

# Sesión 5

# Recibiendo la Sagrada Comunión

## Prepara tu corazón

Piense en el momento en que haya sentido más hambre o sed en toda su vida. ¿Cómo se sintió tan hambriento? ¿Cuál fue el impacto emocional de estar en tal necesidad de alimentos o de agua?

La comida y el agua son necesidades tan básicas que cuando faltan puede afectar todas las demás funciones de nuestro cuerpo. El cuerpo da a conocer sus necesidades, y son difíciles de ignorar. Pero, ¿qué pasa con el alma? ¿Cómo se siente el hambre y la sed de Dios mismo?

Lea y reflexione sobre los siguientes pasajes de los Salmos. ¿Qué significan para usted? ¿Qué piensa que significa el hambre y la sed de Dios?

**“Tiene mi alma sed de Dios, del Dios vivo; ¿cuándo podré ir a ver la faz de Dios?”**

—Salmo 42,2

**“Gustad y ved qué bueno es Yahveh, dichoso el hombre que se cobija en él”.**

—Salmo 34,8

**“Yahveh, soy tu Dios, que te hice subir del país de Egipto; abre toda tu boca, y yo la llenaré.... Y a él lo sustentaría con la flor del trigo, lo saciaría con la miel de la peña”.**

—Salmo 81,10.16

Jesús dijo: “Bienaventurados los que tienen hambre y sed de justicia, porque ellos quedarán saciados” (Mateo 5,6). Dios quiere llenarnos con toda cosa buena: primero y sobre todo dándose nos a sí mismo en la Eucaristía. ¿Tiene hambre? ¿Cómo se prepara usted mismo para la fiesta?

# Session 5

# Receiving Holy Communion

## Preparing Your Heart

Think back to a time when you were physically hungrier or thirstier than you had ever been before. What did it feel like to be that hungry? What was the emotional impact of being in such need of food or water?

Food and water are such basic needs that lacking either one can quickly become all-consuming. The body makes its needs known, and they are hard to ignore. But what about the soul? What is it like to hunger and thirst for God himself?

Read and reflect on the following passages from the Psalms. What stands out to you? What do you think it means to hunger and thirst for God?

**“As a deer longs for flowing streams, so longs my soul for you, O God. My soul thirsts for God, for the living God. When shall I come and behold the face of God?”**

—Psalms 42:1–2

**“O taste and see that the Lord is good! Blessed is the man who takes refuge in him!”**

—Psalms 34:8

**“I am the Lord your God, who brought you up out of the land of Egypt. Open your mouth wide, and I will fill it.... I would feed you with the finest of the wheat, and with honey from the rock I would satisfy you.”**

—Psalms 81:10, 16

Jesus said, “Blessed are those who hunger and thirst for righteousness, for they shall be satisfied” (Matthew 5:6). God wants to fill us with every good thing—first and foremost by giving us himself in the Eucharist. Are you hungry? How do you prepare yourself for the feast?

## De un vistazo – Resumen de la sesión

Sección	Actividad	Objetivo	Materiales	Palabras clave
<b>Actividad conecta</b> (al llegar los estudiantes)	<b>San Pablo escribe sobre la Eucaristía</b> Colocar las calcomanías en la hoja para colorear que muestra a San Pablo escribiendo a los Corintios.	Que los alumnos piensen sobre la enseñanza de San Pablo acerca de la Eucaristía.	• Hojas de calcomanías • Libro de actividades del estudiante • Lápices de colores	
<b>Oremos e Introducción</b> (5 minutos)	Lea la oración de apertura y la Introducción a la sesión.	Relacionar la idea de hacer preparativos especiales para días especiales.	• Guía del estudiante	
<b>Veamos</b> (10 minutos)	<b>Jesús está realmente presente</b> (3:30 min). Ver el video que enseña sobre el don de la Eucaristía, y debatir.	Ayudar a los estudiantes a prepararse para recibir a Jesús en la Misa.	• Un dispositivo para reproducir video.	
<b>Leamos la Palabra de Dios</b> (10-15 minutos)	<b>San Pablo escribe sobre la Eucaristía (I Corintios 10,14-17)</b> Que alguien lea en voz alta este resumen del pasaje y luego debatan las preguntas de la Guía del catequista.	Aprender lo que San Pablo enseñó a la Iglesia de Corinto acerca de la Eucaristía	• Guía del estudiante	
<b>Aprendamos sobre nuestra fe</b> (10-20 minutos)	<b>Preparación para la sagrada Comunión</b> Leer juntos esta sección, y luego discutir las preguntas de la Guía del catequista.	Entender mejor por qué es importante prepararse para la Sagrada Comunión, y cómo prepararse. También entender las gracias que recibimos a través de la Comunión.	• Guía del estudiante	• Estado de gracia • Pecado mortal • Reverencia • Ayuno eucarístico
<b>¿Sabías que...?</b> (si el tiempo lo permite)	<b>¿Qué es una hostia?</b> <b>La adoración del Santísimo Sacramento</b> Información adicional para que lea el estudiante.	Una explicación sobre la Hostia. Explicar de qué se trata la Adoración del Santísimo Sacramento.		• Consagrado • Custodia • Adoración
<b>Hagamos actividades</b> (10-25 minutos)	<b>Don especial de Dios</b> Sigue la ruta y elija qué pasos debería seguir al prepararse para recibir la Eucaristía.  <b>Gracias Tic-Tac-Toe</b> Marcar los dones que recibimos de la Eucaristía en un juego de Tic-Tac-Toe.	Repasar las cosas que deberíamos hacer para prepararnos a recibir la Eucaristía.  Repasar los gracias que recibimos cuando recibimos la Eucaristía	• Guía del estudiante • Lápices de colores, bolígrafos o marcadores de punta fina	

## At a Glance – Session Overview

Section	Activity	Purpose	Supplies	Key Words
<b>Connect Activity</b> (as students arrive)	<b>Saint Paul Writes about the Eucharist</b> Place stickers on a coloring sheet showing Saint Paul writing to the Corinthians.	To get students thinking about Saint Paul teaching about the Eucharist.	• Sticker Sheets • Student Activity Book • Crayons	
<b>Let's Pray and Introduction</b> (5 minutes)	Read the Opening Prayer and Introduction to the session.	To relate to the idea of making special preparations for special days.	• Student Guide	
<b>Let's Watch</b> (10 minutes)	<b>Jesus Is Really Present</b> (3:30 min.)  Watch a video teaching about the gift of the Eucharist, and discuss.	Help students prepare to receive Jesus in the Mass.	• A device to show the video segment.	
<b>Let's Read God's Word</b> (10–15 minutes)	<b>Saint Paul Writes about the Eucharist (1 Corinthians 10:14–17)</b>  Have someone read aloud this passage summary, and then discuss the questions in the Teacher Guide.	To learn what Saint Paul taught the church in Corinth about the Eucharist.	• Student Guide	
<b>Let's Learn About Our Faith</b> (10–20 minutes)	<b>Preparing for Holy Communion</b>  Read this section together, and then discuss the questions in the Teacher Guide.	To better understand why it is important to prepare for Holy Communion, and how to prepare. Also to understand the graces we receive through Communion.	• Student Guide	• State of Grace • Mortal sin • Reverence • Eucharistic Fast
<b>Did You Know?</b> (as time permits)	<b>What is a Host?</b>  <b>Adoration of the Blessed Sacrament</b>  Additional information for the student to read.	An explanation about the Host.  To explain what Adoration of the Blessed Sacrament is all about.		• Consecrated • Monstrance • Adoration
<b>Let's Do Activities</b> (10–25 minutes)	<b>God's Special Gift</b>  Follow the path and choose what steps you should follow when preparing to receive the Eucharist.  <b>Graces Tic-Tac-Toe</b>  Mark the graces we receive from the Eucharist in a game of Tic-Tac-Toe.	To review the things we should do to prepare to receive the Eucharist.  To review the graces we receive when we receive the Eucharist.	• Student Guide • Colored pencils, pens, or fine tip markers	

Sección	Actividad	Objetivo	Materiales	Palabras clave
<b>Recordemos y reflexionemos</b> (5–10 minutos)	Debate las preguntas para hacer conexiones con lo que los estudiantes han aprendido.	Ayudar a los estudiantes a recordar los puntos principales de la sesión y repasar los puntos claves de la sesión.	• Guía del estudiante	
<b>Historia de un santo</b> (5–10 minutos)	<b>San Antonio de Padua</b> Lea una breve historia sobre un santo, y debata las preguntas de la Guía del catequista.	Mostrar cómo Dios está presente en la vida de los santos.	• Guía del estudiante	
<b>Oremos</b> (5 minutos)	Practiquen juntos el Versículo de memoria y después hagan la oración final.	Alentar a los estudiantes a meditar la Palabra de Dios en su corazón.	• Guía del estudiante	
<b>Leamos una historia</b> (si el tiempo lo permite, o para llevar a casa)	<b>Patos</b> Lea un relato moderno que siga el tema de algo diferente en lo exterior de lo que realmente es en el interior, y luego debata con las preguntas de la Guía del catequista.	Para conectar la lección con la vida moderna.	• Guía del estudiante	
<b>Página de tarea del estudiante: ¡Vívelo!</b>	<b>Preparándonos para recibirla</b> Responda a las preguntas Verdadero/Falso sobre la preparación para recibir la Sagrada Comunión.  <b>Querido Jesús</b> Escriba una oración especial a Jesús y dibuje una imagen pasando tiempo con él.	Ayudar a los estudiantes a recordar los puntos clave de la lección y conectar lo que han aprendido con sus propias vidas	• Libro de actividades del estudiante	
<b>Página de tarea para la familia</b>	Los padres pueden leer y debatir la Escritura con sus hijos, orar juntos, e ir a adorar juntos	Dotar a los padres de familia con herramientas para la construcción de la fe e implicación con la lección.	• Libro de actividades del estudiante	
<b>Actividades adicionales</b>	<b>Carrera de relevos compartir el amor de Jesús</b> Correr una carrera con globos en forma de corazones o con corazones dibujados.  <b>Letrero de Primera Comunión (Cont.) Jesús sabe mi nombre</b> Continuar trabajando en los letreros.  <b>Canto para la Misa de la Primera Comunión</b> Aprender otra estrofa del <i>Pange Lingua</i> .  <b>Tarjetas</b> Memorizar los términos clave.	Reforzar los objetivos de la lección para satisfacer una gran variedad de estilos de aprendizaje.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Carrera de relevos</b> Véase página 226</li> <li>• <b>Letreros</b> Véase página 226.</li> <li>• <b>Letras de canciones</b> Véase página 228</li> <li>• <b>Tarjetas</b> A partir de la página 419</li> </ul>	

## Session 5

### Receiving Holy Communion

Section	Activity	Purpose	Supplies	Key Words
<b>Let's Recall and Reflect</b> (5–10 minutes)	Discuss questions to make connections with what the students have learned.	To help students remember the main points from the session and to go over key points from the session.	• Student Guide	
<b>Story of a Saint</b> (5–10 minutes)	<b>Saint Anthony of Padua</b> Read a brief story about a saint, and discuss the questions in the Teacher Guide.	To show how God is present in the lives of the saints.	• Student Guide	
<b>Let's Pray</b> (5 minutes)	Practice the Memory Verse together, and then close in prayer.	To encourage students to ponder God's Word in their hearts.	• Student Guide	
<b>Let's Read a Story</b> (as time allows, or take-home)	<b>Ducks</b> Read a modern story that follows the theme of something appearing different on the outside than what it really is on the inside, and then discuss using questions from the Teacher Guide.	To connect the lesson to modern life.	• Student Guide	
<b>Student Take-Home Page: Let's Live It!</b>	<b>Preparing to Receive</b> Answer the True/False questions about preparing to receive Communion.  <b>Dear Jesus</b> Write a special prayer to Jesus and draw a picture of spending time with Jesus.	To help students remember key points from the lesson and connect what they've learned to their own lives.	• Student Activity Book	
<b>Family Take-Home Pages</b>	Parents can read and discuss the Scripture with their children, pray together, and go to Adoration together.	To equip parents with tools for family faith building and involvement with the lesson.	• Student Activity Book	
<b>If-You-Have-Time Activities</b>	<b>Share the Love of Jesus Relay Race</b> Run a race with balloon hearts.  <b>First Communion Banner (Cont.)</b> <b>Jesus Knows My Name</b> Continue working on banners.  <b>Song for First Communion Mass</b> Learn another verse of <i>Pange Lingua</i> .  <b>Flash Cards</b> Memorize key terms.	To reinforce the lesson objectives to meet a variety of learning styles.	• <b>Relay Race</b> See page 227  • <b>Banners</b> See page 227  • <b>Song Lyrics</b> See page 229  • <b>Flash Cards</b> Can be found starting on page 42!	

## Objetivos de la sesión

**Después de esta sesión, los estudiantes deberían reconocer que:**

- Jesús está realmente presente en la Eucaristía en Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad en cada gota de la Preciosa Sangre y en cada trozo de la Hostia.
- Recibir la Eucaristía en la Misa es tan importante que deberíamos hacer algunas cosas especiales para preparar nuestro cuerpo y nuestra alma.
- Preparamos nuestro cuerpo para tener hambre de Jesús mediante el ayuno de comida y bebida durante una hora antes de recibir la Sagrada Comunión. Preparamos nuestra alma yendo a confesarnos si hemos cometido un pecado mortal de modo que podamos recibir a Jesús en estado de gracia.

