



alza la mirada

**QUÉDATE CON NOSOTROS**

**Catequesis para grupos de adultos**

**Preparación para la visita  
del Papa León XIV a España**

### CATEQUESIS DE ADULTOS PREPARATORIA PARA LA VISITA DEL PAPA LEÓN XIV

Los objetivos de la visita del Papa León XIV a España (junio de 2026) se centran primordialmente en:

- **Fortalecer la Identidad Cristiana y la Esperanza**

En sintonía con su estilo pastoral, León XIV busca reanimar a una Iglesia que, al igual que los discípulos de Emaús, a veces camina desanimada ante el secularismo.

- **Impulsar la “Cultura del Encuentro”:**

Fomentar el diálogo entre diferentes sectores de la sociedad española, reduciendo la polarización y promoviendo el bien común por encima de las ideologías.

- **Unidad y Sinodalidad**

Celebrar la pluralidad cultural de España bajo una misma fe, reforzando la unidad de la Conferencia Episcopal y el laicado tras el proceso sinodal iniciado por su predecesor.

- **Encuentro con la Juventud**

Buscando conectar con las nuevas generaciones.



Se recomienda desarrollar esta catequesis a lo largo de dos sesiones.

## “QUÉDATE CON NOSOTROS”

El Sínodo de los Obispos sobre la Eucaristía, celebrado en 2005 bajo el pontificado de Benedicto XVI, reafirmó la Eucaristía como “fuente y cumbre de toda la vida cristiana”. Este encuentro subrayó la importancia de la celebración litúrgica, la adoración eucarística, la formación de los fieles y la centralidad del domingo como día del Señor.



La Eucaristía dominical es un pilar fundamental de este camino formativo. Cuidar su celebración de la mejor manera, con particular atención a la homilía y a la “participación activa” de todos, es decisivo para la sinodalidad.

El Sínodo sobre la sinodalidad (2021-2024) contempla que la Eucaristía es el modo principal en que la Iglesia se reúne y vive la comunión.

El domingo no es una obligación más, sino un regalo que pone a Dios en el centro y ordena toda la vida alrededor de Él. En el Domingo se concentra lo más importante de nuestra fe: La Eucaristía, la Comunidad y la Esperanza.

El Camino a Emaús es un paradigma actual de la vida cristiana: Jesús camina con el creyente desilusionado, ilumina su realidad con la Palabra y se revela en la “fracción del pan” (Eucaristía). En la Eucaristía actual, Jesús resucitado sana corazones, se hace presente y ofrece esperanza en medio del dolor y la incertidumbre.

### TEXTO BÍBLICO: Lucas 24,13-16.28-35

“El mismo día de la Resurrección, iban dos de los discípulos hacia un pueblo llamado Emaús, situado a unos once kilómetros de Jerusalén, y comentaban todo lo que había sucedido. Mientras conversaban y discutían, Jesús se les acercó y comenzó a caminar con ellos; pero los ojos de los dos discípulos estaban velados y no lo reconocieron. Ya cerca del pueblo a donde se dirigían, él hizo como que iba más lejos; pero ellos le insistieron, diciendo: “Quédate con nosotros, porque ya es tarde y pronto va a oscurecer”. Y entró para quedarse con ellos. Cuando estaban a la mesa, tomó un pan, pronunció la bendición, lo partió y se lo dio. Entonces se les abrieron los ojos y lo reconocieron, pero él se les desapareció. Y ellos se decían el uno al otro: “¡Con razón nuestro corazón ardía, mientras nos hablaba por el camino y nos explicaba las Escrituras!” Se levantaron inmediatamente y regresaron a Jerusalén, donde encontraron reunidos a los Once con sus compañeros, los cuales les dijeron: “De veras ha resucitado el Señor y se le ha aparecido a Simón”.

Palabra de Dios

### Canto:

“Andando por el camino “: [https://youtu.be/LkbDPYayN6o?si=9vGEn-4qvAuP\\_LPI](https://youtu.be/LkbDPYayN6o?si=9vGEn-4qvAuP_LPI)



### “DIOS CAMINA CON NOSOTROS”

“Mientras conversaban y discutían, Jesús se les acercó y comenzó a caminar con ellos”.

Nuestra sociedad está marcada por una fragmentación social que se traduce en una fuerte polarización de las posturas y de los planteamientos; por una soledad exterior e interior; la desconfianza (tan “asegurados” y sin embargo tan inseguros); la necesidad del reconocimiento de los otros; y ante estas situaciones, Jesús nos sale al encuentro:

**“Empieza a caminar con nosotros”,** se hace nuestro compañero de camino.

¿Siento esto en mi vida espiritual? ¿Soy capaz de reconocerlo en mi vida diaria?

