Liceo del Valle®

Preparando a mi hijo para la

Primera Comunión

Manual para Madres



E

Liceo del Valle®

¡HOLA!

Este cuadernillo pertenece a:

2026 LICEO DEL VALLE / ELEMENTARY SCHOOL
Uso exclusivo para fines educativos dentro de la institución.
Queda prohibida su reproducción, distribución o adaptación sin autorización expresa.



ORACIÓN DE SANTO TOMÁS

Para el estudio

(Oración para comenzar a estudiar)

¡Oh inefable Creador nuestro, Altísimo principio y fuente verdadera de luz y sabiduría! Dígnate infundir el rayo de tu claridad sobre las tinieblas de mi inteligencia, removiendo la doble oscuridad con la que nací: la del pecado y la ignorancia.

¡Tú, que haces elocuentes las lenguas de los pequeños, instruye la mía, e infunde en mis labios la gracia de tu bendición! Dame agudeza para entender, capacidad para retener, método y facilidad para atender, sutileza para interpretar y gracia abundante para hablar.

Dame acierto al empezar, dirección al progresar y perfección al acabar ¡Oh Señor! Dios y hombre verdadero, que vives y reinas por los siglos de los siglos.

Amén.

Liceo del Valle®

Criterios de Evaluación

Preparando a mi hijo para la Primera Comunión

Bienvenida al curso para preparar a tu hijo en su primera comunión. En el colegio queremos acompañarte a ti y a tu familia en el crecimiento de su fe.

Para completar el curso, es importante cumplir con los siguientes requisitos:

Requisitos para Constancia

- ✓ **Asistencia** a Pláticas
- ✓ **80% Asistencia** a sesiones mamá
- ✓ Rutinas de Pensamiento por sesión
- ✓ Aprobación de los 2 **quizes** para tu hijo

	Sesión	Asistencia	Rutina de Pensamiento
Para Mamá	Dios Todopodoreso y la Santísima Trinidad	☐	☐
	Los Ángeles y la Caída	☐	☐
	Jesús, el Hijo de Dios, viene a salvarnos	☐	☐
	Los Mandamientos	☐	☐
	Los Sacramentos	☐	☐
	La Confesión	☐	☐
	La Eucaristía	☐	☐
	Taller de Oración Mamá e Hijo	☐	☐
	Taller de Oración Papá e Hijo	☐	☐
Pláticas	Plática Matrimonios **+** Entrevista con Sacerdote	☐	
	Plática Padres y Padrinos	☐	
Para Hijo	Quiz 1	☐	
	Quiz 2	☐	

Recursos y Simbología

Preparando a mi hijo para la Primera Comunión

Recursos

El presente manual ofrece un **resumen sintético de los temas principales de la fe cristiana.** Cada tema incluye, como referencia para profundizar, un capítulo del libro Resumen de Fe Cristiana, publicado en la página Opus Dei.

Presentaciones

Encuentra las presentaciones usadas por los **expositores** en el curso.

Referencias

Asimismo, el presente texto contiene diversas citas de la **Sagrada Escritura y del Catecismo** de la Iglesia Católica, para lo cual se facilita el siguiente índice.

Recursos Primera Comunión LV

primeracomunionlv.com/recursos

Simbología

Encuentra **Citas Biblícas**

Encuentra citas al **Catecismo**

Ideas para platicar con tu hijo

Definiciones

Encuentra definiciones del Catecismo de la Iglesía Católica.

¿Quiéres saber más?

Encuentra referencias a los capítulos del libro **"Resúmenes de fe Cristiana"**

¿Qué significa que Dios es nuestro Creador?

Cuando miramos el cielo, las estrellas, los animales, las plantas, el mar y todo lo que existe, podemos preguntarnos: ¿de dónde viene todo? La Biblia comienza respondiendo precisamente a esta pregunta: "En el principio creó Dios el cielo y la tierra" (Gn 1,1)**. Todo cuanto existe tiene su origen en Dios.** Él, en cambio, no ha sido creado por nadie: existe desde siempre y para siempre. Por eso profesamos en el Credo nuestra fe en "Dios, Padre todopoderoso, Creador del cielo y de la tierra" (CIC 198, 279).

Dios no creó porque estuviera solo o necesitara algo que le faltara. Él es infinitamente bueno y perfecto, y creó libremente para comunicar su bondad. Además, **Dios creó de la nada**: no necesitó una materia que existiera antes que Él ni alguien que lo ayudara. Todo depende de Él para existir, mientras que Dios no depende de nada de lo creado (CIC 293-296).

El Génesis presenta esta verdad mediante el relato de los siete días de la creación. Dios crea la luz; el cielo; la tierra, los mares y las plantas; el sol, la luna y las estrellas; los peces y las aves; los animales y, finalmente, al ser humano. El séptimo día Dios descansa y lo bendice (Gn 1,1–2,3). Estos "días" no tienen que entenderse necesariamente como períodos de veinticuatro horas. El propósito del relato no es explicar científicamente todos los procesos naturales, sino enseñarnos algo más profundo: **Dios es el origen de todo, la creación tiene un orden y todo lo que Él creó es bueno** (CIC 283-284, 337).

De hecho, una expresión se repite a lo largo del Génesis: "Vio Dios que era bueno". Al terminar su obra, Dios contempla todo lo creado y ve que era "muy bueno" (Gn 1,31). Por eso el mundo es un regalo que debemos recibir con agradecimiento y cuidar responsablemente. La belleza y el orden de la creación pueden también ayudarnos a reconocer la grandeza de su Creador (Rom 1,20; CIC 31-32).

"En el principio creó Dios el cielo y la tierra". ***Génesis 1,1***

¿Qué tiene de especial la creación del ser humano?

Dentro de toda la creación, el hombre y la mujer ocupan un lugar especial. Dios dice: "Hagamos al hombre a nuestra imagen, conforme a nuestra semejanza" (Gn 1,26). Ser **imagen y semejanza de Dios** significa que la persona humana puede conocer y amar a su Creador, relacionarse con los demás y actuar libre y responsablemente. Por eso cada persona posee una dignidad única que no depende de su edad, salud, inteligencia, capacidades o posesiones: tiene valor porque ha sido querida y creada por Dios (CIC 355-357).

Dios creó al ser humano **hombre y mujer, con la misma dignidad** y llamados a la comunión y al don de sí (Gn 1,27; CIC 369-372). También le confió el cuidado del mundo. Esto no significa que podamos utilizar la naturaleza de cualquier manera, sino que somos responsables de administrar y proteger los bienes de la creación que Dios ha puesto en nuestras manos (Gn 1,28; CIC 373).

La persona humana es una unidad de cuerpo y alma. No somos solamente materia, pero tampoco somos un alma encerrada accidentalmente en un cuerpo. La Iglesia enseña que cuerpo y alma forman una única naturaleza humana. Nuestra alma espiritual es creada por Dios y es inmortal: no desaparece con la muerte y volverá a unirse al cuerpo en la resurrección (CIC 362-366).

Pero Dios quiso darnos todavía más. No solo nos creó: nos llamó a participar de su propia vida. A este don sobrenatural lo llamamos **gracia santificante**. Por medio de ella podemos vivir en amistad con Dios y llegar a ser sus hijos adoptivos. San Juan lo expresa de una manera maravillosa: "Miren qué amor nos ha tenido el Padre para llamarnos hijos de Dios, pues ¡lo somos!" (1 Jn 3,1; CIC 1996-2000). Recibimos esta vida de manera particular en el Bautismo y estamos llamados a conservarla y hacerla crecer mediante la oración, los sacramentos y la caridad (CIC 1265-1266).

Gracia Santificante

Don **sobrenatural** y **gratuito** de Dios que nos hace participar de su vida y nos hace hijos adoptivos suyos.
(Cf. CIC 1996-2000)

¿Qué significa que Dios es Todopoderoso?

Cuando en el Credo decimos "Creo en Dios, Padre todopoderoso", afirmamos que **Dios tiene poder sobre todo porque todo ha sido creado por Él** y depende de Él. Dios crea, sostiene y gobierna cuanto existe. La Escritura proclama: "Nuestro Dios está en los cielos, todo cuanto le place lo realiza" (Sal 115,3; CIC 268-269).

Sin embargo, no debemos imaginar el poder de Dios como el de una persona que busca dominar o imponer su voluntad. **La omnipotencia de Dios está siempre unida a su sabiduría, bondad y amor.** Su poder no es arbitrario. De hecho, una de las formas más sorprendentes en que Dios manifiesta su poder es mediante su misericordia: perdona, restaura y salva. Esta omnipotencia se revela de una manera especial en la Encarnación y en la Resurrección de Jesús (CIC 270-272).

Saber que Dios es Todopoderoso nos permite confiar en Él, especialmente cuando no podemos controlar lo que sucede. Jesús nos recuerda que el Padre

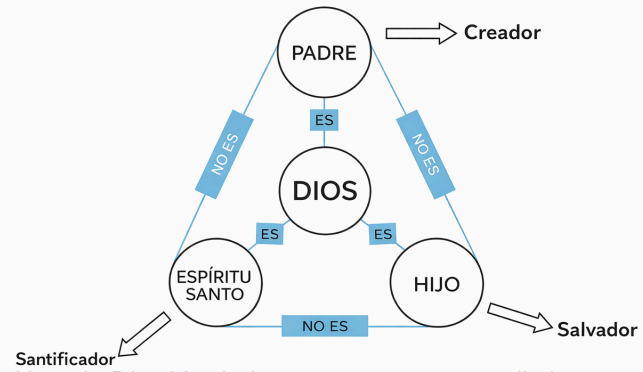
conoce nuestras necesidades y cuida de nosotros: “Miren las aves del cielo… su Padre celestial las alimenta. ¿No valen ustedes mucho más que ellas?” (Mt 6,26). Esto no significa que Dios vaya a concedernos siempre exactamente lo que pedimos, sino que podemos poner nuestra vida en sus manos, confiando en su amor y providencia.

¿Quién es la Santísima Trinidad?

La fe cristiana enseña con claridad que **existe un solo Dios**. La Escritura proclama: “El Señor nuestro Dios es el único Señor” (Dt 6,4). Sin embargo, este único Dios nos ha revelado algo que nunca habríamos podido descubrir por nosotros mismos: en Dios hay tres Personas: el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo. El Padre es Dios, el Hijo es Dios y el Espíritu Santo es Dios; pero no son tres dioses, sino un solo Dios. La Iglesia llama a esta verdad el misterio de la Santísima Trinidad, “el misterio central de la fe y de la vida cristiana” (CIC 234, 253).

Las tres Personas son realmente distintas entre sí. El Padre no es el Hijo, el Hijo no es el Espíritu Santo y el Espíritu Santo no es el Padre, pero las tres poseen plenamente la única naturaleza divina. Ninguna es “más Dios” que otra: son eternas e iguales en divinidad (CIC 253-255). Por eso conviene evitar comparaciones como decir que la Trinidad es como el agua que puede ser hielo, líquido o vapor, pues podrían hacernos pensar equivocadamente que Dios es una sola Persona que simplemente adopta tres formas diferentes.

Jesús nos ha permitido conocer de manera especial este misterio. En su Bautismo aparecen claramente las tres Personas: Jesús, el Hijo, está en el Jordán; el Espíritu Santo desciende sobre Él como una paloma; y se escucha la voz del Padre que dice: “Este es mi Hijo amado” (Mt 3,16-17). Más adelante, Jesús manda a sus apóstoles bautizar “en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo” (Mt 28,19; CIC 232-233).



