

Benjamín Martín Sánchez
Canónigo de la S.I. Catedral de Zamora

ACCIÓN DE GRACIAS

después de la Comunión

Detente a considerar:
¿A quién he recibido?

APOSTOLADO MARIANO
Recaredo, 44
41003 - SEVILLA

CON LICENCIA ECLESIASTICA

ISBN: 84.7770-620-4

D.L.: Gr. 332-2002

Impreso en España

PRESENTACIÓN

Querido lector:

Quiero hacerte presente que el fin que me ha movido a escribir este folleto han sido estas palabras de mi amigo el Sr. Codesal, Director del Apostolado Mariano de Sevilla:

«He observado que son poquísimos los que van a diario a Misa y de éstos y de los muchos que comulgan en los días festivos, una vez terminada la Misa y en el momento que el sacerdote se dirige a la sacristía, se salen casi todos de la iglesia sin dar gracias después de haber comulgado, y todos se largan a la calle, charlando unos con otros, sin respeto alguno al Señor que acaban de recibir.

»Es mucha la ignorancia de la gente, que comulgan porque ven comulgar a otros; pero ¿y la acción de gracias?... Pues si no hacemos oración en el momento de comulgar, cuando

tenemos a Jesús entre nosotros, ¿en qué otro momento del día la vamos a hacer?

»Mucho le agradecería compusiera un libro sobre este tema, que es fundamental».

Complaceré, pues, al amigo Codesal, por reconocer a la luz de la Biblia y de los muchos testimonios de santos (como iremos viendo) la gran importancia de la acción de gracias después de comulgar, y ¿cuánto tiempo debemos consagrar a esta acción de gracias?

Yo no voy a señalar el tiempo preciso, pues aunque sabemos de algunas almas santas que se pasaban media hora y hasta más de una hora orando en ese encuentro con el Señor al comulgar, bien creo que atendidas las circunstancias del tiempo, del lugar y del trabajo en que nos movemos, lo que si debiéramos hacer, recoger nuestros sentidos, despreocuparnos de las cosas que nos rodean y centrarnos en torno al Señor, que se ha dignado estar dentro de nosotros, por espacio de los más instantes posibles, al menos unos cinco o diez minutos, y gozar de su presencia, bajo la cual podemos luego seguir caminando durante el día y no dar así la sensación de personas completamente disipadas.

En este pequeño trabajo iré exponiendo qué es la Eucaristía para que todos nos demos cuenta de quién es el que vamos a recibir en la comunión, qué motivos movieron a Jesucristo

para instituir este sacramento, y, una vez recibido, tiene que establecerse forzosamente un diálogo entre Jesús y el que comulga y reconoceremos la necesidad de la acción de gracias eucarística, y entonces comprenderemos, a su vez, la gran importancia que es estar orando con el Señor el mayor tiempo posible.

Benjamín MARTÍN SÁNCHEZ

Zamora, 15 agosto 1992.

ACCIÓN DE GRACIAS EUCARÍSTICA

¿Qué es la Eucaristía?

La palabra «Eucaristía» quiere decir «acción de gracias» porque este sacramento es la mayor de las gracias y debemos recibirlo con las más vivas acciones de gracias.

La Eucaristía es la mayor de las gracias porque contiene bajo los accidentes del pan y del vino al que es la fuente y cúmulo de todas ellas. La Eucaristía es presencia real de Jesucristo entre nosotros, y de esta gran verdad debemos estar penetrados.

He aquí lo que el mismo Jesucristo nos dice al hablarnos de la promesa y luego de la institución de la Eucaristía:

«Yo soy el pan de vida..., el pan que ha bajado del cielo..., y el pan que Yo daré es mi carne para la vida del mundo, y (a los incrédulos de entonces, como a los de ahora, sigue repitiendo sin retractar su pensamiento): *«En verdad, en verdad os digo que si no comiereis la carne del Hijo del hombre y no bebiereis su sangre no tendréis vida en vosotros»* (Jn. 6,50-54).

Jesucristo nos habla aquí de un precepto riguroso de alimentarse de su carne y de su sangre, puesto que es bajo pena de no tener vida; estamos, pues, obligados a alimentarnos de ella. Pero ¿cómo podríamos cumplir este precepto, cómo comeríamos su carne y beberíamos su sangre, si su carne y su sangre no estuviesen realmente en la Eucaristía?

¿Qué ha prometido Jesús a los que comulgan? Les ha prometido la vida eterna, y así continua diciendo: *«El que come mi carne y bebe mi sangre, tiene la vida eterna y Yo le resucitaré en el último día. Porque mi carne es verdadero alimento, y mi sangre es verdaderamente bebida»* (Jn. 6,56).

