

# ¿Por qué ir a Misa el domingo?

¿Por qué la Iglesia nos pide cumplir el precepto de ir a Misa el domingo? No es un deber impuesto desde fuera sino una necesidad para el cristiano. El domingo, día del Señor, es la ocasión propicia para sacar fuerzas de Él, que es el Señor de la vida.

16/01/2024

# Diez razones para ir a Misa el domingo

1. El domingo es un día para vivir más cerca del Señor. Dirigimos la mirada a nuestro Creador, reposando del trabajo habitual, como nos enseña la Biblia.
2. Los primeros cristianos empezaron a celebrar el día de la semana en que resucitó Jesucristo como el día de fiesta semanal santificado en honor del Señor.
3. El domingo es un don del Señor, para poder tratarle, para celebrar con Él su resurrección, el acontecimiento que nos ha introducido en una vida nueva.
4. Es un día en el que el Señor habla especialmente a su Pueblo.
5. Es una jornada en la que los cristianos se reúnen «para la fracción del pan».

6. Celebrando juntos la Eucaristía los creyentes se unen a la Pasión salvadora de Cristo.
7. La celebración del domingo tiene un tono festivo, porque Jesucristo ha vencido al pecado, y quiere vencer en nosotros al pecado, romper las cadenas que nos alejan de Él.
8. Esta alegría del encuentro con el Señor que nos salva no es individualista: la celebramos siempre unidos a toda la Iglesia.
9. La Liturgia de la Palabra dominical posee una gran riqueza, en la que la proclamación del Evangelio es central, con el que recorreremos la vida del Señor.
10. La Misa de los domingos es una fuerza que nos mueve a salir de nosotros mismos, porque la Eucaristía es el sacramento de la caridad, del amor de Dios y del prójimo por Dios.

*Textos extraídos del artículo El domingo, día del Señor y alegría de los cristianos.*

---

- **El Papa Francisco explica por qué hay que ir a Misa los domingos** (audiencia dentro de su libro sobre la Santa Misa).
  - **El precepto de oír Misa los domingos**. El objetivo de este artículo es explicar el alcance y las obligaciones jurídicas que se derivan de este precepto, además de ofrecer algunas consideraciones de carácter pastoral.
  - Página especial sobre la misa y la comunión
  - La misa, paso a paso
-

## **Palabras de Mons. Echevarría sobre el modo cristiano de vivir la fiesta dominical (texto extraído de "Eucaristía y vida cristiana")**

1. Pasar el domingo con Dios significa ofrecerle también el tiempo del descanso. Otra paradoja: que nuestra pobre generosidad le brinde consuelo.

2. Muchas personas tienen tanto que hacer —así piensan, al menos— que no encuentran tiempo para asistir a la Misa dominical. En nuestra época, éste parece el principal obstáculo para pasar con Dios los domingos y las fiestas de la Iglesia.

3. Descansar supone cambiar de ocupación, de ambiente, de circunstancias relacionales, de esfuerzo. En nuestro caso, significa también cambiar lo poco nuestro con lo mucho de Dios: confiarle nuestras miserias y nuestras pequeñeces, para

recibir sus dones —el Cuerpo y la Sangre de Cristo, el Espíritu Santo— causa infinita de alegría y de paz.

4. Ofrecerle nuestro tiempo para recibir su eternidad, que un día nos alcanzará.

Ha escrito Juan Pablo II: «Éste es un día que constituye el centro mismo de la vida cristiana. Si desde el principio de mi Pontificado no me ha cansado de repetir: "¡No temáis! ¡Abrid, más todavía, abrid de par en par las puertas a Cristo!", en esta misma línea quisiera hoy invitar a todos con fuerza a descubrir de nuevo el domingo: ¡No tengáis miedo de dar vuestro tiempo a Cristo! Sí, abramos nuestro tiempo a Cristo para que él lo pueda iluminar y dirigir. Él es quien conoce el secreto del tiempo y el secreto de la eternidad, y nos entrega "su día" como un don siempre nuevo de su amor. El descubrimiento de este día

es una gracia que se ha de pedir, no sólo para vivir en plenitud las exigencias propias de la fe, sino también para dar una respuesta concreta a los anhelos íntimos y auténticos de cada ser humano.

5. El tiempo ofrecido a Cristo nunca es un tiempo perdido, sino más bien ganado para la humanización profunda de nuestras relaciones y de nuestra vida. Sí, salimos siempre ganando cuando damos al Señor los yugos nuestros y aceptamos el que de Él nos viene.

6. ¡Ojalá cada cristiano fuera consciente de que no puede vivir sin el domingo! Esta expresión, recordaba Benedicto XVI, «nos remite al año 304, cuando el emperador Diocleciano prohibió a los cristianos, bajo pena de muerte, poseer las Escrituras, reunirse el domingo para celebrar la Eucaristía y construir lugares para sus

asambleas. En Abitina, pequeña localidad de la actual Túnez, 49 cristianos fueron sorprendidos un domingo mientras, reunidos en la casa de Octavio Félix, celebraban la Eucaristía desafiando así las prohibiciones imperiales.

