

ORACIONES DIARIAS

2º Y 3º CICLO DE PRIMARIA

Miércoles, 26 de febrero

1. AHORA "CONTIGO"

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

2. AHORA "LLÉNATE"

Hoy es **miércoles de ceniza**, día que da comienzo a este tiempo litúrgico: LA CUARESMA. De aquí a Semana Santa intentaremos hacer este camino hacia la pascua y para ello es importantísimo el momento de la oración de la mañana.

"Conviértete Y Cree en el Evangelio" es la frase que se dice cuando se recibe la ceniza.

La ceniza es un símbolo que utiliza la Iglesia para hacernos caer en la cuenta de varias cosas. Tiene varios sentidos:

El más obvio es el de que se ha quemado algo. Cuando esto pasa lo que queda es sólo ceniza.

Pero, además, la ceniza no sólo es un recuerdo de algo que ya no existe, es también un abono natural para la tierra, para que produzca más.

Éste es el sentido de la Cuaresma: quemar aquello que no nos ayuda a ser felices, que nos hace difícil vivir el estilo de Jesús. Y a la vez no olvidarlo, porque tenemos una historia previa, y ésa es la que nos enseña a seguir caminando, es el abono para que en cada uno de nosotros nazca algo mejor.

En el evangelio de hoy Dios nos habla de "**Oración, ayuno y limosna**".

Dice... "cuando hagas limosna, que no sepa tu mano izquierda lo que hace tu derecha; así tu limosna quedará en secreto". "Cuando vayas a rezar, entra en tu habitación, cierra la puerta y reza a tu Padre". "Cuando ayunes perfúmame la cabeza y lávate la cara, para que tu ayuno no lo note la gente, si no Dios".

Seguro que nos suenan estas tres palabras que deben ser claves para poder vivir la cuaresma. La cuaresma, que es un tiempo de conversión, de destruir lo malo para ser mejores nos dice que recemos, para estar más cerca de Dios, que estemos mucho más cerca del que está necesitado y que ayunemos de algo que sabemos que está mal pero igualmente lo hacemos... y que cada vez que lo evitemos nos acordemos de Dios y se lo ofrezcamos.

Ahora, piensa para ti:

¿Cómo vas a mejorar tu oración durante esta Cuaresma?

¿En qué se va a notar tu limosna?

¿De qué vas a ayunar estos cuarenta días que vienen por delante?

Compartimos juntos las respuestas de alguna de las preguntas anteriores.

4. AHORA

Terminamos poniendo nuestra Cuaresma en manos de Dios, junto a María, pidiendo que ella nos acompañe durante esta Cuaresma y le rezamos juntos un Ave María.

Jueves, 27 de febrero

1. AHORA "CONTIGO"

En un momento de silencio, respira tranquilamente y olvídate de todo lo demás. Hazte consciente de tus propios sonidos. Eres tú. Es ahora... Dios está aquí. Salúdalo.

2. AHORA "LLÉNATE"

Preparando nuestra Cuaresma debemos ser muy conscientes de todo lo maravilloso que tenemos en nuestra vida y abrir mucho los ojos, y tener muy preparadas nuestras manos para convertir los lugares de sufrimiento en lugares de amor de Dios. Y es que Dios se encuentra en todas partes, desde lo más bonito que tenemos alrededor, en nuestra familia, en el cole, entre nuestros amigos, los profes, los hermanos... pero también está en las personas que sufren, que no tienen tanta suerte como nosotros, en los enfermos, en los lugares donde la guerra mata a tantas personas... ahí también está Dios, pero tenemos que estar muy atentos para ser capaces de verlo... Atentos a este video:

<https://www.youtube.com/watch?v=PyIAX6sEXnM>

*Nota para el profesor: páralo en el 0:53 y pregunta a la clase...

-¿Qué creéis que le pasa al niño?

-¿Por qué han llamado a su madre desde el cole?

-¿Por qué están preocupados?

