

# ORACIONES PRIMER CICLO EPO

Miércoles, 26 de febrero



## 1. Ahora "contigo"

Hoy, comenzamos el día juntos con un momento de oración. Para ello, cerramos los ojos, tomamos aire por nuestra nariz y lo soltamos lentamente por la boca. Nuestro amigo Jesús está aquí y ahora con nosotros, sentado a nuestro lado.

## 2. Ahora "llénate"

Hoy es miércoles de ceniza. Con este día comienza un tiempo muy especial llamado: Cuaresma. Y, ¿qué es la Cuaresma? Son los 40 días de preparación para la Pascua.

En Adviento iniciamos un camino con nuestro amigo Jesús que llevaba a Navidad, ¿te acuerdas? AHORA continuamos caminando a su lado ¡40 días más!

Cada semana iremos parando en un lugar distinto, conociendo anécdotas de su vida escritas en la Biblia desde hace muchos años y trataremos de aprender muchas cosas para ponerlas en práctica con los que nos rodean.

¿Estáis preparados y preparadas?

## 3. Ahora "con todos"

En este día, los cristianos suelen escribir en un papel todas aquellas cosas que no hacen bien o que no les gustan y que quieren cambiar. Esos papeles se queman y con esa ceniza se hace el símbolo de la cruz en la frente.

Nosotros vamos a hacer algo parecido. Coge un trozo de papel, colócalo en tu mano abierta, cierra los ojos y piensa en comportamientos o actitudes que queremos que desaparezcan de nosotros: cuando me peleo con mi hermano/a, cuando no me como la comida, cuando me quejo por todo, cuando dejo a un amigo solo... Cuando lo hayas pensado, arruga con fuerza el papel y tíralo a la basura, como símbolo de lo que vamos a cambiar esta Cuaresma.

Durante este tiempo vamos a tener la oportunidad de ser un poco mejores...

## 4. ahora

Terminamos poniendo nuestra oración pidiendo a Jesús que nos acompañe.  
Rezamos juntos un Padre Nuestro.



**Jueves, 27 de febrero**



### 1. Ahora "contigo"

Hoy, comenzamos el día juntos con un momento de oración. Para ello, cerramos los ojos, tomamos aire por nuestra nariz y lo soltamos lentamente por la boca. Nuestro amigo Jesús está aquí y ahora con nosotros, sentado a nuestro lado.

### 2. Ahora "llénate"

Ayer comenzamos la Cuaresma, sacando fuera de nosotros todo lo que no nos gusta y convirtiéndolo en bolas de papel que tiramos a la papelera.

Seguimos preparándonos para comenzar este viaje y lo hacemos pensando en nuestras cualidades, nuestros "superpoderes" que podemos utilizar para hacer un poco más felices a los que tenemos alrededor.

Vamos a pensar esta pregunta: ¿Qué acción puedo hacer hoy para repartir amor?

### 3. Ahora "con todos"

Comparte con el compañero/a de al lado, qué cualidad tuya vas a compartir y con quién.

### 4. ahora



#### ¿QUÉ TE OFREZCO YO, EN CUARESMA?

*Te ofrezco mi corazón, Jesús  
para que lo llenes con tu espíritu.*

*Te ofrezco mi corazón, Jesús  
para que lo hagas más bueno con todos.*

*Te ofrezco mi corazón, Jesús  
porque en esta Cuaresma, quiero aprender a  
vivir  
como Tú nos enseñas.*

*¡Ayúdame a lograrlo, Señor!*

**Viernes, 28 de febrero**

### 1. Ahora "contigo"

Hoy, comenzamos el día juntos con un momento de oración. Para ello, cerramos los ojos, tomamos aire por nuestra nariz y lo soltamos lentamente por la boca. Nuestro amigo Jesús está aquí y ahora con nosotros, sentado a nuestro lado.

### 2. Ahora "llénate"

Es tiempo de ponerse en marcha: "Durante la Cuaresma los cristianos recordamos que somos un pueblo que está en marcha, que camina con Jesús. Sin descanso, Jesús nos guía por el camino del amor a Dios y al prójimo" Sin descanso, con su Palabra y con su amor, Jesús nos anima a avanzar por el camino de la vida a pesar de los miedos y de las dificultades. Con Jesús, que camina con nosotros, sabemos que el camino nos conduce a la alegría de la Pascua y que esa alegría no se acabará jamás".

### 3. Ahora "con todos"

A continuación, el profesor/a le hace una pregunta a cada niño/a (o a algunos) como invitación a recorrer el camino de la Cuaresma y los alumnos/as deben responderla con energía y motivación:

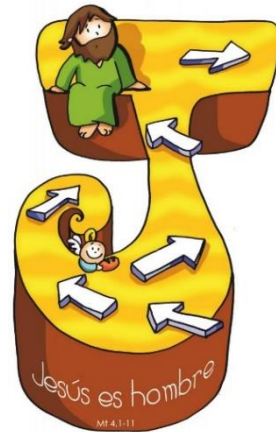
- (Nombre del niño/a) ... ¿QUIERES CAMINAR CON JESÚS EN EL CAMINO DE CUARESMA?
- SÍ, CON MI ORACIÓN Y MI ESFUERZO.

Pues, ¡ya estamos preparados para disfrutar de este camino juntos!

### 4. AHORA

**C**risto te mostrará  
**U**n camino que te  
**A**yudará, un gran  
**R**ecorrido hasta el cielo.  
**E**l Señor te dará  
**S**orpresas, virtudes y  
**M**uchas cosas y una de ellas es  
**A**mor, la más preciada.





## Lunes, 2 de marzo

Empezamos haciendo la oración fijándonos en la línea del tiempo y en el corazón de piedra que vimos en la tutoría de cuaresma. El corazón lo iremos cambiando, quitando esos trozos de piedra y moviendo cada lunes con el evangelio. Cada fase completada podemos verlo en el cambio del corazón y de forma opcional se puede poner la letra "J" de Jesús en la parada que estamos trabajando.

También se les puede entregar a cada alumno, la "J" sin color para que la vayan coloreando en cada oración de la semana y la coloquen en su mesa para recordar su compromiso semanal.

### 1. Ahora "contigo"

Hoy comenzamos la semana haciendo la Primera parada en nuestro viaje: cierra los ojos, respira lentamente, guarda silencio en tu interior... Imagina que todo cuanto ves es a tu alrededor es **ARENA**, montañas de arena y nada más, ni una casa, ni un árbol, solo una arena amarilla y suave, como la de la playa... ; Estamos en el **DESIERTO**.