Un solo Dios Verdadero en tres personas distintas.

Podemos relacionarnos verdaderamente con cada Persona divina. El Padre nos ama y, por la gracia, nos recibe como hijos adoptivos; por eso Jesús nos enseñó a decir “Padre nuestro” (Mt 6,9). El Hijo es Jesucristo, verdadero Dios que se hizo verdadero hombre para salvarnos (Jn 1,1.14). El Espíritu Santo también es Dios: no es una fuerza o energía, sino una Persona divina que habita en nosotros por la gracia, nos santifica y nos ayuda a conocer y elegir el bien (Jn 14,26; 1 Co 3,16).

La Trinidad es un misterio que nunca podremos comprender completamente. Esto no significa que sea absurdo, sino que Dios es infinitamente más grande que nuestra inteligencia. Podemos conocer verdaderamente lo que Él nos ha revelado, aunque no podamos abarcarlo por completo (CIC 237). Cada vez que hacemos la Señal de la Cruz y decimos "En el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo", profesamos de manera sencilla esta verdad central de nuestra fe.

¿Quiéres saber más?

Resúmenes de Fe Cristiana
Tema 4: La naturaleza de Dios y su obrar
Tema 5: La Santísima Trinidad

Ideas para platicar con tu hijo

1. Puedes comenzar preguntándole: "¿Quién hizo el cielo, los animales, las plantas y a nosotros?". Ayúdalo a descubrir que Dios es nuestro Creador y todo lo que hizo es bueno. Después pregúntale qué significa que las personas hayan sido creadas a imagen de Dios. Puedes explicarle que cada persona tiene un valor enorme y merece ser tratada con amor y respeto. Esto puede llevar a ejemplos muy concretos: cuidar la naturaleza, tratar bien a un compañero, respetar a quien es diferente y agradecer a Dios por las cosas que ha creado.
2. Para hablar de la Trinidad, pregúntale: "Cuando hacemos la Señal de la Cruz, ¿a quién nombramos?". Ayúdalo a responder: al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo. Después puedes preguntarle: "¿Entonces son tres dioses?". Explícale con sencillez: "No. Hay un solo Dios en tres Personas". Invítalo a hacer despacio la Señal de la Cruz pensando en cada una de ellas: puede hablar con el Padre que lo ama, acercarse a Jesús, el Hijo que se hizo hombre para salvarnos, y pedir al Espíritu Santo que lo ayude a elegir el bien.

Rutina de Pensamiento
Antes - Ahora - Después

Tema(s)

Antes ¿Qué sé o opino sobre el tema?	**Ahora** ¿Qué sé ahora que no sabía antes?

Después

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **vida personal**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **familia**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

¿Quiénes son los ángeles?

Cuando rezamos el Credo decimos que Dios es creador de "todo lo visible y lo invisible". Dios no creó solamente el mundo material que podemos ver y tocar; también creó seres espirituales llamados **ángeles**. La Sagrada Escritura habla de ellos en numerosos momentos de la historia de la salvación y la Iglesia enseña que son criaturas espirituales, personales, inteligentes y libres (CIC 328-330).

La palabra ángel significa "mensajero" y describe su misión. A lo largo de la Biblia, Dios se sirve de ellos para anunciar y realizar distintas tareas dentro de su plan: un ángel acompaña a Tobías (Tb 5,4), Gabriel anuncia a María que será la Madre de Jesús (Lc 1,26-38) y los ángeles anuncian la Resurrección (Mt 28,5-7). No son personajes de fantasía ni personas que murieron y "se convirtieron en ángeles": **son criaturas distintas del ser humano**, creadas por Dios para conocerlo, amarlo y servirlo (CIC 329-331).

Los ángeles fueron creados buenos y también recibieron libertad. Algunos rechazaron irrevocablemente a Dios y se convirtieron en demonios. La Iglesia llama **Satanás** o Diablo al ángel que encabezó esta rebelión y enseña que su caída consistió en rechazar libremente a Dios y su Reino (CIC 391-392). La Escritura presenta a **san Miguel Arcángel** combatiendo contra el Dragón y sus ángeles (Ap 12,7-9). Esta realidad no debe llevarnos a vivir con miedo: Satanás sigue siendo una criatura y su poder no es infinito; Dios es infinitamente más poderoso (CIC 395).

Dios también ha querido servirse de los ángeles para nuestro bien. Jesús habla de los ángeles de los pequeños que contemplan el rostro del Padre (Mt 18,10), y la Iglesia enseña que la vida humana está acompañada por la custodia e intercesión de los ángeles (CIC 336). El **ángel de la guarda** no sustituye a Dios ni decide por nosotros: nos acompaña y ayuda en nuestro camino hacia Él. Podemos pedir su intercesión y enseñar a nuestros hijos a hacerlo con confianza.

Ángel

Criatura puramente **espiritual**, personal, inteligente y libre, creada por Dios para conocerlo, amarlo y servirlo.
(Cf. CIC 329-330)

¿Qué ocurrió con Adán y Eva? La caída y el pecado original

Dios creó al hombre y a la mujer para vivir en amistad con Él. Adán y Eva recibieron una condición de **santidad y justicia originales**: existía armonía en su relación con Dios, consigo mismos, entre ellos y con la creación (CIC 374-376). Pero Dios los creó libres. Esa libertad hacía posible responder a su amor y también rechazarlo.

El Génesis expresa esta prueba mediante el mandato de no comer del árbol del conocimiento del bien y del mal (Gn 2,16-17). No se trata de presentar un árbol "mágico", sino de expresar el límite propio de la criatura: **el hombre depende de Dios y está llamado a confiar en Él.** La serpiente introduce precisamente la sospecha de que Dios no quiere verdaderamente el bien del hombre: "Serán como dioses" (Gn 3,5). En el fondo de la tentación aparece el deseo de ocupar el lugar de Dios y decidir por cuenta propia qué es el bien y qué es el mal (CIC 396-398).

Adán y Eva cedieron a la tentación y desobedecieron. Inmediatamente aparecen la vergüenza, el miedo y la ruptura: se esconden de Dios y, cuando Él les pregunta qué sucedió, Adán culpa a Eva y Eva a la serpiente (Gn 3,7-13). El pecado rompe la armonía para la que habían sido creados y muestra cómo el alejamiento de Dios termina afectando también nuestra relación con nosotros mismos, con los demás y con la creación (CIC 399-400).

A esta primera desobediencia llamamos pecado original. No significa que cada bebé nazca siendo personalmente culpable del pecado de Adán y Eva. Nacemos privados de la santidad original y con una naturaleza humana herida, inclinada al pecado, aunque no totalmente corrompida (CIC 404-405). Esta inclinación ayuda a comprender por qué tantas veces conocemos el bien y, sin embargo, nos cuesta realizarlo.

Pero el relato no termina con el fracaso. Desde el momento de la caída, Dios anuncia que el mal no tendrá la última palabra (Gn 3,15). La Iglesia ha visto en esta promesa el primer anuncio del Salvador. **Dios no abandonó al hombre después del pecado: comenzó a preparar su salvación, que alcanzaría su plenitud en Jesucristo** (CIC 410-412).

ⓘ Pecado Original

Estado en el que nacemos privados de la santidad original a causa del primer pecado de la humanidad. No es un pecado cometido personalmente por cada uno.
(Cf. CIC 404-405)

¿Qué nos enseña la historia de Caín y Abel?

Después de la caída, el Génesis muestra cómo el pecado comienza a afectar las relaciones humanas. Caín cultivaba la tierra y Abel era pastor. Ambos ofrecieron dones a Dios, pero el Señor miró favorablemente a Abel y su ofrenda. La Carta a los Hebreos señala que Abel ofreció su sacrificio **por la fe** (Heb 11,4). Caín, en cambio, permitió que el enojo y la envidia crecieran dentro de él.

Antes de que Caín hiciera daño a su hermano, Dios le advirtió: “El pecado acecha a la puerta… pero tú debes dominarlo” (Gn 4,7). Esta frase contiene una enseñanza importante para la formación de los hijos: **sentir enojo, tristeza, celos o envidia no es lo mismo que decidir hacer el mal.** Podemos reconocer lo que sentimos y elegir qué hacer con ello. Caín podía detenerse, pero dejó crecer su resentimiento hasta matar a Abel (Gn 4,8).

Después Dios le pregunta: “¿Dónde está tu hermano Abel?”. Caín responde: “¿Acaso soy yo el guardián de mi hermano?” (Gn 4,9). La pregunta atraviesa toda la historia humana: sí **somos responsables del bien de nuestros hermanos.** La vida del otro no es algo que podamos utilizar, despreciar o destruir. Cada persona ha sido creada a imagen de Dios y su vida debe ser respetada y protegida (Gn 1,27; CIC 2258).

La historia de Caín permite además hablar de la **envidia** de una manera muy concreta. Puede comenzar con pensamientos aparentemente pequeños: “¿Por qué él sí y yo no?”, “¿Por qué lo felicitaron a él?” o “¿Por qué tiene algo que yo quiero?”. La envidia es tristeza ante el bien del otro y puede conducir al deseo de verlo privado de ese bien (CIC 2539). El camino cristiano consiste en aprender a agradecer lo recibido y alegrarnos sinceramente por el bien de los demás.

Caín es castigado por su pecado, pero incluso entonces Dios pone una señal para proteger su vida (Gn 4,15). El relato muestra así tanto la gravedad del pecado como una misericordia de Dios que no desaparece ante el pecador.

¿Quiéres saber más?

Resúmenes de Fe Cristiana
Tema 7: La elevación sobrenatural y el pecado original

Ideas para platicar con tu hijo

1. Para hablar de los ángeles puedes preguntarle:: “¿Qué hace un ángel?”. Explícale que los ángeles son criaturas espirituales de Dios y que su ángel de la guarda lo acompaña y ayuda a acercarse a Dios. Puede pedir su ayuda cuando tenga miedo o le cueste elegir el bien.
2. Para hablar de Adán y Eva Pregúntale: “¿Alguna vez has querido hacer algo aunque sabías que estaba mal?”. Explícale que sentir una tentación no es pecado; el pecado ocurre cuando elegimos libremente hacer el mal. Anímalo a pedir ayuda a Dios para elegir lo correcto y, si se equivoca, a reconocerlo, pedir perdón y reparar el daño.

Rutina de Pensamiento
Antes - Ahora - Después

Tema(s)

Antes ¿Qué sé o opino sobre el tema?	**Ahora** ¿Qué sé ahora que no sabía antes?

Después

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **vida personal**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **familia**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

¿Cómo preparó Dios la venida de su Hijo?

Después del pecado de Adán y Eva, **la humanidad quedó herida y alejada de Dios.** Desde entonces, el corazón humano vive con una especie de nostalgia del Cielo, como quien sabe que ha perdido algo muy grande y no puede recuperarlo por sí solo. Pero Dios no abandonó al hombre: desde el principio prometió un Salvador y fue preparando poco a poco su venida a lo largo de la historia. Cuando llegó la plenitud de los tiempos, envió a su propio Hijo para rescatarnos y hacernos hijos suyos (Gal 4,4-5; CIC 410-412, 422).

