

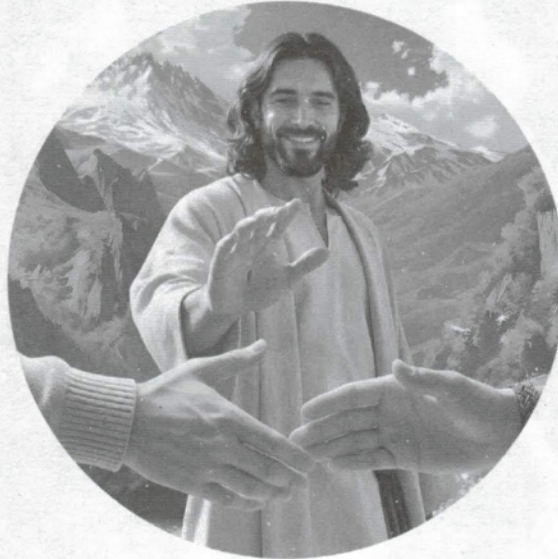
CUARESMA/2026



Cuaresma, camino de sanación,
discernimiento y misión



ARQUIDIÓCESIS
DE LEÓN



Ejercicios Espirituales de
Cuaresma
2026





DIRECTORIO

Director de la DIDEC

Pbro. Lic. Apolinar Torres Ortiz

Dirección de los Ejercicios

Luis Mauricio Cano Camarena

Elaboración de contenido

Niños y adolescentes:

Hna. María de Jesús Gutiérrez, O.P

María Leticia Acevedo Negrete

María Ascensión Villegas Macías

Luis Mauricio Cano Camarena

Adultos:

Pbro. Apolinar Torres Ortiz

Pbro. Edgar González López

Luis Mauricio Cano Camarena

Hna. María de Jesús Gutiérrez, O.P

Corrección de estilo y contenido:

Hna. María de Jesús Gutiérrez, O.P

Luis Mauricio Cano Camarena

Coordinación de diseño:

Pbro. Apolinar Torres Ortiz

L.D.G. Jesús Bustamante

CONTENIDO

ADULTOS

1. MIRAR LA VIDA CON
OJOS DE CRISTO 10
2. SANAR LAS HERIDAS Y
RECONCILIAR LAS RELACIONES 16
3. DISCERNIR EN EL ESPÍRITU PARA
VIVIR EL PLAN DE DIOS 26
4. VIVIR LA PASCUA ESPERANZA
PARA EL MUNDO 33
5. SER IGLESIA EN SALIDA
ENVIADOS POR CRISTO 41

NIÑOS Y ADOLESCENTES

1. CON JESÚS EMPIEZO MI
CAMINO DE AMOR 52
2. PERDONO A EJEMPLO DE
JESÚS QUE ME AMA 57
3. JESÚS SANA MI CORAZÓN 63
4. JESÚS ME MUESTRA
SU AMOR EN LA CRUZ 69
5. JESÚS VIVE Y CAMINA
CON NOSOTROS 74

Administración:

Departamento de Librerías Diocesanas en conjunto con el
Equipo Central de la DIDEC, Arquidiócesis de León.
Pedro Moreno #712 Col. Centro, León, Guanajuato.



100
años de la
CRISTIADA
1926 + 2026

PRESENTACIÓN

*"Vengan a mí todos los que están fatigados y agobiados, y yo los aliviaré...
y encontrarán descanso para sus vidas" (Mt 11,28-29).*

Querida familia diocesana, la Cuaresma vuelve a nosotros como un tiempo de gracia, una oportunidad para dejarnos mirar, tocar y conducir por Dios. Es un tiempo en el que, como Iglesia, nos disponemos a recorrer un **camino de sanación, discernimiento y misión**, permitiendo que la luz del Evangelio ilumine nuestras heridas, nuestras decisiones y nuestro deseo de servir.

He pedido al equipo central de la Dimensión Diocesana de Evangelización y Catequesis que la edición 2026 de los Ejercicios Espirituales acompañe este itinerario espiritual y pastoral. La Iglesia que caminamos sigue creciendo en la espiritualidad sinodal, aprendiendo a escuchar juntos al Espíritu, a reconocernos mutuamente y a avanzar como un solo pueblo hacia donde Dios nos conduce. Me alegra presentar este subsidio de Ejercicios Espirituales de Cuaresma 2026, preparado con dedicación y sentido diocesano.

Deseo destacar que el Misterio Pascual es el que nos sostiene, nos sana y nos impulsa. Dios nos anima a curar las heridas personales, a reconciliar nuestras relaciones, y a dejarnos enviar con renovado ardor a la misión, esto en plena sintonía con las esperanzas en nuestro III Plan Diocesano de Pastoral, que nos invita a ser una Iglesia cercana, fraterna y misionera.

Agradezco con sincero reconocimiento a quienes trabajaron en la elaboración de este subsidio, y los invito a que sea recibido y tomado con apertura y creatividad en las Parroquias, Centros Educativos de inspiración católica y comunidades de Vida Consagrada, para que llegue a todo el pueblo de Dios como una verdadera oportunidad de encuentro y transformación en el Señor.

Que estos Ejercicios despierten en nosotros un corazón disponible para la sanación, nos ayuden a escuchar con mayor claridad la voz del Espíritu y nos animen a caminar como una Iglesia que se deja conducir con humildad y esperanza.

Con afecto, les envío mi bendición para todas sus comunidades. Un abrazo fraterno en Cristo, nuestro Señor.

+ Jaime Calderón
+Jaime Calderón Calderón
Arzobispo de León





INTRODUCCIÓN GENERAL A LOS EJERCICIOS ESPIRITUALES DE CUARESMA 2026

Los Ejercicios Espirituales de Cuaresma son un medio para abrir el corazón al encuentro con Dios y con la comunidad, dejándonos conducir por el Espíritu que sana, ilumina y envía. Para este año, el Sr. Arzobispo nos ha pedido que los Ejercicios estén iluminados por la línea: ***“Cuaresma, camino de sanación, discernimiento y misión”***, en continuidad con la espiritualidad sinodal que anima a nuestra Iglesia diocesana. Esta propuesta busca que, mientras nos preparamos para celebrar el Misterio Pascual, reconozcamos que Cristo Resucitado acompaña y sostiene nuestro deseo de sanar relaciones, reconciliar nuestras historias y disponernos para la misión que nos presentará el III Plan Diocesano de Pastoral.

Es fundamental que quienes animen los Ejercicios los vivan primero en un clima de oración y recogimiento, de modo que puedan transmitirlos con autenticidad. Será responsabilidad de los párrocos ofrecerlos a sus agentes, adecuando los tiempos, los énfasis y los modos según las realidades concretas de sus comunidades.

En la sección de niños y adolescentes se continúa trabajando con el método inductivo, que articula los momentos de: ***experiencia humana, experiencia de fe y respuesta de fe***. En la sección de adultos, este mismo método permite profundizar el proceso espiritual y favorecer una experiencia integral de encuentro con el Señor. Se conserva también la Acción Simbólica, un recurso que facilita que los participantes interioricen y vivan una experiencia significativa.

Se requiere una adaptación cuidada para cada grupo de edad, considerando:

- Un lenguaje apropiado para cada etapa.
- Actividades según el nivel de desarrollo.
- Actitudes que promuevan una participación viva y significativa.

El objetivo es respetar y valorar la riqueza de cada edad, ofreciendo experiencias que acompañen su crecimiento en la fe y haciendo uso de los recursos pedagógicos y catequísticos ya conocidos.

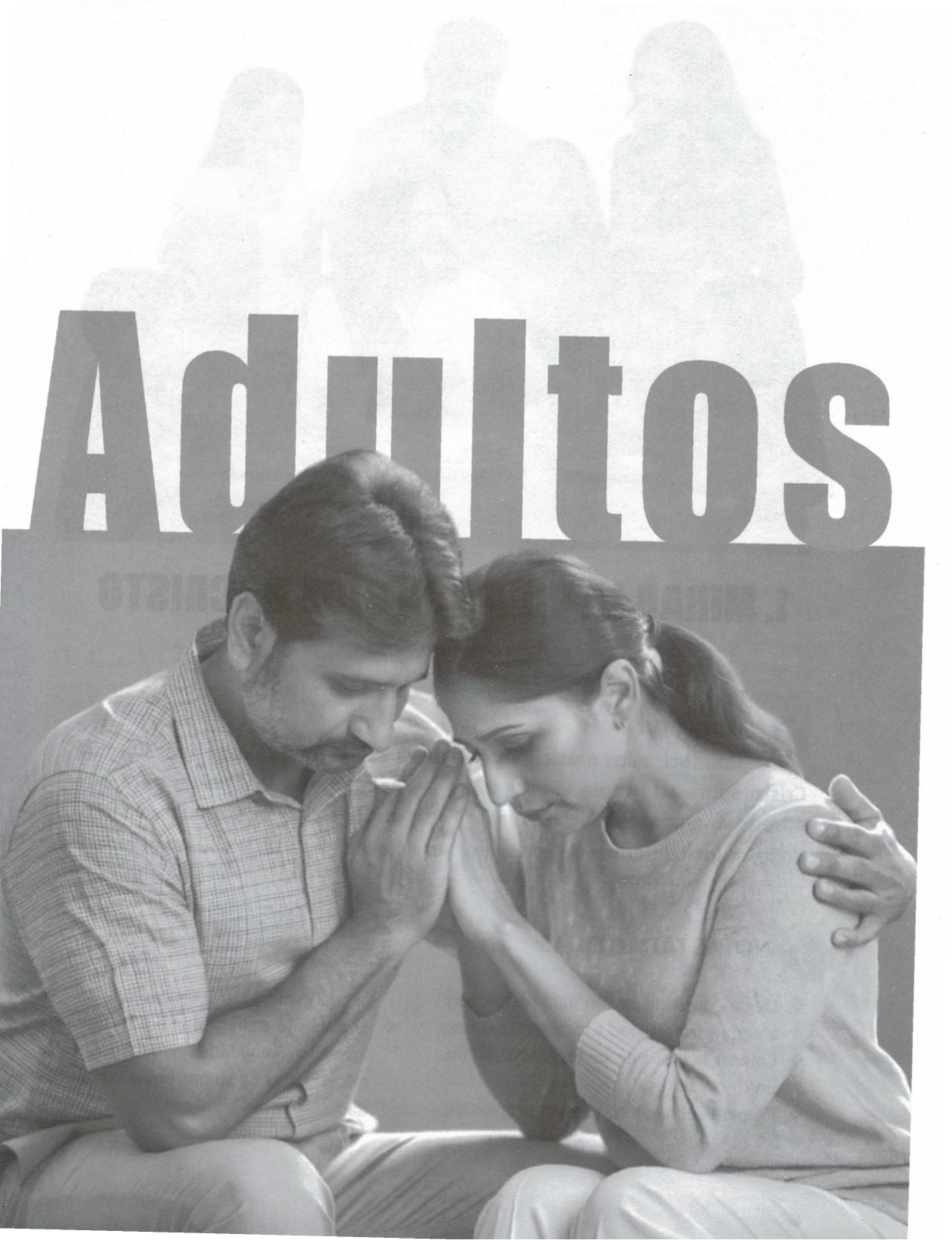
Pedimos que este subsidio sea vivido con apertura y con la confianza de que el Espíritu sigue guiando a nuestra Diócesis por caminos de sanación, discernimiento y misión, para que nuestro caminar hacia la Pascua sea verdaderamente transformador.

**Equipo Central de la Dimensión
Diocesana de Evangelización
y Catequesis**



DIDEC
L E Ó N





Adultos



1. MIRAR LA VIDA CON OJOS DE CRISTO

María Leticia Acevedo Negrete



OBJETIVO:

Conducir a los participantes a descubrir la mirada misericordiosa de Cristo sobre su propia vida y sobre la realidad que los rodea, para que aprendan a contemplar, discernir y responder desde el amor, convirtiéndose en instrumentos de consuelo, servicio y esperanza en su comunidad.



NOTAS DIDÁCTICAS:

- ❖ Llegar con anticipación para recibir con alegría y fraternidad a los participantes.
- ❖ Colocar la biblia en un lugar visible con un cirio y flores.
- ❖ Preparar el lugar con frases propias de la cuaresma.
- ❖ El ponente deberá darse a la tarea de investigar realidades y/o conocer las necesidades de su parroquia o comunidad.



MATERIALES:

- ❖ Preparar lo necesario para ambientar el espacio, procurando tener: Crucifijo, Cirio Pascual, altar con la Sagrada Escritura.
- ❖ Gafetes para cada participante.
- ❖ Papeletas en blanco para cada participante.
- ❖ Bocina y micrófono.
- ❖ Espejo grande.
- ❖ Canto "Sopla sobre mí" del grupo Jesed N (acústico/letras/ acordes)
- ❖ Velas para cada participante.



de conversión, de arrepentimiento, de revisar nuestras actitudes, de fortalecer nuestra fe.

Para esto nos podemos ayudar de algunas preguntas, que iremos respondiendo espontáneamente:

- ¿Cómo te sientes hoy?
- ¿Qué lugar ocupa Jesús en mi vida personal, familiar y comunitaria?
- ¿Tengo presente el amor de Cristo en mi actuar cotidiano?
- ¿Mi corazón está abierto a la presencia del Espíritu Santo?

Después de dar respuesta a estas preguntas continuamos con la oración pidiendo al Espíritu su luz para que toda esta semana, nos ilumine y nos abra a su acción para recibir la Palabra.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

Este ejercicio cuenta con dos momentos de acción simbólica, el primer momento es en la experiencia humana, en donde cada participante pasará frente a un pequeño espejo colocado junto al altar. El segundo momento es en la profesión de fe, donde se entregará a cada participante una vela apagada y un papel para que escriban una actitud de su vida que desean iluminar con la mirada de Jesús.

Bienvenida

En nombre de Jesucristo sean todos bienvenidos a esta semana de ejercicios espirituales de cuaresma, una semana llena de experiencias, reflexiones, compromisos y sobre todo llena de amor, amor a Dios y a nuestro prójimo.

La cuaresma es un tiempo de preparación para la resurrección de Jesucristo, es una oportunidad de interiorizar en nuestra vida, un periodo

Oración inicial

*Ven Espíritu Santo, envía tu luz desde el cielo.
Padre amoroso del pobre; don, en tus dones
espléndido; luz que penetra las almas; fuente
del mayor consuelo.*

*Ven, dulce huésped del alma, descanso de
nuestro esfuerzo, tregua en el duro trabajo,
brisa en las horas de fuego, gozo que enjuga
las lágrimas y reconforta en los duelos.*

*Entra hasta el fondo del alma, divina luz y
enríquenos. Mira el vacío del hombre si Tú
le faltas por dentro; mira el poder del pecado
cuando no envías tu aliento.*

*Riega la tierra en sequía, sana el corazón
enfermo, lava las manchas, infunde calor de*

*vida en el hielo, doma el espíritu indómito,
guía al que tuerce el sendero.*

*Reparte tus Siete Dones según la fe de tus
siervos. Por tu bondad y tu gracia dale al es-
fuerzo su mérito; salva al que busca salvarse y
danos tu gozo eterno.*

Amén.

*Sopla sobre mi
dulce huésped del alma.*

*Ven sopla sobre mi
suave brisa de los cielos.*

*Quiero descansar en tu
presencia quiero
abandonarme en ti.*

*Derrámate Espíritu en mi
cura todas mis heridas
consuélame y sumérgeme
en tu amor. (2)*



EXPERIENCIA HUMANA

Ahora te invito a que le des la bienveni-
da a tus compañeros de al lado, brindarles un
saludo acompañado de alguna de estas frases
fraternas: bienvenido, Dios te ama. Bienveni-
do, Dios cuenta contigo etc.

La transformación interior comienza cuando
nos atrevemos a mirar nuestra propia realidad.
Muchas veces caminamos sin detenernos, sin
observar qué sentimos o qué necesitamos.
Podemos pasar días enteros aparentando
fortaleza cuando por dentro hay cansancio, o
mostrando indiferencia cuando realmente ne-
cesitamos consuelo. Por eso, este primer mo-
mento es un regalo: detenernos a sentir, reco-
nocer y nombrar lo que somos hoy.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

Cada participante pasará frente a un
pequeño espejo colocado junto al altar. Mira-
rá su propio rostro en silencio durante unos
segundos, reconociendo lo que lleva en el co-
razón: cansancio, esperanza, dudas, miedo,
gratitud o deseo de cambio. El acompañante
espiritual dirá: *“Mírate como Dios te mira: con
ternura, verdad y misericordia. Tu vida es va-
liosa para Él”*. Se puede poner algún canto de
fondo que ayude a la reflexión.

Vivimos en un contexto marcado por el ruido,
la prisa y la presión cotidiana. Las noticias ne-
gativas nos saturan, la violencia parece norma-
lizarse y las preocupaciones familiares o eco-
nómicas pesan sobre nuestros hombros. Sin
darnos cuenta, nuestra mirada se vuelve dura
o desconfiada. Miramos la realidad desde el
temor o el cansancio, y eso afecta la manera
en que tratamos a los demás y a nosotros mis-
mos.

Por eso utilizamos el “espejo del corazón”:
para recordar que antes de mirar hacia fuera
es necesario mirar hacia dentro. Dios no quie-
re apariencias; quiere verdad. Y esa verdad
es profundamente humana: somos frágiles,
somos amados, somos necesitados de luz. Al
contemplar nuestro rostro, podemos descu-
brir algo que quizá callábamos: un dolor, un
anhelo, un deseo de ser abrazados o de co-
menzar de nuevo.

Después de mirarnos, es importante abrir los
ojos a la realidad de nuestra comunidad. Cada
barrio, colonia o parroquia tiene historias de
lucha, de esperanza, de violencia, de solida-

ridad, de carencias, de alegrías. Ver esta realidad no con juicio, sino con sensibilidad, nos prepara para comprender desde dónde nos habla Dios hoy.

Para dialogar:

- ¿Qué noticias predominan en tu comunidad?
- ¿Qué situaciones te inquietan o te preocupan?
- ¿Qué necesidades identificas a tu alrededor?
- ¿Qué sentimiento te provoca lo que escuchas o vives?

Escuchemos con respeto, sin crítica, con un corazón dispuesto a comprender.

Al escuchar las realidades que compartimos y reconocer lo que cada uno trae en el corazón, descubrimos que no caminamos solos. Nuestros miedos, preocupaciones, cansancios y esperanzas no son únicamente individuales; forman parte de un tejido humano y comunitario que Dios conoce profundamente. Este momento nos ayuda a comprender que nuestra vida interior está conectada a la vida de los demás. Lo que vivimos afecta y es afectado por quienes nos rodean. Reconocer esto nos invita a abrirnos con humildad, a dejar que otros nos acompañen y a sentirnos parte de una comunidad que también busca sanar, crecer y encontrar luz.

Al cerrar esta experiencia humana, comprendemos que mirar nuestra realidad no es un ejercicio de desánimo, sino de verdad. Dios actúa siempre desde la verdad del corazón, no

desde las apariencias. Cuando ponemos nombre a lo que sentimos y a lo que vive nuestra comunidad, dejamos que la gracia comience a trabajar en nosotros.

Este paso inicial nos dispone a recibir la mirada amorosa de Cristo en la siguiente etapa del ejercicio. Hemos mirado nuestra vida con honestidad; ahora nos prepararemos para mirar esa misma vida con los ojos de Jesús, que nunca juzgan ni condenan, sino que levantan, sanan y transforman.



EXPERIENCIA DE FE

Nos ponemos de pie para escuchar la Palabra de Dios.

Del Evangelio de San Mateo 9, 36-37

“Al contemplar aquel gran gentío, Jesús sintió compasión, porque estaban decaídos y desanimados, como ovejas sin pastor.⁷ Y dijo a sus discípulos: «La cosecha es abundante, pero los trabajadores son pocos. Rueguen, pues, al dueño de la cosecha que envíe trabajadores a recoger su cosecha.»”. **Palabra del Señor/Gloria a ti Señor Jesús.**

Compartamos:

- ¿Qué dice el texto?
- ¿Qué realidad se vive en ese momento?
- ¿Qué hace Jesús ante esa realidad?
- ¿Qué te dice a ti?

Al pasar de la experiencia humana a la mirada de la fe, damos un salto que no es simplemente emocional, sino profundamente espiritual. La fe no niega lo que vivimos; al contrario, lo

ilumina. Jesús siempre parte de la realidad concreta, tal como es. Él no exige perfección para acercarse: se acerca porque ve necesidad, porque descubre en cada persona una historia, un dolor, una búsqueda. La fe comienza precisamente aquí: en dejarnos ver por Jesús. El Evangelio nos muestra que, antes de hablar o de enseñar, Él primero contempla. Mira a la multitud, la observa con atención, reconoce su cansancio, su desorientación. Y esa mirada no es fría ni distante: es una mirada que abraza, que comprende y que provoca un movimiento interior de misericordia.

Cuando Jesús “siente compasión”, el Evangelio utiliza un verbo que expresa un estremecimiento profundo de las entrañas, algo que conmueve todo su ser. La compasión de Cristo no es lástima ni pena; es amor que se hace vulnerable, que se deja tocar por el sufrimiento del otro. Esto nos revela que Dios no es indiferente a nuestra realidad. Nuestro cansancio, nuestras dudas, las heridas de nuestras comunidades, las noticias que nos entristecen o asustan... todo eso Jesús lo contempla con ternura. Él no se acostumbra al dolor humano, no lo normaliza ni lo ignora. Su mirada nos dice: *“Te veo, sé lo que vives, me importa”*.

Al contemplar a la multitud “como ovejas sin pastor”, Jesús nos muestra algo esencial, no basta reconocer el dolor; es necesario acompañarlo. La oveja sin pastor no solo está perdida, sino vulnerable, expuesta, sin dirección ni consuelo. Jesús se ofrece como Pastor no para imponerse, sino para guiar, sostener, enseñar y sanar. Él quiere caminar a nuestro ritmo, ayudarnos a recuperar fuerzas y mostrarnos cami-

nos que no habíamos visto. La fe consiste en dejarnos encontrar por este Pastor que no se cansa de buscarnos.

Pero la experiencia de fe no termina ahí. Jesús mira la realidad y, al mismo tiempo, nos invita a participar de su misión. “La cosecha es mucha”, es decir, hay muchas vidas esperando ser escuchadas, acompañadas, miradas con amor. Y “los trabajadores son pocos”, porque no siempre estamos dispuestos a comprometernos. Jesús no llama a los perfectos, llama a los disponibles. Ser trabajador de la cosecha no significa resolverlo todo ni cargar con todo; significa responder al dolor del mundo con amor, con gestos simples que nacen de un corazón compasivo. Significa dejar que la compasión que Él siente se enraíce también en nosotros.

Mirar la vida con los ojos de Cristo es un ejercicio de conversión interior. Nos desafía a pasar de la indiferencia a la sensibilidad, del miedo a la confianza, del juicio a la ternura, de la pasividad al servicio. La experiencia de fe abre el corazón, transforma la mente y dispone nuestras manos para gestos concretos de misericordia. Ahí donde antes veíamos un problema, ahora descubrimos una oportunidad para amar. Ahí donde había cansancio, ahora surge fortaleza. Ahí donde había oscuridad, se enciende una luz.

Esta experiencia nos prepara para comprender que Jesús no solo nos mira con compasión: nos invita a mirar como Él. Y esa mirada nueva no se impone: se aprende, se pide, se cultiva en la oración y se encarna en cada gesto cotidiano. Solo así podremos convertirnos en verdaderos

discípulos que llevan esperanza a quienes hoy viven “como ovejas sin pastor”.



RESPUESTA DE FE

Mirar nuestra vida y la vida de los demás como Jesús implica acercamiento, consuelo, empatía, servicio, pequeños gestos que alivien las necesidades de las personas, para eso primero es necesario dejarse pastorear por Jesús para después guiar a otros a Él y juntos crecer como una auténtica comunidad cristiana.

Profesión de fe.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

Se entregará a cada participante una vela apagada y un pedazo de papel, puede ser la mitad. En el papel escribirán una actitud de su vida que desean iluminar con la mirada de Jesús (impaciencia, juicio, indiferencia, tristeza, desesperanza...). Después, encenderán su vela del cirio pascual diciendo en silencio: “Señor, ilumina esta parte de mi vida para poder mirar como Tú.” Las velas permanecerán encendidas hasta la oración final.