### 2. Ahora "llénate"

Adaptación Del Evangelio de Mateo, I Domingo de Cuaresma (Mt 4, 1-11).

" Jesús fue al desierto para que fuera tentado por situaciones malas, y después de estar mucho tiempo comiendo muy poco y guardando su comida para tanto viaje, al final sintió hambre cada día. Entonces se le acercó una persona y le dijo: «Si eres Hijo de Dios, haz que estas piedras se conviertan en pan.» Pero Jesús le respondió: «Dice la Escritura: El hombre no vive solamente de pan, sino de la palabra que sale de la boca de Dios. Yo no puedo hacer magia y que las piedras se conviertan en panes, me tengo que aguantar con poco y guardar para el viaje»  
Después esa persona lo llevó a la Ciudad Santa y lo puso en la parte más alta de la muralla del Templo. Y le dijo: «Si eres Hijo de Dios, puedes hacer daño a cualquiera que Dios te perdonará, pues la Escritura dice: Dios dará órdenes para que no te regañen y no tropieces en piedra alguna.» Jesús replicó: «Dice también la Escritura: No tentarás al Señor tu Dios.»  
A continuación, lo llevó a un monte muy alto y le mostró todas las naciones del mundo con todas sus grandezas y maravillas. Y le dijo: «Se lo quitaré a las personas y te daré todo esto si te arrodillas, me adoras.» Jesús le dijo: «Aléjate, Satanás, porque dice la Escritura: Adorarás al Señor tu Dios, y a Él solo servirás.»  
Entonces lo dejó esa persona mala y Jesús se sintió muy contento y orgulloso."

### 3. Ahora "con todos"

Compartimos en voz alta la respuesta a las siguientes preguntas:

- Mientras Jesús se encontraba en el desierto habló con Dios. ¿Qué crees que quiere decir hablar con Dios? ¿Cómo podemos nosotros comunicarnos con Dios?
- ¿Qué le ofrecía esa persona a Jesús?
- ¿Le hizo caso Jesús a esa persona con esas situaciones malas?

### 4. ahORA

#### UN CORAZÓN LIMPIO

No hay corazón  
más grande que el tuyo, Jesús.  
Es un corazón que acoge  
y perdona siempre,  
un corazón limpio  
que nunca piensa mal.

Es un corazón que busca nuestros  
corazones y nos da tu amistad.  
Es un corazón que nos quiere.  
Jesús, tienes un corazón  
que no te cabe en el pecho.  
Gracias.

## Martes, 3 de marzo

### 1. Ahora "contigo"

En un momento de silencio, respira tranquilamente y olvídate de todo lo demás. Hazte consciente de tus propios sonidos: el aire entrando en tus pulmones, el latido de tu corazón, etc. Eres tú. Es ahora... Jesús está aquí. Salúdalo.

### 2. Ahora "llénate"

Ayer escuchábamos una historia en la que Jesús estaba en el desierto y lo pasaba mal, tenía sed, hambre, calor... Hoy se nos invita a pensar en esos momentos en nuestro día a día en el **COLEGIO** donde se nos presenta una situación difícil como la de Jesús y no sabemos cómo actuar, cómo comportarnos.

### 3. Ahora "con todos"

Vamos leyendo en voz alta situaciones que suelen darse en la escuela, con los compañeros/as y con los profesores y los niños/as deben levantar su pulgar hacia arriba o hacia abajo si ven que son situaciones donde se ha actuado BIEN o MAL.

- Si me encuentro algo que no es mío en clase y me lo quedo.
- Si veo a un niño o niña jugando solo y me acerco a hablar con él o ella.
- Si en clase hay dos compañeros/as enfadados e intento que se reconcilien.
- Si el profesor/a me pide que haga una tarea y me distraigo hablando sin permiso o jugando.

### 4. ahora

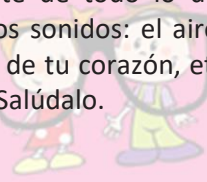
Hola, Padre Dios:  
En esta nueva Cuaresma  
me acerco a ti.  
Estoy aquí, a tu lado,  
para hablar de nuestras cosas.  
Te quiero pedir perdón  
por los fallos que tengo,  
algunas veces

me cuesta comportarme bien  
con mis amigos del colegio y mis  
profesores.  
Yo sé que tú  
me perdonas siempre.  
Ayúdame a actuar bien como tú lo haces,  
cambiando el egoísmo y los enfados por  
el amor y la alegría.

## Miércoles, 4 de marzo

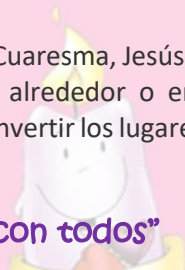
### 1. Ahora "contigo"

En un momento de silencio, respira tranquilamente y olvídate de todo lo demás. Hazte consciente de tus propios sonidos: el aire entrando en tus pulmones, el latido de tu corazón, etc. Eres tú. Es ahora... Jesús está aquí. Salúdalo.



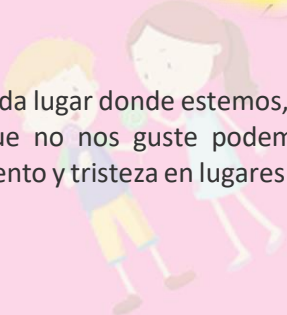
### 2. Ahora "llénate"

En este camino de Cuaresma, Jesús nos enseña que en cada lugar donde estemos, cada cosa que veamos a nuestro alrededor o en nuestro interior que no nos guste podemos cambiarla. Podemos juntos convertir los lugares donde haya sufrimiento y tristeza en lugares de paz y amor.



### 3. Ahora "con todos"

El profesor/a escribe en grande en la pizarra la palabra AYUDA. Quien quiera dice en voz alta acciones que vaya a llevar a cabo durante el día de hoy en el **COLEGIO** para ayudar a alguna persona (abrazar, levantar, acariciar...). Al terminar, nos agarramos de las manos para rezar.



### 4. ahORA



#### **BUEN MAESTRO**

Gracias, Jesús,  
porque nos enseñas  
a no enfadarnos,  
a ser tranquilos, a perdonar.  
Tú eras bueno, suave, generoso  
y amigo de la gente.  
Enséñame a ser como tú,  
que cada día te conozca más,  
y vaya queriendo a la gente  
como tú. Gracias.