»Tras ser arrestados fueron llevados a Cartago para ser interrogados por el procónsul Anulino. Fue significativa, entre otras, la respuesta que un cierto Emérito dio al procónsul que le preguntaba por qué habían transgredido la severa orden del emperador. Respondió: "Sine dominico non possumus"; es decir, sin reunirnos en asamblea el domingo para celebrar la Eucaristía no podemos vivir. Nos faltarían las fuerzas para afrontar las dificultades diarias y no sucumbir. Después de atroces torturas, estos 49 mártires de Abitina fueron asesinados. Así, con la efusión de la sangre, confirmaron su fe. Murieron, pero vencieron; ahora

los recordamos en la gloria de Cristo resucitado.

Sobre la experiencia de los mártires de Abitina debemos reflexionar también nosotros, cristianos del siglo XXI. Ni siquiera para nosotros es fácil vivir como cristianos, aunque no existan esas prohibiciones del emperador. Pero, desde un punto de vista espiritual, el mundo en el que vivimos, marcado a menudo por el consumismo desenfrenado, por la indiferencia religiosa y por un secularismo cerrado a la trascendencia, puede parecer un desierto no menos inhóspito que aquel "inmenso y terrible" (Dt 8, 15) del que nos ha hablado la primera lectura, tomada del libro del Deuteronomio. En ese desierto, Dios acudió con el don del maná en ayuda del pueblo hebreo en dificultad, para hacerle comprender que "no sólo de pan vive el hombre, sino que el hombre vive de todo lo que sale de la

boca del Señor" (Dt 8, 3). En el evangelio de hoy, Jesús nos ha explicado para qué pan Dios quería preparar al pueblo de la nueva alianza mediante el don del maná. Aludiendo a la Eucaristía, ha dicho: "Este es el pan que ha bajado del cielo; no como el de vuestros padres, que lo comieron y murieron: el que come este pan vivirá para siempre" (Jn 6, 58). El Hijo de Dios, habiéndose hecho carne, podía convertirse en pan, y así ser alimento para su pueblo, para nosotros, que estamos en camino en este mundo hacia la tierra prometida del cielo.

7. Necesitamos este pan para afrontar la fatiga y el cansancio del viaje. El domingo, día del Señor, es la ocasión propicia para sacar fuerzas de él, que es el Señor de la vida. Por tanto, el precepto festivo no es un deber impuesto desde afuera, un peso sobre nuestros hombros. Al contrario, participar en la

celebración dominical, alimentarse del Pan eucarístico y experimentar la comunión de los hermanos y las hermanas en Cristo, es una necesidad para el cristiano; es una alegría; así el cristiano puede encontrar la energía necesaria para el camino que debemos recorrer cada semana. Por lo demás, no es un camino arbitrario: el camino que Dios nos indica con su palabra va en la dirección inscrita en la esencia misma del hombre. La palabra de Dios y la razón van juntas. Seguir la palabra de Dios, estar con Cristo, significa para el hombre realizarse a sí mismo; perderlo equivale a perderse a sí mismo.

8. El Señor no nos deja solos en este camino. Está con nosotros; más aún, desea compartir nuestra suerte hasta identificarse con nosotros. En el coloquio que acaba de referirnos el evangelio, dice: "El que come mi carne y bebe mi sangre habita en mí

y yo en él" (Jn 6, 56). ¿Cómo no alegrarse por esa promesa?».

9. Pasar cristianamente el domingo, con Cristo Señor nuestro, asegura al descanso su dimensión festiva: no se queda en simple reposo de una fatiga física, sino que asume el valor de conmemoración de acontecimientos que se sitúan en la propia vida como origen de la felicidad actual. La creación, la alianza, la liberación de la esclavitud, la ley, la resurrección gloriosa, Pentecostés... ¡Qué larga y amable resulta la serie de maravillas divinas, de las que reavivamos la memoria en el "Día del Señor"! Resuena entonces en el corazón del cristiano su amorosa petición en aquella noche última: «Haced esto en memoria mía» (Lc 22, 19. Nosotros realizamos un nuevo trueque y le decimos: "No te olvides de mí, Señor, cuando venga mi hora, la hora de mi dolor y de mi tribulación; mi hora de pasar de este mundo a la eternidad,

cuando venga el último día, Día tremendo (cfr. Is 13, 6.9; Mal 4, 1; Jl 2, 2; So 1, 15). Acuérdate de mí, Señor, que tantas veces te he recibido en la Sagrada Comunión, que te he acompañado junto al Sagrario, y admíteme en tu reino «para que coma y beba a tu mesa» (Lc 22, 29)".

10. Cristo, glorioso en el Santísimo Sacramento, escuchará nuestras plegarias, irá llenando de paz y de alegría nuestros corazones, también en vistas de aquel trance, como llenó de gozo y de serenidad a los Apóstoles el día de su resurrección: «¡La paz con vosotros!» (Jn 20, 19. 21).

---

## **Artículos de Resúmenes de fe cristiana sobre la Santa Misa y la Eucaristía**

### **1. TEMA 22. La Eucaristía.**

## 2. TEMA 22. La Eucaristía (2)

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-mx/article/por-que-misa-  
domingo/](https://opusdei.org/es-mx/article/por-que-misa-domingo/) (27/03/2026)