



## El grito de los mártires que desafía a un mundo que ha olvidado a Dios

En una época en la que millones de católicos consideran la Misa dominical como algo opcional, una antigua frase resuena desde los primeros siglos del cristianismo con una fuerza extraordinaria:

**“Sine dominico non possumus”.**

Traducida literalmente significa:

**“Sin el domingo no podemos vivir”.**

Sin embargo, esta expresión encierra mucho más que una referencia a un día de la semana. Para los cristianos que la pronunciaron, significaba:

**“Sin la Eucaristía, sin la asamblea cristiana, sin Cristo presente en medio de nosotros, no podemos vivir”.**

Aquellas palabras fueron pronunciadas ante un tribunal romano por hombres, mujeres y niños que sabían que iban a morir por mantenerse fieles a la Santa Misa.

Hoy, cuando muchos abandonan voluntariamente aquello por lo que otros entregaron su sangre, conviene redescubrir el significado profundo de esta frase que se ha convertido en uno de los lemas más poderosos de toda la historia cristiana.

---

## El contexto histórico: los mártires de Abitina

Para comprender el significado de *Sine Dominico Non Possumus* debemos viajar al año 304.

El Imperio Romano estaba atravesando una de las peores persecuciones contra los cristianos bajo el emperador Diocleciano.

Se promulgó un decreto que prohibía las reuniones cristianas y ordenaba entregar las Sagradas Escrituras.



Celebrar la Eucaristía se había convertido en un delito castigado con la muerte.

En la ciudad norteafricana de Abitina, un grupo de cuarenta y nueve cristianos decidió reunirse en secreto para celebrar el Santo Sacrificio de la Misa.

Sabían perfectamente el riesgo que corrían.

No eran inconscientes.

No ignoraban las consecuencias.

Simplemente consideraban que obedecer a Dios era más importante que conservar la vida.

Las autoridades descubrieron la reunión y todos fueron arrestados.

Durante el juicio se les preguntó por qué habían violado el decreto imperial.

La respuesta de uno de ellos quedó grabada para siempre en la memoria de la Iglesia:

| *“Sine dominico non possumus.”*

Es decir:

| *“Sin el domingo no podemos vivir.”*

Poco después fueron torturados y ejecutados.

La Iglesia los recuerda como los **Mártires de Abitina**.

---

## ¿Qué significa realmente “Dominicum”?

Existe un detalle lingüístico muy importante.



La palabra latina *dominicum* puede referirse tanto al **día del Señor (domingo)** como a aquello que pertenece al Señor, especialmente la **Eucaristía**.

Por ello muchos historiadores y teólogos consideran que la frase podría entenderse de manera más profunda:

**“Sin la Eucaristía del Señor no podemos vivir.”**

Los mártires no estaban defendiendo simplemente un calendario religioso.

No estaban diciendo:

“Nos gusta reunirnos los domingos.”

Estaban afirmando algo infinitamente más profundo:

**“Nuestra vida depende de Cristo.”**

Y Cristo se nos entrega de modo único en la Santa Misa.

---

## El domingo: una institución divina

Desde la perspectiva católica, el domingo no es una invención humana.

Tiene raíces directamente vinculadas al misterio de Cristo.

Los Evangelios señalan repetidamente que la Resurrección ocurrió:

| *“El primer día de la semana.”*

| *(Mc 16,2)*

Ese día se convirtió inmediatamente en el centro de la vida cristiana.

Los Apóstoles comenzaron a reunirse para partir el pan precisamente en domingo.



El libro de los Hechos relata:

“El primer día de la semana, estando nosotros reunidos para partir el pan...”

(Hch 20,7)

También San Pablo hace referencia a esta práctica:

“Cada primer día de la semana, cada uno de vosotros reserve en su casa lo que haya podido ahorrar.”

(1 Co 16,2)

Ya desde finales del siglo I el domingo era conocido como:

“El Día del Señor”

(Ap 1,10)

Por tanto, la santificación del domingo no es una costumbre tardía.

Forma parte de la vida de la Iglesia desde los tiempos apostólicos.

---

## La Eucaristía: el corazón del domingo

Cuando los mártires afirmaban que no podían vivir sin el domingo, estaban señalando una verdad esencial:



## **La Eucaristía es el corazón de la existencia cristiana.**

La Iglesia enseña que la Santa Misa no es simplemente una reunión de creyentes.

No es una conferencia espiritual.

No es una ceremonia simbólica.

Es la actualización sacramental del Sacrificio del Calvario.

El mismo Cristo que murió y resucitó se hace presente sobre el altar.

Por eso enseñó:

“Yo soy el pan vivo bajado del cielo; el que coma de este pan vivirá para siempre.”

(Jn 6,51)

Y también:

“Si no coméis la carne del Hijo del Hombre y no bebéis su sangre, no tendréis vida en vosotros.”

(Jn 6,53)

Estas palabras son fundamentales.

Jesús no presenta la Eucaristía como un complemento opcional.

La presenta como fuente de vida sobrenatural.



## La visión de los Padres de la Iglesia

Los primeros cristianos comprendieron perfectamente esta realidad.

San Ignacio de Antioquía llamó a la Eucaristía:

“*Medicina de inmortalidad.*”

No decía que fuera un simple recuerdo.

Era el remedio divino contra la muerte espiritual.

San Justino Mártir describió en el siglo II cómo los cristianos se reunían cada domingo para escuchar las Escrituras y celebrar la Eucaristía.

Para ellos era imposible separar la fe cristiana de la participación en el Sacrificio eucarístico.

La comunidad cristiana nacía alrededor del altar.

---

## El problema moderno: cuando el domingo pierde su sentido

Uno de los mayores dramas espirituales de nuestro tiempo es la progresiva desaparición del sentido cristiano del domingo.

