



Salud de alma y cuerpo

P. Rafael Ibarguren EP – Asistente Eclesiástico

Una curiosidad: según un estudio reciente de investigadores de la Universidad de Harvard hecho sobre 74.534 mujeres entre los años 1992 y 2012, acudir a Misa cada domingo es bueno para la salud. Lo afirma una publicación de la revista '*Jama Internal Medicine*', que asegura que la asistencia a Misa reduce un 33% el riesgo de morir tanto de enfermedades cardiovasculares como de cáncer. (ABC/Madrid/16/05/16)

Otras publicaciones médicas de los últimos años nos ilustran sobre cuán benéfico es para las personas la regularidad en el cumplimiento del precepto dominical.

Lo que los científicos concluyen con rigurosos análisis, los católicos practicantes lo hemos comprobado por la experiencia: La Misa es buena para la salud y hasta llega a prolongar la vida. No puede ser de otra manera, una vez que la Eucaristía opera verdaderas maravillas de sanación en el cuerpo y en el alma de los fieles.

Antes de instituir la Eucaristía, Nuestro Señor Jesucristo declaró en Cafarnaúm algo de grandísima trascendencia: “el que come mi carne y bebe mi sangre tiene vida eterna y yo lo resucitaré en el último día” (Jn. 6, 54).

El uso del tiempo presente en el verbo “tener” es muy importante aquí: “tiene vida eterna” dijo, y no “tendrá”; se refiere, por lo tanto, al presente, a la vida mortal de todos los vivientes y no a la gloria futura a que aspiramos (aunque es claro que la Eucaristía es también prenda de salvación).

¿Qué es esa “vida eterna” en el contexto del discurso eucarístico relatado en el capítulo VI del Evangelio de San Juan? No es otra que la vida de Dios, la vida divina. Esa vida que recibimos en el momento del bautismo, y que viene a sumarse a la vida natural heredada de nuestros padres que ya poseíamos.

Cuando por desgracia la vida divina se pierde por el pecado, la podemos fácilmente recuperar por medio de otro sacramento: el de la penitencia.

Sabemos que los sacramentos son signos sensibles del amor de Dios mediante los cuales Él nos da su gracia, es decir, una participación creada de la vida increada de Dios. Eso es la gracia. Poseer la gracia es tener ya la vida eterna: porque es participar en la tierra de la vida de Dios.

La gracia sobrenatural (o la “vida eterna”) se recibe, entonces, en el bautismo, se recupera con la confesión y se acrecienta con la Eucaristía.

Es muy importante tener claro este punto absolutamente central de la doctrina católica. La gracia de Dios, que llamamos también gracia santificante, es la vida del alma divinizada por la participación en la misma vida esencial del Creador. ¡Qué cosa grande es estar en la gracia de Dios! Aunque indignos y pobres pecadores, la gracia nos diviniza, nos deifica.

La operación a la que se somete el fiel por la recepción de los sacramentos recibiendo la gracia, es colosal. Para dar una idea aproximada, digamos que es un poco como si se nos inyectase en nuestras venas sangre divina. A partir de entonces, al participar de la naturaleza de Dios, pasamos a ser con propiedad sus hijos. Hijos y no meras creaturas, como lo son todas las cosas salidas de las manos de Dios. Hijos y hermanos entre nosotros, ya que tenemos Padre común.

Pero resulta que con la Eucaristía no recibimos solo la gracia, sino al mismo Autor de la gracia. Por eso, el momento mejor y más feliz de un cristiano es cuando recibe la comunión y se llena de Dios, transformándose.

Así se hace realidad la máxima paulina: “No soy yo quien vivo, es Cristo que vive en mí” (Gálatas 2, 20). ¿Qué es un sagrario donde se reserva el Santísimo, por más valioso y artístico que pueda ser, al lado de un fiel que, además de haber sido creado a imagen y semejanza de Dios y elevado a la dignidad de ser Su hijo, lleva dentro de sí al mismo Dios?

Una anécdota de la vida de San Juan María Vianey, Cura de Ars, nos ayudará a valorar esos sagrarios vivientes que somos al comulgar: Se cuenta que un feligrés de su parroquia, después de recibir la Eucaristía, salía siempre rápidamente rumbo a su casa, sin duda para asumir algún compromiso que le aguardaba. El santo, para hacerle ver la importancia de la presencia real, hizo que un día dos monaguillos fueran con velas encendidas custodiándolo hasta su casa. Probablemente, hasta ese momento el buen hombre no valoraba plenamente lo que es estar lleno de Dios...

Entonces, ¿cómo no va a ser verdad que la Eucaristía y, en general, la fidelidad a los deberes bautismales, va a beneficiar nuestra salud, alegrar nuestra existencia y prolongar nuestra vida?

La persona más genial, inteligente, fuerte, rica, saludable, famosa, admirada... si no alcanza ese ideal que le viene de vivir en plenitud su filiación divina siendo habitado por Dios, no será verdaderamente feliz ni saludable.

A esos científicos de Harvard -y a los que piensan y opinan como ellos- no les queda más que poner en práctica lo que predicán...

Asunción, julio de 2016