Pero ¿cómo podría ser la carne de Jesucristo una verdadera comida, y su sangre una verdadera bebida, si la hostia consagrada no fuera más que pan, y el cáliz consagrado, no fuera más que vino? *«Aquél que come mi carne y bebe mi sangre, nos dice, vive en mí, y Yo en*

él. *Aquél que me come, vivirá por mí*» (Jn. 6,57-58).

«*Las palabras que os he dicho, son espíritu y vida*» (Jn. 6,64). Los judíos creían que Jesucristo les iba a dar de comer su carne de un modo material como se da en el mercado, no comprendían que era de un modo sacramental, pero real. Y habría que decirles: «Obcecados judíos, murmuráis y preguntáis cómo puede daros a beber su sangre! ¡Cuando os alimentó con la multiplicación de los panes, no preguntásteis de qué manera! En esto está el poder de Dios».

La víspera de su muerte (después de la cena legal), *«tomó Jesús el pan, lo bendijo, lo partió y lo dio a sus discípulos diciendo: Tomad y comed: ESTO ES MI CUERPO... Y tomando el cáliz, dio gracias, le bendijo y se lo dio, diciendo: Bebed todos de él; porque ésta es mi sangre, la sangre de la nueva alianza, que será derramada por muchos (para todos) en remisión de los pecados»*(Mt. 26,26-28).

Notemos que Jesucristo dijo: *«Esto es mi cuerpo, ésta es mi sangre»*. Y nos dijo: *ésta es figura de mi cuerpo y de mi sangre, como quieren los herejes...*

Oigamos ahora al apóstol San Pablo:

«El cáliz de bendición que bendecimos (o consagramos), ¿no es comunión de la sangre de Cristo? Y el pan que partimos, ¿no es co-

muni6n del cuerpo de Cristo? (1 Cor. 10,16).

Y observemos bien lo que a~ade el ap6stol: (Y es lo que 6l dice sobre la comuni6n indigna): «*Quien come el pan y bebe el c6liz del Se~or indignamente, ser6 reo del cuerpo y de la sangre del Se~or..., pues el que sin discernir come y bebe el cuerpo del Se~or, come y bebe su propia condenaci6n*» (1 Cor. 11,27-29).

¡Terribles palabras! Si en la Eucaristía no hubiese más que pan, ¿cómo podría ser uno culpable del cuerpo y de la sangre de Jesucristo?

No lo dudemos, Jesucristo est6 presente en la Eucaristía. 6l lo dijo: *Esto es mi cuerpo, esta es mi sangre*. Jam6s hubo palabras m6s claras, las pronunci6 la víspera de su muerte. Fueron su 6ltima voluntad, fue su testamento.

En consecuencia: Jesucristo est6 en la hostia consagrada, y 6l es el que viene a nosotros cuando comulgamos.

La presencia de Dios en nosotros

En la Biblia se nos revela la inmensidad de Dios. Decir que Dios es inmenso es lo mismo que afirmar que Dios est6 en todas partes; pero conviene que sepamos que ese Dios inmenso, que es el Creador del mundo y de los hombres, quiso hacerse hombre por amor a los hombres,

y como nos dice San Pablo: «*Jesucristo vino a este mundo a salvar a los pecadores*» (1 Tim. 1,15).

La Encarnación y la Pasión de Jesucristo es la gran obra del amor de Dios, y no tiene otra explicación, y así nos lo revela Él: «*Tanto amó Dios al mundo que le dio su Unigénito Hijo... para que el mundo se salve por Él*» (Jn. 3,16-17).

Jesucristo, pues, se anonadó por nosotros, nace en Belén de Judá conforme a las profecías, cuya venida anunciaron siglos antes, y luego al recorrer Él los pueblos de Palestina, el Israel de hoy, obrando innumerables milagros y enseñando una doctrina sublime y salvadora, como ninguno, no es de extrañar que surgieran de entre las multitudes estas exclamaciones:

– *Jamás persona alguna ha hablado como este hombre* (Jn. 7,46)

– *Todos los que le oían se maravillaban de su sabiduría y de sus respuestas* (Lc. 2,47)

– *Su fama se extendía más y más y venían muchas gentes a oírle y a que los curase de sus enfermedades* (Lc. 5,15)... *Y le traían a todos los que padecían algún mal: a los atacados de diferentes enfermedades y dolores y a los endemoniados, lunáticos, paralíticos, y los curaba... Grandes muchedumbres le seguían...* (Mt. 4,24)

– *¿Quién es éste que hasta los vientos y el mar le obedecen?* (Mt. 8,27). Jesús calmaba las tempestades del mar y de las almas, perdonando los pecados. *Él pasó haciendo bien a todos, y de Él dan testimonio todos los profetas* (Hech. 10,38 y 43)... Sólo Jesucristo pudo hacer este reto a sus adversarios: *«¿Quién de vosotros me argüirá de pecado?»* (Jn. 8,46)

San Pedro diría de Jesucristo: *«Tú eres el Cristo, el Hijo de Dios vivo* (Mt. 16,16). *«Tú tienes palabras de vida eterna»* (Jn. 6,68).

