

# 41. Comemos el Pan de la Vida eterna

**10. COMPRENDE**  
 ¿Por qué la Eucaristía recibe el nombre de "Pan de la Vida eterna"?  
 Después de la Misa no nos queda nada, nos vamos con Jesús que está dentro de nosotros y nos da fuerza para ser mejores cristianos. No salgamos del templo con prisas. Quédate un rato hablando con Dios.

**11. ORACIÓN**  
 Hemos celebrado la Eucaristía. La Misa ha terminado. El sacerdote nos da la bendición de Dios. ¿Somos capaces de ser testigos de Jesús entre los hombres? ¿Podrás ir en paz?

**FINAL**  
 ¡Gracias, Padre, porque nos has regalado el Pan de la Vida, alimento para nuestro camino hacia Ti!

**1. Aprende de memoria una oración sencilla para rezarla con frecuencia:**  
 Recuerdo tu amor y me siento feliz porque me has regalado el Pan de la Vida, alimento para nuestro camino hacia Ti.

**2. ¿Qué quiere decir el "Pan de la Vida" que dice el sacerdote al terminar la Eucaristía?**  
 a. Que ya hemos cumplido nuestra obligación y podemos irnos con la conciencia tranquila.  
 b. Que ahora podemos ir a jugar y todos juntos la misión de paz del Evangelio.

**3. Cuando estás la Misa, en lugar de estar distraído como "¿cómo me va el día?", "¿cómo me va el colegio?", "¿cómo me va el fútbol?", piensa en Jesús que nos ha regalado el Pan de la Vida, alimento para nuestro camino hacia Ti.**

**4. Cuando estás la Misa, en lugar de estar distraído como "¿cómo me va el día?", "¿cómo me va el colegio?", "¿cómo me va el fútbol?", piensa en Jesús que nos ha regalado el Pan de la Vida, alimento para nuestro camino hacia Ti.**

## Formación del Catequista

- ◊ Sería bueno que el catequista repase los puntos que el Compendio del Catecismo sobre la Comunión: nn. 290 a 294.
- ◊ Recomendamos la Carta Encíclica *Ecclesia de Eucharistia*, de san Juan Pablo II. Vale la pena leerla y meditarla despacio.

## La sesión con padres

### A. Desde el cuaderno de actividades

Sugerimos que en la reunión se traten, si hay tiempo (los padres complementarán por su cuenta), los siguientes puntos:

## El catecismo al rescate

*El catecismo Jesús es el Señor destaca una serie de puntos breves que son un resumen básico del contenido fundamental, las ideas más sencillas y claras que nos ayudan a entender nuestro día a día y los mejores caminos para relacionarnos con Dios y con el prójimo. Tus hijos ven estos puntos. Dale una vuelta a los comentarios que te sugerimos para preparar el terreno.*

**En la Eucaristía recibimos a Jesús que se nos da como alimento de la Vida que dura para siempre.**

### 1. Aprende de memoria una comunión espiritual.

*El texto multimedia dirigido a los padres dice esto (entre otras cosas):*

“Jesucristo no es una idea, ni un sentimiento, ni un recuerdo. Jesús es una persona viva siempre y presente entre nosotros. Amad a Jesús presente en la Eucaristía”.

*San Juan Pablo II*

Todos deberíamos rezar alguna comunión espiritual que encienda el alma en deseos de recibir al Señor. Un ejemplo muy extendido: “Yo quisiera, Señor, recibirlos con aquella pureza, humildad y devoción con que os recibió vuestra Santísima Madre, con el espíritu y fervor de los santos”.



*En muchas parroquias cantan, durante o después de la Comunión, el precioso himno que se reproduce en el vídeo. Recomiéndalo como oración personal.*

**Por la Eucaristía Jesús nos une y nos envía a anunciar el Evangelio a todos los hombres, nuestros hermanos.**

2 y 3. ¿Qué quiere decir el "Podéis ir en paz"?