Para muchos se ha convertido únicamente en:

- Un día de descanso.
- Una jornada deportiva.
- Un espacio para compras.
- Un tiempo de ocio.
- Una oportunidad para dormir más.



Todo ello puede tener su lugar legítimo.

Pero cuando el domingo pierde su referencia a Dios, pierde su verdadera identidad.

El resultado es una sociedad agotada espiritualmente.

Paradójicamente, nunca ha habido tantas formas de entretenimiento y, sin embargo, tantas personas experimentan vacío interior.

Los mártires de Abitina nos recuerdan una verdad incómoda:

**el ser humano no puede vivir únicamente de actividades materiales.**

Necesita encontrarse con Dios.

Necesita alimentarse espiritualmente.

Necesita adorar.

Necesita recibir la gracia.

---

## ¿Por qué la Iglesia obliga a asistir a Misa los domingos?

Muchos plantean esta pregunta:

“Si Dios es amor, ¿por qué la Iglesia obliga?”

La respuesta es sencilla.

Porque la Iglesia actúa como una madre.

Una madre no obliga a un niño a alimentarse porque disfrute imponiendo normas.

Lo hace porque sabe que sin alimento el niño enferma.



Del mismo modo, la Iglesia conoce la necesidad espiritual de la Eucaristía.

Por ello establece el precepto dominical.

No como una carga.

Sino como una protección.

El Catecismo enseña que la participación en la Misa dominical constituye un testimonio de pertenencia a Cristo y a su Iglesia.

---

## Una lección para los católicos de hoy

Los mártires de Abitina recorrieron el camino hacia el suplicio porque no estaban dispuestos a renunciar a la Misa.

Hoy muchos disponen de iglesias abiertas, libertad religiosa y múltiples horarios de celebración.

Sin embargo, la asistencia dominical continúa disminuyendo en muchos lugares.

La pregunta que aquellos mártires nos dirigen desde el cielo es directa:

**¿Valoramos realmente aquello por lo que ellos murieron?**

Si alguien hubiera dicho a aquellos cristianos:

“Podéis salvar vuestra vida simplemente dejando de ir a Misa unas semanas”,

habrían respondido:

**“No podemos.”**

No porque fueran fanáticos.

Sino porque entendían que la vida biológica no es el bien supremo.



El bien supremo es permanecer unidos a Cristo.

---

## “Sin Cristo no podemos vivir”

En el fondo, la frase *Sine Dominico Non Possumus* resume toda la espiritualidad cristiana.

No se trata únicamente de cumplir una obligación.

Se trata de reconocer una dependencia amorosa.

El cristiano auténtico sabe que necesita a Dios.

Necesita la gracia.

Necesita la oración.

Necesita los sacramentos.

Necesita la Iglesia.

Necesita la Eucaristía.

Por eso la frase de los mártires sigue siendo actual diecisiete siglos después.

En una cultura que proclama la autosuficiencia del hombre, ellos nos recuerdan la verdad fundamental:

“Yo soy la vid; vosotros los sarmientos. El que permanece en mí y yo en él, ése da mucho fruto; porque sin mí nada podéis hacer.”

(Jn 15,5)

---



# Aplicaciones pastorales para nuestra vida

## 1. Redescubrir la centralidad de la Misa

La Misa no debe ocupar el último lugar de nuestra agenda semanal.

Debe ser el centro alrededor del cual organizamos nuestra vida.

## 2. Prepararnos espiritualmente

Llegar con tiempo, guardar recogimiento y participar activamente ayuda a vivir más profundamente el misterio eucarístico.

## 3. Recuperar el carácter sagrado del domingo

El domingo debería incluir momentos de oración, lectura espiritual, descanso santo y convivencia familiar.

## 4. Enseñar a las nuevas generaciones

Los niños aprenden observando.

Si ven que sus padres consideran la Misa una prioridad, comprenderán que la fe no es un simple accesorio cultural.

## 5. Vivir eucarísticamente toda la semana

La comunión dominical debe prolongarse en obras de caridad, paciencia, sacrificio y amor al prójimo.

---



## Conclusión: el desafío de los mártires sigue vigente

Las palabras pronunciadas en Abitina hace más de mil setecientos años no pertenecen al pasado.

Son una llamada urgente para nuestro tiempo.

Vivimos en una sociedad que intenta convencernos de que podemos vivir sin Dios, sin oración, sin sacramentos y sin Iglesia.

Los mártires respondieron con una certeza que ninguna tortura pudo destruir:

**“Sine Dominico Non Possumus.”**

Sin el Día del Señor no podemos vivir.

Sin la Eucaristía no podemos vivir.

Sin Cristo no podemos vivir.

Y quizá ahí se encuentre una de las mayores lecciones para el católico contemporáneo: comprender que la Misa dominical no es simplemente una obligación religiosa, sino el encuentro semanal con Aquel que da sentido a toda nuestra existencia.

Porque cuando todo pasa, cuando las seguridades humanas desaparecen y cuando el mundo ofrece respuestas insuficientes a las grandes preguntas del corazón, permanece una verdad que atravesó los siglos desde las cárceles de Abitina hasta nuestros días:

**el hombre puede sobrevivir sin muchas cosas, pero no puede alcanzar la plenitud para la que fue creado sin Dios.**

Por eso los mártires prefirieron morir antes que abandonar la Eucaristía.

Y por eso la Iglesia sigue proclamando, siglo tras siglo, el mismo mensaje:

**“Sine Dominico Non Possumus.”** Sin el Señor, sin su Día y sin su presencia sacramental, nuestra vida pierde su centro, su fuerza y su destino eterno.