Lo más esencial que tenemos que saber de Jesucristo es que Él es Dios que lo demostró con sus milagros y profecías, y especialmente con el de su resurrección. *«En Él habita la plenitud de la divinidad»* (Jn. 14,9). *«Yo y el Padre (personas distintas) somos una sola cosa»* (Jn. 10,30)...

Se dirá: También la Escritura dice: *«El Padre es mayor que yo»* (Jn. 14,28); mas esto lo dijo Jesús por razón de su naturaleza, o sea, considerado como hombre, y así decimos: *«Igual al Padre según la divinidad, y menor que el Padre según la humanidad»* (Credo del Pueblo de Dios).

También se nos revela que *«Jesucristo es antes que todas las cosas, pues todas fueron creadas por Él y todas subsisten en Él»* (Col. 1,15-17).

Una breve reflexión:

Lo que más debe impresionar a un hombre en su encuentro con Dios es la alteza y la majestad del Dios eterno ante el cual el hombre es «polvo y ceniza» (Gén. 18,27) y «como nada ante sus ojos» (Sal. 39,6).

Señor *«todo el mundo es delante de Ti como un grano de arena en la balanza y como una gota de rocío de la mañana que cae sobre la tierra»* (Sab. 11,23), *«como nada y vanidad»* (Is. 40,17)... Si esto es el mundo delante de Dios, ¿qué seré yo?...

Después de considerar quién es Dios, y que Jesucristo es el mismo Dios-Hombre, que viene a mí en la comunión, y de considerar a su vez mi nada, ¿qué puedo yo decir en el diálogo que entable con Él en esos momentos solemnes de la comunión? Tendré que anonadarme ante Él, suplicarle me perdone, me purifique y me llene de sus gracias, porque Él es «dador de todo bien», y al verme como la suma miseria frente a la suma santidad, deberé decir con San Agustín: «Conózcame a mí para despreciarme, y conózcaos a Vos para amaros»...

¿Qué es lo que movió a Jesucristo a instituir este sacramento?

El primero y principal motivo que llevó a Jesucristo a instituir este augusto sacramento

en nuestros altares fue su amor, pues «*habiendo amado a los suyos, los amó hasta el extremo*» (Jn. 13,1). Por eso San Bernardo llama a este sacramento «el amor de los amores». Y el Concilio de Trento nos dice: «En el divino sacramento de la Eucaristía, Jesucristo derramó sobre los hombres todas las riquezas de su infinito amor» (Sess. 13,2).

En la encarnación, Jesucristo ocultó su Divinidad bajo el velo de la carne para que pudiésemos verle, y en la Eucaristía oculta su Divinidad y su humanidad bajo las apariencias del pan para que podamos comerle.

¡Grande es el amor de Dios! ¿Quién puede señalar la diferencia que existe entre el amor del Creador y el amor de la criatura? «Hay una diferencia infinita: La criatura ama por indigencia; el Creador por abundancia. La criatura ama por necesidad; Dios ama por exceso de bondad. La criatura ama para recibir; Dios ama para dar. La criatura supone siempre algún bien en la persona que ama; el Creador no presupone nada, sino que comunica el bien al objeto que aprecia. Dios no tiene amor interesado, amor mercenario; no tiene más que el amor benévolo y el amor complaciente: el amor benévolo por medio del cual quiere el bien de su criatura y se lo procura. El motivo que tiene de amarnos no está en nosotros, sino en Él, y por eso es infinito» (A. Lápide).

Para tener una mayor idea del amor con que Jesucristo se nos da en la Eucaristía, notemos que no se nos presenta como Rey de majestad, con luz deslumbrante, porque nos llenaría de temor y espanto, sino como Rey lleno de dulzura y bondad incomparables: «*He aquí a tu Rey, que llega a ti lleno de mansedumbre*» (Mt. 21,5). También vemos que se nos presenta como un Cordero inmolado para la salvación del mundo: «*Éste es el Cordero de Dios, que quita el pecado del mundo*» (Jn. 1,29), y para obligarnos a comulgar nos presenta la Eucaristía como un alimento necesario: «*Sino coméis la carne del Hijo del hombre, no tendréis vida en vosotros*» (Jn. 6,54).

Reconozcamos que por amor se da a nosotros, pobres criaturas, gusanos de la tierra, para unirnos a su ser..., para fortificarnos..., para divinizarnos... y para colmarnos de toda clase de bienes...

