

Tot té el seu moment,
sota el cel hi ha un temps per a cada cosa. (Cohélet 3, 1)
Diumenge del Cos i la Sang de Crist 2026 - Núm. 368

Nutrició

Et retrobes en el teu espai de pregària, sagrat, amb el Senyor. Avui t'imagines quina serà la dieta adequada quan consideres la teva alimentació. Bé perquè els espots publicitaris t'hi animen, bé perquè alguna indicació mèdica t'hi porta... consideres quin fora l'esmorzar adequat, el dinar més saludable, el sopar més digestiu. Al capdavant, el que cerques són aquells nutrients que et donin més vida.

En l'estona de pregària, presentes al Senyor de la teva Vida aquesta voluntat de lucidesa sobre el que ingereixes. La finalitat: tenir més vida. Recordes que el Senyor se't dona com aliment en el seu Cos i la seva Sang. La finalitat: ser vida per donar més Vida. Més enllà de dietes alimentàries, la del Crist és una aposta per ser vida que dona Vida: cos i sang, on el Crist hi fa estada, en la seva Presència, allí hi ha la Vida.



Et disposes a venerar el Cos de Crist, la humanitat de Crist. Et proposem resseguir totes les parts del teu cos intern mentre prens consciència de la respiració. Inspires l'aire, el sents recórrer per dins teu, alimentant les teves cèl·lules, empenyent la sang que les alimenta quan es lliura. Has fet atenció al teu cos intern. Amb aquesta disposició, repasses també la silueta del teu cos extern. Encara amb els ulls clucs.

Et disposes a contemplar tants altres cossos, també en les seves ferides, les seves nafres, del cos i de l'ànima, les que comparteixen i les que silencien. Els veneres. Pot ser la teva processó de Corpus: venerar el Cos de Crist en tants altres d'ara i aquí. Busques aquell gest que més et convidi a venerar-los mentre pronuncies els noms: sigui postrar-te de genolls, amb un genoll al terra, inclinant el cap, un moviment de mans... Mentre els poses noms, en ells hi trobes el Crist. En aquesta comunió, t'ho jugues tot. D'allí reps la força per donar la vida, per ser un altre Crist.

Llegeixes ara [Joan 6, 51-58](#). Mentre mantens les mans a l'alçada del cor, vols recollir allí les paraules que més t'hi ressonen. Les guardes al cor. Et proposem aturar-te en una o dues... Sense preguntar-te el perquè, la que t'atrau. La guardes al cor. Si ho sents, serà la que t'acompanyi al llarg de la setmana, quan sentis aquella gana que et convoca a menjar d'aquest cos, a combregar amb la humanitat del Crist.

"Déu s'ha fet un de nosaltres, més encara, s'ha fet un amb nosaltres. Això és admirable en el gènere humà: que tots som u... Pels cristians no hi ha "estranyos"... Aquell que està davant meu és el meu pròxim... L'amor de Crist no coneix límits, no acaba mai, no retrocedeix davant la lletjor o la immundícia. L'amor natural tendeix a acaparar la persona estimada per posseir-la en exclusiva. Crist ha vingut per rescatar la humanitat i restituir-la al Pare. Qui estima amb aquest amor, estima les persones per Déu, i no en profit propi. Aquest és el camí més segur per no perdre mai els que estimem així. Perquè quan pel nostre amor col·loquem una persona en el cor de Déu, ens fem un amb ella en Ell, mentre que la passió de posseir sovint porta a la pèrdua." (Edith Stein)

Demanes tenir la gana de combregar aquest Cos. Demanes rebre la força per donar la vida, per esdevenir un altre Crist. T'hi acompanya la pregària del Pare nostre..



"Mi cuerpo es comida"
Casaldàliga-Fones