



Por Cheryl A. Esplin

Segunda Consejera de la Presidencia General de la Primaria

La Santa Cena: Una renovación para el alma

El Espíritu sana y renueva nuestra alma. La bendición prometida de la Santa Cena es que “siempre [podremos] tener su Espíritu [con nosotros]”.

En una ocasión, un grupo de jovencitas me preguntó: “¿Qué le hubiera gustado saber cuando tenía nuestra edad?”. Si respondiera a esa pregunta ahora, les diría: “Cuando tenía su edad me hubiera gustado entender mejor la importancia de la Santa Cena; quisiera haber entendido la Santa Cena de la forma en que el élder Jeffrey R. Holland la describió. Él dijo: ‘Una de las invitaciones inherentes de la ordenanza de la Santa Cena es que sea una verdadera experiencia espiritual, una santa comunión, una renovación del alma’¹”.

¿De qué manera puede ser la Santa Cena “una verdadera experiencia espiritual, una santa comunión, una renovación del alma” cada semana?

La Santa Cena se convierte en una experiencia que nos fortalece cuando escuchamos las oraciones sacramentales y nos volvemos a comprometer a cumplir nuestros convenios. Para hacerlo, debemos estar dispuestos a tomar sobre nosotros el nombre de

Jesucristo². Refiriéndose a esa promesa, el presidente Henry B. Eyring enseñó: “Eso significa que tenemos que considerarnos como que le pertenecemos; lo colocamos en el primer lugar de nuestra vida; deseamos lo que Él desea y no lo que nosotros queremos o lo que el mundo nos enseña que debemos ambicionar”³.

Cuando tomamos la Santa Cena, también hacemos convenios de “recordarle siempre”⁴. La noche antes de ser crucificado, Cristo reunió a Sus



apóstoles e instituyó la Santa Cena. Partió pan, lo bendijo y dijo: “Tomad, comed; esto es en memoria de mi cuerpo, el cual doy en rescate por vosotros”⁵. Luego tomó un vaso de vino, dio gracias, se lo dio a Sus apóstoles para tomar y dijo: “...esto es en memoria de mi sangre... que es derramada por cuantos crean en mi nombre”⁶.

Entre los nefitas, y también al restaurar Su Iglesia en los últimos días, repitió que debemos tomar la Santa Cena en memoria de Él⁷.

Al participar de la Santa Cena, testificamos a Dios que recordaremos a Su Hijo siempre y no sólo durante la breve ordenanza de la Santa Cena. Eso significa que constantemente acudiremos al ejemplo y las enseñanzas del Salvador para guiar nuestros pensamientos, decisiones y actos⁸.

La oración sacramental también nos recuerda que debemos “guardar sus mandamientos”⁹.

Jesús dijo: “Si me amáis, guardad mis mandamientos”¹⁰. La Santa Cena nos da una oportunidad para la introspección y para volcar nuestro corazón a la voluntad de Dios. La obediencia a los mandamientos trae el poder del Evangelio a nuestra vida, así como mayor paz y espiritualidad.

La Santa Cena brinda un momento para una experiencia realmente espiritual al reflexionar en el poder redentor y habilitador del Salvador por medio de Su expiación. Hace poco, una líder de las Mujeres Jóvenes supo de la fortaleza que recibimos al esforzarnos por participar de la Santa Cena de manera reflexiva. A fin de completar un requisito del Progreso Personal, se puso la meta de concentrarse en las palabras de los himnos y de las oraciones sacramentales.

Cada semana llevaba a cabo una autoevaluación durante la Santa Cena. Recordaba los errores que había

cometido y se comprometía a mejorar la próxima semana. Estaba agradecida de poder hacer las cosas bien y llegar a ser limpia. Viendo la experiencia en retrospectiva, dijo: “Estaba poniendo en práctica la parte de la Expiación que corresponde al arrepentimiento”.

Un domingo, después de su auto-evaluación, empezó a sentirse triste y pesimista. Podía ver que estaba cometiendo los mismos errores una y otra vez, semana tras semana. Pero luego tuvo la clara impresión de que estaba dejando de lado una parte importante de la Expiación: el poder habilitador de Cristo. Estaba olvidando todas las ocasiones en que el Salvador la ayudó a ser quien necesitaba ser y a prestar servicio más allá de su propia capacidad.