3. AHORA "CON TODOS"

¿Qué es lo que le pasaba al niño?

¿Por qué la madre termina llorando?

¿Esperabas este final?

¿Y contigo, también puede alguien ver a Dios?

4. AHORA

Juntos, terminamos nuestra oración de hoy dando gracias, por todas las personas que son reflejo de Dios, que con sus acciones cuidan y llevan alegría y amor a aquellos que no lo tienen y rezamos un Padre Nuestro.

Viernes, 28 de febrero

1. AHORA "CONTIGO"

Crea silencio y toma consciencia de tu propio latido del corazón. Estas vivo, tienes un nuevo día por delante. Saluda a Dios dándole las gracias por esta nueva oportunidad.

2. AHORA "LÉNATE"

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

Vamos a escuchar muy atentos una canción, aquí tenéis la letra para que la podáis ir leyendo...

Tiene un cañón de alegría disparando en los ojos
Y todo aquel que la mira se llena de amor
Es el ángel de la guarda para los demonios
Le juro que no le exagero, todo es corazón

Tiene la vida más vida si la tienes cerca
Es el paraguas, no te baila el agua sin más
Tiene la risa que alivia todos los problemas
Es esa palabra que escucha cada suspirar

Es una vela encendida porque si hay un día en
la oscuridad
Vierte un ratito en la herida, por eso es mi amiga
para bien y mal

Qué bonito es saber qué siempre estás ahí
Quiero que sepas que voy a cuidar de ti
Qué bonito es querer y poder confiar
Afortunado yo por tener tu amistad

Es la orillita del agua vencida que rompe
Cuando se pone valiente no sabe frenar
No tiene miedo a la gente, lucha en el desorden
Que la justicia gana ya por la libertad

Es una vela encendida porque si hay un día en
la oscuridad
Vierte un ratito en la herida, por eso es mi amiga
para bien y mal

Qué bonito es saber qué siempre estás ahí
Quiero que sepas que voy a cuidar de ti
Qué bonito es querer y poder confiar
Afortunado yo por tener tu amistad

Ella no supo qué hacer cuando la derrotaron
Ella aprendió de las lágrimas, harta de llorar
Por ello tiene ese brillo y el grito de un faro
Es el paso pal caminito perdido encontrar

Qué bonito es saber qué siempre estás ahí
Quiero que sepas que voy a cuidar de ti
Qué bonito es querer y poder confiar
Afortunado yo por tener tu amistad

Qué bonito es saber qué siempre estás ahí
Quiero que sepas que voy a cuidar de ti
Qué bonito es querer y poder confiar
Afortunado yo por tener tu amistad

Qué bonito es saber qué siempre estás ahí
Quiero que sepas que voy a cuidar de ti
Qué bonito es querer y poder confiar
Afortunado yo por tener tu amistad

3. AHORA "CON TODOS"

¿Qué nombre crees que tiene esta canción?

Respuesta: Que bonito es querer

¿Y vosotros, creéis que es bonito querer?

¿Mientras escuchabais la canción erais capaces de pensar en alguien de vuestra vida?

Para terminar, y con esa persona a la que tanto queremos en la cabeza, Algún amigo, nuestra madre, un primo o una amiga de la playa... rezamos juntos a Dios dándole gracias por estar ahí presente en ese amor tan grande entre dos personas que siempre pueden contar la una con la otra.

Lunes, 2 de marzo

1. AHORA "contigo"

Intenta este ejercicio para serenarte:

Cierra los ojos y respira con normalidad.

Concéntrate en los sonidos que nacen de ti: latidos, respiración...

Dios también está en tu interior y quiere hablarte desde ahí.

Pídele a Dios que se acerque a ti en este día.