Podemos contemplar la salvación como un designio lleno de amor: no fue una reacción improvisada ante el pecado, sino parte del plan eterno de Dios. El Padre envió a su Hijo y el Hijo vino libremente al mundo para salvarnos, no mediante una ayuda lejana, sino haciéndose realmente uno de nosotros. La Iglesia enseña que el **Verbo se hizo carne para reconciliarnos con Dios**, manifestarnos su amor, mostrarnos el camino y hacernos partícipes de la vida divina (Jn 1,14; CIC 456-460).

En Nazaret vivía María, una joven llena de gracia y profundamente unida a Dios. Allí ocurrió la **Anunciación**: el arcángel Gabriel se presentó ante ella y la saludó diciendo: "Alégrate, llena de gracia" (Lc 1,28). Después le anunció que concebiría al Hijo del Altísimo por obra del Espíritu Santo. Dios había preparado a María de una manera única para ser la Madre de su Hijo (Lc 1,30-35; CIC 484-493).

Ante un anuncio tan grande, María respondió libremente: "He aquí la esclava del Señor; hágase en mí según tu palabra" (Lc 1,38). Con su sí, el Hijo de Dios tomó carne en su seno virginal. José también acogió el plan de Dios en la obediencia de la fe: recibió a María y al Niño y se convirtió en custodio de la Sagrada Familia (Mt 1,20-24; CIC 494, 497).

Jesús nació y quiso pasar la mayor parte de su vida en la sencillez de Nazaret. Allí creció, trabajó, obedeció y vivió en familia. El Evangelio nos dice que "les estaba sujeto" y que "crecía en sabiduría, en estatura y en gracia" (Lc 2,51-52). Estos años de vida oculta nos recuerdan que también la familia, el trabajo, la obediencia y las tareas ordinarias pueden convertirse en camino de santidad (CIC 531-534).

"He aquí la esclava del Señor; hágase en mí según tu palabra."
Lucas 1,38

¿Quién es Jesús: Dios o hombre?

Para comprender quién es Jesús hay que acercarnos a uno de los misterios centrales de nuestra fe: **Jesús es verdadero Dios y verdadero hombre.** En la única Persona del Hijo eterno de Dios están unidas verdaderamente la naturaleza divina y la naturaleza humana, sin confundirse ni separarse (CIC 464-469).

Jesús es verdadero hombre. Conoció el cansancio, el hambre, la tristeza, la amistad, el sufrimiento y el dolor. Se hizo semejante a nosotros en todo, menos en el pecado (Heb 4,15). Por eso nuestra humanidad no le resulta ajena: Dios quiso acercarse tanto a nosotros que el Hijo asumió verdaderamente nuestra condición humana (Flp 2,6-8; CIC 470).

Pero Jesús es también **verdadero Dios**. El mismo que nació de la Virgen María es el Hijo eterno del Padre. Como proclama san Juan: "El Verbo era Dios" y "el Verbo se hizo carne y habitó entre nosotros" (Jn 1,1.14). En Jesús, Dios se hizo cercano y visible sin dejar de ser Dios (CIC 479-481).

Cuando comenzó su vida pública, después de su Bautismo en el Jordán, Jesús recorrió los caminos de Israel anunciando el Reino de Dios, llamando a la conversión y enseñando el amor, el perdón y la reconciliación (Lc 3,21-22; CIC 541-542). **Sus palabras estuvieron acompañadas por milagros que manifestaban quién era Él.** En Caná convirtió el agua en vino y "manifestó su gloria" (Jn 2,1-11); devolvió la vida a la hija de Jairo (Mc 5,21-43), curó enfermos y liberó a quienes sufrían. Estos signos mostraban que el Reino de Dios había llegado en su Persona y anunciaban una liberación todavía más profunda: la del pecado (CIC 547-550).

Por eso Jesús no es solamente un gran maestro o un hombre admirable. Es Dios hecho hombre. Puede comprender nuestra condición porque asumió verdaderamente nuestra humanidad y puede salvarnos porque es el Hijo de Dios. En Él, Dios mismo salió a nuestro encuentro para llevarnos nuevamente al Padre (Heb 4,15-16; CIC 459-460).

Jesucristo

Es una sola Persona divina, el Hijo de Dios, con dos naturalezas: verdaderamente Dios y verdaderamente hombre.
Cf. CIC 464-469

¿Por qué Jesús murió y resucitó por nosotros?

La Pasión del Señor es la manifestación más grande de su amor por nosotros. Jesús sabía que le esperaban la traición, el rechazo, el sufrimiento y la muerte y, aun así, se entregó libremente. En el Huerto de los Olivos, en medio de una angustia verdadera, oró al Padre: "No se haga mi voluntad, sino la tuya" (Lc 22,42). Su muerte no fue simplemente una tragedia: **Jesús entregó libremente su vida por nuestra salvación** (Jn 10,17-18; CIC 609).

Después fue traicionado por Judas, abandonado, humillado, azotado y condenado injustamente. Al cargar la cruz hacia el Calvario, Jesús asumió sobre sí nuestros pecados. La Escritura anuncia este misterio al decir que Cristo "llevó nuestros pecados en su cuerpo hasta el

eño" (1 Pe 2,24). Su sacrificio en la cruz es único y definitivo: por medio de él nos reconcilia con el Padre y abre nuevamente para nosotros el camino hacia Dios (CIC 613-618).

Incluso desde la cruz, Jesús continúa amando. Perdona a quienes lo crucifican —"Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen" (Lc 23,34)— y entrega a su Madre al discípulo amado (Jn 19,25-27). Su muerte parece una derrota, pero es precisamente el momento en que el amor de Cristo se entrega hasta el extremo para vencer el pecado.

Este sacrificio no quedó simplemente en el pasado. **En cada Santa Misa**, la Iglesia no vuelve a crucificar a Jesús ni repite su sacrificio, sino que **el único sacrificio de la Cruz se hace sacramentalmente presente**. Por eso la Eucaristía es mucho más que recordar algo que sucedió hace dos mil años: participamos en la Pascua de Cristo y podemos unir nuestras propias alegrías, trabajos, sufrimientos y sacrificios a su ofrenda al Padre (1 Co 11,23-26; CIC 1362-1367).

Pero la historia no termina en el sepulcro. **Al tercer día, Jesús resucitó verdaderamente**. Se apareció a María Magdalena y después a sus discípulos. Cuando se presentó en medio de los apóstoles diciendo "La paz esté con ustedes", les mostró sus manos y su costado para que reconocieran que era Él mismo, ahora vivo para siempre (Jn 20,11-20).

La Resurrección confirma que Jesús es verdaderamente el Hijo de Dios y es el fundamento de nuestra esperanza. San Pablo llama a Cristo resucitado "primicia de los que han muerto" (1 Co 15,20): su victoria anuncia también la nuestra. Gracias a su muerte y Resurrección, el pecado y la muerte no tienen la última palabra y se nos abre el camino hacia la vida eterna (CIC 651-655).

Por eso vivir como cristianos es vivir desde la **Pascua**, con la certeza de que Cristo ha vencido. El domingo es precisamente el día en que la Iglesia celebra de manera especial al Señor resucitado. Educar a nuestros hijos en esta verdad es enseñarles que, incluso en el dolor y las dificultades, podemos vivir con esperanza porque Jesús está vivo y nos llama a compartir su vida para siempre (CIC 1166-1167, 2174).

"No está aquí, porque ha resucitado, como lo había dicho."
Mateo 28,6

¿Quiéres saber más?

Resúmenes de Fe Cristiana
Tema 9: La Encarnación

Ideas para platicar con tu hijo

1. Para hablar de la Encarnación, pregúntale: "¿Qué respondió María cuando Dios le pidió ser la mamá de Jesús?". Explícale que María confió en Dios y dijo que sí, aunque no conocía todo lo que iba a suceder. Pueden pensar juntos en alguna ocasión en la que a él también le cueste decir "sí" a algo bueno.

2. Pregúntale después: "¿Jesús es Dios o es hombre?". Ayúdalo a responder: "Jesús es verdadero Dios y verdadero hombre". Recuérdale algunos momentos en los que vemos su humanidad —tuvo hambre, se cansó, lloró— y otros en los que manifestó su poder, como cuando hizo milagros.

3. Finalmente, al hablar de la Cruz y la Resurrección, explícale que Jesús murió porque nos ama y resucitó para abrirnos el camino al Cielo. Pregúntale: "Cuando algo te pone triste o parece que no tiene solución, ¿qué nos recuerda la Resurrección?". Ayúdalo a descubrir que un cristiano puede tener esperanza porque Jesús venció el pecado y la muerte.

Rutina de Pensamiento
Antes - Ahora - Después

Tema(s)

Antes ¿Qué sé o opino sobre el tema?	**Ahora** ¿Qué sé ahora que no sabía antes?

Después

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **vida personal**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **familia**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

Los 10 mandamientos

El Decálogo es la expresión privilegiada de la **ley natural inscrita por Dios en el corazón del hombre.** Aunque la razón puede reconocer que no debemos robar, matar o mentir, nuestra naturaleza está herida por el pecado y con facilidad se oscurece nuestro juicio moral; por eso Dios quiso revelar claramente sus Mandamientos a su pueblo (Rm 2,14-15; Ex 20,1-17; Dt 5,6-21; CIC 1954-1960, 2056-2060).

Por eso, **Dios nos "regaló" los Mandamientos revelados,** para que no hubiera duda de cómo vivir con dignidad y caminar hacia Él. Son como un mapa seguro en medio de un mundo que con frecuencia confunde la libertad con hacer lo que uno quiere. En realidad, la verdadera libertad consiste en elegir el bien y adherirse a la verdad (Jn 8,31-32; St 1,25; CIC 1731-1734, 1740, 2061).

Muchas personas ven hoy los Mandamientos como algo anticuado, que "estorba" a la libertad. Sin embargo, la tradición cristiana enseña que los tres primeros mandamientos ordenan nuestra relación con Dios y los otros siete nuestra relación con el prójimo. **Vivirlos es una cuestión de amor, no de miedo**: "Si me aman, guardarán mis mandamientos" (Jn 14,15). Presentar el Decálogo como camino de paz interior y de verdadera alegría ayuda a formar una conciencia recta y segura (Mt 22,37-40; CIC 2067, 2072-2074, 2083).

«Maestro, ¿qué tengo que hacer para alcanzar la vida eterna? Si quieres entrar en la vida, guarda los mandamientos.
(Mt 19, 16-17)

Ideas para platicar con tu hijo

El Decálogo es como el reglamento de tu deporte favorito o el instructivo de una figura de Lego para armar. Dios se los dio a Moisés en una montaña, hace mucho tiempo, para que su pueblo no se perdiera. Son 10 reglas que nos ayudan a que nuestra alma no se "ensucie" y para que todos nos llevemos increíble. Si cada uno de nosotros siguiéramos el Decálogo, el mundo sería un lugar perfecto, donde nadie estaría triste o solo.

- Es como el GPS que usa mamá en la camioneta o coche: si lo sigues, llegas a tu destino, sin dar tantas vueltas o rodeos innecesarios.
- Es como las reglas de convivencia de tu salón: gracias a ellas todos pueden aprender y jugar, sin pelearse.

¿Quiéres saber más?

Resúmenes de Fe Cristiana
Temas 32 - 39. El Decálogo.

Primer Mandamiento:

Amarás a Dios sobre todas las cosas

Este es el mandamiento de **la prioridad. Amar a Dios sobre todas las cosas** significa reconocer que Él es el centro de nuestra vida y que ninguna realidad creada —éxito, prestigio, comodidad o afectos desordenados— puede ocupar su lugar. “Al Señor tu Dios adorarás, y a él solo darás culto” (Mt 4,10; cf. Dt 6,4-5). Es darle el primer lugar en nuestro tiempo, en nuestros afectos y en nuestros planes de vida (CIC 2084-2094). Vivir este mandamiento implica cultivar la vida interior por medio de la oración, la confianza y los sacramentos. No se trata solo de admitir que Dios existe, sino de creer en Él, esperar en Él y amarlo con todo el corazón.