Pidamos a nuestro Señor Jesucristo su guía y acompañamiento para cumplir con nuestra misión y compromiso, digámosle: **¡Señor que sea compasivo como Tú!**

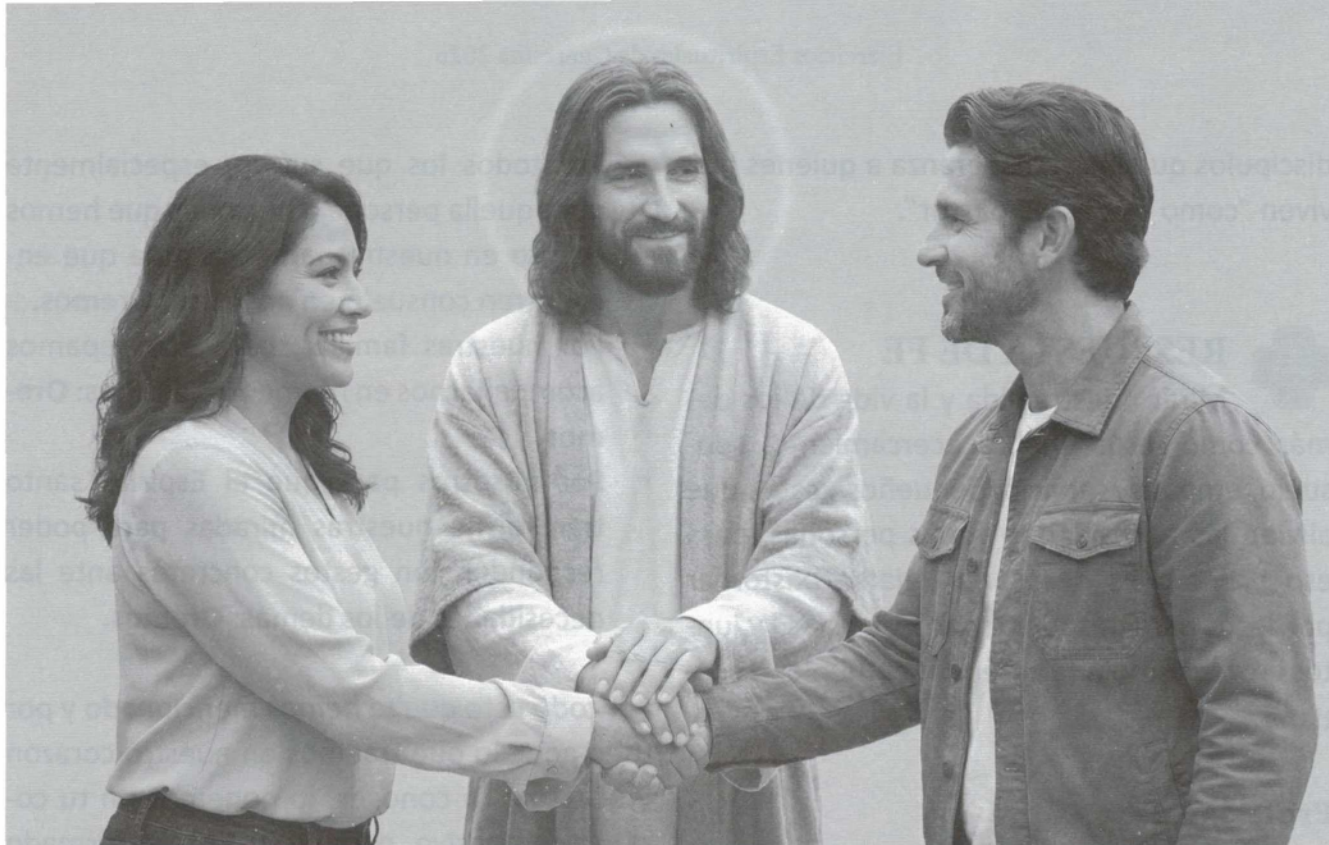
- Por la Iglesia, para que seamos capaces de mirar a cada persona como las ve Jesús: **Oremos.**

- Por todos los que sufren, especialmente por aquella persona o personas que hemos escrito en nuestra papeleta, para que encuentren consuelo en nosotros: **Oremos.**
- Por nuestras familias, para que sepamos acompañarnos en momentos difíciles: **Oremos.**
- Por nosotros para que el Espíritu santo transforme nuestras miradas para poder responder con gestos concretos ante las necesidades de los demás: **Oremos.**

Por todo esto que te hemos mencionado y por todo aquello que traemos en nuestro corazón y que solo tú conoces, lo ponemos en tu corazón compasivo, para que sea transformado por ti Señor Jesús. Te lo pedimos con la oración que nos has enseñado. **Padre Nuestro.**

Compromiso: Nos comprometeremos a estar más atentos a las necesidades de los demás, a ser más sensibles y a realizar acciones concretas a favor de esas necesidades.

Despedida: Buenas noches, primero Dios los esperamos mañana con mucho gusto para continuar con nuestro camino cuaresmal.



2. SANAR LAS HERIDAS Y RECONCILIAR LAS RELACIONES

Luis Mauricio Cano Camarena



OBJETIVO:

Acompañar a los participantes en la experiencia de encuentro interior y reconciliación, ayudándolos a reconocer sus heridas emocionales que afectan sus relaciones, para que descubran el amor sanador de Dios manifestado en Jesucristo.



NOTAS DIDÁCTICAS:

- ❖ Crear un ambiente de recogimiento y serenidad: música suave instrumental, luz cálida (vela o lámpara), y disposición circular o semicircular que facilite la cercanía y el diálogo.
- ❖ Evitar discursos racionales; privilegiar la escucha interior, los silencios orantes y la expresión simbólica.
- ❖ Cuidar el tono de voz, que sea pausado, compasivo y cercano; este tema puede tocar fibras profundas.
- ❖ Propiciar un clima de confianza y acompañamiento mutuo, no de análisis psicológico, sino de apertura espiritual.
- ❖ Recordar que cada participante es protagonista de su proceso de sanación, el

catequista o acompañante es solo mediador del amor sanador de Dios.

- ❖ Tener presente la progresión del signo (acción simbólica) como hilo conductor: pasar del dolor a la sanación, y de la sanación a la comunión.



MATERIALES:

- ❖ Una mesa central (altar simbólico) cubierta con un mantel blanco o beige.
- ❖ Cinco piedras pequeñas por persona, representando heridas, culpas o cargas.
- ❖ Telas de colores suaves (gris, morado, rosa, blanco) que se irán desplegando a lo largo del tema.
- ❖ Una vela grande encendida (signo de la gracia de Dios).
- ❖ Tazón o recipiente de agua limpia, símbolo del amor que purifica y renueva.
- ❖ Flores naturales (de preferencia blancas o rosadas).
- ❖ Hojas y plumas para escribir, música suave, y una Biblia abierta en Mateo 5, 23–24.
- ❖ Un corazón grande de cartulina o madera, con espacio para colocar las piedras transformadas en flores.
- ❖ Canto “Sana mi herida”



ACCIÓN SIMBÓLICA:

La acción simbólica se da en los 3 momentos: experiencia humana (reconocimiento de heridas), experiencia de fe (signo de sanación) y en la respuesta de fe (experiencia de reconciliación).

Bienvenida: Sean bienvenidos, nos da muchísima alegría poderlos recibir en este día de ejercicio cuaresmal, les pedimos se dispongan para recibirlo, les invitamos a participar y a disfrutar mucho este día, el Señor Jesús nos tiene preparadas cosas muy bellas. Nos ponemos de pie.

Oración inicial

Jesús, en este segundo día de ejercicio espiritual de cuaresma, quiero rendirme a tus pies, quiero seguir conociendo de tus maravillas, seguirme adentrando en tu misterio de amor y de misericordia, hoy quiero que ilumines mi mente, mi corazón y mis sentidos, ayúdame a estar abierto en toda mi persona para recibir lo que hoy se me compartirá, que pueda tener impacto en mi vida y pueda ser transformada por tu gracia.

Hoy quiero que sea un día para integrar mi vida, no quiero regresar igual de como llegué, te pido me permitas sentirte en todo mi ser, palparte en mi persona, en mis sentimientos, emociones y sensaciones, quiero que hoy sea un día con posibilidad de encontrarte en profundidad y con autenticidad. Amén.



EXPERIENCIA HUMANA

El ser humano nace, crece y se plenifica en relación. No podemos vivir aislados. Desde el primer momento de la vida, necesitamos ser y sentirnos **amados, escuchados y acompañados**. Las relaciones (familiares, de pareja, de amistad, laborales, comunitarias) son el lugar donde aprendemos a confiar y también en donde somos lastimados.

¿Qué es lo que hiere?

La humanidad es herida en y desde sus primeras etapas de desarrollo, ahí se van instalando

en nuestra psicología las huellas lastimosas, que denominamos **heridas**; estas heridas son generadas por los estilos de crianza de nuestros cuidadores, en su generalidad, nuestros padres, en donde las necesidades básicas de aceptación, amor, confianza, validación y sustento no fueron cubiertas.

Entonces, lo que profundamente nos hiere, son las experiencias de rechazo, abandono, invalidación, represión, inseguridad y violencia, es decir, donde no nos sentimos amados; como se mencionó anteriormente, estas huellas son desde la infancia, pero se manifiestan significativamente en la edad adulta.

De ahí, que las heridas relacionales se dan cuando una necesidad afectiva no es atendida o se ve traicionada:

- Cuando esperábamos amor y recibimos indiferencia.
- Cuando confiamos y fuimos traicionados.
- Cuando nos esforzamos y no fuimos valorados.
- Cuando un conflicto se quedó sin resolver.

El “maltrato” hacia nuestra persona, deja estas heridas que brotan continuamente en la vida adulta.

¿Cómo se manifiesta el dolor que esto causa? El dolor se va manifestando principalmente en el cuerpo, en las emociones y sentimientos, en los pensamientos, en la conducta y en las relaciones, por este motivo, un gran número de personas viven sus relaciones desde el conflicto. El dolor tiene un impacto potente en nuestra persona, pues cargamos un bagaje que está instalado en el inconsciente y genera patrones rígidos de modificar, de ahí que se manifies-

ten los “sin sentidos de vida”, las sensaciones y pensamientos de profunda soledad, relaciones que producen insatisfacción, etc.

¿Qué consecuencias trae no atender nuestras heridas?

Las consecuencias que traen estas manifestaciones son profundas y relevantes, puesto que, en primer lugar, provocan demasiada insatisfacción, una vida llena de dolor, soledad, angustia y violencia, que termina destruyendo a la persona y a su entorno.

Si damos una mirada general y nos detenemos en el panorama social, la causa de fenómenos como el asesinato, la destrucción al medio ambiente, narcotráfico, abusos sexuales, descomposición familiar y educativa, violencia, entre muchos males más, tienen su origen en las mismas honduras de dolor que el hombre padece a nivel personal. En pocas palabras, pudiéramos decir, que la comunidad y la sociedad está fragmentada porque está conformada por personas que no han trabajado sus heridas.

Cuando las heridas no se sanan, se convierten en mecanismos de defensa: evitamos a ciertas personas, el diálogo se fragmenta, reaccionamos con enojo, nos cuesta confiar, etc.

Esto puede cambiar, cuando tomamos la vida en nuestras propias manos, pues se logran asumir las heridas como posibilidades para el reencuentro con uno mismo, con los demás y con el Señor; el ser humano mientras viva, tiene grandes oportunidades de transformarse; **las heridas no están para destruirnos, sino para maximizar nuestros dones y talentos**, las heridas nos pueden dar la ruta clara para nuestro desarrollo humano y espiritual.

¿Qué experiencias necesitamos?

En nuestro proceso de personalización y sanación, se requieren algunas experiencias que vendrán a abrazar a la persona misma y que son necesarias para que de ella, pueda emerger la “versión” original, aquella que fue pensada por Dios.

Pudiéramos enunciar algunas experiencias:

- Movilización de la voluntad para que la persona asuma la responsabilidad de trabajar en sí misma.
- Trabajo interior, que propicie el autococonocimiento, la apreciación de lo bello y genuino que nos habita.
- Experiencias profundas de amor, de buen trato, de acompañamiento y de ternura.
- Momentos de reconciliación personal, familiar y comunitaria, desarrollar la capacidad de escucharnos y mirarnos con amor.
- Sin duda, la gran experiencia que va a acompañar, animar y bañar todo este proceso, es la experiencia de la gracia de Dios, su amor que vendrá a ser océano infinito de restauración.

Debemos considerar que, para llegar al trabajo de la reparación de las heridas, es esencial ejercitar el trabajo interior, el cual pondrá en movimiento nuestra propia alma, aprenderemos a escucharnos y escuchar la voz de nuestro Señor.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

Reconocer el peso.

1. Cada participante toma cinco piedras y las sostiene entre sus manos.
2. El expositor explica: “Estas piedras re-

presentan las heridas, los enojos, los rechazos, los momentos en los que nos sentimos poco amados o traicionados. Llevamos muchas de ellas en el corazón sin darnos cuenta.”

3. Mientras escuchan una música suave, se invita a los participantes a nombrar interiormente una herida por cada piedra.
4. Luego las colocan sobre una tela gris o morada extendida en el suelo frente al altar, como signo del dolor que se reconoce y se entrega: “Hoy dejamos aquí lo que pesa, no para olvidarlo, sino para que el Señor lo mire con amor.”



EXPERIENCIA DE FE

La gracia se revela mediante el amor que Dios nos regala, es justamente ese amor, el que vendrá a sanar y vivificar todo nuestro ser. Él hace nuevas todas las cosas, él viene a reparar todo lo que somos, a través del amor.

Del Evangelio de San Mateo 5, 23–24:

“Si al presentar tu ofrenda en el altar te acuerdas de que tu hermano tiene algo contra ti, deja tu ofrenda allí delante del altar y ve primero a reconciliarte con tu hermano.” **Palabra del Señor/ Gloria a ti Señor Jesús**

Jesús une inseparablemente la relación con Dios y la relación con los demás. Para Él, la reconciliación es una forma de culto verdadero. No se puede estar en paz con Dios mientras el corazón vive en guerra con los demás.

La enseñanza de Jesús en esta cita subraya una verdad esencial de la vida espiritual, la reconciliación no es opcional, es parte constitutiva del culto a Dios. Jesús revela que no basta con

presentarse ante el altar con una ofrenda externa si el corazón está dividido por el rencor, la ofensa o las relaciones quebradas. A los ojos de Dios, el amor concreto hacia el prójimo es inseparable del amor que decimos tenerle a Él. La ofrenda más valiosa no es un gesto ritual, sino un corazón dispuesto a sanar, perdonar y reconstruir.

Además, Jesús añade un matiz que suele pasarse por alto: “si tu hermano tiene algo contra ti”. No dice: “si tú estás enojado”, sino si tú has causado una herida o existe una tensión pendiente. Esto implica una mirada adulta, madura y honesta sobre nuestras acciones. Reconocer que quizá herimos sin querer, que omitimos palabras necesarias o que hemos generado heridas en el otro exige humildad, responsabilidad y valentía. La reconciliación comienza por un examen personal sincero, donde dejamos de justificarnos y nos preguntamos: ¿a quién necesito pedir perdón?, ¿qué relación necesita ser atendida?

Finalmente, la invitación de Jesús es profundamente liberadora “ve primero a reconciliarte”. Actuar antes de ofrecer algo a Dios significa poner en orden la vida afectiva, relacional y espiritual. La reconciliación abre espacio interior, sana las culpas, restaura vínculos y nos permite presentarnos ante Dios con un corazón íntegro y disponible. Para el adulto de hoy, cargado de tensiones, heridas y responsabilidades, este mensaje recuerda que no hay verdadera espiritualidad sin relaciones sanadas.

La gracia acompaña el camino de sanación.

Si lo que nos lastimó fue la ausencia del amor, Dios mismo viene a ser océano infinito de lo que nos faltó, y, por lo tanto, llena todo aquello que en nosotros es vacío, tristeza, dolor y angustia. En nosotros, Jesús quiere hacer la obra

de su Padre, es decir, traernos la salvación y liberarnos de todo tipo de atadura y sometimiento.

El amor de Dios y su obra no se quedan en un concepto teológico o romántico difícil de comprender, algunos puntos para entender la acción del Señor en este proceso son los siguientes:

- ✓ El Señor va favoreciendo nuestra apertura para el autoconocimiento progresivo (purificación del auto-concepto) ¿Quién soy más allá de lo aprendido e interpretado?
- ✓ Asistiendo la sanación e integración de las heridas del pasado y la reconciliación con la propia historia, potencializando los procesos y búsquedas emprendidos.
- ✓ Fortaleciendo y ayudándome a perseverar en los momentos de desolación.
- ✓ Acompañando la integración, purificación y sanación de la afectividad en la resolución de las necesidades no resueltas (estima, aceptación, pertenencia y seguridad) desde la experiencia de gratuidad e incondicionalidad en la vivencia del amor de Dios.
- ✓ Liberando y purificando progresivamente nuestra vivencia del amor y capacidad de amar.
- ✓ Liberando la propia libertad y autonomía personal.
- ✓ Fortaleciendo procesos de interioridad.
- ✓ Clarificando y liberando: dones, talentos, vocación y misión (mi lugar en la Creación).
- ✓ Configurando una opción fundamental que da sentido y orienta la vida.
- ✓ Introduciendo en la vivencia de virtudes teologales.

Reconciliar las relaciones, camino del cristiano.

Jesús nos enseña que la reconciliación es parte esencial de la vida espiritual. No se puede separar el amor a Dios del amor a los hermanos. Antes de ofrecer algo en el altar, el Señor nos invita a mirar el corazón: ¿cómo están mis relaciones?

Esta enseñanza revela que el verdadero culto a Dios transita por el amor concreto al prójimo. El Señor acompaña nuestros procesos para suscitar corazones limpios, relaciones sanas y vínculos restaurados. Reconciliarse con los hermanos no es un trámite moral, es **un acto de fe**, porque implica creer que el amor es más fuerte que el daño recibido.

Las relaciones humanas son el lugar donde se prueba nuestra fe; ahí aprendemos a amar, perdonar, esperar, y también a sufrir. El Evangelio nos invita a no quedarnos atrapados “rascando” el dolor de nuestras heridas, sino a dar pasos hacia la sanación. Cuando Jesús dice “ve primero a reconciliarte con tu hermano”, nos está diciendo: “No dejes que una herida te aparte del amor. No puedes acercarte a Dios con las manos cerradas por el rencor.”

Cuando una relación se quiebra, algo dentro de nosotros también se fragmenta: la confianza, la autoestima, la seguridad. Sanar significa mirar el daño sin negarlo, pero también liberar la emoción estancada y permitir que surja compasión, tanto hacia uno mismo como hacia el otro.

Desde la fe, sanar es dejar que el Espíritu Santo entre en nuestras heridas. Él no borra el pasado, pero transforma el dolor en experiencia de madurez y misericordia.

Sanar las relaciones en las distintas dimensiones de la vida.

- **En la familia:** En la familia, lugar principal de desarrollo humano y espiritual, las relaciones son afectadas por el abandono, las palabras y actos que lastiman, silencios prolongados, favoritismos, falta de tiempo o de perdón, entre muchas cosas más. Para sanarlas, sería importante que todos emprendan un camino de transformación, reconocer errores sin justificarse, pedir perdón sinceramente, dialogar con calma, orar juntos y practicar actos de ternura y amor.
- **En la vida social y laboral:** Al cargar con las heridas gestadas en la familia, las llevamos a la vida social y laboral, afectando las relaciones por las competencias insanas, la desconfianza, chismes, juicios, indiferencia, abuso de poder, poca empatía y sentido de humanidad; se requiere entonces practicar la empatía, comunicarse con respeto, reconocer los talentos del otro, corregir sin herir y mirar a los demás como hermanos.
- **En la comunidad:** En la comunidad, las relaciones son heridas por la desvinculación entre hermanos, ella (la comunidad) se hiere por la violencia, prejuicios, críticas, indiferencias, divisiones, exclusión o falta de escucha. Todas estas experiencias se pueden sanar propiciando espacios de encuentro, escuchar las heridas ajenas, promover la unidad y valorar la diversidad.
- **En la parroquia y entre grupos apostólicos:** La vida parroquial también es lastimada cuando no trabajamos nuestra humanidad herida, de ahí provienen nuestras rivalidades, protagonismo, falta de comunicación, chismes, o vivimos bajo

una “espiritualidad” que lejos de ser una auténtica relación con Dios, es una evasión. Estas vivencias son sanadas con profundo trabajo interior, reconociendo los dones de los demás y tirando la “espada” del pleito, para sacar el abrazo del amo fraterno.

El camino de reconciliación y la capacidad de comunión.

Sanar las relaciones no siempre significa volver a lo mismo. A veces, la reconciliación ocurre en el corazón, cuando uno decide soltar, perdonar y dejar que Dios actúe. Otras veces, se concreta con un paso de encuentro: una llamada, una palabra, un gesto de paz. La fe nos invita a dar pasos pequeños pero valientes, confiando en que el Espíritu Santo completa lo que nosotros no alcanzamos.

La gran tarea será desarrollar nuestra **capacidad de comunión** que consiste en los siguientes puntos:

- Fomentar relaciones auténticas, íntimas y profundas.
- Relacionarme de tú a tú.
- Reconocer que lo que más nos hiere es la ausencia de vínculos, o de vínculos sanos.

- Construir vínculos profundos, no sólo interacciones.
- Construir relaciones auténticamente humanas.
- Vivir mi capacidad de amar en libertad, permitiendo que mis relaciones se oxigenen, dejando que el otro sea él mismo, sin imponerle mi forma de pensar.
- Trabajar por integrar a los demás e integrarme con ellos “el Señor me dio hermanos”.
- Se una persona fraterna capaz de dialogar y servir.

Ruta de sanación de heridas y de reconciliación de relaciones.

La ruta para sanar las heridas y reconciliar las relaciones la encontramos en el Catecismo de la Iglesia Católica:

Por haber sido hecho a imagen de Dios, el ser humano tiene la dignidad de persona; no es solamente algo, sino alguien. Es capaz de conocerse, de poseerse y de darse libremente y entrar en comunión con otras personas; y es llamado, por la gracia, a una alianza con su Creador, a ofrecerle una respuesta de fe y de amor que ningún otro ser puede dar en su lugar (CEC 357)

Capacidades del hombre (CEC 357)	Movimiento de sanación	Acción espiritual	Fruto
Conocerse	Reconocer la herida	Nombrar lo que duele	Verdad y humildad
Poseerse	Aceptar y ordenar el corazón	Cuidar pensamientos y emociones	Libertad interior
Darse libremente	Elegir perdonar	Amar sin esperar nada	Corazón libre
Entrar en comunión	Reconstruir vínculos	Dar pasos hacia la paz	Fraternidad
Alianza con Dios	Vivir desde la gracia	Orar y confiar en Él	Paz y plenitud

La gracia no hará el trabajo que a nosotros nos toca realizar, ella **anima, vivifica y acompaña** el proceso; de ahí que el trabajo de sanación requiere plena participación de nosotros mismos.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

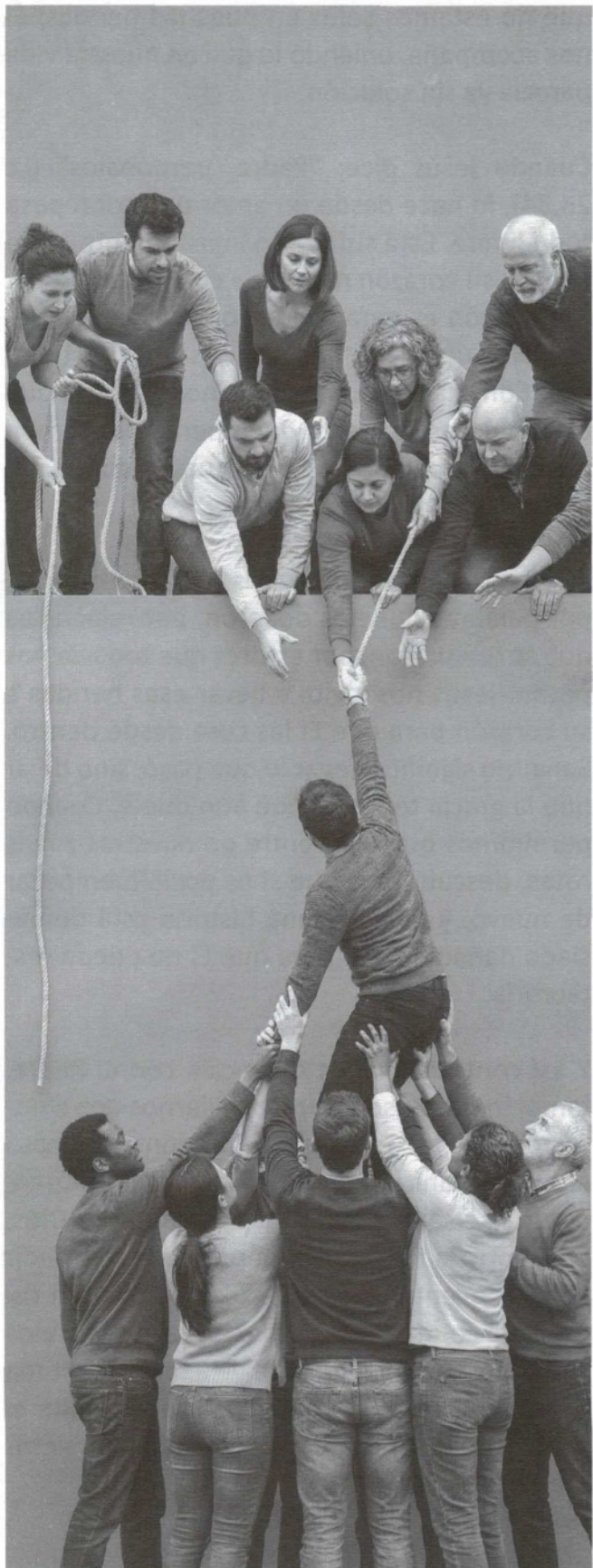
Sumergirse en el amor sanador.

1. La vela se coloca junto al tazón con agua.
2. El expositor dice: "El amor de Dios no ignora nuestras heridas; las toca, las limpia y las transforma. Él quiere que aprendamos a reconciliarnos."
3. Cada participante pasa al frente, toma una piedra del manto gris y la lava lentamente en el agua, mientras en su corazón repite: "Jesús, sana mi corazón con tu amor."
4. Se coloca el canto "Sana mi herida" Después, coloca la piedra mojada sobre una tela rosa o blanca, signo de que el dolor ha sido tocado por la gracia.
5. Expositor: "Esta piedra ya no es un peso, es un recuerdo transformado. Donde antes hubo herida, ahora hay amor que crece."



El sacrificio de Cristo derriba el muro que separa a los hombres de Dios.

La cruz de Jesús es el gran abrazo de Dios a una humanidad herida. Ahí, Jesús toma nuestras rupturas, nuestros enojos, nuestras culpas y todo aquello que nos pesa, y los presenta al Padre para que sean sanados (cf. Ef 2,16). No se queda mirando nuestro dolor desde lejos, lo carga y lo transforma. Por eso, cuando contemplamos a Cristo crucificado, descubrimos



que no estamos solos en nuestras heridas; Él nos acompaña, uniendo lo que en nuestra vida parecía ya sin solución.

Cuando Jesús dice: "Padre, perdónalos" (Lc 23,34), lo hace desde un amor que sobrepasa todo límite. Está sufriendo injustamente, pero aun así su corazón responde con misericordia. Ese perdón es para todos nosotros que, a veces sin querer, lastimamos y somos lastimados. Con esas palabras, Jesús nos muestra que el perdón es la fuerza que libera, que rompe cadenas y que abre caminos nuevos donde parecía que ya no había salida.