En el sacrificio de la Misa, como nos enseña el Concilio de Trento, «está presente y es inmolado incruentamente el mismo Cristo que *se ofreció una vez* (Heb. 9,28) cruentamente en la cruz». Y ahora en todas las Misas, en virtud de las palabras de la consagración, Jesucristo se hace presente en el altar para ser nuestro sacrificio, nuestro compañero y nuestro aliento... Él es, como nos dice, «*el pan bajado del cielo*», verdadero pan, porque es vivificante y da

la vida. Este pan es el mismo Dios, pues Jesucristo lo dice así: «*Yo soy el pan de vida*» (Jn. 6,35), es decir, vivo y vivificante, o más, soy la misma vida, pues Él mismo lo dijo: «*Yo soy la Vida*» (Jn. 14,6). Él es la Vida por esencia y de la que participamos todos...

Reflexionemos sobre estas palabras: «*El que come mi carne y bebe mi sangre, permanece en mí y yo en él... El que me come a mí, vivirá por mí*» (Jn. 6,56-57). Y «*el que permanece en mí y yo en él, ese da mucho fruto, porque sin mí no podéis hacer nada*» (Jn. 15,5).

El comulgante, robustecido por la Eucaristía, bien puede decir: «*No vivo yo, sino Cristo es quien vive en mí*», Él actúa y habla por mí.. (Gál. 2,20).

Tengamos presente que la comunión es complemento de la Misa, y por lo mismo, no teniendo pecados mortales, todos pueden acercarse a ella, pero háganlo con la mayor limpieza posible de alma y con gran fe, porque la comunión fortifica nuestra voluntad contra las pasiones, y nos transforma y nos cambia en mejores.

Si entre el alimento y nuestro ser hay una unión muy íntima y una profunda asimilación, entre Cristo y nosotros hay una unión más íntima y una gran transformación, pues como la Eucaristía no es alimento «muerto», sino «vivo», lo que sucede es que nosotros no cam-

biamos este alimento «vivo, espiritual» en nosotros, sino que Él, por ser de naturaleza superior, nos cambia a nosotros en Él, o sea, en «nuevos hombres», haciéndonos más castos, más humildes, más santos.

Acciones de gracias

San Pablo escribiendo a los habitantes de Tesalónica, les dice: «*Dad en todo gracias a Dios*» (1 Tes. 5,18). Y ¿por qué? Porque todo cuanto poseemos y todo lo que somos viene de Dios. «*¿Qué tienes que no hayas recibido de Él?*» (1 Cor. 4,7). Y al escribir a su discípulo Timoteo, insiste: «*Ante todo te ruego que se hagan peticiones, oraciones, súplicas y acciones de gracias por todos los hombres...*» (1 Tim. 2,1).

Jesús curó a diez leprosos: uno sólo volvió a darle gracias. Esta ingratitud de los nueve, la sintió vivamente el Dios de bondad, y se quejó al decir: «*¿No he curado a diez? ¿En dónde están los otros nueve?*» (Lc. 17,17).

«La ingratitud, dice San Bernardo, es enemiga del alma, disipa los méritos ahuyenta las virtudes, impide que nos aprovechemos de los beneficios recibidos y de que obtengamos otros nuevos».

El pueblo, dice el salmista, *se olvidó de los*

beneficios de Dios y de sus maravillas (78, 11)...; por este motivo el profeta Isaías les dice: «*Yo he criado hijos y los he engrandecido, pero ellos se han rebelado contra mí. Conoce el buey a su dueño, y el asno el pesebre de su amo; pero... mi pueblo no me conoce*» (Is. 1,2-3).

¡No seamos ingratos a Dios! Tampoco abusemos de sus gracias para que no tenga que recordarnos la alegoría de la viña: «*¿Qué más podía haber hecho por ella que no la hiciera?*» (Is. 5,2-7).

Eleva tu mente a Dios y dale gracias constantemente «siempre y en todo lugar» conformándote con lo que dispone, sean bendiciones o contrariedades, y dile: «*Señor, hágase tu voluntad*».

Pasemos a hablar ahora de la acción de gracias después de la comunión. Los santos nos dicen que el mejor momento de nuestra vida es aquel cuando después de comulgar, Jesús permanece con nosotros dentro de nuestro pecho. ¿Qué acción de gracias hacemos los sacerdotes y fieles después de la celebración de la Misa y de nuestra comunión?

Hay diversos testimonios del Magisterio de la Iglesia y de los santos, que nos hablan de esta acción de gracias: unos, como veremos, se limitan a decirnos que tenemos el deber de hacerla, y otros hasta nos hablan del tiempo em-

pleado en ella; mas lo propio es que prolon-
guemos la acción de gracias hasta el límite má-
ximo que lo permitan las obligaciones de nues-
tro estado. Mi criterio particular ya lo mani-
fiesto en el prólogo de este libro.