Segundo Mandamiento:

No tomarás el nombre de Dios en vano

El nombre de Dios es santo, porque expresa su misterio y merece reverencia. Por eso este mandamiento prohíbe el uso irrespetuoso del nombre de Dios, de Jesucristo, de la Virgen y de los santos, así como los juramentos falsos o innecesarios. “No pronunciarás en falso el nombre del Señor, tu Dios” (Ex 20,7; Dt 5,11; CIC 2142-2149). **Este precepto también nos enseña a tratar con respeto todo lo que pertenece a Dios**: los lugares sagrados, las personas consagradas y todo lo relacionado con el culto. No se trata solo de evitar la blasfemia, sino de aprender a hablar de Dios con amor, adoración y gratitud.

Ideas para platicar con tu hijo

Este mandamiento significa que Dios es tu mejor amigo y el número uno en tu vida, ¡más que cualquier superhéroe o famoso de YouTube! Es poner a Dios antes que tus caprichos, porque sabes que lo que Él quiere para ti es mucho mejor.

- Hacer una pequeña oración al despertar, antes de empezar una tarea, antes de prender el iPad o la pantalla. Y también antes de irse a dormir.
- Bendecir los alimentos antes de comer, reconociendo que todo lo que tenemos es porque Él nos ama mucho. Dar gracias a Dios al final de la comida.

El nombre de Dios es el más especial del universo, por eso debemos usarlo solo con mucho amor y respeto. Imagina que alguien usa tu nombre para decir mentiras o burlarse, ¡te sentirías mal! Por eso, nunca debemos usar el nombre de Dios como si fuera una palabra cualquiera o para decir una mentira. También significa que debemos tratar con mucho cariño al padre que trabaja en la iglesia a la que vamos y respetar todo lo que hay dentro.

- No decir "Te lo juro por Dios", si no se trata de algo súper importante y verdadero.
- Si entras a una capilla, guardar silencio y hacer una genuflexión bien hecha, porque ahí está Dios.

Tercer Mandamiento:

Santificarás las fiestas

El domingo no es solo un día de descanso, sino el Día del Señor, memorial semanal de la Resurrección. Desde los comienzos de la Iglesia, los cristianos se reúnen ese día para partir el pan, escuchar la Palabra y dar culto a Dios en comunidad. Por eso la participación en **la Misa dominical ocupa un lugar central en la vida cristiana** (Hch 20,7; 1 Co 16,2; Ap 1,10; CIC 1166-1167, 2174-2181). Santificar las fiestas también implica ordenar ese día de un modo distinto: dedicar tiempo a Dios, a la familia, al descanso verdadero y a las obras de caridad.

Cuarto Mandamiento:

Honrarás a tu padre y a tu madre

Este mandamiento es la base del orden en la familia y en la sociedad. **Honrar a los padres no significa solo obedecer en la infancia, sino reconocer con respeto,** gratitud y ayuda el lugar que Dios les ha dado. Al mismo tiempo, recuerda a los padres la gran responsabilidad que tienen de educar, corregir y guiar con amor, justicia y ejemplo cristiano (Ex 20,12; Ef 6,1-4; CIC 2197-2200, 2221-2231). A medida que los hijos crecen, este mandamiento se extiende también al respeto hacia abuelos, maestros y autoridades legítimas. La familia es la primera escuela de virtud, obediencia y caridad, y quien aprende a honrar a sus padres aprende también a vivir con responsabilidad delante de Dios y de los demás.

Ideas para platicar con tu hijo

El domingo es el día de fiesta con Dios! Es como ir a su fiesta de cumpleaños, todas las semanas. Ir a Misa es la forma de decirle: "Gracias, Dios, por todo lo que hiciste por mí en estos días". Además de la Misa, es un día para descansar, jugar en familia, visitar a los abuelos y desconectarnos un poquito de las tareas, para conectarnos con el Cielo.

- Ir a Misa juntos y poner mucha atención a lo que dice el sacerdote en la homilía.
- Usar ropa padre (vestirse con especial esmero) el domingo, para demostrar que es un día especial y diferente a los demás.

Dios puso a tus papás en tu vida para cuidarte y guiarte, porque te aman más que a nadie. Honrarlos significa escucharlos con atención, obedecer sus consejos rápido y con una sonrisa, y ayudarlos en casa. También significa tratar con mucho respeto a tus abuelitos, a tus tíos y a tus maestros en la escuela.

- Tiende tu cama o recoge tus juguetes a la primera vez que te lo piden, sin quejarte.
- Escucha con cariño las historias que te cuenta tu abuelito, aunque ya las hayas oído antes o varias veces.

Quinto Mandamiento:

No matarás

Este mandamiento protege el don más sagrado de la creación visible: la vida humana. La Iglesia enseña que la vida debe ser respetada y protegida absolutamente desde la concepción hasta la muerte natural, porque el hombre ha sido creado a imagen de Dios (Gn 1,27; Ex 20,13; CIC 2258-2262, 2270-2275). Pero este mandamiento no se limita a prohibir el homicidio. También **condena todo lo que hiere gravemente al prójimo en su dignidad**: el odio, la violencia, el escándalo, la burla cruel, la injusticia y todo aquello que destruye moralmente a una persona. Incluye también el deber de cuidar la propia salud y la de los demás, evitando excesos y promoviendo una verdadera cultura de la vida.

Sexto Mandamiento:

No cometerás actos impuros

Este mandamiento protege la verdad del amor humano y la pureza del corazón. **La sexualidad, querida por Dios, es buena y santa, pero debe vivirse según el orden del amor verdadero**, con pudor, respeto y castidad. La pureza no es algo negativo, sino la capacidad de amar con un corazón unificado, libre y limpio (1 Co 6,18-20; CIC 2337-2345). Vivir este mandamiento exige educar la mirada, el corazón, el lenguaje y los hábitos. También implica cuidar lo que se ve, lo que se escucha y lo que se permite entrar en la imaginación, especialmente en un ambiente cultural que banaliza el cuerpo y la intimidad.

Ideas para platicar con tu hijo

La vida es un regalo de Dios y es sagrada, por eso debemos cuidarla muchísimo. No solo se trata de no hacer daño físico a nadie, sino también de cuidar tu propio cuerpo, comiendo sano y evitando cosas que te puedan hacer daño. Además, recuerda que las palabras pueden herir como un golpe; por eso, hablar mal de un compañero o inventar chismes, también es una forma de lastimar su vida.

- Si ves que alguien es rechazado, está solo en el recreo, o que otros se burlan de él, ve y defiéndelo o invítalo a jugar. Intégralo.
- Cuida tus hábitos, como no comer dulces en exceso.

Tu cuerpo y tu alma son como un cofre lleno de tesoros que Dios te dio. Este mandamiento nos pide que mantengamos ese cofre limpio y bien cuidado. Significa que debemos respetar nuestra intimidad y la de los demás: hacer respetar nuestro cuerpo, especialmente las partes privadas, que se cubren al ir a la playa; y también respetar el cuerpo de los demás. Así como cuidar y respetar nuestra interioridad: lo que comúnmente vemos en las pantallas por ejemplo.

- Si en alguna película o en internet sale algo que te hace sentir incómodo, o que se ve feo, interrúmpelo con decisión. No te esperes. Si quieres, cierra los ojos y luego cambia de canal y cuéntaselo a mamá.

Séptimo Mandamiento:
No robarás

Este mandamiento va más allá de no tomar lo ajeno. Protege la justicia en las relaciones humanas y exige **respetar los bienes de los demás**, cumplir los deberes de estado, actuar con honestidad y administrar bien lo que Dios nos confía. El derecho a la propiedad privada existe, pero no es absoluto: siempre debe vivirse en función del bien común y con sentido de responsabilidad (Ex 20,15; ; CIC 2401-2407, 2450-2451). También incluye la justicia en el trabajo, el rechazo al fraude y al abuso, el cuidado de la creación y el uso recto de los recursos.

Octavo Mandamiento:
No mentirás

La verdad es fundamento de la confianza y de toda convivencia humana. Este mandamiento nos llama a **amar y decir la verdad,** evitando la mentira, el engaño, la hipocresía y toda falsedad. Cristo mismo dijo: “Yo soy el camino, la verdad y la vida”, y por eso el cristiano está llamado a vivir en la verdad (Ex 20,16; Jn 8,32; Jn 14,6; CIC 2464-2470). Además de prohibir la mentira, este precepto condena el juicio temerario, la maledicencia, la calumnia y toda palabra que dañe injustamente la fama del prójimo.

Ideas para platicar con tu hijo

Este mandamiento nos enseña a respetar lo que les pertenece a los demás y a cuidar nuestras cosas. No solo es no tomar algo que no es tuyo, sino también cuidar la naturaleza y no desperdiciar el agua o la comida. También significa ser justos: por ejemplo, si alguien te ayuda en un trabajo, reconocer su esfuerzo y darle las gracias.

- Si encuentras un objeto o juguete en el colegio que no es tuyo, entrégalo al profesor o llévalo al “lugar de las cosas perdidas”, para que lo regresen con su dueño.
- Si pides prestado un libro, cuídalo mucho y regresalo a tiempo, sin que te tengan que recordar.

Decir la verdad siempre es lo más valiente que puedes hacer. Las mentiras son como una mancha de lodo en el alma: aunque creas que nadie la ve, tú sabes que está ahí y te hace sentir pesado. Dios quiere que seamos sinceros con nuestros papás, maestros y amigos. Cuando dices la verdad, la gente confía en ti y tú te sientes tranquilo y feliz. Pide a Dios ser valiente para aceptar y decir siempre la verdad.

- Si dañaste o rompiste algo sin querer, ve con mamá y dile: "Yo fui", en vez de echarle la culpa al perro o a tu hermano.
- No inventes historias para presumir algo que tú no hiciste o lograste, solo para que los demás te admiren.

Noveno Mandamiento:
No consentirás pensamientos ni deseos impuros

Si el sexto mandamiento protege las acciones externas, el noveno se refiere más directamente al interior del hombre: al corazón, a la intención y a los deseos. **Jesucristo enseñó que el pecado puede comenzar en el interior,** cuando se consienten pensamientos desordenados o se alimenta una mirada impura sobre los emás (Mt 5,27-28; CIC 2514-2518). Este mandamiento invita a custodiar la imaginación, los sentidos y la vida interior, buscando una mirada limpia y una intención recta.

Décimo Mandamiento:
No desearás los bienes ajenos

Este mandamiento apunta al corazón que se deja dominar por la codicia, la envidia o la tristeza por el bien del otro. No basta con no robar exteriormente: **es necesario también purificar el deseo interior**. La envidia corroe la alegría, rompe la caridad y hace imposible vivir agradecidos por los dones recibidos (Ex 20,17; CIC 2534-2540). La respuesta cristiana a esta tentación es la gratitud, la sobriedad y la alegría por el bien ajeno. Quien aprende a contentarse con lo que Dios le da vive con más libertad y paz.

