

Cuaresma 2019



Plan espiritual para *Cielo abierto*
Del 6 de marzo al 17 de abril del 2019

Índice

Calendario santo 2019.....	i
Carta a Cielo abierto.....	01
Plan personal de crecimiento espiritual.....	02
Carta del Papa Francisco para la Cuaresma 2019.....	03
Cómo hacer la penitencia cuaresmal según Obispos de México.....	05
Lecturas Bíblicas para leer completo los Evangelios.....	06
Completas (oración de la noche)	07
Examen de Conciencia para las completas.....	16
Propuesta de obras buenas, penitencias y disciplinas para la Cuaresma.....	17
Preparación para la confesión.....	18
Cómo vivir el Triduo Pascual.....	22

Calendario santo 2019

Miércoles 6 de marzo: Miércoles de Ceniza, debemos ir a la celebración para que nos impongan la ceniza.

Domingo 14 de abril: Domingo de Ramos, la procesión nos recuerda a Jesús entrando en Jerusalén.

Jueves 18 de abril: Jueves Santo: La celebración es padrísima, el Lavatorio de los pies, la Institución de la Eucaristía y el Sacerdocio.

Viernes 19 de abril: Viernes Santo: No hay Misa ese día, pero sí la Celebración de la Adoración de la Cruz.

Sábado 20 de abril: Sábado Santo

Domingo 21 de abril: Domingo de Pascua: El día más importante en nuestra Iglesia Católica.

Domingo 28 de abril: Domingo de la Misericordia.



Martes 5 de marzo de 2019

A mis hermanos de Cielo abierto:

Queridos adoradores de Cielo abierto, este período de Cuaresma es especial para nuestra Iglesia Católica. Comenzamos este periodo mañana, 6 de marzo con el Miércoles de Ceniza. La imposición de las cenizas nos recuerda que nuestra vida en la tierra es pasajera y que nuestra vida definitiva se encuentra en el Cielo. Siempre es necesario volvernos a recordar esto.

Ustedes saben que la Cuaresma dura alrededor de 40 días, mismos que Jesús estuvo en ayuno y oración en el desierto; mismos también, en que el pueblo judío estuvo caminando por el desierto hacia la tierra que Dios les había prometido.

Terminaremos nuestra Cuaresma este 18 de abril con la celebración del Jueves Santo, antes de la Celebración de la Cena del Señor, porque en ese momento iniciará nuestro Triduo Pascual, que es el período más importante de nuestro Calendario Litúrgico.

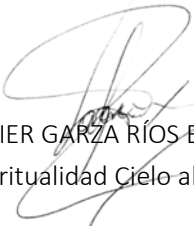
Estos cuarenta días de Cuaresma son una oportunidad para nosotros para la conversión del corazón. En nuestra búsqueda de la Santidad, siempre habrá mucho qué reflexionar y mejorar. La Iglesia nos recomienda algunas actitudes para vivir nuestra Cuaresma con todo el corazón y para que nos ayude a llegar a Dios: ayuno, abstinencia y oración.

La Cuaresma también nos prepara para la gran fiesta de la Pascua, en donde celebramos junto con Cristo su Resurrección. Si vivimos el tiempo de Cuaresma con todo nuestro corazón, muriendo a muchas cosas, actitudes, personas, acciones o pensamientos que nos hacen daño, (ya sea que nos apegamos a ellos porque nos gustan, o tal vez porque estamos acostumbrados), y ponemos todo nuestro esfuerzo en conocernos más y en darle a Dios en primer lugar, haremos entonces viva la Palabra que dice: *"Pero si hemos muerto junto con Él, también resucitaremos con Él"* Romanos 6, 8

En este escrito, les propongo un mini-plan espiritual para vivir esta Cuaresma, el cual consiste en leer y escuchar la Palabra de Dios, orar, compartir con el prójimo y hacer obras buenas (obras de Misericordia). Son las actitudes cristianas que nos ayudan a parecernos más a Jesús.

A veces nosotros no podemos ver lo que Dios ha hecho en cada corazón, pero muchas personas han cambiado su vida a raíz de Cielo abierto. Por eso es importantísima nuestra misión y por eso es un honor estar aquí, pues Dios nos manda un claro mensaje: *"Ustedes son la sal de la tierra...Ustedes son la luz del mundo"* Mt 5, 13a-14a

Que Dios los bendiga y los guíe en este pequeño camino espiritual,


XAVIER GARZA RÍOS EYCHENNE
Espiritualidad Cielo abierto

Plan personal de crecimiento espiritual en Cuaresma

Como cada año, este plan es personal, puedes cambiarlo, añadir, quitar, lo que Dios ponga en tu corazón. Dentro del plan personal habrá momentos diariamente en que es importantísimo que pongamos todo nuestro corazón, nuestra alma y nuestra conciencia. Son momentos que tal vez ya nos acostumbramos a ellos, los vivimos cotidianamente, sin embargo, al poner un esfuerzo especial en ellos, recibiremos Gracias y Bendiciones muy especiales.

Prepara un pequeño altar en tu casa para que ores y leas la Biblia allí. Usa una mesita, un mantel blanco y una vela bendita o cirio bendito. Asegúrate que tenga un crucifijo, una imagen de la Virgen y tarjetas sagradas.

- **Oración:** Dice santa Teresa de Ávila que oración es “estar con Dios”. La haremos diariamente.
 - Laudes: Oración de la mañana. Puedes rezarlas leídas en el libro de Liturgia de las Horas, una App el internet, pero también puedes orarlas siendo dirigidas por alguien en YouTube.
 - El Padre Sam: <https://youtu.be/swZLWu44aMA>
 - Con el Corazón Radio: <https://youtu.be/F-NOTSCTO7o>
 - Evangelización Activa: <https://www.evangelizacion.org.mx/liturgia/laudes.php>
 - Vísperas: Oración de la tarde. Puedes rezarlas leídas en el libro de Liturgia de las Horas, una App el internet, pero también puedes orarlas siendo dirigidas por alguien en YouTube.
 - El Padre Sam: <https://youtu.be/swZLWu44aMA>
 - Con el Corazón Radio: <https://youtu.be/F-NOTSCTO7o>
 - Evangelización Activa: <https://www.evangelizacion.org.mx/liturgia/visperas.php>
 - Completas para nuestra oración de la Noche. También puedes rezarlas leídas en el libro de Liturgia de las Horas, una App el internet, o siendo dirigidas por alguien en YouTube.
 - Incluimos las completas en este plan de Cuaresma.
 - El Padre Sam: <https://youtu.be/swZLWu44aMA>
 - Con el Corazón Radio: <https://youtu.be/F-NOTSCTO7o>
- **Examen de Conciencia diario:** Nos ayudará a saber qué actitudes podemos mejorar todos los días. También a darnos cuenta de algunas de ellas que no habíamos hechos conscientes, y nos ayudará a nuestra confesión. En este plan de cuaresma tenemos dos formas de Examen de Conciencia que se hacen con las Completas (oración de la noche).
- **Confesión:** El pecado nos aleja de Dios, rompe nuestra relación con Él y esta etapa es una oportunidad para reconciliarnos con Dios, cambiar nuestro corazón y hacernos el propósito de estar más unidos con Él. La haremos lo más pronto posible para estar en Gracia de Dios y comenzar con alegría este plan espiritual. En este plan de Cuaresma tenemos dos cuestionarios de preparación para la Confesión.
- **Lectura de la Palabra de Dios:** Nos permitirá conocer más a Dios. Lo haremos diariamente y tendremos propuestas para leer. ¿Sabes que en Cuaresma puedes leer todos los Evangelios fácilmente? ¡Leerás la vida de Jesús en estos días! Así lo conocerás más, lo amarás más y podrás unirte más a Él.
- **Buenas obras, penitencias y disciplinas:** Proponemos varias más adelante, puedes tomar algunas que estén a tu alcance y Dios te inspire a hacerlas o planear las tuyas.
- **Abstinencia:** Estrictamente consiste en no comer carne de ningún animal (incluyendo aves y exceptuando los peces), pero abstinencia es evitar cualquier cosa que nos llene de satisfacción, de placer. Lo hacemos para ofrecerle algo que nos gusta mucho a Dios. La haremos especialmente el **Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo, pero se recomienda también hacerla todos los viernes.**
- **Ayuno:** Estrictamente consiste en comer poco, pero también significa abstenernos de cosas que “necesitamos”. La diferencia con la abstinencia es que, en ésta, ofrecemos a Dios cosas que nos gustan, nos dan placer; en el ayuno ofrecemos a Dios cosas que “necesitamos”. Y así, el que tenga adicción a la televisión, ofrece la televisión, porque “necesita” la televisión para sobrevivir. Lo mismo con cualquier otra cosa: música, alcohol, cigarro, comida, sexo... No se trata de dejar todo de un golpe, porque puede venir una descompensación física, emocional y espiritual que nos hará peor, sino disminuir nuestra necesidad y poner nuestra necesidad en Dios. Lo haremos lo más que podamos durante la Cuaresma, pero especialmente **Miércoles de Ceniza, Viernes Santo y todos los viernes.** Hay indicaciones hechas por los Obispos de México más adelante sobre el ayuno.
- **Misa y Comunión:** Nos configura más con Dios y con nuestros hermanos.
- **Adoración Eucarística:** Nos permitirá estar en silencio con nosotros mismos y con Dios.

