

*“Al comenzar nuestro regreso a las celebraciones públicas de la Misa, deseo invitar a todos en nuestra diócesis a reflexionar más profundamente sobre la importancia del domingo, el por qué Dios lo hizo y lo que significa en la vida de un discípulo de Jesucristo.”*

-Obispo James V. Johnston, Jr.



El Consejo de Estado de Missouri los Caballeros de Colón brindó un generoso apoyo financiero para la impresión de esta guía de estudio. Esta financiación fue posible gracias a la colección anual, en todo el estado de la Oficina de Información Religiosa (R.I.B).

Para obtener más información sobre los Caballeros de Colón del Consejo de Estado de Missouri o convertirse en miembro, visite [www.uknight.org](http://www.uknight.org).

# GUARDANDO EL DIA DEL SEÑOR



## Carta Pastoral

Sobre la Importancia del Domingo  
en la Vida de Cada Discípulo Cristiano.

Reverendísimo James V. Johnston, Jr.

## Cómo Usar Este Libreto

Este libreto puede usarse para estudio personal o grupal.

En él, encontrará preguntas de reflexión e ideas concretas para celebrar el domingo como un día de descanso y rejuvenecimiento, un día para adorar a Dios en la misa y para conectarse como familia.

Esta guía de estudio contiene tres secciones que pueden usarse para un estudio de tres sesiones. Los grupos que deseen profundizar pueden leer y estudiar la carta apostólica del Papa San Juan Pablo II, *Dies Domini*, a la que se hace referencia varias veces en *Guardar el día del Señor*. Estos recursos se pueden encontrar en [hispanokcsj.org/guardando-el-domingo.html](http://hispanokcsj.org/guardando-el-domingo.html).

Las citas de las Escrituras en el contenido de la guía de estudio están tomadas de la Versión Estándar Revisada.

**Fotografía de Portada: El Señor Obispo Johnston celebró la Misa en la Catedral de la Inmaculada Concepción:** Megan Marley, periódico Diocesano; La Llave Católica

### **P.3: En el Camino a Emaús**

Por Picasa

Fotografía: Neil Alexander McKee

<https://www.flickr.com/photos/lex-photographic/11106483545> Attribution-NonCommercial 2.0 Generic (CC BY-NC 2.0)

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/2.0/legalcode>

### **P. 5: Cruz Celtica**

Image by [Gordon Johnson](https://pixabay.com/users/GDJ-1086657/?utm_source=link-attribution&utm_medium=referral&utm_campaign=image&utm_content=1769554) from [Pixabay](https://pixabay.com/?utm_source=link-attribution&utm_medium=referral&utm_campaign=image&utm_content=1769554)

### **P. 12: Cristo en la Casa de Marta y María**

1628, de Jan Bruegel y Peter Paul Rubens.

Galería Nacional de Irlanda

Dominio Público

[https://commons.wikimedia.org/wiki/](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Christ_in_the_House_of_Martha_and_Mary_1628_Jan_Bruegel2_and_Rubens.jpg)

[File:Christ\\_in\\_the\\_House\\_of\\_Martha\\_and\\_Mary\\_1628\\_Jan\\_Bruegel2\\_and\\_Rubens.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Christ_in_the_House_of_Martha_and_Mary_1628_Jan_Bruegel2_and_Rubens.jpg)

### **P. 20: La Última Cena**

Por Vicente Juan Macip

Dominio Público

[https://commons.wikimedia.org/wiki/](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:The_Last_Supper_by_Vicente_Juan_Macip.jpg)

[File:The\\_Last\\_Supper\\_by\\_Vicente\\_Juan\\_Macip.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:The_Last_Supper_by_Vicente_Juan_Macip.jpg)