Ideas para platicar con tu hijo

Este mandamiento es para cuidar tu imaginación. Así como lavas tus manos antes de comer, también debes mantener tus pensamientos limpios. A veces se nos pueden ocurrir ideas que no son buenas o que nos hacen querer cosas feas; este mandamiento nos dice que, en cuanto nos demos cuenta de esto, cambiemos de canal en nuestra cabeza y pensemos en algo positivo, bello y bueno.

- Si te empiezas a imaginar un plan para vengarte de un compañero o un amigo que te hizo enojar, detente y mejor piensa en lo divertido que es jugar con él, cuando están bien.
- Elige ver sólo los programas o videos que te dejen enseñanzas positivas y no cosas que te den miedo.

Este mandamiento es para que seas súper feliz con lo que tú ya tienes. A veces vemos que un amigo tiene un juguete nuevo o un viaje increíble y sentimos una "picazón" en el corazón que se llama envidia. Dios nos pide que quitemos esa envidia y que mejor digamos: "¡Qué padre por mi amigo!". Ser agradecido por tus propios juguetes, por tu casa y por tu familia, es la clave para estar siempre contento.

- Si tu mejor amigo se sacó un 10 y tú un 8, en vez de estar enojado, dale un abrazo y dile: "¡Felicidades, te esforzaste mucho!"
- Haz una lista todas las noches de 3 cosas que tienes y que te hacen muy feliz, para darle las gracias a Dios.

Rutina de Pensamiento
Antes - Ahora - Después

Tema(s)

Antes ¿Qué sé o opino sobre el tema?	**Ahora** ¿Qué sé ahora que no sabía antes?

Después

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **vida personal**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **familia**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

Los Sacramentos

Los sacramentos son signos eficaces de la gracia, instituidos por Cristo y confiados a la Iglesia, por los cuales se nos da la vida divina (CIC 1131). Esto significa son las redes o medios oficiales por los cuales Dios decicio comunicarnos su gracia. Son signos sensibles (cosas que podemos ver, tocar u oír, y que significan algo) instituidos por Jesucristo, para producir un efecto sobrenatural en nuestra alma. En ellos, Jesús actúa verdaderamente: en el Bautismo nos limpia y nos hace hijos de Dios; en la Eucaristía nos alimenta con su Cuerpo y su Sangre; en la Confesión nos perdona; y así, en cada sacramento, nos da una gracia especial para vivir como cristianos (Jn 3,5; Jn 6,54; Jn 20,22-23; CIC 1113, 1210).

Los sacramentos forman parte de la economía sacramental, es decir, del modo en que Cristo comunica hoy a la Iglesia los frutos de lo que una vez hizo en la cruz y en el sepulcro: La Redención. Jesús murió y resucitó una vez para salvarnos; por medio de la liturgia y de los sacramentos, esa salvación llega realmente a nuestra vida concreta. Por eso, cada sacramento es un encuentro con Cristo vivo, que actúa en su Iglesia y comunica su gracia (CIC 1076, 1084, 1115).

Cristo instituyó los sacramentos porque sabe que somos cuerpo y alma. Necesitamos signos visibles para recibir y comprender lo invisible. Por eso utiliza realidades sencillas —agua, pan, vino, aceite, palabras y gestos— para darnos algo mucho más grande: su gracia en el alma. En la celebración sacramental, esas palabras y acciones no solo “representan” una gracia, sino que la realizan por el poder de Cristo (CIC 1084, 1153).

Los sacramentos son necesarios para la salvación porque nos comunican la gracia santificante, nos unen a Cristo y nos hacen participar de la vida de Dios.

Algunos nos dan por primera vez esa vida divina, como el Bautismo; otros la fortalecen, la alimentan o la restauran cuando se ha perdido por el pecado. Por eso no son un “extra” de la vida cristiana, sino los medios ordinarios que Cristo quiso dejar a su Iglesia para santificarnos y conducirnos al Cielo (Mc 16,16; Jn 3,5; CIC 1129, 1257).

Ideas para platicar con tu hijo

Así como a ti te alegra encontrar en tu lonchera un mensaje de mamá, con un dulce o chocolate que te hace sentir querido y acompañado, los sacramentos son como regalos que Jesús nos dejó para que nunca nos sintamos solos.

Jesús usa cosas que podemos ver, como el agua, el pan o el aceite, para darnos algo que no vemos, pero que es real: su gracia en el alma. Cada sacramento nos da una ayuda especial para vivir como hijos de Dios. Es como un “power-up” para seguir adelante, el agua que necesitamos para la carrera de la vida cristiana.

Celebración de los sacramentos

En todo sacramento actúa Jesucristo. Él es el ministro principal, porque es quien comunica la gracia; la persona que lo administra —obispo, sacerdote, diácono o, en algunos casos, otra persona— actúa como instrumento de Cristo y de la Iglesia. Por eso los sacramentos no dependen de la santidad personal del ministro, sino del poder de Cristo que actúa en ellos (CIC 1127-1128).

Para que un sacramento sea válido, debe celebrarse con la materia y la forma propias: la materia es el signo visible, como el agua, el pan, el vino o el aceite; la forma son las palabras que acompañan ese signo. Además, el ministro debe tener la intención de hacer lo que hace la Iglesia, respetando el sentido que Cristo quiso dar a cada sacramento (CIC 1125, 1153).

La eficacia de los sacramentos viene de Cristo mismo. La Iglesia enseña que actúan ex opere operato, es decir, "por el hecho mismo de que la acción sacramental se realiza" según la intención de la Iglesia. Por eso, su valor no depende de que el ministro sea más o menos santo, sino del poder de Dios que actúa en ellos.

También importa la disposición de quien recibe el sacramento. Dios respeta la libertad humana: por eso, en los adultos se requiere intención, fe y apertura a la gracia. Los sacramentos tienen eficacia propia, pero sus frutos son más abundantes cuando se reciben con buena disposición, conversión del corazón y deseo sincero de unirse a Dios (CIC 1128-1129).

Además, tres sacramentos —Bautismo, Confirmación y Orden sacerdotal— imprimen en el alma un carácter sacramental, una especie de sello espiritual permanente. Este sello configura a la persona con Cristo de una manera especial y permanece para siempre; por eso estos sacramentos no se repiten. El Bautismo nos marca como hijos de Dios, la Confirmación nos fortalece como testigos de Cristo, y el Orden configura al sacerdote para servir a la Iglesia en nombre de Cristo (CIC 1121).

CIC

"La sangre y el agua que brotaron del costado traspasado de Jesús crucificado son signos del Bautismo y de la Eucaristía, sacramentos de la vida nueva." ***CIC 1225***

Los 7 Sacramentos

En total, la Iglesia reconoce siete sacramentos: Bautismo, Confirmación, Eucaristía, Penitencia o Confesión, Unción de los enfermos, Orden sacerdotal y Matrimonio. Acompañan las grandes etapas de la vida cristiana: nacimiento, crecimiento, alimento, curación, misión y entrega. En el centro de todos está la Eucaristía, porque en ella está presente el mismo Cristo, autor de todos los sacramentos (CIC 1113, 1210-1211).

La Iglesia agrupa los siete sacramentos en tres grandes familias: sacramentos de iniciación cristiana, sacramentos de curación y sacramentos al servicio de la comunión. Así acompañan toda la vida del cristiano: nacimiento, crecimiento, alimento, perdón, sanación, misión y entrega (CIC 1113, 1210).

Sacramentos de Iniciación Cristiana

Bautismo

El Bautismo es la puerta de la vida cristiana. Por él nacemos a la vida nueva en Cristo, se borra el pecado original, recibimos la gracia santificante y somos incorporados a la Iglesia. Jesús mismo enseñó la necesidad de este nuevo nacimiento cuando dijo: “El que no nazca del agua y del Espíritu no puede entrar en el Reino de Dios” (Jn 3,5), y mandó a sus apóstoles bautizar “en el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo” (Mt 28,19; CIC 1213, 1257).

- **Materia**: agua.
- **Forma**: “Yo te bautizo en el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo”.
- **Ministro**: ordinariamente obispo, sacerdote o diácono; en caso de necesidad, cualquier persona con intención de hacer lo que hace la Iglesia.
- **Sujeto**: toda persona no bautizada.

Confirmación

La Confirmación perfecciona la gracia del Bautismo y fortalece al cristiano con los dones del Espíritu Santo para vivir y defender la fe con mayor madurez. En los Hechos de los Apóstoles vemos cómo los apóstoles imponían las manos a los bautizados, y “recibían el Espíritu Santo” (Hch 8,17), signo que la Iglesia reconoce como fundamento de este sacramento (CIC 1285, 1302-1305).

- **Materia**: unción con el Santo Crisma en la frente e imposición de manos.
- **Forma**: “Recibe por esta señal el don del Espíritu Santo”.
- **Ministro**: ordinariamente el obispo; en algunos casos, un sacerdote delegado.
- **Sujeto**: todo bautizado que aún no ha sido confirmado.

Eucaristía

La Eucaristía es el sacramento central de la vida cristiana, porque en ella está verdadera, real y sustancialmente presente Jesucristo: su Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad. Jesús la instituyó en la Última Cena cuando tomó el pan y dijo: “Esto es mi cuerpo”, y luego tomó el cáliz diciendo: “Esta es mi sangre de la alianza” (Mt 26,26-28). Por eso la Eucaristía es memorial del sacrificio de la Cruz y alimento del alma; quien come su carne y bebe su sangre tiene vida eterna (Jn 6,54; CIC 1324, 1374).

- **Materia**: pan de trigo y vino de vid.
- **Forma**: las palabras de la consagración.
- **Ministro**: solo el obispo o el sacerdote válidamente ordenado.
- **Sujeto**: todo bautizado en estado de gracia y con la debida preparación.

Sacramentos de Curación

Penitencia o Reconciliación

La Penitencia perdona los pecados cometidos después del Bautismo. Cristo dejó a la Iglesia el poder de perdonar los pecados cuando dijo a los apóstoles: "A quienes perdonen los pecados, les quedan perdonados" (Jn 20,22-23). Para recibirlo bien se necesita arrepentimiento, confesión sincera y propósito de reparar el daño causado (CIC 1422, 1446, 1451-1460).

- **Materia**: los actos del penitente: contrición, confesión y satisfacción.
- **Forma**: "Yo te absuelvo de tus pecados en el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo".
- **Ministro**: sacerdote con facultad de absolver.
- **Sujeto**: todo bautizado.

Unción de los Enfermos

La Unción de los Enfermos fortalece al cristiano en la enfermedad grave o en la vejez. La Carta de Santiago muestra esta práctica desde la Iglesia apostólica al decir: "¿Está enfermo alguno de ustedes? Llame a los presbíteros de la Iglesia, que oren sobre él y lo unjan con óleo en el nombre del Señor" (St 5,14). Este sacramento une al enfermo a la Pasión de Cristo, le concede consuelo, paz y ánimo, y puede traer también el perdón de los pecados y, si conviene a su salvación, la salud corporal (St 5,14-15; CIC 1499, 1520-1523).

- **Materia**: óleo de los enfermos e imposición de manos.
- **Forma**: la oración litúrgica propia que pide la gracia, la salud y el perdón.
- **Ministro**: solo el sacerdote u obispo.
- **Sujeto**: el fiel que comienza a estar en peligro por enfermedad grave o vejez.

