



# EL DON DEL DOMINGO

---

Una reflexión teológica publicada con la aprobación eclesial de su Excelencia Mons. Jerome E. ListECKI, Arzobispo de Milwaukee, para uso en la catequesis y reflexiones espirituales con el Pueblo de Dios en la Arquidiócesis de Milwaukee.

---

**Guía para el estudio personal  
y discusión en grupo**

*“Trabajen, no por el alimento de un día, sino por el alimento que permanece y da vida eterna. Éste se lo dará el Hijo del hombre.” – Juan 6, 27*

25 DE ENERO DE 2021  
FIESTA DE LA CONVERSIÓN DEL APÓSTOL SAN PABLO

# INTRODUCCIÓN

## *a la guía para el estudio personal y discusión en grupo*

Esta guía para el estudio personal y discusión en grupo se ofrece como un recurso útil a la reflexión teológica del documento “El Don del Domingo.” Su formato provee dos usos principales, aun cuando no se limita a ellos. Un uso está dirigido al estudio profundo y personal del contenido de “El Don del Domingo.” El otro ofrece herramientas para la reflexión de “El Don del Domingo” en pequeños grupos.

Esta guía de estudio se presenta en un formato que permita estos dos usos, dividiendo “El Don del Domingo” en cinco secciones o cinco sesiones para su estudio en grupos. Cada sesión viene con el texto correspondiente de “El Don del Domingo” para facilitar su acceso y referencia, con sus correspondientes notas referenciales al final de la guía de estudio.

### **Cada sesión de estudio incluye:**

- Secciones textuales correspondientes de “El Don del Domingo”
- Una oración sugerida para la reflexión personal o en grupo
- Algunos puntos adicionales para la reflexión o comentarios al texto original
- Preguntas para la reflexión personal o discusión en grupo
- Sugerencias de aplicaciones concretas diarias de los puntos de “El Don del Domingo”
- Sugerencias de pasajes bíblicos adicionales para la meditación basadas en los puntos de “El Don del Domingo”

---

*Misal Romano, tercera edición © 2014 United States Conference of Catholic Bishops – Conferencia Episcopal Mexicana. All rights reserved. No part of this work may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording, or by any information storage and retrieval system, without permission in writing from the copyright owner.*

## PRIMERA SESIÓN: *El descanso está en los detalles*

### ORACIÓN:

“Dios de toda virtud,  
de quien procede todo lo que es bueno,  
infunde en nuestros corazones el amor de tu nombre,  
y concede que haciendo mas religiosa nuestra vida,  
hagas crecer el bien que hay en nosotros  
y lo conserves con solicitud amorosa.  
Por nuestro Señor Jesucristo, tu Hijo,  
que vive y reina contigo, en la unidad del Espíritu Santo  
y es Dios, por los siglos de los siglos. AMÉN.”  
*Oración Colecta, XXII Domingo del Tiempo Ordinario*

---

### TEXTO DE ESTUDIO:

*Tomado de “El Don del Domingo,” secciones del 1 al 8:*

1. Nuestro mundo ha sido afectado recientemente por la privación de los lazos de comunión. Estamos hambrientos de aquellos tiempos de reuniones alegres con los demás. Estamos hambrientos de orar juntos y hemos descubierto el verdadero significado de la necesidad de celebrar nuestra vida sacramental. Hemos experimentado la angustia y el miedo a morir, olvidándonos a veces de la promesa de descansar en el cielo. El mundo nos ha impulsado a cuestionar la relación de la humanidad con el resto de la creación que nos proporciona sus bienes para poder vivir, pero que también nos expone a ciertas fuerzas mortales. Recientemente, el mundo ha experimentado un descanso forzado que parece haber sido impuesto sobre nosotros en contra de nuestra voluntad, un descanso que simula haber secuestrado nuestras rutinas normales de trabajo y de la vida diaria. Este descanso forzado ha llevado a muchos a cuestionar el ritmo estresante de nuestros trabajos y nuestro mundo, que parece haber alcanzado el punto más alto de una fiebre justo antes de experimentar la tranquilidad. Necesitamos evaluar nuestras prioridades como hijos e hijas de Dios.
2. “Yo los aliviaré,” dice el Señor.<sup>1</sup> Nuestro mundo busca entender, ahora más que nunca, lo que significa un descanso auténtico, una comunión auténtica y una alabanza auténtica. En la medida que emergemos de este desierto de privación, Dios nos invita a reencontrarnos en esta oportunidad única de un nuevo comienzo, con su plan y deseo originales por un mundo hambriento de un descanso verdadero y una alabanza verdadera. Somos invitados a redescubrir el significado del *Don del Domingo*.

### EL DOMINGO NACE EN EL AMANECER DEL TIEMPO Y EN EL AMANECER DE LA HUMANIDAD

3. El domingo es el día de la semana dedicado únicamente al Señor y a la alabanza. En tal sentido, el domingo tiene su origen en el mismo patrón de la creación. Esto es conocido no sólo por el estudio del mundo natural, sino también por la revelación de Dios en las Sagradas Escrituras.
4. El mundo natural está lleno de ciclos y ritmos que gobiernan cada faceta de la vida: los ciclos del día y la noche, el cambio de las estaciones, el crecimiento y el decaimiento, el nacimiento y la muerte. Muchas de las creaturas del mundo animal, especialmente los seres humanos, necesitan el ciclo regular de descansar o

dormir para poder vivir y florecer. Incluso, los hombres y las mujeres requieren en modo particular un descanso más allá del mero descanso biológico. Necesitamos un descanso que recentre, reoriente y reenfoque nuestro cuerpo, mente y alma hacia el mismo Creador, de modo que seamos renovados por la evocación regular de nuestra singular vocación humana de conocer, amar y servir completamente a Dios.

5. El libro del Génesis describe, con un lenguaje inspirado, esta misma realidad que se esclarece en el mundo natural. Habla de un Dios que hizo la tierra después de un patrón de días, permitiendo así el mismo pasar del tiempo y los ciclos de la naturaleza para convertirse en una realidad santa y santificadora. Las Escrituras muestran esto de modo más claro al enseñarnos que Dios descansó el séptimo día de la creación, revelando con un lenguaje sagrado el propósito más profundo del ciclo del descanso y renovación que se extiende a través de todo el universo. Este ciclo existe en la naturaleza para abrir un espacio de contemplación del mismo Dios, en todo su esplendor, y para identificar con cantos de alabanza y de gozo al que hizo todas las cosas buenas.
6. El domingo, como día del Señor, se origina en el amanecer del tiempo. Está inscrito en el orden de lo creado. El domingo “cumple la prescripción moral, inscrita en el corazón del hombre, de dar a Dios un culto exterior, visible, público y regular.”<sup>22</sup> Sin el domingo, toda la creación pierde su propio significado y clave interpretativa.