**Jesús invita a todos a caminar con Él,** sin importar el nivel de capacidad, espiritualidad, o incluso la incredulidad, adaptándose al ritmo de cada uno.

¿Experimento cómo Jesús está presente en la humanidad como un compañero de camino?

**Acción comunitaria:** La invitación a caminar con Él implica ser “compañeros resucitados”, sembrando amor y esperanza, y construyendo una sociedad más justa.

¿Cómo afronto dentro de la comunidad dejarme acompañar por los demás? En mi camino de la vida, ¿cómo es mi acompañamiento al hermano? ¿Dejo que todos formen parte de mi caminar?

**“...pero los ojos de los dos discípulos estaban velados y no lo reconocieron...”**

**Reconocer a Dios en todos tus caminos,** esto significa incluirlo activamente en cada decisión, acción y área de la vida cotidiana. Al confiar, Él guía hacia el camino correcto y endereza las dificultades.

**Reconocer a Dios en los demás** (El “Sacramento del Hermano”) El amor a Dios y el amor al prójimo son inseparables, siendo el segundo la prueba palpable del primero.

Jesús afirmó que lo que se hace por los demás, especialmente por los más necesitados, se hace por él mismo (cf. Mateo 25).

San Juan menciona que es imposible amar a Dios, a quien no se ve, si no se ama al hermano, a quien sí se ve.

Implica “abrir los ojos del corazón” para ver la dignidad divina en cada persona, incluso en aquellos con defectos o que actúan mal.

**Reconocer a Dios en los Sacramentos** , Los sacramentos son signos visibles instituidos por Cristo para comunicar la gracia invisible y perpetuar su presencia en el mundo.

**La Eucaristía es la presencia real**, verdadera y sustancial de Jesús, fuente y culmen de la vida cristiana. En ella, el pan y el vino se convierten en cuerpo, sangre, alma y divinidad de Cristo.

**¿Vivimos la Eucaristía como un reconocimiento real? ¿Vemos a de Dios en nuestras Eucaristías?**



“... AL PARTIR EL PAN ...”

“Cuando estaban a la Mesa, tomó un Pan, pronunció la bendición, lo partió y se lo dio”

Emaús representa el lugar del desengaño. Los discípulos se alejan de la comunidad, de Jerusalén. Pero el encuentro con la Palabra y el Pan los hace volver. El desánimo se cura volviendo a la comunidad, no huyendo de ella.”

Reflexiones de Benedicto XVI (Ángelus 6 de abril 2008)

Los discípulos no llegaron a ese momento por casualidad.

Venían de un camino. Un camino duro.

Venían de Jerusalén, donde habían vivido la muerte de Jesús.

Venían de la decepción, del fracaso, de la confusión.

Ellos habían esperado mucho. Habían creído. Habían seguido a Jesús.

Y ahora... todo parecía terminado.

Por eso caminaban tristes. Por eso hablaban entre ellos sin entender.

Por eso tenían el corazón apagado.

Este camino de los discípulos es también nuestro camino.

Pero hay otros en los que todo se vuelve más oscuro. Hay momentos en los que sentimos a Dios cerca. Pero hay otros en los que parece distante.

Hay momentos en los que vivimos con entusiasmo.

Pero hay otros en los que el cansancio pesa.

### REFLEXIÓN

La mesa del reencuentro de los discípulos de Emaús es el momento culminante del relato bíblico, donde Jesús resucitado se manifiesta a dos de sus seguidores.

Este episodio, conocido también como la “Cena de Emaús”, simboliza el paso de la desilusión a la esperanza.

Pero llega un momento en el que todo cambia.

Cuando Jesús toma el pan, lo bendice, lo parte y lo da.

- ✚ Ahí lo reconocen.
- ✚ No lo reconocen solo al escuchar.
- ✚ No lo reconocen solo al caminar.
- ✚ Lo reconocen al partir el pan.
- ✚ Esto es clave para nuestra fe: Jesús se nos da a conocer de un modo especial en la Eucaristía.
- ✚ La Eucaristía no es solo un símbolo. No es solo un recuerdo de algo pasado. Es una presencia real.

**Este es el giro dramático de esta historia de los de Emaús: pasan de la ceguera emocional por el desánimo, a la lucidez espiritual en un solo gesto**

- **El peso del desánimo:** Los discípulos caminaban con la mirada baja porque sus expectativas políticas y terrenales sobre Jesús habían muerto en la cruz. Su desánimo era tan grande que tenían a la Verdad frente a ellos y no podían verla.
- **El gesto familiar:** En aquella época, el anfitrión era quien partía el pan. Sin embargo, en la mesa de Emaús, Jesús (el invitado) toma la iniciativa. Al realizar la fracción del pan, repite exactamente lo que hizo en la Última Cena. Ese “clic” visual fue lo que rompió el velo de su tristeza.
- **Hospitalidad:** El encuentro ocurre porque los discípulos invitan al caminante con la frase: “Quédate con nosotros, porque atardece”. La mesa es el premio a su caridad
- **Reconocimiento y Eucaristía:** La mesa no es solo un lugar para comer, sino el espacio de la fracción del pan en la que se repite el gesto de la Última Cena. Es aquí donde Jesús deja de ser un extraño para ser reconocido como el Resucitado.
- **Transformación:** La mesa simboliza el paso de la desilusión y la tristeza al fervor misionero. Los discípulos, que huían de Jerusalén derrotados, recuperan la esperanza y regresan de inmediato a la comunidad.