## Conecta – Actividad de apertura

### San Pablo escribe sobre la Eucaristía

Esta actividad y las calcomanías están en el Libro de actividades del estudiante. Dirija a los estudiantes a que empiecen a hacerla mientras esperan a que los demás estudiantes lleguen y se acomoden.

Mientras los estudiantes trabajan, pídale que comparten lo que ya saben sobre la Iglesia cristiana primitiva y sobre los Apóstoles. ¿Qué hicieron los Apóstoles para difundir la Palabra de Dios?

### Versículo de memoria

Mientras los estudiantes están trabajando, pregunte si recuerdan el Versículo de memoria de la última sesión.

*“Yo soy el pan vivo, bajado del cielo. Si uno come de este pan, vivirá para siempre”.*

—Juan 6,51

### Oremos



Iniciar la sesión con una oración. Que los estudiantes vayan a la página 122 de la Guía del estudiante y lean juntos la sección OREMOS. A continuación, lean en voz alta la INTRODUCCIÓN de la Guía del estudiante.

- Podemos recibir la Hostia en la lengua o en la mano, donde hemos hecho de nuestras manos como un trono para Jesús. Debemos mostrar siempre la debida reverencia al recibir a Cristo.
- Recibimos gracias especiales cuando recibimos la Eucaristía: tenemos una muy especial unión con Cristo y con su Iglesia, las gracias de nuestro bautismo aumentan y se renuevan, nuestros pecados veniales son perdoados, y crecemos en el amor a Dios y a los demás.

Sesión 5  
Recibiendo la Sagrada Comunión

**😊 Conecta – Actividad de apertura**  
**San Pablo escribe sobre la Eucaristía**

San Pablo difundió la Buena Noticia de Jesús en todo el mundo. Escribió cartas a los cristianos que visitó. Estas cartas fueron tan especiales que se convirtieron en parte de la Biblia. Colorea la imagen inferior y coloca las calcomanías en las burbujas de pensamiento de San Pablo.

© 2018 Augsburg Fortress

Sesión 5  
Recibiendo la Sagrada Comunión

**Oremos**

Señor Jesucristo,  
Hijo del Dios vivo,  
al morir en la cruz ganaste  
para nosotros el perdón de los pecados  
y la esperanza  
de vivir un día contigo en el cielo.  
Que tu Cuerpo y Sangre,  
que estoy a punto de recibir  
en la Sagrada Comunión,  
me guarden del pecado y de todo mal.  
Dame fuerza para seguir siempre  
tus mandamientos,  
y nunca permitas que  
me separe de ti.  
Amén.

**Introducción**

¿Qué haces en la mañana para  
prepararte para tu día?  
Probablemente hay ciertas  
cosas que haces todos los días,  
como vestirte, desayunar y  
cepillarte los dientes. Sin  
embargo, si es un día muy  
importante y especial, tal vez  
tengas que hacer más cosas  
para asegurarte de estar  
preparado. Cuando algo es  
realmente especial, nos  
aseguramos de que estamos  
listos para ello. La Eucaristía  
es el don más especial de Dios  
para nosotros, así que  
hacemos algunas cosas  
especiales para prepararnos  
a recibir este don.

122

## Session 5

### Receiving Holy Communion

# Main Objectives

#### After this session, students should recognize that:

- Jesus is truly present in the Eucharist—Body, Blood, Soul, and Divinity—in every drop of the Precious Blood and in every piece of the Host.
- Receiving the Eucharist at Mass is so important that we should do some special things to prepare our bodies and our souls.
- We prepare our bodies to hunger for Jesus by fasting from food and drink for one hour before receiving Holy Communion. We prepare our souls by going to Confession if we have committed a mortal sin so we can receive Jesus in the state of grace.

- We can receive the Host on the tongue or in the hand, where we have made our hands like a throne for Jesus. We must always show proper reverence when receiving Christ.
- We receive special graces when we receive the Eucharist: we have a very special union with Christ and with his Church, our baptismal graces are increased and renewed, our venial sins are forgiven, and we grow in love of God and of others.

## Connect — Opening Activity

### Saint Paul Writes about the Eucharist

This activity and the stickers are in the Student Activity Book. Direct the students to get started on this as they enter and wait for others to arrive and get settled.

As students work, ask them to share what they already know about the early Christian Church and the Apostles. What did the Apostles do to spread the Word of God?

### Review Memory Verse

As students are working, ask if they remember the memory verse from the last session.

*"I am the living bread which came down from heaven; if anyone eats of this bread, he will live for ever."*

—John 6:51

## Let's Pray



Begin the session with a prayer.

Have students turn to page 123 of the Student Guide and read the LET'S PRAY section along with you. Then read aloud the INTRODUCTION from the Student Guide.

Session 5  
Receiving Holy Communion

### Connect — Opening Activity

**Saint Paul Writes about the Eucharist**

Saint Paul spread the Good News of Jesus all over the world. He wrote letters to the Christians he visited. These letters were so special they became part of the Bible. Color the picture below and place the stickers in Saint Paul's thought bubbles.

© 2018 Augustine Institute

Session 5

### Receiving Holy Communion

## Let's Pray

O Lord Jesus Christ,  
Son of the living God,  
by dying on the Cross,  
you won for us the forgiveness of sins  
and the hope of living in Heaven  
with you one day.  
May your Body and Blood,  
which I am about to receive  
in Holy Communion,  
keep me from sin and every evil.  
Give me the strength to always follow  
your commandments,  
and never let me be  
separated from you.  
Amen.

## Introduction

What do you do in the morning to get ready for your day? You probably have some things that you do every day, like get dressed, eat breakfast, and brush your teeth. If it is a very special and important day, maybe you have extra things you need to do to make sure you are prepared. When something is really special, we make sure we are ready for it. The Eucharist is God's most special gift to us, so we do some special things to get ready to receive this gift.

## Profundización para el catequista

**Lea la siguiente información cuando prepare esta sesión. La Eucaristía es tan especial que hacemos algunas cosas especiales para prepararnos a recibirla.**

Comúnmente se dice que la práctica hace la perfección. Una versión un poco menos conocida, pero más exacta, es esta: sólo la práctica perfecta hace la perfección. Esto es cierto para la preparación a la Primera Comunión, y los efectos de dicha práctica tienen el potencial de ser no sólo duraderos, sino eternos.

Si realmente creemos que la Eucaristía es el Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad de Jesús, entonces tenemos que actuar en consecuencia. ¿Cómo se prepararía para recibir a un invitado especial en su casa? ¿Limpiaría su casa y estaría dispuesto a darle toda su atención cuando llegue?

¿Deberíamos hacer menos por nuestro Señor cuando él viene a nosotros en la Sagrada Comunión?

Parte de la enseñanza de la presencia real de Cristo en la Eucaristía es enseñar cómo mostrar reverencia hacia esa presencia. Si mostramos reverencia hacia el sacramento en nuestras palabras y acciones, entonces construiremos y alimentaremos nuestra fe en la presencia real. Pero hablar y actuar irreverentemente puede realmente socavar nuestra propia fe, así como causar escándalo para los demás. Los preparativos que hacemos para recibir el sacramento (¡cada vez que lo recibimos, no sólo en la Primera Comunión!), y nuestra actitud, comportamiento y vestido en Misa son todas ellas formas en que podemos expresar nuestra fe y nuestro agradecimiento por el increíble regalo de la Eucaristía.

## Véamose

### Jesús está realmente presente (3:30 minutos)

El segmento en video puede ser visto en cualquier momento durante la sesión. Estos son los principales puntos de enseñanza en el video:

- Dios, desde el principio, quiere tener una amistad muy especial con nosotros. Jesús nos da la Eucaristía como el último regalo de su amistad.
- La transubstanciación es transformación del pan y del vino en el Cuerpo y la Sangre de Cristo.
- En cada Misa, entramos realmente en lo que Jesús hizo en la Última Cena.
- Debemos prepararnos para la Misa y para recibir a Jesús y ofrecernos a él.

## Preguntas para la discusión

### 1. ¿De qué manera quiere Jesús ser tu mejor amigo?

Jesús quiere ser nuestro amigo. Él nos ama más que nadie haya podido jamás amarnos. Jesús no sólo nos creó por amor y nos salvó de nuestros pecados, sino que quiere estar cada día tan cerca de nosotros como sea posible. La Eucaristía nos muestra de una manera especial cuánto quiere Jesús ser nuestro mejor amigo y estar cerca de nosotros, porque Jesús se hace realmente presente en la Eucaristía para que podamos recibirla en cada Misa.



### 2. ¿Por qué la Misa es tan increíble?

La Misa es increíble porque nos permite entrar realmente en lo que Jesús hizo en la Última Cena: ¡Cuando él se entregó totalmente a nosotros en la Eucaristía! La Misa es también asombrosa, porque todos los ángeles y santos se reúnen con nosotros como la única familia de Dios para adorar a Dios y a Jesús en la Eucaristía: el cielo y la tierra se juntan en cada Misa.

### 3. ¿Qué podemos hacer para prepararnos a recibir a Jesús en la Santa Misa?

Realmente podemos trabajar duro para prestar atención en la Misa y escuchar las lecturas y oraciones. Especialmente queremos prepararnos para entregarnos totalmente a Jesús cuando recibimos la sagrada Comunión. Jesús se nos está dando totalmente, ¡por lo cual nosotros queremos devolverle todo a él!

## Digging Deeper: Teacher Prep

**Read the following background information as you prepare for this session. The Eucharist is so special, we do some special things to prepare to receive it.**

It is commonly said that practice makes perfect. A slightly less popular—but more accurate—version is this: only perfect practice makes perfect. This holds true for preparing for First Holy Communion, and the effects of such practice have the potential to be not just life-long, but eternal.

If we really believe that the Eucharist is the Body, Blood, Soul, and Divinity of Jesus, then we have to act accordingly. How would you prepare to receive a special guest into your home? Would you clean your house and be ready to give

them your full attention when they arrive? Should we do any less for our Lord when he comes to us in Holy Communion?

Part of teaching the Real Presence of Christ in the Eucharist is teaching how to show reverence for that presence. If we show reverence toward the sacrament in our words and actions, then we will build up and nourish our belief in the Real Presence. But speaking and acting irreverently can actually undermine our own faith, as well as cause scandal for others. The preparations we make for receiving the sacrament (every time we receive, not just First Communion!), and our attitude, behavior, and dress at Mass are all ways that we express our faith in and gratitude for the incredible gift of the Eucharist.

## Let's Watch

### **Jesus Is Really Present (3:30 minutes)**

The video segment can be viewed at any time during the session. Here are the main teaching points in this session's video:

- God, from the beginning, desires to have a very special friendship with us. Jesus gives us the Eucharist as the ultimate gift of his friendship.
- Transubstantiation is the change of bread and wine into the Body and Blood of Christ.
- At every Mass, we really enter into what Jesus did at the Last Supper.
- We need to prepare ourselves at Mass to receive Jesus and to offer ourselves back to him.

## Discussion Questions

### **1. In what ways does Jesus want to be your best friend?**

Jesus wants to be our friend. He loves us more than anyone else could ever love us. Not only did Jesus create us out of love and save us from our sins, he wants to be as close as possible to us every day. The Eucharist shows us in a special way just how much Jesus wants to be our best friend and be close to us because Jesus makes himself really present in the Eucharist so we can receive him at every Mass.



### **2. Why is Mass so amazing?**

The Mass is amazing because we get to really enter into what Jesus did at the Last Supper—when he gave himself totally to us in the Eucharist! The Mass is also amazing because all of the angels and saints gather with us as the one family of God to worship God and Jesus in the Eucharist—Heaven and earth come together at every Mass.

### **3. What can we do to prepare to receive Jesus at Mass?**

We can really work hard to pay attention at Mass and listen to the readings and prayers. We especially want to prepare ourselves to give ourselves totally to Jesus when we receive Holy Communion. Jesus is giving himself totally to us, so we want to give everything back to him!

## Profundización para el catequista

**Lea la siguiente información cuando prepare esta sesión.**

San Pablo fundó la Iglesia de Corinto en su segundo viaje misionero, y se quedó con la gente de allí durante un año y medio. Pero después de partir, surgieron diversos problemas en la comunidad. Algunos de esos problemas tenían que ver con cómo celebraban la Eucaristía los cristianos en Corinto. Algunos de ellos todavía estaban involucrados en acciones idólatras mientras asistían también a la Misa y recibían la Eucaristía. Y algunos de ellos parecían rechazar a otros miembros de la comunidad cristiana, en lugar de aceptarlos como hermanos y hermanas en Cristo.

San Pablo escribió a sus amados hijos espirituales en Corinto para corregir estos problemas. Les recordó que la Eucaristía nos introduce en una unión más profunda con el

único Dios verdadero: así, siempre debemos rechazar todos los falsos dioses. Para los Corintios, esto significaba no participar en las prácticas religiosas paganas. Esto probablemente no es un problema para la mayoría de nosotros hoy, pero si ponemos algo delante de Dios en nuestras vidas, eso es también una especie de idolatría.

San Pablo recuerda también a los Corintios que la Eucaristía no sólo nos une con Cristo: nos une a unos con otros de una forma muy real. Una sencilla demostración visual de esto sería tener a un estudiante de pie en medio de la clase y al resto repartidos por la clase. Mientras los estudiantes se acercan al estudiante de en medio, también se acercan unos a otros. De la misma manera, cuando nos acercamos a Jesús, nos acercamos a todos los demás que también se acercan a Cristo.