## IDEAS PARA CELEBRAR LOS DOMINGOS

- ◆ Participe en actividades que contribuyan a una mayor espiritualidad.
- ◆ Ir a misa; Especialmente como una familia.
  - Vístete bien, como antes del Rey de Reyes.
  - Llegue unos minutos antes y quédese unos minutos después para compartir tiempo personal con Dios.
- ◆ Dedica una hora el domingo, fuera de la misa, a la oración.
- ◆ Pasa algún tiempo antes del Santísimo Sacramento.
- ◆ Reza el rosario (como familia).
- ◆ Dedica tiempo a las Escrituras.
- ◆ Ofrecer expresiones de alabanza y acción de gracias a Dios.
- ◆ Haga del domingo un día especial para la familia, algo que sus hijos esperan con ansias.
  - Cree algunas tradiciones dominicales que los niños recordarán cuando crezcan y tengan sus propios hijos.
- ◆ Comparta una comida especial los domingos.
  - Viste la mesa bien.
  - Ora antes y después de comer.
- ◆ Jueguen cartas o juegos de mesa juntos, especialmente aquellos que invitan a la conversación.
- ◆ Tome un tranquilo paseo dominical, disfrute del paisaje.
- ◆ Cantar juntos
- ◆ Participar en manualidades juntos.



## PARTE I: PEREGRINOS EN EL CAMINO

### Oración de apertura

*De la oración colecta del tercer domingo de Pascua. Pueden rezar juntos.*

Que tu pueblo, Señor, exulte siempre al verse renovado y rejuvenecido en el espíritu, y que la alegría de haber recobrado la adopción filial afiance su esperanza de resucitar gloriosamente. Por nuestro Señor Jesucristo.

Amen.

## Lucas 24:13-35 El Camino a Emaús

El mismo día de la resurrección, iban dos de los discípulos hacia un pueblo llamado Emaús, situado a unos once kilómetros de Jerusalén, y comentaban todo lo que había sucedido. Mientras conversaban y discutían, Jesús se les acercó y comenzó a caminar con ellos; pero los ojos de los dos discípulos estaban velados y no lo reconocieron. Él les preguntó: “¿De qué cosas vienen hablando, tan llenos de tristeza?”

Uno de ellos, llamado Cleofás, le respondió: “¿Eres tú el único forastero que no sabe lo que ha sucedido estos días en Jerusalén?”

Él les preguntó: “¿Qué cosa?” Ellos le respondieron: “Lo de Jesús el nazareno, que era un profeta poderoso en obras y palabras, ante Dios y ante todo el pueblo. Cómo los sumos sacerdotes y nuestros jefes lo entregaron para que lo condenaran a muerte, y lo crucificaron. Nosotros esperábamos que él sería el libertador de Israel, y sin embargo, han pasado ya tres días desde que estas cosas sucedieron. Es cierto que algunas mujeres de nuestro grupo nos han desconcertado, pues fueron de madrugada al sepulcro, no encontraron el cuerpo y llegaron contando que se les habían aparecido unos ángeles, que les dijeron que estaba vivo. Algunos de nuestros compañeros fueron al sepulcro y hallaron todo como habían dicho las mujeres, pero a él no lo vieron”.

Entonces Jesús les dijo: “¡Qué insensatos son ustedes y qué duros de corazón para creer todo lo anunciado por los profetas! ¿Acaso

## Reflexión y Discusión

**1. ¿Cómo pueden usted y su familia celebrar más intencionalmente los domingos?**

**¿Con descanso?**

**¿Fortaleciendo su relación familiar?**

**¿Y celebrando la fe?**

**2. ¡Quizás usted y su familia deseen desarrollar una nueva tradición para celebrar bien el domingo! Consideren hacer una resolución o un plan para una tradición nueva (o renovada).**

### Oración de clausura

Puedes rezar una oración intercesora y terminar recitando el *Padre Nuestro*.

permanecen dispensados de la obligación de participar en la misa el domingo debido a la pandemia COVID-19. Esto es especialmente importante para aquellos individuos en alto riesgo de contagio entre nosotros. Esto es especialmente para aquellos que sienten que es muy prematuro regresar a la Misa Dominical. Animo a los fieles a regresar tan pronto como uno se sienta seguro para hacerlo y, finalmente, espero que sea posible poner fin a esta dispensación cuando todos podamos reunirnos de nuevo con seguridad como Una Familia: Restaurada en Cristo – Equipado para la Misión.

Un producto que no podemos ahorrar en la vida es el tiempo, por lo que es lo más valioso de los productos básicos. El domingo es tiempo sagrado que Dios nos da para atender las cosas más importantes; Dios, los demás, y a nosotros mismos. Cuando celebramos bien el domingo, manteniendo a Dios primero, mantenemos la vida en el orden correcto, y cuando la vida se ordena con razón hay paz.