En nuestra vida diaria, todos llevamos heridas, por palabras que nos dolieron, por relaciones que se quebraron, por errores que todavía nos pesan. Jesús nos invita a llevar esas heridas a su corazón para que Él las cure desde dentro. Sanar no significa negar lo que pasó, sino dejar que la gracia toque lo que aún duele. Cuando permitimos que Dios entre en nuestras zonas rotas, descubrimos que sí es posible empezar de nuevo, y que ninguna historia está demasiado dañada como para que Él no pueda restaurarla.

Y así como Jesús nos reconcilia con el Padre, también nos enseña a reconciliarnos entre nosotros. Nos recuerda que el perdón no se basa en sentir bonito, sino en escoger la paz. Cuando uno se sabe amado y perdonado por Dios, encuentra la fuerza para perdonar y para pedir perdón. Y entonces las relaciones pueden renacer, la confianza se reconstruye, los vínculos se fortalecen y el amor vuelve a tener la última palabra. Cristo en la cruz nos muestra que el camino de la sanación y la reconciliación siempre es posible.



RESPUESTA DE FE

La invitación que nos hace el Señor con este ejercicio, es que, a partir de hoy, comencemos a trabajar nuestra humanidad, a no seguir en experiencias de auto-abandono o de evasión, sino atrevernos a comenzar (o a seguir) trabajando en la atención de nuestro interior, en ejercitar la escucha a la voz del Espíritu Santo, para que nos guíe en todo lo que vamos caminando y nos abra más la mente y el corazón para llegar a una transformación profunda.

Compartir de manera general:

- ¿Qué se movió en mí, de qué me di cuenta?
- ¿A qué me invita el ejercicio de hoy?

Profesión de fe

Todos nos ponemos de pie, ponemos una mano en el corazón, y la otra mano en el hombro del compañero que tenemos a nuestro

lado y dirijamos con mucha confianza la siguiente oración, sabiendo que el Señor nos escucha y quiere lo mejor para nosotros.

Respondemos todos: **¡Sánanos Señor con tu amor!**

Te pedimos Señor por la sanación de nuestras heridas, ayúdanos a trabajarlas para llegar a su resolución // R.

Señor, sana nuestra historia personal, sobre todo nuestra niñez, que tu amor abrace todo en nuestro interior //R.

Permítenos sentir tu amor que sana en nuestro cuerpo, en nuestras emociones, en nuestras sensaciones y pensamientos. //R.

Transforma nuestra vida Dios de amor, que toda nuestra persona pueda ser testigo de tu amor infinito//R.

Te pedimos por la transformación de nuestro entorno, de nuestra comunidad, que tu misericordia también obre la renovación y sanación que se necesitan//R.

Señor, sana nuestras relaciones, ayúdanos a ver a todos los demás como nuestros hermanos//R.

Te pedimos por la paz en todas las relaciones, que en ellas reine tu amor y tu presencia//R.

Ponemos en tus manos a las personas que se están perdiendo en sus heridas y pecados, por aquellas que están solas, que no están abiertas a tu gracia, por los que han suicidado y han padecido toda enfermedad espiritual, emocional debido a sus vivencias desgarradoras. //R.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

Del peso al abrazo.

1. Los participantes toman una flor (o una flor hecha de papel) y la colocan sobre la tela blanca o sobre el corazón grande que representa el amor restaurado.

2. Mientras lo hacen, el animador pronuncia: "El Señor transforma nuestras heridas en flores de amor. De su cruz brota la vida. Ahora estamos llamados a llevar este amor a los demás."
3. Se puede acompañar con una canción de sanación o reconciliación.
4. Finalmente, todos se toman de las manos en círculo y el catequista concluye: "Donde hubo herida, hoy hay reconciliación. Donde hubo dolor, hoy hay esperanza. Donde hubo distancia, hoy hay comunión."

Compromiso: Durante esta semana me comprometo a dar un paso concreto hacia la reconciliación, comenzando por mirar mis relaciones con sinceridad. Si he herido a alguien, pediré perdón con humildad; si alguien me ha lastimado, lo presentaré en oración para dejar que el Señor sane mi corazón. También dedicaré un momento cada día para revisar cómo estoy viviendo el amor en mis vínculos familiares, laborales y comunitarios, pidiendo a Dios la gracia de ser instrumento de paz y sanación.

Despedida: Hemos vivido un encuentro profundo con nosotros mismos y con el amor sanador de Dios. Que este día no quede solo en palabras, sino que marque el inicio de un camino nuevo, lleno de reconciliación y esperanza. Dejemos que el Señor toque nuestras heridas y transforme cada historia de dolor en fuente de vida nueva. Que al regresar a nuestros hogares llevemos en el corazón la certeza de que nada está perdido cuando se deja abrazar por el amor de Dios, y que cada relación puede renacer si le damos espacio a la ternura, al perdón y a la gracia. Caminemos con fe, sabiendo que Jesús nos acompaña en cada paso de este proceso de sanación.



3. DISCERNIR EN EL ESPÍRITU PARA VIVIR EL PLAN DE DIOS

P. Apolinar Torres Ortiz



OBJETIVO:

Ofrecer a los participantes una comprensión clara y vivencial del discernimiento, que les permita reconocer la acción del Espíritu Santo tanto en su experiencia personal como comunitaria, y aplicar este proceso para vivir de manera más consciente y fiel el plan de Dios.



NOTAS DIDÁCTICAS:

- ❖ El ponente deberá preparar leer y estudiar todo el contenido del encuentro. Lo ideal es que el expositor haya vivido los ejercicios en compañía de los agentes de su comunidad parroquial.
- ❖ No se trata de una lectura de la guía o

una plática espiritual, es un encuentro con Dios, con la persona misma y con el grupo que vive los ejercicios, de modo participativo.

- ❖ El hilo conductor de los ejercicios es el Misterio Pascual, por la naturaleza de los encuentros, se debe tener cuidado de no perderlo en ninguna sesión.

- ❖ En la participación activa, se debe cuidar el equilibrio con la parte del recogimiento y la oración.



MATERIALES:

- ❖ Preparar lo necesario para ambientar el espacio, procurando tener: Crucifijo, Cirio Pascual, altar con la Sagrada Escritura.
- ❖ Preparar una hoja para regalarles donde estén los pasos de la Conversación en el Espíritu tomada de la Carta Pastoral de nuestro Sr. Arzobispo.
- ❖ Una vela por equipo para el momento de la Conversación en el Espíritu.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

En este ejercicio se hará tres momentos: El primer momento en el momento de compartir en equipos, el segundo se realiza en la acción de gracias de la Conversación en el Espíritu, y el tercer momento es en la profesión de fe.

Bienvenida: De ser posible, poner a uno o dos laicos a la entrada del lugar donde se realizará el encuentro, para que vayan dando la bienvenida a cada uno de los que vayan llegando con un saludo de mano y diciéndole: “Bienvenido (a) Dios te espera y te ama”.

Estamos en el segundo encuentro de nuestros ejercicios espirituales de Cuaresma, que es un tiempo que le damos a la reflexión de nuestra fe, a ejercitar nuestro espíritu en un encuentro personal con Nuestro Señor y con nuestros hermanos de comunidad. Los invito a pacificar nuestro corazón, vamos a dejar todas nuestras preocupaciones afuera y vamos a entrar en la

presencia de Dios que nos ama. Hoy en el tema que nos ocupa “Discernir en el Espíritu para vivir el plan de Dios”. Sean todos bienvenidos.

Oración inicial

La posición para la oración puede ser de pie o sentados, habiendo dejado un poco de tiempo, para poner calma interior. Con una voz serena y pausada el expositor hace la oración, invitando a todos a ir repitiendo en silencio cada palabra.

Padre amoroso, Dios de bondad que en estos días de cuaresma nos llamas a estar más cerca de ti y más cerca de los que creemos en tu Hijo, como Dios, Señor y Salvador. Ponemos nuestra vida en tus manos y te pedimos la presencia de tu Santo Espíritu, para que con su luz aprendamos a ver, nuestra realidad personal, social y eclesial, a tomar un camino de discernimiento serio para poder dar una respuesta con la sabiduría de lo alto, ya que tenemos el deseo de seguir tu voluntad, que es voluntad de amor y de todo bien superior.

Amén



EXPERIENCIA HUMANA

Un valor de nosotros como mexicanos es el ser ingeniosos, capaces de responder con rapidez a los retos diarios y eso nos ha llevado a pensar que, en cada reto podemos tomar ese camino de respuesta “en el momento decidimos”, sí, hemos ido cambiando, cada vez más nos damos la oportunidad de prever con tiempo, de hacer proyectos con un proceso de discernimiento, de tomar decisiones más participativas, pero muchas veces lo hacemos sin pedir la luz de Dios. Como cristianos es importante ya que Dios nos llama a mirar la realidad con sus ojos y a abrirnos a los caminos de su voluntad.

Vamos a escuchar el siguiente relato:

Dos amigos se encontraron mientras regresaban del trabajo a sus hogares.

Juan: Hola, Luis. ¿Cómo estás? Te veo como si estuvieras enfermo.

Luis: No estoy enfermo, pero no he dormido suficiente en días, porque la empresa no anda bien por el aumento de impuestos y exigencias, habían estado haciendo recortes de personal y ya hoy me despidieron y no sé qué hacer.

Juan: Lo siento mucho, amigo, sí me he dado cuenta de esa problemática ¿Y qué vas a hacer ahora?

Luis: No lo sé. Me siento agotado por el estrés, sí me dieron mi liquidación, pero no puedo durar mucho sin trabajo, mi hijo mayor entró a la prepa y mi esposa está esperando nuestro tercer hijo.

Juan: Es difícil, pero eres afortunado de tener una familia, además tu esposa es una buena mujer y muy trabajadora.

Luis: Sí lo sé y se lo agradezco a Dios

Juan: ¿Has considerado la posibilidad de empezar tu propio negocio?

Luis: Sí, lo he pensado, pero no sé si estoy listo para dar ese salto, me dijeron de una posibilidad de ir a Canadá, pero no me puedo llevar a mi familia, ni quisiera dejar el apostolado en la parroquia.

Juan: Ah sí, recuerdo que eres ministro de la Comunión.

Luis: Sí.

Juan: Te recomiendo que no te precipites, así como andas, necesitas descansar. Ponte en las manos de Dios, dile que te ayude a pensar todas las cosas y las posibilidades,

pero también te recomiendo que después involucres a tu familia en la decisión y si te es posible habla con tu párroco.

Luis: Sí, eso es una buena idea. Gracias, Juan. Me has dado mucho que pensar.

Juan: De nada, amigo. Estoy aquí para ayudarte. ¿Quieres que te acompañe a algún lado o que te ayude en algo?

Luis: No, gracias. Creo que puedo manejarlo. Pero gracias por escucharme.

Un tiempo después se volvieron a encontrar.

Juan: ¿Qué tal Luis? Ya te había viajando por el mundo.

Luis: No, seguí tus consejos, me tomé unos días, disfruté a mi familia como ya hacía mucho que no lo hacía, platiqué con mi párroco y me habló del discernimiento, eso me ayudó bastante. Me puse en manos de Dios en la oración, aclaré mucho mi mente y ya con mi familia completé mi decisión. Me quedo en mi país, ya iniciamos un negocio, donde siento el apoyo de mi esposa que sabe más de finanzas de lo que me imaginé, empezamos con el pie derecho bendito sea Dios.

Juan: Pues muchas felicidades, que diferencia de cara, ahora hasta parece que rejuveneciste.

Comentemos en grupos:

- ¿Esto que hemos escuchado es parte de nuestra realidad?
- ¿Qué pensamos de las personas que les toca vivir estas situaciones?
- ¿Es verdad que tomamos decisiones importantes sin hacer un buen discernimiento?
- A nivel de nuestras familias ¿Qué realidades deberíamos de decidir con más cuidado?

- A nivel de nuestra parroquia ¿Qué realidades deberíamos reflexionar para mejorarlas?
- A nivel de social ¿Qué realidades deberíamos de pensarlas en serio y no dejarlas pasar?

Muchas veces no nos agrada reflexionar sobre los acontecimientos de la vida por diversas razones, algunas podrían ser las siguientes: Porque son realidades duras que nos entristecen, porque no sabemos cómo llevar una reflexión seria a nivel personal o familiar, o tenemos temor de no poder ponernos de acuerdo, porque podemos pasar horas hablando y no hacer nada, porque las cosas son muy complejas y mejor no comentarlas. ¿Existen algunas otras razones por las que no reflexionamos la realidad que nos circunda?

Es muy importante saber qué hacer ante diversas situaciones, de ahí la necesidad que tenemos de saber discernir. El discernimiento es la capacidad humana y espiritual de leer la propia experiencia con profundidad, reconociendo pensamientos, emociones, deseos y circunstancias, para comprender su sentido y orientar las decisiones hacia aquello que favorece el crecimiento integral de la persona. Implica reflexión, escucha interior y apertura a Dios, permitiendo distinguir entre opciones posibles no solo por su utilidad inmediata, sino por su coherencia con los valores, la verdad personal y el bien propio y comunitario.



EXPERIENCIA DE FE

La Palabra de Dios nos ilumina para reflexionar en el discernimiento, estemos atentos y escuchemos este relato que es una luz y un primer paso para abrirnos al auxilio del

Espíritu Santo, escucharemos el texto de San Lucas.

Nos ponemos de pie.

Del Evangelio de San Lucas 9, 28-35: *“En aquellos días Jesús tomó a Pedro, Juan y Santiago, y subió a la montaña para orar. Mientras oraba, su rostro cambió de aspecto y sus vestiduras se volvieron de una blancura deslumbrante. Y dos hombres conversaban con él: eran Moisés y Elías, que aparecían revestidos de gloria y hablaban de la partida de Jesús, que iba a cumplirse en Jerusalén. Pedro y sus compañeros tenían mucho sueño, pero permanecieron despiertos, y vieron la gloria de Jesús y a los dos hombres que estaban con él. Mientras estos se alejaban, Pedro dijo a Jesús: «¡Maestro, ¡qué bien estamos aquí! Hagamos tres carpas, una para ti, otra para Moisés y otra para Elías». Él no sabía lo que decía. Mientras hablaba, una nube los cubrió con su sombra y al entrar en ella, los discípulos se llenaron de temor. Desde la nube se oyó entonces una voz que decía: «Este es mi Hijo, el Elegido, escúchenlo»”. **Palabra del Señor/Gloria a ti Señor Jesús.***

Respecto a la cronología en San Lucas, lo que dice el Catecismo de la Iglesia Católica.

Respecto de la sucesión cronológica de los hechos que se narran en los Evangelios, el Catecismo aclara: “En el umbral de la vida pública se sitúa el Bautismo; en el de la Pascua, la Transfiguración” (CIC 556). La Transfiguración no se dio inmediatamente antes de la Pasión, pero sí se considera que sucedió hacia finales de su ministerio.

El pasaje de la Transfiguración está en los tres evangelios sinópticos: Mateo, Marcos y Lucas. En el capítulo nueve del Evangelio de San Lu-

cas, tenemos tres elementos que nos ayudan a nuestra reflexión, el Señor hace el primer anuncio de su pasión, sube al monte a orar con tres de sus apóstoles, en el monte aparecen Moisés y Elías, hablando con Él sobre su pasión, los otros dos evangelistas no nos dan noticia de la conversación entre Jesús y estos personajes, y en tercer lugar tenemos la decisión de Jesús de ir a Jerusalén.

Un elemento que está en San Marcos y en San Mateo es: el Señor les dice que van a poder decir sobre la experiencia de la Transfiguración, hasta que él resucite ante los muertos, de esta manera, notamos la total unidad entre este acontecimiento y la Pascua de Jesús.

Nuestro Señor Jesucristo está dando un paso muy difícil donde Él mismo confesará que tiene miedo, pero en ese proceso está la presencia de su Padre. Está el recuerdo de las escrituras que se van a cumplir y el Señor toma la firme determinación, decide firmemente que es la hora de ir a Jerusalén para que se cumpla la voluntad del Padre.

También tenemos el proceso de decisión de los apóstoles, en cuanto a su seguimiento, la Transfiguración les abre los ojos para ver que no están siguiendo a cualquier persona, sino el Hijo de Dios, a quien han escuchado y quieren seguir escuchando como les pide la voz del Padre Celestial. Ambos tuvieron que tomar una decisión, que tuvo como fundamento el discernimiento serio, el cual implica:

- Ir va más allá de las apariencias, donde se busca la verdad espiritual profunda;
- La escucha de la orden del Padre y la enseñanza de Jesús, lo cual es fundamental en el discernimiento para poder hacer su voluntad.
- Aceptar la cruz antes de la gloria, ya que

el discernimiento nos lleva a entender que el camino de seguimiento de Jesús pasa por el sufrimiento y la cruz antes de la gloria de la resurrección.

- La soledad y la oración ya que el discernimiento requiere momentos de retiro, oración y silencio (como la nube que los cubrió) para poder escuchar la voz de Dios con claridad, lejos del ruido del mundo y las distracciones.

Meditemos.

En el número 61 de la Primera Carta Pastoral de nuestro Sr. Obispo Don Jaime Calderón C. nos entrega las primeras ideas al inicio del apartado que habla sobre la “Necesidad de vivir y alentar el discernimiento personal y comunitario” nos dice: “Para una vida que se atreve a ir “más allá del desierto”, una vida con una libertad interior más profunda, es imprescindible recordar que sólo el Espíritu es quien guía hacia ese nuevo horizonte de vida, es quien impulsa a la Iglesia hacia la plenitud de la vida y de la verdad divina (cf. Jn 10.10. 16.13). Gracias a la guía del Espíritu el Pueblo de Dios, en cuanto participe de la función profética de Cristo (cf. LG 12), “procura discernir en los acontecimientos, exigencias y deseos de los cuales participa juntamente con sus contemporáneos, los signos verdaderos de la presencia o de los planes de Dios” (GS 11). En sus palabras nos hace ver que la Iglesia ya desde los años 60s del siglo pasado veía la necesidad de discernir los acontecimientos bajo la luz del Espíritu para encontrar la voluntad de Dios, es decir la mejor guía personal, familiar y eclesial. Vamos a utilizar para esta parte de nuestra reflexión, el método Sinodal que viene en la Carta Pastoral de nuestro Sr. Obispo: la Conversación en el Espíritu, que es una herramienta que nos ayuda a hacer ese discernimiento

de las cosas importantes de la vida, ya sea de manera personal o comunitaria, apoyados en la ayuda del Espíritu de Dios.

Recordemos que el discernimiento comunitario es un proceso humano y espiritual mediante el cual un grupo reflexiona, dialoga y ora de manera conjunta para interpretar la realidad, reconocer los movimientos interiores y externos que emergen en la comunidad, y buscar una orientación común para la toma de decisiones. Supone escucha mutua, respeto a la diversidad de voces y apertura a la acción del Espíritu que actúa en y a través del colectivo. Sirve para clarificar caminos compartidos, fortalecer la corresponsabilidad, tomar decisiones más conscientes y coherentes con los valores del grupo, y favorecer una vida comunitaria más madura, participativa y comprometida con el bien común.

Vamos a hacer grupos pequeños por cuestión de tiempo, de cuatro personas y van a elegir platicar sobre uno de estos dos asuntos: sobre nuestras familias o un asunto eclesial, circunscribiéndolo a nuestra parroquia, primero decidimos si es familiar o eclesial, luego el tema concreto, ejemplo: "decidimos un tema familiar, será ¿cómo repercute el uso de las redes sociales en la relación familiar? O si es eclesial ¿cómo vemos la participación de los católicos en la Misa dominical? Haremos los pasos recordando el texto de la Transfiguración.

Se puede pedir que alguien escriba lo más importante de la reflexión y al final entregarlo, puede ayudar mucho para conocer las preocupaciones y el nivel reflexivo del grupo y para poder apoyarlos en los siguientes encuentros. Recuerden colocar una vela al centro de cada equipo.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

En cada equipo de reflexión, alguno de los miembros prestará un objeto de su propiedad que pasará de mano en mano, mientras comparten su reflexión. Como signo de darnos, al compartir lo que el Espíritu nos pone en nuestras mentes y corazones.

Pasos

El expositor irá marcando los pasos y los tiempos.

1. Sentados nos ponemos de acuerdo en la temática a reflexionar, luego en silencio de manera personal y con humildad le pediremos a Nuestro Señor Jesucristo que nos acerque la presencia del Espíritu Santo y de esta manera reflexionar en nuestro tema. La siguiente pregunta nos puede ayudar para la reflexión: ¿Por qué nos ha parecido importante reflexionar sobre este tema?

Silencio

2. Nos ponemos de pie para escuchar la Palabra de Dios (leemos de nuevo el texto de la Transfiguración)
Nos sentamos y en oración, unimos el mensaje de la palabra de Dios con lo que reflexionamos de la temática elegida en nuestro equipo.
3. Cada uno compartirá su reflexión de una manera corta y sencilla. Aquí también practicaremos la escucha, decimos nuestra aportación y escuchamos la de los demás. (no, se pregunta, no se cuestionan las aportaciones, solamente escuchamos). Lo realizamos con la **acción simbólica** mencionada anteriormente.
4. En silencio y continuando en la presencia del Espíritu, pensamos en las aportaciones de los demás.
5. Comentamos lo que nos ha parecido lu-

minoso de las aportaciones de los demás.

6. Pensamos en lo que el Espíritu Santo nos pide que debemos hacer como fruto de esta reflexión que hemos hecho, de manera personal y de manera grupal. Pensamos en acciones concretas que se pudieran hacer y lo comentamos en nuestro equipo.
7. Cuando los equipos hayan terminado. El expositor, elegirá a los que vea conveniente, para compartir, primero unos dirán lo que descubrieron en su apertura al Espíritu y luego, otros comparten las acciones concretas que se podrían hacer frente a cada cuestión reflexionada.
8. Hacemos una oración de acción de gracias por equipo, con la siguiente acción simbólica: los participantes llevarán ambas manos al centro y las unirán a la de los demás para dar gracias a Dios. Como signo de la luz que podemos irradiar cuando escuchamos y dejamos que la Palabra de Dios ilumine la realidad.



RESPUESTA DE FE

De todas estas reflexiones compartidas ¿Cuáles nos gustaría continuar, en la familia, grupos o de manera personal? ¿Podríamos concluir que es importantes aprender y practicar el discernimiento personal y comunitario con la palabra de Dios y la presencia del Espíritu Santo para entender mejor la realidad y darle una respuesta más cristiana?

Profesión de fe



ACCIÓN SIMBÓLICA:

Se tomarán de la mano del participante de al lado, como símbolo de la unidad en la fe y se les invita a cerrar los ojos.

Padre bueno, nosotros confiamos en tu compañía diaria, en que tu bondad nos acompaña en todas nuestras luchas y que nunca nos abandonas porque somos tus hijos muy amados y nos invitas a escuchar y seguir a tu Hijo Jesucristo. Señor Jesús, tú prometiste que acompañarías siempre a tu Iglesia y la defenderías del mal. Gracias porque en esta reunión hemos sentido tu compañía. Tu palabra ha entrado en nuestros corazones y nos ha iluminado, bendito seas. Santo espíritu de Dios que nos has llevado desde la sencillez de nuestra vida personal a la reflexión sobre temas importantes, concédenos aprende a reconocer la voluntad del Padre en nuestros procesos de vida.

Gracias Santa Trinidad por convocarnos a ser parte de su familia en la Iglesia, nuestra madre y maestra, que seamos una verdadera Iglesia servidora del Reino.

Padre Nuestro....

Compromiso: Les entregamos en una hoja los pasos para seguir practicando el discernimiento, con la ayuda de la Conversación en el Espíritu.

Despedida: Les agradecemos su participación y su apertura a la presencia del Espíritu Santo. Nos vemos mañana si Dios lo permite. Hacemos un canto de despedida.



4. VIVIR LA PASCUA: ESPERANZA PARA EL MUNDO

Pbro. Edgar González López



OBJETIVO:

Motivar a los participantes a celebrar la Pascua de una manera fecunda y consciente, descubriendo los signos de esperanza que nos da Cristo resucitado, para transformar nuestra vida cotidiana viviendo la alegría de un encuentro profundo con Él.



NOTAS DIDÁCTICAS:

- ❖ Motivar a los participantes a vivir el misterio pascual de Cristo como centro su vida cristiana.
- ❖ Favorecer el sentido de la vida descubriendo en la vida diaria signos de esperanza que den respuesta a la necesidad de las inquietudes, ansiedades y situaciones que se viven hoy.
- ❖ Que identifiquen los signos de esperanza de Cristo resucitado en su vida y en la Iglesia, mediante el compartir.
- ❖ Experimentar el mensaje central de nuestra fe: La Resurrección, mediante la escucha, reflexión de su Palabra.

- ❖ Crear un ambiente de recogimiento, escucha, paz y armonía que favorezca el encuentro consigo mismo, con el prójimo y con Dios.
- ❖ Propiciar un espacio celebrativo que lo lleve a tomar conciencia de que Cristo está con Él en su vida cotidiana, invitándolo cada día a un encuentro de amor y gracia.
- ❖ Ser capaz de quitar la piedra del corazón, dejando a un lado todos estos signos de muerte que nos impiden ver la verdadera luz que es Jesucristo quien quiere transformar la vida.
- ❖ Celebrar con gozo la Resurrección de Cristo, proclamando con la voz y el corazón el hermoso pregón Pascual.



MATERIALES:

- Canto "Yo siento Señor que tú me amas".
- Papel continuo grande o un pizarrón.
- Post-its o tarjetas pequeñas.
- Música de fondo suave (opcional).
- Canto "Luz de Pascua".
- Una cruz o símbolo de la resurrección visible para todos.
- Mesa.
- Mantel.
- Cirio.
- Copias del Pregón Pascual.
- Un árbol de papel sin hojas, ni flores.
- Hojas y flores de papel para todos los participantes
- Un recipiente de cristal con agua bendita.
- Cinta adhesiva para pegar.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

La acción simbólica se da en tres momentos: experiencia humana realizando "el muro de esperanza" (donde reconocerán los signos de esperanza que encontramos hoy). El otro momento será en la respuesta de fe, harán su compromiso con el árbol de la resurrección y la Esperanza. En la profesión haciendo conciencia de la grandeza del misterio de la Resurrección proclamando el pregón pascual.

