



ARZOBISPADO  
DE SANTIAGO



# Bendecir en familia, en todo tiempo y en tiempo de pandemia

Subsidio IV  
Bendecir en familia  
Vicaria para la Pastoral - Arzobispado de Santiago

## BENDECIR EN FAMILIA EN TODO TIEMPO Y EN TIEMPO DE PANDEMIA

En este tiempo tan complejo de pandemia y cuarentenas, muchas de nuestras familias están pasando más tiempo con sus hijos. ¿Cómo podemos hacer presente a nuestro Padre Dios en esta realidad no siempre fácil de sobrellevar?

Queremos plantearles la invitación a **bendecir** a sus hijos, la familia, la comida...

Empecemos por reflexionar un poco sobre la bendición misma. ¿Qué es? ¿Qué significa?

Benedicir es decirle cosas buenas a alguien.

Puedes bendecir a Dios mismo; o decirle cosas buenas a una persona en nombre de Dios, es decir, como portador del mensaje de Dios para esa persona. De esto estamos hablando.

El contenido de la bendición depende de las circunstancias.

A modo de ejemplos:

**Puede ser para alabar o dar gracias a Dios (Bendecirlo).** *“Bendito sea Dios, Padre de Cristo Jesús nuestro Señor, por su gran misericordia”* exclama San Pedro en su primera carta (1Pe1,3). Y San Pablo, en la carta a los Efesios: *“Bendito sea Dios, Padre de Cristo Jesús nuestro Señor, que nos bendijo desde el cielo, en Cristo, con toda clase de bendiciones espirituales”* (Ef1,3). También en nuestras celebraciones cantamos: *“Bendigamos al Señor que nos une en caridad”* o *“Benedicid a Dios todos los siervos de Dios”*. Nosotros podemos bendecir a Dios por todo lo que nos ha dado y por todo lo bueno que vamos encontrando en la vida.

**Puede ser para pedir la presencia de Dios:** Bendice, Señor, esta familia; bendice esta reunión, esta comida...

**Puede ser para invitar a alguien a vivir en la presencia de Dios,** que nos quiere con todas nuestras capacidades y cualidades desplegadas, abiertos a actuar al estilo de Jesús. *“Yo te bendigo, hijo, te bendigo, hija, para que seas una gran persona”*.

**Puede ser para pedir la protección de Dios para alguien** o, más bien, reforzar en alguien la certeza de ese amor y protección de Dios incluso en las circunstancias más duras de la vida, como le sucedió a Jesús en la cruz. Al terminar la misa, el sacerdote nos dice: *“Yo los bendigo en el nombre del Padre, del Hijo, del Espíritu Santo... Vayan en la paz del Señor”*. Lo que significa: *“Yo me hago portador del amor de Dios por ti, por ustedes. Les aseguro que Él les ama, les protege y quiere lo mejor para ustedes; vivan en esa certeza aunque deban luchar, o enfrentar incluso dolores muy duros”*. En este tiempo de dificultades y también de riesgos de enfermedad y muerte, como sucede a lo largo de la vida humana, enfréntenlas con toda su energía y con la certeza del amor de Dios que es el que siempre va a triunfar. Esa es su paz.

## EL SIGNO DE LA CRUZ COMO GESTO DE BENDICIÓN

Un gesto característico de la bendición es la señal de la cruz en la frente. No nos exige un mayor esfuerzo, sólo la buena voluntad de querer que el otro esté cerca de Dios. A través del signo de la cruz compartido (entre los esposos, padres e hijos, etcétera), estaremos haciendo presente al Dios infinito en nuestra vida de familia y en la de cada uno de sus miembros. Este gesto nos recuerda que Dios ha querido hacerse presente en medio nuestro y sólo espera la buena voluntad de nuestros corazones para que le abramos nuestras puertas, de par en par. El Señor no dejará pasar la ocasión de brindarnos su gracia y entregarnos la riqueza de su amor.