## **EL DOMINGO NACE DE UNA RELACIÓN GOZOSA**

7. En el contexto de esta relación fundamental de la creación con su Creador, más específicamente, de la relación de la humanidad con un Dios que nos hizo de manera única a su imagen y semejanza, pudiéramos hablar de la palabra “obligación.” La obligación surge del amor que une a las personas en una relación. El amor toma la forma de obligación en la medida que despierta a las personas en relación hacia aquello ellos saben deben

hacer por aquél a quien aman. El amor es exigente para quien ama, lo cual el amante asume libre y gozosamente porque él o ella sabe que es justo y necesario. “En esto está el amor; no es que nosotros hayamos amado a Dios, sino que él nos amó primero.”<sup>23</sup>

8. Dios es la fuente de toda vida. Él es a quien toda la creación, especialmente la persona humana, señala en su patrón maravilloso. En nuestra reflexión sobre nuestra relación con un Dios que nos creó, nos percatamos de nuestro deber de ofrecerle la alabanza y el culto regular. Este deber al culto está unido al patrón de descanso que Dios plasmó en el orden de lo creado. Para el cristiano, el domingo es un día de obligación y culto porque es el día de redescubrimiento del amor que nosotros, las creaturas, tenemos por Dios, nuestro Creador, quien nos bendice abundantemente. La obligación dominical se transforma en alegría dominical para el fiel que comprende el amor de Dios y su generosidad magnífica. El culto surge de la admiración. Por esta misma razón, la opción deliberada por no ofrecer el culto u observar el domingo sin ninguna buena razón es un fracaso del amor y del deber. Este fracaso constituye una ruptura grave de nuestra relación con Dios y con los demás.

### ***Para la reflexión:***

- La idea y práctica de un día semanal para el descanso no es una mera idea religiosa. Sí, Dios nos ha revelado esto a nosotros, pero Él ha hecho esto de tal manera que refleje lo que ya podemos ver en el mismo mundo natural y biológico que nos rodea. Manteniendo un día regular para el descanso no es sólo para nuestra salud espiritual, sino también para nuestra salud natural.
- Los cristianos entendemos que somos los más saludables y completos cuando mantenemos a Dios en el centro de nuestras vidas. Es por ello que, el propósito de un día regular para el descanso no es sólo para mero entretenimiento o para estar sentados sin hacer nada. Antes bien, este día de descanso nos da la oportunidad de orientar nuestras mentes y nuestras acciones hacia el reconocimiento de la bondad y amor de Dios por nosotros. Sólo en la medida que hagamos esto, seremos felices.
- La palabra “obligación” suena muy dura, negativa, como si fuese el resultado de una penalidad. Sin embargo, cuando amamos a alguien profundamente, sabemos que no es una pena o carga mostrarle nuestro amor con nuestras acciones. A veces, en nuestras relaciones, parece que nos aburriéramos en mostrar este amor y aprecio a esas personas que amamos. Es en esos momentos cuando nuestro sentido del deber u obligación nos ayuda a continuar mostrando este amor porque sabemos que es lo correcto. Mantener el domingo de manera consistente para Dios no es diferente. A veces el “domingo” parece divertido. Otras veces se siente más como un deber. En ambos casos, porque amamos a Dios que nos ama, comprendemos que siempre mantendremos el domingo como un día sagrado, tal como Dios mismo nos manda.

### ***Para la discusión:***

1. ¿De qué manera la cancelación, desaceleración o limitación de eventos durante esta pandemia global ha sido una experiencia positiva y/o negativa?
2. ¿Cómo te sientes cuando no has descansado físicamente lo suficiente? ¿Por qué Dios ha querido que tantas creaturas en el mundo, especialmente los humanos, mantengan un patrón regular de descanso físico? ¿De qué manera podríamos interpretar los mensajes constantes de nuestro cuerpo que necesita un descanso físico como un recordatorio de Dios de nuestra necesidad de un descanso espiritual en sus manos?
3. Sabemos lo que significa descansar físicamente al dormir. ¿Qué significa específicamente “descansar espiritualmente”?
4. “Sin el domingo, toda la creación pierde su propio significado y clave interpretativa, (“El Don del Domingo,” sección 6). ¿De qué manera un fiel cristiano que mantenga una rutina sólida de descanso y culto dominical puede ver más claramente la presencia de Dios en el mundo natural que nos rodea?

5. ¿Cómo podemos practicar un sentido del deber y de la obligación en nuestras familias o con nuestros amigos cercanos? ¿Qué sucede con nuestras familias y amistades cuando les fallamos en nuestros deberes y obligaciones con ellos?
6. ¿Qué es aquello de la palabra “obligación” que nos suena duro cuando se aplica a la fe, al culto y a Dios? Y si no queremos usar la palabra “obligación,” ¿cuál sería una mejor manera de describir lo que debemos a Dios y que es, al mismo tiempo, lo mejor para nosotros?

***Para la vida:***

- Enumera las bendiciones que Dios te ha dado: al menos una vez al día, debemos meditar con gratitud lo que Dios ha hecho por nosotros y ofrecerle nuestras oraciones de acción de gracias.
- Cuando somos sorprendidos por la belleza de algún objeto que encontramos en la naturaleza, debemos decir una oración breve de alabanza a Dios quien lo creó. Debemos darnos cuenta de que el mundo natural posee su propio lenguaje para alabar a su creador que le permite existir tal como Él lo quiso.
- Si nos encontramos adormecidos, debemos ofrecer una oración breve a Dios que diga: “Déjame descansar en ti.”