Sigamos en el camino juntos como peregrinos que viajan a casa a la Casa del Padre en los cielos, marcando el tiempo sagrado y progresando, celebrando bien nuestros domingos.

Agradecidamente en Cristo,

James V. Johnston, Jr.

Obispo de Kansas City-St. Joseph

+Pentecostés - 31 de mayo de 2020

no era necesario que el Mesías padeciera todo esto y así entrara en su gloria?” Y comenzando por Moisés y siguiendo con todos los profetas, les explicó todos los pasajes de la Escritura que se referían a él.

Ya cerca del pueblo a donde se dirigían, él hizo como que iba más lejos; pero ellos le insistieron, diciendo: “Quédate con nosotros, porque ya es tarde y pronto va a oscurecer”. Y entró para quedarse con ellos. Cuando estaban a la mesa, tomó un pan, pronunció la bendición, lo partió y se lo dio. Entonces se les abrieron los ojos y lo reconocieron, pero él se les desapareció. Y ellos se decían el uno al otro: “¡Con razón nuestro corazón ardía, mientras nos hablaba por el camino y nos explicaba las Escrituras!”

Se levantaron inmediatamente y regresaron a Jerusalén, donde encontraron reunidos a los Once con sus compañeros, los cuales les dijeron: “De veras ha resucitado el Señor y se le ha aparecido a Simón”.

Entonces ellos contaron lo que les había pasado en el camino y cómo lo habían reconocido al partir el pan.







## De *Guardando el Día del Señor*, Parte III

Este pasaje de los Hechos de los Apóstoles es la primera descripción de cómo celebrar el domingo lleno de la gracia de Cristo. Describe a los discípulos celebrando juntos la Santa Eucaristía, ejerciendo la caridad y compartiendo la vida común juntos alrededor de la mesa de la cena. Este es el cuadro adecuado para los discípulos hoy en día. En esta última y breve parte de mi carta ofrezco algunas observaciones sobre cómo podríamos tratar de dedicarnos a celebrar bien el domingo y llenos de gracia.

Primero, elimina la competencia. Con esto, me refiero a hacer un inventario de lo que compite con nuestro tiempo y atención el domingo. Invito a cada familia, y a cada discípulo individual, a examinar sus actividades y acercamientos habituales al domingo de reposo. Es probable que identifiquemos cosas buenas y saludables; y, sin embargo, podríamos haberles permitido, como plantas invasoras, arrastrarse en el jardín del domingo. Como Obispo, deseo ayudar, por lo que ordeno que nuestras parroquias y escuelas no programen ciertas actividades los domingos que comienzan con el próximo año escolar. Esto implicará cambios, pero el objetivo es despejar los domingos para que usted y sus familias puedan tener "la mejor parte". Además de eliminar las actividades, las familias también podrían ejercer algún tipo de ayuno de tiempo enfrente de la pantalla, guardando dispositivos digitales para asegurarse de que este día de la semana no se vea sofocado por las distracciones y efectos aislantes que tantas veces vienen con esta tecnología.

Segundo, sé más intencional acerca de cómo celebran el domingo, comenzando con la misa dominical. Me fascina la cantidad de esfuerzo que ponemos en prepararnos para la mayoría de los grandes eventos. Tome un juego de los Chiefs como ejemplo entre muchos. Los fans no simplemente van al juego. Hablan de ello toda la semana. Se visten para la ocasión. El día del juego van temprano a la puerta y forman cola; se preparan para el evento principal,

## De la carta pastoral del Obispo, *Guardando el Día del Señor*

### Introducción

¿Por qué escribir una carta sobre la importancia del Domingo? Había estado pensando en la importancia del Domingo mucho antes de la pandemia de COVID-19. De hecho, había resuelto escribir esta carta cuando terminamos nuestro Año Santo diocesano en enero. Pero, así como muchos de ustedes, durante estos últimos meses de la pandemia, he tenido tiempo de pensar y reflexionar aún más sobre lo que es realmente importante en la vida. Evidentemente, muchas otras personas han estado haciendo lo mismo. Una columna sindicada, reciente, en el periódico local señaló resultados de encuestas que indican que los Estadounidenses se han hecho más religiosos durante la pandemia, incluyendo aquellos que previamente habían elegido no identificarse con la religión. Observó que antes de la pandemia, muchos de los que habían evitado la religión buscaban significado en otras cosas. Luego esta observación: "La pandemia ha despojado abruptamente muchas de esas cosas—trabajo, rutinas, frivolidades de la vida—dejándonos a todos contemplar nuestro papel en el mundo y el propósito de nuestra existencia."