2. AHORA "llénate"

DEL EVANGELIO DEL DOMINGO. Ubicación: desierto



En aquel tiempo, Jesús fue llevado al **desierto** por el Espíritu para ser tentado por el diablo. Y después de ayunar cuarenta días con sus cuarenta noches, al fin sintió hambre. El tentador se le acercó y le dijo: "Si eres Hijo de Dios, di que estas piedras se conviertan en panes." Pero él le contestó, diciendo: "Está escrito: "No sólo de pan vive el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios."

3. AHORA "con todos"

Hemos escuchado la primera tentación que tiene Jesús en el desierto... Vamos a intentar rezar con ella.

¿Por qué Dios permite esto o lo otro? ¿Por qué no hace que se paren los tsunamis o que no haya enfermedad, o que no haya hambre, o fulmina a los violentos y convierte los corazones de piedra en espíritus limpios?...

Tal vez porque nos ha hecho capaces de alcanzar todo eso por nosotros mismos.

Tal vez porque Dios no ha creado un teatro de marionetas que bailan a su antojo, sino **seres libres**, capaces de buscar, compartir y construir un futuro –el reino–, sin otro truco que siendo buenos unos con otros.

Y en ese sentido las soluciones a los problemas reales no van a venir de un genio saliendo de una lámpara, sino de la capacidad de cada uno, **también yo**, para buscar propuestas válidas para hacer de nuestro mundo un lugar mejor dónde vivir.

¿Tal vez en ocasiones yo también busco algún truco? ¿Tal vez espero soluciones mágicas para problemas reales?

¿Qué problemas reales (propios y ajenos) está a mi alcance solucionar?

Dejamos un momento personal de oración.

4. AHORA

Termina poniendo tu día en manos de Dios, pidiéndole que te ayude a tomar las riendas de tu vida para poner todo de tu parte en el camino de **un mundo mejor y más justo donde todos cuidemos de todos.**

Martes, 3 de marzo

1. AHORA "contigo"

Toma conciencia de dónde y con quién estás. Ahora céntrate en ti, en las sensaciones que tienes hoy. Dedicar dos minutos a ellos. Lo puedes hacer con los ojos cerrados. Termina saludando al Padre.

2. AHORA "llénate"

EL LABERINTO DE LAS EXCUSAS

Dice un refrán que «de buenas intenciones está el infierno lleno». Y es verdad. ¿Cuántas veces te ha tocado empezar una frase queriendo justificar que has hecho algo mal? Entonces se te llena la boca de «No, verás, es que...», o «Si yo iba a...», «yo quería...» y detrás vienen explicaciones, justificaciones, mil y un motivos que te sirven (quizás) para descargar un poco la mala conciencia de haber actuado mal, de no haber hecho lo que te habías propuesto o lo que otros esperaban de ti. Las excusas lo mismo te sirven para justificar lo que has hecho o lo que has dejado sin hacer: que no has estudiado, que no has llevado los deberes, que no paras de criticar, que ningún día te acuerdas de la ropa de educación física, que nunca encuentras tiempo para rezar, que no cuidas bien a tus amigos...

Entendedme. Las excusas a veces son reales. No siempre hacemos las cosas mal. Es verdad que hay ocasiones en que los buenos propósitos tropiezan con obstáculos, imprevistos y situaciones que impiden que uno haga todo aquello que se había propuesto. A veces, de verdad, tienes excusa. Y la cuentas. Y no hay más.

También puede ocurrir que tú sepas que tus excusas no son reales. Pero las ves como mentiras piadosas. No es el ideal, pero a veces ...

El problema es cuando uno empieza a creerse sus propios cuentos. Porque, si te examinas un poco, descubres que algunas excusas son tan solo ficciones que uno intenta contar (a otros o a sí mismo)

para justificarse. Pequeños engaños para adornar una realidad que no te gusta mucho o para enmascarar las cosas que sabes que no estás haciendo bien.

¿Por qué hablar de laberinto en este caso? Porque te vas enredando en justificaciones y excusas que te impiden ver el problema. E incluso puede ser que vayas enredando a otros, que quieren creerte. A veces la salida más sencilla es reconocer las cosas como son. Darse permiso para no ser tan cumplidor, o para equivocarse. Aceptar que algo no va como esperabas, o como debía haber sido. Pedir perdón si es necesario.