***Para la meditación:***

- 1 Juan 4,7-13
- Mateo 11,25-30

## SEGUNDA SESIÓN: *El domingo es natural e intencional*

### ORACIÓN:

“Dios nuestros, que tu pueblo se regocije siempre al verse renovado y rejuvenecido, para que al alegrarse hoy por haber recobrado la dignidad de su adopción filial, aguarde seguro con gozosa esperanza el día de la resurrección. Por nuestro Señor Jesucristo, tu Hijo, que vive y reina contigo, en la unidad del Espíritu Santo y es Dios, por los siglos de los siglos. AMÉN.”  
*Oración Colecta, III Domingo del Pascual*

---

### TEXTO DE ESTUDIO:

*Tomado de “El Don del Domingo,” secciones del 9 al 14:*

### LA CREACIÓN CAÍDA RECIBE EL REMEDIO DEL DOMINGO

9. El libro del Génesis describe en el texto del Edén el patrón y la armonía originales de nuestra creación orientados totalmente hacia Dios. También describe cómo el primer pecado de la humanidad ensombreció esta armonía. En la medida que la humanidad se alejó de la adoración y admiración de Dios, y en la medida que la humanidad fracasó en dar culto a Dios prefiriendo dar culto a sí mismo, la esclavitud entró en el mundo. Esta esclavitud ha asumido muchas formas desde los inicios de la historia de la humanidad, especialmente una esclavitud a las tareas y al trabajo.
10. Trágicamente, la humanidad se enfermó a causa de los efectos de este culto de sí mismo. Esta enfermedad infestó el resto de la creación en la medida que los humanos incrementaron el mal uso de los bienes de la tierra, y el mal uso de otros seres humanos en su consecución de una falsa ilusión de descanso. En vez de descansar en la contemplación de Dios, la humanidad caída buscó un descanso que supuso alcanzar trabajando más. Pensamos que podíamos vencer los sufrimientos de la vida y descansar de trabajo laborioso por nuestras propias fuerzas.
11. En respuesta por nuestro alejamiento, Dios actuó rápidamente para restablecer su alianza con nosotros, su pueblo. Dios nos regaló la ley para rescatar a la humanidad de su consecución vacía por un descanso fugaz del trabajo y el sufrimiento. Nos dio la ley para orientarnos adecuadamente hacia el amor correcto por Él y por nuestro prójimo. El eje de esta ley del amor de Dios y del prójimo, de las dos tablas de los mandamientos, es el tercer mandamiento: “santificarás las fiestas”. Siempre y cuando este mandamiento haya sido cumplido, la salud de la humanidad y de la creación sería restaurada. Por consecuencia, en tiempos y lugares donde no ha sido adecuadamente observado a causa de nuestro empecinamiento por un descanso temporal a razón de nuestra esclavitud de las tareas y el trabajo, la humanidad y la creación en general ha descendido en un ciclo de destrucción.
12. En este mundo marcado por el pecado, el remedio para esta desarmonía es el Día del Señor. En los tiempos de la revelación cristiana, el tercer mandamiento ha adquirido

su forma definitiva en el domingo como Día del Señor, día de culto y día de descanso. El domingo es el corazón de la renovación del cosmos y del mundo entero. La ley del domingo, es decir, la obligación en el amor del domingo se ofrece para rescatarnos de nosotros mismos en la medida que reorienta nuestra atención hacia Dios.

13. Desde los primeros días de la cristiandad, los creyentes entendieron el domingo como una “pequeña pascua.” San Agustín llama al domingo “un sacramento pascual,” y San Jerónimo proclama al domingo como “el día de la resurrección, es el día de los cristianos, es nuestro día.”<sup>4</sup> Es “nuestro día” porque nos recuerda nuestra propia esencia: un pueblo que le pertenece a Dios a través de la sangre de Cristo, quien resucitó glorioso de la tumba. La muerte y el pecado ya no están, porque Cristo mismo los ha conquistado.

## EL CORAZÓN DEL DOMINGO ES EL CULTO

14. Para que el domingo sea realmente un remedio a la caída del Edén, éste demanda el acto de culto. Un día que exista solamente por sí mismo, por la reposada

contemplación y adoración de Dios necesita originarse en una actividad que es también realizada por sí misma. El culto es un acto del cambio de nuestro propio corazón, nuestra mente, nuestro cuerpo y nuestra alma que nos orienta a Dios directamente. Nos enfocamos en Él intencionalmente, reconociéndolo como verdadero Dios, a quien anhelamos, de quien nuestra alma está sedienta.<sup>5</sup> Reconocemos con todo nuestro ser que Él nos hizo y le pertenecemos.<sup>6</sup> Él sólo, por su amor infinito, es digno de toda alabanza y adoración. El culto es una acción intencionalmente improductiva a los ojos del mundo. No se supone que “produzca” o que “alcance” algo en términos de lo material. De esta manera, nuestra participación en una actividad intencionalmente fuera-de-este-mundo, cada semana, nos rescata de la esclavitud a la producción. Reposar o descansar sólo en Dios, en el acto del culto, nos sumerge en el verdadero descanso del cielo al cual anhelamos. Este descanso celestial del acto del culto, el remedio verdadero a la caída del Edén, no se puede obtener a través de labores mundanas, por muy buenas que puedan parecer. Un domingo sin culto no puede verdaderamente ser un día de descanso.

### *Para la reflexión:*

- Vivimos en un tiempo de mayor conciencia acerca de nuestro rol como buenos administradores de los bienes de la creación. No somos ajenos a las leyes y mecanismos que faciliten la conservación de nuestros recursos naturales, y nuestras rutinas diarias son modificadas cada vez más para dar cabida a esta huella ecológica. La práctica cultural y generalizada de la observancia del domingo como un día de verdadero descanso es un remedio espiritual necesario para nuestros hábitos de hiperconsumo. Nuestro deseo de consumir los bienes de la creación es una herida de la caída del Edén y precisa un remedio de tipo espiritual.
- El domingo como una “pequeña Pascua” ofrece alegría a los creyentes al punto que llena lo que está vacío en nuestros corazones. Lo llena de tal manera que ningún bien material que podamos consumir o comprar lo pudiera hacer. El domingo satisface nuestros constantes apetitos humanos.
- Sólo porque nosotros podamos construir, manufacturar, crear o hacer algo no significa que debamos hacerlo. La capacidad humana de dominar el mundo de lo creado en torno a nuestras propias ideas y propósitos no tiene límites, especialmente si construimos aparatos excepcionales para maximizar nuestra capacidad para el trabajo. Sin embargo, esto no nos da la felicidad, la calma o tranquilidad para todas nuestras empresas. El domingo es un límite necesario a nuestros apetitos insaciables de maximizar nuestro potencial a través de

las cosas que creamos. El domingo ofrece el espacio necesario para las fuentes profundas de la felicidad que sólo viene de Dios.

- El día domingo debe estar firmemente ligado a aquellas rutinas que evitan que se hunda en las olas de nuevas actividades. Es por ello que Dios nos mandó a mantener el culto de la Misa. La obligación fuerte de participar en la Misa nos lleva a moldear nuestro día en torno a Dios y no moldear a Dios en torno a nuestro día.