Bienvenida: Les doy la más cordial bienvenida a este cuarto día de ejercicios espirituales. Hemos emprendido la escalada cuaresmal, sintiendo la mirada amorosa de Jesús quien nos ha invita a reflexionar en su amor y ternura. Él nos ayuda a mirar nuestra vida con una mirada de fe en la vida nueva que nos ofrece a través de su resurrección. Hoy queremos vivir este cuarto encuentro con esperanza, siendo signos de este camino nuevo que nos invita a caminar.

Oración inicial

Nos ponemos en la presencia de Dios, pidiendo la luz de su Espíritu Santo, les invito a decir la siguiente oración:

Señor Jesús hoy quiero preparar mi vida para celebrar este año la Pascua, quiero dar este paso, quiero experimentar la liberación de tu acción redentora y vivir la alegría de saberme profundamente amado por ti, renovando mi corazón dando signos de tu resurrección en mi vida. Amén.

Ahora los invito a escuchar y cantar el siguiente canto experimentando el gran amor de Dios: "Yo siento Señor que tú me amas".

*Yo siento Señor que tú me amas
yo siento Señor que te puedo amar*

háblame Señor que tu siervo escucha

háblame que quieres de mí.

Señor tú has sido grande para mí

en el desierto de mi vida háblame

yo quiero estar dispuesto a todo

toma mi ser mi corazón es para ti

/por eso canto tus maravillas

por eso canto tu amor/(2vc.)

Te alabo Señor por tus grandezas

mil gracias te doy por tu gran amor

heme aquí señor para acompañarte

heme aquí que quieres de mí.

Señor tú has sido grande para mí

en el desierto de mi vida háblame

yo quiero estar dispuesto a todo

toma mi ser mi corazón es para ti

por eso canto tus maravillas

por eso canto tu amor (2vc.)



EXPERIENCIA HUMANA

Hoy en este encuentro reflexionaremos en la resurrección de Jesús como fuente de nuestra esperanza en nuestra vida diaria, en nuestra familia, en nuestro grupo, en la Iglesia y en el mundo de hoy. Algunas veces los miedos, las tristezas, las desesperanzas, la violencia, la inseguridad, el pesimismo, la depresión, la mentira, el odio, la soberbia, el sin sentido que respiramos hoy en nuestro mundo nos encierran como a los discípulos. Pero hoy veamos que hay signos de esperanza y que es Cristo quien nos ayuda a descubrirlos y manifestarlos en nuestra vida. Es por eso que quiero invitarlos a crear el muro de la esperanza y veamos que nos ofrece Jesús con su resurrección.

- Para este momento les voy a dar un post-it y van escribir alguna situaciones o experiencias personales, familiares, comunitarias o del mundo, donde hayan

experimentado paz, alegría, consuelo, fortaleza, amor, perdón o la capacidad de servir a los demás. Estos son los signos de vida. Pueden escribir su nombre o puede ser anónimo. (Se da un tiempo para que escriban)

- Se invita a los participantes a acercarse al papel continuo o pizarrón y a pegar sus post-it, agrupando por temática (ej. familia, trabajo, comunidad, mundo). Se irá formando un muro de color, que representa la presencia viva de Cristo en sus vidas.
- Algunos voluntarios pueden leer en voz alta las notas del muro por aspectos.
- Después preguntarles:
 - ¿Qué sentimientos o reflexiones nos provoca ver todos estos signos juntos?
 - ¿Qué signos se repiten más? ¿Por qué creen que es así?
 - ¿Había algún signo que no esperaban encontrar?

Al contemplar este muro de esperanza, descubrimos que la vida no está hecha sólo de sombras; también está sembrada de luces que muchas veces pasan desapercibidas cuando el miedo o el desánimo nublan nuestra mirada. Cada papel pegado, cada historia compartida, cada gesto de vida que hoy fue nombrado, nos recuerda que Jesús Resucitado sigue actuando silenciosamente en lo cotidiano. Él se hace presente en lo pequeño, en lo frágil, en lo inesperado, y nos invita a confiar en que nada de lo que vivimos con amor se pierde. Este muro no es sólo un ejercicio simbólico, sino un testimonio de que la gracia está viva entre nosotros.

Ahora que hemos reconocido juntos estos signos, estamos llamados a convertirnos en portadores de esperanza para otros. La resurrección no es únicamente un acontecimiento del

pasado, sino una fuerza que transforma nuestro presente y renueva nuestra manera de mirar la realidad. Que este encuentro nos impulse a ser constructores de paz, sembradores de alegría y testigos de la luz de Cristo en medio de un mundo herido que necesita ver, a través de nosotros, la fuerza de su amor. Que aquello que hoy descubrimos aquí siga resonando en la vida diaria y nos anime a sostenernos unos a otros en el camino.



EXPERIENCIA DE FE

Hemos descubierto signos de esperanza en nuestro mundo, en nuestra familia, grupo o comunidad. Dichos signos son la muestra de la presencia de Cristo resucitado, porque Él es la esperanza ante la desesperanza, ante situaciones difíciles que se nos van presentando en nuestro diario vivir. Solo en Él la esperanza se renueva, nuestra vida tiene sentido. Esta cuaresma que estamos viviendo es un proceso que nos ayuda a dejarnos liberar de todo aquello que nos ata y nos deja ser personas y cristianos libres. Ya nos hemos dejado curar las heridas, pero ahora necesitamos dejar tocar por el resucitado.

Los invito a preparar nuestro corazón para escuchar la Palabra de Dios que nos ilumina en esta realidad que hemos reflexionado. Nos ponemos de pie.

Del Evangelio de San Juan 11, 21-25:

“Marta dijo a Jesús: «Si hubieras estado aquí, mi hermano no habría muerto. Pero, aun así, yo sé que puedes pedir a Dios cualquier cosa, y Dios te la concederá.» Jesús le dijo: «Tu hermano resucitará.» Marta respondió: «Ya sé que será resucitado en la resurrección de los muertos, en el último día.» Le dijo Jesús: «Yo soy la resurrección (y la vida). El que cree en

*mí, aunque muera, vivirá.” Palabra del Señor/
Gloria a ti Señor Jesús.*

El texto bíblico que acabamos de proclamar se centra en el momento en que Marta le dice a Jesús que su hermano Lázaro ha muerto. La conversación culmina con la famosa declaración de Jesús: “Yo soy la resurrección y la vida”. Vemos como Jesús tiene poder sobre la muerte y que aquellos que creen en Él vivirán para siempre. Ante este signo de muerte surge como una luz Jesús que es vida y da vida.

Destaquemos algunos elementos de este pasaje que nos dan esperanza de la homilía del Papa Francisco en la oración del Ángelus del 29 de marzo de 2020:

“Lázaro era el hermano de Marta y María; eran muy amigos de Jesús. Cuando Jesús llegó a Betania, Lázaro llevaba ya cuatro días muerto; Marta corrió al encuentro del Maestro y le dijo: «Señor, si hubieras estado aquí, no habría muerto mi hermano». Jesús le responde: «Tu hermano resucitará» y añade: «Yo soy la resurrección. El que cree en mí, aunque muera, vivirá» Jesús se muestra como el Señor de la vida, el que es capaz de dar vida incluso a los muertos. Luego llegan María y otras personas, todas en lágrimas, y entonces Jesús «se conmovió interiormente y se echó a llorar». Con esta amargura en su corazón, va al sepulcro, da gracias al Padre que siempre le escucha, hace abrir la tumba y grita con fuerte voz: «¡Lázaro, sal fuera!». Y Lázaro salió «atado de pies y manos con vendas, y envuelto el rostro en un sudario».

Aquí sentimos claramente que Dios es vida y da vida, pero asume el drama de la muerte. Jesús podría haber evitado la muerte de su amigo Lázaro, pero quiso hacer suyo nuestro dolor

por la muerte de nuestros seres queridos y, sobre todo, quiso mostrar el dominio de Dios sobre la muerte. En este pasaje del Evangelio vemos que la *fe del hombre* y la *omnipotencia de Dios*, el amor de Dios, se buscan y, finalmente, se encuentran. Es como un doble camino: la fe del hombre y la omnipotencia del amor de Dios se buscan y finalmente se encuentran. Lo vemos en el grito de Marta y María y todos nosotros con ellas: “¡Si hubieras estado aquí!”.

Y la respuesta de Dios no es un discurso, no, la respuesta de Dios al problema de la muerte es Jesús: “Yo soy la resurrección y la vida... ¡Tened fe! En medio del llanto seguid teniendo fe, aunque la muerte parezca haber vencido. ¡Quitad la piedra de vuestro corazón! Que la Palabra de Dios devuelva la vida allí donde hay muerte”.

También hoy nos repite Jesús: “Quitad la piedra”: Dios no nos ha creado para la tumba, nos ha creado para la vida, bella, buena, alegre. Pero «por envidia del diablo entró la muerte en el mundo» (Sabiduría 2, 24), dice el libro de la Sabiduría, y Jesucristo ha venido a liberarnos de sus lazos.

Por lo tanto, estamos llamados a quitar las piedras de todo lo que sabe a muerte: por ejemplo, la hipocresía con la que vivimos la fe es la muerte; la crítica destructiva hacia los demás es la muerte; la ofensa, la calumnia, son la muerte; la marginación de los pobres es la muerte. El Señor nos pide que quitemos estas piedras de nuestros corazones, y la vida volverá a florecer a nuestro alrededor. Cristo vive, y quien lo acoge y se adhiere a Él entra en contacto con la vida. Sin Cristo, o fuera de Cristo, no sólo no hay vida, sino que se recae en la muerte.

La resurrección de Lázaro es también un signo de la regeneración que tiene lugar en el creyente a través del Bautismo, con la plena inserción en el Misterio Pascual de Cristo. Gracias a la acción y al poder del Espíritu Santo, el cristiano es una persona que camina en la vida como una nueva criatura: una criatura para la vida y que camina hacia la vida.

Esta reflexión se puede concretar en tres aspectos importantes:

- **La fe ante la duda de Marta:** Marta le expresa a Jesús su pesar, pero también su fe en Él, diciendo que, si Él hubiera estado presente, Lázaro no habría muerto. Jesús afirma que todo aquel que cree en Él vivirá para siempre. Le asegura a Martha que su hermano resucitará. Destaca esta afirmación de Jesús como el centro de la fe cristiana. La muerte no es el final, sino un paso hacia la vida eterna para quienes creen en Él. La fe inquebrantable de Marta, quien, a pesar del dolor por la muerte de su hermano, confiesa su creencia en Jesús como el Mesías. Esta fe es un modelo para los cristianos, invitándolos a confiar en Dios incluso en los momentos más difíciles.
- **Quitar las piedras del corazón:** Al reflexionar sobre la resurrección de Lázaro, nos invita a “quitar las piedras del corazón”, refiriéndose a los obstáculos, pecados y miedos que impiden que la vida florezca a nuestro alrededor.
- **La esperanza que no defrauda:** La resurrección de Lázaro es vista como un signo del poder de Cristo sobre la muerte y como la base de la esperanza cristiana, una esperanza que “no defrauda”. Nos invita a los cristianos, seguidores del re-

sucitado a fortalecer los signos de la esperanza.

La resurrección de Jesucristo es el fundamento de nuestra fe cristiana. Sin la resurrección, el mensaje del evangelio no sería completo, sería inútil y la fe de los creyentes carecería de sentido, de ahí las palabras de San Pablo *"Y si Cristo no resucitó, nuestra predicación no tiene contenido, como tampoco la fe de ustedes"*. (1 Cor. 15,14).

Este versículo de la carta de San Pablo a los Corintios es el punto de partida de una argumentación teológica crucial en el cristianismo católico, donde la resurrección de Cristo es el pilar de la fe. El tema central es la importancia de la resurrección de Jesús como fundamento de la predicación cristiana y la salvación.

La resurrección es la fuente de nuestra esperanza. Es la certeza de que los creyentes también resucitarán a la vida eterna. Sin esta esperanza, la vida cristiana perdería su impulso y su sentido trascendente.

Cristo resucitado está vivo y presente hoy en la Iglesia y en el mundo. La fe en la resurrección nos impulsa a vivir con alegría y a ser testigos de esta nueva vida.



RESPUESTA DE FE

Después de haber reflexionado en la presencia de Jesús resucitado, quien nos da una nueva vida a través de su resurrección y a dar frutos de esperanza en un mundo lleno de mucha desesperanza, siendo signos de una fe inquebrantable, sustentada esta en el fundamento de nuestra vida como cristianos, pues si Cristo no hubiera resucitado vana sería nuestra fe.

Respondamos a las siguientes preguntas para dar respuesta a lo que Dios nos pide hoy:

- **¿Qué piedras de mi corazón debo quitar para que Jesús resucitado esté presente en mi vida?**
- **¿Qué actitud en mi vida podría cambiar para ser signo de esperanza? Al menos una sería un buen comienzo.**



ACCIÓN SIMBÓLICA:

"El árbol de la resurrección y la esperanza".

1. Estará una mesa, con un mantel blanco, un cirio encendido y un recipiente de cristal con agua. En la pared estará pegado un árbol de papel.
2. Cada participante recibirá algunas hojas, flores, de papel. Se les pide que en las hojas escribirán acciones concretas o compromisos sobre cómo vivir la esperanza de la resurrección en su vida diaria (por ejemplo: ayudar en la familia, reconciliarse con alguien, pedir perdón o dar perdón a quien te ofendió, dejar de criticar, ofrecer una ayuda a alguien, animar a quien esté triste...)
3. En las flores, pueden escribir mensajes de esperanza o testimonios de momentos en que sintieron la presencia de Cristo resucitado.
4. Los participantes pegan sus contribuciones en el árbol, transformándolo de un árbol "seco" a uno lleno de vida, alegría y esperanza. Eso es vivir la resurrección. Mientras lo hacen escuchan el canto "Luz de Pascua".

Profesión de fe

Para vivir este momento es necesario tomar en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Si es posible atenuar la luz.
- Es esencial que quienes van a proclamar el himno del Pregón Pascual tenga buena entonación, voz clara y fuerte.
- Invitamos a poner especial atención y a participar.

Guía: Cada año escuchamos uno de los himnos más hermosos que narra el Misterio Pascual, en ocasiones no hemos prestado atención a su contenido. Los invito a no solo escucharlo sino irlo meditando, haciéndolo con calma, sintiéndonos inundados de ese gozo en el que la Iglesia celebra la Resurrección. Tenemos el cirio pascual, que representa la luz de Cristo resucitado quien vence las tinieblas del pecado y de la muerte. El agua que nos recuerda nuestro bautismo, que es pureza, que nos lava y es signo de esperanza en ser transformados en unas criaturas nuevas:

Pregón Pascual

Lector 1: Alégrense, por fin, los coros de los ángeles; alégrense las jerarquías del cielo y, por la victoria de rey tan poderoso, que las trompetas anuncien la salvación. Goce también la tierra, inundada de tanta claridad, y que, radiante con el fulgor del rey eterno, se sienta libre de la tiniebla que cubría el orbe entero. Alégrense también nuestra madre, la iglesia, revestida de luz tan brillante; resuene este templo con las aclamaciones del pueblo.

Todos: ***Alegrémonos, hermanos, porque Cristo nos salvó.***

Alegrémonos hermanos, que el Señor resucitó.

Lector 2: En verdad es justo y necesario aclamar, con nuestras voces y con todo el afecto del corazón, a Dios invisible, el Padre

todo poderoso, y a su único Hijo, nuestro Señor Jesucristo. Porque Él ha pagado por nosotros al eterno Padre la deuda de Adán, y ha borrado con su sangre inmaculada la condena del antiguo pecado.

Todos: ***Alegrémonos, hermanos, porque Cristo nos salvó.***

Alegrémonos hermanos, que el Señor resucitó.

Lector 3: Porque éstas son las fiestas de Pascua, en las que se inmola el verdadero Cordero, cuya sangre consagra las puertas de los fieles. Ésta es la noche en que sacaste de Egipto a los israelitas, nuestros padres, y los hiciste pasar a pie, sin mojarse, el Mar Rojo. Ésta es la noche en que la columna de fuego esclareció las tinieblas del pecado.

Ésta es la noche que a todos los que creen en Cristo, por toda la tierra, los arranca de los vicios del mundo y de la oscuridad del pecado, los restituye a la gracia y los agrega a los santos. Ésta es la noche en que, rotas las cadenas de la muerte, Cristo asciende victorioso del abismo.

Todos: ***Alegrémonos, hermanos, porque Cristo nos salvó.***

Alegrémonos hermanos, que el Señor resucitó.

Lector 4: ¿De qué nos serviría haber nacido si no hubiéramos sido rescatados? ¡Qué asombroso beneficio de tu amor por nosotros! ¡Qué incomparable ternura y caridad! ¡Para rescatar al esclavo entregaste al Hijo! Necesario fue el pecado de Adán, que ha sido borrado por la muerte de Cristo. ¡Feliz la culpa que mereció tal Redentor! ¡Qué noche tan dichosa! Sólo

ella conoció el momento en que Cristo resucitó del abismo. **Ésta es la noche de la que estaba escrito: «Será la noche clara como el día, la noche iluminada por mi gozo».**

Y así, esta noche santa ahuyenta los pecados, lava las culpas, devuelve la inocencia a los caídos, la alegría a los tristes, expulsa el odio, trae la concordia, doblega a los poderosos.

Todos: Alegrémonos, hermanos, porque Cristo nos salvó.

Alegrémonos hermanos, que el Señor resucitó.

Lector 5: En esta noche de gracia, acepta, Padre santo, el sacrificio vespertino de alabanza, que la santa Iglesia te ofrece en la solemne ofrenda de este cirio, obra de las abejas. Sabemos ya lo que anuncia esta columna de fuego, que arde en llama viva para la gloria de Dios. Y aunque distribuye su luz, no mengua al repartirla, porque se alimenta de cera fundida que elaboró la abeja fecunda para hacer esta lámpara preciosa.

¡Qué noche tan dichosa, en que se une el cielo con la tierra, lo humano con lo divino! Te rogamos, Señor, que este cirio consagrado a tu nombre para destruir la oscuridad de esta noche, arda sin apagarse y, aceptado como perfume, se asocie a las lumbreras del cielo. Que el lucero matinal lo encuentre ardiendo, ese lucero que no conoce ocaso, Jesucristo, tu Hijo, que, volviendo del abismo, brilla sereno para el linaje humano y vive y reina por los siglos de los siglos.

Todos: Alegrémonos, hermanos, porque Cristo nos salvó.

Alegrémonos hermanos, que el Señor resucitó.

Al final todos se signan con agua bendita signo de la nueva vida que quieren vivir.

Compromiso: Hoy el Señor nos invita a comprometernos a ser testigos de alegría y esperanza de Cristo Resucitado. Manifiesto esa alegría pascual con gestos sencillos: una sonrisa, una palabra de consuelo, una tarea realizada con humildad. Acompañar a alguien que sufre, haciendo mío su dolor e infundiendo esperanza, siguiendo el ejemplo de Jesús. Actuar con bondad y solidaridad en el entorno familiar, parroquial y profesional, mejorando la vida de quienes nos rodean. Ser constructor de la paz, promoviendo la verdad y el amor en las relaciones interpersonales y comunitarias. Fortalecer mi vida de oración como diálogo con Dios, que de sentido a la vida y al sacrificio de Cristo. Para ser así signo de esperanza en la familia, en mi grupos social o eclesial.

Despedida: Pascua es luz, gozo, vida nueva, resurrección. Vayamos a nuestros hogares, a nuestros lugares de trabajo, de encuentro, de convivencia y sembraremos semillas de esperanza, a todos los que nos rodean. Vivamos resucitados, porque Pascua significa resucitar, experimentar la vida nueva que Dios nos ofrece a través de la entrega, donación, Resurrección de su Hijo Jesucristo.

Recordemos siempre *“Y si Cristo no resucitó, nuestra predicación no tiene contenido, como tampoco la fe de ustedes”.*

Nota: Para el día de mañana, que es el último día, los invitamos a traer algo para compartir en una convivencia y ágape fraterno.



5. SER IGLESIA EN SALIDA, ENVIADOS POR CRISTO

Hna. Ma. de Jesús Gutiérrez Mena, O.P.



OBJETIVO:

Profundizar en la llamada de Cristo a salir de uno mismo y llevar la esperanza del Evangelio a los demás, renovando el compromiso personal de ser una iglesia en salida enviada por Jesús.



NOTAS DIDÁCTICAS:

- ❖ Al llegar a este último Encuentro los participantes tendrán conciencia de que son invitados a realizar una acción concreta para ser Iglesia en salida, como compromiso de sus ejercicios espirituales.
- ❖ El ponente deberá comprender que ser Iglesia en salida es una actitud constante de ser discípulos misioneros. Así como superar la introversión para ir al encuentro de los demás, así como lo hizo Jesús.
- ❖ Descentrarse: La “salida” implica centrarse en Cristo a través de la conversión

y en los demás a través de la misión. Es un movimiento dinámico impulsado por el Espíritu Santo.

- ❖ Fortalecer la participación, reflexión y compromiso comunitario enfocado hacia los que se está viviendo que son los ejercicios espirituales, encuentro con Dios que lleva a la interiorización de la persona,
- ❖ No perder el propósito de que la vivencia de este encuentro ha de llevar a centrarse en un compromiso personal y comunitario concreto en su comunidad para vivir el Misterio Pascual.
- ❖ Si quiere se puede hacer un ágape mediante una convivencia fraterna, pidiéndoles que lleven sencillo para compartir, desde el día anterior.



MATERIALES:

- ❖ Preparar lo necesario para ambientar el espacio, procurando tener: La imagen de Jesús o un crucifijo, objetos simbólicos: un cirio encendido, un camino que puede ser de tela, papel u otro material, bastón, un par de sandalias, un morral. La Biblia abierta.
- ❖ Una huella de pies por participante para el compromiso.
- ❖ Cañón y laptop para el video.
- ❖ Fichas bibliográficas con semillas y un texto bíblico o del documento Evangelii Gaudium de envío o de Iglesia en salida.
- ❖ Enlace de los videos o cantos:
 1. "El Espíritu de Dios está en este lugar".
 2. Video "La misión de la Iglesia"
 3. Canto "Iglesia en salida"
 4. Canto "Alma misionera"



ACCIÓN SIMBÓLICA:

Este ejercicio cuenta con dos momentos de acción simbólica, la primera ubicada en la experiencia de fe (ver un video y tener un momento de interiorización y compromiso personal), la segunda en el momento del compromiso donde compartirán aquello que harán para ser Iglesia en salida, colocándolo en el camino.

Bienvenida: Ha sido una gran alegría encontrarnos en esta semana de ejercicios espirituales donde hemos reflexionado y tenido un encuentro con el Señor, con el fin de experimentar esta cuaresma como un camino de sanación, discernimiento y misión. Seamos todos bienvenidos a este último día de Encuentro, de reflexión, de compromiso en el Espíritu Santo, quien nos ha guiado cada día en cada encuentro propuesto, hasta llegar a este momento. Nos ponemos de pie para comenzar.

Oración inicial

Pidamos la presencia del Espíritu Santo con el canto "El Espíritu de Dios está en este lugar".

Decimos la siguiente oración:

Espíritu Santo, fuente de luz y de verdad, ven y habita en medio de nosotros. Ilumina nues-

tras mentes y enciende nuestros corazones, para que esta reflexión que compartimos en este último día de nuestros ejercicios espirituales sea fecunda y nos lleve a descubrir caminos nuevos de comunión, fraternidad y sinodalidad. Míranos, Señor, danos el coraje y la valentía para ser una iglesia en salida, capaz de ir al encuentro del otro, del alejado, del hermano que nos necesita.

Amén.



EXPERIENCIA HUMANA

Muchas personas seguimos teniendo la imagen de la Iglesia como un edificio o un lugar de encuentro; pero la esencia de la Iglesia es desde su nacimiento de movimiento, dinamismo, creatividad; de una Iglesia en salida, ya que recibió del mismo Señor Jesucristo la misión de ser continuadora de llevar la Buena Noticia por todo el mundo.

Este paradigma de Iglesia en Salida es una recuperación del mandato de Jesús a sus discípulos y el Papa Francisco, de feliz memoria, nos invita a vivir esta práctica de descentrarnos para centrarnos en Cristo, en la misión de llevar su mensaje a los demás. Una Iglesia en salida se define por lo que comparte, porque se gasta con entrega y generosidad para llegar a las periferias de la existencia humana.

Ser una Iglesia enviada por Jesús implica redescubrir el gozo del Evangelio y desbordarlo hacia los demás, a pesar de los miedos y las dificultades. Significa caminar junto a una humanidad que peregrina, llevando la luz de Cristo a quienes viven en la oscuridad y la desesperanza.

Los invito a escuchar la siguiente historia:

En el corazón de un barrio de clase media, vivía

la familia Muñoz: Fernando y Alicia con sus dos hijos adolescentes, Mauricio y Estefany. Eran una familia católica devota, asistían a misa todos los domingos, rezaban juntos antes de comer y participaban en las actividades de su parroquia. Sin embargo, su fe se vivía principalmente de puertas para adentro. Su casa era su santuario, un refugio seguro de las complicaciones del mundo exterior.

Pero algo en su interior comenzó a cambiar, un pequeño pero persistente eco de las palabras que escuchaban en la iglesia sobre llevar la fe a los demás. El punto que cambió su rumbo fue la llegada de la familia de un compañero de trabajo de Fernando, que había huido de una situación de violencia en su país.

La familia de su compañero, los González, se instalaron en una casa de alquiler en la misma calle. Fernando notó la dificultad de la familia para adaptarse: su ropa, su acento, sus costumbres eran distintas y, aunque el barrio no los rechazaba activamente, el aislamiento era evidente. Un día, después de misa, Alicia dijo: "Fernando, deberíamos invitarlos a cenar". La idea sorprendió a sus hijos, que no estaban acostumbrados a esa clase de hospitalidad, pero estuvieron de acuerdo.