José María Rodríguez Olaizola, sj

¿Ante qué situaciones sueles poner excusas?

¿Te han llevado en alguna ocasión a un laberinto de excusas para poder justificar algún fracaso?

3. AHORA "con todos"

Compartimos algunas de estas ideas

4. AHORA

Rezamos juntos.

Señor, hoy te decimos que queremos ser sinceros,
ser capaces de reconocer nuestros errores,
de aceptar que no somos perfectos.

Gracias Padre, porque nos quieres tal cual somos.

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. Eres tú. Es ahora... Dios está aquí. Salúdalo.

2. AHORA "lénate"

Hoy vamos a rezar a través de María. Ella nos acerca a Jesús.

MARÍA, UNA PERSONA SENCILLA Y DISCRETA

No sabemos nada de la vida diaria de María; pero lo que sí sabemos es que una persona que está abierta a lo que Dios le pide, vive su vida diaria a la luz de lo que entiende que es la Voluntad del Padre, lo que Él quiere.

Hoy te proponemos vivir la sencillez de María. Esta actitud que generalmente nos gusta de Ella, significa hacer las cosas sin llamar la atención, sin pavonearnos. Ayudar a la gente, vivir nuestros

éxitos, hacer cosas buenas, con naturalidad, como una cosa más de la vida, sin por ello creernos superiores; más aún, dar por ello gracias a Dios.

Piensa cómo sueles actuar...

- Ante las cosas que haces, ante lo que te parece que haces bien, ¿te gusta presumir?
- ¿Buscas que todos te miren?
- ¿O te lo tomas con sencillez como María?
- ¿Crees que merece la pena tomártelo con sencillez o te parece una tontería?



3. AHORA "con todos"

Compartimos en parejas alguna de las ideas que nos hayan surgido.

4. AHORA

Rezamos juntos un Ave María.

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. Eres tú. Es ahora... Dios está aquí. Salúdalo.

2. AHORA "llénate"

La cruz de Cristo no eran sólo los dos troncos de madera que llevó a cuestas y en los que murió. La cruz de Jesús fue el dolor de la soledad, las injusticias que sufrió, los insultos que recibió... Los de aquel momento y los de hoy en día. El dolor que siente por lo que yo he hecho mal hoy contra otra persona, o contra mí mismo o contra Él. Esa es su cruz. Por eso nosotros también somos culpables de la pesadez de la cruz de Jesús.

Y mi cruz de cada día, la que tengo que coger para seguirle, no es un trozo de madera. Mi Cruz es trabajar bien cuando no me apetece, obedecer cuando no quiero ayudar, aunque me suponga un esfuerzo...

¿Cuál es tu cruz para seguir a Jesús?

3. AHORA "con todos"

Compartimos la respuesta de la pregunta anterior.

4. AHORA

Terminamos nuestra oración poniéndonos a tiro de Jesús, tratando de ser capaces de cargar con la cruz que nos toca a cada uno para seguirle a él, pidiéndole que nos haga capaces de anteponer a los demás. Rezamos juntos un Padre Nuestro.

Viernes, 6 de marzo

1. AHORA "CONTIGO"

Crea silencio y toma consciencia de tu propio latido del corazón. Estas vivo, tienes un nuevo día por delante. Saluda a Dios dándole las gracias por esta nueva oportunidad.