*El texto multimedia dirigido a los padres dice esto (entre otras cosas):*

La misa en latín acaba con un imperativo: "ite, missa est", que al traducirlo al español ("podéis ir en paz") pierde un poco de su fuerza. *Missus* quiere decir "enviado". Es como si se dijera: "id, sois enviados, vuestra misión comienza". No se puede recibir al Señor y ser indiferente a las necesidades materiales y espirituales de los demás



Al acabar la Misa, en lugar de salir precipitadamente de la iglesia, es bueno quedarse unos minutos para dar gracias a Dios por haberle recibido. Si los niños aprenden esta costumbre de pequeños, no la olvidarán nunca y su amor a la Eucaristía crecerá mucho.

### Para responder con nota

*El Catecismo de tus hijos contiene los siguientes textos. Pulsa sobre cada uno de ellos: te proporcionará información útil para explicárselo mejor.*

**Reunidos como familia de Dios, nos preparamos para la Comunión. Oramos como Jesús nos enseñó: Padre nuestro que estás en el Cielo... Apoyados en la fe de la Iglesia, pedimos la paz y nos la damos unos a otros.**

4. Al darnos la paz unos a otros, ¿también hay que darla a personas con las que nos llevamos mal o a quienes no conocemos?

*El texto multimedia dirigido a los padres dice esto (entre otras cosas):*

El perdón que pedimos y ofrecemos en el Padrenuestro, viene acompañado por una profunda paz interior, que se transmite y

se desea para los demás. Quien no se sabe perdonado, no sabe qué es ser querido. Y quien no sabe perdonar, no sabe querer y



le faltará la paz.

Hay que enseñar a los niños a querer a los demás, sin consentirles rabietas y caprichos. Los disgustos y desencuentros con otras personas tienen un límite: tus



hijos siempre deberían dar el primer paso para perdonar y reconciliarse.

*El Padrenuestro cantado por Diana Navarro con la melodía de tambolirelos flamencos tiene una extraordinaria belleza.*

**El sacerdote parte el pan consagrado y lo ofrece a todos como alimento de Vida eterna: Este es el Cordero de Dios que quita el pecado del mundo. Dichosos los invitados a la Cena del Señor. Respondemos: Señor, yo no soy digno de que entres en mi casa, pero una palabra tuya bastará para sanarme. Procuramos que nuestro corazón esté en gracia de Dios, confesándonos antes si fuera necesario y reconciliándonos con los hermanos.**

5. ¿De qué personaje del Evangelio está tomada esta oración que rezamos antes de la Comunión?

*El texto multimedia dirigido a los padres dice esto (entre otras cosas):*

Al entrar en Cafarnaún, se acercó a Jesús un

centurión para rogarle por un criado que estaba paralítico, con fuertes dolores. Tanta fe tenía que admiró al propio Cristo:

“En verdad os digo que en nadie de Israel he encontrado una fe tan grande”.

Mt 8, 8



“La «fracción del pan» era un antiguo rito del banquete judío, que Jesús utilizó en la Última Cena para expresar su entrega por nosotros. En la «fracción del pan» lo reconocieron los discípulos después de la Resurrección. La comunidad primitiva llamaba «fracción del pan» a sus asambleas eucarísticas”.

YouCat, n. 212

Inculca en tus hijos gran respeto y reverencia por la Sagrada Hostia, que se manifiesta en cumplir las normas establecidas para antes de comulgar y en la preparación del cuerpo y del alma. Las formas de urbanidad muestran el respeto hacia el prójimo. La “naturalidad” no puede ser zafia y poco atractiva. Esto, que vale para el trato con los demás, tiene gran relevancia cuando se refiere a Dios.