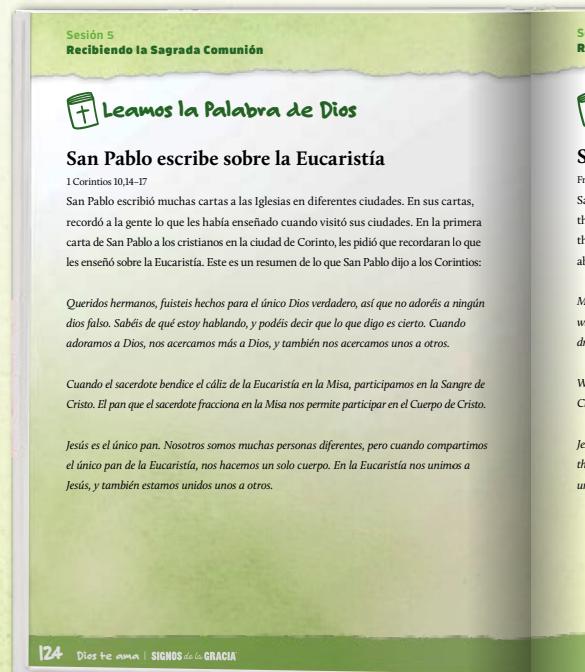
## Leamos la Palabra de Dios

### San Pablo escribe sobre la Eucaristía 1 Corintios 10,14–17

Que alguien lea en voz alta el pasaje LEAMOS LA PALABRA DE DIOS en la Guía del estudiante en la página 124. Deténgase lo necesario para ayudar a los estudiantes a comprender las palabras clave que serán introducidas a lo largo de la sesión. Las definiciones se encuentran en la Guía del estudiante.

**Después de leer la sección de la Escritura, los estudiantes deberían reconocer que...**

- San Pablo escribió a la Iglesia en Corinto acerca de la Eucaristía.
- Fuimos hechos para Dios y no debemos adorar a los falsos dioses.
- Adorar a Dios nos lleva a una relación más estrecha con Dios y entre nosotros.
- El cáliz y el pan de la Eucaristía nos permiten participar en el Cuerpo y la Sangre de Cristo.
- La Eucaristía nos une a Jesús y a los demás.



## Digging Deeper: Teacher Prep

**Read the following background information in preparation for this session.**

Saint Paul founded the church in Corinth on his second missionary journey, and he stayed with the people there for a year and a half. But after he left, various problems arose in the community. Some of those problems had to do with how the Christians in Corinth celebrated the Eucharist. Some of them were still engaging in idolatrous actions while also attending Mass and receiving the Eucharist. And some of them seemed to reject other members of the Christian community rather than accepting them as brothers and sisters in Christ.

Saint Paul wrote to his beloved spiritual children in Corinth to correct these problems. He reminded them that the

Eucharist brings us into a deeper union with the one, true God—and so we must always reject all false gods. For the Corinthians this meant not participating in pagan religious practices. This probably isn't a problem for most of us today, but if we put anything before God in our lives, that is also a kind of idolatry.

Saint Paul also reminded the Corinthians that the Eucharist doesn't just unite us with Christ—it unites us with one another in a very real way. An easy visual demonstration of this would be to have one student stand in the middle of the room and the rest spread out around the room. As students move closer to the student in the middle, they also move closer to one another. In the same way, when we come closer to Jesus, we come closer to everyone else who is also drawing closer to Christ.

### Let's Read God's Word

#### Saint Paul Writes about the Eucharist From 1 Corinthians 10:14–17

Have someone read aloud the LET'S READ GOD'S WORD passage in the Student Guide on page 125. Pause as necessary to help students understand the key words as they are introduced throughout the session. Definitions are in the Student Guide.

#### After reading the Scripture section, students should recognize that...

- Saint Paul wrote to the church in Corinth about the Eucharist.
- We were made for God and must not worship any false gods.
- Worshipping God draws us closer to God and to each other.
- The cup and bread of the Eucharist let us share in the Body and Blood of Christ.
- The Eucharist unites us to Jesus and to each other.

The image shows a page from the Student Guide. At the top, it says "Session 5 Receiving Holy Communion". Below that is the title "Let's Read God's Word" with a small icon of a book and a cross. The main text is "Saint Paul Writes about the Eucharist" followed by "From 1 Corinthians 10:14–17". The text discusses how Saint Paul wrote many letters to churches in different cities, including the Christians in Corinth, asking them to remember what he taught them about the Eucharist. It quotes Saint Paul: "My beloved, you were made for the one true God, so don't worship any false gods. You know what I am talking about, and you can tell that what I say is true. When we worship God, we draw closer to God, and we also draw closer to one another." Another quote follows: "When the priest blesses the cup of the Eucharist in the Mass, then we share in the Blood of Christ. The bread that the priest breaks in the Mass lets us share in the Body of Christ." At the bottom, it says "Jesus is the one bread. We are many different people, but when we share the one bread of the Eucharist, we become one body. In the Eucharist we are united to Jesus, and we are also united to each other." The page number "125" is at the bottom left, and the publisher information "SIGNS of GRACE | You Are Loved" is at the bottom right.

## Hablemos

### Preguntas para la discusión

Use las preguntas siguientes para ayudar a sus estudiantes a entender con mayor profundidad el material de LEAMOS LA PALABRA DE DIOS.

**1. Segundo las palabras de San Pablo, cuando adoramos a Dios, ¿cómo afecta a nuestra relación con Dios? ¿Y con otros cristianos? ¿Por qué crees que ocurre esto?**

Cuando adoramos a Dios, nos acercamos más a él, y también nos acercamos mutuamente. Nuestro culto le dice a Dios lo que le amamos, y nos permite recibir su amor. Cuando estamos adorando a Dios, estamos haciendo lo mismo que hacen otros católicos, y estamos haciendo lo que Dios quiere que hagamos. Esto nos lleva a todos más cerca unos de otros.

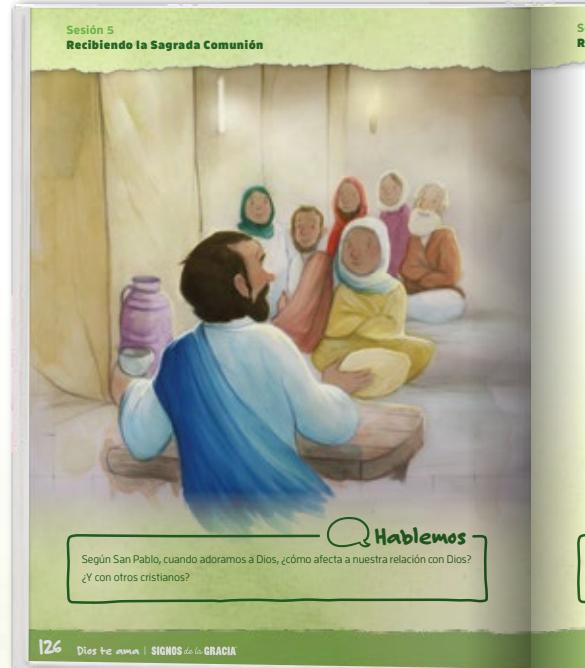
**2. ¿Cómo nos une en Cristo la Sagrada Comunión?**

Algunas respuestas pueden incluir que la Eucaristía es el Cuerpo de Cristo; cuando reciben la Eucaristía se acercan a Dios; cuando reciben la Eucaristía, están unidos con sus hermanas y hermanos en la fe.

Si tiene tiempo, aquí hay algunas preguntas adicionales para compartir en clase:

**3. San Pablo ya había enseñado a los corintios acerca de la Eucaristía cuando él estaba en su ciudad. ¿Por qué crees que también les escribió sobre la Eucaristía en una carta?**

Escribió sobre la Eucaristía porque es tan importante que necesitamos escuchar la verdad sobre ella una y otra vez. Él no quería que los corintios olvidaran todo lo que había dicho, y sabía que necesitaban que se les recordara. Lo que dice en su carta a los Corintios es lo que realmente necesitaban oír de nuevo. Y porque esta carta es Sagrada Escritura, también es exactamente lo que el Espíritu Santo quería que San Pablo escribiera, y es exactamente lo que necesitamos escuchar una y otra vez.



Según San Pablo, cuando adoramos a Dios, ¿cómo afecta a nuestra relación con Dios?  
¿Y con otros cristianos?

126 Dios te ama | SIGNOS de la GRACIA

**4. ¿Qué dice San Pablo que son realmente el cáliz y el pan de la Eucaristía? ¿Qué hacemos cuando recibimos la Eucaristía?**

Él dice que el cáliz es la Sangre de Cristo y el pan es realmente el Cuerpo de Cristo. Cuando recibimos la Eucaristía, estamos participando en el Cuerpo y la Sangre de Cristo. Esto hace de nosotros un solo cuerpo: el Cuerpo de Cristo.

## Let's Talk About It

### Discussion Questions

Following are questions you can ask your students to help them understand the LET'S READ GOD'S WORD material in more depth.

- 1. According to Saint Paul, when we worship God, how does it affect our relationship with God? With other Catholics? Why do you think this is?**

When we worship God, we draw closer to him, and we also draw closer to one another. Our worship tells God how much we love him, and it allows us to receive his love. When we are worshipping God, we are doing the same thing that other Catholics are doing, and we are doing what God wants us to do. This brings us all closer to each other.

- 2. How does Holy Communion unite us together in Christ?**

Some answers might include that the Eucharist is the Body of Christ; when they receive the Eucharist they draw closer to God; when they receive the Eucharist, they are united with their sisters and brothers in the Faith.

If you have time, here are some additional questions to discuss in class:

- 3. Saint Paul had already taught the Corinthians about the Eucharist when he was in their city. Why do you think he also wrote to them about the Eucharist in a letter?**

He wrote about the Eucharist because it is so important that we need to hear the truth about it over and over. He didn't want the Corinthians to forget anything he had said, and he knew they needed to be reminded. What he says in his letter is what the Corinthians really needed to hear again. And because this letter is Scripture, it is also exactly what the Holy Spirit wanted Saint Paul to write, and it is exactly what we need to hear over and over again.



- 4. What does Saint Paul say that the cup and bread of the Eucharist really are? What do we do when we receive the Eucharist?**

He says that the cup is really the Blood of Christ and the bread is really the Body of Christ. When we receive the Eucharist, we are sharing in the Body and Blood of Christ. This makes us all one body—the Body of Christ.

## Profundización para el catequista

**Lea la siguiente información cuando prepare esta sesión.**

¿Qué tan importante es Dios? ¿Cómo podríamos siquiera comenzar a poner nuestra respuesta en palabras? Sin embargo, la Eucaristía debe ser también muy importante en nuestras vidas. Y porque la Eucaristía es tan indescriptiblemente especial e importante, la manera en que nos preparamos para recibirla es también increíblemente importante.

En la Misa ofrecemos una oración que recuerda las palabras del centurión: "Señor, no soy digno de que entres bajo mi techo, basta que lo digas de palabra y mi criado quedará sano." (véase Mateo 8,8). Ninguno de nosotros es digno del gran don de la Eucaristía, pero se nos pide que hagamos nuestro mejor esfuerzo para prepararnos para recibirlo.

San Pablo nos advierte que recibir la Eucaristía cuando sabemos que no estamos preparados es un asunto muy serio. Él dice: "Quienquiera que coma el pan o beba el cáliz del Señor de una manera indigna será culpable de profanar el Cuerpo y la Sangre del Señor" (I Corintios II,27). Profanar algo que es santo es tratarlo sin el respeto que es debido. Así que recibirlo cuando no nos hemos preparado confesando cualquier pecado mortal que hemos cometido o no observar el ayuno eucarístico es no mostrar a Dios la reverencia que merece.

Además de asegurarse de que estamos en estado de gracia y observando el ayuno, el Catecismo señala que "la actitud corporal (gestos, vestimenta) debería transmitir el respeto, la solemnidad y la alegría de este momento en que Cristo se convierte en nuestro invitado" (CIC I387). Cómo nos vestimos para la Misa y cómo nos comportamos en la iglesia son parte de los preparativos que hacemos para recibir a Cristo en la Sagrada Comunión.

Nos preparamos cuidadosamente para recibir la Eucaristía, porque al hacerlo expresamos nuestro amor a nuestro Señor. Pero nuestra preparación es también importante porque cuanto mejor preparados estemos, más abiertos estaremos a la gracia del sacramento y a su efecto transformador en nuestras vidas.

Las gracias de la Eucaristía son una realidad objetiva. Están plenamente presentes y disponibles, las reconocemos o no, o estemos o no dispuestos a cooperar con ellas: igual que la Eucaristía es realmente el Cuerpo y la Sangre de Jesús, crea alguien o no en la presencia real. Pero si estamos bien dispuestos adecuadamente para recibir la gracia del sacramento, entonces dará mayor fruto en nuestra vida. La Eucaristía es un don que no podemos ganar, pero podemos apreciar y recibir las gracias del don más plenamente cuando nos hemos tomado tiempo para prepararnos a recibirla.

## Aprendamos sobre nuestra fe

### Preparación para la Sagrada Comunión

Que alguien lea en voz alta APRENDAMOS SOBRE NUESTRA FE en la Guía del estudiante en la página 128. Deténgase lo necesario para ayudar a los estudiantes a comprender las palabras clave que serán introducidas a lo largo de la sesión. Las definiciones se encuentran en la Guía del estudiante.

**Después de leer la sección APRENDAMOS SOBRE NUESTRA FE, los estudiantes deberían reconocer que...**

- La Eucaristía es tan especial que necesitamos hacer cosas especiales para disponer nuestro cuerpo y nuestra alma a recibirlo.
- Necesitamos estar en estado de gracia para recibir la Comunión.
- Ayunamos de toda comida y bebida durante una hora antes de recibir la Comunión.