2. AHORA "LLÉNATE"

Ahora escuchamos esta canción...

https://www.youtube.com/watch?v=-6rZAN_K_3Y

EXTRAORDINARIO

Es un ser diferente a los demás

Un diccionario

Que tiene muy claro a donde va

El tiempo se suele parar cuando sabes lo que quieres

No hay más que sentirse capaz y entender muy bien quién eres siempre

Hace lo que dice y luego cada vez que viene

Trae todo un ejército de amigos que le quieren de verdad

Capitán general

De los sueños de aquellos que no se detienen

Que no miran atrás

Porque saben que siempre es mejor lo que viene

Solo puedes ganar

No se pierde si quieres querer y te atreves

No hay error posible, si estás cerca todo sale bien

Extraordinario

Es un ser diferente y especial

Muy necesario

Abrazándote no tiene rival

El miedo no suele encontrar al que sabe lo que quiere

No hay más que dejarse llevar y sentir muy bien quién eres siempre

Hace lo que dice y luego cada vez que viene

Trae todo un ejército de amigos que le quieren de verdad

Capitán general

De los sueños de aquellos que no se detienen

Que no miran atrás

Porque saben que siempre es mejor lo que viene

Solo puedes ganar

No se pierde si quieres querer y te atreves

No hay error posible, si estás cerca todo sale bien

Extraordinario

Es el mundo que puedo ver si estás

Y la suerte que tengo de haberte podido encontrar

Es la suerte que tengo de haberte podido encontrar

No hay error posible, si estás cerca todo sale bien

Capitán general

De los sueños de aquellos que no se detienen

Que no miran atrás

Porque saben que siempre es mejor lo que viene

Solo puedes ganar

No se pierde si quieres querer y te atreves

No hay error posible, si estás cerca todo sale bien

Nada es imposible, si estás cerca todo sale bien

3. AHORA "con todos"

¿Podría esta canción estar hablando de Jesús?

Buscamos juntos en la canción palabras o frases que puedan hacer referencia a Jesús.

4. AHORA

Para terminar, rezamos juntos un Padre Nuestro, recordando que estamos en tiempo de Cuaresma, tiempo de dejar atrás lo malo para convertirnos y parecernos más a Jesús, en esa persona que abrazándote no tiene rival, que es extraordinario, que si lo tienes cerca todo sale bien.

Lunes, 9 de marzo

1. AHORA "contigo"

Intenta este ejercicio para serenarte:

Cierra los ojos y respira con normalidad.

Escucha los sonidos que hay alrededor.

En medio de todo lo que te rodea, ahí está Dios presente.

Pídele a Dios que se acerque a ti en este día.

2. AHORA "llénate"

DEL EVANGELIO DEL DOMINGO. Ubicación: Tabor



En aquel tiempo, Jesús tomó consigo a Pedro, a Santiago y a su hermano Juan y se los llevó aparte a una montaña alta. Se transfiguró delante de ellos, y su rostro resplandecía como el sol, y sus vestidos se volvieron blancos como la luz. Y se les aparecieron Moisés y Elías conversando con él. Pedro, entonces, tomó la palabra y dijo a Jesús: "Señor, ¡qué bien se está aquí! Si quieres, haré tres tiendas: una para ti, otra para Moisés y otra para Elías." Todavía estaba hablando cuando una nube luminosa los cubrió con su sombra, y una voz desde la nube decía: "Éste es mi Hijo, el amado, mi predilecto. Escuchadlo." Al oírlo, los discípulos cayeron de bruces, llenos de espanto. Jesús se acercó y, tocándolos, les dijo: "Levantaos, no temáis."

Al alzar los ojos, no vieron a nadie más que a Jesús, solo. Cuando bajaban de la montaña, Jesús les mandó: "No contéis a nadie la visión hasta que el Hijo del hombre resucite de entre los muertos."

3. AHORA "con todos"

Seguro que más de una vez en tu vida has dicho esta frase...

¡Qué bien se está aquí! Quizá en la cama calentito, o en vacaciones sin tener que ir al cole y sin deberes, en la playa o la montaña, lleno de tranquilidad ante la inmensidad del mar o del cielo. O quizás oyendo una canción, o conversando con alguien con quien te sientes bien. O... en un ratito de oración. Y querríamos que ese momento se prolongase indefinidamente porque un enorme bienestar nos invade...