**Jueves, 5 de marzo**

### 1. Ahora "contigo"

En un momento de silencio, respira tranquilamente y olvídate de todo lo demás. Hazte consciente de tus propios sonidos: el aire entrando en tus pulmones, el latido de tu corazón, etc. Eres tú. Es ahora... Jesús está aquí. Salúdalo.

### 2. Ahora "llénate"

Decir las cosas con amor es muy importante. Escuchamos juntos una canción que nos da pistas para contagiar amistad y amor en el COLEGIO. Lo podemos hacer aprendiendo estas palabras mágicas que, si las utilizas, seguro que despertarás muchas sonrisas entre los que te rodean.



<https://www.youtube.com/watch?v=cg6DawbmPCs>

(LAS PALABRAS MÁGICAS)

### 3. Ahora "con todos"

Compartimos con el compañero/a de nuestro lado cuál de todas esas palabras nos gusta más, cuándo fue la última vez que las utilizamos, con quién, cómo reaccionó, etc.

### 4. ahora

Quiero ser como Tú, Jesús,  
que haces las cosas bien  
y eres amigo de todos.  
Yo, a veces, me enfado  
con los compañeros, pero después  
les pido perdón y ellos me perdonan  
porque son muy buenos  
y tienen buen corazón.

Hoy quiero pedirte  
que me ayudes a usar estas palabras  
mágicas  
y que ayudes a mis compañeros  
para que las usen también  
y así llevar juntos amor a todos los lugares  
de mi colegio.  
Gracias, Jesús.

**Viernes, 6 de marzo**

### 1. Ahora "contigo"

En un momento de silencio, respira tranquilamente y olvídate de todo lo demás. Hazte consciente de tus propios sonidos: el aire entrando en tus pulmones, el latido de tu corazón, etc. Eres tú. Es ahora... Jesús está aquí. Salúdalo.



### 2. Ahora "llénate"

Cada mañana al despertar, nuestro amigo Marcelino Champagnat ofrecía su día, lleno de nuevos retos y compromisos, de actividades y personas, a la Buena Madre.

A ella le pedía ser mejor cristiano, parecerse cada vez más a su hijo Jesús...

### 3. Ahora "con todos"

Rezamos juntos esta oración a la Virgen María:

Querida Madre, acompáñame todos los días.

Ayúdame a portarme bien y ser un buen hijo,  
servicial y atento para lo que necesiten mi papá y mi mamá.

Quiero ser un buen hermano,  
que no discuta ni me pelee tan fácil por cosas que no son importantes.

Ayúdame en las cosas del colegio y  
a tener siempre una sonrisa para todos los que me rodean.

Ayúdame a vivir haciendo el bien, cómo le enseñaste a tu hijo Jesús.

Ayúdame a ser como Él y quererle con el alma y la vida.

### 4. ahora

Le pedimos a María que nos de fuerzas para parecernos a Jesús y llevar a cabo lo que él nos ha enseñado esta 1ª semana de Cuaresma: a cambiar la tristeza por el AMOR en nuestro **COLEGIO**.

Terminamos la oración rezando: Dios te Salve María...



## Lunes, 9 de marzo

Se recuerda la línea de tiempo personal que se entregó la primera semana.

Empezamos la segunda semana y seguimos con el cambio del corazón, quitando una parte del corazón de piedra y de forma opcional se puede poner la letra "E" de Jesús en la parada que estamos trabajando.

También se les puede entregar a cada alumno, la "E" sin color para que la vayan coloreando en cada oración de la semana y la coloquen en su mesa para recordar su compromiso semanal.



### 1. Ahora "contigo"

Hoy comenzamos la semana haciendo la Segunda parada en nuestro viaje: cierra los ojos, respira lentamente, guarda silencio en tu interior... Imagina que todo cuanto ves es a tu alrededor es todo un campo entero lleno de **PIEDRAS** enormes, rocas, montañas y árboles ...

Estamos en el monte **TABOR**.

### 2. Ahora "llénate"

Vídeo sobre la Transfiguración:

<https://www.youtube.com/watch?v=YXT7mSF1ZPA>

Adaptación del Evangelio de Mateo, II Domingo de Cuaresma (Mt 17, 1-4).

Seis días después, Jesús tomó consigo a Pedro, a Santiago y a su hermano Juan, y los llevó aparte a un monte alto. A la vista de ellos su aspecto cambió completamente: su cara brillaba como el sol y su ropa se volvió blanca como la luz. En seguida vieron a Moisés y Elías hablando con Jesús. Pedro tomó la palabra y dijo a Jesús: "Señor, ¡qué bien se está aquí! Si quieres, levantaré aquí tres tiendas: una para ti, otra para Moisés y otra para Elías".

### 3. Ahora "con todos"

Compartimos en voz alta la respuesta a las siguientes preguntas:

- ¿Quiénes subieron al monte?
- ¿Cómo se sentían los discípulos?
- ¿Qué le pasó a Jesús?

### 4. ahORA

Terminamos la oración, dando gracias a Jesús por todo lo que aprendemos de él y de su vida. Rezamos juntos un Padrenuestro.

Martes, 10 de marzo

### 1. Ahora "contigo"

Buenos días. Haz un repaso de lo que llevas de día, desde que te has despertado, te has levantado de la cama, te has vestido, has desayunado, has venido al cole...piensa en las personas con las que te has encontrado, en gestos, palabras... Queda un día por delante para querer y dejarte querer.



### 2. Ahora "llénate"

Ayer escuchábamos una historia en la que Jesús estaba en el monte con sus amigos y todos se encontraban muy a gusto, estaban contentos de estar juntos: "Señor, ¡qué bien se está aquí!", decía Pedro. Hoy se nos invita a pensar en esos momentos que pasamos en casa, con nuestra **FAMILIA**, con los que nos quieren y cuidan, momentos en los que estamos felices y contentos. Si vivimos felices no queremos que termine nunca. Como los discípulos que estaban con Jesús. No querían nada más que la felicidad de estar allí con él.

### 3. Ahora "con todos"

Piensa en alguien de tu familia a quien quieras mucho y con quien pases grandes momentos. Dedícale tu oración de hoy, pídele a Jesús que cuide de esa persona. Cuando el profesor/a lo avise, di su nombre en voz alta.