### ***Para la discusión:***

1. ¿Cuáles son algunas maneras en donde la humanidad ha buscado resolver nuestros problemas a través de grandes invenciones tecnológicas y, sin embargo, creamos más problemas? Como cristianos, ¿cuál es nuestra respuesta al hecho que este mundo nunca será perfecto?
2. ¿Por qué motivo algunas personas ven con dificultad el escoger no estar ocupado?
3. ¿Dios ve la “productividad” de la misma manera como la vemos nosotros? ¿Qué pudiéramos producir que fuese de gran valor a los ojos de Dios?
4. Describa las presiones sociales y económicas que conlleva a la decisión de trabajar o a estar siempre ocupado, inclusive los domingos. ¿Qué nos pasaría si existiese una decisión generalizada que nos lleve a evitar el trabajo innecesario los domingos?
5. ¿De qué manera la Misa hace que el domingo nos ofrezca una experiencia diferente, y cómo sería esta experiencia del domingo sin la Misa?

### ***Para la vida:***

- Ten conciencia de los horarios de las Misas en tu vecindario para un uso más pleno de las oportunidades para participar en la Misa dominical (bien sea el sábado en la tarde o el domingo en la mañana o en la tarde) y ajustar así tu horario de trabajo.
- Si tu trabajo te exige trabajar los domingos, identifica momentos breves durante el día para ofrecer una oración de acción de gracias a Dios. Identifica unos minutos durante la semana de trabajo para hacer una pausa y orar ante el Santísimo Sacramento en alguna iglesia abierta para renovar tu conexión con la Eucaristía.

### ***Para la meditación:***

- Génesis 11,1-9
- Lucas 24,13-35

## TERCERA SESIÓN: *La ofrenda dominical*

### ORACIÓN:

“Señor nuestro Jesucristo,  
que en este admirable sacramento  
nos dejaste el memorial de tu pasión,  
concédenos venerar de tal modo  
los sagrados misterios de tu Cuerpo y de tu Sangre,  
que experimentemos constantemente en nosotros  
el fruto de tu redención.

Tú, que vives y reinas con el Padre,  
en la unidad del Espíritu Santo  
y es Dios, por los siglos de los siglos. AMÉN.”

*Oración Colecta, Santísimo Cuerpo y Sangre de Cristo (Corpus Christi)*

### TEXTO DE ESTUDIO:

*Tomado de “El Don del Domingo,”  
secciones del 15 al 22:*

### EL CORAZÓN DEL CULTO ES LA MISA Y LA SAGRADA EUCARISTÍA

15. Para los católicos, el culto auténtico del domingo adquiere la forma necesaria de la participación en el sacrificio Eucarístico de la Misa. “La Eucaristía del domingo fundamenta y confirma toda la práctica cristiana.”<sup>7</sup> Ciertamente, es verdad que otras expresiones personales de fe y devoción que se ofrecen fuera de la Misa son de gran valor para el crecimiento en la santidad. Sin embargo, el patrón inquebrantable de la Iglesia cristiana católica, desde sus inicios, es uno de oración pública y semanal que sigue el patrón originado en Cristo y los Apóstoles.
16. El patrón esencial de oración y culto cristiano semanal incluye, necesariamente, estos elementos: reunirse en persona el domingo, escuchar la Palabra de Dios públicamente proclamada y el ofrecimiento, en esta misma asamblea, de oraciones de bendición sobre los dones del pan y el vino a imitación de Cristo en la última cena, de modo que estos dones se conviertan en su cuerpo y en su sangre. Estos son elementos esenciales de la Misa dominical que son, a la vez, una forma de

culto antiguo y necesario, por la cual Dios nos ofrece un descanso auténtico. Estos elementos nos dan la oportunidad de experimentar este contacto esencial con Dios y con los demás de una manera única que no puede ser replicada fuera de la Misa, inclusive en las formas más sofisticadas y excelentes de oración privada y devocional.

«La tradición conserva el recuerdo de una exhortación siempre actual: “Venir temprano a la iglesia, acercarse al Señor y confesar sus pecados, arrepentirse en la oración [...] Asistir a la sagrada y divina liturgia, acabar su oración y no marcharse antes de la despedida [...] Lo hemos dicho con frecuencia: este día os es dado para la oración y el descanso. Es el día que ha hecho el Señor. En él exultamos y nos gozamos»<sup>8</sup>

17. Los primeros cristianos que estaban bajo persecución fueron presionados para que abandonaran el culto dominical y que, en su lugar, hicieran ofrendas a los dioses paganos. Aquellos cristianos se rehusaron a hacer esto y, en consecuencia, muchos fueron martirizados mientras reconocía al domingo como el día de la Resurrección de Cristo. Fueron a la muerte mientras exclamaban que ellos no pudieran vivir sin la celebración del Día del Señor.<sup>9</sup>

## LA SAGRADA EUCARISTÍA ES EL CUERPO Y LA SANGRE DE NUESTRO SEÑOR JESUCRISTO

18. “En el corazón de la celebración de la Eucaristía se encuentran el pan y el vino que, por las palabras de Cristo y por la invocación del Espíritu Santo, se convierten en el Cuerpo y la Sangre de Cristo.”<sup>10</sup> La Iglesia conoce con absoluta certeza que nuestro Señor Jesucristo, quien es verdadero Dios y verdadero hombre, está verdaderamente presente en la Eucaristía. Es a esto a lo que llamamos la “Presencia Real.”

“Tal presencia se llama real, no por exclusión, como si las otras no fueran reales, sino por antonomasia, porque es también corporal y substancial, pues por ella ciertamente se hace presente Cristo, Dios y hombre, entero e íntegro.”<sup>11</sup>

19. Incluso, cuando la Eucaristía es recibida como alimento espiritual por los creyentes adecuadamente preparados para ello, Cristo verdaderamente nutre nuestros cuerpos y nuestras almas con su propio Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad. Esto es un compartir de la propia presencia de Dios con nosotros, miembros de su Cuerpo Místico, en una manera singular que no puede ser imitada fuera de la Eucaristía. Dios desea sostenernos con su propio ser. Es por ello que podríamos decir que la Eucaristía, verdadero Cuerpo y Sangre de Cristo, es la fuente y culmen del descanso auténtico de nuestros quehaceres terrenales, es el alimento que no podemos ganarnos, sino que lo recibimos libre y amorosamente.