Pero también en ocasiones, vemos que esta frase la utilizamos para no comprometernos, para quedarnos como estamos, donde no tenemos que esforzarnos ni implicarnos. Por eso hoy invitamos a reflexionar qué hay en mi vida que no me deja pararme en aquello que es más importante.

4. AHORA

Rezamos juntos.

Ya bajo, Señor.

Me implicaré en el aquí y ahora.

Buscaré la sencillez y la dulzura de las cosas cotidianas.

La alegría del encuentro con los demás.

Me arrimaré a ti, que me llenas con tu luz
y que me valoras por lo que soy.

Me alejaré de esas luces

a las que vivo apegado normalmente

y no me dejan centrarme en lo importante.

Amén

Martes, 10 de marzo

1. AHORA "CONTIGO"

Toma conciencia de dónde y con quién estás. Ahora céntrate en ti, en las sensaciones que tienes hoy. Dedicamos dos minutos a ellos. Lo puedes hacer con los ojos cerrados. Comenzamos la oración saludando a Dios.

2. AHORA "LÉNATE"

Observamos estos titulares de periódico...

Los bombardeos y el avance del régimen dinamitan la tregua en Siria

La ONU asegura que unas 350.000 personas han sido desplazadas por los combates desde diciembre



ANDRÉS MOURENZA

Estambul · 16 ENE 2020 · 18:49 CET



El hambre amenaza a 45 millones de personas en el sur de África

Las sequías, las inundaciones y las dificultades económicas provocan una situación inédita para el abastecimiento de alimentos en 16 países de la región



EL PAÍS

Madrid · 16 ENE 2020 · 21:32 CET



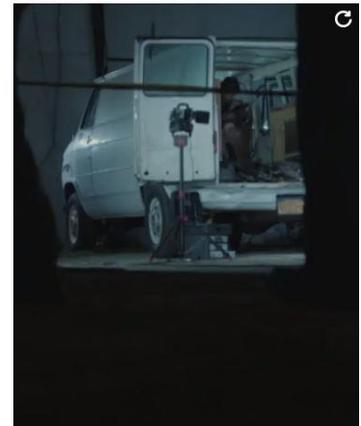
Barcelona detecta más de 400 casos de maltrato a ancianos en 2017

La Diputación apunta a que el maltrato psicológico y económico por parte de los hijos a sus madres es el perfil más común



JESSICA MOUZO QUINTÁNS

Barcelona - 15 JUL 2018 - 19:09 CEST



Un sistema que hace aguas

La pobreza y la exclusión no determinaron los resultados de las elecciones. ¿Hay algo más importante?



ELENA AYUSO

25 NOV 2019 - 10:15 CET



Se estima que en España viven unas 40.000 personas en la calle o con vivienda temporal | EL PAÍS (ANDREA COMAS)

3. AHORA "con todos"

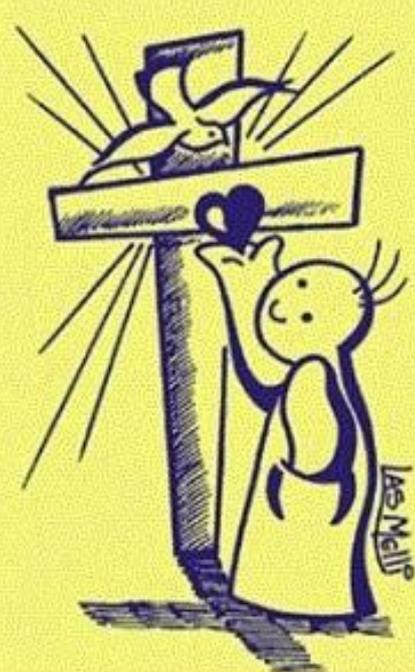
Y... Aquí... ¿dónde está Dios?

Porque Dios está en todos lados, en todas las situaciones de injusticia, de desigualdad, de sufrimiento ahí precisamente es donde Él está más presente ¿Tú eres capaz de verlo?