Al pensar en esas personas, notamos la sonrisa que se nos pone en la cara cuando decimos su nombre.

### 4. ahORA

Hoy, Jesús, te doy gracias por mi familia,  
por mi padre y mi madre, mis hermanos y hermanas,  
abuelos y abuelas.

Quando ellos me muestran su cariño  
es como si fueses tú quien me cuidase.  
Bendice, Señor, a cada uno de los miembros de mi familia.  
Jesús, mi buen amigo, camina siempre conmigo.

## Miércoles, 11 de marzo

### 1. Ahora "contigo"

Buenos días. Haz un repaso de lo que llevas de día, desde que te has despertado, te has levantado de la cama, te has vestido, has desayunado, has venido al cole...piensa en las personas con las que te has encontrado, en gestos, palabras... Queda un día por delante para querer y dejarte querer.

### 2. Ahora "llénate"

En este camino de Cuaresma, Jesús nos enseña que en cada lugar donde estemos, cada cosa que veamos a nuestro alrededor o en nuestro interior que no nos guste podemos cambiarla. Seguro que en nuestra **FAMILIA** hay algunos momentos de dificultad, de enfados, de tristeza... Es momento de ponernos manos a la obra y mejorar las relaciones en nuestra familia.

Notamos cuando pensamos en esos momentos difíciles, como se pone la cara triste.

### 3. Ahora "con todos"

El profesor/a escribe en grande en la pizarra la palabra FAMILIA. Quien quiera dice en voz alta si tuvo algún mal detalle con alguien (mamá, papá, hermano/a, abuelo/a, tío/a, primo/a, etc), a quién debe pedir perdón. Al terminar, nos agarramos de las manos para rezar.

### 4. ahORA

#### PERDÓN, SEÑOR

Perdóname, Señor:

Por las veces

que no soy generoso

y no comparto con los demás.

Por las veces

que ofendo a los otros,  
con palabras o mentiras.

Por las veces que

no escucho a mis padres

y creo sabérmelas todas.

Por las veces que peleo

con mis hermanos y amigos.

Por las veces que no cumplo con  
mis trabajos, tareas y estudio.

Por las veces que me olvido de  
ti.

Perdóname Señor,

Y dame una nueva oportunidad

Para vivir como Tú me enseñas.



Jueves, 12 de marzo

### 1. Ahora "contigo"

Buenos días. Haz un repaso de lo que llevas de día, desde que te has despertado, te has levantado de la cama, te has vestido, has desayunado, has venido al cole...piensa en las personas con las que te has encontrado, en gestos, palabras... Queda un día por delante para querer y dejarte querer.

### 2. Ahora "llénate"

Dios te ha hecho un gran regalo: una **FAMILIA**. En ella se encuentran las personas que más nos quieren y cuidan de nosotros. Escuchamos una canción que habla de lo alegres que estamos por poder disfrutar de ello:

[https://www.youtube.com/watch?v=l\\_AUNFfgvvg](https://www.youtube.com/watch?v=l_AUNFfgvvg)  
(mi familia es la gente que me quiere)

### 3. Ahora "con todos"

Compartimos con el compañero/a de nuestro lado qué vas a regalar a alguien de tu familia. Pero no un regalo material, sino qué gesto bonito vas a hacer hoy o cómo vas a ayudar a esa persona en concreto (un abrazo, un beso, una palabra bonita, ayudar a poner la mesa, etc.).

### 4. ahORA



Querido Jesús,  
Te doy gracias por tener  
una familia que me quiere.  
Te pido por todos los niños y niñas  
que no tienen la misma suerte que yo.  
Ayúdame a ser mejor  
con los que me cuidan y viven conmigo.  
Quiero ser un buen hijo  
y compartir con ellos mi tiempo,  
mi alegría y mi cariño.



**Viernes, 13 de marzo**

**1. Ahora "contigo"**

Buenos días. Haz un repaso de lo que llevas de día, desde que te has despertado, te has levantado de la cama, te has vestido, has desayunado, has venido al cole...piensa en las personas con las que te has encontrado, en gestos, palabras... Queda un día por delante para querer y dejarte querer.

**2. Ahora "llénate"**

Todos los días, nuestro amigo Marcelino Champagnat hablaba en su oración con la Buena Madre. A ella le contaba lo que guardaba su corazón, como quien se lo cuenta a una mamá.

Seguro que tú al volver del colegio, le cuentas a tu mamá todo aquello que hiciste, los amigos con los que estuviste, los sentimientos o emociones que viviste, ...

**3. Ahora "con todos"**

Te invitamos a escribir una pequeña frase a Nuestra Madre María (en la agenda o en algún cuaderno). Comparte con ella algo importante que te ha ocurrido durante esta semana.

Quien quiera, lee en voz alta la frase que le ha escrito a María.

**4. ahora**

Le pedimos a María que nos de fuerzas para parecernos a Jesús y llevar a cabo lo que él nos ha enseñado esta 2ª semana de Cuaresma: a cambiar la tristeza por el AMOR en nuestra **FAMILIA**.

Terminamos la oración rezando: Dios te Salve María...



## Lunes, 16 de marzo

Se recuerda la línea de tiempo personal que se entregó la primera semana.

Empezamos la tercera semana y seguimos con el cambio del corazón y de forma opcional se puede poner la letra "S" de Jesús en la parada que estamos trabajando.

También se les puede entregar a cada alumno, la "S" sin color para que la vayan coloreando en cada oración de la semana y la coloquen en su mesa para recordar su compromiso semanal.



### 1. Ahora "contigo"

Hoy comenzamos la semana haciendo la Tercera parada en nuestro viaje: cierra los ojos, respira lentamente, guarda silencio en tu interior... Imagina que cerca de ti hay un pozo, cuando te acercas y te asomas a él, puedes ver que está lleno de **AGUA** y puedes ver tu rostro reflejado en esa agua ...

Estamos en **SICAR**.

### 2. Ahora "llénate"

Vídeo sobre la Samaritana:

<https://www.youtube.com/watch?v=GBZr-OyprGY>

Adaptación del Evangelio de Juan, III Domingo de Cuaresma (Jn 4, 5-42).

En aquel tiempo, llegó Jesús a un pueblo de Samaria, una ciudad donde no eran amigos con los judíos. Jesús, cansado del camino, estaba allí sentado junto al manantial, Era alrededor del mediodía. Llega una mujer de Samaria a sacar agua, y Jesús le dice: «Dame de beber, por favor.»