## LA CELEBRACIÓN EUCARÍSTICA RESTAURA EL COSMOS

20. En la presentación de los dones durante el ofertorio de la Misa, damos gracias a Dios por el pan y el vino, el “fruto de nuestras manos,” los cuales son mas bien “frutos de la tierra” y “de la viña” – dones del Creador.<sup>12</sup> El remedio completo de Dios para el quebrantamiento de la comunión entre Dios, el hombre y la creación ha llegado a nosotros en la Eucaristía, que está en el corazón del domingo. Nuestra participación semanal en

la celebración Eucarística del Día del Señor nos acerca a un contacto regular con un patrón nuevo de comunión que Dios desea establecer en todo el mundo de lo creado. Este patrón consiste en la combinación de los frutos de la creación, adecuadamente cuidados y reconocidos como dones divinos, con la dignidad del trabajo humano que produce los bienes esenciales para nuestra vida terrenal. Dios bendice estos bienes y los eleva al infundir su propio ser sobre ellos para realizar el gozo místico del cielo, la tierra, toda la creación y la humanidad entera en la comunión de salvación:

En la Eucaristía, el sacrificio de Cristo se hace también el sacrificio de los miembros de su Cuerpo. La vida de los fieles, su alabanza, su sufrimiento, su oración y su trabajo se unen a los de Cristo y a su total ofrenda, y adquieren así un valor nuevo.<sup>13</sup>

21. Este patrón de comunión nos permite exclamar maravillados y convencidos que la Eucaristía es la “fuente y culmen de toda la vida cristiana.”<sup>14</sup> Su celebración y culto extiende el vínculo salvífico de comunión con Cristo a lo largo de todo el espacio y el tiempo. La Eucaristía amorosamente vincula en un solo Cuerpo Místico a los vivos, los muertos, los que están en el cielo y los que están en la tierra.
22. Este patrón de renovación que ocurre en el sacrificio Eucarístico encuentra su hogar esencial en el corazón del mismo domingo. El domingo es un día intencionalmente dedicado a la restauración de la armonía de la tierra, del cielo, del trabajo, del culto a Dios y de la auténtica comunión de la familia humana. El domingo sin la Eucaristía carece de los medios necesarios que Dios utiliza para renovar el orden de lo creado en sus propios términos. Si lo dejamos a nuestras propias fuerzas y medios, seríamos incapaces de realizar esta renovación del descanso de la creación y de la familia humana que tanto deseamos en nuestros corazones. Esta es la razón por la cual Dios nos ha regalado deliberadamente el don y la obligación del domingo, del culto y de la Eucaristía, todo como una sola práctica integrada.

### ***Para la reflexión:***

- El universo creado es físico. Los humanos somos tanto físicos como espirituales. Dios creó nuestra naturaleza espiritual para que esté íntimamente conectada con la física a tal punto que, si nos renovamos espiritualmente, algo de nuestra naturaleza física ha de ser parte de este proceso de renovación. Es por ello que el Señor nos da los sacramentos, los cuales son una mezcla necesaria de lo espiritual y lo físico. No podemos vivir espiritualmente sin los sacramentos, del mismo modo como Dios no nos ha dejado que sobrevivamos de “agua virtual” o “comida virtual.” Los sacramentos nos dan vida de una manera como nada más podría hacerlo.
- Una razón por la cual la celebración de la Misa es obligatoria los domingos, diferente a otro tipo de experiencias de oración, tiene que ver con la acción central de la misma Misa, la cual no se puede replicar fuera de ella. Esta acción central es fruto de la obra de Dios y de la obra de su pueblo en una ofrenda activa de oración que realiza una transformación tanto espiritual como física. Durante la Misa, lo que comienza como pan y vino ordinarios es transformado en el Cuerpo y la Sangre de Jesús, elevando las cosas terrenales a un nivel más alto. De igual modo, cada persona que participa en la acción de la Misa es también transformada, elevándole a un nivel más alto. Se trata de un cambio espiritual que está entrelazado con un cambio físico substancial (“transfiguración”).
- No se trata solamente de una renovación o cambio de las personas por los sacramentos, sino también de todo el mundo de los creado. La caída del Edén causó una condición de tensión entre la existencia de la humanidad, la creación y Dios. En los sacramentos, las cosas terrenales como el pan, el agua, el vino y el óleo se mezclan con la vida celestial a tal grado que sana esta tensión y renueva la creación.
- La vida terrenal y cotidiana del trabajo, el sudor, las lágrimas, las alegrías, los sueños y las esperanzas es también mezclada con la vida celestial cuando participamos en la acción de la Misa con un deseo genuino para ofrecer nuestras experiencias a Dios en el altar. A través de la Misa, Dios busca recrearnos en creaturas celestiales.
- La participación intencional en el domingo como día de descanso y de culto transforma la sociedad de la misma manera que el encuentro con la acción de la Misa y la recepción del Cuerpo y la Sangre de nuestro Señor transforma al creyente individualmente.

### ***Para la discusión:***

1. ¿Como responderías a alguien que diga que él o ella “no se lleva nada de la Misa”?
2. ¿De qué manera eres alimentado en la Misa por las Sagradas Escrituras que son proclamadas y la homilía que es predicada?

3. Piensa en ejemplos de vida cuando has venido a Misa con alegría, penas o tristeza para ofrecer a Dios en el altar. ¿De qué manera fue esto provechoso para ti? ¿Cómo crees que Dios recibe estas ofrendas de alegrías o penas?
4. ¿Como responderías a alguien que diga que él o ella cree que la Eucaristía es un “mero símbolo” de nuestro Señor Jesucristo?
5. ¿Cuáles son las similitudes y diferencias entre una comida dominical con la familia en casa y la asamblea de la Misa dominical?
6. Si una celebración de la Misa no incluyera cantos o respuestas activas por parte de la asamblea, los católicos creemos que Cristo está, de todos modos, verdaderamente presente en el altar de la Eucaristía. ¿De qué manera el uso de la música o de respuestas durante la Misa nos ayudan a estar completamente presentes ante el Señor? ¿Cuál es el rol del silencio durante la Misa como medio para estar completamente presentes ante el Señor?
7. Comparte algún momento cuando, al terminar la Misa, te sentiste renovado. Comparte algún momento cuando fue un sacrificio o difícil orar durante la Misa. Comparte algún momento cuando ir a Misa significó un gran esfuerzo.

### ***Para la vida:***

- Utiliza recursos impresos o electrónicos que ofrecen acceso a las lecturas de la Misa y ora con estas lecturas anticipadamente.
- Ven a Misa con al menos una intención en mente en la cual te gustaría enfocarte durante la oración de la Eucaristía.
- Trata de concluir la Misa con un punto o aspecto de las lecturas u homilía que pudieras compartir con los demás.
- Considera realizar visitas regulares a iglesias abiertas para orar ante el Santísimo Sacramento en el Sagrario o hacer tiempo para la adoración regular ante la exposición del Santísimo Sacramento para profundizar tu conexión con la Santa Eucaristía.