Hablamos juntos las respuestas a estas preguntas...

4. AHORA

Tras encontrar a Dios en todas esas situaciones de injusticia, presente en los que salen a las calles a abrigar a los que no tienen hogar, en las familias que se preocupan y quieren a sus mayores, en todas esas personas que diariamente salen a la calle a “pelear” por la paz en el mundo, a tantas personas que quieren y buscan que desaparezca la desigualdad entre ricos y pobres... Rezamos todos juntos



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!

Miércoles, 11 de marzo

1. AHORA "contigo"

Crea silencio en tu interior y hazte consciente del latido de tu corazón. Estas vivo, tienes un nuevo día por delante. Saluda a Dios dándole las gracias por esta nueva oportunidad.

2. AHORA "llénate"

Escuchamos muy atentos esta canción...

<https://www.youtube.com/watch?v=0qmluAWTir8>

3. AHORA "con todos"

¿Sabes cómo se llama la canción?

Nos habla del cambio que necesitamos durante la Cuaresma, ese tiempo de conversión, de pensar en los demás...

Esta es la letra...

ES TIEMPO DE CAMBIAR

Trabajamos como dos locomotoras a todo vapor
y olvidamos que el amor
es mas fuerte que el dolor
que envenena la razón.

Somos victimas así de nuestra propia tonta
creación
y olvidamos que el amor
es mas fuerte que el dolor
que una llaga en tu interior.

Los hermanos ya no se deben pelear
es momento de recapacitar
es tiempo de cambiar
es tiempo de cambiar
es tiempo de cambiar
es tiempo de cambiar
es tiempo de saber
pedir perdón
es tiempo de cambiar
en la mente de todos
el odio por amor.

es tiempo de cambiar...

Si te pones a pensar
la libertad no tiene propiedad
quiero estar contigo amor,

quiero estar contigo amor,
quiero estar contigo amor...

Si aprendemos a escuchar
quizás podamos juntos caminar
de la mano hasta el final
yo aquí y tu allá
de la mano hasta el final

Los hermanos ya no se deben pelear
es momento de recapacitar
es tiempo de cambiar
es tiempo de cambiar
es tiempo de cambiar
es tiempo de cambiar
es tiempo de saber
pedir perdón
es tiempo de cambiar
en la mente de todos
el odio por amor.

Es tiempo de cambiar
es tiempo de cambiar
es tiempo de cambiar
el odio por amor
es tiempo de cambiar
es tiempo de cambiar
en la mente de todos
el odio por amor.

es tiempo de cambiar...

4. AHORA

Para terminar nuestra oración hacemos algunos ecos (decimos en voz alta) de la letra de la canción convirtiéndolos en nuestra oración de esta mañana de cuaresma.

Jueves, 12 de marzo

1. AHORA "contigo"

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

2. AHORA "llénate"

A Don Bosco, un santo muy reciente, le gustaba decir... "Dejemos que hablen nuestras obras". Nosotros podemos creer que nuestro corazón dice que... pero a la hora de la verdad no sabemos que nos mueve a actuar de una manera o de otra.

Jesús, en la Biblia nos hace una promesa: Los limpios de corazón verán a Dios. Pero eso ya se está cumpliendo, aquellos que en su día a día ya son capaces de ver a Dios lo seguirán viendo, y no por hacer algo especial si no porque Dios ya está en lo que cada persona somos, también en lo que hacemos y decimos...

3. AHORA "con todos"

¿Se nota en tu manera de hablar, de ser, de cuidar a los demás, de ayudar a tu familia, de trabajar en clase... que Dios está en ti?

4. AHORA

Rezamos todos juntos esta oración para terminar este ratito.

Sé, Señor,
Que para ti soy especial;
Y no por lo que haga
Si no por lo que soy.

Sé, que Tú miras el corazón del hombre,
Y no te fijas en las apariencias,
En lo que uno dice o hace,
Si no en lo que anida en lo más profundo de nuestro ser.