La samaritana le dice: «¿Cómo tú, siendo judío, me pides de beber a mí, que soy samaritana?» Porque los judíos no son amigos de los samaritanos.

Jesús le contestó: «Yo soy amigos de todos, da igual dónde viva y de dónde sea.»

### 3. Ahora "con todos"

Compartimos en voz alta la respuesta a las siguientes preguntas:

- ¿Dónde estaba Jesús?
- ¿Con quién se encontró?
- ¿Qué le pide Jesús a la mujer?
- ¿Cómo reacciona ella ante la actitud de Jesús?

### 4. ahORA

Terminamos la oración, dando gracias a Jesús por todo lo que aprendemos de él y de su vida. Rezamos juntos un Padrenuestro.

Martes, 17 de marzo

### 1. Ahora "contigo"

Toma una postura cómoda. Sentado, con la espalda pegada al respaldo de la silla y los pies apoyados en el suelo.

Un pequeño ejercicio: cierra los ojos y pon tu mano en tu barriga. Respira tranquilamente y siente como se llena de aire. Este momento es para estar con Jesús, para escucharlo. En un momento de silencio, hazte consciente de quién eres, de dónde estás, de ti mismo. Siente que no estás solo. Jesús aquí y ahora está contigo.

### 2. Ahora "llénate"

Ayer escuchábamos una historia en la que Jesús estaba cerca de un pozo y se le acercaba una mujer que iba a por agua. Esa mujer estaba sola y marginada por ser pobre y de un pueblo llamado Samaria. Aun así, a Jesús no le importó lo que dijeran de ella, le habló, la trató bien... Hoy se nos invita a pensar en esas **personas** de nuestro alrededor que conozcamos que están **NECESITADAS, QUE NECESITEN QUE ALGUIEN COMPARTA VIDA CON ELLOS**, de compañía, de amor, que están solas, que sufren, que no tienen para comer o vestir...

### 3. Ahora "con todos"

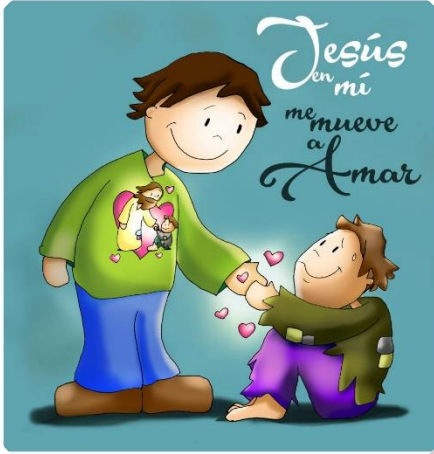
Piensa en alguien de tu alrededor o del mundo que sepas que esté pasando necesidad. Dedícale tu oración de hoy, pídele a Jesús que cuide de esa o esas personas. Cuando el profesor/a lo avise, di su nombre en voz alta.

### 4. ahORA

Señor, quiero ayudar a los demás como tú,  
que donde haya odio ponga yo amor,  
donde haya ofensa perdón,  
donde haya error ponga yo verdad.  
El mundo necesita que el amor  
sea el motor de sus acciones,  
el motor de su historia.  
CUENTA CONMIGO, SEÑOR.



## Miércoles, 18 de marzo



### 1. Ahora "contigo"

Toma una postura cómoda. Sentado, con la espalda pegada al respaldo de la silla y los pies apoyados en el suelo.

Un pequeño ejercicio: cierra los ojos y pon tu mano en tu barriga. Respira tranquilamente y siente como se llena de aire. Este momento es para estar con Jesús, para escucharlo. En un momento de silencio, hazte consciente de quién eres, de dónde estás, de ti mismo. Siente que no estás solo. Jesús aquí y ahora está contigo.

### 2. Ahora "llénate"

En este camino de Cuaresma, Jesús nos enseña que en cada lugar donde estemos, cada cosa que veamos a nuestro alrededor o en nuestro interior que no nos guste podemos cambiarla. Seguro que podemos, como Jesús, "podemos dar de beber", ser solidarios, ayudar a alguien que lo **NECESITE** ...Es momento de ponernos manos a la obra, dar nuestro granito de arena y colaborar para que el mundo sea mejor.

### 3. Ahora "con todos"

El profesor/a escribe en grande en la pizarra la palabra **NECESITADOS**. Quien quiera dice en voz alta qué cosas podemos hacer juntos para ser solidarios/as con alguien. Al terminar, nos agarramos de las manos para rezar.

### 4. ahORA

#### LOS PASOS DE JESÚS

Caminar en los pasos de Jesús  
es vivir atentos  
a las necesidades de los demás,  
y comprometerse  
en la vida digna de todos.  
Señor de la Vida,  
tú pasaste haciendo el bien,  
mostrándonos el camino  
de la solidaridad y el amor.  
Danos un corazón solidario  
que nos abra los ojos  
para ver lo que está mal  
e intentemos cambiarlo.



**Jueves, 19 de marzo**

### 1. Ahora "contigo"

Toma una postura cómoda. Sentado, con la espalda pegada al respaldo de la silla y los pies apoyados en el suelo.

Un pequeño ejercicio: cierra los ojos y pon tu mano en tu barriga. Respira tranquilamente y siente como se llena de aire. Este momento es para estar con Jesús, para escucharlo. En un momento de silencio, hazte consciente de quién eres, de dónde estás, de ti mismo. Siente que no estás solo. Jesús aquí y ahora está contigo.



### 2. Ahora "llénate"

Compartir lo que tenemos con los demás es muy divertido y, además, ver cómo los demás son felices nos hace disfrutar el doble. Escuchamos una canción que dice que compartir, preocuparse por los demás y dar nuestra ayuda a los que tienen poco es algo hermoso:

<https://www.youtube.com/watch?v=oTEB9TLve2M>

### 3. Ahora "con todos"

Compartimos con el compañero/a de nuestro lado que queremos compartir hoy con los demás.

### 4. ahORA

#### HORA DE COMPARTIR

Jesús:  
Un día que estabas reunido  
con más de tres mil personas,  
te diste cuenta de que  
tenían hambre y les invitaste  
a compartir lo que tenían:  
unos panes y unos peces;  
y al compartir lo que tenían  
llegó para todos y aún sobró.  
Ese es el milagro de tu amor.