- Podemos recibir la Hostia en nuestras lenguas o en nuestras manos, colocadas en forma de trono para recibir a Jesús.
- Cuando recibimos la Preciosa Sangre, debemos sostener cuidadosamente el cáliz con ambas manos y tomar un pequeño sorbo.

Sesión 5  
Recibiendo la Sagrada Comunión

**Aprendamos sobre nuestra fe**

**Preparación para la Sagrada Comunión**

La Eucaristía es muy importante porque es el Cuerpo y la Sangre de nuestro Señor Resucitado, Cristo Jesús. Porque es tan importante, tenemos que hacer algunas cosas especiales para estar preparados para recibir a Jesús en la Eucaristía.

Cuando recibimos la Sagrada Comunión, estamos unidos a Jesús, y por ello tenemos que estar en **estado de gracia**. Cuando estamos en estado de gracia, tenemos la vida divina de la gracia de Dios dentro de nosotros, y podemos estar unidos a Jesús.

Cometer un **pecado mortal** nos saca del estado de gracia, por lo que debemos estar verdaderamente arrepentidos y recibir el perdón de cualquier pecado mortal en el Sacramento de la Reconciliación antes de recibir la Eucaristía. Estar en estado de gracia

128 Dios te ama | SIGNOS de la GRACIA

## Digging Deeper: Teacher Prep

**Read the following information as you prepare for the session.**

How important is God? How would we even begin to put our answer into words? Yet the Eucharist must also be just as important in our lives. And because the Eucharist is so indescribably special and important, the way that we prepare to receive the Eucharist is incredibly important as well.

At Mass we offer a prayer that recalls the words of the centurion: “Lord, I am not worthy that you should enter under my roof, but only say the word and my soul shall be healed” (see Matthew 8:8). None of us are worthy of the great gift of the Eucharist, but we are asked to do our best to prepare ourselves to receive it.

Saint Paul warns us that receiving the Eucharist when we know we are not prepared is a very serious matter. He says, “Whoever, therefore, eats the bread or drinks the cup of the Lord in an unworthy manner will be guilty of profaning the body and blood of the Lord” (1 Corinthians 11:27). To profane something that is holy is to treat it without the respect it is due. So to receive when we have not prepared ourselves by confessing any mortal sins that we may have committed or by observing the Eucharistic fast is to fail to show God the reverence that he deserves.

In addition to making sure we are in a state of grace and observing the fast, the *Catechism* points out that “bodily demeanor (gestures, clothing) ought to convey the respect, solemnity, and joy of this moment when Christ becomes our guest” (CCC 1387). How we dress for Mass and how we behave at church are part of the preparations we make for receiving Christ in Holy Communion.

We prepare ourselves carefully to receive the Eucharist because in doing so we express our love for our Lord. But our preparation is also important because the better prepared we are, the more open we are to the grace of the sacrament and its transforming effect in our lives.

The graces of the Eucharist are an objective reality. They are fully present and available, whether or not we recognize them or are ready to cooperate with them—just as the Eucharist is really Jesus’s Body and Blood, whether or not someone believes in the Real Presence. But if we are properly disposed to receive the graces of the sacrament, then they will bear greater fruit in our lives. The Eucharist is a gift that we do not earn, but we can appreciate and receive the graces of the gift more fully when we have taken the time to prepare to receive it.

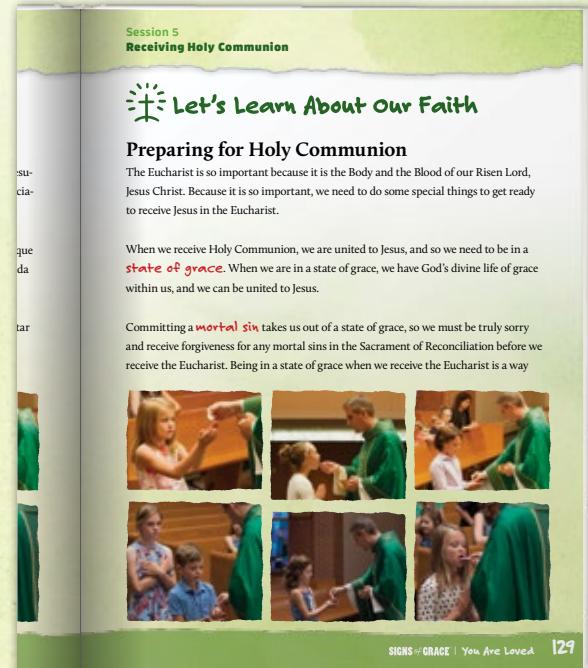
## Let's Learn About Our Faith

### Preparing for Holy Communion

Have someone read aloud the LET'S LEARN ABOUT OUR FAITH in the Student Guide on page 129. Pause as necessary to help students understand the key words as they are introduced throughout the session. Definitions are in the Student Guide.

**After reading the LET'S LEARN ABOUT OUR FAITH section, students should recognize that...**

- The Eucharist is so special that we need to do special things to get our bodies and our souls ready to receive it.
- We need to be in the state of grace to receive Communion.
- We fast from all food and drink for one hour before receiving Communion.
- We can receive the Host on our tongues or in our hands, shaped like a throne to receive Jesus.



- When we receive the Precious Blood, we must hold the chalice carefully with both hands and take a small sip.

## Hablemos

### Preguntas para la discusión

Las siguientes preguntas tienen el fin de ayudar a sus estudiantes a entender el material “Aprendamos sobre nuestra fe”, más en profundidad.

#### 1. ¿Por qué es importante estar en estado de gracia cuando recibimos la Sagrada Comunión?

El pecado mortal rompe nuestra relación con Dios. Debemos reparar primero esa relación, para que podamos recibir las gracias de Dios en la Eucaristía. De lo contrario, recibir la Eucaristía cuando no estamos en estado de gracia puede endurecer nuestros corazones hacia Dios. Estar en estado de gracia para recibir la Sagrada Comunión muestra reverencia a Jesús y nos prepara para estar unidos a él en el sacramento

Si tiene tiempo, aquí hay algunas preguntas adicionales para compartir en clase:

#### 2. ¿Qué significa la reverencia? ¿Por qué es tan importante mostrar la debida reverencia hacia el Sacramento de la Eucaristía?

Reverencia significa respeto, especialmente hacia algo que es santo. Es importante mostrar la debida reverencia por la Eucaristía, porque no sólo es santa, ¡es el mismo Jesús! Si no mostramos reverencia por la Eucaristía, es como decirle a Dios que no le tenemos respeto.

#### 3. ¿Qué gracia especial de la Eucaristía te emociona realmente? ¿Por qué?

La Eucaristía aumenta nuestra unión con Cristo y con su Iglesia: es emocionante acercarse más a Dios, y es emocionante estar más cerca de nuestros amigos y familiares de lo que es humanamente posible. También nos aproxima a la gente de todo el mundo y de todos los tiempos: te hace cercano a tus santos. La Eucaristía protege, aumenta y renueva la vida de fe que hemos recibido en el bautismo. Esto es emocionante porque la mayoría de nosotros no recordamos nuestro bautismo, pero cuando recibimos la Eucaristía se nos vuelve a conectar con nuestro bautismo y aumentan esas gracias. La Eucaristía nos separa del pecado. Perdona los pecados veniales pasados y nos ayuda a elegir no pecar en el futuro. Esto es emocionante porque

**Palabras clave**

**Estado de gracia**

Estado de posesión de la vida divina de Dios dentro de nosotros.

**Pecado mortal**

Pecado grave que nos separa de Dios y provoca la pérdida de la gracia santificante.

**Reverencia**

Mostrar respeto, especialmente para las cosas que son santas.

**Ayuno eucarístico**

Regla por la que no debemos comer ni beber nada (excepto agua o medicina) durante al menos una hora antes de recibir la Sagrada Comunión.

cuando recibimos la Eucaristía es una forma en la que podemos reconocer y mostrar **reverencia** y respeto hacia el Cuerpo y la Sangre de Jesús y nos prepara para estar unidos a él en el sacramento.

Otra manera de prepararnos para la Sagrada Comunión es guardar el **ayuno eucarístico**. En el ayuno eucarístico, no comemos ni bebemos nada (excepto agua o medicina) durante al menos una hora antes de recibir la Sagrada Comunión. Esto nos ayuda a aprender a tener hambre de Jesús. También nos recuerda que la Eucaristía es nuestro alimento más importante, más importante que cualquier otro alimento que comemos. La Eucaristía nos alimenta espiritualmente para que podamos participar en la vida de Cristo.

También mostramos nuestra reverencia por la forma en que recibimos la Sagrada Comunión. Podemos recibirla en la lengua o en la mano.

Cuando recibes la hostia en la lengua, debes abrir la boca y sacar la lengua un poco para que el sacerdote, el diácono o ministro extraordinario de la Sagrada Comunión pueda colocar la hostia en tu lengua.

San Cirilo de Jerusalén, quien fuera obispo de Jerusalén, unos 300 años después de que Jesús fundara la Iglesia, escribió acerca de cómo recibir la Sagrada Comunión en nuestras manos. Nos dijo que colocáramos una mano debajo de la otra para hacer un trono porque estamos recibiendo al Rey.

130 Dios te ama | SIGNOS de la GRACIA

hace algo por nosotros que no podemos hacer por nosotros mismos. Nos limpia y renueva, y nos hace más fuertes de lo que nunca podríamos ser sin ella. La Eucaristía nos ayuda a crecer en el amor. Esto es emocionante, porque tenemos una fortaleza especial que nos ayuda a amar más de lo que jamás podríamos por nosotros mismos.

#### 4. Si pudieras recibir sólo un pequeño trozo de una Hostia o recibir solo una pequeña gota de la Preciosa Sangre, ¿Cambiaría la gracia que recibes de la Eucaristía? ¿Por qué sí o por qué no?

Recibir sólo un pequeño trozo de la Hostia o recibir solo una pequeña gota de la Preciosa Sangre no cambia las gracias que recibimos de la Eucaristía, porque cada gota de la Preciosa Sangre y cada trozo de la Hostia es todo Jesús en su Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad. Una hostia más grande no es más Jesús, y recibir tanto la hostia como la Preciosa Sangre no nos da más de Jesús que recibir sólo uno u otra.

## Let's Talk About It

### Discussion Questions

Following are questions you can ask your students to help them understand the LET'S LEARN ABOUT OUR FAITH material in more depth.

#### 1. Why is it important to be in a state of grace when receiving Holy Communion?

Mortal sin breaks our relationship with God. We must repair that relationship first, so that we can receive God's graces in the Eucharist. Otherwise, receiving the Eucharist when we are not in a state of grace can harden our hearts toward God. Being in a state of grace to receive Holy Communion shows reverence to Jesus and prepares us to be united with him in the sacrament.

If you have time, here are some additional questions to discuss in class:

#### 2. What does reverence mean? Why is it so important to show proper reverence for the Sacrament of the Eucharist?

Reverence means respect, especially for something that is holy. It is important to show the proper reverence for the Eucharist because it is not only holy—it is Jesus himself! If we don't show reverence for the Eucharist, that is like telling God that we have no respect for him.

#### 3. What is one special grace from the Eucharist that you are really excited about? Why?

The Eucharist increases our union with Christ and with his Church—it is exciting to draw closer to God, and it's exciting to be closer to our friends and family than is humanly possible. It also makes us close to people all over the world and from all time—it makes you close to your favorite saints. The Eucharist protects, increases, and renews the life of faith we received in Baptism. This is exciting because most of us don't remember our Baptism, but when we receive the Eucharist we are reconnected to our Baptism and increase those graces. The Eucharist separates us from sin. It forgives past venial sins and helps us choose not to sin in the future. This is exciting because it does something for us that we can't do on our own. It makes us clean and new, and it makes us stronger

Session 5  
Receiving Holy Communion

Key Words

**State of Grace**  
The state of having God's divine life within us.

**Mortal Sin**  
A serious sin that separates us from God and results in the loss of sanctifying grace.

**Reverence**  
To show respect, especially for things that are holy.

**Eucharistic Fast**  
The rule that we must not eat or drink anything (except for water or medicine) for at least one hour before receiving Holy Communion.

that we recognize and show **reverence** and respect for Jesus's Body and Blood and prepares us to be united with him in the sacrament.

Another way we prepare ourselves for Holy Communion is by keeping the **Eucharistic fast**. In the Eucharistic fast, we do not eat or drink anything (except for water or medicine) for at least one hour before we receive Holy Communion. This helps us learn to be hungry for Jesus. It also reminds us that the Eucharist is our most important food, more important than any other food we eat. The Eucharist feeds us spiritually so that we participate in the life of Christ.

We also show our reverence by the way that we receive Holy Communion. You can receive the Host on your tongue or in your hands.

When you receive the Host on the tongue, you must open your mouth and stick out your tongue a little so that the priest, deacon, or extraordinary minister can place the Host on your tongue.

Saint Cyril of Jerusalem, the bishop of Jerusalem about 300 years after Jesus founded the Church, wrote about how to receive Holy Communion in our hands. He told us to place one hand under the other hand to make a throne because we are receiving the King.

SIGNS OF GRACE | You Are Loved 131

than we could ever be without it. The Eucharist helps us grow in love. This is exciting because we get special strength that helps us love more than we ever could on our own.

#### 4. If you could only receive a tiny piece of a Host or only receive a small drop of the Precious Blood, would it change the grace you receive from Eucharist? Why or why not?