Testimonios sobre la acción de gracias eucarísticas

1. *El Decreto de la Congregación del Santo Concilio, aprobado por San Pío X el 20 de diciembre de 1905. Dz. 1988, establece:*

«Ha de procurarse que a la sagrada comunión preceda una diligente preparación y le siga la conveniente acción de gracias, según las fuerzas, condición y deberes de cada uno».

2. *El Código de Derecho Canónico. Canon 909:*

«No deje el sacerdote de prepararse debidamente con la oración para celebrar el Sacrificio Eucarístico, y dar gracias a Dios al terminar».

3. *Pío XII en la encíclica «Mediator Dei»:*

«La misma naturaleza del Sacramento reclama la acción de gracias para que su percepción produzca en los cristianos abundancia de frutos de santidad. Ciertamente ha terminado la reunión pública de la comunidad, pero cada cual, unido con Cristo, conviene que no inte-

rrumpa el cántico de alabanza *dando siempre gracias a Dios Padre en nombre de nuestro Señor Jesucristo* (Ef. 5,20)... Todo el que hubiere participado de la hostia santa del altar, rinda a Dios las debidas gracias, pues a nuestro Divino Redentor le agrada oír nuestras súplicas, hablar con nosotros de corazón a corazón, y ofrecernos el refugio en el suyo ardiente».

4. *Pablo VI en la encíclica «Mysterium fidei»:*

«Diariamente, como es de desear, los fieles en gran número participen activamente en el sacrificio de la Misa, aliméntense con corazón puro y sano de la sagrada Comunión y den gracias a Cristo nuestro Señor, por tan gran don».

5. *San Pedro Julián Eymard*, fundador de la Congregación de los PP. Sacramentinos, canonizado por Juan XXIII en 1962:

«El momento más solemne del día es el consagrado a la acción de gracias después de la comunión, porque tenéis entonces a vuestra disposición al Rey de los cielos y tierra, a vuestro Salvador y juez, muy dispuesto a concederos cuanto le pidáis. Consagrad, si podéis, media hora a la acción de gracias, o a lo menos, extremando las cosas, un cuarto de hora...».

6. *San Juan Bautista de la Salle* a sus religiosos:

«Estad persuadidos que en toda la vida no

hay mejor tiempo para tratar con Dios que el de la comunión y los minutos que le siguen, durante el cual tenéis la dicha de tratarle cara a cara y de corazón a corazón...».

7. *Santo Tomás de Villanueva, arzobispo de Valencia:*

«Con respecto a las horas mejores y más a propósito para orar, yo no hallo otra más oportuna y conveniente que la que sigue a la comunión, pues, mientras duran en nosotros las especies sacramentales, no menos acatamiento hacen al Redentor del mundo los ángeles en el pecho del que lo recibió que si lo viesan en la custodia. Por tanto, sería caso de gran descomodamiento y mala crianza si el que lo acaba de recibir en su casa, se ocupase luego fuera de sí en negocios no necesarios de inevitable necesidad, que no sufrieran dilación...».

8. *San Juan de Ávila, cuyas Misas se prolongaban más de una hora, y alguna vez hasta tres, aconsejaba:*

«La Misa acabada, recójase media hora a dar gracias y hólguese con el que en sus entrañas tiene, y aprovéchese de Él, no de otra manera de cuando acá vivía fue recibido de Zaqueo o de Mateo, o de otro que se lea; porque el más quieto tiempo de todos es aquel mientras el Señor está en nuestro pecho, el cual tiempo, no se ha de gastar en otras cosas, si extrema necesidad a otra cosa no nos constriñese...».

9. *Santa Teresa de Jesús, la mística Doctora:*

«Estaos Vos con Él de buena gana; no perdáis tan buena sazón de negociar, como es la hora después de haber comulgado... Y no suele su Majestad pagar mal la posada si le hacen buen hospedaje».

10. *San Alfonso María de Ligorio:*

«A la celebración ha de seguir la acción de gracias..., pero ¿cuántos son los que la dan?... El tiempo que sigue a la Misa es tiempo de negociar con Dios y de hacerse con tesoros celestiales de gracias...».

A los testimonios aducidos, podíamos añadir otros muchísimos más; pero basten estos para darnos ya la idea de la importancia de los minutos que siguen a la comunión.