Con eso en mente, reflexionó nuevamente sobre la semana anterior. Ella dijo: “Un sentimiento de gozo irrumpió en mi melancolía al observar que Él me había dado muchas oportunidades y habilidades. Noté con gratitud la habilidad que tuve de reconocer la necesidad de mi hijo aun cuando no era obvia. Observé que un día en que sentía que no había tiempo para una cosa más, pude ofrecer palabras de fortaleza a una amiga. También había demostrado paciencia en una situación que normalmente producía en mí el efecto contrario”.

Finalizó diciendo: “Al agradecer a Dios el poder habilitador del Salvador en mi vida, me sentí mucho más optimista en cuanto al proceso de arrepentimiento que estaba tratando de aplicar y contemplé la siguiente semana con renovada esperanza”.

El élder Melvin J. Ballard enseñó la manera en que la Santa Cena puede ser una experiencia que sana y purifica. Él dijo:

“¿Quién de nosotros no ha herido en alguna forma su espíritu por

medio de la palabra, el pensamiento o la acción, de domingo a domingo? Ciertamente es que hacemos cosas que lamentamos y por las cuales deseamos ser perdonados... El medio para obtener el perdón... [es] arrepentirnos de nuestros pecados e ir a aquellos a quienes hayamos ofendido y obtener su perdón; después, debemos acudir a la mesa sacramental donde, si hemos seguido con toda sinceridad los pasos del arrepentimiento, seremos perdonados y la cura espiritual se verificará en nuestra alma...”

“Soy testigo”, dijo el élder Ballard, “de que en la administración de la Santa Cena hay presente un Espíritu que entibia el alma de pies a cabeza; se siente que las heridas del espíritu se cicatrizan y la carga se levanta. Todo aquel que es digno y tiene un verdadero deseo de participar de este alimento espiritual recibe consuelo y felicidad”¹¹.

Nuestra alma herida puede ser sanada y renovada no sólo porque el pan y el agua nos recuerdan el sacrificio del Salvador, de Su carne y de Su sangre, sino porque los emblemas también nos recuerdan que Él siempre será nuestro “pan de vida”¹² y “agua viva”¹³.

Tras administrar la Santa Cena a los nefitas, Jesús dijo:

“El que come de este pan, come de mi cuerpo para su alma; y el que bebe de este vino, bebe de mi sangre para su alma; y su alma nunca tendrá hambre ni sed, sino que será llena.

“Y cuando toda la multitud hubo comido y bebido, he aquí, fueron llenos del Espíritu”¹⁴.

Con esas palabras, Cristo nos enseña que el Espíritu sana y renueva nuestra alma. La bendición prometida de la Santa Cena es que “siempre [podremos] tener su Espíritu [con nosotros]”¹⁵.



Quando participo de la Santa Cena, en ocasiones me viene a la mente un cuadro que representa al Salvador resucitado con los brazos extendidos, como si estuviera listo para recibirnos en Su amoroso abrazo. Me encanta ese cuadro. Cuando pienso en él durante la bendición y el reparto de la Santa Cena, mi alma se eleva puesto que casi puedo escuchar las palabras del Salvador: “He aquí, mi brazo de misericordia se extiende hacia vosotros; y a cualquiera que venga, yo lo recibiré; y benditos son los que vienen a mí”¹⁶.

Los poseedores del Sacerdocio Aarónico representan al Salvador cuando preparan, bendicen y reparten la Santa Cena. Cuando un poseedor del sacerdocio extiende el brazo para ofrecernos los emblemas sagrados, es como si el Salvador mismo estuviera extendiendo Su brazo de misericordia, invitando a cada uno de nosotros a participar de los preciosos dones de amor que se ponen a nuestra disposición mediante Su sacrificio expiatorio: los dones del arrepentimiento, el perdón, el consuelo y la esperanza¹⁷.

