 1, 1-4*), el Verbo encarnado, que ha confiado a la Iglesia la doctrina salvadora. La

palabra de Dios contiene el *pan supersustancial* (cfr. *Mt 6, 11*), que nutre las inteligencias de los cristianos. «Lo que yo os expongo — explicaba San Agustín a los fieles— es pan de cada día; pan de cada día es el escuchar cotidianamente las lecturas en la Iglesia; pan de cada día es también el oír y cantar himnos. Cosas todas que son necesarias en nuestra peregrinación»[17].

Esta petición se refiere eminentemente al alimento eucarístico, como atestigua la interpretación de los Padres de la Iglesia ya desde los primeros siglos. «El pan de vida es Cristo — comentaba San Cipriano—, y este pan no es de todos, sino nuestro (...), de los creyentes y de los que le conocen (...). Éste es el pan que pedimos nos dé cada día»[18]. San Ambrosio añade: «Recibe cada día lo que cada día te beneficia. Vive de tal

modo que merezcas recibirlo cotidianamente»[19].

Bien nos consta que —en sentido estricto— nadie se ha de considerar perfectamente digno de participar en el banquete eucarístico. Pero se nos concede la Sagrada Comunión, no como un premio a la virtud, sino como alimento necesario para mantener y desarrollar la vida sobrenatural. Por eso la Iglesia, para comulgar con fruto, sólo exige a los fieles la conciencia limpia de pecado mortal actual, la recta intención y guardar las normas del ayuno eucarístico[20]. Simultáneamente, nada más lógico que el esfuerzo por mostrarnos menos indignos, acudiendo con frecuencia al sacramento de la Penitencia, y disponiéndonos de la mejor manera para la Comunión. ¡Cuántos aspectos se encierran aquí para afinar en el examen personal, para formular —jornada tras jornada— propósitos de

tratar con mayor delicadeza y cariño a ese Jesús que se nos entrega, inerme, en el Santo Sacramento del Altar!

Cuando nos preparamos para comulgar, también adquieren gran relieve las palabras: *perdona nuestras ofensas, como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden.*

¡Grande y preciosa es la misericordia de Dios! Perdona nuestras faltas, cuando se lo imploramos, sin acordarse más de esas ofensas. «El perdón y la reconciliación —escribió Juan Pablo II— son el gran don que recibió el mundo cuando Jesús, enviado por el Padre, declaró abierto "el año de gracia del Señor" (*Lc 4, 19*)»[21]. Más aún, sale a buscarnos cuando nos alejamos de Él por el pecado, como el pastor que busca la oveja extraviada, como el padre que aguardaba la llegada del hijo pródigo

(cfr. *Lc* 15, 1-32). Y si, con su gracia y el recto uso de la libertad, no nos separamos de Él por el pecado, continúa concediéndonos a raudales su gracia, para que aumentemos nuestra unión con Él.

*Cor contritum et humiliatum, Deus, non despicies!* (*Sal* 50 [51] 19); no desprecia Dios un corazón contrito y humillado. Estas palabras acudían frecuentemente a los labios de San Josemaría con la fuerza de una contrición honda y sincera. De este modo, saboreando el perdón de Dios Padre, nos dispondremos mejor a perdonar y a disculpar a quienes — consciente o inconscientemente — nos hayan ofendido: «Esfuérzate, si es preciso, en perdonar siempre a quienes te ofendan, desde el primer instante, ya que, por grande que sea el perjuicio o la ofensa que te hagan, más te ha perdonado Dios a ti»[22]. Esta prontitud para el perdón de las ofensas es una de las más claras

manifestaciones de «los rasgos auténticos de los verdaderos hijos del único Padre celestial»[23].

Que no anide en nuestro corazón ninguna barrera que nos separe de los demás. Saber perdonar, no guardar rencor ni resentimiento a quienes nos hayan podido causar un agravio, resulta requisito indispensable para que el Señor nos perdone a nosotros, y para ponernos en condiciones de recibirlle de modo digno. «Ese camino se resume en una única palabra: amar. Amar es tener el corazón grande, sentir las preocupaciones de los que nos rodean, saber perdonar y comprender: sacrificarse, con Jesucristo, por las almas todas»[24].

[1] Himno *Adoro te devote.*

[2] Benedicto XVI, Homilía en la XX Jornada Mundial de la Juventud, 21-VIII-2005.

[3] Concilio Vaticano II, Const.  
*Sacrosanctum Concilium*, n. 55.

[4] San Josemaría, *Es Cristo que pasa*,  
n. 91.

[5] San Pedro Crisólogo, *Sermón 67*, 1  
(CCL 24A, 402).

[6] San Josemaría, *Es Cristo que pasa*,  
n. 60.

[7] San Ambrosio, *Los Sacramentos V*,  
19 (PL 16, 450-451).

[8] San Juan Crisóstomo, *Homilías  
sobre el Evangelio de San Mateo 19*, 4  
(PG 57, 279).

[9] Juan Pablo II, Mensaje para la  
Jornada Mundial de las Misiones, 23-  
V-1999.

[10] *Ibid.*

[11] San Agustín, *Comentario al  
Sermón de la Montaña VI*, 21 (CCL 35,

111). [12] San Josemaría, Palabras del 31-XII-1971 (AGP, P01 I-1972, p. 58).

[13] San Josemaría, *Forja*, n. 731.

[14] San Cromacio de Aquileya, *Tratado 28 sobre el Evangelio de San Mateo* V, 2 (CCL 9A, 332).

[15] San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 116.

[16] Orígenes, *Tratado sobre la oración* XXVII, 2 (PG 11, 506).

[17] San Agustín, *Sermón 57*, 7 (PL 38, 389-390).

[18] San Cipriano, *Tratado sobre la oración dominical* 18 (CCL 3A, 101).

[19] San Ambrosio, *Los sacramentos* V, 25 (PL 16, 452).

[20] Cfr. *Catecismo de la Iglesia Católica*, nn. 1385-1387.

[21] Juan Pablo II, Mensaje para la Jornada Mundial de oración por las vocaciones, 1-X-1998.

[22] San Josemaría, *Camino*, n. 452.

[23] Juan Pablo II, Mensaje para la Jornada Mundial de oración por las vocaciones, 1-X-1998.

[24] San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 158.

---

pdf | Documento generado automáticamente desde <https://opusdei.org/es-es/article/extracto-del-libro-vivir-la-santa-misa-demons-echevarria-prelado-del-opus-dei/>  
(15/01/2026)