Voy a terminar con unas palabras del gran teólogo espiritual *P. Garrigou-Lagrange:*

«Los fieles que salen de la Iglesia, apenas han comulgado, ¿acaso han olvidado que la presencia real de Cristo persiste en ellos como las especies sacramentales alrededor de un cuarto de hora después de la comunión, y no pueden hacer compañía al Huésped divino durante este corto lapso de tiempo? Nuestro Señor nos llama, se nos da con tanto amor, y nosotros no tenemos nada que decirle y no queremos escucharle unos instantes. Los santos, en

particular Santa Teresa, nos ha dicho repetidamente que la acción de gracias sacramental es para nosotros el momento más precioso de la vida espiritual».

«Dada la importancia del tiempo que sigue a la comunión, lo que necesitamos para hacerla bien, es avivar más nuestra fe en la presencia real de Jesucristo, y recoger en esos momentos los sentidos, como aconseja Santa Teresa, la cual nos dice que “se consideraba a los pies de Jesús y lloraba con la Magdalena, ni más ni menos que si con los ojos corporales le viera en casa del fariseo” (Lc. 7,40-44); y aunque no sintiese devoción, la fe le decía que allí estaba bien... Si cuando Jesús andaba en el mundo de sólo tocar sus ropas sanaba los enfermos (Mt. 9,21), ¿por qué habremos de dudar que nos hará milagros si tenemos fe, y nos dará lo que le pidiéramos al estar dentro de nosotros, pues está en nuestra casa? Pues no suele Su Majestad, como dijimos antes con la misma Santa, pagar mal la posada si le hacemos buen hospedaje»... Necesitamos ser almas de fe...

*Alabad al Señor todas las gentes
Alabadle todos los pueblos, porque
se ha manifestado sobre nosotros
su gran misericordia (Salmo 117)
Alabad al Señor, porque es bueno,
porque es eterna su misericordia
(Salmo 106,1)*

¡Por favor, no dejemos profanar el Cuerpo de Cristo! ¿Qué haríamos si viéramos que alguien tiraba la Sagrada Forma al suelo y que la pisoteaba con los pies? ¡Pues desgraciadamente eso ocurre a diario en muchas iglesias donde se da la Comunión sin bandeja, que caen partículas al suelo y los mismos que comulgamos, sin advertirlo, las pisoteamos con nuestros pies! Por eso la Sagrada Liturgia mantiene el uso tradicional de la bandeja y ordena que sin ella no se de la Comunión.

Algunos párrocos creen que al permitirse dar la Comunión en la mano ha quedado anulado el uso de la bandeja, pero esto es un triste error, pues la Ordenación General del Misal Romano reitera su uso en los números 80-c, 117, 120, 254-b, etc. El uso de la bandeja, pues, permanece en la liturgia. Y el C. Vaticano II ordena: «Nadie, aunque sea sacerdote, quite o cambie cosa alguna por iniciativa propia en la Liturgia» (S.C., c.1,22). (Nota del editor).

ÍNDICE

Presentación	2
Acción de gracias	7
Eucaristía	7
¿Qué es la Eucaristía?	7
La presencia de Dios en nosotros	10
¿Qué es lo que movió a Jesucristo a instituir este sacramento?	13
Acciones de gracias	17
Testimonios sobre la acción de gracias eucarísticas	19

OTRAS OBRAS DE D. BENJAMIN MARTIN SANCHEZ

1. BIBLIA

- 4001 **La Biblia más bella**, con 80 páginas a todo color.
- 4002 **La Biblia a tu Alcance**, con 80 páginas
- 4003 **Catequesis Bíblicas**. En 15x20, con 88 páginas
- 4004 **Catecismo de la Biblia**. con 42 páginas
- 4005 **Historia Sagrada**, con 96 páginas ilustradas
- 4006 **Nuevo Testamento Explicado**, con 452 páginas
- 4007 **Tesoro Bíblico Teológico**, con 124 pág.
- 4008 **Evangelios y Hechos Apóstolicos Ilustrados**, 112 pág
- 4009 **Dios te habla**. Con palabras de la Biblia. Con 64 pág.
- 4010 **Ejercicios Espirituales Bíblicos**, con palabras de la Biblia
- 4011 **¿Que es el Evangelio?** Su valor extraordinario.
- 4012 **Los Salmos Comentados**, los 150 salmos explicados
- 4013 **Vidas y Hechos de los Apóstoles**. Ilustrados, 160 páginas
- 4014 **Nuestro Caminar Bíblico**, meditaciones bíblicas.
- 4015 **Máximas Sapienciales**, llenas de sabiduría.
- 4016 **Curso Bíblico Práctico**.
- 4017 **Dificultades de la Biblia**. Explicadas correctamente
- 4018 **La Biblia en Meditaciones**, con 356 páginas
- 4019 **El origen de la Biblia**, que viene de Dios.
- 4020 **Dios nos habla a Todos**, la Biblia son sus palabras.
- 4021 **¿Qué es la Biblia?**, la historia más maravillosa
- 4022 **Los Milagros de la Biblia**, nos revelan su carácter divino
- 4023 **Las Profecías de la Biblia**, y su cumplimiento.
- 4024 **La Palabra de Dios ¿Cómo debe ser enseñada?**