**El sacerdote nos da el Pan de Vida: El Cuerpo de Cristo. Respondemos: Amén, que quiere decir: Creo, esto es verdad. Cantamos juntos, oramos en silencio y recordamos las palabras de Jesús: «El que come mi Carne y bebe mi Sangre habita en mí y yo en él» (Jn 6, 56). Al comulgar, Jesús resucitado nos une a Él y nos da la fuerza del Espíritu Santo para vivir como hermanos de una misma familia.**

**6 y 7.** El papa santo hablaba de buscar a Cristo acogerle: ¿dónde se le puede buscar? ¿cómo se le puede acoger?

*El texto multimedia dirigido a los padres dice esto (entre otras cosas):*

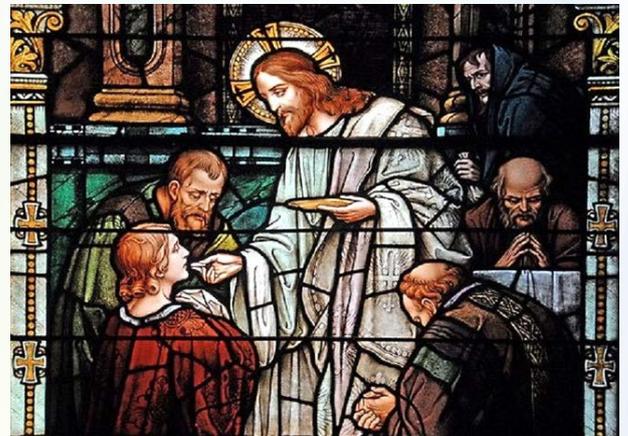
Al comulgar se hace realidad lo que dice el salmo 82: “sois dioses”.

“No me transformarás en ti como asimilas los alimentos de la carne, sino que tú te transformarás en mí”.

*San Agustín, Las confesiones, Libro VII, cap. X, n. 2*



*El vídeo de Juan Pablo II y la Eucaristía ofrece unas frases impactantes del papa santo.*



Hay que aprovechar el tiempo que tenemos al Señor dentro de nosotros, mientras se consumen las especies sacramentales: darle gracias por haber venido a nuestra alma, pedir por quienes nos preocupan, por el Papa y por la Iglesia, por nuestra familia, etc.

**El sacerdote, después de la Comunión, guarda en el sagrario el pan consagrado, que es el Cuerpo de Cristo. Así puede ser llevado a los enfermos y a aquellos que están a punto de morir y pasar a la Casa del Padre.**

**8.** ¿Para qué se guardan en el sagrario las especies consagradas de pan y vino?

*El texto multimedia dirigido a los padres dice esto (entre otras cosas):*

Puesto que Cristo está verdaderamente presente bajo las especies consagradas de pan y de vino, debemos conservar con la máxima reverencia las sagradas especies y adorar a nuestro Señor y Salvador presente en el Santísimo



Una brevísima jaculatoria que puedes enseñar a tus hijos es la expresión de Santo Tomás Apóstol cuando el Señor le dijo que metiera la mano en su costado: "¡Señor mío y Dios mío!".

**Una luz encendida al lado del sagrario es la señal de la presencia del Señor, a quien nosotros podemos visitar y adorar.**

9. ¿Cada cuánto tiempo podríamos ir a visitar al Señor en el tabernáculo?

*El texto multimedia dirigido a los padres dice esto (entre otras cosas):*

La presión de un ambiente secularizado hace que sean pocos los fieles que visitan el templo fuera del domingo. Y, sin embargo, ahí nos espera Jesús, paciente, callado, muchas veces solo y olvidado, ansioso de nuestra compañía. Siempre que podamos vale la pena acercarse a la iglesia para estar un rato con él. Y cuando no podemos, vayamos con la imaginación y el deseo. Te lo agradecerá.



El vídeo explica con gracia y desparpajo la razón por la que debemos arrodillarnos delante del Santísimo. Es una costumbre que se hace con serenidad, expresión de la fe con que reconocemos la presencia de Dios en el Sagrario.



## Para hacer en familia: Oración

11. Hemos celebrado la Cena del Señor...

*El texto multimedia dirigido a los padres dice esto (entre otras cosas):*

Oh buen Jesús, yo creo firmemente,  
que por mi bien estás en el altar;  
que das tu cuerpo y sangre  
juntamente, al alma fiel  
en celestial manjar.