La "normalidad" previa fue interrumpida y gran parte de lo que estábamos acostumbrados fue repentinamente eliminado, incluyendo la habilidad de adorar juntos el Domingo en la Misa. Imponer estas restricciones fue una decisión muy dolorosa para mí como su obispo. Les agradezco los sacrificios que han hecho durante este tiempo, y los esfuerzos que ha realizado para estar presente espiritualmente. Pero a medida que comenzamos a regresar a nuestras celebraciones públicas de la Misa, deseo invitar a todos en nuestra diócesis a reflexionar profundamente sobre el valor del Domingo, por qué Dios lo hizo y lo que significa en la vida de un discípulo de Jesucristo.

Esta carta tiene tres partes, cada una va acompañada con una historia bíblica que ilumina el tema de la sección. Deseo reflexionar sobre cómo podríamos celebrar mejor el domingo como tiempo de adoración y como tiempo de descanso y renovación de nuestras relaciones.

### Parte I: Peregrinos en el Camino

The El episodio de los dos discípulos en el camino a Emaús en el Evangelio de San Lucas dispersa una luz hermosa sobre la vida de cada discípulo en cada momento y lugar. Somos peregrinos en el camino. Al igual que esos dos discípulos mencionados en el evangelio, nosotros también estamos distraídos y lentos para entender, a veces ajenos al hecho de que Cristo está caminando con nosotros a través de todos las cumbres y valles de la vida. En el relato de San Lucas, estos discípulos llegaron a reconocer la presencia de Cristo "al partir el pan," una clara referencia a la Sagrada Eucaristía.

La imagen de la peregrinación es una descripción adecuada de nuestro propio paso por la vida. Un peregrino está viajando, camino a un lugar sagrado, un viaje a menudo marcado por lo inesperado. Como discípulos de Jesús, tan pronto como somos bautizados, nos ponemos en camino hacia la "casa del Padre" en el cielo (cf. Juan 14, 2-4). Ese es nuestro destino. Se necesita perseverancia. Se necesitan compañeros. Se necesita oración y gracia. Nuestra peregrinación es un proyecto de cooperación entre nosotros y Dios.

En el Evangelio de San Juan, Jesús declaró, "Yo soy el Camino, la Verdad y la Vida. Nadie va al Padre sino por mí." (Juan 14, 6). Aquí vemos que no todos los caminos nos llevan a la casa del Padre—sólo uno. Cristo nos dejó la Sagrada Eucaristía—su propio ser—para que él pudiera ser nuestro camino a casa. Para los discípulos peregrinos, la Eucaristía dominical es Jesucristo. Allí lo encontramos en Palabra

*Las Escrituras para la Parte Tres están tomadas de las Lecturas para la Misa del Segundo Domingo de Pascua.*

## Hechos 2: 42-47 Comienzos de la Iglesia en Pentecostés

En los primeros días de la Iglesia, todos los hermanos acudían asiduamente a escuchar la enseñanza de los apóstoles, vivían en la comunión fraternal y se congregaban para orar en común y celebrar la fracción del pan. Toda la gente estaba llena de asombro y de temor, al ver los milagros y prodigios que los apóstoles hacían en Jerusalén.

Todos los creyentes vivían unidos y lo tenían todo en común. Los que eran dueños de bienes o propiedades los vendían, y el producto era distribuido entre todos, según las necesidades de cada uno. Diariamente se reunían en el templo, y en las casas partían el pan y comían juntos, con alegría y sencillez de corazón. Alababan a Dios y toda la gente los estimaba. Y el Señor aumentaba cada día el número de los que habían de salvarse.