Esa cena fue el primer paso de lo que se convertiría en un movimiento. Al principio, la conversación fue un poco tensa, pero pronto descubrieron que, a pesar de sus diferencias culturales, compartían valores comunes. Los niños González, tímidos al principio, se conectaron con Mauricio y Estefany a través de un videojuego. Al despedirse, los González, con lágrimas en los ojos, agradecieron el gesto con una sinceridad que conmovió a toda la familia Muñoz.

Esa noche, la familia Muñoz rezó de manera diferente. En lugar de rezar solo por sus intenciones, rezaron por los González y por las familias que, como ellos, se sentían solas o perdidas en la comunidad. La oración se convirtió en una acción concreta.

La mesa de los Muñoz se hizo más grande. No solo para los González, sino también para otras familias del barrio. Organizaban cenas temáticas, noches de juegos y celebraciones de cumpleaños. Su hogar se convirtió en un lugar de encuentro, un espacio seguro donde todos eran bienvenidos.

Observando las necesidades de sus nuevos amigos, la familia Muñoz se involucró en proyectos comunitarios. Recaudaron ropa para los recién llegados, organizaron colectas de alimentos y ayudaron a otros a encontrar trabajo o a completar trámites. Los hijos, Mauricio y Estefany, usaron sus habilidades con las computadoras para ayudar a los niños de familias migrantes con sus tareas.

Sin presionar, los Muñoz comenzaron a compartir su fe con aquellos que tenían preguntas. No solo hablaban de la Biblia, sino que mostraban el amor de Dios a través de sus acciones. La familia González, al ver el amor y el servicio desinteresado, se sintió atraída por la fe de los Muñoz y, con el tiempo, empezaron a participar en la vida parroquial.

Lo que comenzó como un simple acto de bondad, se transformó en una misión de familia. De ser una iglesia doméstica que vivía la fe en la intimidad del hogar, los Muñoz se convirtieron en una Iglesia en salida que llevaba el amor de Dios a las periferias de su propio barrio. Su fe dejó de ser una rutina de domingo y se convirtió en una fuerza transformadora, en

acción constante, inspirando a otros a seguir su ejemplo.

Los Muñoz entendieron que la verdadera fe no se encierra en cuatro paredes, sino que se manifiesta en el servicio y la acogida de los demás. Su hogar no solo era su santuario, sino también un faro de esperanza, demostrando que una familia, fortalecida por la gracia, puede ser una poderosa fuerza evangelizadora en el mundo.

Compartamos en grupos: Se hacen los grupos dependiendo el número de personas que hay (pueden contestar todos los grupos todas las preguntas o repartirlas. Llevarlas escritas).

- ¿Qué les llamó la atención de la historia que acabamos de escuchar?
- ¿Qué fue lo que hizo cambiar a la familia Muñoz?
- ¿Cuáles fueron las acciones que realizaron los Muñoz para abrirse a las necesidades de la comunidad?
- ¿Cuál fue la transformación que vivieron para ser una familia en salida?
- ¿Qué nos enseña el ejemplo de esta familia?
- ¿Qué podríamos hacer para tomar conciencia de que todos estamos llamados a ser Iglesia en salida?

Al reflexionar en nuestras realidades que vivimos hoy en día, estamos invitados a ser signos de esperanza como lo hizo la familia Muñoz. Lo que realizaron es un signo de sanación porque acogieron a los otros, que se sentían excluidos, convirtiéndose así en testimonio como familia para la comunidad. Esto es solo por la gracia de Cristo Resucitado y obra del Espíritu Santo.



EXPERIENCIA DE FE

Ser Iglesia en salida nos invita a descubrir la misión que cada uno de nosotros tenemos, a vivirla para ir de adentro hacia afuera dando testimonio de nuestro ser de bautizados como lo hizo esta familia. Y esto no es obra de nosotros sino gracia del Espíritu Santo, quien nos impulsa y guía a realizar pequeñas acciones como la hicieron los miembros de la familia de nuestra historia. Hoy queremos profundizar en el significado de lo que significa ser enviados por Jesús, descubrir la alegría del Evangelio para compartirla con los demás, superando el vivir hacia nosotros mismos, lo que se llama la autocomplacencia y ser un hogar con puertas abiertas que acoge a los demás.

Escuchemos con atención lo que nos dice la Palabra de Dios, nos ponemos de pie.

Del Evangelio de San Juan 20, 21-22:

“Jesús les volvió a decir: «¡La paz esté con ustedes! Como el Padre me envió a mí, así los envío yo también.» Dicho esto, sopló sobre ellos y les dijo: «Reciban el Espíritu Santo»”. Palabra del Señor/Gloria a ti Señor.

Compartamos:

- ¿Jesús resucitado se aparece a los apóstoles, cómo los saluda?
- ¿Qué hace Jesús después de saludarlos?
- ¿A quién les dio Jesús para que pudieran realizar la misión que les encomendó?

El texto que escuchamos se centra en el envío misionero de los discípulos tras la Resurrección de Jesús, un momento clave que establece la Iglesia y su misión. Jesús les da la paz como regalo de reconciliación y la autoridad de la Iglesia para perdonar los pecados, al soplar sobre ellos el Espíritu Santo y decir: “Como el Padre

me envió, así también yo los envío”, estas palabras son la base de la misión de la Iglesia. Es un envío, que da Jesús porque Él mismo lo recibe del Padre. Jesús les regala la alegría, les da su testimonio de enviado y les pide lo mismo, asumir que son enviados por Él.

Al regalo de la alegría le suma el don supremo “Recibid el Espíritu Santo” sopla en ellos el nuevo aliento de vida. Igual que se alegraron los discípulos al sentir a Jesús a su lado, también nosotros lo podemos sentir, porque en la fe le podemos ver y al igual que los discípulos nos alegramos. Se sienten también ellos sanados, consolados, iluminados de nuevo por su Maestro y Señor. Así nos debemos sentir nosotros al experimentarnos tocados y transformados por Cristo al haberlo acogido.

Luego el Resucitado encomienda a este grupito de hombres frágiles una ardua tarea “Como el Padre me ha enviado, así también os envío yo” ir por los caminos llevando al mundo la novedad del Evangelio, como lo ha hecho Él mismo.

Empiezan a descubrir que todo eso los impulsa hacer nuevas todas las cosas hacia el bien, viviendo con los demás lo que han vivido con Cristo. Es que solo con el amor incondicional que se ha dado todo por los demás, se puede cobrar fuerza para empezar de nuevo.

Vivir esa experiencia pascual de hacer llegar ese soplo a toda persona y comunidad que vive algún tipo de dolor y sufrimiento, para construir comunidades fraternas que nos hagan vernos entre todos como hijos de Dios, de esa forma hacer presente a Dios en medio de todo.

Está Iglesia que es enviada por Jesús, se con-

vierte en una Iglesia en salida como nos dice el libro de los Hechos de los Apóstoles 2, 41 *“Los que acogieron la palabra de Pedro se bautizaron, y aquel día se unieron a ellos unas tres mil personas”*.

Este pasaje de los Hechos de los Apóstoles relata la primera gran misión de los apóstoles después de Pentecostés. Pedro proclama el mensaje de Cristo y, como resultado, la gente acoge la Palabra. Esto representa la acción de “salir” a anunciar el Evangelio, en lugar de esperar a que la gente se acerque a la Iglesia. Nos sentimos llamados a ensanchar la vida que Dios nos ha regalado siendo vida para los demás. Acompañando el proceso de cada persona, reconociendo y abrazando lo diferente. Observamos los esfuerzos y el interés de la Iglesia por salir de sus miedos y tomar el olor de oveja. La presencia del papa Francisco ha abierto una luz de esperanza para salir de las parroquias al mundo. Muchas comunidades y grupos cristianos van en esa dirección.

Es necesario la existencia de grupos pastorales, enfocados en temas sociales y de la realidad, iluminados con el evangelio, llevando adelante proyectos o programas pastorales, orientados a transformar estructuras o sistemas, para construir comunidades más fraternas y cuidadoras de la vida y del medio ambiente.

El Papa Francisco desarrolló en su exhortación apostólica *Evangelii Gaudium* un programa de *cómo ser una Iglesia en salida*. Él nos invita a reflexionar en algunas características de esta Iglesia en salida:

- **El envío a la misión:** Jesús envía a sus discípulos de la misma manera en que el Padre lo envió a él. Esta es la base de la misión evangelizadora de la Iglesia, que no debe permanecer cerrada en sí misma,

sino salir al mundo para proclamar el Evangelio. La «Iglesia en salida» se enfoca en el ser humano y su misión, más que en la institución misma.

- **La fuerza del Espíritu Santo:** Jesús sopla sobre sus discípulos, confiriéndoles el Espíritu Santo. El Espíritu Santo los capacita para llevar la paz y el Evangelio a todos.
- **Ir a las periferias:** El Papa Francisco subraya que la Iglesia debe ir a las “periferias” geográficas y existenciales, llevando la paz y la misión de Cristo a los más necesitados. El envío de Jesús a los discípulos es el mandato para esta salida, un impulso misionero que debe ser la característica central de la Iglesia.
- **Evangelización y misión:** El pasaje relata la primera gran misión de los apóstoles. Pedro proclama el mensaje de Cristo y, como resultado, la gente acoge la Palabra. Esto representa la acción de “salir” a anunciar el Evangelio, de llegar a los más alejados y necesitados de una palabra viva y alentadora.
- **Conversión y crecimiento:** La respuesta inmediata del pueblo en la Iglesia primitiva de como al escuchar el mensaje de Jesucristo resucitado se van adhiriendo a su doctrina, se bautizan integrándose a la nueva comunidad cristiana; esto demuestra un crecimiento dinámico y repentino. Siendo un claro ejemplo de una Iglesia que no se queda estática, sino que avanza y expande sus fronteras a través de la conversión.
- **Centrarse en Cristo y el ser humano:** La «Iglesia en salida» se centra en Cristo, que inspira la conversión, y en el ser humano, al que se dirige la misión.
- **Descentralización:** El papa Francisco ha explicado que una «Iglesia en salida»

se descentra para centrarse en Cristo y en la misión. La comunidad primitiva no se quedó en sí misma, sino que salió de su zona de confort, de Jerusalén y sus alrededores, para propagar la Buena Nueva.

- **Prioridad por los pobres y excluidos:** El salir implica un acercamiento a los más necesitados y vulnerables, tal como lo hizo Jesús.
- **Salir de la autorreferencialidad:** Una Iglesia en salida no habla de sí misma, sino que presenta el mensaje de Jesús con alegría y frescura, buscando el encuentro y el diálogo con los demás.
- **Oración y sacramentos:** La misión requiere estar íntimamente unidos a Cristo a través de la oración y los sacramentos para poder ser signos eficaces de salvación.
- **Formación continua:** Para realizar la misión, es necesaria una formación que prepare tanto la dimensión personal como la comunitaria de la vida cristiana.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

1. Verán el video “La misión de la Iglesia”, el cual se encuentra en el siguiente enlace QR.
2. Harán un momento de silencio para reflexionar en lo que acabaron de ver y responderán a la pregunta ¿A qué me invita esto que acabo de ver como miembro de la Iglesia?
3. Pasaran enseguida a tomar un hoja bibliográfica o pedazo de cartulina que tendrá pegadas unas semillas (maíz, frijol, lenteja...) con una frase de envío. Mientras se hace



esto se escucha el canto “Iglesia en salida”

4. Regresarán a su lugar en silencio. Compartimos brevemente la respuesta a la pregunta y la frase que nos tocó. (si son muchos los participantes, se invita a algunos que lo hagan, si son pocos se les invita a todos)



RESPUESTA DE FE

El ser Iglesia en salida implica un cambio de mentalidad, promoviendo el diálogo y la escucha activa. Esto requiere una conversión personal para dejar atrás el egoísmo y abrirse al encuentro con los demás.

El Papa Francisco pidió a la Iglesia que se transforme a la luz del Evangelio, recibiendo la fuerza del Espíritu Santo. Este proceso es una transformación que implica una salida misionera constante, la cual no es una tarea exclusiva de los sacerdotes, consagrados o laicos comprometidos, sino una responsabilidad de cada cristiano. Todos son llamados a salir al encuentro del otro para presentarle la persona de Jesús y el mensaje del Evangelio.

Después de escuchar esta reflexión debemos invitarnos a ser testigos de Jesús, por ser enviados a ser una Iglesia en salida. Hoy es necesario hacer un compromiso, pero no solamente personal sino un compromiso social, que llegue a nuestra iglesia que vive en las periferias territoriales (barrios marginados, empobrecidos) o existenciales (situaciones límite como la pobreza extrema, exclusión social, enfermedad, vejez, migración, adicción, encarcelación o abandono pastoral)

El animador dará a conocer a los presentes la situación en la que viven algunas personas o

familias de la comunidad o que se haya informado con anterioridad, a quienes se les lleva la comunión, familias con necesidades económicas, de trabajo, de ropa, de atención pastoral, porque viven situaciones como depresión, violencia, descuido, maltrato, migrantes que vienen de otros lugares y necesitan algún apoyo, etc. o a alguien a quienes ellos conocen también y realizar así un compromiso:

- ¿En cuál de estas periferias te gustaría ser Iglesia en salida enviado (a) por Cristo resucitado?
- ¿Qué acción te gustaría hacer como familia o grupo de amigos o participantes de estos ejercicios?
- Reúnete como familia, esposos u grupo, de acuerdo con la periferia que han elegido y hagan un compromiso para ir en busca del grupo que eligieron y proyecten su acción, la cual escribirán en la huella que se les dará.

Profesión de fe

Haremos las siguientes plegarias

Lector 1: Señor Jesús, ayúdame a verte en cada ser humano que sufre, a transmitir tu paz en los momentos de tormenta por la llegada del final de la vida biológica, a acompañar y sostener a aquellos que se quedan en soledad. Hay tanto por hacer que a veces me aturdo porque no sé por dónde empezar.

Todos: Ayúdame Señor.

Lector 2: Gracias, Jesús querido, por tu permanente acompañamiento, por sentirte siempre cerca, por ayudarme a sentirme útil, por el cansancio diario y por las ganas que me infundes de seguir trabajando.

Todos: Ayúdame Señor

Lector 3: Creo que me has dirigido tú o el destino en una dirección señalada, me lo refirieron incluso de pequeño cual iba a ser mi papel o misión, sólo que no lo quiero aceptar... Así de claro, ayúdame yo se puedes, porque yo no quiero aceptarlo.

Todos: Ayúdame Señor

Lector 4: Que sepa y pueda ser tu testigo ¡oh, Cristo Resucitado! capaz de asumir la misión de la Iglesia en corresponsabilidad y cooperación con la fuerza del Espíritu Santo. A no tener miedo de salir e ir a las periferias territoriales y existenciales.

Todos: Ayúdame Señor

Lector 5: Jesús este regalo te pido: que pueda hacer conciencia de que tu Padre te envió a demostrarnos que está en medio o sea en el centro de cada ser humano desatracando nuestros miedos y que yo entienda que nos inyectó su Espíritu con el gesto de soplar tu aliento. O sea que Dios Espíritu está fusionado con nuestro espíritu.

Todos: Ayúdame Señor

Lector 6: Creo que Tú Señor, dueño de la historia y del tiempo, me has llamado a comprometerme a ser Iglesia en salida, a ir a mis hermanos que me necesitan haciendo vida el envío de que me has hecho desde el día de mi bautismo.

Todos: Ayúdame Señor

Nos juntamos todos de las manos y cantamos el **Padre Nuestro**.

Compromiso



ACCIÓN SIMBÓLICA:

Nos reunimos teniendo frente el camino, al final de este tenemos un crucifijo o una imagen de Jesús, el cirio pascual encendido, un morral, un bastón y unas sandalias. Cada grupo, familia o participante tendrá sus huellas.

El animador dice lo siguiente: Ahora vamos a comprometernos con Jesús, tenemos un camino que vamos a emprender como Iglesia en salida enviados por Jesús, así como los símbolos de los misioneros (bastón, sandalias, morral), la imagen de Jesús que es a quien llevaremos a nuestros hermanos. Iremos diciendo en voz alta a quien vamos a ir (lo que pusimos en nuestras huellas) y pasamos a colocarlo sobre el camino, al final que todos pasen cantan el canto "Alma misionera"



Oración final:

CONVERSACIÓN CON JESÚS

*No te canses Padre de esperarme,
y así como tú me respetas y esperas,
dame serenidad y tiempo para no
desesperarme
acompañando la vida de los demás.*

*Señor, hazme llegar tu paz,
que me lleve a encontrarme con
todas las personas
como hermanas mías,
siendo consciente de las fragilidades
y limitaciones,
tanto mías como de los demás;
para ir construyendo tu reino de amor,
irradiando tu espíritu de sanación
y alegría en todo y con todos.*

*"Ven, Señor Jesús",
llena nuestra alma de tu amor,
infunde en nosotros tu Santo Espíritu,
para que podamos obrar
con el solo interés de hacer tu voluntad.*

*Señor, concédenos el don de tu presencia,
de realizar tu misión de amor
De ser capaces de ser Iglesia en salida
Y predicar con la palabra y el testimonio.
Amén.*

Despedida: Agradecemos a todos su presencia en esta semana de ejercicios espirituales y como Iglesia en salida haremos un pequeño ágape fraterno donde compartiremos lo que trajimos.

Recordemos la tarea que tenemos y no olvidemos que la Resurrección nos impulsa a salir y anunciar la vida nueva que Cristo nos da por la fuerza del Espíritu.

Oración final

CONVERSACION CON JESUS

En la conversación nos inspiramos a seguir

y así como la vida nueva que Cristo nos da por la

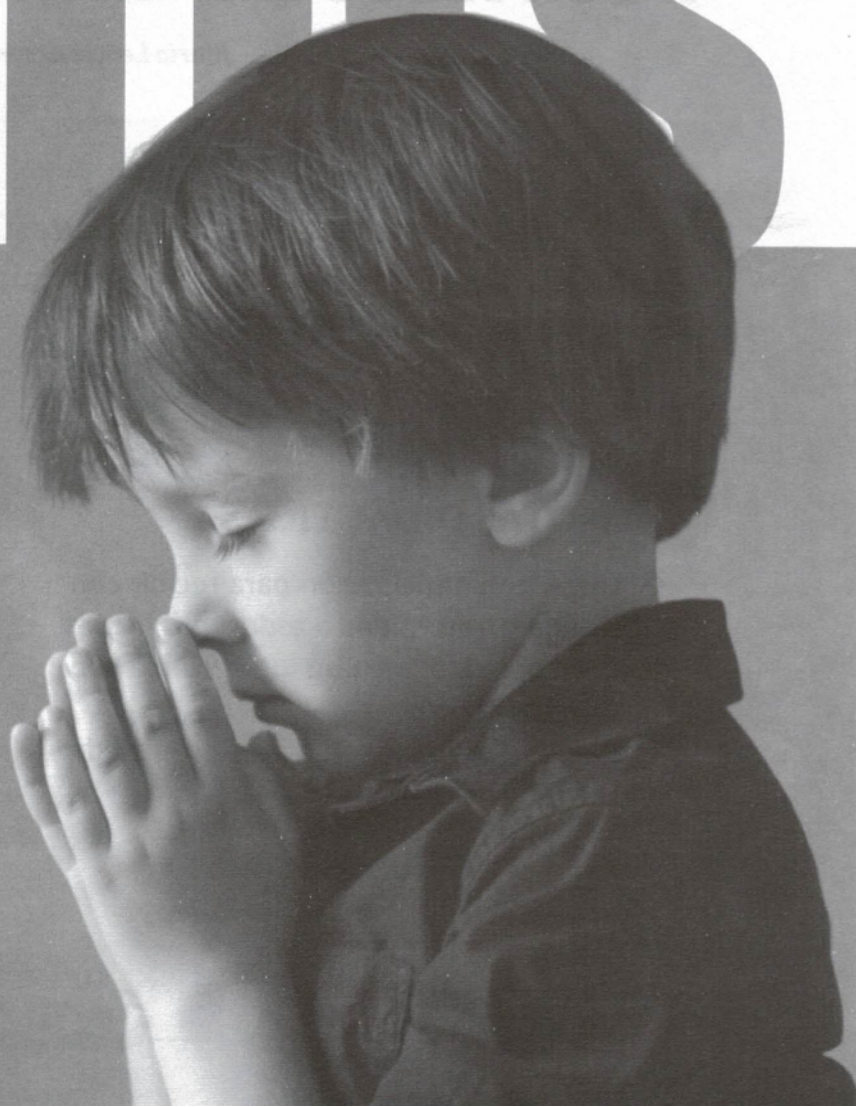


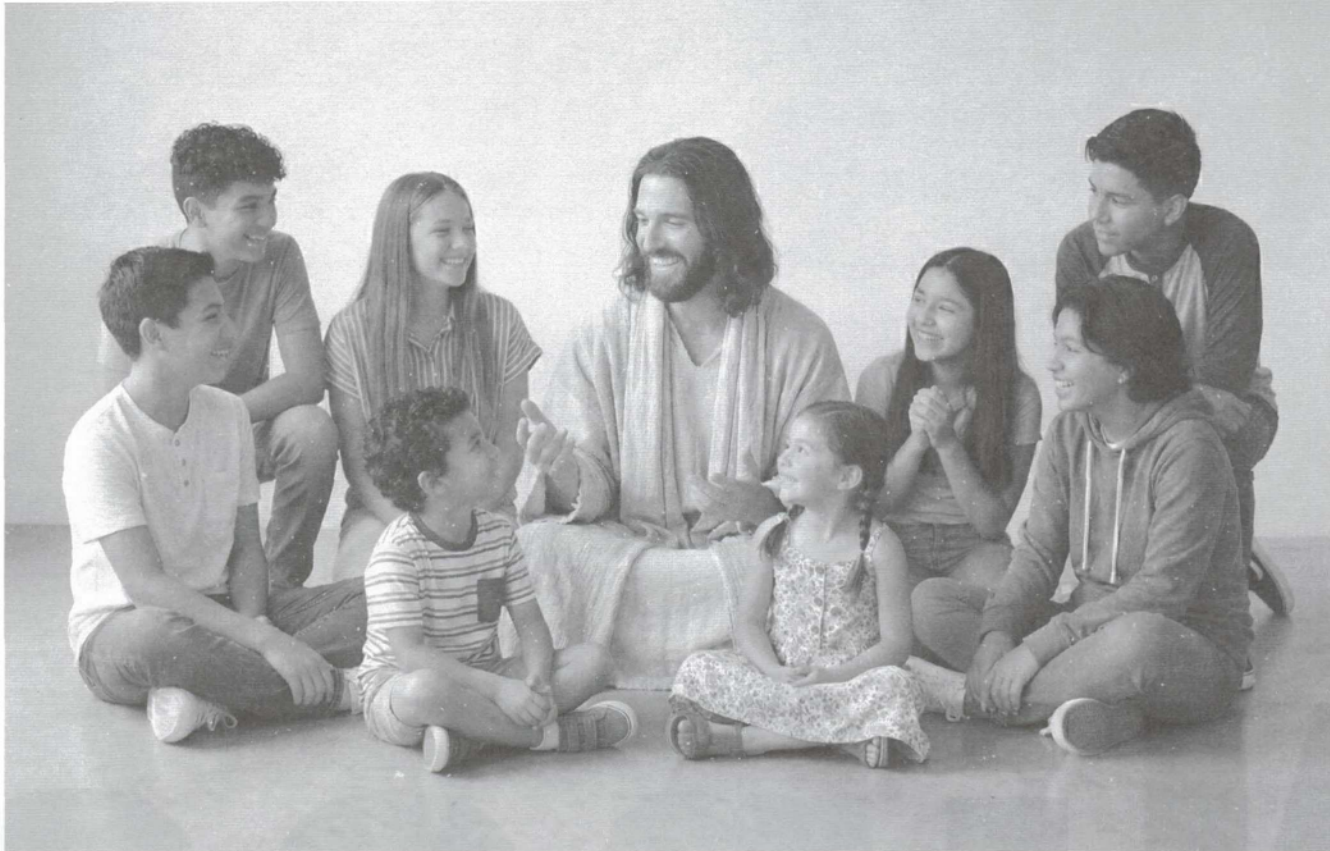
En la conversación nos inspiramos a seguir y así como la vida nueva que Cristo nos da por la fuerza del Espíritu

En la conversación nos inspiramos a seguir y así como la vida nueva que Cristo nos da por la fuerza del Espíritu

Niños

y Adolescentes





1. CON JESÚS EMPIEZO MI CAMINO DE AMOR

María Leticia Acevedo Negrete



OBJETIVO:

Que los niños descubran que Jesús siempre los acompaña y les enseña a vivir el amor para que lo practiquen con acciones sencillas en su vida diaria.



NOTAS DIDÁCTICAS:

- ❖ Llegar con anticipación para recibir con alegría y fraternidad a todos los niños.
- ❖ Colocar la biblia en un lugar visible con un cirio y flores.
- ❖ Preparar el lugar con frases propias de la cuaresma para niños.



MATERIALES:

- ❖ Preparar lo necesario para ambientar el espacio, procurando tener: Crucifijo, Cirio Pascual, altar con la Sagrada Escritura.
- ❖ Gafetes para cada participante.
- ❖ Copias de la silueta de una mochila para cada participante.
- ❖ Bocina y micrófono.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

Este ejercicio cuenta con dos momentos de acción simbólica, la primera dando la bienvenida a sus compañeros de al lado, dándoles una frase de bienvenida, la segunda en la profesión de fe donde se le entregará a cada niño una hoja de papel con la silueta de una mochila y pedir que anoten o dibujen que pondrían en su mochila para iniciar el recorrido cuaresmal de la mano de Jesús.

Bienvenida: Bienvenidos niños y niñas a esta semana de ejercicios espirituales de cuaresma, una semana llena alegría y de amor.