Sacramentos de Servicio a la Comunidad

Orden Sacerdotal

El Orden sacerdotal permite que la misión confiada por Cristo a los apóstoles continúe en la Iglesia. Jesús les dio una participación especial en su misión cuando dijo: "Como el Padre me envió, también yo los envío" (Jn 20,21), y en la Última Cena les mandó: "Hagan esto en memoria mía" (Lc 22,19). Por este sacramento, algunos hombres son configurados con Cristo para servir al pueblo de Dios mediante la enseñanza, la santificación y el gobierno pastoral (CIC 1536, 1547, 1554).

- **Materia**: imposición de manos del obispo.
- **Forma**: oración consagratoria propia.
- **Ministro**: solo el obispo.
- **Sujeto**: varón bautizado que reúna las condiciones requeridas por la Iglesia.

Matrimonio

El Matrimonio es la alianza de amor entre un hombre y una mujer, elevada por Cristo a sacramento entre bautizados. Jesús confirmó el plan original de Dios cuando enseñó que “lo que Dios unió, que no lo separe el hombre” (Mt 19,6). San Pablo presenta además este amor matrimonial como signo del amor de Cristo por la Iglesia, llamada a ser amada con una entrega fiel, total y fecunda (Ef 5,25-32; CIC 1601, 1614, 1641).

- **Materia**: el consentimiento y la entrega mutua de los esposos.
- **Forma**: la manifestación libre del consentimiento matrimonial.
- **Ministro**: en el rito latino, los mismos esposos; el sacerdote o diácono es testigo cualificado de la Iglesia.
- **Sujeto**: un hombre y una mujer bautizados, libres de impedimento.

¿Quiéres saber más?

Resúmenes de Fe Cristiana
Tema 17 La Liturgia y los Sacramentos
Temas 18 - 26 7 Sacramentos

Rutina de Pensamiento
Antes - Ahora - Después

Tema(s)

Antes ¿Qué sé o opino sobre el tema?	**Ahora** ¿Qué sé ahora que no sabía antes?

Después

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **vida personal**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **familia**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

El sacramento de la Reconciliación

El sacramento de la Penitencia es el medio que **Cristo dejó a su Iglesia para perdonar los pecados** cometidos después del Bautismo y reconciliar al hombre con Dios. No es solo un acto humano de arrepentimiento, sino un verdadero encuentro con la misericordia divina, donde Dios restaura la vida de la gracia en el alma (CIC 1446).

Jesús, durante su vida, no solo enseñó la necesidad de la conversión, sino que **acogía a los pecadores** y los reconciliaba con el Padre. Después de resucitar, instituyó este sacramento al dar a los apóstoles el poder de perdonar los pecados: "Recibid el Espíritu Santo; a quienes perdonéis los pecados, les quedan perdonados" (Jn 20,22-23) . Este poder continúa hoy en la Iglesia a través de los obispos y sacerdotes.

Una imagen muy clara de este sacramento es la **parábola del hijo pródigo** (Lc 15,11-32): el hijo se aleja, pierde todo, pero cuando vuelve arrepentido, el padre no lo rechaza, sino que corre a abrazarlo, lo perdona y le devuelve su dignidad. Así actúa Dios en la confesión: no humilla, sino que levanta, perdona y restaura.

Por eso, este sacramento también se llama de conversión, de confesión, de perdón y de reconciliación, porque realiza en el alma ese regreso a Dios y esa recuperación de la amistad perdida (CIC 1423-1424) .

Sus **efectos** son profundos: perdona los pecados, reconcilia con Dios y con la Iglesia, devuelve la gracia si se había perdido, da paz a la conciencia, consuelo espiritual y nueva fuerza para luchar contra el pecado. No es solamente "quedar en paz", sino recibir una verdadera medicina para el alma, que nos levanta y nos fortalece para seguir caminando (Compendio, 310; CIC 1468-1470).

Ideas para platicar con tu hijo

Puedes explicarle que la confesión es como cuando se ensucia mucho una camiseta blanca. Aunque dé pena enseñarla, llevarla a lavar es lo que permite que quede limpia otra vez. El alma también puede ensuciarse con el pecado, y Jesús nos dejó la confesión para limpiarla, curarla y llenarla otra vez de luz.

También puedes decirle: "Cuando te confiesas, Jesús no te regaña como alguien enojado; te recibe como el papá del hijo pródigo. Te escucha, te perdona y te ayuda a empezar de nuevo". Para hacerlo concreto, puedes enseñarle tres preguntas sencillas antes de confesarse: ¿Qué hice mal? ¿A quién lastimé? ¿Cómo puedo reparar o hacerlo mejor la próxima vez?

Pasos de la confesión

La estructura del sacramento está formada por dos elementos: **los actos del penitente y la absolución del sacerdote.** Los actos del penitente son la contrición, la confesión y la satisfacción; y la absolución es el perdón sacramental dado por el sacerdote en nombre de Cristo (CIC 1448; Compendio, 302).

Contricción

La contrición es el dolor del alma por haber pecado, unido al propósito de no volver a pecar. No basta con decir "me cacharon" o "me fue mal por lo que hice"; se trata de reconocer que hemos ofendido a Dios, que nos ama. Por ejemplo, un niño puede entenderlo como cuando lastima a alguien que quiere y le pesa de verdad haberlo hecho. La contrición puede nacer del amor a Dios o del reconocimiento del daño que causa el pecado (CIC 1451-1453).

Confesión

La confesión consiste en decir los pecados al sacerdote con sinceridad. Para prepararse, conviene hacer antes un examen de conciencia: revisar la propia vida a la luz de los Mandamientos, del Evangelio y de las responsabilidades concretas de cada uno. En la confesión no se trata de contar historias largas ni justificar todo, sino de decir con humildad los pecados cometidos, especialmente los mortales, indicando lo necesario para que el confesor pueda orientar y absolver (CIC 1454-1456).

Penitencia

La satisfacción o penitencia es el acto que el sacerdote pide realizar después de la confesión. Puede ser, por ejemplo, rezar una oración, pedir perdón a alguien, devolver algo, reparar un daño o hacer una obra buena. La absolución quita el pecado, pero no siempre desaparecen de inmediato todos los desórdenes que el pecado dejó; por eso la penitencia ayuda a sanar, reparar y ordenar de nuevo el corazón (CIC 1459).

Finalmente, el sacerdote da la absolución, diciendo las palabras esenciales: "Yo te absuelvo de tus pecados en el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo". En ese momento no es simplemente el sacerdote quien perdona: es Cristo quien actúa por medio de él. Por eso la confesión no es solo una conversación humana, sino un verdadero encuentro con la misericordia de Dios (CIC 1465; Compendio, 307).

> *"Dios no se cansa nunca de perdonar; somos nosotros los que nos cansamos de pedir perdón".* ***Papa Francisco***

El pecado

El pecado es un acto libre —de pensamiento, palabra, obra u omisión— contrario a la ley de Dios. En el fondo, pecar es alejarse de Dios y preferir de manera desordenada algo creado antes que a Él. Por eso no es "romper una regla" sino dañar nuestra amistad con Dios (CIC 1849-1850).

La Iglesia distingue entre pecado mortal y pecado venial.

El pecado **mortal** destruye la caridad en el corazón y priva al alma de la gracia santificante. Para que haya pecado mortal deben darse tres condiciones al mismo tiempo: materia grave, pleno conocimiento y consentimiento deliberado. Es decir, que se trate de algo serio, que la persona sepa que está mal y que aun así lo elija libremente (CIC 1857-1861).

El pecado **venial** no rompe completamente la amistad con Dios, pero la debilita. Es como una herida o enfermedad del alma: no mata la vida de la gracia, pero enfría el amor, debilita la voluntad y puede ir acostumbrando al corazón a decirle "no" a Dios en cosas cada vez más serias (CIC 1862-1863).

Por eso la confesión es necesaria cuando hay pecado mortal y muy recomendable también cuando solo hay pecados veniales. Confesarse con frecuencia ayuda a formar la conciencia, luchar contra las malas inclinaciones, dejarse curar por Cristo y crecer en la vida espiritual (CIC 1457-1458).

Preguntas frecuentes

¿Por qué confesarme con un sacerdote y no directamente con Dios?
Porque Jesús quiso que su perdón llegara a nosotros a través de la Iglesia. Después de resucitar, dio a los apóstoles el poder de perdonar los pecados (Jn 20,22-23), lo cual implica que debían escucharlos. Podemos pedir perdón a Dios en cualquier momento, pero en la confesión recibimos con certeza su perdón a través del sacerdote, que actúa en nombre de Cristo

¿Por qué confesarme con un sacerdote si también es pecador?
Porque el sacerdote no perdona por ser perfecto, sino porque Cristo actúa a través de él. Su debilidad no impide la eficacia del sacramento, ya que el perdón viene de Dios. Así, aunque el sacerdote sea pecador, cuando absuelve, es Jesús mismo quien perdona.
¿Cada cuánto es necesario confesarse?
La Iglesia pide confesarse al menos una vez al año. Sin embargo, es muy recomendable hacerlo con frecuencia, incluso sin pecado mortal, porque la confesión fortalece el alma, ayuda a mejorar y da gracia para evitar el pecado.

¿Los niños pequeños cometen pecado mortal?
Normalmente no, porque todavía están formando su conciencia y no suelen tener pleno conocimiento, consentimiento o entendimiento de la materia grave. Aun así, conviene ayudarles a distinguir qué sí es pecado y qué no, con delicadeza y sin provocar escrúpulos.

¿Quiéres saber más?

Resúmenes de Fe Cristiana
Tema 22 - 23. La penitencia
Tema 31. El pecado personal

Rutina de Pensamiento
Antes - Ahora - Después

Tema(s)

Antes ¿Qué sé o opino sobre el tema?	**Ahora** ¿Qué sé ahora que no sabía antes?

Después

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **vida personal**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **familia**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

La Eucaristía

En la Eucaristía se encuentra **uno de los misterios más profundos de nuestra fe**: Jesucristo mismo se hace realmente presente. Lejos de una presencia simbólica, como lamentablemente mucho catolico creen, o de un simple recuerdo de la Última Cena, creemos que la presencia de Jesús es verdadera, real y sustancial en cada Misa. La Iglesia enseña que en el Santísimo Sacramento está contenido "verdadera, real y sustancialmente el Cuerpo y la Sangre, junto con el alma y la divinidad de nuestro Señor Jesucristo" (CIC 1374).

Esto significa que **en la Eucaristía está Cristo todo entero**: no solo una parte de Él, ni solo su fuerza espiritual, sino su Persona completa. El mismo Jesús que nació de la Virgen María, murió en la cruz, resucitó y está glorioso junto al Padre, se hace presente bajo las especies del pan y del vino. Por eso, cuando estamos ante la Eucaristía, no estamos ante algo, sino ante Alguien: Jesús vivo, Dios verdadero y hombre verdadero (CIC 1374).

Este misterio se realiza por la transubstanciación. En la consagración, toda la substancia del pan se convierte en el Cuerpo de Cristo, y toda la substancia del vino se convierte en su Sangre, mientras permanecen las apariencias del pan y del vino. El Catecismo, siguiendo al Concilio de Trento, llama a este cambio "transubstanciación" (CIC 1376).

Por eso, **la presencia eucarística no se conoce por los sentidos, sino por la fe**. Los ojos ven pan, el tacto siente pan y el gusto percibe pan; pero la fe escucha a Cristo, que dijo: "Esto es mi Cuerpo" y "Esta es mi Sangre" (Mt 26,26-28). Santo Tomás de Aquino lo expresa en el Adoro te devote: "La vista, el tacto y el gusto se engañan en Ti, pero basta el oído para creer con firmeza". Creemos porque Cristo lo dijo, y nada es más verdadero que su palabra (CIC 1381).