- 4025 Dios habla a los Hombres, en la Biblia están sus palabras.
- 4026 ¿Por qué leer la Biblia? y cómo leerla
- 4027 Breve Historia del Pueblo de Israel, con 160 páginas
- 4028 370 Pensamientos Bíblicos. Reflexiones importantes
- 4029 La Buena Noticia. Es el Evangelio, con 48 páginas

2. DIOS

- 4040 ¿Existe Dios?. Pruebas que lo demuestran, con 40 pág.
- 4041 ¿Qué sabemos de Dios?. Explicación de quién es Dios.
- 4042 El Dios Desconocido. Tratado sobre sus perfecciones
- 4043 Dios todo lo ve. En Él estamos y vivimos
- 4044 ¿Quién es Dios Padre?
- 4045 ¿Quién es el Espíritu Santo?, con 40 páginas.
- 4046 Dios y el Hombre. Sus relaciones
- 4047 La Bondad de Dios. Es infinita, con 56 páginas
- 4048 Dios se hizo Hombre, sus relaciones
- 4049 Dios y Yo, nuestras relaciones
- 4050 La Misericordia de Dios. Es muy grande
- 4051 En manos de Dios. Confianza en la Providencia.
- 4052 Dios en la Biblia. Búscalo y lo encontrarás.
- 4053 Dios habla al Mundo de Hoy, escúchale.
- 4054 ¿Qué es el Hombre ante Dios?.
- 4055 El Problema de Dios, Dios no es un problema.
- 4056 Temed a Dios, que castiga el mal y premia el bien.
- 4057 No te Alejes de Dios, vive en su presencia
- 4058 El por qué de los castigos de Dios
- 4059 Ejemplos que nos hablan de Dios

3. JESUCRISTO

- 4067 **¿Quién es Jesucristo?** Dios hecho Hombre
- 4068 **Jesucristo ¿Quién es y qué nos dice?**
- 4069 **Jesucristo es Dios, el Creador de todo**
- 4070 **El Corazón de Jesús quiere reinar por Amor**
- 4071 **Lecciones de Jesucristo, 30 meditaciones**
- 4072 **La Pasión de Jesucristo nos revela su gran Amor**
- 4073 **Jesús de Nazaret. Vida ilustrada con 120 página~**

4. TEOLOGIA

- 4082 **Breve Teología, fundamentada en la Biblia.**
- 4083 **Breve Enciclopedia, Dogma, Moral y Culto**
- 0446 **Los Grandes Interrogantes de la Religión.**
- 4085 **La Doctrina Católica siguiendo el Catecismo**

5. CATECISMOS

- 4095 **El Catecismo más Bello. muy ilustrado, 80 páginas**
- 4096 **El Catecismo Ilustrado. En 18x25, con 160 pág.**
- 4097 **El Valor del Catecismo, el mejor de todos los libros**
- 4098 **El Niño y su Educación. Cómo educarlos**
- 4099 **La Educación sexual. quiénes deben enseñarla**
- 4101 **Síntesis Completa del Catecismo de la Iglesia**

6. VIDA FUTURA

- 4108 **¿Existe el Cielo?. Lugar de eterna felicidad, 40 pág.**

- 4109 **¿Existe el Infierno?** El lugar de la eterna desdicha
- 4110 **Los Novísimos**, materia de meditación constante.
- 4111 **No Temas la Muerte**, ella es puerta de la vida
- 4112 **¡Muerte! ¡Eternidad!**. Piensa mucho en ello
- 4113 **La Vida y Presente y Futura**. Medita su diferencia.
- 4114 **¿Existe la Vida Eterna?** Jesucristo nos la ha prometido
- 4115 **Moriremos para Resucitar** y nunca más morir.
- 4116 **La Felicidad de Morir**, sin pecados, sin dinero, sin deudas.
- 4117 **Pensemos en el Cielo**, nuestra patria eterna
- 4118 **Piensa en la Vida Eterna**, la cual será como tu quieras
- 4119 **El Más Allá**. ¿Qué nos espera después de la muerte?
- 4120 **Se Vive una sola Vez**. Esfuérzate en vivir bien.
- 4121 **¿Dónde está la Felicidad?**. Búscala porque existe.
- 4122 **Esta Vida no es la Vida**, la verdadera vida está en el cielo.
- 4123 **¿Nos Salvaremos Todos?** Depende de cada uno.
- 4124 **El Final de los últimos Tiempos**, está próximo.
- 4125 **Las Verdades Eternas**, son las que de verdad interesan.
- 4126 **¿Me Salvaré o me Condenaré?** Será lo que yo quiera.
- 4127 **Somos Peregrinos**. Vamos de camino del cielo.
- 4128 **Vamos de Camino**. ¿Cuándo llegaremos?
- 4129 **Lus Últimos Tiempos**. ¿Estamos ya en ellos?
- 4130 **Nuestro último Destino**, que será para siempre.
- 4131 **Bendición y Maldición**, puedes escoger