La cuaresma es un tiempo de preparación para la pascua, te invito a que participes activamente tanto en las reflexiones como en las actividades que te van sugiriendo e indicando con respeto, con devoción, ofreciéndoselo a Jesucristo nuestro buen pastor, te pregunto:

- ¿Cómo estás?
- ¿Qué sabes de Jesús?
- ¿A qué has venido?
- ¿Qué es la cuaresma?
- ¿Qué es la Pascua?

Excelentes respuestas, como algunos han mencionado la cuaresma es un tiempo de preparación, de reflexión para la gran fiesta de la Resurrección de Jesús; es un camino, en este camino Jesús nos toma de la mano y nos muestra cómo amar más. ¡Comenzamos con una oración!

Oración inicial

*Ven Espíritu Santo, envía tu luz desde el cielo.
Padre amoroso del pobre; don, en tus dones
espléndido; luz que penetra las almas; fuente
del mayor consuelo.*

*Ven, dulce huésped del alma, descanso de
nuestro esfuerzo, tregua en el duro trabajo,
brisa en las horas de fuego, gozo que enjuga
las lágrimas y reconforta en los duelos.*

*Entra hasta el fondo del alma, divina luz y
enriquécenos. Mira el vacío del hombre si Tú
le faltas por dentro; mira el poder del pecado
cuando no envías tu aliento.*

*Riega la tierra en sequía, sana el corazón
enfermo, lava las manchas, infunde calor de
vida en el hielo, doma el espíritu indómito,
guía al que tuerce el sendero.*

*Reparte tus Siete Dones según la fe de tus
siervos. Por tu bondad y tu gracia dale al es-
fuerzo su mérito; salva al que busca salvarse y
danos tu gozo eterno.*

Cantemos:

Ya llegó, ya llegó, el Espíritu santo ya llegó ...



EXPERIENCIA HUMANA

Ahora te invito a que seas creativo, piensa en una frase que le puedes decir a tu compañero de al lado, para que se sienta bienvenido, ahora chócala con ellos y dales la bienvenida con la frase que has pensado (bienvenido, Dios te ama ...)

Antes de comenzar a caminar con Jesús en este tiempo de cuaresma, vamos a detenernos un momento a mirar lo que pasa en nuestro corazón. Cada niño aquí tiene una historia, unos sentimientos, unos momentos bonitos y otros difíciles. Y Jesús quiere entrar en esa historia para caminar contigo desde ahí.

Para ayudarte a pensar, escucha esta historia:



El cuento de Josefina

Josefina era una niña llena de imaginación. Le encantaba dibujar árboles, pajaritos y casas de colores. Aunque por fuera siempre sonreía, por dentro a veces sentía cosas que no sabía cómo explicar.

Un día, cuando Josefina llegó a la escuela, vio que su amiga Clara estaba llorando en silencio. Quiso acercarse, pero no supo qué decir. Caminó más adelante y encontró a un niño nuevo sentado solo, moviendo sus tenis y mirando al piso. Nadie le hablaba porque era tímido.

Ese día, en clase, Josefina intentó concentrarse, pero su corazón estaba inquieto. ¿Por qué habrá llorado Clara? ¿Por qué el niño nuevo está solo? ¿Habré hecho bien al quedarme callada?

Al llegar a casa, encontró a sus papás discutiendo fuerte. Ella se escondió en su habitación como si quisiera desaparecer. Se sentó en su cama y abrazó a su peluche favorito.

Entonces, como un susurro, recordó algo que había escuchado en catequesis: «Cuando tu corazón esté confundido, Jesús está más cerca que nunca.»

Josefina respiró hondo. No entendía todo, pero sintió un poquito de calma. Pensó: «Si Jesús camina conmigo, ¿qué puedo hacer mañana para que mi escuela y mi casa sean un lugar más bonito?» Eso la hizo sonreír otra vez.

Al día siguiente, reunió un poco de valor. No sabía si sus acciones cambiarían el mundo, pero sí sabía que podían cambiar un rincón de él. Al ver a Clara, se acercó y le dijo: —Si quieres, puedo escuchar lo que te pasó. Clara la miró sorprendida... y sonrió un poquito.

Luego se acercó al niño nuevo y le dijo: —¿Quieres sentarte conmigo en el recreo? Ese día Josefina descubrió que las cosas pequeñas que nacen del corazón pueden iluminar a los demás.

Ahora tú, miremos tu vida.

Así como Josefina, tú también vives momentos buenos y otros que te confunden. Jesús quiere que seas sincero contigo mismo para poder entrar a tu corazón.

Preguntas para profundizar:

- ¿Qué cosas te dan alegría últimamente?
- ¿Qué cosas te preocupan o te hacen sentir como Josefina en su cuarto, sin saber qué hacer?
- En tu familia, ¿hay días de paz y también días de tensión? ¿Cómo te sientes cuando pasa eso?
- En la escuela, ¿has visto a alguien que parezca triste, solo o enojado? ¿Qué te nace hacer cuando ves eso?
- ¿Hay algo que te gustaría que Jesús te ayudara a cambiar o sanar en tu vida?

En este momento de experiencia humana queremos que mires lo que está pasando en tu corazón ahora que ya estamos en Cuaresma. Igual que Josefina, tú también tienes alegrías, dudas y momentos difíciles, y Jesús quiere que seas sincero con Él para caminar juntos en este tiempo especial.

La Cuaresma es un camino para aprender a amar más, y eso empieza reconociendo cómo estás por dentro. Tal vez en tu escuela o en tu casa has visto personas que necesitan consuelo o compañía, como Clara o el niño nuevo del cuento. Tus sentimientos y lo que vives cada día son el lugar donde Jesús quiere encontrarte.

Cuando te detienes a mirar tu vida, descubres que tú también puedes hacer pequeñas acciones que iluminan a los demás. Eso es comenzar tu camino de amor: dejar que Jesús te acompañe y animarte a hacer el bien. La experiencia humana te ayuda a abrirle la puerta para que Él transforme tu corazón durante toda esta Cuaresma.



EXPERIENCIA DE FE

Nuestra vida, nuestra familia, nuestra comunidad son regalo de Dios, ¿Qué crees que haría Jesús con el niño triste, con la niña que se siente sola, con las familias que viven violencia?

Te invito a que abras tu mente y tu corazón para escuchar el mensaje que hoy te da a conocer Jesús

Del Evangelio de San Mateo 4, 19-20:

“Jesús los llamó: «Sígueme, y yo los haré pescadores». Al momento abandonaron las redes y lo siguieron.” **Palabra del Señor/Gloria a ti Señor Jesús**

Meditemos:

- ¿Qué dice el texto?
- ¿Qué invitación nos hace Jesús?
- ¿Qué le respondes a Jesús?

El texto nos dice que Jesús nos hace una invitación, para ser su discípulo te invita a seguirlo; te invita a ser su amigo, te conoce y te invita de manera personal, pero esto ¿que implica?; en primer lugar, conocer a Jesús para que libremente decidas ser su discípulo, libremente le digas, si quiero seguirte, si quiero tenerte como modelo en mi vida, si quiero vivir como tú quieres.

En este camino cuaresmal, Jesús quiere que tu camines con Él, reconociendo tu vida, tu familia, tu escuela, tu comunidad como un regalo, como un don de Dios para la salvación, pero ¿cómo es eso? Jesús te llama por tu nombre y te dice, acepta mi amor. Acepta mi compañía.

- Mira a las personas como las ve Jesús: con ternura, con bondad, con amor, con ganas de ayudarlos.
- Ama a tu familia, a tus amigos, a tus compañeros.
- Con tu ejemplo dile a los demás Jesús es mi amigo.

En el Evangelio que escuchamos, Jesús llama a unos pescadores y les dice: “Sígueme”. Ellos dejan todo y lo siguen porque descubren que Jesús no invita a medias, sino con amor y con un propósito grande. Con esta Palabra, Jesús también te llama a ti. No te pide dejar tus cosas, tu casa o tu escuela, sino dejar aquello que te impide amar, como el egoísmo o la indiferencia, para caminar con Él con un corazón más libre.

Cuando Jesús dice “los haré pescadores”, no habla de redes ni de peces, sino de personas. Él quiere que, con tu manera de vivir, puedas acercar a otros a Dios. ¿Cómo? Con gestos sencillos: consolar a quien está triste, acompañar a quien se siente solo, ayudar a quien lo necesita. Así, tú te conviertes en un pequeño “pescador”, alguien que invita a otros a descubrir que Jesús los ama y quiere ser su amigo.

Esta cita también nos recuerda que Jesús llama por amor y sin obligar a nadie. Los discípulos dijeron “sí” con libertad, y tú también puedes darle tu respuesta. Cada vez que eliges hacer el bien, perdonar, compartir, escuchar o ayudar, estás diciéndole a Jesús: “Quiero seguirte”. Esa es la manera en que, en esta Cuaresma, tu vida se convierte en un regalo para Dios y para quienes te rodean. Así Jesús camina contigo y transforma tu corazón para que seas un signo de alegría y esperanza.

¿Ser pescadores?

Además, Jesús te hace otra invitación: que le digas a los demás “*Jesús te ama, Jesús también quiere ser tu amigo*”. Y así serás su pescador.



RESPUESTA DE FE.

Se trata de hacer lo que haría Jesús. Si ves a alguien triste, animalo, si encuentras algo perdido, devuélvelo recordando que si no es tuyo es de alguien más, decir siempre la verdad, conociéndolo más a través de la Biblia, hablar de Jesús a los demás, dejar un rato el celular y ayudar en las labores de la casa, ser menos enojón, tener paciencia cuando te llamen la atención, cumplir con tus tareas escolares, dormir temprano.

Profesión de fe.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

Entregar a cada participante una hoja de papel con la silueta de una mochila y pedir que anoten o dibujen que pondrían en su mochila para iniciar el recorrido cuaresmal de la mano de Jesús.

Pidamos a nuestro amigo Jesús su ayuda para ser mejores niños en este mundo: ¡Jesús ayúdame a ser tu compañero en este camino cuaresmal!

- Por la Iglesia, para que anunciemos a Jesús y su evangelio con alegría: **Oremos.**
- Por todos los que están tristes para que encuentren consuelo en nuestra compañía y en la misericordia de Dios: **Oremos.**
- Por nuestras familias, para que nos escuchemos y acompañemos con paciencia en todos los momentos de la vida: **Oremos.**
- Por nuestra comunidad parroquial para que sepamos ser solidarios en sus necesidades: **Oremos.**
- Por todos nosotros, para que seamos dóciles al Espíritu Santo y cumplamos con nuestros compromisos cuaresmales: **Oremos.**

Toso esto te lo pedimos con la oración que nuestro amigo Jesús nos enseñó. **Padre Nuestro.**

Compromiso: Nos comprometeremos a continuar conociendo a Jesús y participar toda la semana en estos ejercicios espirituales de cuaresma.

Despedida: Buenas noches, primero Dios los esperamos mañana con mucho gusto para continuar con nuestro camino cuaresmal.



2. PERDONO A EJEMPLO DE JESÚS QUE ME AMA

María Ascensión Villegas Macías



OBJETIVO:

Aprender a perdonar como Jesús, nuestro Amigo nos ha enseñado, para tener paz y alegría en nuestro corazón.



NOTAS DIDÁCTICAS:

- ❖ En esta etapa de la vida los niños empiezan a tener más oportunidades para enfrentarse a situaciones en las que tienen que perdonar y ser perdonados. Es muy importante que dispongan de las habilidades para resolver conflictos y no tengan problemas para aceptar las disculpas de otras personas arrepenti-

das por haber hecho algo inadecuado.

- ❖ La capacidad para perdonar a otros les ayudará a consolidar sus relaciones personales con niños de su edad: amigos, compañeros de clase, sus propios hermanos, otros familiares... Ser capaces de perdonar situaciones que les hacen daño, les ayudará a encontrarse satisfechos y orgullosos de sí mismos.



MATERIALES:

- 2 hojas tamaño ½ carta para cada niño.
- Canto "Cristo te necesita"
- Un poster de Jesús, siendo clavado en la cruz.
- Letrero: "Señor ¿Cuántas veces tengo que perdonar?... Setenta veces siete".
- Una mesa con la Biblia, una veladora y si es posible flores.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

Este ejercicio cuenta con dos momentos de acción simbólica, uno antes de la experiencia humana y otro en la respuesta de fe, ambos llevan a la experiencia de perdón y sanación que el Señor nos regala.

Bienvenida: Sean bienvenidos a esta segunda reflexión cuaresmal, vamos a seguir este camino de amor con Dios que iniciamos ayer. Le damos la bienvenida a nuestros compañeros de al lado, con un saludo de mano y chocando nuestro puño suavemente.

Saben, Jesús nuestro gran Amigo y Salvador tiene mucho que enseñarnos para que alcancemos la felicidad auténtica, por ello vamos a encomendarnos a su gracia divina y a la acción del Espíritu Santo para que lo que reflexionemos hoy nos ayude a seguir creciendo en la sabiduría que solo procede de nuestro Creador.

Oración inicial

Señor Dios Nuestro, tú que tanto nos amas y nos has llamado para estar contigo y conocerte mejor, ayúdanos a abrir nuestro corazón y nuestra mente a la acción del Espíritu Santo, y así podamos aprender cada vez más de Ti, del

gran amor que nos tienes y tu mensaje que es camino seguro para nuestra felicidad. Te damos gracias por tu presencia y quedamos reunidos en el Nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

(Ponemos una música suave, instrumental)

Nos vamos a sentar, cerramos nuestros ojos, inhalamos y exhalamos, volvemos a inhalar y exhalar tres veces y pensamos en las veces que nos hemos peleado con algún compañero, con uno de nuestros hermanos o primos. Ahora pensamos ¿Qué sentimientos tengo en este momento hacia esa persona con la que tuve esa diferencia? Volvemos a inhalar y exhalar, pensamos ¿Qué sentimientos tengo en mi corazón, por la vez que mi mamá, mi papá o mi maestra, maestro, me llamaron la atención fuertemente?

Abrimos nuestros ojos y en el papel que nos está entregando escribimos esos sentimientos. Una vez terminada esta actividad cantamos.

Canto: *Amémonos de Corazón o Cristo te necesita para amar*
(Ahorita solo cantamos el estribillo dos veces)



EXPERIENCIA HUMANA:

¿Recuerdan lo que vimos en la primera reflexión? ¿Quién quiere participar y recordarnos un poco de ello? (dejamos unos minutos para dos o tres participaciones). Pues bien, hoy vamos a reflexionar en la capacidad de perdonar que Dios ha puesto en cada uno de nosotros. Iniciamos con la siguiente narración:



Las huellas de la amistad

Dos amigos viajaban por el desierto, peregrinando hacia lugares santos. Habían recorrido extensas regiones, habían subido altas montañas, atravesado ríos caudalosos y cruzando desiertos. Juntos sobrevivieron a numerosos peligros, pero un buen día discutieron. La discusión fue tan acalorada que uno de ellos dio un bofetón al compañero de viaje.

El ofendido, sin decir nada ni tener un mal gesto hacia su compañero, escribió en la arena: "Hoy mi amigo me ha dado una bofetada". Siguieron adelante en silencio, con ese silencio tenso que sucede a las discusiones, a los malos entendidos.

Por fin llegaron a un gran oasis. Era el oasis más grande y hermoso que habían visto en su vida. Miles de palmeras circundaban un extenso lago de aguas azules. Sin pensarlo un momento, se sumergieron en el agua para bañarse. De pronto, el que había sido abofe-

teado comenzó a ahogarse. No sabía nadar bien y la profundidad del lago lo sorprendió. Su amigo que veía todo se acercó nadando a él y consiguió salvarle la vida.

Cuando se recuperó el que había estado a punto de ahogarse, tomó un pequeño cuchillo que siempre llevaba consigo y grabó en una de las rocas del oasis: "Hoy mi amigo me salvó la vida".

El amigo, que descansaba en la sombra de un grupo de palmeras, le preguntó intrigado: "¿Por qué cuando te di una bofetada lo escribiste sobre arena, y ahora escribes sobre piedra?"

El amigo le dijo: "Cuando un amigo te ofenda, debes escribirlo sobre la arena: el viento se encargará de borrar la ofensa y nacerá el perdón. Cuando un amigo te ayude, escríbelo sobre piedra para que ningún viento pueda borrar lo grande y fuerte que es la amistad".

(Cuento popular beduino)

Compartamos:

- ¿Qué enseñanza nos ha dejado esta narración?

Esta narración nos ayuda a entender que todos podemos equivocarnos y lastimar a otros, igual que uno de los amigos que dio la bofetada. Pero Dios ha puesto en nuestro corazón la capacidad de perdonar, y eso significa no guardar rencor, sino dejar que “el viento” borre lo que nos dolió. Así nuestro corazón queda libre y limpio para seguir queriendo a los demás, sin cargar con enojo ni tristeza.

También aprendemos que las cosas buenas que recibimos de los demás son las que debemos guardar “en piedra”, es decir, en lo más profundo de nuestro corazón. Cuando alguien nos ayuda, nos acompaña, nos cuida o nos quiere, esas son las cosas que debemos recordar siempre. Jesús nos invita hoy a mirar nuestra vida con esos ojos: soltar lo que nos lastima y atesorar lo bueno, porque así crecen la amistad, la paz y el amor en nuestro corazón y en nuestra comunidad.



EXPERIENCIA DE FE

Así como aquel joven le dijo a su amigo, que las ofensas deben ser borradas por el viento, lo mismo nos ha enseñado Jesús nuestro gran Amigo. Cuando Él iba por los pueblos de Israel llevando el mensaje de salvación, siempre lo acompañaban sus Apóstoles, que también eran sus amigos. Un día que Jesús les estaba dando muchas enseñanzas, San Pedro hizo una pregunta y Jesús le contestó, añadiendo una parábola para su comprensión. Nos ponemos de pie y escuchemos:



Del Evangelio de San Mateo 18, 21-35

“Entonces Pedro se acercó con esta pregunta: ‘Señor, ¿cuántas veces tengo que perdonar las ofensas de mi hermano? ¿Hasta siete veces?’ Jesús le contestó: ‘No te digo siete, sino setenta y siete veces.’

Aprendan algo sobre el Reino de los Cielos. Un rey había decidido arreglar cuentas con sus empleados, y, para empezar, le trajeron a uno que le debía diez mil monedas de oro. Como el hombre no tenía con qué pagar, el rey ordenó que fuera vendido como esclavo, junto con su mujer, sus hijos y todo cuanto poseía, para así recobrar algo.

El empleado, pues, se arrojó a los pies del rey, suplicándole: ‘Dame un poco de tiempo, y yo te lo pagaré todo. El rey se compadeció y lo dejó libre; más todavía, le perdonó la deuda.

El compañero se echó a sus pies y le rogaba: 'Dame un poco de tiempo, y yo te lo pagaré todo. Pero el otro no aceptó, sino que lo mandó a la cárcel hasta que le pagara toda la deuda. Los compañeros, testigos de esta escena, quedaron muy molestos y fueron a contárselo todo a su señor.

Entonces el señor lo hizo llamar y le dijo: 'Siervo miserable, yo te perdoné toda la deuda cuando me lo suplicaste. ¿No debías también tú tener compasión de tu compañero como yo tuve compasión de ti?'. Y tanto se enojó el señor, que lo puso en manos de los verdugos hasta que pagara toda la deuda.

Y Jesús añadió: 'Lo mismo hará mi Padre Celestial con ustedes, a no ser que cada uno perdona de corazón a su hermano'."

Palabra del Señor/Gloria a ti Señor Jesús
Nos sentamos y dejamos un minuto de silencio para reflexionar

- ¿Pusieron atención al texto del Evangelio?
- ¿De qué trata?
- ¿Qué enseñanza nos deja?

Para algunos, se nos hace mucho perdonar una y otra vez a nuestros hermanos que nos ofenden y así como San Pedro preguntamos ¿Tengo que perdonar hasta siete veces a quien me ofende?

La respuesta de Jesús es setenta veces siete. Y esto no solo es multiplicar setenta por siete, sino que nos quiere decir que siempre debemos estar dispuestos a perdonar, así como Dios nos perdona siempre que nos portamos mal.

Dios es más misericordioso que aquel rey que empezó a hacer cuentas con sus siervos, vimos

como el rey perdonó a su siervo que le debía diez mil monedas de oro. Era una deuda muy, muy grande. Sin embargo el hombre que había sido perdonado no fue capaz de perdonar una deuda muy pequeña.

Se presenta o indica el poster) Vean esta imagen, Jesús el hijo de Dios vino al mundo a enseñarnos el camino de la felicidad, a liberarnos del pecado y de la muerte eterna, porque Dios nos creó para ser buenos y felices, pero nosotros por ser desobedientes y no saber utilizar nuestra libertad, a veces no vivimos como quiere Jesús y nos sentimos mal.

Jesús, antes de regresar al Padre Celestial da su vida por todos nosotros, pues desde la cruz venció el pecado y la muerte, y aquí vemos el gran dolor por el que estaba pasando, cuando los clavos traspasaron sus manos y sus pies y sin embargo no le pidió a su Padre que destruyera a quienes lo estaban clavando, sino que lleno de amor y compasión exclamó: "¡Padre perdónalos porque no saben lo que hacen!". Pensemos un momento ¿nosotros somos capaces de perdonar a quienes nos hacen daño?



RESPUESTA DE FE

Con su vida misma, Jesús nos enseña a perdonar, pues como la misma Palabra de Dios nos dice a través del Apóstol San Pablo: "El amor todo lo perdona". Nosotros somos hijos de Dios, hermanos en Cristo Jesús, por ello en nuestro corazón lo que debe reinar es el amor, no el odio o la venganza. Así desde el verdadero amor, podemos escribir las ofensas de nuestros familiares y amigos en arena, para que llegue el viento, borre todo e inicie el perdón.

Entonces ¿cuántas veces tengo que perdonar?
No se nos olvide que siempre.

Quienes ya hicimos nuestra primera Confesión, hagamos un buen examen de conciencia; arrepentidos por haber ofendido a Dios en nuestros hermanos más cercanos pidamos perdón, con el propósito de ya no ofender a nuestros semejantes, después, quienes podamos nos confesamos en el transcurso de la semana y nos sentiremos libres de ese peso del pecado. Recordemos que Jesús, con su sacrificio en la Cruz nos enseña a pedir perdón y a perdonar a quienes nos ofenden, pues esto es la mejor medicina para vivir felices siempre.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

Tomamos la hojita donde escribimos nuestros sentimientos hacia las personas que nos han ofendido, hemos peleado o discutido, lo doblamos en cuatro partes. Luego vamos hacer una fila y mientras vamos avanzando hacia donde está la vasija con fuego, para quemar ahí ese papelito y liberarnos, vamos a cantar: Amémonos de Corazón.

Si nos cuesta mucho trabajo expresar nuestro perdón, miremos la imagen de Jesús y repitamos despacio una y otra vez "Tengo la capacidad de perdonar"

Profesión de fe

De pie y contemplando a Jesús que nos enseñó a perdonar y pedir perdón, digámosle:

Señor Jesús, Amigo nuestro, tú que con tu ejemplo nos enseñas a perdonar a quienes nos ofenden, ayúdanos a tener un corazón noble, lleno de bondad, que en él no hay cabida para el odio. Que la luz del Espíritu Santo nos guíe y

así en momentos de dificultad, Él nos enseñe a ser tranquilos, a tener paciencia y construir espacios llenos de paz y alegría.

Nos damos un aplauso y después un abrazo todos por ser amigos de Jesús.

Compromiso: De tarea vamos a escribir una carta, dirigida a una de las personas que más nos ha ofendido y le vamos a decir con mucha amabilidad e imitando a Cristo, que lo o la has perdonado, que esperas que la paz de Cristo reine en su corazón y que le desees que le vaya muy bien en todo. Firmamos nuestra carta y después de traerla como evidencia de que sí hicimos el trabajo en casa, podemos entregarla a la persona correspondiente o dejarla cerca de un Crucifijo, pidiendo por esa persona a quien va dirigida la carta. (Aquí lo importante es que el niño ordene sus pensamientos y libere sus sentimientos a través de lo que escribe)

Despedida: Queridos niños hoy hemos aprendido que es muy importante saber perdonar y pedir perdón, que hay que perdonar siempre como Cristo nos lo dice, no es solo una vez sino cuando sea necesario, y también saber pedir perdón cuando hemos ofendido a alguien. Así que hay que trabajar en ello, para poder seguir siendo amigos de Jesús.

Los esperamos nuevamente mañana, hoy antes de dormirnos recemos el Padre Nuestro y cuando lleguemos a la petición "Perdona nuestras ofensas como nosotros perdonamos a los que nos ofenden" pensemos a quien hemos ofendido para pedirle perdón y quien nos ha ofendido a nosotros para que los perdonemos.



3. JESÚS SANA MI CORAZÓN

Hna. Ma. de Jesús Gutiérrez Mena, O.P.



OBJETIVO:

Que los niños descubran y experimenten la misericordia de Dios que puede curar sus heridas y sanar su corazón, restaurando sus relaciones con los otros y la amistad con Jesús para que sean capaces de seguirlo.



NOTAS DIDÁCTICAS:

- ❖ El catequista debe propiciar un ambiente de confianza y cercanía para que el niño reconozca el gran amor que Dios le tiene al enviarnos a Jesús, quien murió por nosotros para sanar nuestras heridas.
- ❖ Que a través del video ¿Te han roto el corazón? el niño descubra que al alejarnos de los demás con nuestras actitudes negativas herimos nuestro corazón y perdemos la amistad con Jesús y él es el único que puede sanarlo.
- ❖ En toda la sesión es necesario no perder el propósito de descubrir que Jesús sana nuestras heridas y nos invita a seguirlo para vivir su Misterio Pascual.
- ❖ Tener un momento de reflexión e interiorización para dejar sus miedos.
- ❖ Al término de este encuentro el niño podrá seguir a Jesús y llevar a otros a que

también lo sigan, ejercitando el perdón, de una forma sencilla a través de un gesto sencillo y escribir un mensaje o cartita con quienes se quieren reconciliar.