MENSAJE DEL SANTO PADRE FRANCISCO PARA LA CUARESMA 2019

«La creación, expectante, está aguardando la manifestación de los hijos de Dios» (Rm 8,19)

Queridos hermanos y hermanas:

Cada año, a través de la Madre Iglesia, Dios «concede a sus hijos anhelar, con el gozo de habernos purificado, la solemnidad de la Pascua, para que [...] por la celebración de los misterios que nos dieron nueva vida, lleguemos a ser con plenitud hijos de Dios» (Prefacio I de Cuaresma). De este modo podemos caminar, de Pascua en Pascua, hacia el cumplimiento de aquella salvación que ya hemos recibido gracias al misterio pascual de Cristo: «Pues hemos sido salvados en esperanza» (Rm 8,24). Este misterio de salvación, que ya obra en nosotros durante la vida terrena, es un proceso dinámico que incluye también a la historia y a toda la creación. San Pablo llega a decir: «La creación, expectante, está aguardando la manifestación de los hijos de Dios» (Rm 8,19). Desde esta perspectiva querría sugerir algunos puntos de reflexión, que acompañen nuestro camino de conversión en la próxima Cuaresma.

1. La redención de la creación

La celebración del Triduo Pascual de la pasión, muerte y resurrección de Cristo, culmen del año litúrgico, nos llama una y otra vez a vivir un itinerario de preparación, conscientes de que ser conformes a Cristo (cf. Rm 8,29) es un don inestimable de la misericordia de Dios.

Si el hombre vive como hijo de Dios, si vive como persona redimida, que se deja llevar por el Espíritu Santo (cf. Rm 8,14), y sabe reconocer y poner en práctica la ley de Dios, comenzando por la que está inscrita en su corazón y en la naturaleza, *beneficia también a la creación*, cooperando en su redención. Por esto, la creación —dice san Pablo— desea ardientemente que se manifiesten los hijos de Dios, es decir, que cuantos gozan de la gracia del misterio pascual de Jesús disfruten plenamente de sus frutos, destinados a alcanzar su maduración completa en la redención del mismo cuerpo humano. Cuando la caridad de Cristo transfigura la vida de los santos —espíritu, alma y cuerpo—, estos alaban a Dios y, con la oración, la contemplación y el arte hacen partícipes de ello también a las criaturas, como demuestra de forma admirable el “Cántico del hermano sol” de san Francisco de Asís (cf. Enc. *Laudato si'*, 87). Sin embargo, en este mundo la armonía generada por la redención está amenazada, hoy y siempre, por la fuerza negativa del pecado y de la muerte.

2. La fuerza destructiva del pecado

Efectivamente, cuando no vivimos como hijos de Dios, a menudo tenemos comportamientos destructivos hacia el prójimo y las demás criaturas —y también hacia nosotros mismos—, al considerar, más o menos conscientemente, que podemos usarlos como nos plazca. Entonces, domina la intemperancia y eso lleva a un estilo de vida que viola los límites que nuestra condición humana y la naturaleza nos piden respetar, y se siguen los deseos incontrolados que en el libro de la Sabiduría se atribuyen a los impíos, o sea a quienes no tienen a Dios como punto de referencia de sus acciones, ni una esperanza para el futuro (cf. 2,1-11). Si no anhelamos continuamente la Pascua, si no vivimos en el horizonte de la Resurrección, está claro que la lógica del *todo y ya*, del *tener cada vez más* acaba por imponerse.

Como sabemos, la causa de todo mal es el pecado, que desde su aparición entre los hombres interrumpió la comunión con Dios, con los demás y con la creación, a la cual estamos vinculados ante todo mediante nuestro cuerpo. El hecho de que se haya roto la comunión con Dios, también ha dañado la relación armoniosa de los seres humanos con el ambiente en el que están llamados a vivir, de manera que el jardín se ha transformado en un desierto (cf. Gn 3,17-18). Se trata del pecado que

lleva al hombre a considerarse el dios de la creación, a sentirse su dueño absoluto y a no usarla para el fin deseado por el Creador, sino para su propio interés, en detrimento de las criaturas y de los demás.

Cuando se abandona la ley de Dios, la ley del amor, acaba triunfando la ley del más fuerte sobre el más débil. El pecado que anida en el corazón del hombre (cf. *Mc* 7,20-23) —y se manifiesta como avidez, afán por un bienestar desmedido, desinterés por el bien de los demás y a menudo también por el propio— lleva a la explotación de la creación, de las personas y del medio ambiente, según la codicia insaciable que considera todo deseo como un derecho y que antes o después acabará por destruir incluso a quien vive bajo su dominio.

3. La fuerza regeneradora del arrepentimiento y del perdón

Por esto, la creación tiene la irrefrenable necesidad de que se manifiesten los hijos de Dios, aquellos que se han convertido en una “nueva creación”: «Si alguno está en Cristo, es una criatura nueva. Lo viejo ha pasado, ha comenzado lo nuevo» (2 *Co*5,17). En efecto, manifestándose, también *la creación puede “celebrar la Pascua”*: abrirse a los cielos nuevos y a la tierra nueva (cf. *Ap* 21,1). Y el camino hacia la Pascua nos llama precisamente a restaurar nuestro rostro y nuestro corazón de cristianos, mediante el arrepentimiento, la conversión y el perdón, para poder vivir toda la riqueza de la gracia del misterio pascual.

Esta “impaciencia”, esta expectación de la creación encontrará cumplimiento cuando se manifiesten los hijos de Dios, es decir cuando los cristianos y todos los hombres emprendan con decisión el “trabajo” que supone la conversión. Toda la creación está llamada a salir, junto con nosotros, «de la esclavitud de la corrupción para entrar en la gloriosa libertad de los hijos de Dios» (*Rm* 8,21). La Cuaresma es signo sacramental de esta conversión, es una llamada a los cristianos a encarnar más intensa y concretamente el misterio pascual en su vida personal, familiar y social, en particular, mediante el ayuno, la oración y la limosna.

Ayunar, o sea aprender a cambiar nuestra actitud con los demás y con las criaturas: de la tentación de “devorarlo” todo, para saciar nuestra avidez, a la capacidad de sufrir por amor, que puede colmar el vacío de nuestro corazón. *Orar* para saber renunciar a la idolatría y a la autosuficiencia de nuestro yo, y declararnos necesitados del Señor y de su misericordia. *Dar limosna* para salir de la necesidad de vivir y acumularlo todo para nosotros mismos, creyendo que así nos aseguramos un futuro que no nos pertenece. Y volver a encontrar así la alegría del proyecto que Dios ha puesto en la creación y en nuestro corazón, es decir amarle, amar a nuestros hermanos y al mundo entero, y encontrar en este amor la verdadera felicidad.

Queridos hermanos y hermanas, la “Cuaresma” del Hijo de Dios fue un entrar en el *desierto* de la creación para hacer que volviese a ser aquel *jardín* de la comunión con Dios que era antes del pecado original (cf. *Mc* 1,12-13; *Is* 51,3). Que nuestra Cuaresma suponga recorrer ese mismo camino, para llevar también la esperanza de Cristo a la creación, que «será liberada de la esclavitud de la corrupción para entrar en la gloriosa libertad de los hijos de Dios» (*Rm* 8,21). No dejemos transcurrir en vano este tiempo favorable. Pidamos a Dios que nos ayude a emprender un camino de verdadera conversión. Abandonemos el egoísmo, la mirada fija en nosotros mismos, y dirijámonos a la Pascua de Jesús; hagámonos prójimos de nuestros hermanos y hermanas que pasan dificultades, compartiendo con ellos nuestros bienes espirituales y materiales. Así, acogiendo en lo concreto de nuestra vida la victoria de Cristo sobre el pecado y la muerte, atraeremos su fuerza transformadora también sobre la creación.

Vaticano, 4 de octubre de 2018
Fiesta de san Francisco de Asís

Franciscus

Notas litúrgicas sobre la penitencia cuaresmal y la ceniza para el conocimiento de todos los fieles (Obispos de México)

La Penitencia y el Ayuno en la Iglesia Universal

Hoy la Iglesia nos recuerda que por ley divina todos los fieles están obligados a hacer **Penitencia**. Y con el fin de que todos los fieles estén unidos en una celebración común de la penitencia, la Sede Apostólica ha fijado los viernes de todo el año y el Miércoles de Ceniza como los días en que ha de observarse **obligatoriamente**. Y también ha fijado como días de **ayuno obligatorio** el Miércoles de Ceniza y el Viernes de la Pasión y Muerte del Señor. **El ayuno es el único signo obligatorio**.

Imposición de la ceniza como signo de Penitencia

El hecho de cubrirse con ceniza en señal de penitencia y de duelo aparece con frecuencia en el Antiguo Testamento. Sin embargo, desde los primeros siglos de la Iglesia, algunos cristianos, por propia iniciativa, se cubrían de ceniza los días de penitencia comunitaria, y durante los 40 días anteriores a las celebraciones pascuales. Esta práctica se extendió mucho tiempo después, para aquellos pecadores que hacían penitencia reconociendo públicamente sus pecados. Hace aproximadamente mil años se decretó que todo bautizado se impusiera ceniza, como señal de penitencia y preparación para celebrar la Pascua.

Imposición de la Ceniza y su significado actual

La penitencia acompañada del signo de la imposición de la ceniza, actualiza en nuestra historia la Pascua redentora de Cristo para prepararnos a la celebración del paso que Cristo dio por todos nosotros en su Pasión, Muerte y Resurrección, rescatándonos de las tinieblas del odio, del pecado y de la muerte y llevándonos a la luz admirable de la vida eterna en el amor.

La Cuaresma es tiempo para unirnos en un ejercicio intenso y consciente de conversión, crucificando la carne con sus pasiones y sus apetencias, muriendo al odio, a la vanidad de las cosas mundanas y a nosotros mismos, de manera que mediante la oración, el ayuno y la caridad, estemos mejor preparados para resucitar con Cristo a la vida nueva, de la que comenzamos a participar el día de nuestro Bautismo.