### Preguntas para reflexionar sobre los comienzos de la Iglesia en Pentecostés

- 1. Desde su comienzo, la Iglesia se ha centrado en la enseñanza apostólica y un compromiso con la comunidad/compañerismo. ¿Cómo son estos dos componentes integrales para el crecimiento de la Iglesia?**
- 2. Un aspecto importante de nuestra fe Católica es reconocer las necesidades de los demás, incluso las necesidades materiales, y responder con corazones generosos. ¿Por qué es esto una parte integral del discipulado?**





### PARTE III: ALGUNAS MANERAS DE CELEBRAR EL DOMINGO LLENO DE GRACIAS

#### Oración de Apertura

*De la oración colecta de las Lecturas para la misa del segundo domingo de Pascua. Pueden rezar juntos.*

Dios de misericordia infinita, que reafirmas la fe de tu pueblo con el retorno anual de las fiestas pascuales, acrecienta en nosotros los dones de tu gracia, para que comprendamos mejor la inestimable riqueza del bautismo que nos ha purificado, del espíritu que nos ha hecho renacer y de la sangre que nos ha redimido.

Por nuestro Señor Jesucristo.

Amen.

y Sacramento. Traemos nuestras necesidades, oraciones, obras, alegrías y sufrimientos para unirnos al sacrificio durante el Ofertorio. “Los fieles son nombrados por su carácter bautismal para el culto religioso cristiano ... Participando en el sacrificio eucarístico, la fuente y la cumbre de la vida cristiana, ofrecen a la víctima divina a Dios y a ellos mismos. “Los fieles, incorporados a la Iglesia por el bautismo, quedan destinados por el carácter al culto de la religión cristiana... Participando del sacrificio eucarístico, fuente y cumbre de toda la vida cristiana, ofrecen a Dios la Víctima divina y se ofrecen a sí mismos juntamente con ella.”

En la Eucaristía recibimos su Cuerpo y Sangre como “este es el pan que baja del cielo, para que quien lo coma no muera.” (Juan 6:50). Él dejó este regalo para que podamos vivir en él y él en nosotros como "ramas" en "la vid" y que demos "mucho fruto" al convertirnos en sus discípulos (cf. Juan 15, 1-8).

Un "fruto" que proviene de ser un discípulo es dar testimonio de tal manera que uno se convierte en un creador de discípulos. Y pueden recordar que nuestro plan pastoral diocesano, la Visión Mutuamente Compartida, tiene como prioridad principal "Hacer Crecer la Familia de Dios" al crear discípulos. Como destaca el Papa Francisco en su exhortación apostólica, *Evangelii Gaudium*, “pues si uno de verdad ha hecho una experiencia del amor de Dios que lo salva, no necesita mucho tiempo de preparación para salir a anunciarlo.” Los discípulos en el camino a Emaús nos muestran que la fuente del discipulado es la Sagrada Eucaristía. Una vez que se encontraron con el Señor resucitado al partir el pan, se apresuraron a regresar a Jerusalén para dar testimonio de su resurrección.

En nuestra adoración juntos en la Misa Dominical, realmente vamos “por Cristo con él y en él” al Padre en el Espíritu Santo . En cierto

sentido, por medio de la adoración dominical en la Misa, vamos al cielo, la casa del Padre, en Cristo, aunque permanecemos aquí. Esto también se hizo eco en el Concilio Vaticano II en la Constitución de la Sagrada Liturgia: “En la Liturgia terrena preguntamos y tomamos parte en aquella Liturgia celestial, que se celebra en la santa ciudad de Jerusalén, hacia la cual nos dirigimos como peregrinos, y donde Cristo está sentado a la diestra de Dios como ministro del santuario y del tabernáculo verdadero.” Cuando concluye la Misa, somos enviados al mundo para dar testimonio del amor de Dios en nuestras palabras y nuestras acciones.

Los discípulos peregrinos necesitan el Domingo y la Misa Dominical para mantenerse en el camino correcto, dar fruto en el camino, y llegar a la casa del Padre en el cielo.

## Reflexión y Discusión

El obispo Johnston habla sobre la importancia de celebrar la misa dominical y lo importante que es prepararse para este día especial.

Antes del Domingo y en preparación para el domingo:

- ◆ Limpiar y enderezarse la casa, llenar de combustible el automóvil y preparar la ropa, lavar la ropa, hacer las compras, etc.
- ◆ Compre o corte flores frescas el sábado para adornar la casa durante la semana
- ◆ Prepare las comidas del domingo por adelantado si es posible.
- ◆ Evite acostarse demasiado tarde el sábado por la noche para no estar cansado el domingo.
- ◆ Lea las lecturas del Domingo y discuta en familia.

que hayan estado lejos de misa por algún tiempo. ¡Ven a casa! Regrese a la familia de familias que es su iglesia parroquial. Le echamos de menos y tiene un lugar entre nosotros.