MATERIALES:

- Letrero que diga "Jesús sana nuestras heridas como lo hizo con el ciego Bartimeo".
- Un poster con la imagen de Jesús y Bartimeo.
- Tener una cruz grande de madera o de cartón, una vela y la Sagrada Escritura, en un altar para los momentos de oración y compromiso.
- Ver el video ¿Te han roto el corazón? Que se encuentra en el siguiente QR.
- Laptop, cañón
- Corazones de papel (uno por niño)
- Curitas de papel para escribir.
- Letra del canto para cada uno o escribirlo en una hoja de rotafolio.
- Hojas para escribir sus mensajes o cartas.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

Este ejercicio cuenta con tres momentos de acción simbólica, la primera ubicada después de la experiencia humana (escribir en su corazón las heridas que han causado a su corazón), la segunda en la experiencia de fe, después de reflexionar en la Palabra de Dios hacen el ejercicio de dejar su manto de la tristeza, de la desolación como lo hizo Bartimeo.

La tercera en la respuesta de fe, donde pondrán los curitas, de las heridas que con curadas por Jesús.

Bienvenida:

¡Queridos niños y adolescentes sean bienvenidos! Es un gozo y una alegría enorme que estén presentes en el llamado que Jesús nos hace. Seguimos preparándonos para celebrar la gran fiesta de Pascua.

El día de hoy, en nuestro tercer encuentro de ejercicios espiritual, vamos a conocer el amor infinito de nuestro amigo Jesús, alimentarnos de ese amor para llevarlo a los demás, Nos vamos a poner en círculo para cantar el canto "El diablo está enojado".

Ahora para comenzar hagamos la siguiente oración.

Oración inicial

Jesús, mi amigo, gracias por tu amor. Dame tu Espíritu Santo para que me ayude a comprender tu mensaje, que me hable en mi interior. Te pido que sanes mi corazón para que pueda estar lleno de alegría y no de tristeza. Ayúdame a ser bueno y a amar a los demás". Amén



EXPERIENCIA HUMANA

El amor de Dios es muy hermoso porque al experimentarlo nos llenamos de gozo y alegría. Y Él nos ama tanto que nos llena de ese amor para que nosotros lo compartamos con los demás. Pero algunas veces no es así. Pensemos en un momento en una persona que sentimos y sabemos que nos ama mucho, por ejemplo, nuestro papá, mamá, abuelos, algún tío, maestro, amigo. Traemos a nuestra mente a esa persona.

El catequista hace las siguientes preguntas a los niños:

- ¿Alguna vez se han sentido alejados de

esa persona porque se han disgustado, porque la han ofendido, se han portado mal con ella?

- ¿Qué heridas se hacen en nuestro corazón cuando pasa esto? (resentimientos, tristeza, enojo, miedo.)
- ¿Cómo se sintieron cuando estaban alejados?
- ¿Cómo sentían que estaba su corazón?

Todos hemos experimentado que cuando una persona nos ama mucho y la ofendemos, sentimos nuestro corazón triste ¿es verdad esto? Ahora vamos a ver un video que se titula "¿Te han roto el corazón?"

Compartamos:

- ¿Qué vimos en el video?
- ¿Qué acciones de la niña hacían que se rompieran los demás?
- ¿Qué acciones de los demás la rompían a ella?
- ¿Cómo se sintió al vivir esta situación?
- ¿Quién la ayudó y cómo?



ACCIÓN SIMBÓLICA:

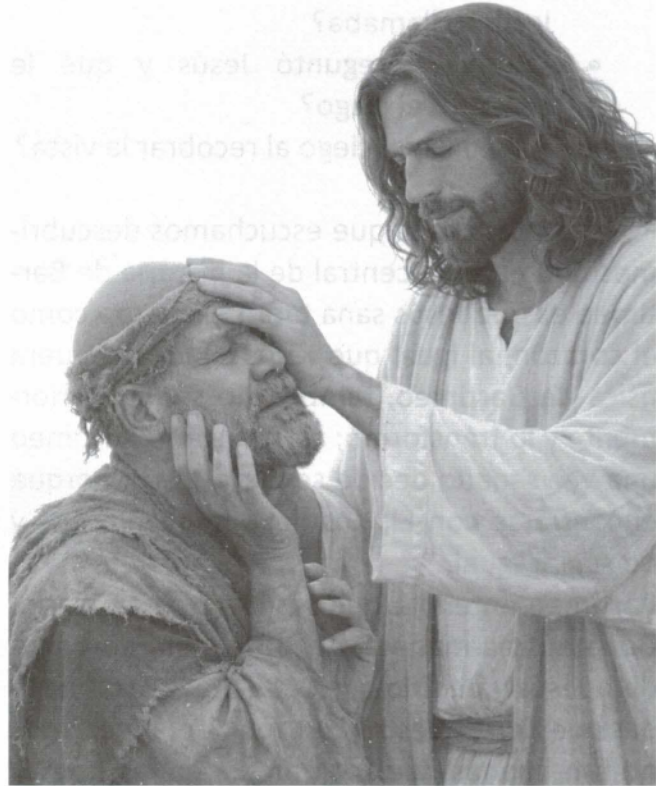
Entregar a cada niño un corazón de papel. Deben escribir en él las acciones que les hayan causado tristeza o culpa (son heridas que tenemos como: desobedecer, mentir, golpear, enojarse, hacer berrinche, estar mucho tiempo en el celular o en los video juegos, no hacer la tarea, criticar, no ayudar en casa.)



EXPERIENCIA DE FE

Dios nos ama tanto que no quiere que vivamos con esas heridas que tenemos por nuestras acciones que realizamos no tan buenas, que nos alejan de Él y de los demás.

Por eso los invito a ponernos de pie para escuchar su Palabra de Dios en la que escucharemos que Jesús sana al ciego Bartimeo y él al quedar sanado lo sigue. (Mc 10, 46. 49-52)



Lectura de la Palabra de Dios

Del Evangelio de san Marcos 10, 46.49-52:

"Llegaron a Jericó. Al salir Jesús de allí con sus discípulos y con bastante más gente, un ciego que pedía limosna se encontraba a la orilla del camino. Se llamaba Bartimeo (hijo de Timeo). Jesús se detuvo y dijo: «Llámenlo.» Llamaron, pues, al ciego diciéndole: «Vamos, levántate, que te está llamando.» Y él, arrojando su manto, se puso en pie de un salto y se acercó a Jesús. Jesús le preguntó: «¿Qué quieres que haga por ti?» El ciego respondió: «Maestro, que vea.» Entonces Jesús le dijo: «Puedes irte, tu fe te ha salvado.» Y al instante pudo ver y siguió a Jesús por el camino". **Palabra del Señor/ Gloria a ti Señor Jesús.**

Compartamos:

- ¿Quién estaba sentado borde del camino cuando Jesús llegó a Jericó?
- Jesús se detuvo al verlo ¿qué dijo?
- ¿Qué hizo el ciego cuando escuchó que Jesús lo llamaba?
- ¿Qué le preguntó Jesús y qué le contestó el ciego?
- ¿Qué hizo el ciego al recobrar la vista?

En esta cita bíblica que escuchamos descubrimos que el tema central de la historia de Bartimeo es que Jesús sana tanto el cuerpo como el corazón, al igual que Jesús sanó la ceguera física de Bartimeo, también lo sanó interiormente y lo transformó; así fue como Bartimeo una vez sanado decide seguir a Jesús, porque encontrarse con Él, nos lleva a levantarnos y no seguir igual.

Bartimeo entendía que Jesús podía ayudarlo. De la misma manera, nosotros debemos acudir a Jesús y pedirle que nos sane de esas heridas que tiene nuestro corazón por las acciones no tan buenas que realizamos, en las que ya hemos pensado.

Cuando Jesús le preguntó qué quería, Bartimeo no pidió dinero, sino que le pidió a Jesús lo que más anhelaba su corazón, el poder ver. Su deseo más grande era tener un encuentro con Jesús, y por esa fe fue sanado. Esto nos enseña que Jesús sana nuestro corazón y nos libera de lo que nos impide seguirlo, de todas las heridas que hemos escrito en nuestro corazón.

Después de ser sanado, Bartimeo dejó todo lo que tenía para seguir a Jesús. Esto significa que la sanación de Jesús no solo fue un milagro físico, sino que lo llevó a un cambio de vida, a creer en Él y a ser un seguidor, siguiendo sus pasos y hacer lo que le agrada a Dios.

Al igual que Jesús trajo luz a la vida de Bartimeo al devolverle la vista, Él puede “abrir nuestros ojos espirituales” para que veamos la verdad y dejemos las tinieblas de nuestras acciones que nos causan heridas en nuestro corazón o que lo agrietan o llegan a romperlo, como veíamos en el video.

Jesús nos sana y cura nuestro corazón de todo pecado muriendo por nosotros en la cruz, dando su vida para que nosotros tengamos vida. El gran regalo es que con su sangre lava, limpia, transforma nuestro corazón herido, en un corazón sano, en un corazón nuevo; si nos dejamos tocar por él como lo hizo Bartimeo.

Lo más importante no es solo recibir un milagro, sino cambiar nuestra vida y seguir a Jesús para siempre. Bartimeo, después de ver, se levantó y siguió a Jesús por el camino.

El ciego podía haber pedido muchas cosas a Jesús, como una limosna, un cobijo, una ayuda familiar, un consuelo. Pero Bartimeo le dijo: *“Maestro, que vea”*. Pide lo que sólo se puede pedir desde la fe, pide lo imposible, pide la vista, algo imposible para los hombres, pero no para Jesús. *“Entonces Jesús le dijo: Anda, tu fe te ha salvado. Y al instante recobró la vista, y le seguía por el camino”*. Lo primero que vieron sus ojos, antes sin luz, sin vida, fue el rostro de Jesús que le mira con gozo, y la alegría que inunda sin límites su alma, ha sido objeto de la misericordia de Dios. Bartimeo ahora ve con el cuerpo y con el alma; percibe todo lo que antes sólo podía percibir con el oído y da gloria a Dios con un entusiasmo, es capaz de seguirlo.

Cuando Jesús sana nuestras heridas, cuando nos perdona, somos capaces de caminar, de seguirlo y de hacer lo bueno a los demás, so-

mos capaces de llevar a otros a Jesús para que encuentren la luz, la alegría y la paz.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

El catequista invita a los niños a un momento de interiorización y reflexión. Les dice que cierren sus ojos y piensen que Bartimeo llevaba una capa en sus hombros y que cuando escuchó la voz de Jesús que lo llamaba, arrojó su capa al suelo. Ahora se imaginan que ellos se ponen una capa en sus hombros y que esa capa está llena de sus tristezas, piensen que ocasionó esas tristezas. ¡Claro sus heridas! No quieren llevar más esas heridas. Así que se quitan su capa y todos gritan juntos la oración de Bartimeo "Jesús que vea" y tiran sus "capas de tristeza" al suelo para simbolizar que se deshacen de lo que los hace infelices, de lo que no les permite ver la luz para seguir a Jesús.



RESPUESTA DE FE

Jesús nos demuestra su amor, un amor incondicional, como se lo demostró a Bartimeo, sanando su ceguera, a nosotros nos lo demuestra dado su vida en la cruz para sanarnos y perdonarnos todas aquellas acciones que hieren nuestro corazón, por eso hoy me acerco a Jesús y le abro mi corazón para que lo sane y me ayude a caminar con él hasta celebrar la Pascua con él y mis hermanos.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

Por eso en el corazón donde escribí mis heridas ahora voy a escribir lo que quiero que Jesús sane de esas heridas que escribí y las voy a pegar en estos curitas que pondré sobre las heridas y pegarlas en una cruz grande, como símbolo que de que Jesús es el único que puede sanar nuestras heridas. Después, hacer un

gesto de reconciliación con un compañero (dar la mano, abrazo, compartir una sonrisa).

Profesión de fe.

Jesús siempre puede sanar nuestro corazón si se lo entregamos, vamos a iluminar nuestra vida siendo testigos de su amor, confesando que creemos en él: (un niño toma la vela y otra proclama la oración).

Niño 1: Gracias Jesús por ayudarnos a descubrir las heridas que hay en nuestro corazón, creemos que tú estás con nosotros y nos fortaleces.

Todos: ¡Jesús creemos en ti, tú eres quien nos sana!

Niño 2: Gracias Jesús por perdonarnos nuestras faltas, por mirarnos con amor. Ven a nuestro corazón y enséñanos a saber perdonar como lo haces tú.

Todos: ¡Jesús creemos en ti, tú eres quien nos sana!

Niño 3: Gracias Jesús por limpiar nuestro corazón, creemos que vienes en nuestra ayuda y puedes quitar todo lo que nos estorbe para ser felices, amigos tuyos y de los demás.

Todos: ¡Jesús creemos en ti, tú eres quien nos sana!

Niño 4: Gracias Jesús por preparar nuestro corazón para que hagas todo nuevo allí, creemos que podemos ser libres y disfrutar la vida nueva que nos ofreces.

Todos: ¡Jesús creemos en ti, tú eres quien nos sana!

Niño 5: Gracias Jesús por confortarnos cuando estamos tristes o nos sentimos mal por haber ofendido a alguien. Creemos que tú eres esa fuerza sanadora, que nos ayuda a levantarnos para seguir adelante.

Todos: ¡Jesús creemos en ti, tú eres quien nos sana!

Ahora todos juntos decimos el Padre Nuestro, la oración que Jesús nos enseñó, pidiendo que seamos capaces de perdonar y pedir perdón.

Canto:

Jesús me perdona

*Jesús me perdona vuelvo a empezar
Con su gran amor me vuelve a abrazar.
Jesús me perdona vuelvo a empezar
Y con alegría quiero cantar.*

*Cuando me equivoco y hago algo mal
Mi corazón siente que no está igual.
Examino mi vida quiero cambiar
Jesús me llama a regresar.*

*Con humildad me acerco al altar
Al sacerdote le quiero contar,
con fe y amor digo la verdad.
Jesús me abraza y me da su paz.*

*Jesús me perdona vuelvo a empezar
Con su gran amor me vuelve a abrazar.
Jesús me perdona vuelvo a empezar
Y con alegría quiero cantar.*

*Rezo y obedezco lo que me pidió es mi tarea
Prometo a Jesús volver intentar.
Vivir su Palabra y no pecar más
Jesús me perdona vuelvo a empezar
Con su gran amor me vuelve a abrazar,
Jesús me perdona vuelvo a empezar,
Y con alegría quiero cantar.*



Oración final:

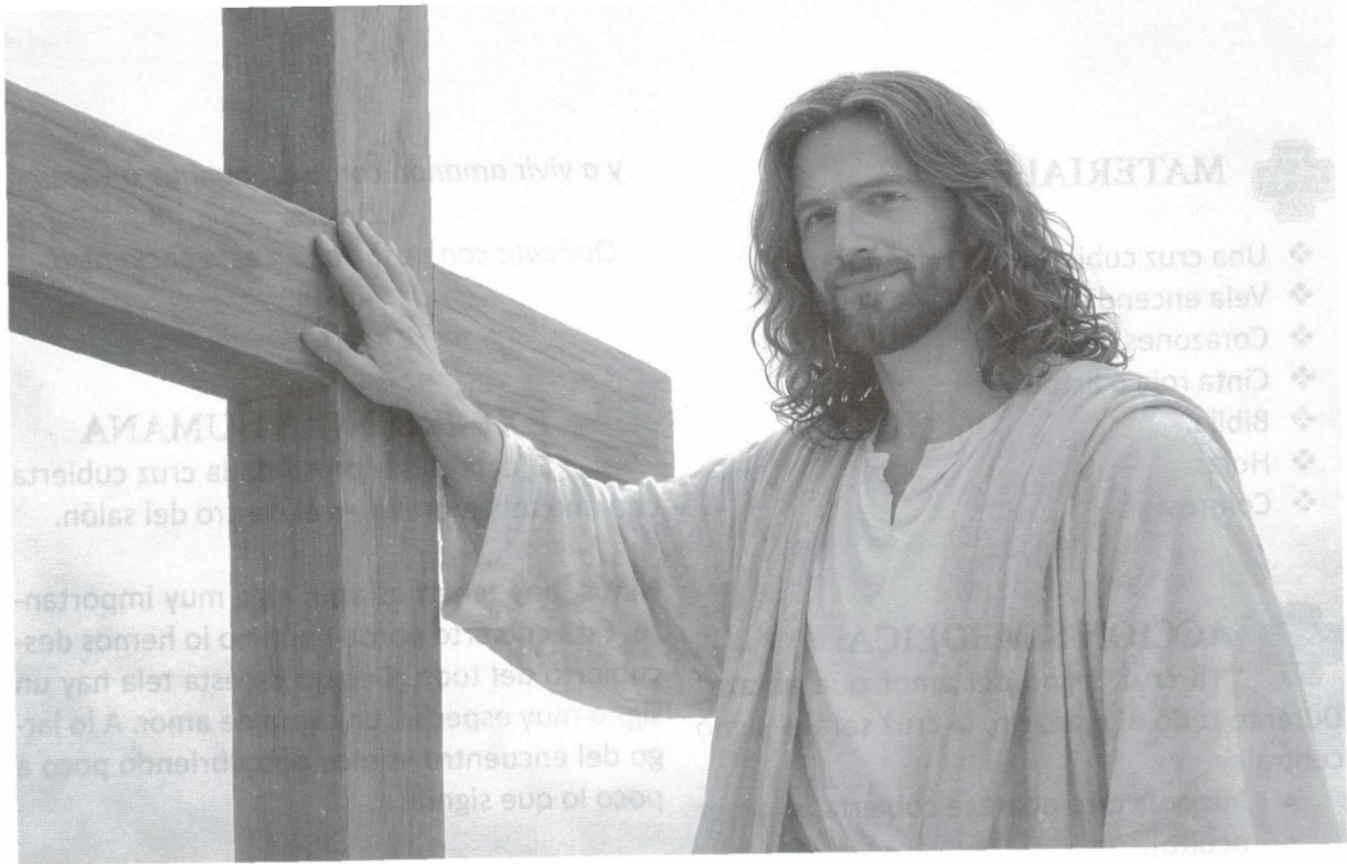
"Querido Jesús, hoy te quiero dar gracias por el gran amor que me tienes, por enseñarme que puedo acudir a ti cuando me encuentre herido en mi corazón y tú puedes tocarlo y sanarlo. Por favor, llega a mi corazón, tócalo y sánalo. Quitá toda la tristeza, el enojo y el dolor. Llénalo con tu amor y tu paz. Te entrego mi corazón, hazlo semejante al tuyo". Amén."

Compromiso:

Nos comprometemos con Jesús. Los invito a pensar a quién ofendí o herí con mis actitudes y voy a escribirle una cartita o un mensaje donde le pida perdón y se la voy a dar cuando lo vea junto con el mensaje le daré un abrazo.

Despedida:

Nos vemos mañana si Dios lo permite, recuerden llevar a cabo su compromiso. Sigamos felices a Jesús como lo hizo el ciego Bartimeo, y nos cansemos de agradecerle a Dios su infinito amor y a Jesús decirle que siempre que nos sintamos heridos nos toque como lo hizo con el ciego, para volver a ver la luz que es él mismo y nos conceda su paz.



4. JESÚS ME MUESTRA SU AMOR EN LA CRUZ

Luis Mauricio Cano Camarena



OBJETIVO:

Que los niños comprendan que la cruz es el signo más grande del amor de Jesús, quien entregó su vida para salvarnos, para que descubran que amar es darse con alegría, ayudar, perdonar y servir.



NOTAS DIDÁCTICAS:

- ❖ Crea un ambiente tranquilo y respetuoso, con música suave y luz tenue.
- ❖ Centra la experiencia en el amor que Jesús manifestó al entregarse.
- ❖ Cuida el tono, suave, esperanzador, afectivo.
- ❖ Utiliza signos y gestos visibles que acompañen el proceso (cruz, vela, tela, corazones, cinta roja).
- ❖ Invita a los niños a expresarse con libertad, sin forzar respuestas.



MATERIALES:

- ❖ Una cruz cubierta con tela morada.
- ❖ Vela encendida.
- ❖ Corazones de papel.
- ❖ Cinta roja o listón.
- ❖ Biblia.
- ❖ Hojas.
- ❖ Colores.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

“La cruz, signo del amor que abraza”
Durante todo el ejercicio, la cruz será el signo central.

- Inicio: la cruz aparece cubierta (el amor oculto).
- Experiencia humana: se descubre un poco de la cruz (el amor que empieza a mostrarse).
- Experiencia de fe: se descubre completamente y se adorna con una cinta roja (el amor que se entrega).
- Respuesta de fe: los niños colocan corazones a sus pies (el amor que responde).

Bienvenida: ¡Hola, niños! Hoy estamos muy contentos de reunirnos para seguir conociendo a Jesús. Él nos quiere muchísimo y siempre está con nosotros. En este encuentro, descubriremos algo muy especial: cómo Jesús nos muestra su amor en la cruz.

Oración inicial

*Jesús querido,
hoy queremos acompañarte junto a tu cruz.
Gracias porque nos amas sin medida,
porque tu amor no se acaba y siempre nos
perdonas.
Enséñanos a mirar tu cruz con esperanza,*

*y a vivir amando como tú, aunque a veces
cueste.*

*Quédate con nosotros en este encuentro.
Amén.*



EXPERIENCIA HUMANA

El catequista presenta la cruz cubierta con una tela morada en el centro del salón.

Niños, hoy tenemos aquí algo muy importante. Está cubierto porque aún no lo hemos descubierto del todo. Debajo de esta tela hay un signo muy especial, un signo de amor. A lo largo del encuentro iremos descubriendo poco a poco lo que significa.

El catequista levanta un pequeño extremo de la tela, dejando ver solo una parte de la madera.

*“Así es el amor: a veces no se ve del todo,
pero está presente.”*

Escuchemos el siguiente cuento:

“El regalo invisible”

Había una niña llamada Valeria que amaba mucho sus juguetes. Un día, su mamá le pidió que ayudara a su hermanito pequeño a hacer la tarea. Valeria no quería, porque estaba jugando con su muñeca nueva. Pero cuando vio que su hermanito estaba triste, guardó su juguete y fue a ayudarlo. Al día siguiente, él le regaló un dibujo: dos corazones unidos y una cruz entre ellos.

—¿Por qué pusiste una cruz? —preguntó Valeria.

—Porque cuando me ayudaste, hiciste algo que Jesús haría —respondió su hermano—. Él también nos ama ayudando, aunque le cueste. Desde entonces, Valeria comprendió que el amor verdadero a veces duele un poquito, pero siempre da alegría.

FIN

Compartamos:

A veces pensamos que amar es solo cuando alguien nos cae bien o cuando nos sentimos felices, pero el amor verdadero también se nota cuando cuesta un poco. Cuando ayudamos, cuando perdonamos o cuando compartimos algo, aunque queramos quedárnoslo, ahí también hay amor. Amar de verdad es pensar en los demás antes que en uno mismo."

En la vida de los niños hay muchas oportunidades de amar como Jesús: en casa, cuando obedecen sin protestar; en la escuela, cuando defienden a un amigo; o cuando deciden no responder con enojo. En esos momentos, aunque nadie los aplauda, Jesús sonríe, porque su amor vive en ellos. El amor se convierte en un regalo invisible que cambia el corazón.

Amar también significa saber perdonar. A veces alguien nos lastima y sentimos enojo. Pero cuando elegimos perdonar, dejamos entrar la paz de Jesús. No es fácil, pero es hermoso, porque nos hace sentir libres. Jesús siempre nos perdona, y cuando nosotros perdonamos, nos parecemos más a Él.

El amor se nota en las cosas pequeñas: en una sonrisa, en una palabra, amable, en compartir una galleta o en ayudar a un compañero que se siente solo. Jesús nos enseña que cada pequeño gesto puede llenar de luz la vida de alguien. No hace falta hacer cosas grandes, basta con hacerlas con amor.

Por eso hoy, al mirar esta cruz cubierta, recordemos que cada gesto bueno, aunque parezca pequeño, nos acerca a descubrir el amor grande de Jesús. Cada vez que amamos, esa tela que cubre el amor se va levantando un poquito más, hasta que la cruz se muestra como el signo más hermoso del mundo.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

El catequista retira otro pedazo de la tela y enciende una vela frente a la cruz.

"Esta luz representa el amor que empieza a brillar cuando hacemos el bien. Cada buena acción es una llama que ilumina a los demás."



EXPERIENCIA DE FE

Ahora vamos a escuchar cómo Jesús nos mostró el amor más grande que existe.

Del Evangelio de San Juan 19, 25–30:

"Junto a la cruz de Jesús estaban su madre, la hermana de su madre, María, la esposa de Cleofás, y María Magdalena. Cuando Jesús vio a su madre y junto a ella al discípulo que tanto quería, dijo a su madre: —'Mujer, ahí tienes a tu hijo.' Luego dijo al discípulo: —'Ahí tienes a tu madre.' Y desde aquel momento, el discípulo la recibió en su casa. Después de esto, sabiendo Jesús que todo estaba cumplido, y para que se cumpliera la Escritura, dijo: 'Tengo sed.' Había allí un jarro lleno de vinagre; empaparon una esponja, la pusieron en una rama de hisopo y se la acercaron a la boca. Cuando Jesús tomó el vinagre, dijo: —'Todo está cumplido.' E inclinando la cabeza, entregó el espíritu." Palabra del Señor/Gloria a ti Señor Jesús.

(Se hace un breve silencio mientras todos miran la cruz.)

Compartamos:

- ¿Quiénes estaban con Jesús junto a la cruz?
- ¿Qué hizo Jesús al ver a su mamá y a su amigo Juan?
- ¿Por qué creen que Jesús no se bajó de la cruz?
- ¿Qué nos enseña con su ejemplo?