La imposición de la ceniza exige el **uso de razón** para entender lo que es la penitencia, este ordinariamente se alcanza alrededor de los seis años. Por esto, **los infantes menores de seis años no están obligados a la penitencia, ni a la ceniza**. Por supuesto, tampoco lo están los no bautizados.

Normas sobre el Ayuno

Se debe observar el ayuno el **Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo**. **El ayuno obliga a hacer una sola comida** durante el día, pero no prohíbe tomar un poco de alimento por la mañana y por la noche, ateniéndose en lo que respecta a la calidad y a la cantidad a las costumbres locales aprobadas. **Obliga a todos los fieles entre los 18 y los 59 años**.

Normas sobre Abstinencia

Se debe observar la abstinencia de carne todos los viernes del año, **particularmente los viernes de Cuaresma**. Y de manera especial se observará la abstinencia: **el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo**.

La abstinencia prohíbe el uso de toda clase de carnes, incluida la llamada *carne blanca* (de pollo o pescado y mariscos), pero no el uso de huevo, lácteos y cualquier condimento a base de grasa de animales. La abstinencia expresa un **deseo interior** de agradar a Dios, mediante el sacrificio y la mortificación del cuerpo, y la renuncia al pecado. Este deseo de conversión se complementa con la **oración** y la práctica de las **obras de caridad** con el prójimo. **Obliga a todos los mayores de 14 años, que se encuentren sanos**.

Sin embargo, el Episcopado mexicano, consciente de la situación económica de muchos fieles, dispone **la posibilidad de suplir esta abstinencia de carne** (excepto en Miércoles de Ceniza y Viernes Santo):

- Por la abstinencia de otro alimento de especial agrado.
- Por una obra de caridad especial.
- Por una obra de piedad especial.
- Por otro sacrificio significativa.

Lecturas del Nuevo Testamento (El Evangelio completo en Cuaresma)

Día	Lectura
miércoles 6 de marzo	Marcos 1,2,3
jueves 7 de marzo	Marcos 4,5,6
viernes 8 de marzo	Marcos 7,8,9
sábado 9 de marzo	Marcos 10,11,12
domingo 10 de marzo	Marcos 13,14
lunes 11 de marzo	Marcos 15,16
martes 12 de marzo	Mateo 1,2
miércoles 13 de marzo	Mateo 3,4
jueves 14 de marzo	Mateo 5,6
viernes 15 de marzo	Mateo 7,8
sábado 16 de marzo	Mateo 9,10
domingo 17 de marzo	Mateo 11,12
lunes 18 de marzo	Mateo 13,14
martes 19 de marzo	Mateo 15,16
miércoles 20 de marzo	Mateo 17,18
jueves 21 de marzo	Mateo 19,20
viernes 22 de marzo	Mateo 21,22
sábado 23 de marzo	Mateo 23,24
domingo 24 de marzo	Mateo 25,26
lunes 25 de marzo	Mateo 27,28
martes 26 de marzo	Lucas 1,2
miércoles 27 de marzo	Lucas 3,4
jueves 28 de marzo	Lucas 5,6
viernes 29 de marzo	Lucas 7,8
sábado 30 de marzo	Lucas 9,10
domingo 31 de marzo	Lucas 11,12
lunes 1 de abril	Lucas 13,14
martes 2 de abril	Lucas 15,16
miércoles 3 de abril	Lucas 17,18
jueves 4 de abril	Lucas 19,20
viernes 5 de abril	Lucas 21,22
sábado 6 de abril	Lucas 23,24
domingo 7 de abril	Juan 1,2
lunes 8 de abril	Juan 3,4
martes 9 de abril	Juan 5,6
miércoles 10 de abril	Juan 7,8
jueves 11 de abril	Juan 9,10
viernes 12 de abril	Juan 11,12
sábado 13 de abril	Juan 13,14
domingo 14 de abril	Juan 15,16
lunes 15 de abril	Juan 17,18
martes 16 de abril	Juan 19,20
miércoles 17 de abril	Juan 21

COMPLETAS

Lunes a Domingo

INICIO DE TODOS LOS DÍAS

V. Dios mío, ven en mi auxilio (nos persignamos)

R. Señor, date prisa en socorrerme

V. Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.

R. Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos. Amén.

RESPONSORIO BREVE

V. En tus manos, Señor, encomiendo mi espíritu.

R. En tus manos, Señor, encomiendo mi espíritu.

V. Tú, el Dios leal, nos librarás.

R. Te encomiendo mi espíritu.

V. Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.

R. En tus manos, Señor, encomiendo mi espíritu.

CÁNTICO EVANGÉLICO

Cántico de Simeón Lc 2, 29-32

Ant. Sálvanos, Señor, despiertos, protégenos mientras dormimos, para que veamos con Cristo y descansemos en paz.

Ahora, Señor, según tu promesa... (nos persignamos)

Puedes dejar a tu siervo irse en paz,

Porque mis ojos han visto a tu Salvador,
a quien has presentado ante todos los pueblos

Luz para alumbrar a las naciones
y gloria de tu pueblo Israel.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.

Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos. Amén.

BENDICIÓN.

V. El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila
y una santa muerte.

R. Amén.

LUNES

INVOCACIÓN INICIAL

EXAMEN DE CONCIENCIA

Hermanos, habiendo llegado al final de esta jornada que Dios nos ha concedido, reconozcamos sinceramente nuestros pecados. *(Ver examen de conciencia de la noche)*

V. Señor, ten misericordia de nosotros.

R. Porque hemos pecado contra ti.

V. Muéstranos, Señor, tu misericordia

R. Y danos tu salvación.

V. El Señor todopoderoso tenga misericordia de nosotros, perdone nuestros pecados y nos lleve a la vida eterna.

R. ¡Amén!

HIMNO

Cuando la luz del sol es ya poniente,
Gracias, Señor, es nuestra melodía;
Recibe, como ofrenda, amablemente,
Nuestro dolor trabajo y alegría...

Si poco fue el amor en nuestro empeño,
de darle vida al día que fenece,
convierta en realidad lo que fue un sueño
tu gran amor que todo lo engrandece...

Tu cruz, Señor, redime nuestra suerte
de pecadora en justa, e ilumina
la senda de la vida y de la muerte
del hombre que en la fe lucha y camina...

Jesús, Hijo del Padre, cuando avanza
la noche oscura sobre nuestro día,
concédenos la paz y la esperanza
de esperar cada noche tu gran día. ¡Amén!

SALMODIA

Salmo 85: Oración de un pobre ante las dificultades

Ant. Tú, Señor, eres clemente y rico en misericordia

Inclina tu oído, Señor; escúchame,
que soy un pobre desamparado;
protege mi vida, que soy un fiel tuyo;
salva a tu siervo, que confía en ti.

Tú eres mi Dios, piedad de mí, Señor,
que a ti te estoy llamando todo el día;
alegra el alma de tu siervo,
pues levanto mi alma hacia ti;

porque tú, Señor, eres bueno y clemente,
rico en misericordia con los que te invocan.
Señor, escucha mi oración,
atiende a la voz de mi súplica.

En el día del peligro te llamo,
y tú me escuchas.
No tienes igual entre los dioses, Señor,
ni hay obras como las tuyas.

Todos los pueblos vendrán
a postrarse en tu presencia, Señor;
bendecirán tu nombre:

"Grande eres tú, y haces maravillas;
tú eres el único Dios."

Enséñame, Señor, tu camino,
para que siga tu verdad;
mantén mi corazón entero
en el temor de tu nombre.

Te alabaré de todo corazón, Dios mío;
daré gloria a tu nombre por siempre,
por tu grande piedad para conmigo,
porque me salvaste del abismo profundo.

Dios mío, unos soberbios se levantan contra mí,
una banda de insolentes atenta contra mi vida,
sin tenerte en cuenta a ti.

Pero, tú, Señor, Dios clemente y misericordioso,
lento en la cólera, rico en piedad y leal,
mírame, ten compasión de mí.

Da fuerza a tu siervo,
salva al hijo de tu esclava;
dame una señal propicia,
que la vean mis adversarios y se avergüencen,
porque tú, Señor, me ayudas y consuelas.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos. ¡Amén!

Ant. Tú, Señor, eres clemente y rico en misericordia

LECTURA BREVE: 1ª Tesalonicenses 5, 9-10

"Dios nos ha puesto para obtener la salvación por nuestro Señor Jesucristo, que murió por nosotros, para que, velando o durmiendo, vivamos junto con él"

RESPONSORIO BREVE* (página 1)

CÁNTICO EVANGÉLICO* (página 1)

ORACIÓN

Concede, Señor, a nuestros cuerpos fatigados el descanso necesario, y haz que la simiente del reino que con nuestro trabajo hemos sembrado hoy, crezca y germine para la cosecha de la vida eterna. Por Cristo nuestro Señor. ¡Amén!

BENDICIÓN* (página 1)

ANTÍFONA FINAL DE LA SANTÍSIMA VIRGEN

Salve, Reina de los cielos y Señora de los ángeles;
Salve raíz, salve puerta, que dio paso a nuestra luz.
Alégrate, virgen gloriosa, entre todas las más bella;
Salve, agraciada doncella, ruega a Cristo por nosotros.

MARTES

INVOCACIÓN INICIAL

EXAMEN DE CONCIENCIA

Hermanos, habiendo llegado al final de esta jornada que Dios nos ha concedido, reconozcamos sinceramente nuestros pecados. *(Ver examen de conciencia de San Ignacio)*

V. Tú que has sido enviado a sanar los corazones afligidos, Señor, ten piedad

R. Señor, ten piedad.

V. Tú que has venido a llamar a los pecadores, Cristo, ten piedad.

R. Cristo, ten piedad.

V. Tú que estás sentado a la derecha del Padre para interceder por nosotros, Señor, ten piedad.

R. Señor, ten piedad.

V. El Señor todopoderoso tenga misericordia de nosotros, perdone nuestros pecados y nos lleve a la vida eterna.

R. ¡Amén!

HIMNO

Cristo, Señor de la noche,
que disipas las tinieblas:
mientras los cuerpos reposan,
se tú nuestro centinela.

