

16 • La vivencia espiritual de los sacramentos -2



En la vivencia de los sacramentos la mayor importancia radica en la actitud de la persona ante ellos y lo que significan: recibir la Gracia de Dios i el Espíritu Santo. Cada uno debe situarse desde la autenticidad de su ser, viviéndolos en libertad, consciente de lo que son y de lo que suponen y desde el amor profundo, en lo más íntimo del corazón, a Dios. Es este amor a Él el que propicia que nos acerquemos a lo que Él nos ha dado: la posibilidad de recibirlo en nuestro ser.

No son nuestros méritos los que posibilitan nuestra salvación sino la misericordia de Dios y el amor que nos, tiene por el que no quiere que nadie se pierda.

Que nosotros recibamos los sacramentos sólo ha de ser una muestra del amor que le tenemos y del deseo de estar unidos a Él. Puede ocurrir que no podamos recibirlo sacramentalmente; entonces es posible obtener su Gracia espiritualmente mostrándole nuestro amor.

Guion

- el amor de Dios nos perdona siempre
- el amor a Dios y la fe
- la libertad, la consciencia de lo que se hace al recibir los sacramentos, el deseo de recibirlos (recibir a Dios), y la sinceridad-autenticidad
- cuando nos encontramos ante la imposibilidad de recibir la Gracia de Dios y al Espíritu Santo en una circunstancia concreta
- el deseo de recibir el Espíritu Santo en ese momento
- la comunión espiritual
- la contrición y el dolor de los pecados
- el acto de contrición y el perdón de los pecados
- la comunión espiritual
- la Gracia inunda espiritualmente a la persona

No me mueve, mi Dios, para quererte  
el cielo que me tienes prometido  
ni me mueve el infierno tan temido  
para dejar por eso de ofenderte.

Tú me mueves, Señor, muéveme el verte  
clavado en una cruz y escarnecido,  
muéveme ver tu cuerpo tan herido,  
muévenme tus afrentas y tu muerte.

Muéveme, en fin, tu amor, y en tal manera,  
que aunque no hubiera cielo, yo te amara,  
y aunque no hubiera infierno, te temiera.

No me tienes que dar porque te quiera,  
pues, aunque lo que espero no esperara,  
lo mismo que te quiero te quisiera.

**Sacramento de la Eucaristía**

La Eucaristía es la fuente y la cima de la vida cristiana porque en ella nos encontramos con la presencia real de Cristo, nos unimos a él y a la comunidad. Si no se puede recibir la comunión, físicamente podemos hacerlo espiritualmente

**Comunión espiritual**

Creo, Jesús mío, que estás real y verdaderamente en el cielo y en el Santísimo Sacramento del Altar. Te amo sobre todas las cosas y deseo vivamente recibirte dentro de mi alma, pero no pudiendo hacerlo ahora sacramentalmente, ven al menos espiritualmente a mi corazón. Y como si ya te hubiese recibido, te abrazo y me uno del todo a Ti. Señor, no permitas que jamás me aparte de Ti. Amén



**Sacramento de la Confesión, Reconciliación o Penitencia**

pasos para hacer la confesión

- examen de conciencia
- dolor de los pecados**
- propósito de la enmienda
- decir los pecados al confesor
- cumplir la penitencia

Dios siempre nos perdona, al confesar los pecados nosotros nos reconciamos con él, con los demás y con nosotros mismos, hallando su amor y su gracia por su misericordia.

**El Acto de contrición** supone sentir, por amor, un dolor profundo por habernos alejado de Dios, si es completo perdona los pecados, aunque los mortales deban decirse en confesión cuando haya oportunidad, no pudiendo comulgar hasta entonces.

¡Señor mío, Jesucristo! Dios y Hombre verdadero, Creador, Padre y Redentor mío; por ser Vos quien sois, Bondad infinita, y porque os amo sobre todas las cosas, me pesa de todo corazón haberos ofendido; también me pesa porque podéis castigarme con las penas del infierno. Ayudado de vuestra divina gracia propongo firmemente nunca más pecar, confesarme y cumplir la penitencia que me sea impuesta. Amén.

se puede añadir lo siguiente

Ofrezco, Señor, mi vida, obras y trabajos, en satisfacción de todos mis pecados, y, así como lo suplico, así confío en vuestra bondad y misericordia infinita, que los perdonareis, por los méritos de vuestra preciosísima sangre, pasión y muerte, y me daréis gracia para enmendarme, y perseverar en vuestro santo amor y servicio, hasta el fin de mi vida. Amén.

**La palabra de Dios**  
 Mt 9, 2; Mt 9, 6-7; Mt 26, 26-28; Lc 15, 6; Lc 15, 9; Lc 15, 11-24; Lc 15, 31-32; Lc 23, 43; Lc 24, 46-47; Jn 1, 29; Jn 14, 16; Jn 20, 22-23; 1Cor 10, 17-21; 1Cor 11, 20-21; 2 Cor 4, 7; 2Cor 5, 17-20; He 9, 20; 1Jn 1, 8

**Resumen**  
 El amor profundo a Dios nos debe llevar a desear estar con él. En algunas ocasiones puede no ser posible materialmente por la lejanía, no haber ningún sacerdote,... entonces podemos hacer una **comunión espiritual**; de igual manera, experimentando un dolor profundo por habernos alejado de Dios, podemos hacer un **acto de contrición**.



Blanca Roca y Juan Luis Salinas, 2020

- Conceptos e ideas básicas**
- El amor a Dios
  - La Comunión Espiritual
  - El Acto de Contrición