Receiving only a tiny piece of the Host or only receiving a small drop of the Precious Blood doesn't change the graces we receive from the Eucharist because every drop of the Precious Blood and every piece of the Host is all of Jesus's Body, Blood, Soul, and Divinity. A bigger Host isn't more of Jesus, and receiving both the Host and the Precious Blood doesn't give us more of Jesus than just receiving only one or the other.

## ¿Sabías que...?



Pida a un estudiante que lea en voz alta la sección ¿SABÍAS QUE...? de la página 134 de la Guía del estudiante.

**Sesión 5**  
Recibiendo la Sagrada Comunión

**Palabras clave**

**Conagrado**  
El pan y el vino que se han convertido en el Cuerpo y la Sangre de Jesús.

**Custodia**  
Pieza especial, generalmente de oro, que se usa para mostrar el Santísimo Sacramento para la adoración.

**Adoración**  
Acto especial de culto a Jesús, que está presente en el Santísimo Sacramento.

**¿Qué es una hostia?**  
La oblea pequeña redonda de pan que se **consagrada** en la Eucaristía es conocida como una hostia. La palabra "hostia" proviene de la palabra en latín *hostio*, que significa víctima de un sacrificio. Llamamos "hostia" al pan de la Eucaristía porque Jesús es la verdadera hostia, la víctima del sacrificio verdadero y perfecto.

**La adoración del Santísimo Sacramento**  
Jesús sigue presente en la Eucaristía, incluso después de la misa. Las hostias que son consagradas, pero no consumidas durante la comunión se conservan en el Sagrario. A veces, se saca una hostia y se muestra en una **custodia**, una pieza especial de metal precioso utilizada para mostrar el Santísimo Sacramento para la **adoración**. Adorar significa amar y respetar a alguien, y cuando hablamos de adorar a Dios, también significa amarlo.

Durante la adoración del Santísimo Sacramento, oramos delante de Jesús, que está presente en la Eucaristía en la custodia. Podemos decir nuestras oraciones, simplemente sentarnos en silencio con Jesús, o decir algunas de las oraciones especiales que la Iglesia recomienda para la adoración.

134 | **Dios te ama | SIGNOS de la GRACIA**

## Tarjetas

Las tarjetas para esta sesión pueden encontrarse a partir de la página 419. También puede encontrar estas tarjetas en el Libro de actividades del estudiante para que las usen sus estudiantes.

Utilice la tarjeta modelo con las definiciones en el reverso de las palabras clave para esta sesión. Estas tarjetas pueden utilizarse junto con las tarjetas de otras sesiones a fin de repasar conceptos importantes, ayudar a los estudiantes a aprender y comprender términos católicos importantes, y conocer el lenguaje de la fe.

### Materiales necesarios:

- Copias de las Tarjetas en cartulina.

**Sesión 5**  
Recibiendo la Sagrada Comunión

**Tarjetas**  
Palabras clave – Sesión 5

Estado de gracia	Pecado mortal
	Ayuno eucarístico
Estado de gracia	Pecado mortal
Reverencia	Ayuno eucarístico
	Custodia

**SIGNOS de la GRACIA | Dios te ama** 419

## Session 5

### Receiving Holy Communion

#### Did You Know? —



Ask a student to read aloud the DID YOU KNOW? section on page 135 in the Student Guide.

Session 5  
Receiving Holy Communion

#### Did You Know? —

**What Is a Host?**  
The small round wafer of bread that is **consecrated** in the Eucharist is known as a Host. The word "host" comes from the Latin word *hostia*, which means a victim of a sacrifice. We call the bread for the Eucharist a "Host" because Jesus is the true Host, the Victim of the true and perfect sacrifice.

**Adoration of the Blessed Sacrament**

Jesus remains present in the Eucharist even after Mass. The Hosts that are consecrated but not consumed during Communion are kept in the Tabernacle. Sometimes, a Host is brought out and displayed in a **Monstrance**, a special vessel used to display the Blessed Sacrament for **Adoration**. To adore means to love and respect someone, and when we talk about adoring God, it also means to worship him.

During Adoration of the Blessed Sacrament, we pray in front of Jesus, who is present in the Eucharist displayed in the Monstrance. We can say our own prayers, just sit in silence with Jesus, or say some of the special prayers that the Church recommends for Adoration.

**Key Words**

**Consecrated**  
The bread and wine that has been changed into the Body and Blood of Jesus; also to set aside for sacred use.

**Monstrance**  
The special vessel, usually made of gold, that is used to display the Blessed Sacrament for Adoration.

**Adoration**  
The special act of worshipping Jesus, who is present in the Blessed Sacrament.

SIGNS of GRACE | You Are Loved 135

## Flash Cards

Flash Cards for this session can be found starting on page 421. You can also find these cards in the Student Activity Book for your students to use.

Use the master Flash Cards with the definitions on the back for the Key Words for this session. These cards can be used along with the cards from other sessions in order to review important concepts, to help students learn and understand important Catholic terms, and to know the language of the Faith.

#### Materials Needed:

- Copies of the Flash Cards on cardstock

Session 5  
Receiving Holy Communion

**Flash Cards**  
Key Words – Session 5

State of Grace	Mortal Sin
Eucharistic Fast	Monstrance
State of Grace	Mortal Sin
Reverence	Eucharistic Fast

SIGNS of GRACE | You Are Loved 421

## Hagamos actividades

### Don especial de Dios

Leer en voz alta las instrucciones para esta actividad a partir de la página 136 de la Guía del estudiante. Si el tiempo lo permite, deje que los estudiantes trabajen solos o en parejas antes de realizar juntos la actividad.

### A través de esta actividad, los estudiantes deberían...

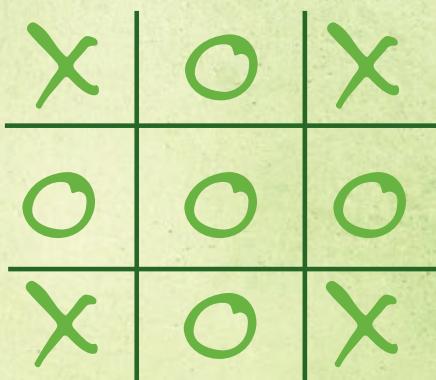
- Reconocer que recibir la Eucaristía en la Misa es tan importante que deberíamos hacer algunas cosas especiales para preparar nuestros cuerpos y nuestras almas.
- Examinar formas en que nos preparamos física y espiritualmente para Jesús antes de recibir la Sagrada Comunión.
- Preparamos nuestra alma yendo a confesarnos si hemos cometido un pecado mortal para que podamos recibir a Jesús en estado de gracia.

### Gracias Tic-Tac-Toe

Leer en voz alta las instrucciones para esta actividad a partir de la página 138 de la Guía del estudiante. Si el tiempo lo permite, deje que los estudiantes trabajen solos o en parejas antes de realizar juntos la actividad.

### Mediante esta actividad, a los estudiantes se les debería...

- Recordar las gracias especiales que recibimos a través de la Eucaristía, y poner estos dones en perspectiva con otras cosas que a menudo valoramos en la vida.



Sesión 5  
Recibiendo la Sagrada Comunión

### Hagamos actividades

#### Don especial de Dios

¡Tu Primera Comunión es la manera más importante de crecer cerca de Jesús! Sigue la ruta y elige los pasos que deberías seguir cuando estés listo para recibir la Eucaristía en la Misa. Completa el círculo junto a cada paso con una cara sonriente si es una buena opción que te acerca a la Eucaristía o una cara triste si la elección no te prepara para este momento especial con Jesús.

A continuación, dibuja una línea siguiendo la ruta correcta para recibir la Eucaristía.

136 Dios te ama | SIGNOS de la GRACIA

Sesión 5  
Recibiendo la Sagrada Comunión

### Gracias Tic-Tac-Toe

Cuando recibimos nuestra Primera Comunión, ¡también recibimos muchas gracias de Jesús! Marca las gracias que recibimos de la Eucaristía debajo con una O. Pon una X en las imágenes de cosas que no proceden de la Eucaristía. Cuando marques todas las imágenes con una X o una O, conseguirás Tic-Tac-Toe en dos direcciones. ¡Describe la forma especial que hace!

¡Me hago famoso!	Gracias en amor a Dios y a los demás	Consigo un montón de dinero!
Estoy en unión con Jesús	¡Mis pecados veniales son perdonados!	¡Me gracia bautizándome crecer!
¡Tengo superpoderes!	¡Estoy en unión con otros en la Iglesia!	¡Me convierto en un genio!

Jesús dijo:  
"El que permanece en mí y yo en él, ése da mucho fruto; porque separados de mí no podéis hacer nada".  
—Juan 15,5

138 Dios te ama | SIGNOS de la GRACIA

## Session 5

### Receiving Holy Communion

## Let's Do Activities

### God's Special Gift

Read aloud the instructions for this activity from page 137 of the Student Guide. If time permits, let students work alone or in pairs before going through the activity together.

#### Through this activity, students should...

- Recognize that receiving the Eucharist at Mass is so important that we should do some special things to prepare our bodies and our souls.
- Consider ways that we prepare ourselves physically and spiritually for Jesus before receiving Holy Communion.
- We prepare our souls by going to Confession if we have committed a mortal sin so we can receive Jesus in the state of grace.

Session 5  
Receiving Holy Communion

### Let's Do Activities

#### God's Special Gift

Your First Holy Communion is the most important way to grow close to Jesus! Follow the path and choose the steps you should follow when you are getting ready to receive the Eucharist at Mass. Fill in the circle next to each step with a smiley face if it is a good choice that brings you closer to the Eucharist or a sad face if the choice does not prepare you for this special time with Jesus.

Then draw a line following the correct path to receive the Eucharist.

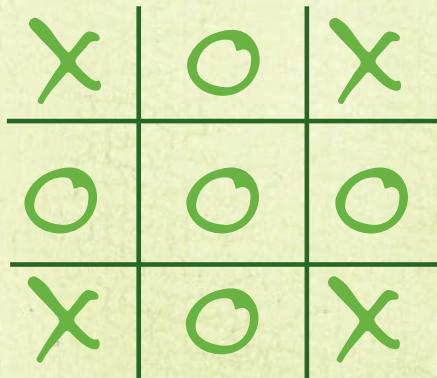
SIGNs of GRACE | You Are Loved 137

### Graces Tic-Tac-Toe

Read aloud the instructions for this activity from page 139 of the Student Guide. If time permits, let students work alone or in pairs before going through the activity together.

#### Through this activity, students should...

- Be reminded of the special graces we receive through the Eucharist, and put these gifts in perspective with other things we often value in life.



Session 5  
Receiving Holy Communion

### Graces Tic-Tac-Toe

When we receive our First Holy Communion, we also receive many graces from Jesus! Mark the graces that we receive from the Eucharist below with an O. Put an X on the pictures of things that do not come from the Eucharist. When you mark all the pictures with either an X or an O, you will get Tic-Tac-Toe in two directions. Discover the special shape it makes!

Jesus said,  
"He who abides in me, and I in him, he it is that bears much fruit, for apart from me you can do nothing."  
—John 15:5

SIGNs of GRACE | You Are Loved 139

## Recordemos y reflexionemos

Refuerce los conocimientos de los estudiantes sobre los puntos principales de esta sesión, alentándoles a hacer conexiones personales.

### 1. ¿Por qué la Eucaristía es nuestro alimento más importante?

Es nuestro alimento más importante porque es Jesús mismo, y recibir la Eucaristía nos une a Jesús, que es nuestro objetivo más importante en la vida. No sólo sostiene la vida física como alimento habitual; más bien, nos da la gracia, que es la propia vida divina de Dios dentro de nosotros.

### 2. ¿Por qué hacemos cosas especiales para prepararnos a recibir la Sagrada Comunión? ¿Qué cosas puedes hacer para preparar tu corazón para recibir a Jesús?

Hacemos cosas especiales para preparar la Sagrada Comunión porque es muy importante y especial. Queremos asegurarnos de que estamos listos para poder mostrar la debida reverencia al sacramento, porque es el mismo Jesús. Dos aspectos importantes que deberíamos preparar en nuestros corazones para recibir a Jesús son asegurarnos de que estamos en estado de gracia yendo al Sacramento de la Reconciliación y confesando cualquier pecado mortal que podamos haber cometido, y ayunar durante una hora antes de recibir la Eucaristía. Otras formas incluyen prestar atención durante la Misa y decir una oración antes de la Comunión, pidiendo a Dios que prepare nuestros corazones para recibirla.

Si el tiempo lo permite repase estos puntos clave con sus estudiantes:

#### 1. ¿Qué es el ayuno eucarístico?

El ayuno eucarístico significa no comer ni beber nada excepto agua o medicamentos durante al menos una hora antes de recibir la sagrada Comunión.

#### 2. ¿Por qué tenemos que estar en estado de gracia para recibir la Sagrada Comunión?

Debemos estar en estado de gracia para recibir la Sagrada Comunión para mostrar reverencia a Jesús y estar dispuestos a unirnos con él en el sacramento.

**Recordemos y reflexionemos**

¿Por qué la Eucaristía es nuestro alimento más importante?

¿Por qué hacemos cosas especiales para prepararnos a recibir la Sagrada Comunión?  
¿Qué cosas puedes hacer para preparar tu corazón para recibir a Jesús?

**¿Qué es el ayuno eucarístico?** El ayuno eucarístico significa no comer ni beber nada excepto agua o medicamentos durante al menos una hora antes de recibir la Sagrada Comunión.

**¿Por qué tenemos que estar en estado de gracia para recibir la Sagrada Comunión?** Debemos estar en estado de gracia para recibir la Sagrada Comunión para mostrar reverencia a Jesús y estar preparado a estar unidos con él en el sacramento.