Después de tanta fatiga,
después de tanta dureza,
acógenos en tus brazos
y danos noche serena.

Si nuestros ojos se duermen,
que el alma esté siempre en vela;
en paz cierra nuestros párpados
para que cesen las penas.

Y que al despuntar el alba,
otra vez con fuerzas nuevas,
te demos gracias, oh Cristo,
por la vida que comienza. ¡Amén!

SALMODIA

Salmo 142: Oración y súplica ante la angustia

Ant. No me escondas tu rostro, ya que confío en ti.

Señor, escucha mi oración;
tú que eres fiel, atiende a mi súplica;
tú que eres justo, escúchame.
No llares a juicio a tu siervo,
pues ningún hombre vivo es inocente frente a ti.

El enemigo me persigue a muerte,
empuja mi vida al sepulcro,
me confina a las tinieblas
como a los muertos ya olvidados.
Mi aliento desfallece,
mi corazón dentro de mí está yerto.

Recuerdo los tiempos antiguos,
medito todas tus acciones,
considero las obras de tus manos
y extendiendo mis brazos hacia ti:
tengo sed de ti como tierra reseca.

Escúchame en seguida, Señor,
que me falta el aliento.
No me escondas tu rostro,
igual que a los que bajan a la fosa.

En la mañana hazme escuchar tu gracia,
ya que confío en ti;
indícame el camino que he de seguir,
pues levanto mi alma a ti.

Líbrame del enemigo, Señor,
que me refugio en ti.
Enséñame a cumplir tu voluntad,
ya que tú eres mi Dios.
Tu espíritu que es bueno,
me guíe por tierra llana.

Por tu nombre, Señor, consérvame vivo;
por tu clemencia, sácame de la angustia.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos. ¡Amen!

Ant. No me escondas tu rostro, ya que confío en ti.

LECTURA BREVE: 1ª Pedro 5, 8-9

“Sed sobrios, estad despiertos, vuestro enemigo, el diablo, como león rugiente, ronda buscando a quien devorar; resistidle, firmes en la fe”

RESPONSORIO BREVE* (página 1)

CÁNTICO EVANGÉLICO* (página 1)

ORACIÓN

Ilumina, Señor, nuestra noche y concédenos un descanso tranquilo; que mañana nos levantemos en tu nombre y podamos contemplar, con salud y gozo, el clarear del nuevo día. Por Cristo nuestro Señor. ¡Amen!

BENDICIÓN* (página 1)

ANTÍFONA FINAL DE LA SANTÍSIMA VIRGEN

Bajo tu amparo nos acogemos,
Santa madre de Dios,
No desprecies las oraciones
Que te dirigimos en nuestras necesidades,
Antes bien líbranos de todo peligro,
Oh Virgen gloriosa y bendita.

MIÉRCOLES

INVOCACIÓN INICIAL

EXAMEN DE CONCIENCIA

Heranos, habiendo llegado al final de esta jornada que Dios nos ha concedido, reconozcamos sinceramente nuestros pecados. *(Ver examen de conciencia de la noche)*
Yo confieso ante Dios todopoderoso, y ante vosotros, hermanos, que he pecado mucho de pensamiento, palabra, obra y omisión: por mi culpa, por mi culpa, por mi gran culpa. Por eso ruego a santa María, siempre Virgen, a los ángeles, a los santos y a vosotros, hermanos, que intercedáis por mí ante Dios, nuestro Señor.
V. El Señor todopoderoso tenga misericordia de nosotros, perdone nuestros pecados y nos lleve a la vida eterna.
R. ¡Amén!

HIMNO

Se inclina ya mi frente, sellado está el trabajo;
Señor, tu pecho sea la gracia del descanso

Mis ojos se retiran, la voz deja su canto,
pero el amor enciende, su lámpara velando.

Lucero que te fuiste, con gran amor amado,
en tu gloria dormimos, y en sueños te adoramos. ¡Amén!

SALMODIA

Salmo 30: Súplica Confiada y acción de gracias

Ant. Sé tú, Señor, la roca de mi refugio, un baluarte donde me salve.

A ti, Señor, me acojo:
no quede yo nunca defraudado;
tú, que eres justo, ponme a salvo,
inclina tu oído hacia mí;

ven aprisa a libramme,
sé la roca de mi refugio,
un baluarte donde me salve,
tú que eres mi roca y mi baluarte;

por tu nombre dirígeme y guíame:
sácame de la red que me han tendido,
porque tú eres mi amparo.

En tus manos encomiendo mi espíritu:
tú, el Dios leal, me librarás.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos. ¡Amén!

Ant. Sé tú, Señor, la roca de mi refugio, un baluarte donde me salve.

Salmo 129: Desde lo hondo a ti grito, Señor.

Ant. Desde lo hondo a ti grito, Señor.

Señor, escucha mi voz;
estén tus oídos atentos
a la voz de mi súplica.

Si llevas cuentas de los delitos, Señor,
¿quién podrá resistir?

Pero de ti procede el perdón,
y así infundes respeto.

Mi alma espera en el Señor,
espera en su palabra;
mi alma aguarda al Señor,
más que el centinela la aurora.

Aguarda Israel al Señor,
como el centinela la aurora;
porque del Señor viene la misericordia,
la redención copiosa;
y él redimirá a Israel
de todos sus delitos.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos. ¡Amén!

Ant. Desde lo hondo a ti grito, Señor.

LECTURA BREVE: Efesios 4, 26-27

“No lleguéis a pecar; que la puesta del sol no os sorprenda en vuestro enojo. No dejéis lugar al diablo”

RESPONSORIO BREVE* (página 1)

CÁNTICO EVANGÉLICO* (página 1)

ORACIÓN

Señor Jesucristo, tú que eres manso y humilde de corazón ofreces a los que vienen a ti un yugo llevadero y una carga ligera; dignate, pues, aceptar los deseos y las acciones del día que hemos terminado; que podamos descansar durante la noche para que así, renovado nuestro cuerpo y nuestro espíritu, perseveremos constantes en tu servicio. Tú que vives y reinas por los siglos de los siglos. ¡Amén!

BENDICIÓN* (página 1)

ANTÍFONA FINAL DE LA SANTÍSIMA VIRGEN

Madre del Redentor, virgen fecunda,
Puerta del cielo siempre abierta, estrella del mar,
Ven a librar al pueblo que tropieza y se quiere levantar.

Ante la admiración de cielo y tierra,
Engendraste a tu santo Creador,
Y permaneces siempre virgen.

Recibe el saludo del ángel Gabriel,
Y ten piedad de nosotros, pecadores.

JUEVES

INVOCACIÓN INICIAL

EXAMEN DE CONCIENCIA

Hermanos, habiendo llegado al final de esta jornada que Dios nos ha concedido, reconozcamos sinceramente nuestros pecados. *(Ver examen de conciencia de la noche)*

V. Señor, ten misericordia de nosotros.

R. Porque hemos pecado contra ti.

V. Muéstranos, Señor, tu misericordia

R. Y danos tu salvación.

V. El Señor todopoderoso tenga misericordia de nosotros, perdone nuestros pecados y nos lleve a la vida eterna.

R. ¡Amén!

HIMNO

Cuando acabamos el día
te suplicamos, Señor,
nos hagas de centinela
y otorgues tu protección.

Que te sintamos: contigo
sueñe nuestro corazón
para cantar tus loores
de nuevo al salir el sol.

Danos vida saludable,
alienta nuestro calor,
tu claridad ilumine
la oscuridad que llegó.

Dánoslo, Padre piadoso,
por Jesucristo, el Señor,
que reina con el Espíritu
Santo vivificador. ¡Amén!

SALMODIA

Salmo 115: Cristo y sus miembros esperan la resurrección.

Ant. Mi carne descansa serena.

Protégeme, Dios mío, que me refugio en ti;
yo digo al Señor: "Tú eres mi bien."
Los dioses y señores de la tierra
no me satisfacen.

Multiplican las estatuas
de dioses extraños;
no derramaré sus libaciones con mis manos,
ni tomaré sus nombres en mis labios.

El Señor es el lote de mi heredad y mi copa;
mi suerte está en tu mano:
me ha tocado un lote hermoso,
me encanta mi heredad.

Bendeciré al Señor, que me aconseja,
hasta de noche me instruye internamente,

Tengo siempre presente al Señor,
con él a mi derecha no vacilaré.

Por eso se me alegra el corazón,
se gozan mis entrañas,
y mi carne descansa serena.
Porque no me entregarás a la muerte,
ni dejarás a tu fiel conocer la corrupción.

Me enseñarás el sendero de la vida,
me saciarás de gozo en tu presencia,
de alegría perpetua a tu derecha.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos. ¡Amén!

Ant. Mi carne descansa serena.

LECTURA BREVE: 1ª Tesalonicenses 5, 23

"Que el mismo Dios de la paz os consagre totalmente
y que todo vuestro ser, alma y cuerpo, sea custodiado
sin reproche hasta la Parusía de nuestro Señor Jesucristo"

RESPONSORIO BREVE* (página 1)

CÁNTICO EVANGÉLICO* (página 1)

ORACIÓN

Señor, Dios nuestro, concédenos un descanso tranquilo
que restaure nuestras fuerzas, desgastadas ahora por el trabajo
del día; así, fortalecidos con tu ayuda, te serviremos siempre
con todo nuestro cuerpo y nuestro espíritu.
Por Cristo nuestro Señor. ¡Amén!

