



# EL DON DEL DOMINGO

---

Una reflexión teológica publicada con la aprobación eclesiástica 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.

---

*“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**

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>2</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 despierte 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>3</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.

### **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>74</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.

### 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>77</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, hiciesen 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.

## 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>

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 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>

## 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.

### Endnotes

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

### RECONOCIMIENTO

Un agradecimiento especial al P. Nathan Reesman por su contribución a “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!