Cuanto más meditemos sobre el significado de la Santa Cena, más sagrada y significativa será para nosotros. Fue eso lo que un padre de 96 años

expresó a su hijo cuando éste le preguntó: “Papá, ¿por qué vas a la Iglesia? No puedes ver ni escuchar, y te es difícil trasladarte de un lugar a otro. ¿Por qué vas a la Iglesia?”. El padre contestó: “Por la Santa Cena. Voy a participar de la Santa Cena”.

Ruego que cada uno de nosotros vaya a la reunión sacramental preparado para tener “una verdadera experiencia espiritual, una santa comunión, una renovación de [nuestra] alma”¹⁸.

Sé que nuestro Padre Celestial y nuestro Salvador viven. Agradezco la oportunidad que la Santa Cena nos brinda de sentir Su amor y participar del Espíritu. En el nombre de Jesucristo. Amén. ■

NOTAS

1. Jeffrey R. Holland, *Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon*, 1997, pág. 283.
2. Véase Doctrina y Convenios 20:77.
3. Véase de Henry B. Eyring, “Para que seamos uno”, *Liahona*, julio de 1998, pág. 73.
4. Doctrina y Convenios 20:77, 79.
5. Traducción de José Smith, Mateo 26:22 (en Selecciones de la traducción de José Smith).
6. Traducción de José Smith, Mateo 26:24 (en Selecciones de la traducción de José Smith); véanse también Mateo 26:26–28; Marcos 14:22–24; Lucas 22:15–20.
7. Véanse 3 Nefi 18:7, 11; Doctrina y Convenios 20:75.
8. Véase “¿Cómo puedo guardar mis convenios con el fin de recordar siempre al Salvador?”, curso de estudio *Ven, sígueme* de la Escuela Dominical; lds.org/youth/learn/ss/ordinances-covenants/remember; *Leales a la Fe: Una referencia del Evangelio*, 2004, págs. 176–178.
9. Doctrina y Convenios 20:77.
10. Juan 14:15.
11. Melvin J. Ballard, en Melvin R. Ballard, *Melvin J. Ballard: Crusader for Righteousness*, 1966, págs. 132–133.
12. Juan 6:48.
13. Juan 4:10.
14. 3 Nefi 20:8–9.
15. Doctrina y Convenios 20:77.
16. 3 Nefi 9:14.
17. Agradezco a Ann Madsen por su perspectiva en cuanto a este principio.
18. Jeffrey R. Holland, *Christ and the New Covenant*, pág. 283.



Por el élder Chi Hong (Sam) Wong
De los Setenta

Unidos en el rescate

Para poder ayudar al Salvador, debemos trabajar juntos, unidos y en armonía. Todos, en cualquier puesto, en cualquier llamamiento, son importantes.

Con frecuencia escuchamos al presidente Thomas S. Monson hablar de “nuestra responsabilidad de rescatar”¹. Recuerdo un relato en el Nuevo Testamento; es una ilustración perfecta de cómo los miembros y los misioneros pueden trabajar juntos por medio de los consejos de barrio para buscar y rescatar. Se encuentra en Marcos 2:1–5. Me parece que los ejemplos que Jesucristo usó para enseñarnos ciertas doctrinas o principios son siempre muy inspiradores y fáciles de entender.

Uno de los personajes en este relato es un hombre paralítico, alguien que no se podía mover sin la ayuda de otros. Este hombre sólo podía quedarse en casa a la espera de ser rescatado.

En nuestros días sería así: Cuatro personas están cumpliendo con una tarea de su obispo de visitar, en su casa, a un hombre que está enfermo con parálisis. Lo puedo ver, una de ellas es de la Sociedad de Socorro, otra es del quórum de élderes, otra del Sacerdocio Aarónico y, al final, pero no menos importante, un misionero de tiempo completo. En el consejo de barrio más reciente, después de comentar acerca de las necesidades del barrio, el obispo les ha dado tareas de “rescate”. Esas cuatro personas fueron asignadas para ayudar a ese hombre que sufre de parálisis. No pueden esperar a que venga por sí mismo a la Iglesia. Tienen que ir a su casa y visitarlo; deben buscarlo, y así lo hicieron. El hombre fue llevado ante Jesús.