**¿Alguna vez hemos sentido ese “ardor en el corazón” al comulgar o al rezar?**

En el gesto de “partir el pan”, ¿a quiénes reconocemos hoy como nuestros hermanos?



**“SE LEVANTARON INMEDIATAMENTE...  
SE PUSIERON EN CAMINO Y SE  
VOLVIERON A JERUSALÉN”**

## DE LA CEGUERA A LA MISIÓN

El pasaje de los discípulos de Emaús (Lc 24,13-35) es un referente central en el Magisterio reciente para explicar la naturaleza de la misión: un proceso de acompañamiento, encuentro Eucarístico y anuncio gozoso.

“Los dos discípulos de Emaús, tras haber reconocido al Señor, **«se levantaron al momento»** (Lc 24,33) para ir a comunicar lo que habían visto y oído. Cuando se ha tenido verdadera experiencia del Resucitado, alimentándose de su cuerpo y de su sangre, **no se puede guardar la alegría sólo para uno mismo**. El encuentro con Cristo, profundizado continuamente en la intimidad eucarística, suscita en la Iglesia y en cada cristiano **la exigencia de evangelizar y dar testimonio**. Lo subrayé precisamente en la homilía en que anuncié el Año de la Eucaristía, refiriéndome a las palabras de Pablo: «Cada vez que coméis de este pan y bebéis de la copa, proclamaréis la muerte del Señor, hasta que vuelva» (1 Cor 11,26). **El Apóstol relaciona íntimamente el banquete y el anuncio: entrar en comunión con Cristo en el memorial de la Pascua significa experimentar al mismo tiempo el deber de ser misioneros del acontecimiento actualizado en el rito”**.

(Carta Apostólica *Mane Nobiscum Domine* de San Juan Pablo II al episcopado, al clero y a los fieles para el año de la eucaristía Oct 2024)

## REFLEXIÓN

### “Se levantaron”: El paso de la tristeza a la acción

El acto de levantarse inmediatamente después de que Jesús desapareció de su vista tiene un profundo significado:

- Restauración de la esperanza: Salir de Jerusalén hacia Emaús representaba huir de un fracaso y volver a una realidad sin esperanza.
- Nueva vida: Levantarse simboliza una “resurrección” personal de su propio estado de ánimo abatido. La tristeza se transforma en una alegría que no puede esperar.



### **“Ponerse en camino”: El regreso a la comunidad**

A pesar de que ya era tarde y el camino era peligroso, regresaron a Jerusalén esa misma hora.

- De la huida a la misión: El camino de regreso ya no es de escape, sino de testimonio. Emaús deja de ser un destino para convertirse en el punto de partida hacia la comunidad.
- La necesidad de compartir: El encuentro con el Resucitado no es para guardárselo; los discípulos necesitan confirmar su experiencia con los Once y otros seguidores en Jerusalén.
- Misión: Sentimos cercano a Jesús cuando leemos la Escritura y frecuentamos la Eucaristía. La Eucaristía es la “fuente” de donde sacamos fuerzas para no huir ante el dolor ajeno. Somos enviados a ser “paz y comunión” en medio de un mundo dividido.
- Nos envía a un mundo que necesita

Esperanza	PARA	Acompañar
Unidad	PARA	Reconciliar
Amor	PARA	Servir
Verdad	PARA	Anunciar

### **PREGUNTAS ...**

- Los discípulos no se quedaron encerrados y disfrutando; corrieron a contar la noticia a todos y anunciar la paz.

### **¿Cómo vivimos nuestra experiencia de fe en nuestro entorno?**

- Ser “instrumentos de paz” no es una opción, es la consecuencia natural de haber reconocido al Señor al partir el pan.

### **¿Qué significa para nosotros que la Eucaristía sea el motor de nuestra vida? ¿Es solo un rito de domingo o sentimos que nos “alimenta” para la semana?**

- Jesús les explica las Escrituras y el corazón les empieza a “arder”. La Biblia no es un libro viejo, es Dios hablándonos hoy.