### ***Para la meditación:***

- Juan 6,1-71
- 1 Corintios 11,23-26

## CUARTA SESIÓN: *Morir para Resucitar*

### ORACIÓN:

“Dios de eternal misericordia  
que reanimas la fe de este pueblo a ti consagrado  
con la celebración anual de los fiesta pascuales,  
aumenta en nosotros los dones de tu gracia,  
para que todos comprendamos mejor  
la excelencia del Bautismo que nos ha purificado,  
la grandeza del Espíritu que nos ha regenerado.  
Y el precio de la Sangre que nos ha redimido.  
Por nuestro Señor Jesucristo, tu Hijo,  
que vive y reina contigo, en la unidad del Espíritu Santo  
y es Dios, por los siglos de los siglos. AMÉN”  
*Oración Colecta, II Domingo de Pascua (o de la Divina Misericordia)*

---

### TEXTO DE ESTUDIO:

*Tomado de “El Don del Domingo,”  
secciones del 23 al 26:*

### EL SACRIFICIO DEL VIERNES NOS GUÍA HACIA EL GOZO DEL DOMINGO

23. El domingo es siempre el día de la resurrección y de la nueva creación a lo largo de todo el año. Sin embargo, el domingo no es el único día de la semana que posee un valor especial para el cristiano. También reconocemos que la gloria de la Pascua del Domingo de Resurrección fue precedida por el sacrificio amoroso de la Cruz el Viernes Santo. La presencia real de Cristo en la Misa, sobre el altar, es la manifestación de todo el Misterio Pascual que incluye tanto el Viernes Santo como el Domingo de Resurrección. Por esta razón, desde la antigüedad, los cristianos hemos marcado el viernes durante todo el año (no sólo durante la Cuaresma) como un día dedicado a la penitencia y a la contemplación del sacrificio de Cristo.

24. La observancia regular de los viernes como días de penitencia ayuda a promover en los corazones de los creyentes una adoración verdadera de la Cruz de Cristo, un deseo sincero al perdón de nuestros pecados y una gratitud profunda por la misericordia de Dios. Estas disposiciones esenciales del corazón que están naturalmente ligadas a los viernes han de ser cultivadas regularmente por el cristiano si éste desea estar debidamente preparado y dispuesto a la participación regular en la celebración Eucarística del domingo.

### LA RECONCILIACIÓN COMO CAMINO A LA COMUNIÓN

25. No podemos participar del descanso auténtico del Día del Señor o del consumo del alimento Eucarístico o de la plenitud del descanso celestial si persistimos libre y conscientemente en la comisión de pecados graves. El pecado infesta lo que de otro modo sería una comunión saludable y santa que exista con Dios y el prójimo. El creyente está dividido por sus propios deseos si él o ella persiste en acciones que dañan la comunión y promueven el malestar mientras, al mismo tiempo, busca

participar en los actos de la comunión Eucarística y el culto que exista para general el descanso. Por esta razón, desde la antigüedad cristiana, la confesión regular de los pecados fue propuesta como una acción requerida junto con la participación regular en el sacrificio Eucarístico.<sup>15</sup>

busca proveer. El gozo completo de la celebración dominical y su descanso auténtico requieren la práctica regular de la penitencia y del sacrificio del viernes. De esta manera, el patrón y el ciclo de la semana cristiana como participación regular en la muerte y resurrección de Cristo es perfeccionado al honrar tanto el viernes como el domingo.<sup>16</sup>

26. El Sacramento de la Reconciliación, como medio necesario de preparación para una auténtica celebración del Día del Señor, es un elemento esencial de la renovación y remedio que el domingo

### ***Para la reflexión:***

- Dios usa cualquier medio posible para ayudarnos en nuestro caminar hacia la santidad. Un medio que Él usa es el pasar del tiempo y el ciclo natural de los horarios. En la amplia tradición de la Iglesia sobre la oración, vemos como cada despertar de nuestro dormir es considerado como una resurrección pequeña. De igual modo, el momento de ir a dormir era visto como una muerte pequeña. Cada día morimos y resucitamos. La semana es una versión ampliada del mismo patrón. Cada viernes es una oportunidad de meditar la muerte de nuestro Señor Jesucristo y, cada domingo, su resurrección. Los viernes hacemos penitencia y los domingos festejamos. Cada semana nosotros morimos y resucitamos. Considerar los ciclos naturales de los horarios desde esta perspectiva nos permite comprender el pasar del tiempo como algo que nos conecta con Cristo, ayudándonos a crecer en santidad.
- Nadie participa en la Misa dominical como si fuese una persona perfecta, inclusive si esa persona acabase de celebrar el Sacramento de la Reconciliación. No se trata de que seamos impecables para poder recibir la Eucaristía. Lo que se nos pide es que cada uno de nosotros se esfuerce en vivir, lo mejor que pueda, los mandamientos de amar a Dios y al prójimo. Estar en “comunión” significa que estamos intentando, lo mejor posible, el aceptar la plenitud de las enseñanzas de la Iglesia católica y, a la vez, que estamos intentando, lo mejor posible, el vivir la plenitud del Evangelio. La comunión con Cristo toma la forma necesaria de estar en comunión con la Iglesia católica. Para recibir la sagrada Comunión se requiere estar “en comunión.” El recibir la sagrada Comunión es tanto una expresión pública o externa de nuestro esfuerzo por estar en comunión con Cristo y la Iglesia católica, como también el alimento necesario que fortalece nuestra comunión con Cristo y con la Iglesia católica.
- Si sentimos que hemos fallado a estas condiciones de la auténtica Comunión de una manera intencional, voluntaria, mortal o grave, entonces no es apropiado recibir la Comunión hasta cuando hayamos podido

celebrar el Sacramento de la Reconciliación. Respecto a aquellos pecados contra la auténtica comunión con Dios y con el prójimo que son, por naturaleza, pequeños o veniales, Dios nos ofrece una variedad de remedios para la sanación de estos pecados, incluyendo algunas partes de la misma Misa como el Acto Penitencial. La práctica de estos remedios con sinceridad nos prepara para la recepción de la Eucaristía.

- Cada uno de nosotros tiene la oportunidad durante la Misa de reconocer y expresar la realidad que nadie es digno de acercarse al altar sin la gracia misericorde de Dios que nos permite hacer esto. Es por ello que oramos justo antes de recibir la Eucaristía: “Señor, no soy digno de que entres en mi casa, pero una palabra tuya bastará para sanarnos.”