Hoy te quiero pedir, Señor,  
por todos los niños del mundo.  
Sé que muchos no comen,  
otros trabajan, en vez  
de ir al cole, para llevar dinero a sus casas  
y otros no son queridos.  
Así que te pido  
que les hagas sentir tu amor.



Viernes, 20 de marzo



### 1. Ahora "contigo"

Toma una postura cómoda. Sentado, con la espalda pegada al respaldo de la silla y los pies apoyados en el suelo.

Un pequeño ejercicio: cierra los ojos y pon tu mano en tu barriga. Respira tranquilamente y siente como se llena de aire. Este momento es para estar con Jesús, para escucharlo. En un momento de silencio, hazte consciente de quién eres, de dónde estás, de ti mismo. Siente que no estás solo. Jesús aquí y ahora está contigo.

### 2. Ahora "llénate"

Un día nuestro amigo Marcelino Champagnat se dio cuenta de que, a su alrededor, había muchos niños y niñas que estaban abandonados, olvidados, que tenían muchas necesidades.

Así que reunió a un grupo de hermanos jóvenes amigos suyos, y juntos decidieron crear colegios en los que se enseñaran muchas cosas, entre ellas, a amar a Jesús.

Y es que Marcelino tenía como ejemplo a María, una mujer llena de ternura, que siempre acogía a todos como Buena Madre.

### 3. Ahora "con todos"

Rezamos juntos esta oración a María pidiéndole por los que más lo necesitan:

Buena Madre, a quien tenga mil dificultades: ayúdale.

De los enemigos del alma: sálvale.

En sus dudas y penas: ilumínale.

En sus soledades: acompáñale.

En sus enfermedades: cuidale.

Con tu corazón de mamá: ámale.

Amén

### 4. ahORA

Le pedimos a María que nos de fuerzas para parecernos a Jesús y llevar a cabo lo que él nos ha enseñado esta 3ª semana de Cuaresma: a cambiar la tristeza por el AMOR en las **personas NECESITADAS**.

Terminamos la oración rezando: Dios te Salve María...

## Lunes, 23 de marzo

Se recuerda la línea de tiempo personal que se entregó la primera semana.

Empezamos la cuarta semana y seguimos con el cambio del corazón y de forma opcional se puede poner la letra "U" de Jesús en la parada que estamos trabajando.

También se les puede entregar a cada alumno, la "U" sin color para que la vayan coloreando en cada oración de la semana y la coloquen en su mesa para recordar su compromiso semanal.



### 1. Ahora "contigo"

Hoy comenzamos la semana haciendo la Cuarta parada en nuestro viaje: cierra los ojos, respira lentamente, guarda silencio en tu interior... Imagina que cerca de ti hay una **FUENTE**, puedes ver que de ella sale AGUA. Acerca tus manos y tócala, está fresca...

Estamos en **SILOÉ**.

### 2. Ahora "llénate"

Adaptación del Evangelio de Juan, IV Domingo de Cuaresma (Jn 9, 1-41)

En aquel tiempo, al pasar Jesús vio a un hombre que solo veía lo malo que había a su alrededor. Jesús se puso a hablar con él y le puso unas gafas sin cristales, unas gafas limpias para explicarle que hay cosas buenas a nuestro alrededor. Por eso le dijo:

- «Ve a lavarte los ojos siempre que veas lo negativo y piensa en lo que hemos hablado.»

Él fue, se lavó, y volvió con vista todo lo bonito (...)

(Jesús) Lo encontró y le dijo: «¿Crees tú en el Hijo del hombre?»

Él contestó: «¿Y quién es, Señor, para que crea en él?»

### 3. Ahora "con todos"

Compartimos en voz alta la respuesta a las siguientes preguntas:

- ¿Con quién se encontró Jesús?
- ¿Qué le pasaba al hombre?
- ¿Qué le hace Jesús? ¿Dónde lo manda?
- ¿Por qué recobra la vista el ciego?

### 4. ahora

Terminamos la oración, dando gracias a Jesús por todo lo que aprendemos de él y de su vida. Rezamos juntos un Padrenuestro.

**Martes, 24 de marzo**

**1. Ahora "contigo"**

En un momento de silencio, hazte consciente de quién eres, de dónde estás, de ti mismo/a. Siente que no estás solo. Tu amigo Jesús, aquí y ahora, está contigo.



**2. Ahora "llénate"**

Ayer escuchábamos una historia en la que Jesús ayuda a un ciego de nacimiento a recobrar la vista. Ese hombre tenía una dificultad y él estuvo a su lado para ayudarlo... Hoy se nos invita a pensar en nuestros **AMIGOS**, esas personas que parecen de nuestra familia por lo mucho que las queremos, que siempre están a nuestro lado para ayudarnos, escucharnos, divertirnos...son como un tesoro.



**3. Ahora "con todos"**

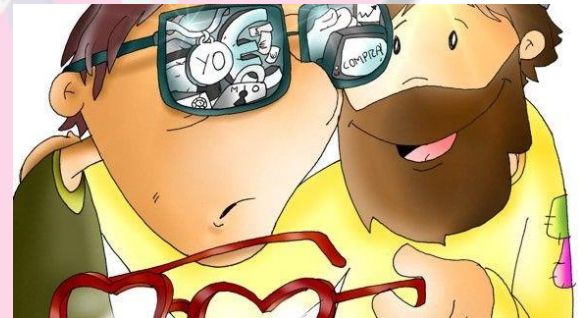
Piensa en alguien de tu alrededor al que consideres tu amigo o amiga. Dedícale tu oración de hoy, pídele a Jesús que cuide de esa persona. Cuando el profesor/a lo avise, di su nombre en voz alta.

**4. ahORA**

**POR MIS AMIGOS**

Jesús, acuérdate de mis amigos.  
Te doy gracias por todos ellos.  
Son muy buenos  
y los quiero mucho.  
Protégelos y cuídalos.  
Dales cada día

tu abrazo de Padre.  
Acompáñalos siempre  
de día y de noche  
y en todas partes.  
Que gocen de buena salud.