7. SACRAMENTOS

- 4138 **Los Siete Sacramentos**. Fueron instituidos por Dios
- 4139 **Bautismo y Confirmación**. En 15x21, con 40 páginas
- 4140 **La Penitencia**. ¿Qué valor tiene?. Con 40 pág.

- 4141 ¿Por qué no te confiesas?, con 40 páginas
- 4142 **Consejos a los que se confiesan y a los que no.**
- 4143 **La Verdad de la Eucaristía**, por muchos desconocida
- 4144 **La Sagrada Eucaristía**. Lo que de ella debes saber
- 4145 **La Santa Misa**. Debe ser el centro de tu vida, con 80 pág.
- 4146 **Siguiendo la Misa**. Cómo debe participar
- 4147 **Catequesis sobre la Misa**. Explicación sobre la misma.
- 4148 **La Acción de Gracias después de Comulgar**
- 4149 **Visits al Santísimo Sacramento**. Para todos los días.
- 4150 **Los Sacerdotes**, son ministros de Dios
- 4151 **El Pueblo pide Sacerdotes Santos, no vulgares**
- 4152 **El Matrimonio**, instituido por Dios es indisoluble

8. VIDA DE PIEDAD

- 4162 **Ejercicios Espirituales**, gran medio de salvación
- 4163 **Un Plan de Vida para Vivir Bien**. Reorganiza tu vida.
- 4164 **¿Qué es la Vida Interior?**. Es el contacto con Dios.
- 4165 **Vacios de Vida Interior**. Muchos viven como animales.
- 4166 **Las Almas Santas**, según S. Juan de Ávila
- 4167 **Sé Valiente y Decídete** a conquistar la vida eterna
- 4168 **El Servicio de Dios**, es la riqueza del alma
- 4169 **Los Diez Mandamientos**. Son el camino de cielo
- 4170 **Alégrate en las Tribulaciones**, son un gran tesoro.
- 4171 **El Auténtico Cristiano**. Cómo debe comportarse.
- 4172 **Véncete, Triunfa de tí mismo, Sé valiente**
- 4173 **La Cruz y las Cruces de la Vida**. Con 40 pág.
- 4174 **La Cruz de Cristo**, nos anima a llevar la nuestra.
- 4175 **El Reino de los Cielos padece violencia**, esfuérazate

- 4176 **Las Persecuciones.** Nos enriquecen muchísimo
- 4177 **La Formación del Carácter.** Con 56 pág.
- 4178 **La Formación del Corazón,** con 48 páginas
- 4179 **El Problema del Dolor.** ¿Es necesario sufrir?
- 4180 **Para ser Feliz,** hay que seguir a Cristo con la cruz
- 4181 **Para ser Santo,** cumple la voluntad de Dios
- 4182 **Para ser Sabio,** tienes que escuchar a Dios
- 4183 **Decídete a ser Santo,** si quieres puedes conseguirlo.
- 4184 **Los Verdaderos Sabios,** son los amigos de Dios.
- 4185 **Lo que debes Saber,** para ser sabio.
- 4186 **Pensamientos Saludables,** de la Biblia y SS. Padres
- 4188 **El Camino de los Santos,** es sólo para valientes

9. LAS VIRTUDES

- 4191 **Las Virtudes Cristianas,** salvan a quienes las practican
- 4192 **El Valor de la Fe,** es inconmensurable, sé consecuente
- 4193 **Sed Hombres de Fe,** y vivid en coherencia.
- 4194 **Para Avivar la Fe.** Acude a Dios en el Sagrario
- 4195 **Fe en Jesucristo,** ¿Por qué creemos en Él?
- 4196 **La Esperanza en la otra vida** ¿En qué se fundamenta?
- 4197 **La Caridad Cristiana.** Virtud que muy pocos la conocen
- 4198 **El Valor de la Limosna.** Lo conocerás en el cielo.
- 4199 **La Paciencia.** Virtud de almas grandes.
- 4201 **La Senda Desconocida,** la virtud de la virginidad
- 4202 **El Valor del Tiempo y del Silencio**
- 4203 **No te enfades,** de tí depende que todo te salga bien.
- 4204 **Cortesía y Buenos Modales,** deberes de urbanidad.
- 4205 **Sepamos Perdonar para que Dios nos Perdona**