**¿Qué es la hostia?** Es la oblea pequeña o trozo de pan que se consagra en la Eucaristía.

**¿Qué significa mostrar reverencia?** Mostrar respeto, especialmente por las cosas que son sagradas.

**¿Qué es la adoración?** Acto especial de adoración a Jesús, presente en el Santísimo Sacramento.

140 Dios te ama | SIGNOS de la GRACIA

#### 3. ¿Qué es la Hostia?

La hostia es una pequeña oblea o trozo de pan sin levadura que se consagra en la Eucaristía.

#### 4. ¿Qué significa mostrar reverencia?

Mostrar reverencia significa mostrar respeto, especialmente para las cosas que son sagradas.

#### 5. ¿Qué es la adoración?

La adoración es el acto especial de adorar a Jesús, que está presente en el Santísimo Sacramento.

## Session 5

### Receiving Holy Communion

## Let's Recall and Reflect

Reinforce students' knowledge of the main points of this session by encouraging them to make personal connections.

### 1. Why is the Eucharist our most important food?

It is our most important food because it is Jesus himself, and receiving the Eucharist unites us to Jesus—which is our most important goal in life. It doesn't just support physical life like regular food; rather, it gives us grace, which is God's own Divine Life within us.

### 2. Why do we do special things to prepare to receive Holy Communion? What are some things you can do to prepare your heart to receive Jesus?

We do special things to prepare for Holy Communion because it is so important and so special. We want to make sure we are ready so we can show the proper reverence for the sacrament, because it is Jesus himself. Two important ways that we should prepare our hearts to receive Jesus are to make sure we are in a state of grace by going to the Sacrament of Reconciliation and confessing any mortal sins that we may have committed, and fasting for one hour before receiving the Eucharist. Other ways include paying attention during Mass and saying a prayer before Communion, asking God to prepare our hearts to receive him.

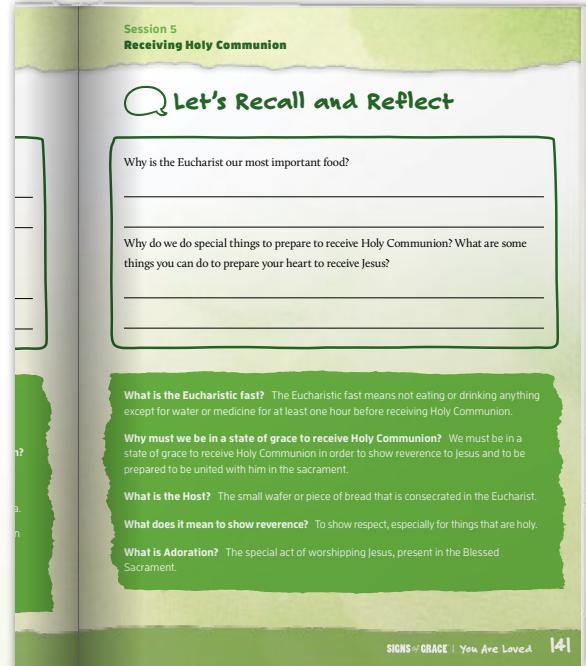
If time permits review these key points with your students:

#### 1. What is the Eucharistic fast?

The Eucharistic fast means not eating or drinking anything except for water or medicine for at least one hour before receiving Holy Communion.

#### 2. Why must we be in the state of grace to receive Holy Communion?

We must be in the state of grace to receive Holy Communion in order to show reverence to Jesus and to be prepared to be united with him in the sacrament.



#### 3. What is the Host?

The Host is a small wafer or piece of unleavened bread that is consecrated in the Eucharist.

#### 4. What does it mean to show reverence?

Showing reverence means showing respect, especially for things that are holy.

#### 5. What is Adoration?

Adoration is the special act of worshipping Jesus, who is present in the Blessed Sacrament.

## Historia de un santo

### San Antonio de Padua

Que uno de sus estudiantes lea la historia de un santo en la página 142 de la Guía del estudiante. Use las preguntas siguientes para la discusión en clase.

### Preguntas para la discusión

#### 1. ¿Qué podemos aprender del burro en esta historia?

Jesús está realmente presente en la Eucaristía, ¡y la Eucaristía es más importante que cualquier otra cosa! Y debido a que Jesús está realmente presente, necesitamos mostrar reverencia y adorarlo en la Eucaristía.

#### 2. El burro reconoció a Jesús en la Eucaristía sin ser distraído por el heno. ¿Qué cosas pueden distraernos de Jesús?

Tanto cosas buenas como malas pueden ser distracciones: libros, video juegos, deportes, amigos, la escuela, etc., o problemas, temores o preocupaciones. Estas cosas se convierten en una distracción si ocupan el tiempo que deberíamos dar a Dios, o si pensamos en ellas tanto que no pensamos acerca de Dios.

#### 3. Queremos reconocer siempre a Jesús como el burro en la historia hizo. ¿Qué podemos hacer para superar las distracciones en nuestras vidas?

¡La mejor cosa a hacer es pedirle a Jesús que nos ayude a mantener nuestra atención sobre él! Y si apartamos un tiempo especial para Dios y hacemos de ello una prioridad, nos ayudará a protegernos de ser distraídos. Por ejemplo, podríamos establecer un tiempo de oración especial cada día, ir a misa todos los domingos, rezar antes de cada comida, etc.

#### Si el tiempo lo permite, repase estos puntos clave con sus estudiantes:

- En la Eucaristía, recibimos el Cuerpo y la Sangre de Cristo.
- Tenemos que estar en estado de gracia para recibir la Comunión.
- Ayunamos de toda comida y bebida durante una hora antes de recibir la Comunión.

**Oremos**

Bendito sea Dios.  
Bendito sea su santo nombre.  
Bendito sea Jesucristo,  
verdadero Dios y  
verdadero hombre.  
Bendito sea el nombre  
de Jesús.  
Bendito sea su  
Sagratísimo Corazón.  
Bendita sea su  
Preciosísima Sangre.  
Bendito sea Jesús en el  
Santísimo Sacramento  
del Altar.  
Amén.

**Versículo de memoria**  
*"Mi carne es verdadera  
comida y mi sangre  
verdadera bebida".*  
—Juan 6,55

**Historia de un santo**  
**San Antonio de Padua (1195-1231)**  
San Antonio fue retado una vez por un hombre que no creía que Jesús estaba realmente presente en la Eucaristía. El hombre dijo que si un burro no comía durante tres días, elegiría un montón de heno antes que la Eucaristía. Quería demostrar que la Eucaristía no era el precioso Cuerpo de nuestro Señor. Antonio aceptó el desafío. Tres días después, el burro fue liberado. A un lado del burro pusieron un montón de heno. Al otro lado, San Antonio sostuvo el Santísimo Sacramento por encima de su cabeza y exigió al burro que rindiera culto a su Creador. El burro se inclinó ante la Eucaristía enseguida mientras todos miraban con asombro.

142 Dios te ama | SIGNOS de la GRACIA

- Jesús está totalmente presente en cada gota de la Preciosa Sangre y cada trozo de la Hostia.
- Recibimos gracias especiales cuando comulgamos: tenemos una unión muy especial con Cristo y con su Iglesia, se aumentan y renuevan las gracias de nuestro bautismo, nuestros pecados veniales son lavados, y crecemos en el amor de Dios y de los demás.

### Oremos



Dirija a los estudiantes al VERSÍCULO DE MEMORIA en la página 142 de la Guía del estudiante y léanlo juntos. A continuación, termine la sesión con la oración conclusiva OREMOS. Puede pedir a un estudiante que diga la oración o que la clase la lea junto con usted.

## Story of a Saint

### Saint Anthony of Padua

Have one of your students read aloud the STORY OF A SAINT on page 143 of the Student Guide. Following are questions you can ask your students.

### Discussion Questions

#### 1. What can we learn from the donkey in this story?

Jesus is really present in the Eucharist, so the Eucharist is more important than anything! And because Jesus is really present, we need to show reverence and worship him in the Eucharist.

#### 2. The donkey recognized Jesus in the Eucharist without being distracted by the hay. What are some things that might distract us from Jesus?

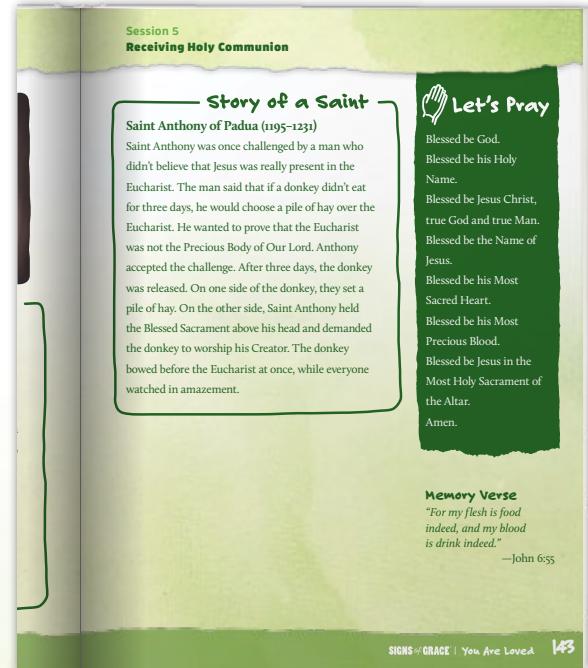
Both good and bad things can be distractions—books, video games, sports, friends, school, etc., or problems, fears, or worries. These things become a distraction if they take time that we should be giving to God, or if we think about them so much that we don't think about God.

#### 3. We want to always recognize Jesus, like the donkey in the story did. What can we do to get past the distractions in our lives?

The best thing to do is ask Jesus to help us keep our focus on him! And if we set apart special time for God and make that a priority, it will help protect us from getting distracted. For example, we might set a special prayer time every day, go to Mass every Sunday, pray before every meal, etc.

#### If time permits, review these key points with your students:

- In the Eucharist, we share in the Body and Blood of Christ.
- We need to be in the state of grace to receive Communion.
- We fast from all food and drink for one hour before receiving Communion.



- Jesus is completely present in every drop of the Precious Blood and every piece of the Host.
- We receive special graces when we receive the Eucharist: we have a very special union with Christ and with his Church, our baptismal graces are increased and renewed, our venial sins are washed away, and we grow in love of God and of others.

### Let's Pray



Direct students to the MEMORY VERSE on page 143 of the Student Guide and read it together. Then end the session with the LET'S PRAY closing prayer. You can ask a student to say the prayer or have them read along with you.

## Leamos una historia

Si el tiempo lo permite, lea esta historia a la clase o pida a un estudiante que la lea. Después, respondan las preguntas de la página siguiente, la cuales se relacionan con el contenido de la sesión. Termine su clase con la oración.

De lo contrario, pida a los estudiantes que lean con sus familias la historia que comienza en la página 144 de la Guía del estudiante durante la semana.

### Patos

Es una historia interesante que ilustra de manera clara y entretenida uno de los puntos que se discutieron en la sesión de hoy.

### Tema:

Al convertir el agua en vino, Jesús tomó una cosa y la convirtió en otra. Con los panes y los peces él tomó cosas ordinarias e hizo algo extraordinario con ellos. Y aunque parecía un hombre normal, él era Dios. La Eucaristía parece pan y vino, pero es realmente el Cuerpo y la Sangre de Cristo.

Sesión 5  
Recibiendo la Sagrada Comunión

### Leamos una historia

#### Patos

La familia Perry llegó a la Parroquia de Santa Clara de Asís para asistir a Misa. Nick vio al Señor Norm, el encargado de mantenimiento, del otro lado del estacionamiento. El Señor Norm estaba tirando pedazos de pan a una banda de patos que estaba en el pequeño estanque junto a la Iglesia.

"Le está dando de comer a los patos," dijo Samantha.

Nick y Sam salieron corriendo a donde estaba el Señor Norm.

"No harán tanto ruido durante la misa si los alimenta ahora," explicó el Señor Norm cuando los chicos se acercaron. Y les dio un pedazo de pan a los gemelos para que le ayudaran a alimentarlos.

Los patos caminaban y graznaban con entusiasmo.

"He estado pensando," comentó el Señor Norm. "¿Qué es lo que hace que un pato sea un pato?"

Nick volteó a ver a Sam. Le había dicho a Sam sobre la pregunta extraña que le hizo el Señor Norm el día anterior sobre qué tan pequeño era Dios.

Sam sonrió. "Pues si grazna, tiene pico y plumas, es un pato."

El Señor Norm movió su cabeza y preguntó, "¿así que si ya no grazna, entonces ya no es pato?"

"Sí," replicó Sam.

"Y si le arrancamos todas las plumas, ¿todavía sería un pato?" Preguntó el Señor Norm.

"Sí," contestó Sam.

"¿Y que tal si se le cae el pico?" insistió.

"Pues seguiría siendo pato," respondió Sam con una risita.

El Señor Norm volteó a verla y le preguntó, "¿Por qué?"

Sam dejó de reír. No sabía que contestar.

"Porque un pato es un pato," dijo entonces Nick.

144 | DIOS TE AMA | SIGNOS DE LA GRACIA

Session 5  
Receiving Holy Communion

El Señor Norm hizo una pequeña pausa. "Entonces si agarro un pato y lo hago que parezca un perro... ¿aún así sigue siendo pato?"

"Sí," respondieron los gemelos al mismo tiempo. Sam pensó que se trataba de una broma.

"Entonces, aun cuando en el exterior parezca una cosa, ¿aún puede ser algo distinto?" preguntó el Señor Norm.

