



En cada Santa Misa, el sacerdote pronuncia unas palabras que han resonado en los corazones de los fieles durante siglos: **“Sursum Corda”**, que significa **“¡Arriba los corazones!”**. Esta exhortación no es una mera formalidad litúrgica, sino un llamado profundo a la elevación del alma, un recordatorio constante de que nuestra vida cristiana está orientada hacia lo alto, hacia Dios.

Hoy, en un mundo marcado por la distracción, el materialismo y la confusión espiritual, el llamado de **Sursum Corda** es más urgente que nunca. Pero, ¿qué significa realmente? ¿Cómo podemos vivir esta invitación en nuestra vida cotidiana? Acompáñanos en esta reflexión para descubrir la riqueza de estas palabras y cómo aplicarlas en nuestra relación con Dios.

1. El Origen Bíblico y Litúrgico de Sursum Corda

El uso de **Sursum Corda** en la liturgia se remonta a los primeros siglos del cristianismo. San Cipriano de Cartago (siglo III) ya mencionaba esta expresión en sus escritos, y desde entonces ha formado parte de la **Plegaria Eucarística** en la Misa tradicional.

Este llamado tiene raíces en la Sagrada Escritura. En el **Salmo 25,1**, el salmista exclama: *«A ti, Señor, elevo mi alma.»*

También encontramos una resonancia en **Colosenses 3,1-2**, donde San Pablo exhorta: *«Si habéis resucitado con Cristo, buscad las cosas de arriba, donde Cristo está sentado a la derecha de Dios. Poned la mira en las cosas de arriba, no en las de la tierra.»*

Estas palabras expresan un principio fundamental del cristianismo: **nuestra vida no se agota en lo terrenal, sino que está llamada a un destino eterno.**

2. El Sentido Espiritual de Sursum Corda

Cuando el sacerdote dice **«¡Sursum Corda!»**, no solo está invitándonos a un gesto simbólico, sino a una **actitud interior de elevación hacia Dios**. Esta elevación del corazón implica tres dimensiones esenciales:



A) Elevar la mente y el corazón en la oración ☐

En un mundo ruidoso, donde las preocupaciones diarias nos abruma, la oración se convierte en un acto de resistencia contra la distracción y el olvido de Dios. **Sursum Corda** nos recuerda que debemos apartarnos de lo mundano y fijar nuestra mirada en lo divino.

B) Vivir con esperanza y confianza en Dios ☐

La vida cristiana está marcada por pruebas y sufrimientos, pero el Señor nos llama a elevar nuestros corazones con esperanza. En momentos de crisis, de dudas o de dolor, **Sursum Corda** nos anima a no quedarnos atrapados en la desesperanza, sino a mirar hacia el Cielo con confianza en la providencia de Dios.

C) Ofrecer nuestra vida como sacrificio de amor ♥

Elevar el corazón no significa solo sentir emociones elevadas, sino **disponer nuestra vida entera para Dios**. El sacrificio de la Misa nos enseña que el amor verdadero es entrega. Cada sufrimiento, cada esfuerzo, cada obra buena que ofrecemos con amor a Dios es un modo de vivir el espíritu de **Sursum Corda**.

3. ¿Cómo Podemos Vivir Sursum Corda Hoy?

En nuestra vida diaria, hay muchas formas concretas de vivir esta actitud de elevación espiritual:

- ☐ **Participar en la Santa Misa con devoción:** La Eucaristía es el momento privilegiado donde elevamos nuestros corazones a Dios. No asistamos como meros espectadores, sino con una disposición interior de adoración y entrega.
- ☐ **Orar con el corazón elevado:** No recemos solo con los labios, sino con una verdadera apertura al encuentro con Dios. La oración nos saca de la superficialidad y nos conecta con la eternidad.
- ☐ **Cultivar el desprendimiento de lo material:** Vivir **Sursum Corda** implica no apegarnos excesivamente a los bienes materiales ni dejarnos arrastrar por las preocupaciones del mundo.



□ **Vivir con alegría cristiana:** Un corazón elevado a Dios no es un corazón triste, sino lleno de la alegría del Espíritu Santo, aun en medio de dificultades.

□ **Ejercitar la caridad y el sacrificio:** Elevar el corazón significa también levantar a los demás, ayudar al prójimo, ser testigos del amor de Cristo en el mundo.

4. Sursum Corda en Tiempos de Confusión

Vivimos tiempos en los que la fe de muchos se ha debilitado, la confusión doctrinal ha crecido y el secularismo avanza con fuerza. En este contexto, **Sursum Corda** es un llamado a no dejarnos arrastrar por la desesperanza ni por las corrientes del mundo.

El Papa Benedicto XVI solía decir que **“el cristianismo no es una teoría, sino un encuentro con una Persona”**. Si elevamos nuestro corazón a Cristo, encontraremos la fuerza para vivir en fidelidad a la Verdad, sin importar las pruebas que enfrentemos.

Sursum Corda nos recuerda que nuestra meta no está aquí, sino en el Cielo. No podemos conformarnos con una fe tibia o superficial; estamos llamados a levantar el corazón y vivir con una mirada puesta en lo eterno.

Conclusión: Un Llamado Personal a Elevar el Corazón

Cada vez que escuches **Sursum Corda** en la Misa, recuerda que es más que una frase litúrgica: **es un llamado a vivir con el corazón elevado a Dios, en la oración, en la esperanza y en el amor.**

Hoy, más que nunca, Cristo nos invita a no quedarnos atrapados en la mediocridad espiritual ni en la desesperanza del mundo. Nos llama a mirar hacia arriba, a vivir con una fe auténtica y a confiar plenamente en Él.

¡Sursum Corda! ¡Arriba los corazones! Elevemos nuestra vida entera hacia Dios.