## Reflexión y discusión

1. **¿El domingo es solo una parte de tu "fin de semana"?**
2. **Al observar bien el domingo, ¿cómo podría ayudarle a sentirse menos desconectado y/o aislado?**
3. **¿Qué ha descubierto durante este tiempo de “quédate en casa” que le gustaría continuar cuando las cosas vuelvan a la normalidad?**

## Oración de clausura

Puedes rezar una oración intercesora y terminar recitando el *Padre Nuestro*.

Mandamiento.

Cuando Dios ordena algo, debemos tomarlo en serio. Si nos da la hoja de ruta a la casa del Padre, ¡haremos bien en seguirla! Dios no quiere perder a ninguno de sus hijos.

Pero la obligación también es de nuestra Madre Iglesia, que quiere mantener a todos sus hijos sanos y salvos y en el camino al cielo. No hace mucho, observé un intercambio dentro de una familia que fue al lago de paseo. Muchos de los niños, eran buenos para nadar, querían salir al lago sin chaleco salvavidas. La madre insistió; ¡sin chaleco salvavidas, no van a nadar! era una obligación que ella impuso para mantenerlos a salvo. La obligación dominical que Dios nuestro Padre nos impone y la Iglesia Madre no se nos da como una carga; sino como una bendición, algo que nos ayuda a evitar que nos alejemos de Aquel que es nuestra salvación y nuestra vida. Una de las tendencias de nuestra naturaleza humana caída es desanimarse por cosas importantes. Es por eso del anexo a votos, promesas y obligaciones a cosas importantes de la vida, para asegurarnos de no descuidarlas.

El Papa San Juan Pablo II observó que “las presiones de hoy pueden dificultar el cumplimiento de la obligación dominical; y como la sensibilidad de una madre, la Iglesia observa las circunstancias de cada uno de sus hijos”. Por supuesto, muchos católicos trabajan los domingos. Nuestra sociedad depende de profesionales médicos, socorristas y muchos otros para trabajar el domingo. Algunos que trabajan en el día de reposo pueden participar en la misa (vigilia del sábado o el domingo por la noche) incluso aquellos con horarios exigentes pueden encontrar esto difícil o imposible. No hay pecado en los casos en que uno es realmente incapaz de participar en la misa. En su preocupación pastoral, la Iglesia se compromete a garantizar, “que, en el curso normal de la vida, ninguno de sus hijos se vea privado de la rica efusión de gracia que la celebración del día del Señor trae”.

Extiendo de todo corazón una invitación especial a aquellos

## Preguntas de Reflexión

1. **¿Te has distraído en tu viaje espiritual?**
2. **¿Te has sentido distanciado de Dios, al no reconocer a Jesús caminando junto a ti en tu peregrinación?**
3. **¿Cómo podría ayudar un renovado aprecio y compromiso con la misa dominical?**

## Oración de clausura

Puedes rezar una oración intercesora y terminar recitando el *Padre Nuestro*.



## PARTE II: EL VALOR DEL DOMINGO BIEN CELEBRADO

### Oración de Apertura

*De la oración colecta del Decimosexto Domingo del Tiempo Ordinario.  
Pueden rezar juntos.*

Muéstrate propicio con tus hijos, Señor, y multiplica sobre ellos los dones de tu gracia, para que, encendidos de fe, esperanza y caridad, perseveren fielmente en el cumplimiento de tu ley.

Por nuestro Señor Jesucristo.

Amen.

Sentimos que siempre estamos tratando de ponernos al día, buscando algo más allá de nuestro alcance, buscando la paz. Al no encontrarlo, recurrimos a cosas que esperamos nos ayuden a mantener la vida unida, a veces terminando con un resultado adverso. El Papa Francisco lo describió bien: “A veces demostramos ser duros de corazón y de mente; Nos olvidamos, nos distraemos y nos dejamos llevar por las posibilidades ilimitadas de consumo y distracción que ofrece la sociedad contemporánea. Esto conduce a una especie de aislamiento”. Lo contrario de la desintegración y el aislamiento es la unidad de un propósito en común donde buscamos el bien supremo en cada área de nuestra vida.