"Sí," respondió Sam.

"¿Es esta pregunta como la que me hizo ayer?" intervino Nick.

El Señor Norm sonrió. "Si alguna vez estás confundido, recuerda que Dios tiene una explicación para todo. Solo que no siempre nos lo explica todo. Eso es parte del misterio."

El Señor Perry los interrumpió diciendo: "Es hora de Misa," y asintió con la cabeza al Señor Norm.

El Señor Norm terminó de dar el pan a los patos. "Será mejor que me lave las manos," dijo, y se retiró lentamente.

Mr. Norm thought for a minute. "So if I took a duck and made it look like a dog... it would still be a duck?"

"Yes," the twins said together. Sam thought they were playing a part in some kind of joke.

"So, even though the outside looks like one thing, it can still be something else?" Mr. Norm asked.

"Yes!" Sam said.

"Is this like the question you asked me yesterday?" Nick asked.

Mr. Norm smiled at him. "If you ever feel confused, remember that God has an explanation for everything. But he doesn't always explain everything to us. That's part of the mystery."

SIGNOS DE GRACIA | You Are Loved 147

## Let's Read a Story

If time permits, read this story to the class or ask a student to read it. Then discuss the questions on the next page, which relate to the content of the session, before closing in prayer.

Otherwise, point out the story, which begins on page 145 of the Student Guide, and have students read it during the week with their families.

### Ducks

This is an engaging fictional story that illustrates a content point from the session in a relatable and applicable way.

#### Theme:

With turning water into wine, Jesus took one thing and made it into another. With the loaves and fishes he took ordinary things and did something extraordinary with them. And even though he looked like a normal man, he was God. The Eucharist looks like bread and wine, but is really the Body and Blood of Christ.

Session 5  
Receiving Holy Communion

### Let's Read a Story

#### Ducks

The Perry family arrived at Saint Clare of Assisi Catholic Church for Mass. Nick saw Mr. Norm, the church handyman, on the other side of the parking lot. Mr. Norm threw bread to a flock of ducks near the small pond on the church property.

"He's feeding the ducks!" Samantha said.

Nick and Sam ran over to Mr. Norm.

"They won't make so much noise during Mass if I feed them," Mr. Norm explained when Nick and Sam walked up. He gave the twins bread to help with the feeding.

The ducks waddled around and quacked with excitement.

"I've been thinking," Mr. Norm said. "What makes a duck a duck?"

Nick looked at Sam. He had told her about the strange question Mr. Norm asked the day before about God being small.

Sam smiled. "It quacks. And has a bill. And feathers."

Mr. Norm nodded. "So if a duck couldn't quack anymore, is it still a duck?"

"Yes," Sam said.

"And if we plucked all its feathers, would it still be a duck?" Mr. Norm asked.

"Yes," said Sam.

"And if its bill fell off?" he asked.

"It would still be a duck," Sam said with a giggle.

Mr. Norm turned to her. "Why?" he asked.

Sam stopped giggling. She didn't know what to say.

"Because a duck is a duck," Nick said.

SIGNS of GRACE | You Are Loved 145

Session 5  
Receiving Holy Communion

El Señor Norm hizo una pequeña pausa. "Entonces si agarro un pato y lo hago que parezca un perro... ¿aún así sigue siendo pato?"

"Sí," respondieron los gemelos al mismo tiempo. Sam pensó que se trataba de una broma.

"Entonces, aun cuando en el exterior parezca una cosa, ¿aún puede ser algo distinto?" preguntó el Señor Norm.

"Sí," respondió Sam.

"¿Es esta pregunta como la que me hizo ayer?" intervino Nick.

El Señor Norm sonrió. "Si alguna vez estás confundido, recuerda que Dios tiene una explicación para todo. Solo que no siempre nos lo explica todo. Eso es parte del misterio."

El Señor Perry los interrumpió diciendo: "Es hora de Misa," y asintió con la cabeza al Señor Norm.

El Señor Norm terminó de dar el pan a los patos. "Será mejor que me lave las manos," dijo, y se retiró lentamente.

Mr. Norm thought for a minute. "So if I took a duck and made it look like a dog... it would still be a duck?"

"Yes," the twins said together. Sam thought they were playing a part in some kind of joke.

"So, even though the outside looks like one thing, it can still be something else?" Mr. Norm asked.

"Yes!" Sam said.

"Is this like the question you asked me yesterday?" Nick asked.

Mr. Norm smiled at him. "If you ever feel confused, remember that God has an explanation for everything. But he doesn't always explain everything to us. That's part of the mystery."

SIGNS of GRACE | You Are Loved 147

## Hablemos

### Preguntas para la discusión

Use las preguntas siguientes para ayudar a sus estudiantes a profundizar en el material de LEAMOS UNA HISTORIA.

#### 1. ¿Qué es más importante: lo que algo parece por el exterior, o lo que realmente es en el interior? ¿Por qué?

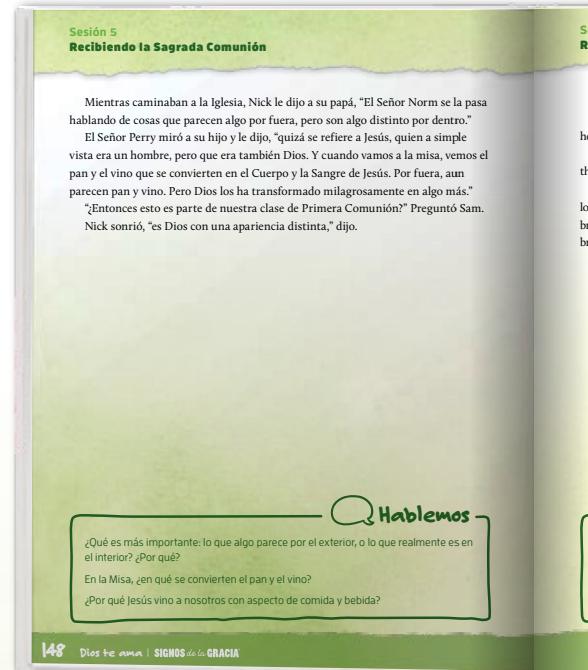
Lo que algo es realmente en el interior es más importante de lo que parece en el exterior. Las apariencias externas pueden cambiar fácilmente, pero eso no cambia lo que algo es en el interior: la realidad de la cosa. Lo que realmente está en el interior es la realidad más profunda de lo que algo parece.

#### 2. En la Misa, ¿en qué se convierten el pan y el vino?

Se convierten en el Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad de nuestro Señor resucitado, Jesucristo.

#### 3. ¿Por qué Jesús vino a nosotros con aspecto de comida y bebida?

Una razón es para recordarnos que le necesitamos para que nos dé fuerza y su propia vida, y le necesitamos más aún de lo que necesitamos la comida y bebida corrientes. Igual que el pan común alimenta nuestra vida normal, el Pan del Cielo, Jesús, nos da su vida celestial.



## Session 5

### Receiving Holy Communion

## Let's Talk About It

### Discussion Questions

Following are questions you can ask your students to help them understand the LET'S READ A STORY material in more depth.

#### 1. Which is more important: what something looks like on the outside, or what it really is on the inside? Why?

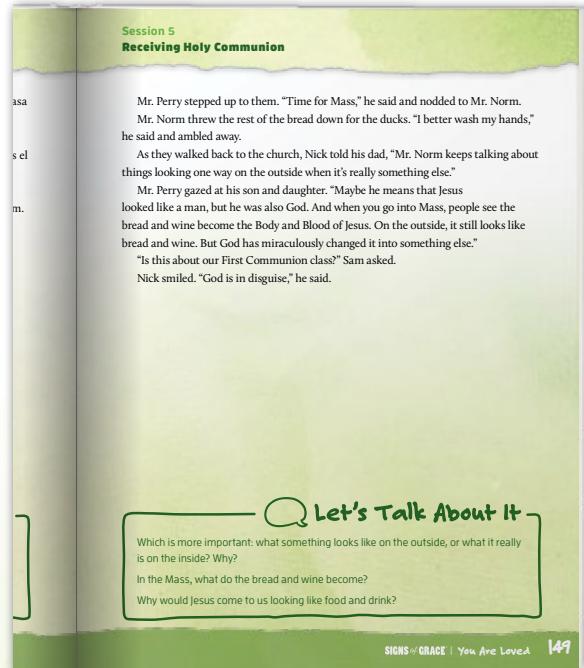
What something really is on the inside is more important than what it looks like on the outside. Outside appearances can change easily, but that doesn't change what something is on the inside—the reality of the thing. What it really is on the inside is the deeper reality than what something looks like.

#### 2. In the Mass, what do the bread and wine become?

They become the Body, Blood, Soul, and Divinity of our risen Lord, Jesus Christ.

#### 3. Why would Jesus come to us appearing as food and drink?

One reason is to remind us that we need him to give us strength and his own life, and we need him even more than we need regular food and drink. Just as regular bread feeds our regular life, the Bread from Heaven, Jesus, gives us his heavenly life.



Recuerde a los estudiantes que hagan la Página de tarea del estudiante y para la familia. Estas páginas se encuentran en el Libro de actividades del estudiante.

## Página de tarea del estudiante

Envíe a los estudiantes a casa con la Página de tarea del estudiante, que les ofrece actividades para que las completen antes de la próxima sesión. Esto reforzará los objetivos de la lección y permitirá que los estudiantes los continúen procesando y aplicando durante toda la semana.

## Respuestas

1. V
2. V
3. F
4. V
5. F
6. V
7. V
8. F

**Sesión 5**  
Recibiendo la Sagrada Comunión

**Página de tarea del estudiante**

**¡Vívelo!**  
Preparándonos para recibirla

¡Recibir a Jesús en la Eucaristía es lo más importante y especial que podemos hacer como católicos! Lee las siguientes afirmaciones acerca de la preparación para recibir la Sagrada Comunión.

Pon una "V" para las afirmaciones verdaderas y una "F" para las declaraciones falsas.

1.  La Eucaristía nos llena el alma de gracia para que podamos amar más a Dios y a los demás.
2.  Si he cometido un pecado mortal, necesito ir a confesarme antes de recibir la Eucaristía.
3.  No necesitamos ir a Misa todos los domingos, especialmente si tenemos cosas importantes que hacer.
4.  Debo ayunar de comida y bebida durante una hora antes de la comunión, salvo de agua o medicamentos.
5.  Sólo debo recibir la comunión en la mano, nunca en la lengua.
6.  Jesús está plenamente presente —en Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad— en cada gota de la Preciosa Sangre y en cada pedazo de la Hostia.
7.  Todos mis pecados veniales son lavados cuando recibo la Sagrada Comunión.
8.  La Eucaristía nos une con Jesús, pero no realmente con la Iglesia.

**Jesús dice:**

"Mi carne es verdadera comida y mi sangre verdadera bebida."  
—Juan 6:55

## Página de tarea para la familia

También, envíe a los estudiantes a casa con la Página de tarea para la familia para que los estudiantes las completen con sus familias. Estas hojas ayudan a equipar a los padres para reforzar la lección en el contexto de la iglesia doméstica y proporcionan oportunidades para que las familias puedan crecer en su fe.

**Sesión 5**  
Recibiendo la Sagrada Comunión

**Página de tarea para la familia**

**¡Actividad familiar divertida!**

Esta semana tomen unos minutos después de Misa para adorar la Eucaristía juntos en familia. El lugar perfecto sería en la capilla de adoración, si tu parroquia tiene una. Le puedes mostrar a tu hijo(a) el Sagrario, donde se guardan las Hostias consagradas, y pasar ahí unos minutos en oración en silencio. Si tu parroquia no tiene una capilla de adoración especial, pueden tan solo hincarse en una de las

**Oremos juntos en familia**

**Oración para antes de la Comunión**

**Papá/Mamá:**  
Oh Señor Jesucristo,

**Respuesta:**  
Hijo del Dios vivo,

**Papá/Mamá:**  
que, por tu Muerte y Resurrección,

**Respuesta:**  
has dado vida al mundo,

**Papá/Mamá:**  
que así también por tu Cuerpo y Sangre

**Respuesta:**  
bir en la Sagrada Comunión,

**Hablemos**

1. Jesús desea estar tan cerca de nosotros, que Él viene a habitar en nuestros corazones y en nuestras almas.
2. ¿Cómo podemos acercarnos más a las personas que amamos?
3. Preparamos nuestros cuerpos para tener hambre de Jesús ayunando de comida y bebida por una hora antes de recibir la Sagrada Comunión.
4. Recibimos gracias especiales cuando recibimos la Eucaristía; tenemos una unión muy especial con Cristo y su Iglesia, nuestra gracia bautismal se incrementa y renueva, nuestros pecados veniales son perdonados y crecemos en amor a Dios y al prójimo.
5. Platican sobre cómo prefieren recibir la Sagrada Comunión, si en la lengua o en las manos de su hijo(a). Luego, haz que tu hijo(a) practique recibiendo de ambas formas la Eucaristía, para discernir cuál es la que prefiere.
6. Platica con tu hijo(a) sobre algunas maneras de cómo prepararse para recibir la Sagrada Comunión por primera vez.

**Leamos la Palabra de Dios**

San Pablo escribe sobre la Eucaristía

La lectura de las Sagradas Escrituras para la lección de esta semana fue de la 1<sup>a</sup> Carta de San Pablo a los Corintios 10:14–17. Por favor tomen tiempo para leer y reflexionar sobre este pasaje en familia.

## Session 5

### Receiving Holy Communion

Remind the students to do their Take-Home Pages. These are found in the Student Activity Book.