*El vídeo recoge una versión muy bonita del "Oh buen Jesús", del grupo Concordancias, y a través de imágenes y textos expresa la fe en la Eucaristía.*

## B. Otros apartados

### ¿Y si a mí no me cuadra?

De acuerdo con las explicaciones ofrecidas en este tema, lo normal sería ir a misa todos los días. Eso me parece una pasada.

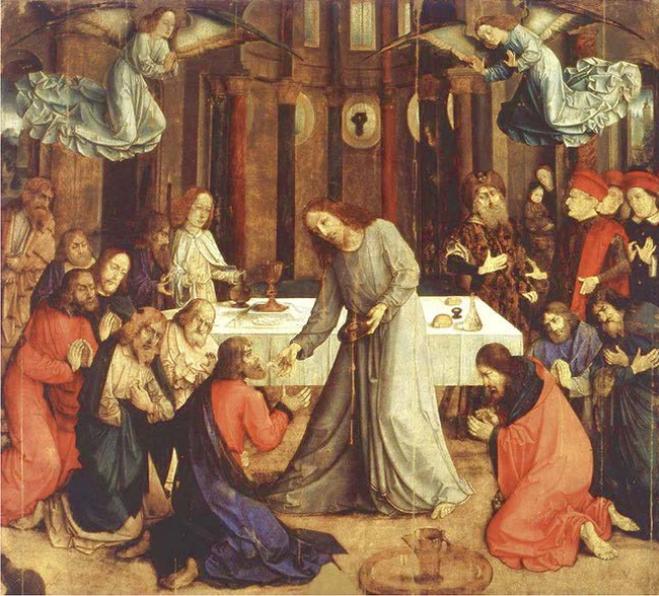
*El texto multimedia dirigido a los padres dice esto (entre otras cosas):*

Lo cierto es que quien recibe más

frecuentemente la Eucaristía ...

«recibe más frecuentemente al mismo Salvador, porque el mismo Salvador así lo dice: *El que come mi carne y bebe mi sangre permanece en mí y yo en él*».

*Timoteo de Alejandría*



¿Para qué voy a ir a Misa si no puedo comulgar?

*El texto multimedia dirigido a los padres dice esto (entre otras cosas):*

A la misa también vamos a nutrirnos de la Palabra de Dios.

Además a la misa no solo vamos a recibir, también vamos a agradecer a Dios. "Eucaristía" significa esto en griego. Es el supremo agradecimiento que realizamos al Padre por todo lo que nos da, y en especial porque nos ha amado tanto hasta darnos a su Hijo por amor.



Para hacer familia: Entre los dos

*El texto multimedia dirigido a los padres dice esto (entre otras cosas):*

El amor necesita tiempo disponible y gratuito, que coloque otras cosas en un segundo lugar. Hace falta tiempo para dialogar, para abrazarse sin prisa, para compartir proyectos, para escucharse, para mirarse, para valorarse, para fortalecer la relación.

*Amoris Laetitia, n. 224*

(...) cuando no se sabe qué hacer con el tiempo compartido, uno u otro de los cónyuges terminará refugiándose en la tecnología, inventará otros compromisos, buscará otros brazos, o escapará de una intimidad incómoda.

*Amoris Laetitia, n. 225*



*El vídeo ofrece unos cuantos consejos útiles para mejorar el diálogo entre los cónyuges.*

Además de la formación que reciben de sus padres -que es la más importante-, los niños participan también en la catequesis con sus pequeños colegas. Es un modo apropiado para que aprendan a vivir la fe en la comunidad cristiana, a la vez que lo hacen los demás. Así se refuerza y se complementa lo aprendido en el hogar.