Por eso señor algunas veces tengo miedo,
No sé si algunas veces soy como digo ser,

Si soy coherente con lo que pienso,
Porque algunas veces no actúo como debo.

Ayúdame Padre, a ser limpio de corazón,
A ser coherente con lo que quiero,
Con lo que queremos los dos.

Ayúdame, Señor,
Para que mi manera de actuar no traicione lo que soy ni quién quiero ser,
Para que, por encima de todo, sea limpio de corazón.
Amén.

Viernes, 13 de marzo

1. AHORA "CONTIGO"

En un momento de silencio, respira tranquilamente y olvídate de todo lo demás. Hazte consciente de tus propios sonidos. Eres tú. Es ahora... Dios está aquí. Salúdalo.

*El profesor coge una mochila y la coloca en el centro de la clase, o encima de su mesa... que se vea, que presida la oración.

2. AHORA "LLÉNATE"

La Cuaresma es un camino largo, y como tal no puede recorrerse con las manos en los bolsillos, se necesita una mochila para meter todo lo que podamos necesitar...

Piensa...

- ¿Qué crees que durante esta Cuaresma debemos meter en nuestra mochila?
- ¿Qué podemos meter para ser más coherentes como cristianos?
- ¿Y para que nuestras relaciones (con los amigos, con la familia, con las compañeras) sean mejores?
- ¿Y para que nuestra relación con Dios fuese cada día más cercana?

3. AHORA "CON TODOS"

Compartimos las respuestas a las preguntas anteriores.

4. AHORA

Pues con ganas de llenar nuestra mochila con oración, con generosidad, con paciencia, con carió y ternura... (añadir todas esas cosas que han salido en vuestra clase) terminamos nuestra oración poniendo todas estas intenciones en manos de Dios y rezamos un PADRE NUESTRO.

Lunes, 16 de marzo

1. AHORA "CONTIGO"

Comienza con este ejercicio para serenarte:

Pon una mano en el vientre y la otra en el pecho

Inspira profundamente por la nariz, guarda el aire unos segundos y expira por la boca.

Nota cómo el aire entra en ti, de la misma manera que Dios lo hace. Repítelo varias veces.

Pídele a Dios que se acerque a ti en este día.

2. AHORA "LLÉNATE"

DEL EVANGELIO DEL DOMINGO. Ubicación: Sicar

En aquel tiempo, llegó Jesús a un pueblo de Samaria llamado Sicar, cerca del campo que dio Jacob a su hijo José; allí estaba el manantial de Jacob. 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.»

Sus discípulos se habían ido al pueblo a comprar comida. La samaritana le dice: «¿Cómo tú, siendo judío, me pides de beber a mí, que soy samaritana?» Porque los judíos no se tratan con los samaritanos.

Jesús le contestó: «Si conocieras el don de Dios y quién es el que te pide de beber, le pedirías tú, y él te daría agua viva.»

3. AHORA "CON TODOS"

Jesús hablaba con aquella mujer samaritana anónima y le hace una petición que está totalmente fuera de sus planes. Ella iba a sacar agua del pozo y volver a casa, sin más. Iba pensando en las cosas que tenía por hacer... y de repente se ve sorprendida por la petición de Jesús: "Dame de Beber".

Hoy, Ahora, a cada uno de nosotros, nos hace la misma petición: Manuel, Juan, María, Luisa (*decir los nombres de algunos alumnos de la clase): "Dame de Beber".

- ¿Qué nos quiere decir Jesús?
- ¿Qué creéis que nos está pidiendo?

Nos pide que le demos o que tenemos, lo que traemos con nosotros, nuestras alegrías, nuestras penas, nuestras dificultades, nuestro agradecimiento... todo ello, él nos pide que se lo demos pues la Cuaresma es un tiempo de activar el don del agradecimiento.

4. AHORA

Momento de oración personal. