

## ESQUEMA EN PERSPECTIVA COMUNITARIA

Tienes que seguir los mismos seis puntos de la meditación anterior, pero **en el número 3 debes elegir un acontecimiento que sea comunitario**: de tu parroquia, de tu barrio, de tu familia, de tu nación, del mundo.

Ese acontecimiento es parte de tu vida, de la vida del mundo que Dios quiere hacer suya. Recuerda lo que dijo el Concilio Vaticano II: *Quiso Dios santificar y salvar a los hombres no individualmente y aislados entre sí, sino constituidos en un pueblo que le conociera en la verdad y le sirviera santamente.*

Realiza toda la oración sintiéndote miembro de este cuerpo plural que es la humanidad, con sus alegrías y sus sufrimientos concretos y que Cristo quiere hacer su propio cuerpo donde no hay división.

\*\*\* \*\*

Bendito seas, Señor, Dios del universo,  
porque nos das el pan y el vino de la vida.

Ellos, que nacen en la tierra  
en medio del esfuerzo de los hombres,  
proviene de tu generosidad siempre viva,  
del manantial de tu corazón  
que cada día crea el mundo.

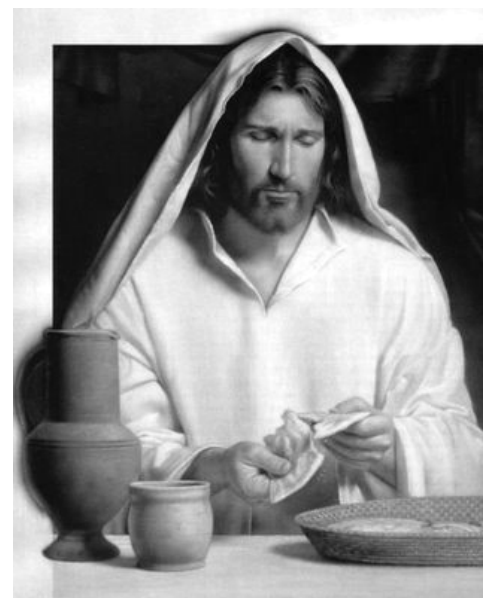
Ahora que Cristo, tu Hijo,  
se unió a ellos por su encarnación,  
sabemos que todo está bendecido.

Haz que la efusión de tu Espíritu sobre el mundo,  
nos haga gozar de esta unión que Cristo estableció  
y nos lleve a participar con toda la humanidad  
de tu gloria de eternidad de amor.

**Oración común: Jueves, 17 de Junio (20'30). En San Andrés.**

-----Centro Teológico San Ildefonso-----  
-----Arciprestazgo de Zamora-ciudad-----

# Esto es mi cuerpo,



# ésta es mi sangre.

La eucaristía es la oración central de los cristianos, pero es importante que la sintamos nuestra, que consiga celebrar el encuentro concreto de Cristo con nuestra vida. La oración que te sugerimos tiene esta intención: ayudarte a que vivas más profundamente este encuentro. Para ello hemos elegido un momento de la celebración, en concreto la presentación de ofrendas como hilo conductor de la meditación. Puede servirte como preparación de la misa y sería conveniente que así fuera.

Puedes hacer cada semana del mes uno de estos ejercicios: una semana en perspectiva personal y otra en perspectiva comunitaria.

## ESQUEMA EN PERSPECTIVA PERSONAL

**1.** Siéntate en un lugar tranquilo. Serena tu cuerpo (busca una postura cómoda y que te permita estar atento a la presencia de Dios). Respira tres o cuatro veces con inspiraciones y espiraciones profundas y lentas.

— — — — —

**2.** Comienza esta meditación imaginándote en el lugar donde habitualmente te sientas en misa los domingos. Trae a la memoria el momento en el que se pone el pan y el vino en la mesa del altar. Recuerda la imagen del cura que celebra con el pan y el vino en alto entre sus manos.

El sacerdote hace el mismo gesto de Jesús, toma el pan y el vino y en nombre de la comunidad reunida lo identifica con toda ella. El pan y el vino son en ese momento el cuerpo y la sangre, la vida entera de todos los que estamos en esa celebración.

### Detente por unos instantes en este gesto

**3.** Ahora elige algo concreto de tu vida, no importa qué cosa sea si es significativa para ti en este momento: un problema, una alegría, una acción que hayas hecho (buena o mala) o un deseo que tengas, una preocupación o el trabajo concreto que realizas, la salud de tu cuerpo o su debilidad, algún sentimiento... (*pero elige sólo una cosa*).

Una vez que lo hayas elegido, abre las manos en tu regazo y ponlo con tu imaginación entre ellas presentándoselo a Dios. Medita ante Dios lo relacionado con esa realidad sin prisas, con tranquilidad,... dejando que los pensamientos y sentimientos te fluyan ante Dios.

**4.** Ahora vuelve con tu imaginación a la misa del domingo y al recuerdo del cura con el pan y el vino en alto entre sus manos. Y siente cómo en esas ofrendas que sostiene está la realidad que tú eres (que has meditado) y que entregas a Dios.

Di (y repítelo varias veces) con la imaginación fija en el pan y en el vino de tu parroquia:

Esto es mi cuerpo, ésta es mi sangre.  
Bendito seas, Señor,  
por esta vida que recibo de tu generosidad  
y que, mezclada con los trabajos de mi existencia,  
te presento esperando que se llene de tu ser.

**5.** Ahora intenta recordar las palabras del sacerdote de cada domingo, que en nombre de Cristo dice *Esto es mi cuerpo*, sobre ese pan y ese vino que son tu vida misma. Y entra en el deseo de Cristo de unirse a ti y llenar tu vida concreta (lo que has meditado) con su misma vitalidad, con su mismo espíritu, con su misma fortaleza, con su mismo perdón, con su misma gloria.

Déjate sorprender por este hecho:  
Cristo quiere unirse a ti para llenar tu vida con la suya,  
para plenificarla hasta en sus situaciones más concretas.

Estate unos momentos en silencio  
sintiendo su amor por ti al unirse en ese pan y vino  
que es tuyo y que es suyo.

**6.** Por último, da gracias a Dios por este rato de oración.

→ El domingo lleva a la eucaristía la situación de tu vida sobre la que has meditado y ponla en las manos del sacerdote cuando eleve las ofrendas. (Si vas a misa a diario puedes hacer esta meditación algún día yendo con tiempo o hacerla antes de salir de casa).