### ALGUNAS BENDICIONES

No hay mejor regalo que bendecir. Bendice a tu familia, tus amigos. Bendice tu comida, tus encuentros. Que toda la vida sea una bendición. Que la vida sea bendita.

#### **+ Bendición a los niños +**

(Imponiendo la mano sobre la cabeza de la criatura)

*Señor nuestro Jesucristo,  
Hijo de Dios vivo que,  
engendrado antes de todos los siglos,  
en el tiempo quisiste ser niño  
y amas la inocencia propia de la infancia;  
Tú, Señor, que abrazabas con amor  
a los niños que te presentaban, y los bendecías,  
cuida a este(a) niño(a) con tierna bendición +  
y no permitas que la malicia perverta su corazón.  
Concédele, Señor, que, creciendo en edad,  
sabiduría y gracia, siempre te agrade.  
Tú que siendo Dios vives y reinas con el Padre,  
en la unidad del Espíritu Santo,  
por todos los siglos de los siglos.*

**R/. Amén.**

### **+ Bendición de la familia +**

*Señor, ponemos la vida de nuestra familia en tus manos y corazón.  
Pedimos que nos abracés a cada uno con tu afectuosa bendición:  
a... (Pedir que cada uno vaya diciendo su nombre).*

*Cuida la vida de todos nosotros.  
Que te reconozcamos como Padre de quien nos viene la vida y todo bien.*

*Que nos dejemos guiar por tu Espíritu  
que nos impulsa a crecer como personas, a relacionarnos con amor,  
a desarrollar nuestras capacidades y nuestras vocaciones,  
a abrirnos a los demás en un servicio fraternal.*

*Que sepamos apoyarnos en Ti, y entre nosotros  
en los momentos de enfermedad, de dificultad o de dolor.  
Que la paz y la alegría que viene de ti, reine en esta casa.*

**R/. Amén.**

### **+ Bendición simple del hogar +**

*Bendito seas, Dios, Padre nuestro, por este hogar,  
destinado por tu bondad a que viva en él esta familia.*

*Haz que nosotros, sus habitantes, recibamos los dones de tu Santo Espíritu  
y que el don de tu bendición + se haga presente en nosotros  
por nuestro estilo de vida y el amor compartido, de manera que todos los que frecuenten este hogar  
encuentren siempre en él la calidez de tu presencia y aquella paz que sólo tú puedes dar.  
Por Jesucristo nuestro Señor.*

**R/. Amén.**

### **+ Bendición a los abuelos +**

(La familia reunida impone sus manos sobre los abuelos y uno dice)

*Padre eterno, en quien vivimos, nos movemos y existimos,  
te damos gracias y te bendecimos por la vida de nuestros abuelos  
que se ha hecho fecunda en los hijos y ahora en los nietos.  
Concédeles que, confortados por tu amor y por el nuestro,  
estén alegres en la salud y no se desanimen en la enfermedad.  
Bendícelos y así fortalecidos con tu bendición,  
te alaben y reciban con alegría el cariño de su descendencia.  
Te lo pedimos por Jesucristo nuestro Señor.*

**R/. Amén.**

### **+ Bendición de un enfermo +**

*Padre Santo. Bendice a este/a hijo/a tuyo/a  
que en su cuerpo lleva la enfermedad.  
Concédele unir sus sufrimientos a los de Cristo,  
para que su dolor sea fecundo.  
Atiende nuestra oración  
y concédele a (nombre del enfermo o enferma) lo que necesita.  
Por Jesucristo nuestro Señor.*

**R/. Amén.**

(Si es posible, los familiares pueden hacer el signo de la cruz al enfermo.  
Cuidar de evitar contacto físico si se está contagiado con el Covid 19 y mantener la distancia).