Uno de los remedios que Dios provee para esta desintegración es el domingo. Nuevamente, nos damos cuenta de esto más profundamente en la Misa Dominical, que “es el lugar privilegiado de la unidad; es el escenario del “sacramentum unitatis” [sacramento de la unidad] que marca profundamente a la Iglesia como un pueblo reunido” por “y” en “la unidad del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo.” Idealmente, esta unidad experimentada en la liturgia nos ayuda a integrarnos a nosotros mismos y nuestras relaciones, especialmente las de la familia. Por eso es ideal para las familias asistir a misa juntos los domingos si es posible.

Es posible que haya escuchado que cuando un ser querido muere, a menudo oramos: “Que el Señor le conceda el descanso eterno”. El descanso del domingo está destinado a prepararnos no solo para el Día del Señor, que viene cada semana, sino para el Día del Señor que no tendrá fin. Al igual que la adoración, descansar en Dios será parte de la eternidad en el cielo. El domingo nos ayuda a practicar ambos ahora.

### Una palabra sobre “Obligación dominical”

Most La mayoría de nosotros aprendimos a lo largo del camino que hay una obligación grave de participar en la misa dominical (y los días santos de precepto). Esto se deriva en parte del 3er

Después de llorar la pérdida de muchas cosas buenas, a las familias se les presentó una opción; perderse con distracciones y actividades de aislamiento, o redescubrirse nuevamente como María en Betania, y reinventarse y así “ver lo mejor de sí misma”. Para esto es el domingo; para estar presente el uno para el otro, especialmente en el hogar y alrededor de la mesa. Como el altar es la mesa eucarística para la familia de Dios, la Iglesia, la mesa de la cena es para la iglesia doméstica, la familia.

Dios quiere que tengamos la bendición de dejar a un lado nuestros ajeteos y poner más atención en descubrir la belleza de la Creación y aquel que la creó. Descubrir a Jesús, quien se entregó por nosotros y nuestra salvación, y prestar atención a las personas más importantes en nuestras vidas, para que podamos ser renovados por nuestras amistades. Esto requiere que reduzcamos la velocidad de nuestras vidas, nos miremos a los ojos y abramos nuestros oídos para escuchar la esperanza, los sueños, decepciones, y sufrimientos de nuestros seres queridos.

Es importante destacar que el domingo también se reserva para darse cuenta de aquellos que a menudo pasamos por alto, los pobres. Este día está reservado para que realicemos actos de caridad, obras de misericordia o algún otro apostolado cristiano. ¿Y qué mejor momento para servir a otros en la caridad que después de haber experimentado el amor de Dios derramado por nosotros en la misa dominical? como señaló el Papa San Juan Pablo II, “el tiempo dado a Cristo nunca es tiempo perdido, sino tiempo ganado, para que tanto nuestra vida al igual que las relaciones puedan volverse más profundamente humanas”. Los domingos celebrados nos hacen más humanos y hasta podría agregar; más feliz.

Otro fenómeno de la vida moderna cada vez más moldeado por las nuevas tecnologías es la desintegración. Experimentamos desintegración cuando diversas partes de nuestra vida se sienten desconectadas y dispersas. Todos nos sentimos así a veces.

*El Evangelio para la Parte Dos está tomado de las Lecturas para la Misa del Decimosexto Domingo del Tiempo Ordinario.*

## Lucas 10: 38-42 la Visita de Jesús en el hogar de María y Marta

En aquel tiempo, Jesús entró en un poblado, y una mujer, llamada Marta, lo recibió en su casa. Ella tenía una hermana, llamada María, la cual se sentó a los pies de Jesús y se puso a escuchar su palabra. Marta, entre tanto, se afanaba en diversos quehaceres, hasta que, acercándose a Jesús, le dijo: “Señor, ¿no te has dado cuenta de que mi hermana me ha dejado sola con todo el quehacer? Dile que me ayude”.

El Señor le respondió: “Marta, Marta, muchas cosas te preocupan y te inquietan, siendo así que una sola es necesaria. María escogió la mejor parte y nadie se la quitará”.