### **¿Acudo a la Palabra como fuente de vida como nos enseña Jesús de Nazaret?**

## COMPROMISO

Estamos viviendo un momento especial como Iglesia. La visita del Papa no es solo un acontecimiento. Es una llamada. Una llamada a volver al centro. Una llamada a renovar la fe. Una llamada a redescubrir la Eucaristía. Una llamada a ser Iglesia viva.

## CAMINO DE RENOVACIÓN E IGLESIA MISIONERA

La revisión de cómo son nuestras celebraciones eucarísticas en las parroquias, implica partir de la base de que no se trata de cambiar la doctrina, sino de vivir la Misa con mayor profundidad, participación activa y sentido misionero, tal como lo pidió el Concilio Vaticano II.

Para llevar esa visión a la práctica en la parroquia hoy animamos a centrar en cuatro pilares clave que transforman la experiencia comunitaria:

1. Participación Activa (No solo asistir): Que los fieles no sean “espectadores mudos”, sino que comprendan los gestos, respondan con consciencia y se involucren en las Eucaristías.
2. Comunidad y Acogida: Una Eucaristía renovada rompe el individualismo. La parroquia deja de ser un edificio para ser una familia donde el saludo inicial y la despedida tienen peso real. La Eucaristía nos alimenta para luego salir a ser “constructores de la Iglesia” y llevar la fe al mundo cotidiano.
3. Volver a la fuente (Biblia y Liturgia): Un mejor uso del leccionario, oraciones y textos litúrgicos para entender la riqueza de la celebración.
4. Coherencia Misionera: Entender que la Misa no termina con la bendición, sino que ahí empieza el envío. Se sale al mundo a ser “Eucaristía” para los demás, especialmente para los más necesitados.

## COMPROMISO SOCIAL Y FRATERNIDAD

La acogida de los alejados no es solo “dar la bienvenida” en la entrada; es crear una cultura donde cualquier persona, sin importar su situación de fe, se sienta **esperada y valorada**.

Para que una parroquia sea realmente acogedora, **debe pasar de ser un edificio con horarios a ser una familia de relaciones donde se priorice el crecimiento** y la integración de todos los miembros.

- **Compromiso Social y familiar:** El Papa nos llama a ser instrumentos de reconciliación. La Eucaristía nos urge a trabajar por la paz. Una comunidad que celebra la misa no puede ser indiferente ante el que sufre, " Quédate con nosotros" empieza en casa.

### REFLEXIÓN

- Si la Eucaristía nos une a Cristo, nos une también al que sufre.

**¿A qué acción concreta de justicia o caridad nos sentimos llamados como grupo?**

**¿Reconozco a mis hermanos o son simples desconocidos que están a mi lado en la Eucaristía? Hago algo por mejorar la celebración?**

El Domingo es el "Día del Señor" la Eucaristía no es un rito de sombras y silencios sino **el Banquete del Reino** . La Misa es una fiesta y un banquete se disfruta, se comparte y se VIVE.

**¿Que me está diciendo Jesús hoy a mí , en mi situación concreta?**

**¿Sientes que en tu parroquia se percibe ese clima de familia en la mesa, o crees que falta trabajar más la unión entre los hermanos que celebran juntos?**

Después de lo reflexionado y profundizado en la catequesis en torno a la Eucaristía, es el momento de ver cómo prepararnos cada cual para la visita del Papa, cómo hacerla fecunda, cómo participar en ella... Hay que alzar la mirada como nos dice el lema para mirar a Cristo y renovar la vida cristiana de nuestras comunidades.

Terminamos rezando la oración por la visita del Papa

## ORACIÓN POR LA VISITA

Dios, Padre bueno,  
que en tu Hijo Jesucristo nos llamas a alzar la mirada  
y a descubrir en la cruz la esperanza que no defrauda,

te pedimos por tu siervo, el papa León,  
a quien has puesto como pastor de tu Iglesia:  
acompañalo con la fuerza del Espíritu Santo  
en su visita a nuestra tierra,  
para que confirme a tus hijos en la fe,  
fortalezca la comunión de tu Iglesia  
y nos impulse a vivir con alegría el Evangelio.

Haz que, al celebrar la Eucaristía,  
fuente y culmen de la vida cristiana,  
seamos reunidos en la unidad  
y aprendamos a entregarnos como Cristo se entregó por nosotros.

Mueve nuestros corazones  
para que, atentos a la voz de tu Hijo,  
sepamos reconocerlo en los pobres y en los que sufren,  
especialmente en quienes llegan a nosotros buscando esperanza,  
y así seamos en medio del mundo  
artesanos de acogida, de paz y de fraternidad.

Te lo pedimos por Jesucristo, tu Hijo, nuestro Señor,  
que vive y reina contigo en la unidad del Espíritu Santo  
y es Dios por los siglos de los siglos.

Amén.