### Tema

1. Comenzamos con una oración espontánea, en silencio, precedida de la Señal de la Cruz.

**Explica** el tema (lo que está en los cuadros sombreados: rojos, azules, verde y crema) y **organiza** a los niños para que lo representen. O también cabe celebrar una Misa para niños, en la que el sacerdote preste especial empeño a explicar el **rito de la comunión**, resaltando:

- ◇ *El Padrenuestro*, que es un resumen de todo el Evangelio y nos ayuda a prepararnos para recibir a Jesús.
  - ◇ *El rito de la paz*: si tenemos algún rencor a alguien, debeos perdonar.
  - ◇ *La fracción del pan*: significa que estamos unidos a la Eucaristía, con la que nos hacemos un solo cuerpo.
  - ◇ La comunión es para nosotros el Pan de Vida, Alimento de Vida eterna.
  - ◇ **Disposiciones**: Silencio interior y exterior. Atención al sacerdote, **especialmente durante la fracción del pan y la comunión.**
2. [Todos sentados] El "Padrenuestro". Cada uno aprovecha este momento para rezar el Padrenuestro con espíritu filial, teniendo la certeza de que somos sus hijos y pedimos confiados en la bondad del Padre que nos dé el Pan de vida eterna, que es "medicina de inmortalidad" (San Ignacio de Antioquía) y prenda de la Gloria Futura.

3. [Todos de pie] *El rito de la paz*: el sacerdote pide en nombre de la asamblea que conceda a la Iglesia la paz y la unidad que entregó a los Apóstoles.
4. [Todos de pie] *La fracción del pan*: nos prepara para recibir la Comunión. El sacerdote parte el pan y explica a los niños que, del mismo modo que con unos pocos panes y peces dio de comer a mucha gente, Él está presente en cada uno de los trocitos de pan consagrado. **En la consagración, el pan dejó de ser pan y ahora es Jesús mismo: su Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad.**
5. [Todos de pie] Enseguida se entona o dice: "Cordero de Dios que quitas...". El sacerdote muestra a Jesús Eucaristía y dice "Este es el Cordero de Dios...". Aquí explicamos a los niños que Jesús es el **Cordero de Dios** que quita el pecado del mundo y que el alimento que reparte es su **Cuerpo Inmolado**. *De esta manera se presentan unidos el sentido de comunión y el sentido de sacrificio.*
6. [Todos de pie y en silencio] Empieza la Comunión: el sacerdote comulga y reparte la comunión a la asamblea. Tras escuchar "Cuerpo de Cristo", respondemos "Amén".
  - ◇ [De rodillas y en silencio] Enseña a los niños que reciben la comunión una oración salida de lo más hondo del corazón: deben aprender a **dar gracias a Jesús después de comulgar**, por darse como alimento para la Vida Eterna, por hacerse uno con nosotros, y pedir que permanezca siempre en nosotros y nos dé las fuerzas para ser mejores cristianos.
  - ◇ A los niños que aún no reciben la primera comunión se les anima a que recen juntos una comunión espiritual, diciéndole a Jesús que tienen ganas de hacer la Primera Comunión y que desean recibirlo muy bien preparados.

7. [*Todos de pie*] El sacerdote dice el "Podéis ir en paz", que es la forma de **enviarnos a todas partes como sembradores de paz**, que dan testimonio de su encuentro con Jesús en la vida cotidiana. Después, el sacerdote besa el altar, como al comienzo de la misa. Esperamos a salir de la iglesia hasta que haya entrado en la sacristía, aunque es bueno quedarse un poco más para seguir dando gracias a Dios.
8. Repasamos los **puntos del Catecismo** que corresponderían a este tema: son los números *65* a *67*.
9. Cada uno revisa el **compromiso** anterior y hace un nuevo propósito para ofrecerlo después a Jesús. Sugiere que consista en comprometerse a poner atención, meditar y orar con mucho fervor durante toda la Comunión.
10. Ofrecemos a Jesús el propósito que cada uno ha formulado en su interior. ¡Acuérdate!
11. Acabamos **rezando juntos la oración final** del tema, invitando a que se sumen los padres presentes.

**Fuente utilizada:** *Guía Básica del Catecismo Jesús es el Señor.*