### **+ Bendición para el que sale de casa +**

(Se le impone la mano sobre la cabeza)

*Que el Señor te bendiga + te acompañe, te libre de todo mal,  
te dé el éxito que mereces por tu esfuerzo  
y te permita un regreso seguro y feliz a casa.*

**R/. Amén.**

### **+ Bendición de la mesa o los alimentos +**

La bendición de la mesa es una costumbre muy antigua entre los cristianos. En los relatos evangélicos se puede observar como el propio Jesús lo hacía. No sólo en la última cena, sino que, por ejemplo, antes de multiplicar los panes, bendice al Padre, pronuncia la bendición de agradecimiento... Lo mismo hacen los discípulos, como se puede apreciar en el libro de Los Hechos de los Apóstoles y otros del Nuevo Testamento.

La bendición de la mesa es una acción de gracias y una sencilla petición, que sigue la estela del Padrenuestro, la oración que Jesús nos enseñó, donde pedimos: 'Danos hoy nuestro pan de cada día', recordando así la procedencia de esos y de todos los bienes -vienen de Dios- y que nos deleitan y nos alimentan, y que son completamente necesarios para el hombre. Al recordar que vienen de Dios y son para todos, nos alienta a hacer de nuestra parte todo lo que podamos para que a nadie les falten.

Les proponemos algunas fórmulas, tanto de bendición antes de comer como de acción de gracias al terminar y que pueden compartir en familia.

## + Bendiciones posibles al comenzar +

+ En el nombre del Padre...

1. *Bendícenos, Señor, y bendice los alimentos que vamos a tomar para mantenernos en tu santo servicio.*

**R/. Amén.**

2. *Bendícenos, Señor, y bendice nuestros alimentos. Bendice también a quienes nos los han preparado, y da pan a los que no lo tienen.*

**R/. Amén.**

3. *Bendice, Señor, a cuantos hoy comemos este pan. Bendice a quienes lo hicieron y haz que juntos lo comamos en la mesa celestial.*

**R/. Amén.**

4. *Porque nos das de comer, muchas gracias, Señor. Sabemos que hay muchos hombres que hoy no comerán... Haznos capaces de compartir y danos a todos el pan de cada día.*

**R/. Amén.**

5. *Bendícenos, Señor, y bendice estos alimentos que por tu bondad vamos a compartir, para renovar nuestras fuerzas y servirte mejor. Da también el pan a aquellos que no lo tienen.*

**R/. Amén.**

6. *Llenos de alegría te alabamos, Jesucristo, Señor nuestro, que, resucitado de entre los muertos, te manifestaste a los discípulos al partir el pan; quédate con nosotros, Señor, mientras tomamos, agradecidos, estos alimentos, y admite, como comensales de tu Reino, a quienes te recibimos como huésped en la persona de nuestros hermanos. Tú que vives y reinas por los siglos de los siglos.*

**R/. Amén.**

**+ Bendición para el tiempo Pascual +**

*Padre, te damos gracias por la resurrección de Jesús, tu Hijo,  
y te pedimos que bendigas el alimento que ahora vamos a tomar.  
Te lo pedimos por Jesucristo nuestro Señor.*

**R/. Amén.**

**+ Acción de gracias al terminar +**

1. *Te damos gracias, Señor, por el alimento que nos has dado;  
haz que de él nos sirvamos siempre para nuestro bien.*

**R/. Amén.**

2. *Gracias por todos tus dones.  
Que el Rey de la eterna gloria nos haga partícipes  
de la mesa celestial.*

**R/. Amén.**

3. *Gracias, Señor, porque, de nuevo,  
hemos podido alimentarnos con los dones que Tú generosamente nos das.  
Señor, que no haya más hambre en el mundo.*

**R/. Amén.**

4. *Te agradecemos, Señor, esta alegría de la mesa:  
el alimento y la compañía de los que aquí estamos.  
Bendice siempre a esta familia  
y a quienes no tienen ni hogar ni pan.*

**R/. Amén.**

**+ Acción de Gracias en tiempo Pascual +**

*Señor, derrama en nuestros corazones la alegría de la Pascua y,  
ya que nos has dado esta comida, sacada de la tierra,  
concédenos también mantenernos siempre en aquella vida nueva  
que Cristo con su resurrección nos ha merecido.  
Él, que vive y reina por los siglos de los siglos.*

**R/. Amén.**