### ***Para la discusión:***

1. ¿Cuáles serían algunas maneras simples y concretas para hacer de los viernes, a lo largo de todo el año, un día de sacrificio?
2. ¿Cuáles son los retos que presenta el realizar pequeños sacrificios los viernes a lo largo de todo el año en una sociedad donde el viernes es también un día para celebrar el fin de una semana de trabajo?
3. Piensa en algunos momentos cuando situaciones o conflictos sin resolver en el hogar hayan hecho que las comidas en familia hayan sido incómodas. ¿Qué pudieran hacer las familias para resolver estos conflictos?
4. Piensa en algunos momentos cuando situaciones o conflictos sin resolver en la comunidad parroquial hayan hecho que la celebración de la Misa haya sido incómoda. ¿De qué manera podríamos resolver estos conflictos en nuestra parroquia de modo que podamos celebrar la Misa con gozo?
5. Basados en la definición del significado de estar “en comunión” con Cristo y la Iglesia, ¿por qué debemos tener cuidado, como Iglesia, acerca de quién puede recibir la Eucaristía? ¿Cómo afectaría nuestro respeto y entendimiento de la Eucaristía si simplemente la diésemos a todo el que quiera sin antes preguntarnos si es apropiado para él o ella recibir la Eucaristía?
6. A veces es necesario que una persona que esté en Misa no venga a recibir la Comunión, quizá porque no es católico o quizá porque esa persona no es consciente de la necesidad de celebrar el Sacramento de la Reconciliación antes de recibir la Comunión. ¿De qué maneras una comunidad de fe pudiera ser respetuosamente hospitalaria con personas en esta situación y, a la vez, honrar el entendimiento correcto de abstenerse de recibir la Sagrada Comunión?

***Para la vida:***

- Existen muchas cosas de las cuales uno puede “renunciar” los viernes como una manera de sacrificio. De lo que tu renuncies deben ser aquellas comodidades simples que te gusten.
- Considera renunciar a algo los viernes como familia o grupo.
- Podemos celebrar el Sacramento de la Reconciliación cualquier momento del año; sin embargo, la Iglesia recomienda el Adviento y la Cuaresma como tiempos apropiados para recibir este sacramento como preparación a las fiestas de la Navidad y de la Pascua.
- Ora frecuentemente por los cristianos no católicos quienes, aunque están bautizados, no están aún en plena comunión con la iglesia católica y, por lo mismo, no pueden recibir la Eucaristía. Ora por la unidad de los cristianos.
- Ora por aquellos miembros de la iglesia católica quienes, por circunstancias de la vida, no pueden recibir la Comunión. Ora por la gracia de una conversión más profunda de todos los bautizados.

***For Meditation:***

- Filipenses 2, 6-11
- Lucas 15, 11-32

## QUINTA SESIÓN: *El Día de Justicia*

### ORACIÓN:

“Concede a tus fieles, Dios todopoderoso,  
el deseo de salir al encuentro de Cristo,  
que viene nosotros,  
para que, mediante la práctica de las buenas obras,  
colocados un día a su derecha,  
merezcamos poseer el reino celestial.  
Por nuestro Señor Jesucristo, tu Hijo,  
que vive y reina contigo, en la unidad del Espíritu Santo  
y es Dios, por los siglos de los siglos. AMÉN.”

*Oración Colecta, I Domingo de Adviento*

---

### TEXTO DE ESTUDIO:

*Tomado de “El Don del Domingo,”  
secciones del 27 al 31:*

### EL GOZO DEL DOMINGO NOS GUÍA AL TESTIMONIO GOZOSO

27. Los cristianos se convierten en testigos de la fe y agentes de renovación divina en el mundo sólo si observan el domingo al punto de claramente distinguirlo de los demás días de la semana. El domingo, los creyentes toman la Misa como un patrón para pasar intencionalmente todo el día contemplando las bendiciones de Dios. El domingo, el cristiano da gracias a Dios en el sentido más pleno y se maravilla por su generosidad al unir sus oraciones de gratitud al ofertorio Eucarístico, que significa “acción de gracias.” Esta gratitud se nutre por las Sagradas Escrituras que, el creyente, escucha intencionalmente el domingo. Esta misma gratitud incluye la acción de gracias por los dones de la creación y un deseo de alabar a Dios, quien hizo todos los bienes. La gratitud hace florecer a la alegría, y esta alegría hace esparcir el Evangelio.<sup>17</sup>
28. El creyente vive la buena nueva del domingo al limitar deliberadamente las actividades o rutinas que evocan

el patrón del resto de la semana, inclusive si estas actividades de la semana son buenas. El domingo envuelve actividades que renuevan el corazón, el alma y la mente, al punto que, las tareas del resto de la semana, si bien buenas, no son permitidas. “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.”<sup>18</sup>

### EL TESTIMONIO DEL DOMINGO ES UN GUARDIÁN DE JUSTICIA Y MISIÓN

29. La redención continua de la sociedad y de toda la creación al patrón auténtico del descanso divino, que es anticipo de la salvación eterna, requiere que la buena noticia del domingo sea vivida a una escala de largo alcance:

Santificar los domingos y los días de fiesta exige un esfuerzo común. Cada cristiano debe evitar imponer sin necesidad a otro lo que le impediría guardar el día del Señor. Cuando las costumbres (deportes, restaurantes, etc.) y los compromisos sociales (servicios públicos, etc.) requieren de algunos un trabajo dominical, cada uno tiene la responsabilidad de dedicar un tiempo suficiente al descanso. Los fieles

cuidarán con moderación y caridad evitar los excesos y las violencias engendrados a veces por espectáculos multitudinarios. A pesar de las presiones económicas, los poderes públicos deben asegurar a los ciudadanos un tiempo destinado al descanso y al culto divino. Los patronos tienen una obligación análoga con respecto a sus empleados.<sup>19</sup>

30. Nuestras acciones y rutinas durante el domingo son diferentes. El domingo es un guardián esencial de la justicia y de la dignidad humana, asegurando que las personas son más importantes que la productividad. La justicia y el compartimiento apropiado de los bienes son sólo posible en una cultura que firmemente coloque su confianza y esperanza en la providencia y generosidad de Dios. Esta disposición sólo puede florecer en una sociedad que regularmente pone pausa al trabajo terrenal

para reconocer la verdad que sin Dios todos nuestros esfuerzos humanos para eliminar las enfermedades sociales sólo nos pueden guiar a la miseria. Una sociedad nutrida regularmente por el Pan del Cielo y por el auténtico reposo dominical es aquella en la cual los actos de caridad y de misericordia florecen y se convierten en cosecha de justiciar que Dios mismo eleva sobre la tierra. Ser renovados por el domingo nos llena de energía para el trabajo de la salvación.

31. En un mundo donde tantas personas reconocen y observan la buena nueva del domingo, emerge el don preciado del descanso auténtico, del cuidado propicio por la humanidad, del cuidado adecuado por la creación y de la orientación cultural necesaria hacia Dios, quien es el Señor de todos.