Además, **Cristo está presente todo entero en cada especie eucarística** y en cada parte de ella. Esto significa que, aunque la hostia se parta, Cristo no se divide; está entero en cada fragmento. También es una presencia permanente: después de la consagración, Jesús permanece realmente presente mientras subsistan las especies eucarísticas. Por eso la Iglesia conserva la Eucaristía en el sagrario y la adora también fuera de la Misa (CIC 1377-1378).

La Consagración

El momento central de la Misa es la consagración. Allí el sacerdote, actuando en la persona de Cristo, pronuncia las mismas palabras que Jesús dijo en la Última Cena: "Esto es mi Cuerpo" y "Esta es mi Sangre" (Mt 26,26-28). No son palabras meramente narrativas o recordatorias, sino palabras eficaces:

realizan lo que significan, porque es Cristo mismo quien actúa por medio del sacerdote.

En ese instante sucede el milagro más grande de la Misa: **el pan y el vino se convierten verdaderamente en el Cuerpo y la Sangre de Cristo.** Exteriormente no cambia nada, porque permanecen las apariencias; pero en la realidad más profunda ocurre una conversión única y sobrenatural. Por eso la consagración exige silencio, adoración y fe. No vemos el cambio con los ojos, pero lo reconocemos por la palabra de Jesús y por la fe de la Iglesia (CIC 1376, 1381).

La consagración también nos introduce en el sacrificio de Cristo. En la Misa no se repite la cruz, sino que el único sacrificio.

de Jesús se hace sacramentalmente presente. El mismo Cristo que se ofreció al Padre en el Calvario se ofrece ahora sobre el altar de modo incruento. Por eso la Eucaristía es, al mismo tiempo, memorial del sacrificio de la cruz y banquete sagrado de comunión con el Señor (CIC 1382; Compendio 287).

Este momento puede ayudar mucho a vivir la Misa con más conciencia. Cuando el sacerdote eleva la hostia y el cáliz, no estamos ante un símbolo de Jesús, sino ante Jesús mismo. Por eso la Iglesia nos invita a arrodillarnos, guardar silencio y hacer un acto de fe interior, como: "Señor mío y Dios mío", o "Jesús, creo que estás aquí". La adoración eucarística nace precisamente de esta fe en la presencia real de Cristo (CIC 1378).

CIC

"La Eucaristía es el centro y culmen de la vida cristiana".
(CIC 1324)

¿Por qué creemos esto?
El discurso del Pan de Vida

La fe de la Iglesia en la presencia real de Cristo en la Eucaristía no **nace de** una costumbre piadosa, sino de **la misma Escritura**. Entre los pasajes bíblicos que fundamentan esta verdad, uno de los más importantes es el discurso del Pan de Vida, en el capítulo 6 del Evangelio de san Juan. Allí Jesús prepara a sus oyentes para comprender que Él no viene solo a enseñar una doctrina, sino a darse a sí mismo como alimento verdadero para la vida del mundo (Jn 6,51).

Después de la multiplicación de los panes, la gente busca a Jesús porque ha comido hasta saciarse. Él aprovecha esa ocasión para elevar su mirada: no deben buscar solo el pan que alimenta el cuerpo, sino el alimento que da vida eterna. **Entonces comienza a revelar algo cada vez más profundo**: primero dice que Él es el "pan bajado del cielo" y después afirma con claridad: "El pan que yo daré es mi carne para la vida del mundo" (Jn 6,51).

La reacción de sus oyentes es muy importante. Ellos no entienden sus palabras como una simple metáfora, sino que preguntan: "¿Cómo puede éste darnos a comer su carne?" (Jn 6,52). Si Jesús hubiera querido hablar solo en sentido simbólico, este habría sido el momento de aclararlo. Sin embargo, no corrige esa interpretación; al contrario, insiste con más fuerza: "Si no comen la carne del Hijo del Hombre y no beben su sangre, no tienen vida en ustedes" (Jn 6,53).

Jesús continúa diciendo: **"Mi carne es verdadera comida y mi sangre verdadera bebida"** (Jn 6,55). Esta expresión es especialmente fuerte, porque no dice que su carne representa comida, sino que es verdadera comida. Con estas palabras, Jesús nos introduce en el misterio de la Eucaristía: Él quiere ser recibido realmente, no solo recordado. La Comunión será precisamente ese modo maravilloso en que Cristo se entrega como alimento del alma (Jn 6,54-56; CIC 1382).

El discurso termina mostrando que esta enseñanza no fue fácil de aceptar. Muchos discípulos dijeron: "Este lenguaje es duro, ¿quién puede escucharlo?" (Jn 6,60), y desde entonces dejaron de seguirlo (Jn 6,66). Jesús no los detuvo para decirles que lo habían entendido mal; dejó que su enseñanza permaneciera tal como la había dicho. Entonces preguntó a los Doce: "¿También ustedes quieren irse?" (Jn 6,67), y Pedro respondió con fe: "Señor, ¿a quién iremos? Tú tienes palabras de vida eterna" (Jn 6,68).

Por eso, ante la Eucaristía, nuestra actitud se parece a la de Pedro. **Tal vez no comprendemos del todo cómo puede suceder este misterio, pero creemos porque Jesús lo dijo.** La fe eucarística consiste en confiar más en la palabra de Cristo que en lo que alcanzan nuestros sentidos. Los ojos ven pan, pero la fe reconoce al Señor; y esa fe se apoya en sus palabras: "Mi carne es verdadera comida y mi sangre verdadera bebida" (Jn 6,55; CIC 1381).

Implicaciones para nuestra vida cristiana

Si la Eucaristía es realmente Jesús, entonces la Misa no puede vivirse como una rutina. Cada consagración es un momento de encuentro con Cristo vivo. Ahí está el Señor que nos ama, que se entrega por nosotros y que quiere alimentar nuestra alma. Por eso la Eucaristía es "fuente y culmen de toda la vida cristiana" (CIC 1324).

La Comunión no **es** simplemente "recibir una hostia", sino **recibir a Cristo mismo**. Jesús dijo: "El que come mi carne y bebe mi sangre tiene vida eterna" (Jn 6,54). Así como el alimento sostiene la vida del cuerpo, la Eucaristía sostiene la vida del alma, acrecienta la gracia, fortalece la caridad, perdona los pecados veniales y nos preserva de pecados graves (CIC 1391-1395).

La Eucaristía también nos une más profundamente con la Iglesia, porque quienes reciben el mismo Cuerpo de Cristo son incorporados más íntimamente a su Cuerpo místico. **No comulgamos solo para tener un momento personal con Jesús, sino para unirnos más a Él** y, en Él, a nuestros hermanos. Por eso el Catecismo enseña que la Eucaristía hace la Iglesia y fortalece la unidad del Cuerpo de Cristo (CIC 1396).

Esta verdad transforma nuestra manera de vivir la Misa. Si creemos que Jesús está realmente presente, entonces nuestra actitud cambia: cuidamos el silencio, la atención, la reverencia y la disposición interior. San Pablo advierte que no debemos recibir el Cuerpo del Señor indignamente, sino examinarnos antes de comulgar (1 Co 11,27-29). Por eso, quien tiene conciencia de pecado mortal debe acudir antes al sacramento de la Reconciliación (CIC 1385).

La presencia real también explica por qué adoramos la Eucaristía. Si Jesús está realmente presente, entonces tiene sentido arrodillarse, guardar silencio, visitar el sagrario, hacer adoración eucarística y cuidar nuestra forma de comulgar. No se trata de formalismos externos, sino de actos de fe y amor hacia Aquel que está realmente presente. **La Iglesia tributa culto de adoración al Santísimo Sacramento tanto durante la Misa como fuera de ella** (CIC 1378).

Por eso, formar a los hijos en la fe eucarística es enseñarles a **mirar la Misa de otra manera.** No van solo a "portarse bien" o a "cumplir", sino a encontrarse con Jesús. Y cuando aprenden que en la consagración Jesús se hace presente de verdad, pueden empezar a vivir la Misa con más atención, respeto y amor.

¿Quiéres saber más?

Resúmenes de Fe Cristiana
Tema 19 - 21. La eucaristía

Ideas para platicar con tu hijo

1. También puedes decirle que Jesús quiso quedarse tan cerca de nosotros que se hizo alimento. Así como el cuerpo necesita comida para crecer y tener fuerza, el alma necesita a Jesús para amar, obedecer, perdonar y vivir como hijo de Dios. Por eso comulgar no es cualquier cosa: es recibir a Jesús en el corazón.

2. Puedes explicarle que, en la Misa, hay un momento muy especial llamado consagración. En ese momento, cuando el sacerdote dice las palabras de Jesús —"Esto es mi Cuerpo" y "Esta es mi Sangre"—, el pan y el vino se convierten en Jesús. Aunque nuestros ojos sigan viendo pan, la fe nos dice que ahí está Jesús de verdad.

Rutina de Pensamiento
Antes - Ahora - Después

Tema(s)

Antes ¿Qué sé o opino sobre el tema?	**Ahora** ¿Qué sé ahora que no sabía antes?

Después

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **vida personal**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **familia**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

Anexo
Plática Matrimonios



NUESTRA VIDA CRISTIANA FAMILIAR

Orientaciones para un plan de formación cristiano

Aprovecha este formato para plasmar ideas concretas de cómo **cultivar el amor a Dios** en tú familia.

ELEMENTOS PARA TU PLAN DE FORMACIÓN

- **REFLEXIONEN JUNTOS**
- **DISEÑEN UN PLAN**
- **COLABOREN CON NOSOTROS**

“Haced de vuesto hogar un lugar luminoso y alegre”
San Josemaría Escrivá

REFLEXIONEN JUNTOS

Dediquen un tiempo para reflexionar sobre estas preguntas u otras inquietudes e identifcar áreas de mejora en la manera en que viven la Fe en Familia.

VIDA EUCARISTÍCA

"La Eucaristía es fuente y culmen de toda la vida cristiana."

(Catecismo de la Iglesia Católica, n. 1324)

¿Cómo vivimos la **Misa dominical**?, ¿la tratamos como una verdadera prioridad en nuestra semana?, ¿entiendo lo que sucede en la celebración eucarística y el valor real de la **Comunión**?, ¿acompañamos a nuestros hijos **explicándoles** el significado de la Eucaristía y qué hacer después de comulgar?, ¿platicamos en familia acerca del Evangelio o la homilía y cómo aplicarla a nuestra vida?, ¿hemos pensado en algún recurso para ayudarlos a vivir la Misa (misal para niños o adolescentes, lecturas breves, etc.)?, ¿suelo perder la paz por mantener el **comportamiento** de los niños en Misa?

DISEÑEN UN PLAN

IDEAS, DUDAS, ¿QUÉ? ¿QUIÉN?¿CÓMO?¿CUÁNDO?

FORMACIÓN CRISTIANA

"Nadie puede dar lo que no tiene en su corazón."

(Benedicto XVI, Discurso a Educadores Católicos, 10 abril 2008)

¿Qué imagen tengo de Dios: lo reconozco como **Padre** cercano y amigo?, ¿me siento realmente parte de la **Iglesia** o más como un espectador?, ¿he buscado estudiar la doctrina cristiana para resolver dudas y profundizar en mi fe?, ¿he participado en actividades de **formación cristiana** para padres que ofrece el colegio, parroquia o algún otro medio?, ¿reconozco mi papel como **primer educador** en la fe de mis hijos, o lo delego inconscientemente en la institución?, ¿me considero un ejemplo a seguir en cuánto mi fe cristiana? , ¿cómo podría yo vivir más cerca de Dios hoy?