BENDICIÓN* (página 1)

ANTÍFONA FINAL DE LA SANTÍSIMA VIRGEN

Dios te salve, Reina y Madre de misericordia,
Vida, dulzura y esperanza nuestra,
Dios te salve.

A ti llamamos los desterrados hijos de Eva,
A ti suspiramos, gimiendo y llorando,
En este valle de lágrimas.

Ea, pues, Señora, abogada nuestra,
Vuelve a nosotros tus ojos misericordiosos,
Y después de este destierro muéstranos a Jesús,
Fruto bendito de tu vientre.

¡Oh clemente, oh piadosa,
Oh dulce Virgen María!

VIERNES

INVOCACIÓN INICIAL

EXAMEN DE CONCIENCIA

Hermanos, habiendo llegado al final de esta jornada que Dios nos ha concedido, reconozcamos sinceramente nuestros pecados. *(Ver examen de conciencia de San Ignacio)*

V. Tú que has sido enviado a sanar los corazones afligidos, Señor, ten piedad

R. Señor, ten piedad.

V. Tú que has venido a llamar a los pecadores, Cristo, ten piedad.

R. Cristo, ten piedad.

V. Tú que estás sentado a la derecha del Padre para interceder por nosotros, Señor, ten piedad.

R. Señor, ten piedad.

V. El Señor todopoderoso tenga misericordia de nosotros, perdone nuestros pecados y nos lleve a la vida eterna.

R. ¡Amén!

HIMNO

Cuando la luz del sol es ya poniente,
Gracias, Señor, es nuestra melodía;
Recibe, como ofrenda, amablemente,
Nuestro dolor trabajo y alegría...

Si poco fue el amor en nuestro empeño,
de darle vida al día que fenece,
convierta en realidad lo que fue un sueño
tu gran amor que todo lo engrandece...

Tu cruz, Señor, redime nuestra suerte
de pecadora en justa, e ilumina
la senda de la vida y de la muerte
del hombre que en la fe lucha y camina...

Jesús, Hijo del Padre, cuando avanza
la noche oscura sobre nuestro día,
concédenos la paz y la esperanza
de esperar cada noche tu gran día. ¡Amén!

SALMODIA

Salmo 87: Oración de un hombre gravemente enfermo

Ant. Señor, Dios mío, de día te pido auxilio, de noche grito en tu presencia.

Llegue hasta ti mi súplica, inclina tu oído a mi clamor.

Porque mi alma está colmada de desdichas,
y mi vida está al borde del abismo;
ya me cuentan con los que bajan a la fosa,
soy como un inválido.

Tengo mi cama entre los muertos,
como los caídos que yacen en el sepulcro,
de los cuales ya no guardas memoria,
porque fueron arrancados de tu mano.

Me has colocado en lo hondo de la fosa,
en las tinieblas del fondo;
tu cólera pesa sobre mí,
me echas encima todas tus olas.

Has alejado de mí a mis conocidos,

me has hecho repugnante para ellos:
encerrado, no puedo salir,
y los ojos se me nublan de pesar.

Todo el día te estoy invocando,
tendiendo las manos hacia ti.
¿Harás tú maravillas por los muertos?
¿Se alzarán las sombras para darte gracias?

¿Se anuncia en el sepulcro tu misericordia,
o tu fidelidad en el reino de la muerte?
¿Se conocen tus maravillas en la tiniebla
o tu justicia en el país del olvido?

Pero yo te pido auxilio,
por la mañana irá a tu encuentro mi súplica
¿Por qué, Señor, me rechazas
y me escondes tu rostro?

Desde niño fui desgraciado y enfermo,
me doblo bajo el peso de tus terrores,
pasó sobre mí tu incendio,
tus espantos me han consumido:

me rodean como las aguas todo el día,
me envuelven todos a una;
alejaste de mí amigos y compañeros:
mi compañía son las tinieblas.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos. ¡Amén!

Ant. Señor, Dios mío, de día te pido auxilio, de noche grito en tu presencia.

LECTURA BREVE: Jeremías 14, 9

“Tú estás en medio de nosotros, Señor, tu nombre ha sido invocado sobre nosotros: no nos abandones, Señor Dios nuestro”

RESPONSORIO BREVE* (página 1)

CÁNTICO EVANGÉLICO* (página 1)

ORACIÓN

Señor, Dios todopoderoso: ya que con nuestro descanso vamos a imitar a tu Hijo que reposó en el sepulcro, te pedimos que, al levantarnos mañana, lo imitemos también resucitando a una vida nueva. Por Cristo nuestro Señor. ¡Amén!

BENDICIÓN* (página 1)

ANTÍFONA FINAL DE LA SANTÍSIMA VIRGEN

Rezar un Ave María.

SÁBADO

INVOCACIÓN INICIAL

EXAMEN DE CONCIENCIA

Hermanos, habiendo llegado al final de esta jornada que Dios nos ha concedido, reconozcamos sinceramente nuestros pecados. *(Ver examen de conciencia de la noche)*

V. Tú que has sido enviado a sanar los corazones afligidos, Señor, ten piedad.

R. Señor, ten piedad.

V. Tú que has venido a llamar a los pecadores, Cristo, ten piedad.

R. Cristo, ten piedad.

V. Tú que estás sentado a la derecha del Padre para interceder por nosotros, Señor, ten piedad.

R. Señor, ten piedad.

V. El Señor todopoderoso tenga misericordia de nosotros, perdone nuestros pecados y nos lleve a la vida eterna.

R. ¡Amén!

HIMNO

Se inclina ya mi frente,
sellado está el trabajo;
Señor, tu pecho sea
la gracia del descanso

Mis ojos se retiran,
la voz deja su canto,
pero el amor enciende
su lámpara velando.

Lucero que te fuiste,
con gran amor amado,
en tu gloria dormimos
y en sueños te adoramos. ¡Amén!

SALMODIA

Salmo 90: A la sombra del Omnipotente

Ant. Al amparo de Altísimo no temo el espanto nocturno.

Tú que habitas al amparo del Altísimo,
que vives a la sombra del Omnipotente,
di al Señor: 'Refugio mío, alcázar mío.
Dios mío, confío en ti.'

Él te libraré de la red del cazador,
de la peste funesta.
Te cubrirá con sus plumas,
bajo sus alas te refugiarás;
su brazo es escudo y armadura.

No temerás el espanto nocturno,
ni la flecha que vuela de día,
ni la peste que se desliza en las tinieblas,
ni la epidemia que devasta a mediodía.

Caerán a tu izquierda mil,
diez mil a tu derecha;
a ti no te alcanzará.

Tan sólo abre tus ojos
y verás la paga de los malvados,
porque hiciste del Señor tu refugio,
tomaste al Altísimo por defensa.

No se te acercará la desgracia,
ni la plaga llegará hasta tu tienda,
porque a sus ángeles ha dado órdenes
para que te guarden en tus caminos;

te llevarán en su palma,
para que tu pie no tropiece en la piedra;
caminarás sobre áspides y víboras,
pisotearás leones y dragones.

"Se puso junto a mí: lo libraré;
lo protegeré porque conoce mi nombre,
me invocará y lo escucharé.

Con él estaré en la tribulación,
lo defenderé, lo glorificaré;
lo saciaré de largos días,
y le haré ver mi salvación. "

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos. ¡Amén!

Ant. Al amparo de Altísimo no temo el espanto nocturno.

LECTURA BREVE: Apocalipsis 22, 4-5

"Verán el rostro del Señor, y tendrán su nombre en la frente. Y no habrá más noche, y no necesitarán luz de lámpara ni de sol, porque el Señor Dios alumbrará sobre ellos, y reinará por los siglos de los siglos"

RESPONSORIO BREVE* (página 1)

CÁNTICO EVANGÉLICO* (página 1)

ORACIÓN

Humildemente te pedimos, Señor, que después de haber celebrado en este día los misterios de la resurrección de tu Hijo, sin temor alguno, descansemos en tu paz, y mañana nos levantemos alegres para cantar nuevamente tus alabanzas. Por Cristo nuestro Señor. ¡Amén!

BENDICIÓN* (página 1)

ANTÍFONA FINAL DE LA SANTÍSIMA VIRGEN

Madre del Redentor, virgen fecunda,
Puerta del cielo siempre abierta, estrella del mar,
Ven a librar al pueblo que tropieza y se quiere levantar.

Ante la admiración de cielo y tierra, engendraste
a tu santo Creador, y permaneces siempre virgen.
Recibe el saludo del ángel Gabriel,
Y ten piedad de nosotros, pecadores.

DOMINGO

INVOCACIÓN INICIAL

EXAMEN DE CONCIENCIA

Hermanos, habiendo llegado al final de esta jornada que Dios nos ha concedido, reconozcamos sinceramente nuestros pecados. (*Examen de Conciencia libre*)

V. Señor, ten misericordia de nosotros.

R. Porque hemos pecado contra ti.

V. Muéstranos, Señor, tu misericordia

R. Y danos tu salvación.

V. El Señor todopoderoso tenga misericordia de nosotros, perdónenos nuestros pecados y nos lleve a la vida eterna.

R. ¡Amén!

HIMNO

Cuando la luz del sol es ya poniente,
Gracias, Señor, es nuestra melodía;
Recibe, como ofrenda, amablemente,
Nuestro dolor trabajo y alegría...

Si poco fue el amor en nuestro empeño,
de darle vida al día que fenece,
convierta en realidad lo que fue un sueño
tu gran amor que todo lo engrandece...

Tu cruz, Señor, redime nuestra suerte
de pecadora en justa, e ilumina
la senda de la vida y de la muerte
del hombre que en la fe lucha y camina...

Jesús, Hijo del Padre, cuando avanza
la noche oscura sobre nuestro día,
concédenos la paz y la esperanza
de esperar cada noche tu gran día. ¡Amén!

SALMODIA

Salmo 85: Oración de un pobre ante las dificultades

Ant. Tú, Señor, eres clemente y rico en misericordia

Inclina tu oído, Señor; escúchame,
que soy un pobre desamparado;
protege mi vida, que soy un fiel tuyo;
salva a tu siervo, que confía en ti.

Tú eres mi Dios, piedad de mí, Señor,
que a ti te estoy llamando todo el día;
alegra el alma de tu siervo,
pues levanto mi alma hacia ti;

porque tú, Señor, eres bueno y clemente,
rico en misericordia con los que te invocan.
Señor, escucha mi oración,
atiende a la voz de mi súplica.

En el día del peligro te llamo,
y tú me escuchas.
No tienes igual entre los dioses, Señor,
ni hay obras como las tuyas.
Todos los pueblos vendrán
a postrarse en tu presencia, Señor;
bendecirán tu nombre:

"Grande eres tú, y haces maravillas;
tú eres el único Dios."

Enséñame, Señor, tu camino,
para que siga tu verdad;
mantén mi corazón entero
en el temor de tu nombre.

Te alabaré de todo corazón, Dios mío;
daré gloria a tu nombre por siempre,
por tu grande piedad para conmigo,
porque me salvaste del abismo profundo.

Dios mío, unos soberbios se levantan contra mí,
una banda de insolentes atenta contra mi vida,
sin tenerte en cuenta a ti.

Pero, tú, Señor, Dios clemente y misericordioso,
lento en la cólera, rico en piedad y leal,
mírame, ten compasión de mí.

Da fuerza a tu siervo,
salva al hijo de tu esclava;
dame una señal propicia,
que la vean mis adversarios y se avergüencen,
porque tú, Señor, me ayudas y consuelas.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre,
por los siglos de los siglos. ¡Amén!

Ant. Tú, Señor, eres clemente y rico en misericordia

LECTURA BREVE: 1ª Tesalonicenses 5, 9-10

"Dios nos ha puesto para obtener la salvación por nuestro Señor Jesucristo, que murió por nosotros, para que, velando o durmiendo, vivamos junto con él"

RESPONSORIO BREVE* (página 1)

CÁNTICO EVANGÉLICO* (página 1)

ORACIÓN

Concede, Señor, a nuestros cuerpos fatigados el descanso necesario, y haz que la simiente del reino que con nuestro trabajo hemos sembrado hoy crezca y germine para la cosecha de la vida eterna. Por Cristo nuestro Señor. ¡Amén!

BENDICIÓN* (página 1)

ANTÍFONA FINAL DE LA SANTÍSIMA VIRGEN

Salve, Reina de los cielos y Señora de los ángeles;
Salve raíz, salve puerta, que dio paso a nuestra luz.
Alégrate, virgen gloriosa, entre todas las más bella;
Salve, agraciada doncella, ruega a Cristo por nosotros.

EXAMEN DE CONCIENCIA DE LA NOCHE

Lunes, miércoles, jueves y sábado

- a) ¿Cuáles han sido mis disposiciones durante este día?
 - Negativas: desgana, egoísmo, falta de colaboración con los demás, temor del qué dirán, etc...
 - Positivas: generosidad, sinceridad, entusiasmo, etc...
- b) ¿Me he sobrepuesto al cansancio, mal humor, tristeza, pereza, etc., cuando se me han presentado?
- c) ¿He ofrecido a Dios lo que más me costó en este día por los frutos de la Misión que Cielo abierto lleva a las personas?
- d) ¿He apreciado todos los medios espirituales que he tenido para acercarme más a Dios por el fruto de esta Misión: oraciones, Misa, pláticas, Adoración, lectura?
- e) ¿He confiado más en mi trabajo personal y en mis cualidades que en el poder de Dios que está al frente y al mando de esta Misión?
- f) ¿Me esforcé hoy por colaborar con mis hermanos?
- g) El día de hoy: ¿He atendido a la primera? Recordando que la obediencia es la virtud más excelente después de la Caridad.
- h) ¿En qué pienso que debo superarme mañana?

Al terminar pídele perdón a Dios en tu corazón y haz el propósito de ser mejor el día de mañana

EXAMEN DE CONCIENCIA DE SAN IGNACIO DE LOYOLA

Martes y viernes

1. Ponerse en presencia de Dios y darle gracias por los beneficios recibidos durante el día: "¿Qué tienes que no hayas recibido?" 1a Cor. 4, 7b
2. Pedir luz y gracia al Señor para reconocer los pecados. Solamente la luz del Espíritu Santo nos dirá la verdad sobre nosotros mismos: "Pues yo reconozco delito, tengo siempre presente mi pecado" Sal. 51, 4
3. Revisión práctica de nuestros actos durante el día: Recuerde momentos específicos del día y los pensamientos y sentimientos que tuve. Por mucha atención: ¿Sentiste que te acercaban más a Dios? ¿O que te alejaban de Él? "Examinemos nuestros caminos, estudiémoslos y así volvamos a Dios" Lam. 3, 40
4. Pedir perdón a Dios por los pecados cometidos: "Si mi pueblo, que lleva mi nombre, se humilla y ora, y me busca y abandona su mala conducta, yo lo escucharé desde el cielo, perdonaré su pecado y restauraré su tierra" 2a Cro. 7, 14
5. Propósito de enmienda: Nos dispondremos con todas las capacidades que nos ha dado Dios para corregir nuestra conducta guiados por la gracia: "Olvido lo que dejé atrás y me lanzo a lo que está por delante, corriendo hacia la meta, para alcanzar el premio a que Dios me llama desde lo alto" Fil. 3, 13-14

Propuesta de obras buenas, penitencias y disciplinas para la Cuaresma

Tenemos un poco más de 40 días para que diariamente podamos regalarle a Jesús alguno de estos actos. Te recomiendo ir poniendo una marca en los que vas haciendo, pero recuerda que puedes repetirlos, hacer uno durante varios días y algunos de ellos no hacerlos, dependiendo de lo que sientas en tu corazón y de tus posibilidades:

- Durante la Cuaresma y Semana Santa renuncia a todo tipo de alcohol (incluida la cerveza).
- Durante la Cuaresma y Semana Santa, trata de quitar algunos productos de tus alimentos, por ejemplo, la harina, azúcar, lácteos, sal, chocolate, refrescos y café).
- Durante la Cuaresma y Semana Santa, trata de asistir a todas las actividades de tu Parroquia.
- Durante la Cuaresma y Semana Santa, trata de rezar tres Aves Marías todos los días a las 12:00 p.m. para pedirle a Dios gracias especiales contra los pecados sexuales y tentaciones.
- Hoy escribe una amable carta a un sacerdote que conozcas y agrádecele por su ministerio.
- Hoy reza un Padrenuestro por las personas alejadas de Dios.
- Hoy haz una visita a Jesús en el Sagrario y cuéntale cómo te fue en el día.
- Hoy renuncia a algún alimento que te guste (un pan dulce por ejemplo, y regálalo a alguien que lo necesite).
- Hoy llega a Misa 30 minutos antes para visitar a Jesús y pedirle por las intenciones de tu corazón.
- Hoy visita a un enfermo, un anciano o alguien que necesite de tu compañía.
- Hoy recopila la ropa, juguetes y cosas que no utilices ya y estén en buen estado y entrégalos en tu Parroquia, a una institución o a una persona necesitada.
- Hoy recoge la basura que puedas en la calle y ponla en un bote.
- Hoy reza un misterio del Rosario por la paz en tu país y en el mundo.
- Hoy reza una Coronilla de la Misericordia por la paz en el mundo entero y en tu corazón.
- Hoy ofrece tu comunión por las vocaciones Sacerdotales y religiosas.
- Hoy demuéstrole a alguien que lo quieres con algún mensaje, llamada o detalle.
- Hoy consueta a una persona que se encuentre triste o sola.
- Hoy compra una flor y ponla a los pies de alguna imagen de la Virgen María ofreciéndole algo de ti.
- Hoy invita a alguien para que te acompañe a Misa.
- Hoy desconéctate del internet ofreciéndoselo a Dios para conectarte con Él.
- Hoy conversa con alguien sobre Dios y si quieres, cuéntale como conociste a Dios.
- Hoy asiste a una Hora Santa para reparar el corazón de Jesús.
- Hoy ofrécele a Jesús tus laudes por una persona que te haya ofendido. Fíjate bien en los Salmos y en las lecturas para ofrecerlos con todo tu corazón por esa persona.
- Hoy renuncia a comer algo rico y cámbialo por algo que no te guste o te guste menos
- Hoy no le pongas salsa a tu comida, ni azúcar a tu café, etc. (no te sabrán tan rico, pero si se lo ofreces a Dios, harás una excelente penitencia)
- Hoy convive con tu familia y agrádecele a Dios por tenerla.
- Hoy ofrece tus Vísperas por las personas que quieres mucho y ya han fallecido.
- Hoy ayúdale a alguien con su trabajo o con alguna tarea que tenga que hacer.
- Hoy regálale un detallito a alguien que amas.
- Hoy dile a un familiar que lo quieres.
- Hoy, en la hora del ofertorio, da más de lo que sueles dar en el diezmo.
- Hoy, dale gracias a Dios por los Sacerdotes, a través de los cuales recibes la gracia de Dios y haz una donación al seminario. No necesita ser de dinero, pues siempre están necesitados de cosas materiales, de comida, libros, cuadernos, artículos de papelería, libros, etc.
 - Hoy, después de las completas, reza un Padre Nuestro, Dios te salve María, Gloria por las intenciones del Papa y necesidades de la Iglesia.

PREPARACIÓN PARA LA CONFESIÓN

Recuerda que no hay pecado que no pueda ser perdonado, si nos acercamos a la misericordia con un corazón contrito y humillado (Como dice el Salmo 50 (51) en las Laudes del viernes). Ningún pecado es más poderoso que la infinita misericordia de Dios.

La confesión frecuente, nos ayuda a conocernos mejor a nosotros mismos, a crecer en humildad, a desarraigar las malas costumbres, aumenta nuestra conciencia de pecado, nos libra de ser tibios como a Dios no le gusta, fortalece nuestra voluntad y nos hacia la Santidad, es decir, a tener una unión mucho más especial con Dios, que es lo que necesitamos para enseñarles el camino a las demás personas. La Iglesia recomienda que nos confesemos al menos dos veces al mes.

1. Antes del examen de conciencia

- Haz la señal de la cruz, ponte en presencia de Dios y pídele luz.
- Deja hablar el corazón y oirás palabras íntimas.

Puedes ayudarte de la siguiente oración: “Dios mío, heme aquí de nuevo con el ánimo de recibir el sacramento de la penitencia. Bajo tu mirada voy a examinar mi conciencia. Dame tu luz para ver mis pecados y tu gracia para que me acerque con confianza al sacerdote que está aquí como tu representante. Ayúdame a conocer bien mis pecados y a encontrar en lo posible la causa de éstos. Haz que los deteste sinceramente y me corrija... Virgen María, alcánzame la gracia de ser sincero en mi confesión y renacer a la Vida de una manera más generosa y entusiasta”.

2. Examen de conciencia

- A continuación, busca lentamente tus pecados recorriendo alguno de los dos cuestionarios (el que más te acomode).
- Al leer cada punto, pregúntate si has sido negligente en ese punto, por qué y cuántas veces.

3. Cumple con tu penitencia

Observaciones:

- Si tienes pecados mortales debes decirle al Sacerdote el número y las circunstancias agravantes.
- Es imposible acordarse de todos los pecados veniales e imperfecciones. Pero no te preocupes, porque es suficiente con acusar los tres o cuatro más importantes para ti (para eso hacemos el examen de conciencia de la noche, allí los identificarás).
- No te acostumbres a repetir tus faltas veniales, sin precisar más. Por ejemplo, no digas: he sido perezoso, glotón, vanidoso, impaciente. Dile al Sacerdote por qué has notado eso, o en qué actitudes. Procura en lo posible encontrar la razón por la que has cometido los pecados. Es importantísimo. Esto exige reflexión y esfuerzo, pero indica tu preocupación por ser mejor.

CUESTIONARIO I

PRIMER MANDAMIENTO: *Amarás a Dios sobre todas las cosas*

- ¿Tengo amor filial a Dios? ¿Tengo confianza en Él?
- ¿He abusado de su misericordia?
- ¿Estoy unido ardientemente a Dios?
- ¿He sentido vergüenza de manifestar mi fe católica?
- ¿Estudio a fondo mi religión?
- ¿Evito todo lo que pueda dañar mi fe (lecturas, canciones, películas, espectáculos, etc.)?
- ¿He hablado mal de mi religión?
- ¿Rezo todos los días? ¿Estoy atento durante la oración? ¿He tenido una postura digna?
- ¿He rechazado las oraciones de la mañana y de la noche?
- ¿Me preparo bien para comulgar y doy gracias después?
- ¿He hecho confesiones o comuniones sacrílegas?
- ¿Cumplí la penitencia de la última confesión?

SEGUNDO MANDAMIENTO *No tomarás el nombre de Dios en vano*

- ¿Pronuncio con respeto el nombre de Dios?
- ¿He hecho juramentos falsos o inútiles?
- ¿He prometido algo a Dios con ligereza? ¿Cumpló mis promesas?

TERCER MANDAMIENTO *Santificarás las fiestas*

- ¿He oído misa todos los domingos? ¿Entera? ¿He llegado tarde o salido demasiado pronto?
- ¿Participo en la misa con devoción?
- ¿Escojo distracciones sanas durante el resto del día?
- ¿Me he dedicado el domingo a un trabajo manual largo o fatigoso?
- ¿He vivido los tiempos litúrgicos (Cuaresma, Semana Santa, Navidad,...) con el espíritu y con las obras que recomienda y manda la Iglesia, preparando mi corazón para acompañar a Cristo en sus misterios (Nacimiento, Pasión, Resurrección) y obrando con especial caridad y espíritu de reparación?

CUARTO MANDAMIENTO *Honrarás a tu padre y a tu madre*

- ¿He sido cariñoso con mis padres? ¿Les obedezco? ¿Con prontitud? ¿Alegremente? ¿Les he ayudado con gusto?
- ¿He sido respetuoso con los sacerdotes?
- ¿He sido respetuoso con mis educadores? ¿Les he obedecido?
- ¿He mantenido la cordialidad con mis discípulos?
- ¿He sido respetuoso con mis padres ante ellos y ante las demás personas, agradecido con lo que me han dado?

QUINTO MANDAMIENTO *No matarás*

- ¿He sido servicial con todos los de la casa y en la calle?
- ¿He dado siempre buen ejemplo?
- ¿Me he enfadado? ¿He provocado discusiones? ¿He dicho palabras hirientes? ¿He golpeado a alguien? ¿He guardado rencor? ¿He tenido envidia, odio? ¿Deseado mal a otro?
- ¿He cuidado la salud de mi cuerpo? ¿Y la de los demás? ¿O la he expuesto a peligros, ingiriendo alcohol o fumando en exceso, ingiriendo drogas, manejando con imprudencia o después de ingerir alcohol? ¿He incitado a otros a que lo hagan?
- ¿He herido a los demás con mis palabras o mis obras? ¿Los he herido de muerte en su vida física?
- ¿He matado la reputación de los demás con mis críticas?

SEXTO Y NOVENO MANDAMIENTO *No cometerás actos impuros ni tendrás pensamientos ni deseos impuros.*

- ¿He sido puro en mis pensamientos y deseos? ¿He evitado los malos pensamientos, procurando pensar en otra cosa?

- ¿He sido puro en mis miradas? ¿En mis lecturas, diversiones?
- ¿He sido puro en mis conversaciones?
- ¿He escrito o dibujado algo impuro?
- ¿He sido puro en mis acciones? ¿Conmigo mismo? ¿Con los demás?
- ¿He evitado las ocasiones peligrosas?
- ¿He orado cuando me vino la tentación?
- Si estoy casado, ¿he respetado a mi pareja, relacionándome con ella con respeto sincero? ¿Le he sido fiel?

SÉPTIMO Y DÉCIMO MANDAMIENTO *No robarás ni codiciarás los bienes ajenos*

- ¿He robado? ¿Dinero? ¿Cuánto? ¿He robado alguna cosa?
- ¿He restituido lo que no me pertenece?
- ¿He deseado lo que no me pertenece: en la casa o en la calle...?
- ¿He malgastado lo que han puesto a mi disposición?
- ¿He gastado mi dinero o bienes en cosas innecesarias, dejando a mi familia sin los bienes necesarios?

OCTAVO MANDAMIENTO *No levantarás falsos testimonios ni mentirás*

- ¿He mentido?
- ¿He hablado mal de otros sin necesidad? (maledicencia, calumnia).
- ¿He permitido que castiguen a otros por mi culpa?
- ¿He hecho trampas?
- ¿Soy honesto en mis exámenes en la escuela, en la universidad, en mis exámenes de conciencia?

MANDAMIENTOS DE LA IGLESIA

- Comunión en Pascua.
- Confesar por lo menos una vez al año, o antes si hay peligro de muerte o se tiene que comulgar.
- Ayunar y abstenerse de comer carne en los días que la Iglesia lo manda.
- Participar en la Misa los domingos y fiestas de guardar.
- Ayudar a las necesidades de la Iglesia.

PECADOS CAPITALES *Soberbia, avaricia, lujuria, ira, pereza, gula, envidia.*

- ¿He sido orgulloso, envidioso, glotón, colérico, perezoso, vanidoso?

DEBERES Y RESPONSABILIDADES

- ¿He cumplido seriamente mis deberes, mis tareas?
- ¿He estorbado a los demás cuando trabajaban?
- ¿He procurado formar mi voluntad?
- ¿He hecho algo por los demás? ¿Soy egoísta?
- ¿He cumplido con mis deberes de estado de vida (esposo, padre de familia, hijo, religioso, etc.)?
- ¿He aprovechado el tiempo en mi trabajo?

Después del examen de medita seriamente el Acto de Contrición: “Señor mío, Jesucristo, Dios y Hombre Verdadero, Creador, Padre y Redentor mío, por ser Tú quien eres y porque te amo sobre todas las cosas, me arrepiento de todo corazón de todo lo malo que he hecho y de todo lo bueno que he dejado de hacer, porque pecando te he ofendido a Ti, que eres el sumo bien y digno de ser amado sobre todas las cosas. Ofrezco mi vida, obras y trabajos en satisfacción de mis pecados. Propongo firmemente con la ayuda de tu gracia, hacer penitencia, no volver a pecar y huir de las ocasiones de pecado. Señor, por los méritos de tu pasión y muerte, apiádate de mí y dame tu gracia para nunca más volverte a ofender. Amén”.

CUESTIONARIO II

PRIMER MANDAMIENTO: *Amarás a Dios sobre todas las cosas*

- ¿Te has confesado sin arrepentimiento o has dejado de hacer la penitencia que te dejó el sacerdote?
- ¿Callaste algún pecado grave en tu confesión anterior?
- ¿Has comulgado sabiendo que estás en pecado grave?
- ¿Has hablado mal de Dios, la Virgen, el Papa o la Iglesia?
- ¿Te has enojado y desesperado con Dios?

SEGUNDO MANDAMIENTO *No tomarás el nombre de Dios en vano*

- ¿Has jurado hacer algo malo, como vengarte o hacerle daño a alguien?
- ¿Has blasfemado?