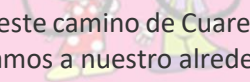


## Miércoles, 25 de marzo

### 1. Ahora "contigo"


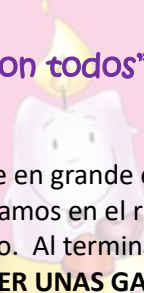
En un momento de silencio, hazte consciente de quién eres, de dónde estás, de ti mismo/a. Siente que no estás solo. Tu amigo Jesús, aquí y ahora, está contigo.

### 2. Ahora "llénate"



En este camino de Cuaresma, Jesús nos enseña que en cada lugar donde estemos, cada cosa que veamos a nuestro alrededor o en nuestro interior que no nos guste podemos cambiarla. Seguro que podemos, como Jesús, acercarnos a las personas y hacerlas sentir queridas...Es momento de ponernos manos a la obra, y contagiar la amistad allá donde estemos.


### 3. Ahora "con todos"



El profesor/a escribe en grande en la pizarra la palabra **AMIGOS**. Vamos a pensar el nombre de algún niño/a que veamos en el recreo solito/a y vamos a compartir de qué manera podemos hacernos amigo suyo. Al terminar, nos agarramos de las manos para rezar. **PARA ESO TENEMOS QUE TENER UNAS GAFAS ESPECIALES PARA VER ESAS SITUACIONES.**

### 4. ahora

#### **CONTIGO NO HAY SOLEDAD**



Padre de todas las personas,  
cuida a los que no están contentos,  
a los que están solos, y sobre todo  
dale sentido del humor  
a los que no saben reírse.  
Contigo el corazón se alegra  
y se quitan todos los miedos.  
Ayúdanos a todos  
a vivir siendo amigos tuyos.



Jueves, 26 de marzo

### 1. Ahora "contigo"

En un momento de silencio, hazte consciente de quién eres, de dónde estás, de ti mismo/a. Siente que no estás solo. Tu amigo Jesús, aquí y ahora, está contigo.

### 2. Ahora "llénate"

Todas las mañanas tenemos la suerte de venir al colegio y disfrutar del día con nuestros **AMIGOS** y **AMIGAS** del colegio. Con ellos puedo jugar, aprender muchas cosas, darles mi cariño... Un amigo es alguien con quien siempre podemos contar, que siempre estará a nuestro lado. Escuchemos una canción muy divertida que nos muestra que nuestros amiguitos son todos muy diferentes, ¡vaya suerte!

<https://www.youtube.com/watch?v=UBtdvYL6rTI>

### 3. Ahora "con todos"

Damos un abrazo al compañero/a que tenemos al lado, como símbolo de nuestra amistad. ¡¡Todos somos amigos y amigas!!

### 4. ahora

#### GRACIAS, JESÚS

Gracias, Jesús, porque te ocupas  
de que a mi alrededor  
haya personas que me quieren.  
A través de ellos me llega tu amor.  
Gracias por mis padres,  
mis hermanos, mis profes,  
mis amigos y toda la gente  
del mundo entero. Cuídanos, Jesús.



#Somos 

**Viernes, 27 de marzo**

**1. Ahora "contigo"**

En un momento de silencio, hazte consciente de quién eres, de dónde estás, de ti mismo/a. Siente que no estás solo. Tu amigo Jesús, aquí y ahora, está contigo.

**2. Ahora "llénate"**

Marcelino tenía muchos amigos, desde que era estudiante en el colegio hasta que fundó los hermanos. A pesar de que cada uno de ellos eran de distintas edades, él los quería y les enseñaba a llevarse bien entre todos teniendo una convivencia donde reinara el respeto y el amor. Si alguna vez tenían enfados, él mediaba como un padre para que se reconciliaran.

**3. Ahora "con todos"**

Vamos, en silencio, a darle gracias a María por los amigos que tenemos. Y, sobre todo, le damos gracias porque ella dijo Sí al plan que Dios tenía pensado y fue la mamá del mejor amigo que tenemos, que siempre está a nuestro lado, nos quiere y ayuda: Jesús.

Virgen Santa María,  
tú que dijiste que sí,  
ayúdame a hacer siempre  
lo que Dios me pide a mí.

**4. ahora**

Le pedimos a María que nos de fuerzas para parecernos a Jesús y llevar a cabo lo que él nos ha enseñado esta 4ª semana de Cuaresma: a cambiar la tristeza por el **AMOR** con los **AMIGOS y AMIGAS**.

Terminamos la oración rezando: Dios te Salve María...



**#Somos**

## Lunes, 30 de marzo

Se recuerda la línea de tiempo personal que se entregó la primera semana. Empezamos la quinta semana y seguimos con el cambio del corazón y de forma opcional se puede poner la letra "S" de Jesús en la parada que estamos trabajando. También se les puede entregar a cada alumno, la "S" sin color para que la vayan coloreando en cada oración de la semana y la coloquen en su mesa para recordar su compromiso semanal.

### 1. Ahora "contigo"

Hoy comenzamos la semana haciendo la Quinta parada en nuestro viaje: cierra los ojos, respira lentamente, guarda silencio en tu interior... Imagina que es de noche, todo se ve de color negro. De repente, a lo lejos, hay una pequeña **LUZ** blanca que se va acercando hasta acabar con esa oscuridad...

Estamos en **BETANIA**.

### 2. Ahora "llénate"

Adaptación del Evangelio de Juan, V Domingo de Cuaresma (Jn 11, 1-45)

Cuando Jesús llegó, Lázaro llevaba ya cuatro días muy mal. Cuando Marta se enteró de que llegaba Jesús, salió a su encuentro, mientras María se quedaba en casa. Y dijo Marta a Jesús: «Jesús, si hubieras estado aquí mi hermano no estaría tan mal.»

Jesús le dijo: «Tu hermano volverá a ser la persona buena que era antes.»

Marta respondió: «Sé que volverá a ser como antes.»

Jesús le dice: «Yo soy la resurrección y la vida: el que cree en mí, aunque esté muy mal, vivirá; y el que está vivo y cree en mí, estará bien para siempre. ¿Crees esto?»

Ella le contestó: «Sí, Señor: yo creo que tú eres el que tenía que venir al mundo para enseñarnos como ser buenas personas.»

### 3. Ahora "con todos"

Compartimos en voz alta la respuesta a las siguientes preguntas:

- ¿Qué noticia le cuentan a Jesús?
- ¿Quién sale a buscar a Jesús?
- ¿Qué le dice Jesús que ocurrirá a Lázaro?
- ¿Cómo reacciona ella ante la actitud de Jesús?