### ***Para la reflexión:***

- No es fácil cambiar hábitos culturales profundamente arraigados y generalizados con tan solo preferencias pequeñas y personales en contra de aquellos hábitos. Muchas personas actualmente no se detienen a pensar si alguna de las actividades que hacen los domingos se pudieran hacer otro día de la semana. Muchos negocios abren los domingos de la misma manera como también abren los demás días de la semana. No debemos renunciar a la idea que nuestras preferencias personales, a veces, importan mucho ante los ojos de Dios.
- La tradición cristiana de los domingos, distintas a algunas de las costumbres del Sabbath en tiempos de Jesús, no exige que no se haga ningún trabajo en absoluto. El domingo es un día para actividades que nos proporcionen alegría, rejuvenecimiento e inspiración. Sin embargo, aún este tipo de actividades pueden representar un obstáculo al verdadero descanso dominical si no se realizan con un sentido de moderación, si estas actividades dividen a la familia o si ellas toman prioridad o se colocan sobre la Misa.
- Hemos reconocido desde hace mucho tiempo que hay algunas actividades que, simplemente, no han de detenerse el día domingo debido a la básica preservación de la vida y de la sociedad. Por ejemplo, las personas que trabajan en el campo de la medicina o en las emergencias están siempre dispuestas al servicio de la seguridad pública y social. No obstante, no puede ser necesario que todas nuestras industrias y negocios deban abrir los domingos por el bien de una sociedad sana, santa, humana y cristiana. Debe existir un punto medio con respecto a las actividades dominicales en nuestro mundo actual, el cual los cristianos están llamados a llevar a cabo.

- En un mundo donde nadie hace pausa los domingos, clases sociales nuevas emergen en la que los padres retan la manera como entendemos la preservación de la dignidad humana. Están aquellos que tienen los recursos para no trabajar los domingos y aquellos deben trabajar los domingos, no sólo para ganarse la vida, sino también para poder mantener los hábitos, el ocio y los placeres de aquellos que usan los domingos para la recreación. Si el domingo es visto como un mero día para el consumo recreacional por parte de un grupo de personas, desafortunadamente le roba la oportunidad de culto, placer y descanso a otro grupo de personas que deben trabajar para apoyar aquellas actividades. Cada uno de nosotros debe orar cuidadosamente sobre los recursos que consumimos, tanto los humanos como los naturales, que sostienen nuestras actividades de placer o de ocio.
- Una sociedad que asume los domingos con seriedad, como un todo, es forzada a confrontar preguntas importantes sobre las prioridades, horarios y rutinas de modo que esa sociedad pueda ser verdaderamente humana y justa.

### ***Para la discusión:***

1. ¿Cuál es la diferencia entre el ocio y el entretenimiento? ¿Cuál es la diferencia entre el culto y el entretenimiento?
2. ¿Cómo sería una Sociedad donde cada uno observe el descanso y culto dominical de una manera significativa?
3. ¿Qué debería cambiar en tu vida personal para poder observar el domingo de la mejor manera posible?
4. ¿Qué sucedería si las circunstancias de tu trabajo y de tu vida te hiciesen muy difícil no trabajar los domingos? ¿Cuáles serían algunas maneras que tu tratarías para vivir el descanso y culto dominical, inclusive si no fuese lo ideal?
5. Describe las maneras con las cuales la observancia intencional del domingo como día de descanso y culto (aun cuando sea difícil al comienzo) te hiciesen una persona más alegre.
6. ¿Cuál es el rol del gobierno civil en la promoción de una cultura auténtica del descanso y culto dominical? (ver “El Don del Domingo” sección 29).
7. ¿Cuáles serían algunos ejemplos de actividades que se pudieran realizar los domingos que no interfieran con la obligación de culto y que, tampoco coloquen exigencias innecesarias en otras personas para satisfacer nuestro ocio? ¿Existe alguna manera que la sociedad pueda establecer un balance de estos fines importantes (por ejemplo, si las ferreterías deben abrir los domingos para que otros puedan disfrutar la jardinería, ¿pudieran abrir por tan solo unas pocas horas?)

### ***Para la vida:***

- Para hacer del domingo un día especial para Dios y para el culto, comienza por planearlo al inicio de la semana. Anticipa que tipo de compras o actividades se pudieras realizar antes, de manera que el domingo no esté lleno de actividades y haya tiempo para el culto dominical y para la familia.
- Considera establecer la costumbre de la cena dominical con la familia en el hogar.
- Ofrece oraciones extras por aquellas personas en el mundo que no siempre pueden tomarse el domingo para descansar por el tipo de profesión que tienen: los doctores, el personal de emergencia y seguridad pública, los bomberos, los policías, etc.

### ***Para la meditación:***

- Lucas 10, 38-42
- Lucas 17, 11-19

## ENDNOTES

- |  |  |
|--|--|
| 1 Mateo 11, 28.  | 10 <i>Catecismo de la Iglesia Católica</i> , 1333.         |
| 2 <i>Catecismo de la Iglesia Católica</i> , 2176.  | 11 San Pablo VI, <i>Mysterium Fidei</i> , 39.              |
| 3 1 Juan 4, 10.  | 12 Cf. <i>Catecismo de la Iglesia Católica</i> , 1333.     |
| 4 Cf. San Juan Pablo II, <i>Dies Domini</i> , 2 y 19.  | 13 <i>Catecismo de la Iglesia Católica</i> , 1368.         |
| 5 Salmo 63, 2.   | 14 <i>Lumen Gentium</i> , 11.                              |
| 6 Salmo 100, 3.  | 15 <i>Didache</i> , 4 y 14.                                |
| 7 <i>Catecismo de la Iglesia Católica</i> , 2181.  | 16 <i>Didache</i> , 4 y 14.                                |
| 8 Pseudo-Eusebio de Alejandría, <i>Sermo de die Dominica</i> , en: <i>Catecismo de la Iglesia Católica</i> , 2178.       | 17 Cf. Papa Francisco, <i>Evangelii Gaudium</i> , 1 al 13. |
| 9 Cf. John F. Dedek, <i>Titius and Bertha Ride Again: Contemporary Moral Cases</i> (New York: Sheed and Ward, 1974), 75. | 18 <i>Catecismo de la Iglesia Católica</i> , 2184.         |
|  | 19 <i>Catecismo de la Iglesia Católica</i> , 2187.         |

### RECONOCIMIENTO

Un agradecimiento especial al P. Nathan Reesman por su contribución a la guía de estudio, “El Don del Domingo” y al P. Javier Bustos por traducir este documento al español. ¡Estamos muy agradecidos por su dedicación y su labor en este recurso!