TERCER MANDAMIENTO *Santificarás las fiestas*

- ¿Has dejado de ir a misa en algún domingo o fiesta de precepto?
- ¿Has estado distraído en misa, jugando y platicando?

CUARTO MANDAMIENTO *Honrarás a tu padre y a tu madre*

- ¿Has desobedecido a tus papás, sacerdotes o jefes?
- ¿Te has burlado de ellos?
- ¿Les has hablado de mala manera y sin respeto?
- ¿Los has criticado?
- ¿Les ayudas en las labores de la casa y en el cuidado de tus hermanos?

QUINTO MANDAMIENTO *No matarás*

- ¿Has deseado que alguien muera o que le pasen cosas graves?
- ¿Has hablado mal de alguien más?
- ¿Te has negado a perdonar a alguien?
- ¿Estás enojado con alguien?
- ¿Te has negado a pedir perdón cuando has ofendido a alguien?
- ¿Has sido causante de que alguien más cometa un pecado?

SEXTO Y NOVENO MANDAMIENTO *No cometerás actos impuros ni tendrás pensamientos ni deseos impuros.*

- ¿Has consentido pensamientos impuros?
- ¿Has imaginado que haces cosas malas contra otras personas?
- ¿Has cometido acciones que son deshonestas y que te avergonzaría que se supieran?
- ¿Has visto películas, videos o fotografías que no son buenas?
- ¿Has tenido conversaciones que no son buenas con alguien más?

SÉPTIMO Y DÉCIMO MANDAMIENTO *No robarás ni codiciarás los bienes ajenos*

- ¿Te has quedado con algo que no es tuyo?
- ¿Has ayudado a que alguien más robe algo?
- ¿Has hecho voluntariamente daño a las cosas de otras personas?
- ¿Has hecho trampa en los juegos para ganar?
- ¿Has copiado en tus tareas o exámenes?
- ¿Has intentado robarle o dañar las pertenencias de alguien más, aunque al final no lo hayas conseguido?
- ¿Has sentido envidia por las cosas buenas que le pasan a los demás?
- ¿Has sentido envidia por las cosas que tienen otros que tú no tienes?

OCTAVO MANDAMIENTO *No levantarás falsos testimonios ni mentirás*

- ¿Has dicho mentiras a tus papás?
- ¿Has dicho mentiras a tus maestros?
- ¿Has dicho mentiras de alguien más para perjudicarlo?
- ¿Has hablado mal de alguien más?

¿Qué es el Triduo Pascual?

El Triduo Pascual

Ahora, ya preparados, es tiempo de disfrutar mucho la Semana Santa, en especial el Triduo Pascual (jueves en la tarde, viernes, sábado y domingo) y principalmente la Vigilia Pascual en la Misa de Resurrección o Fuego Nuevo el sábado en la noche.

Este es el tiempo más importante para la Liturgia de nuestra Iglesia, más que la Navidad, la fiesta de la Virgen de Guadalupe o cualquier otra solemnidad. Este es un tiempo ideal para vivir junto con Jesús su pasión, muerte y resurrección. Un tiempo para dejarnos ser amados por Dios, para conocerlo más y conocernos más a nosotros mismos.

El camino de Jesús, aquí en la Tierra, es también nuestro propio camino y en el Triduo Pascual nosotros descubriremos las etapas que nos han tocado vivir y las que todavía nos faltan, pero siempre con la paz y el gozo de saber que Jesús está siempre con nosotros (Isaías 41, 10).

Jueves Santo

El Jueves Santo es un día de fiesta, en la tarde podrán ir a la celebración del Lavatorio de los Pies (llamada la Cena del Señor), donde celebramos varias cosas, pero principalmente la Institución de la Eucaristía, que es lo principal en Cielo abierto y Grupo Emmanuel. ¡La importancia de este día para nosotros es fundamental!

Ese día pueden confesarse y comulgar. ¡Imagínense comulgar cuando la Iglesia celebra la Institución de la Eucaristía!

El jueves celebramos también la Institución del Sacerdocio. Oren ese día especialmente por todos los sacerdotes que Dios ha puesto en su camino, tanto los que nos han bendecido como los que pudieron habernos lastimado. A pesar de que nos hayan fallado o de que nos hayan lastimado... Nosotros también hemos fallado mil veces y lo seguiremos haciendo y, aun así, el amor de Dios por mí no disminuye nada. Ese día Jesús nos regala un mandamiento nuevo como contrato para las bodas: Amarnos los unos a los otros como Jesús nos ama (Juan 13, 34). Un mandamiento que Él pone en nuestros corazones (Jer. 31, 33).

Ese jueves coman del pan bendito (si es que en su Parroquia lo hay) para agradecer a Jesús que no nos ha faltado sustento por este año. Y también agradezcan a Dios durante el lavatorio de los pies el que nos ha llamado a servir y no a ser servidos; eso es lo que hacemos en Cielo abierto como Juan el Bautista: Somos servidores que mostramos a Jesús a los demás.

Después de la celebración el sacerdote trasladará a Jesús a un lugar especial hecho para Él llamado monumento. Y nosotros podemos quedarnos con Jesús en Adoración acompañándolo en ese momento del Huerto de los Olivos en que sus apóstoles lo dejaron solo. ¡No lo dejes sólo tú también! Porque Él nunca te ha dejado sólo cuando has vivido tu sufrimiento en el Huerto de los Olivos.

Viernes Santo

El Viernes Santo es un día de ayuno y abstinencia, (no deberán comer nada de carne y tendrán que hacer una sola comida durante el día todos aquellos que puedan). Por la mañana en la participación del Viacrucis recorreremos con Jesús su camino a la muerte, y junto con Él, nosotros recordamos los momentos en que en nuestra vida hemos vivido cada una de esas 14 estaciones: cuando hemos caído, cuando el pecado nos ha aprisionado, cuando gente buena nos ha ayudado, etcétera.

Más tarde en la celebración de la Adoración de la Cruz, (es el único día del año en que no tenemos Misa porque estamos de luto), escucharemos el Evangelio, adoraremos la Cruz como aquel instrumento que nos salvó y comulgaremos (aunque no hay Misa, tomamos la Eucaristía que quedó del Jueves Santo reservada en el Sagrario). El adorar la cruz es parte principal de nosotros porque en nuestra vida siempre habrá problemas, no hay forma de que no los haya pero al adorarla le decimos a Jesús que esos

problemas, enfermedades y situaciones difíciles las aceptamos con todo nuestro corazón y se las ofrecemos a Él para que salve almas con nosotros.

Si se animan en algunas Iglesias se sigue en la noche con otras celebraciones, muchas parroquias hacen varias:

Las siete palabras: Es recordar las palabras que dijo Jesús antes de morir ya estando crucificado. Esas palabras las sabemos por los cuatro evangelios. Son todas palabras de perdón, de esperanza, como deben de ser las nuestras cuando estamos en situaciones difícilísimas.

El pésame a María: Comúnmente es quedarnos un rato en silencio en la Parroquia todos juntos para acompañar a María. A veces los que se quedan oran el Rosario, cantan a María y leen algunas reflexiones.

Casi todas las parroquias celebran una devoción que en México es muy especial; La Procesión del Silencio:

Se trata de acompañar a María en silencio por el camino del Viacrucis, eso nos ayuda más a meditar nuestro camino por la vida, que a veces nos toca sufrir, otras acompañar y aún otras ser acompañados. En esta devoción hay velas, tambores y lecturas que nos ayudan mucho a la reflexión.

María siempre está con nosotros como nuestra Arca de la Alianza y nosotros como sus esclavos, según San Luis María Grignon de Montfort, estamos con ella en todo momento.

Sábado Santo

El Sábado Santo es un día en que no hay ninguna celebración. Antes, hace muchos años, se llamaba Sábado de Gloria y la gente alegremente hacía fiestas y se mojaba, era una tradición muy bonita, debido a que la liturgia de ese tiempo, se celebraba la Resurrección de Jesús el sábado en la mañana porque para los judíos ya es domingo a partir de la puesta de sol. Hoy, respetando más los tiempos litúrgicos, celebramos la Resurrección el Domingo de Pascua y es mucho más exacta. Por eso el Sábado Santo sigue siendo un día de silencio y reflexión para prepararnos al acontecimiento más grande de la historia.

Vigilia Pascual

¡En la noche del Sábado Santo (Domingo de Pascua), tenemos la fiesta de las fiestas! ¡No hay nada más importante que está para nosotros los católicos!

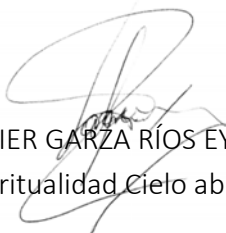
Es nuestra Misa de Resurrección, en la que celebramos que Jesús resucitó, porque si no lo hubiera hecho, dice san Pablo, “vana es nuestra fe”. No tendríamos nada que celebrar. Significaría que nuestro Padre Dios no habría aceptado el sacrificio de Jesús en la cruz para el perdón de nuestros pecados, sin embargo, Jesús volvió de la muerte para anunciarnos que somos libres.

En ese momento ya cantaremos el Gloria y el Aleluya, se leerán nueve lecturas que nos cuentan la historia de la salvación; siete del Antiguo Testamento; una de San Pablo y además el Evangelio.

El Pregón Pascual es un canto muy especial que tiene muchos siglos de tradición. Además renovaremos nuestras promesas del Bautismo y es el día en que la Iglesia nos invita en sus mandamientos a comulgar con todo nuestro corazón.

Disfruten, celebren, mediten y aprovechen las gracias especialísimas que Dios derrama en esta Semana Santa.

¡Dios los bendiga!



XAVIER GARZA RÍOS EYCHENNE

Espiritualidad Cielo abierto