### 4. ahora

Terminamos la oración, dando gracias a Jesús por todo lo que aprendemos de él y de su vida. Rezamos juntos un Padrenuestro.



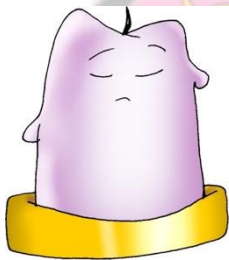


Martes, 31 de marzo

1. Ahora "contigo"

Hoy, comenzamos el día juntos con un momento de oración. Para ello, cerramos los ojos, tomamos aire por nuestra nariz y lo soltamos lentamente por la boca. Nuestro amigo Jesús está aquí y ahora con nosotros, sentado a nuestro lado.

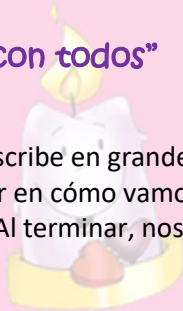
2. Ahora "llénate"



Ayer escuchábamos una historia en la que Jesús ayuda a un hombre llamado Lázaro que se había convertido en una mala persona. Estando con Jesús no hay lugar para la oscuridad ni la maldad, todo es alegría y vida. Hoy se nos invita a pensar en el don de la VIDA.

3. Ahora "con todos"

El profesor/a escribe en grande en la pizarra la palabra **VIDA**. Vamos a pensar en cómo vamos a aprovechar este día para vivirlo a tope. Al terminar, nos agarramos de las manos para rezar.



4. ahora

PARA EL NUEVO DÍA, DANOS SEÑOR...

Alegría para ser siempre amables.

Ganas para estar siempre dispuestos.

Generosidad para compartir.

Amigos para echarles una mano.

Necesidad para dejarnos ayudar.

Fe para confiar en nuestro amigo Jesús.

Amén

## Miércoles, 1 de abril

### 1. Ahora "contigo"

Hoy, comenzamos el día juntos con un momento de oración. Para ello, cerramos los ojos, tomamos aire por nuestra nariz y lo soltamos lentamente por la boca. Nuestro amigo Jesús está aquí y ahora con nosotros, sentado a nuestro lado.

### 2. Ahora "llénate"

Vamos a pensar en cuando éramos pequeños/as, seguro que nos han contado muchas anécdotas de esa época, de nuestras primeras palabras, cuando empezamos a caminar, habremos visto fotos.... Imagina cuando naciste y cómo poco a poco has ido creciendo como un arbolito que al principio es pequeño y luego casi toca el cielo.

### 3. Ahora "con todos"

Piensa en alguien de tu alrededor que acabe de nacer: un hermanito/a, un amiguito/a. Dedicale tu oración de hoy, pídele a Jesús que cuide de ese bebé que acaba de llegar a este mundo. Cuando el profesor/a lo avise, di su nombre en voz alta.

### 4. ahORA

## AMAR ES DAR LA VIDA

Aman como Jesús,  
todos los que se sienten responsables de los demás,  
y buscan lo mejor para el otro.  
Aman como Jesús,  
todos los que practican el bien comenzando  
por el que tienen al lado.  
Aman como Jesús,  
los que cuidan de los demás.  
Aman como Jesús,  
los que comparten  
la vida de los pobres,  
los que buscan un mundo mejor para todos, para todos...  
Aman como Jesús,  
los que aman hasta darlo todo.

## Jueves, 2 de abril

### 1. Ahora "contigo"

Hoy, comenzamos el día juntos con un momento de oración. Para ello, cerramos los ojos, tomamos aire por nuestra nariz y lo soltamos lentamente por la boca. Nuestro amigo Jesús está aquí y ahora con nosotros, sentado a nuestro lado.

### 2. Ahora "llénate"

¡Qué bonito es poder disfrutar de la aventura que es vivir! Dios creó este mundo para que podamos disfrutarlo y, para ello, debemos cuidarlo como si fuera nuestra propia casa. Escuchemos esta canción en la que se nos da algunas pistas:

<https://www.youtube.com/watch?v=H4W7H8TL3i4>

(cuidado de la vida, del planeta)

### 3. Ahora "con todos"

Haz un sencillo dibujo en tu agenda de algún elemento de la naturaleza o un animal por el que quieras dar gracias a Dios.

### 4. ahora

Te damos gracias,

por la luna y las estrellas que brillan en la noche;

por la luz y el calor del sol,

por la lluvia y el agua fresca, por el arco iris multicolor,

por el viento y el aire que respiramos,

por los verdes montes y el mar azul,

por las plantas y los árboles, por tantas especies de animales...

Haz que todas estas cosas bellas que vienen de ti,

nos hablen de tu grandeza, de tu presencia y del amor que tú Señor, nos tienes.



**Viernes, 3 de abril**

### 1. Ahora "contigo"

Hoy, comenzamos el día juntos con un momento de oración. Para ello, cerramos los ojos, tomamos aire por nuestra nariz y lo soltamos lentamente por la boca. Nuestro amigo Jesús está aquí y ahora con nosotros, sentado a nuestro lado.

### 2. Ahora "llénate"

Ya terminamos este camino de Cuaresma, que iniciamos hace ya casi 40 días... Hemos pasado por muchos lugares y aprendido muchas cosas de nuestro amigo Jesús: que siempre trata de comportarse bien con los demás, que cuidaba de su familia, que pasaba tiempo con sus amigos y amigas, que usaba su tiempo para ayudar a los más necesitados y que, ante todo, creó VIDA y terminó la suya entregándose por AMOR...

Además, hemos intentado mejorar por dentro lo que no funcionaba bien en nosotros y así parecemos un poco más a Él.

### 3. Ahora "con todos"

Leemos juntos esta oración:

Te pido Jesús que estés en mi boca, para ayudarme a decir siempre la verdad.

Te pido Jesús que estés en mis oídos para ayudarme a escuchar siempre lo bueno.

Te pido Jesús que estés en mis ojos para ayudarme a ver siempre el mundo bonito que has hecho.

Te pido Jesús que estés en mis manos para ayudarme a hacer siempre lo correcto.

Te pido Jesús que estés en mis pies para ayudarme a caminar siempre tus caminos.

Te pido Jesús que estés en mi corazón para ayudarme siempre a ser tu hijo.

AMEN.

### 4. ahORA

Terminamos la oración rezando: Padre Nuestro...



¡¡ SOMOS  