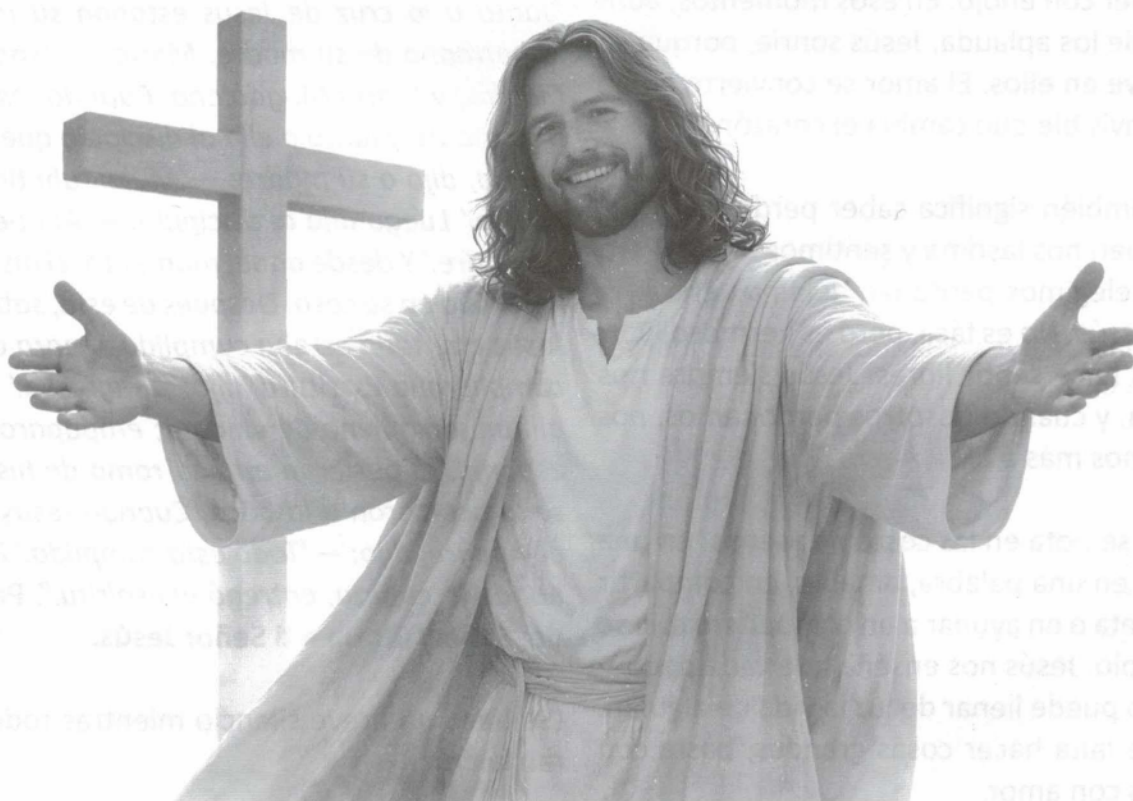
En este momento tan importante, Jesús no pensó en sí mismo, sino en los demás. Aunque tenía mucho dolor, miró a su mamá y a su amigo Juan. Jesús quiso asegurarse de que María no se quedara sola, y por eso nos la dejó como madre. En medio del sufrimiento, Jesús siguió amando, porque su amor no depende de lo que siente, sino de lo que decide: amar hasta el final.

Cuando Jesús dice: "Tengo sed", no solo habla de sed de agua, sino de sed de amor, de que las personas lo comprendan y vivan como Él

enseñó. Esa sed sigue viva hoy: Jesús tiene sed de que tú y yo amemos, perdonemos y vivamos con bondad. Cada vez que hacemos algo bueno, le damos de beber a esa sed de amor que Él tiene por el mundo.

Cuando finalmente dice: "Todo está cumplido", Jesús no está vencido, está completando su misión. Él sabía que había dado todo: su tiempo, su corazón, su vida. En ese momento nos regaló su amor más puro. Su muerte no fue el final, sino el comienzo de una vida nueva para todos nosotros.

Sus brazos abiertos en la cruz son un abrazo inmenso. No hay nadie fuera de ese abrazo: cabemos todos. Caben los que se portan bien y los que se equivocan, los que están tristes y los que están alegres. La cruz es la forma en que Jesús nos dice: "Te amo tanto que quiero abrazarte para siempre."



Por eso, cuando miramos la cruz, no debemos sentir miedo ni tristeza. Debemos sentir agradecimiento y alegría, porque ahí está el amor que nunca se acaba. La cruz no es un signo de muerte, sino de vida, de perdón y de amor eterno.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

El catequista descubre completamente la cruz y coloca una cinta roja cruzando los brazos: Esta cinta roja representa el amor de Jesús, vivo y fuerte, que corre como la sangre por nuestras venas. Cada vez que amamos, ese amor se hace presente otra vez.

Invita a los niños a abrir los brazos como Jesús y decir juntos:

“Jesús, quiero amar como tú, sin miedo y con alegría.”



RESPUESTA DE FE

Hoy hemos descubierto que la cruz no es un signo triste, sino el abrazo más grande de Jesús. En ella aprendemos que el amor verdadero no se queda en palabras, sino que se demuestra con acciones. Jesús nos mostró que amar es estar dispuesto a darlo todo por los demás, incluso cuando cuesta. Cada vez que ayudamos, perdonamos o compartimos, el amor de la cruz vuelve a brillar en nuestro corazón.

Jesús no se quedó en la cruz; su amor venció la muerte y ahora vive para siempre con nosotros. Cuando mires una cruz, recuerda que Él te ama y te invita a amar como Él: con ternura, paciencia y alegría. Que esta semana vivamos con gratitud, sabiendo que la cruz es el lugar

donde el amor triunfó para siempre.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

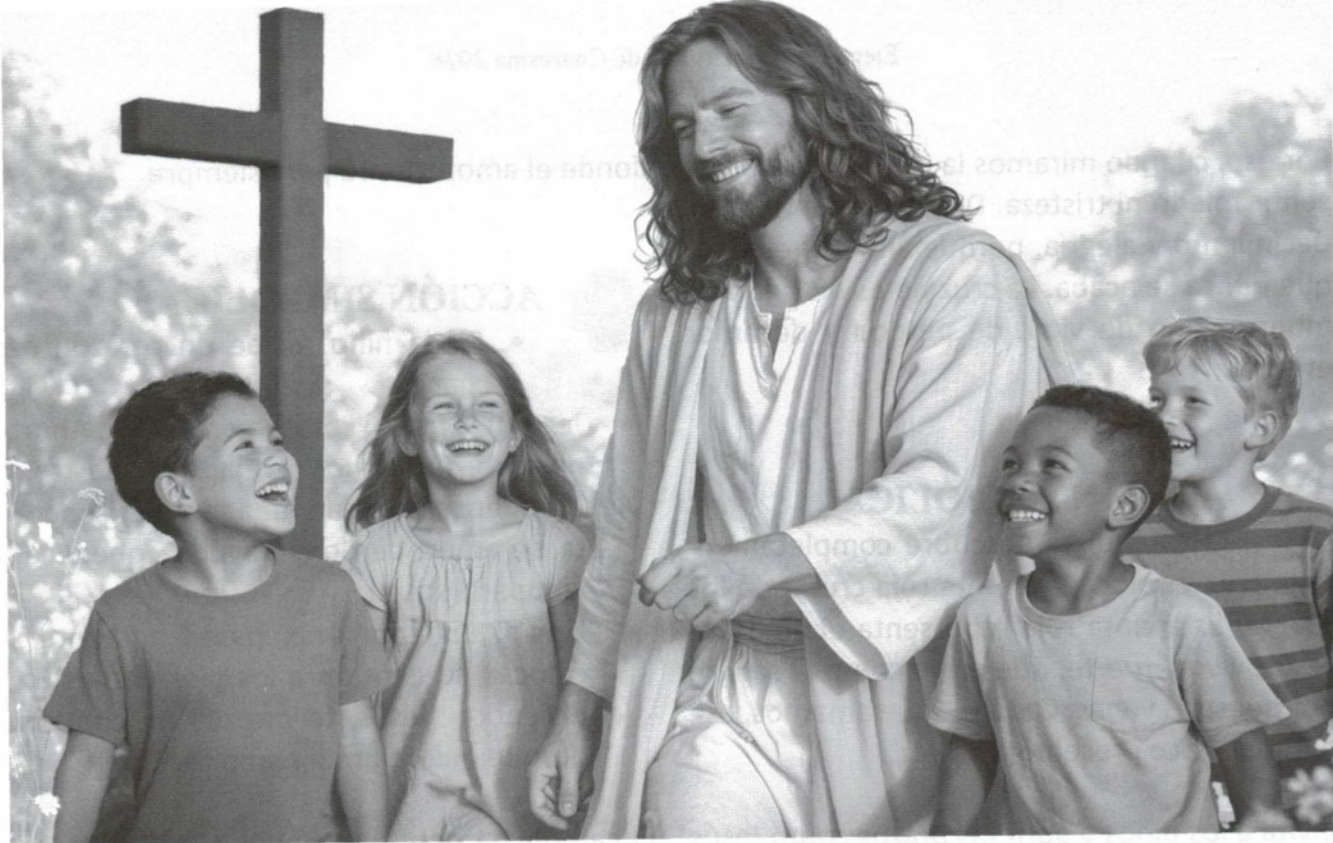
- Cada niño recibe un corazón de papel.
- Jesús nos dio su corazón en la cruz. Ahora nosotros queremos regalarle el nuestro.
- Escriben o dibujan una acción concreta de amor: perdonar, ayudar, obedecer, compartir, rezar.
- Luego, uno por uno, pasan al frente y colocan su corazón a los pies de la cruz, diciendo: “Jesús, te ofrezco mi corazón, porque quiero amar como tú.”

El catequista pone las manos sobre los corazones y dice: Estos corazones son como flores al pie de la cruz. Jesús los recibe con alegría, porque en cada uno vive su amor.

Nos juntamos todos de las manos y cantamos el **Padre Nuestro**.

Compromiso: Durante esta semana, cada vez que veas una cruz, di: “Jesús, gracias por amarme tanto.” Y haz un gesto de amor por alguien: ayuda, perdona, sonríe o comparte.

Despedida: Queridos niños, ahora que hemos conocido cuánto nos ama Jesús desde la cruz, los invito a vivir ese amor cada día. Cuando sonrían, compartan, ayuden o perdonen, estarán llevando el amor de Jesús a los demás. No olviden que Él los acompaña siempre y que cada pequeño gesto bueno hace brillar su cruz en el mundo. Salgamos felices, sabiendo que somos amigos de Jesús y que nuestro corazón puede ser un pedacito de su amor para todos.



5. JESÚS VIVE Y CAMINA CON NOSOTROS

Luis Mauricio Cano Camarena



OBJETIVO:

Que los niños descubran que Jesús está vivo y camina siempre a nuestro lado, acompañándonos en los momentos alegres y difíciles, para que aprendan a reconocerlo en la oración, en la comunidad y en las buenas acciones.



NOTAS DIDÁCTICAS:

- ❖ Crea un ambiente alegre y luminoso, que exprese vida y esperanza.
- ❖ Enfatiza que Jesús está vivo y cercano, no lejos ni ausente.
- ❖ Cuida el tono: festivo, cercano, lleno de ternura.
- ❖ Utiliza símbolos de vida y luz (vela, tela blanca, flores, globos blancos).
- ❖ Invita a los niños a participar con libertad y alegría.



MATERIALES:

- ❖ Imagen o signo de Cristo Resucitado cubierta con tela blanca.
- ❖ Una vela grande.
- ❖ Velas pequeñas para cada niño.
- ❖ Globos blancos.
- ❖ Biblia.
- ❖ Hojas.
- ❖ Colores.
- ❖ Flores de papel (opcionales).



ACCIÓN SIMBÓLICA:

“La presencia que se revela” Durante toda la experiencia, el signo central es una imagen de Jesús Resucitado cubierta inicialmente.

- Inicio: la imagen está cubierta (la presencia que aún no reconocemos).
- Experiencia humana: se levanta un poco la tela (la presencia que empieza a sentirse).
- Experiencia de fe: se descubre completamente y se enciende la luz pascual (la presencia viva de Jesús).
- Respuesta de fe: los niños levantan sus velas encendidas y colocan globos blancos alrededor (la alegría de reconocer al Resucitado).

Bienvenida: ¡Hola, niños! Qué alegría verlos hoy. Estamos reunidos para vivir un encuentro muy especial, vamos a descubrir que Jesús está vivo y que camina con nosotros todos los días, aunque a veces no lo notemos. Él nos acompaña en el camino de la vida, como un amigo que nunca se separa de nosotros.

Oración inicial

*Jesús vivo,
hoy queremos encontrarte.
A veces no te reconocemos,
pero tú siempre vienes a
caminar con nosotros.
Abre nuestros ojos y nuestro corazón,
para descubrirte en lo que vivimos,
en las personas que queremos
y en todo lo que nos regalas.
Quédate con nosotros en este
encuentro y enséñanos a
caminar contigo con alegría.
Amén.*



EXPERIENCIA HUMANA

El catequista señala la imagen cubierta.

Niños, aquí tenemos un signo muy importante. Está cubierto porque, igual que a los discípulos de Emaús, a veces Jesús está con nosotros... pero no nos damos cuenta. Él camina con nosotros, pero nuestros ojos están distraídos.

El catequista levanta un poquito la tela.

A veces sentimos su presencia como algo pequeño, como una luz que empieza a brillar, pero que todavía no entendemos del todo.

“El compañero del camino”

Había un niño llamado Diego que todos los días caminaba a la escuela. Algunas mañanas iba contento, pero otra iba triste o cansado. Un día, mientras caminaba, sintió que alguien lo acompañaba. No lo veía, pero se sentía más tranquilo.



Esa tarde, Diego tuvo un examen y estaba muy nervioso. Cerró los ojos y recordó esa presencia que sintió en el camino. De pronto, su corazón se calmó.

*Cuando regresó a casa, le contó a su abuela:
—Abuela, hoy sentí que alguien caminaba conmigo. No lo vi, pero me dio paz.*

*La abuela sonrió y le dijo:
—Ese alguien es Jesús. Él camina contigo siempre, aunque no lo veas. Basta con abrir el corazón.*

Desde ese día, Diego comprendió que Jesús nunca lo deja solo, y que siempre puede hablarle cuando lo necesita.

FIN

Compartamos

A veces no podemos ver a Jesús con nuestros ojos, pero sí podemos sentir su amor en nuestro corazón. Lo sentimos cuando alguien nos abraza, cuando nos consuelan, cuando nos sucede algo bonito o cuando una persona nos ayuda sin que se lo pidamos. Es como cuando sentimos el viento: no lo vemos, pero sabemos que está ahí porque mueve las hojas y nos aca-

ricia la cara. Así es Jesús: invisible a los ojos, pero muy real para el corazón.

Jesús camina con nosotros en todo momento: cuando estamos contentos, cuando jugamos, cuando reímos y también cuando estamos tristes, preocupados o cansados. Él nunca se aleja, incluso cuando nosotros estamos distraídos o de mal humor. En la familia, en la escuela, con los amigos y en cada lugar donde vamos, Jesús está cerca, cuidándonos y dándonos fuerzas. Él quiere que sepamos que nunca estamos solos, porque su amor es más grande que cualquier miedo o tristeza.

Jesús es como un amigo fiel que nunca se va y siempre está dispuesto a escucharnos. Aunque no lo veamos sentado junto a nosotros, Él está ahí, atento a lo que sentimos y pensamos. Cuando oramos, cuando le contamos algo o cuando le pedimos ayuda, Jesús nos escucha con ternura. Por eso, el catequista levanta un pedacito más de la tela y acerca una vela encendida: esa luz representa a Jesús, que ilumina nuestro camino. A veces su luz parece pequeña, pero nunca se apaga, porque su amor siempre brilla para nosotros.



EXPERIENCIA DE FE

El catequista toma la Biblia.

Ahora escuchemos la historia de dos discípulos que estaban muy tristes, porque pensaban que Jesús había muerto para siempre. Pero Jesús los sorprendió...

Del Evangelio de San Lucas 24, 13-35:

“Aquel mismo día iban dos de ellos a un pueblo llamado Emaús, que distaba sesenta estadios de Jerusalén, y conversaban entre sí sobre todo lo que había pasado. Y sucedió que, mientras ellos conversaban y discutían, el mismo Jesús se acercó y siguió con ellos; pero sus ojos estaban retenidos para que no le conocieran.

Él les dijo: «¿De qué discutís entre vosotros mientras vais andando?» Ellos se pararon con aire entristecido. Uno de ellos llamado Cleofás le respondió: «¿Eres tú el único residente en Jerusalén que no sabe las cosas que estos días han pasado en ella?» Él les dijo: «¿Qué cosas?» Ellos le dijeron: «Lo de Jesús el Nazareno, que fue un profeta poderoso en obras y palabras delante de Dios y de todo el pueblo; cómo nuestros sumos sacerdotes y magistrados le condenaron a muerte y le crucificaron.

Nosotros esperábamos que sería él el que iba a librar a Israel; pero, con todas estas cosas, llevamos ya tres días desde que esto pasó. El caso es que algunas mujeres de las nuestras nos han sobresaltado, porque fueron de madrugada al sepulcro, y, al no hallar su cuerpo, vinieron diciendo que hasta habían visto una aparición de ángeles, que decían que él vivía.

Fueron también algunos de los nuestros al sepulcro y lo hallaron tal como las mujeres habían dicho, pero a él no le vieron». Él les dijo:

«¡Oh insensatos y tardos de corazón para creer todo lo que dijeron los profetas! ¿No era necesario que el Cristo padeciera eso y entrara así en su gloria?» Y, empezando por Moisés y continuando por todos los profetas, les explicó lo que había sobre él en todas las Escrituras. Al acercarse al pueblo a donde iban, Él hizo además de seguir adelante. Pero ellos le forzaron diciéndole: «Quédate con nosotros, porque atardece y el día ya ha declinado». Y entró a quedarse con ellos. Y sucedió que, cuando se puso a la mesa con ellos, tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y se lo iba dando.

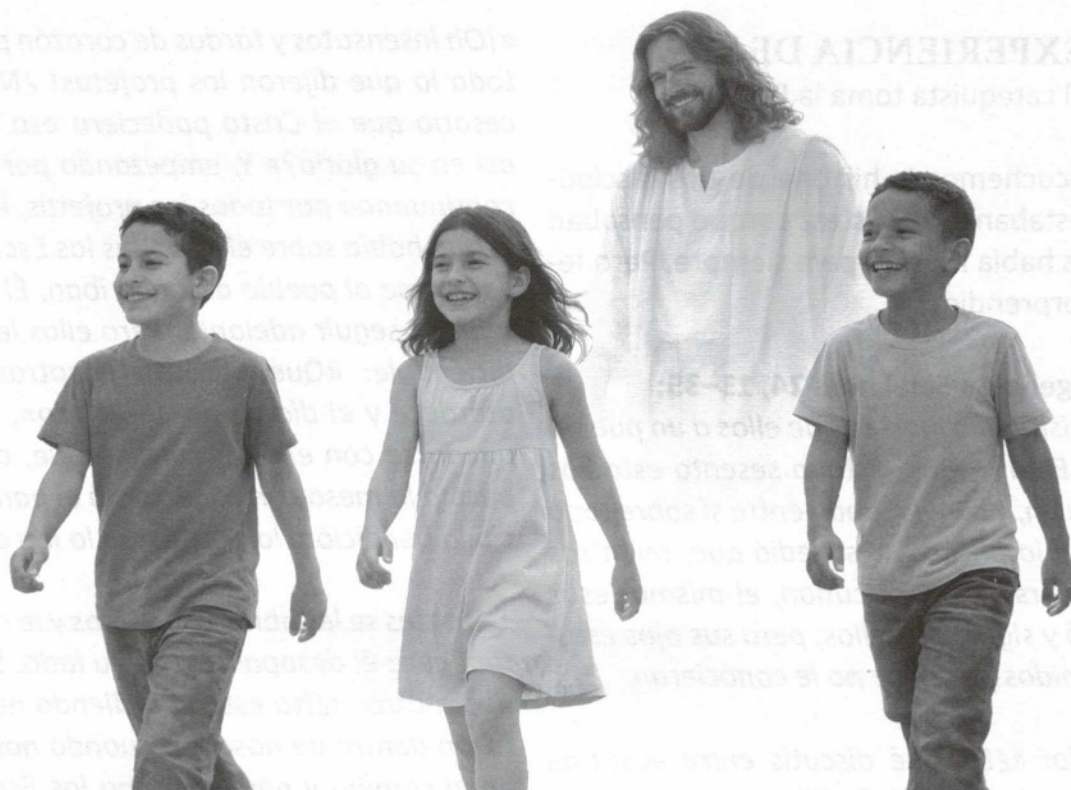
Entonces se les abrieron los ojos y le reconocieron, pero él desapareció de su lado. Se dijeron uno a otro: «¿No estaba ardiendo nuestro corazón dentro de nosotros cuando nos hablaba en el camino y nos explicaba las Escrituras?» Y, levantándose al momento, se volvieron a Jerusalén y encontraron reunidos a los Once y a los que estaban con ellos, que decían: «¡Es verdad! ¡El Señor ha resucitado y se ha aparecido a Simón!» Ellos, por su parte, contaron lo que había pasado en el camino y cómo le habían conocido en la fracción del pan.”

Palabra del Señor/ Gloria a ti Señor Jesús.

Compartamos

- ¿Por qué estaban tristes los discípulos?
- ¿Quién se unió a ellos en el camino?
- ¿Cuándo pudieron reconocer a Jesús?
- ¿Creen que Jesús también camina con nosotros hoy?

Cuando Jesús murió en la cruz, muchos de sus amigos se pusieron muy tristes, porque pensaban que todo había terminado. Dos de ellos iban caminando hacia un pueblito llamado Emaús. Iban tan desanimados que caminaban con la cabeza baja y el corazón confundido.



Hablaban de lo que había pasado y no entendían por qué Jesús había tenido que sufrir tanto. Para ellos, la esperanza parecía haberse apagado.

Mientras caminaban, Jesús resucitado se acercó a ellos y comenzó a caminar a su lado. Pero los discípulos no lo reconocieron, porque estaban demasiado tristes y distraídos. Es como cuando estamos tan preocupados que no vemos algo bueno que está justo frente a nosotros. Jesús no se molestó; al contrario, con mucha paciencia les preguntó qué les pasaba y los escuchó con cariño, como un amigo que quiere ayudar.

A medida que avanzaban por el camino, Jesús les empezó a explicar las Escrituras, es decir, la Palabra de Dios. Les mostró que todo lo que había sucedido tenía un sentido y que Él había cumplido las promesas del Padre. Poco a poco, algo empezó a cambiar dentro de los discipu-

los: su corazón comenzó a calentarse, como cuando sentimos una alegría que nos da paz. Aunque no sabían todavía que era Jesús, su presencia ya les estaba llenando de luz.

Cuando llegaron al pueblo, Jesús hizo como si fuera a seguir adelante, pero ellos le dijeron: "Quédate con nosotros". Le invitaron a su casa y Él aceptó. Durante la cena, Jesús tomó el pan, lo bendijo, lo partió y se los dio. En ese momento, sus ojos se abrieron y pudieron reconocerlo. ¡Era Jesús! ¡Estaba vivo! Y en cuanto lo reconocieron, Jesús desapareció, porque ya no necesitaban verlo con los ojos: ahora lo veían con el corazón.

Llenos de alegría, los dos discípulos se levantaron enseguida y regresaron corriendo a Jerusalén para contarles a todos la gran noticia: "¡Hemos visto al Señor!" Este pasaje nos enseña que Jesús también camina con nosotros, aunque a veces no nos damos cuenta. Él nos

escucha, nos acompaña, nos explica las cosas a través de su Palabra y se hace presente en la Eucaristía. Y cuando lo reconocemos, nuestro corazón se llena de alegría y tenemos ganas de compartir su amor con los demás.



ACCIÓN SIMBÓLICA:

El catequista descubre completamente la imagen del Resucitado y enciende una vela grande. “Esta es la luz de Cristo Resucitado. Él vive, Él camina con nosotros, Él es nuestra alegría.” Se repite juntos: “Jesús, quédate con nosotros en el camino.”



RESPUESTA DE FE

Jesús está vivo y quiere caminar contigo todos los días. Puedes encontrarlo cuando oras, cuando haces el bien y cuando compartes tu alegría con los demás. Él nunca se cansa de acompañarte. Basta con que le abras tu corazón.

Hoy queremos decirle a Jesús que reconocemos su presencia en nuestras vidas.



ACCIÓN SIMBÓLICA

- Cada niño dibuja en su hoja un camino y escribe o dibuja algo que quiere vivir con Jesús (obedecer, perdonar, orar, ayudar, confiar).
- Luego pasan al frente y colocan sus dibujos alrededor de la imagen. Mientras colocan su dibujo dicen: “Jesús, quiero caminar contigo.”
- El catequista extiende las manos sobre los dibujos y dice: “Jesús, tú que estás vivo, recibe estos caminos. Camina con cada niño y llénalos de tu alegría.”

Profesión de fe

Cada niño recibe:

- una vela encendida (luz de Jesús vivo),
- un globo blanco (símbolo de alegría, paz y vida nueva).

Niños, Jesús está vivo. Su luz nunca se apaga. Vamos a celebrar juntos nuestra fe. Se canta un canto pascual mientras todos levantan sus velas. Después todos dicen: “Creo en Jesús, que vive y camina con nosotros.”

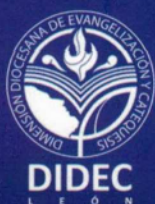
Los globos blancos se colocan alrededor de la imagen como un signo de fiesta.

Compromiso Durante esta semana, cada vez que camines (en la escuela, en casa, en la calle) di despacito: “Jesús, camina conmigo.” Y haz un gesto de amor que muestre que Jesús vive en tu corazón: ayuda, perdona, comparte, ora o regala una sonrisa.

Despedida: Niños, hoy hemos descubierto que Jesús está vivo y nunca nos deja solos. Él camina a nuestro lado, nos escucha, nos anima y nos llena de luz. Vayan felices, llevando esa luz a todos. Donde ustedes vayan, irá Jesús también.



“Vayan, y hagan que todos los pueblos
sean mis discípulos” Mt 20,19



ARQUIDIÓCESIS
DE LEÓN