## Reflexionando sobre la visita de Jesús en el hogar de María y Marta

Lucas 10:38-42

- 1. Jesús tiene una misión urgente y poco tiempo que perder en sus breves tres años de ministerio público. ¿Por qué crees que Jesús se detuvo aquí para descansar y visitar a sus amigos?**
- 2. ¿Qué fue lo que Jesús observó en María que fue tan digno de alabanza?**



## De Guardando el Día del Señor, Parte II

Este episodio relatado en el Evangelio de San Lucas destaca algo maravillosamente profundo: que Jesús amaba y encontraba necesario escapar para ser renovado por amigos y para descansar y recrearse con ellos. Lo hizo en Betania. Betania era un lugar especial para Jesús. Amaba a Marta y María y a su hermano Lázaro, y disfrutaba pasar tiempo con ellos. Dios y hombre verdadero, Jesús necesitaba y amaba amigos. Al convertirse en humano, también se permitió la experiencia agotadora de su misión. A menudo se fue solo a rezar, pero también se fue a renovar con amigos. Y fue aquí donde también destacó mucho el valor del descanso y la relación en el comportamiento de María y Martha, urgiendo a la última a invertir en “la mejor parte.” Betania, por lo tanto, es un buen símbolo para el Domingo.

¿Qué fue lo que Jesús observó en María que fue tan digno de alabanza? Ella lo que hizo fue parar lo que estaba haciendo y presentarse ante él. Diferente de Martha, María se centró en la persona en lugar de la cosa o la actividad, y las personas tienen prioridad sobre las cosas.

El Domingo es un regalo de Dios para descansar y relacionarse. Parte de eso implica adoración divina—nuestra actual relación de comunión con Dios como se señaló en la Parte I; pero la adoración a Dios se une al descanso.

¡El descanso dominical no se trata simplemente de tomar una buena siesta durante el intervalo de medio tiempo de un juego de los Chiefs! Para entender el descanso dominical correctamente, debemos referirnos a la Biblia. Tenga en cuenta que el fundamento proviene de los mandamientos revelados por Dios en el Libro del Éxodo: “Acuérdate del día de reposo para santificarlo. Porque en seis días hizo el Señor los cielos y la tierra, el mar y todo lo que en ellos hay, y reposó en el séptimo día; por tanto, el Señor bendijo el día de reposo y lo santificó.” (Ex 20:8,11). Al comentar sobre este

pasaje, el Papa San Juan Pablo II escribió en su carta apostólica sobre el Día del Señor: “Antes de imponer algo que hacer el mandamiento señala algo que recordar. Invita a recordar la obra grande y fundamental de Dios como es la creación. Es un recuerdo que debe animar toda la vida religiosa del hombre, para confluir después en el día en que el hombre es llamado a descansar. El descanso asume así un valor típicamente sagrado: el fiel es invitado a descansar no sólo como Dios ha descansado, sino a descansar en el Señor, refiriendo a él toda la creación, en la alabanza, en la acción de gracias, en la intimidad filial y en la amistad sponsal.” La adoración y el descanso se tejen juntos el domingo.

Solo en los últimos tiempos se ha oscurecido la importancia del domingo como dedicado a mantener nuestras vidas ordenadas rectamente. En lugar de ser un día especial con un propósito especial, para muchos ahora se ha convertido simplemente en parte del “fin de semana”. Nuevamente, el Papa San Juan Pablo II notó las trampas de esta tendencia reciente: “Por desgracia, cuando el domingo pierde el significado originario y se reduce a un puro ‘fin de semana’, puede suceder que el hombre quede encerrado en un horizonte tan restringido que no le permite ya ver el ‘cielo’”.

Si no celebramos el domingo, no solo estaremos perdiendo el cielo, sino también parte importante de nuestra vida aquí en la tierra. Una de las bendiciones que surgió de este momento inusual fue la de “refugiarse en el hogar”, con el trabajo y la escuela operando en horarios esporádicos, ha sido la epifanía que muchos han experimentado dentro de sus propios hogares y sus propias familias, la “iglesia doméstica”. Muchos padres han compartido conmigo que han venido aprendiendo y descubriendo más sobre sus hijos durante este tiempo. He oído hablar de padres que salen a caminar y tienen conversaciones sustanciales con sus hijos; cosas que habían sido ignoradas anteriormente. La vida se paralizó y la hiperactividad dentro de muchas familias cambió. Eventos, horarios, actividades, juegos y prácticas fueron pospuestos y cancelados.