DISEÑEN UN PLAN

IDEAS, DUDAS, ¿QUÉ? ¿QUIÉN?¿CÓMO?¿CUÁNDO?

REFLEXIONEN JUNTOS

Dediquen un tiempo para reflexionar sobre estas preguntas u otras inquietudes e identifcar áreas de mejora en la manera en que viven la Fe en Familia.

PRÁCTICAS DE PIEDAD

"Es en la familia donde se aprende a conocer y amar a Dios."

(Benedicto XVI, Homilía en Valencia, 8 julio 2006)

¿Mis hijos me ven **rezar** y tratar a Dios como amigo?, ¿cómo hacemos presente a Dios en nuestra vida cotidiana?, ¿solemos **rezar juntos** en casa en diferentes momentos del día: al despertar, antes de comer, en los trayectos o al acostarse?, ¿tenemos el hábito familiar de **confesarnos** con cierta regularidad?, ¿fomentamos el cariño al **Papa**, por ejemplo, rezando por él y sus intenciones?, ¿la **ambientación física** de nuestra casa refleja un hogar cristiano (crucifijo, Virgen, signos visibles de fe)?

DISEÑEN UN PLAN

IDEAS, DUDAS, ¿QUÉ? ¿QUIÉN?¿CÓMO?¿CUÁNDO?

VIDA CRISTIANA

"En verdad os digo que cuanto hicisteis a uno de estos mis hermanos más pequeños, a mí me lo hicisteis".

(Mateo 25, 40)

¿Nuestro trato y el **ambiente** en casa reflejan verdaderamente nuestra fe cristiana?, ¿participamos en alguna **obra de servicio** o apostolado (parroquia, comunidad, club, actividades del Liceo)? ¿Somos conscientes de que el modo en que nos tratamos y tratamos a nuestros hijos es su primera imagen del **amor paterno de Dios**?, ¿sabemos pedirnos **perdón** cuando nos equivocamos?, ¿nuestros hijos han aprendido a pedir perdón y reconciliarse con sencillez?, ¿el amor se percibe en nuestros gestos, palabras y en el tono con el que hablamos?, ¿c, ¿ayudamos a nuestros hijos a cuidar lo que tienen, valorarlo y ser agradecidos?

DISEÑEN UN PLAN

IDEAS, DUDAS, ¿QUÉ? ¿QUIÉN?¿CÓMO?¿CUÁNDO?

Anexo
Plática Padres y Padrinos

Tema(s)

LA MISA

Antes
¿Qué sé o opino sobre el tema?

Ahora
¿Qué sé ahora que no sabía antes?

Después

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **vida personal**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

¿Cómo puedo aplicarlo en mi **familia**?

¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo?

Anexo
Plática Padres y Padrinos

¿Qué significa ser Cristiano?

Ser una **buena Persona**

Ir a Misa
Poner atención
Guardar Silencio

¿Qué significa ser Cristiano?

Ser una **buena persona**

Un estudio en USA identifica las creencias comunes de los adolescentes:

1. Existe un dios creador que cuida del mundo.
2. Dios quiere que las personas sean buenas, amables y justas.
3. El objetivo de la vida es ser feliz y sentirse bien.
4. Dios solo es necesario cuando hay problemas.
5. Las personas buenas van al cielo al morir.

Smith & Denton (2005)

Jesús enseñó un camino mucho más exigente

Amar a Dios sobre todas las cosas: "El que ama a su padre o a su madre más que a mí no es digno de mí." (Mt 10,37)

Amar a los enemigos: "Amen a sus enemigos y oren por los que los persiguen." (Mt 5,44)

Tener vida eucarística: "Si no comen la carne del Hijo del Hombre y no beben su sangre, no tendrán vida en ustedes." (Jn 6,53)

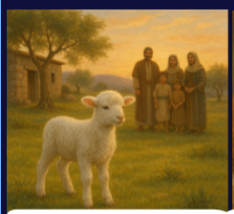
Renuncia: "Si tu mano te es ocasión de pecado, córtatela; más te vale entrar manco en la Vida que ir con las dos manos al infierno." (Mc 9,43)

Sacrificio: "El que no toma su cruz y me sigue, no es digno de mí." (Mt 10,38)

¿Qué tienen en común las Religiones?

"El corazón de la **religión** es la **adoración** y el corazón de la adoración es el **sacrificio**".

El Sacrificio Judío



Se elegía un cordero sin **defecto**



Se **degollaba** en el templo y se recogía su sangre.



La sangre se **derramaba** en el Altar en expiación de los pecados.



La Familia **consumía** el cordero la noche de Pascua, participando de la liberación de sus padres de la esclavitud.

Anexo
Plática Padres y Padrinos

Vamos a la Misa a dar, no ha recibir

La Misa no se mide por cuánto **aprendí** o **sentí**, sino por lo que se ofreció a Dios.

Aunque Dios nos regale la comunión así como su palabra, **el centro no es lo que recibimos.**

El sacrificio, presente en todas las relaciones implica **salir de mi por ti.**

Si en vez de adorar a Dios yendo a misa hago cualquier otra cosa (naturaleza, yoga, etc.) ¿A quien estoy adorando?

¿Qué cambio Jescristo en la última Cena del Rito Judío?

La Misa

El Sacrificio Judío

La Consagración





Se **mataba** y recogía su sangre.

¿Quién es el Cordero en la Misa?

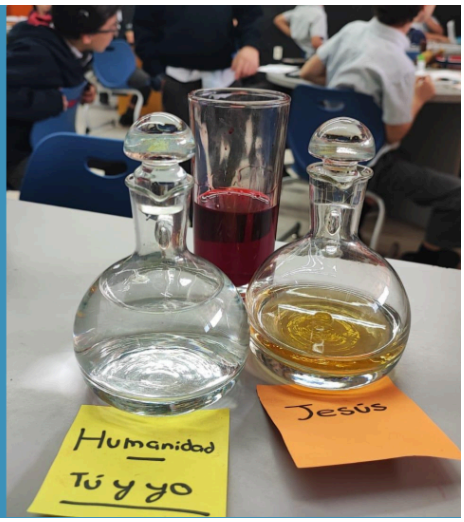
Jesús se ofrece en la Misa como cordero para dar Gloria al Padre

"Cordero de Dios que quitas el pecado del mundo..."

¿Para qué vino Jesús al mundo?
La vida de Jesús, su pasión, muerte y resurrección son, ante todo, un acto para glorificar al Padre.

Así como la Vida de Jesús, toda la Misa con sus oraciones van dirigidas a...
Dios Padre





Anexo
Plática Padres y Padrinos

Oración tras el Ofertorio

Sacerdote
Oren, hermanos, para que este sacrificio, **mío y de ustedes**, sea agradable a Dios, Padre todopoderoso.

Pueblo
El Señor reciba de tus manos este sacrificio, para **alabanza y gloria de su nombre**, para **nuestro bien y el de toda su santa Iglesia**. 1 2





Cristo se derrama por nosotros

Tomen y beban todo de él, porque este el cáliz de mi sangre, sangre de la nueva alianza nueva y eterna, que será **derramada por ustedes** y por muchos, para el perdón de los pecados.

¿Cómo puedo participar en Misa?
Comulgando



Anexo
Plática Padres y Padrinos

¿Qué significa ser Cristiano?

Ser Cristiano es
participar de la conversación entre el Padre y el Hijo... con nuestra vida, a través de la Misa.

La Misa no es una película
es una persona que me espera

Los detalles son la clave para construir el amor: lo hacen especial.

El descuido sistemático de los detalles es la perdición del amor.

"El corazón humano es tan mezquino que puede tratar de manera rutinaria el mayor milagro de amor."

Cuando como Familias cuidamos los detalles en Misa: la Misa se vueleve... especial.

REFLEXIONEN JUNTOS

Saquen ideas entre todos de cómo vivir mejor la Misa tanto personal como de manera familiar.

LECTURAS

"Cuando se leen las sagradas Escrituras en la Iglesia, Dios mismo habla a su pueblo."

- Pide al **Espíritu Santo** que entiendas el sentido de las palabras que escuches.
- El Evangelio es el mismo, **Jesucristo** hecho palabra y escritura vivo entre nosotros. Por eso lo escucharnos de pie, El Sacerdote, y tú puedes hacerlo también, reza en voz baja; Purifícame, Señor y dame tu luz para entender mejor tu Santo Evangelio y practicarlo.
- El Sacerdote besa el libro en señal de respeto,aceptación y amor a la palabra de Jesucristo. Que acompañes interiormente ese beso.

¿CÓMO VIVIRLO MEJOR?

OFERTORIO

Ofrecemos con el vino y el pan, todo nuestro trabajo para que Cristo lo transforme

- El pan y el vino que se ofrecen en la misa simbolizan todo lo que llevamos a Dios: nuestro **trabajo**, alegrías, dolores, sacrificios, esfuerzos y detalles de amor.
- Al ponerlos en el altar, también nos ofrecemos nosotros mismos, con nuestra vida entera, para decirle al Señor que queremos ser suyos y entregarle todo lo que somos y hacemos.
- Me puede servir imaginarme que estoy en esa agua que se ofrece a Dios.

¿CÓMO VIVIRLO MEJOR?

REFLEXIONEN JUNTOS

Saquen ideas entre todos de cómo vivir mejor la Misa tanto personal como de manera familiar.

CONSGRACIÓN

El pan y el vino se convierten en el Cuerpo y la Sangre de Cristo: el Cordero de Dios.

- El sacerdote "presta" ahora su voz y sus manos a Jesucristo. Y Jesús es Dios. Un día dijo: hágase la luz, y se hizo; que haya lumbreras en el firmamento del cielo, y se hicieron las estrellas (Ex 1, 1-15).
- Ahora dice: **esto es mi Cuerpo y ese trozo de pan se convierte en su cuerpo.** Puedes decirle mientras alza la Hostia lo que le dijo Santo Tomás: ¡Señor mío y Dios mío! Éste es el Cáliz de mi Sangre y el vino se convierte en su Sangre.
- Puedes decirle: ¡Sangre de Cristo, embriágame, empápame!

¿CÓMO VIVIRLO MEJOR?

COMUNIÓN

Participamos del sacrificio de Jesús por nosotros.

- EN LA COLA: ve rezando comuniones espirituales y el "Señor mío Jesucristo", preparando su llegada....
- EL CUERPO DE CRISTO, ¡**AMÉN**!: el Aménsignifica: así sea, así creo que es, sé que a quien tiene usted en sus manos es Cristo (aunque mis ojos vean un simple trozo de pan). El Amén es un gran acto de fe: dilo fuerte.
- TOCÓ TU **LENGUA** : cuenta el evangelio que un día le presentaron a Jesús un sordomudo Jesús, para curarle, le tocó la lengua y lo curó.También ahora te toca a ti la lengua; en cuanto tetoque dile: gracias, Señor, muchas gracias; ¡cúrame también a mí!

¿CÓMO VIVIRLO MEJOR?

2026 LICEO DEL VALLE / ELEMENTARY SCHOOL
Uso exclusivo para fines educativos dentro de la institución.
Queda prohibida su reproducción, distribución o adaptación sin autorización expresa.




EDUCATIVA COLEGIO DE EXCELENCIA
YO
SOY
LICEO