#### Student Take-Home Page

Send students home with the Student Take-Home Page, which provides activities for students to complete before the next session. These will reinforce the lesson objectives and allow the student to continue to process and apply them throughout the week.

#### Answer Key

1. T
2. T
3. F
4. T
5. F
6. T
7. T
8. F

Session 5  
Receiving Holy Communion

Student Take-Home Page

#### Let's Live It

Preparing to Receive

Receiving Jesus in the Eucharist is the most important and special thing we can do as Catholics! Read the statements below about preparing to receive Holy Communion. Put a "T" by the true statements and an "F" by the false statements.

1. \_\_\_\_\_ The Eucharist fills our souls with grace so we can love God and others more.

2. \_\_\_\_\_ If I have committed a mortal sin, I need to go to Confession before I receive the Eucharist.

3. \_\_\_\_\_ We don't need to go to Mass every Sunday, especially if we have important things to do.

4. \_\_\_\_\_ I should fast from food and drink for one hour before Communion, except for water or medicine.

5. \_\_\_\_\_ I should only receive Communion in the hand, never on the tongue.

6. \_\_\_\_\_ Jesus is fully present—Body, Blood, Soul, and Divinity—in every drop of the Precious Blood and in every piece of the Host.

7. \_\_\_\_\_ All of my venial sins are washed away when I receive Holy Communion.

8. \_\_\_\_\_ The Eucharist unites us with Jesus but not really with the Church.

**Jesus Said,**  
*"For my flesh is food indeed,  
and my blood is drink indeed."  
—John 6:55*

#### Family Take-Home Pages

Also, send students home with the Family Take-Home Pages for students to complete with their families. These sheets help equip parents to reinforce the lesson in the context of the domestic church and provide opportunities for families to grow in their faith.

Session 5  
Receiving Holy Communion

Family Take-Home Page

#### Family Fun Activity

This week take a few minutes after Mass to adore the Eucharist together as a family. If your parish has an Adoration Chapel, this would be the perfect place. You can show your child the Tabernacle where the consecrated Host is kept and spend a few minutes in quiet prayer. If your parish does not have a special Adoration Chapel, you can just kneel in a pew after Mass and pray quietly for

#### Our Family Prays Together

**A Prayer Before Communion**

**Parents:**  
O Lord Jesus Christ,  
**Response:**  
Son of the living God,  
**Parents:**  
by your Death and Resurrection,  
**Response:**  
you have given life to the world  
**Parents:**  
may your Body and Blood,  
**Response:**  
which I am about to receive in Holy

#### Things We Learned This Week

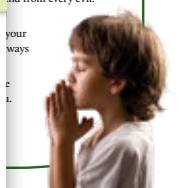
**Let's Talk About It**

1. Jesus is truly present in the Eucharist—Body, Blood, Soul, and Divinity—in every drop of the Precious Blood and in every piece of the Host.
2. Receiving the Eucharist at Mass is so important that we should do some special things to prepare our bodies and our souls.
3. We prepare our bodies to hunger for Jesus by fasting from food and drink for one hour before receiving Holy Communion. We prepare our souls by going to Confession if we have committed a mortal sin so we can receive Jesus in the state of grace.
4. We can receive the Host on the tongue or in the hand, where we have made our hands like a throne for Jesus.
5. We receive special graces when we receive the Eucharist; we have a very special union with Christ and with his Church, our baptismal graces are increased and renewed, our venial sins are washed away, and we grow in love of God and of others.

#### Let's Read God's Word

Saint Paul Writes about the Eucharist

The Scripture reading for this week's lesson was from 1 Corinthians 10:14–17. Please take time to read and reflect on this passage as a family.



## Actividades adicionales

### Carrera de relevos compartir el amor de Jesús

#### Materiales necesarios:

- 2 platos de papel pegados a lengüetas que representen patenas
- 2 globos rojos con un corazón dibujado en cada uno

Debata con los estudiantes que Jesús nos ama tanto a todos que él mismo quiere compartirse con nosotros. ¡Nos quiere dar todo lo que posee, sólo porque nos ama tanto! Esta es una manera de conducir esta conversación:

- ¿Qué harías si tuvieras un millón de dólares?  
¿Qué cosas divertidas podrías comprarte?
- ¿Intentarías dar a tus seres queridos las cosas que les hicieran verdaderamente felices? ¿Querrías que supieran cuánto les amas?
- Jesús se nos da totalmente a sí mismo en la Eucaristía, para que podamos conocer su amor y para que tengamos la gracia de dar el amor de Jesús a los demás.

Explique que en este juego, el corazón rojo o globo representa el amor de Jesús que recibimos cuando comulgamos. La patena de cartulina recortada, o plato, representa la patena sobre la que el sacerdote coloca la Hostia.

Ayude a los estudiantes a formar dos equipos y haga dos filas en un extremo de la habitación o pasillo. La primera persona de cada fila caminará hacia el lado opuesto de la sala, tocará la pared y volverá llevando el corazón de Jesús en la patena, difundiendo el amor de Jesús a la siguiente persona en la fila hasta que cada estudiante haya tenido su turno. Sólo hay una regla: ¡a quien se le cae un corazón tiene que intentarlo de nuevo!

### Letrero de Primera Comunión (Cont.) ¡Jesús sabe mi nombre!

#### Materiales necesarios:

- Marcadores permanentes o marcadores de tela.
- Plantillas para letras (opcional)
- Tijeras
- Pegamento
- Fielto rígido de distintos colores

Debata con los estudiantes que esta sesión se centra en la preparación para recibir la Eucaristía. Conectar el proyecto con estos puntos clave:

- Jesús te ama tanto que quiere entregarse totalmente a ti, en Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad.
- Él quiere entrar en tu corazón y tener una estrecha relación contigo. Eres su hijo y su especial creación, y ¡ha tenido un plan para ti y te ha amado desde el principio del mundo!
- Hoy vas a poner tu nombre en el letrero de tu Primera Comunión. Esto es especial porque Dios nos conoce a cada uno de nosotros por nuestro nombre! Él quiere que permanezcas cerca de él siempre, y la Eucaristía es una manera importante para que seamos capaces de tener una estrecha unión con él.

Que los estudiantes pongan sus nombres en la parte delantera de sus letreros. Pueden hacerlo por escrito perfectamente con marcadores o trazando plantillas de letras en trozos fieltros, recortarlos y pegarlas a sus pancartas. Un buen lugar para ello en el lateral o en la parte superior o inferior en línea recta. Sólo asegúrese de dejar un pequeño espacio para las tres últimas piezas.

## If-You-Have-Time Activities

### Share the Love of Jesus Relay Race

#### Materials Needed:

- 2 paper plates glued to tongue depressors to represent patens
- 2 red balloons with a heart drawn on each

Discuss with the students that Jesus loves us all so much that he wants to share himself with us. He wants to give us all that he has just because he loves us so much! Here is a way to lead into this conversation:

- **What would you do if you had a million dollars? What fun stuff would you buy for yourself?**
- **Would you try to give your loved ones things that would make them truly happy? Would you want them to know how much you love them?**
- **Jesus gives us himself completely in the Eucharist so that we can know his love and so that we will have the grace to give Jesus's love to others.**

Explain that in this game, the red heart or balloon represents the love of Jesus that we receive when we receive Holy Communion. The paten cardstock cut-out, or plate, represents the paten on which the priest places the Host.

Help students form two teams and line up on one end of the room or hallway. The first person in each line will walk to the opposite end of the room, touch the wall, and return carrying the heart of Jesus on the paten, spreading the love of Jesus to the next person in line until every student has had a turn. There's only one rule: anyone who drops a heart has to try again!

### First Communion Banner (Cont.) Jesus Knows My Name!

#### Materials Needed:

- Permanent markers or fabric markers
- Stencils for letters (optional)
- Scissors
- Glue
- Stiff felt pieces of various colors

Discuss with the students that this session is focused on preparing yourself to receive the Eucharist. Connect the project with these key points:

- **Jesus loves you so much that he wants to give himself totally to you—Body, Blood, Soul, and Divinity.**
- **He wants to come into your heart and have a close relationship with you. You are his child and his special creation, and he has had a plan for you and loved you from the beginning of the world!**
- **Today, you will put your name on your First Communion banner. This is special because God knows every one of us by name! He wants you to stay close to him always, and the Eucharist is an important way we are able to have such a close union with him.**

Have the students put their names on the front of their banners. They can do this by writing neatly with markers or by tracing letter stencils onto felt pieces and cutting them out and gluing them to their banners. A good place for this is along the side or the top or bottom in a straight line. Just be sure to leave a little room for the last three pieces.

**Canto para la Misa de la Primera Comunión***estrofas 3-6 (centrarse en la estrofa 6)*

Esta semana debatiremos el significado de las palabras de la estrofa 6 del *Pange Lingua*.

Estrofa 6:

Al Padre eterno,  
Y al Hijo, que nos hizo libres,  
Y al Espíritu que procede de Dios,  
De cada uno de ellos eternamente,  
Sea la salvación, el honor, la bendición,  
El poder y majestad infinita.

**Esta semana hemos estado hablando de recibir a Jesús en la Eucaristía. ¿Sabías que Jesús es realmente Dios? Como cristianos, creemos en la Santísima Trinidad: Trinidad comienza por *Tri*, que significa tres. La Santísima Trinidad son tres personas en un solo Dios. Dios Padre es Dios; Dios Hijo, Jesús, es Dios; y Dios Espíritu Santo es Dios: son las tres personas de la Santísima Trinidad. Tres personas en un solo Dios. ¡Es un misterio! Igual que el misterio de Jesús, de estar realmente presente en la Eucaristía, es difícil de entender, pero tenemos fe de modo que creemos todo lo que Dios nos ha revelado!**

**Este último versículo de nuestro canto es ¡acerca de la Santísima Trinidad y de cuánto nos ama Dios! Veamos el último versículo de nuestras hojas de canto.**

**Al Padre eterno:** ¿Quién es el Padre eterno? Es Dios Padre, que creó el universo entero. Siempre estuvo aquí, y él siempre estará aquí. ¡Es realmente increíble! ¡Él es eterno!

**Y al Hijo, que nos hizo libres:** ¿Quién es el Hijo, y cómo nos hizo libres? Jesús es el Hijo de Dios, que ¡nos hizo libres muriendo en la Cruz para liberarnos de nuestros pecados!

**Y al Espíritu, que procede de Dios:** ¿Quién es el Espíritu? Es Dios Espíritu Santo que procede del Padre y del Hijo. Eso significa que viene del Padre y del Hijo. ¡El Espíritu Santo es enviado para guiar a la Iglesia y a sus miembros y a vivir en cada uno de nuestros corazones para estar siempre con nosotros!

**De cada uno de ellos eternamente, sea la salvación, el honor, la bendición, el poder y la majestad infinita:** este versículo habla acerca de las impresionantes cualidades y bendiciones que vienen de cada Persona de la Trinidad: ¡El Padre, el Hijo y el Espíritu Santo! Recuerde: ¡la Trinidad son tres personas en un solo Dios! Y ese Dios santo, increíble, poderoso, eterno Dios le ama tanto y quiere estar tan cerca de nosotros en la Eucaristía! ¡¿No es eso inmensamente asombroso?!

Luego ensayan cantando el canto completo y anime a los estudiantes a que ¡intenten pensar sobre los significados de las palabras que cantan! Para las letras del canto puede dirigir a los estudiantes al Libro de actividades del estudiante.

Texto: Santo Tomás de Aquino (1227-1274)

**Song for First Communion Mass***Pange Lingua* verses 3–6 (focus on verse 6)

This week we will be discussing the meaning of the words of verse 6 of *Pange Lingua*.

Verse 6:

To the everlasting Father,  
And the Son who made us free,  
And the Spirit, God proceeding,  
From them each eternally,  
Be salvation, honor, blessing,  
Might and endless majesty.

This week we have been talking about receiving Jesus in the Eucharist. Did you know that Jesus is really God? As Christians we believe in the Holy Trinity—Trinity starts with *Tri*, which means three. The Holy Trinity is three Persons in one God. God the Father is God; God the Son, Jesus, is God; and God the Holy Spirit is God—they are the three Persons of the Holy Trinity. Three Persons in one God. It's a mystery! Just like the mystery of Jesus being really present in the Eucharist, it is hard to understand, but we have faith so we believe all that God has revealed to us!

This last verse of our song is about the Holy Trinity and how much God loves us! Let's look at the last verse on our song sheets.

**To the everlasting Father:** Who is the everlasting Father? It is God the Father, who created the whole universe. He was always here, and he will always be here. That's pretty amazing! He is everlasting!

**And the Son who made us free:** Who is the Son, and how did he make us free? Jesus is God the Son, who made us free by dying on the Cross to free us from our sins!

**And the Spirit, God proceeding:** Who is the Spirit? It is God the Holy Spirit who *proceeds* from the Father and the Son. That means he *comes from* the Father and the Son. The Holy Spirit is sent to guide the Church and her members and to live in each of our hearts to be with us always!

**From them each eternally, be salvation, honor, blessing, might and endless majesty:** This verse is talking about the amazing qualities and blessings that come from each Person of the Trinity: the Father, the Son, and the Holy Spirit! Remember: the Trinity is *three Persons in one God*! And that holy, awesome, powerful, everlasting God loves you so much and wants to be so close to you in the Eucharist! Isn't that so awesome?!

Then practice singing the whole song and encourage students to try to think about the meanings of the words as they sing! You can direct students to their Student Activity Books for the lyrics.

Words: Saint Thomas Aquinas (1227–1274)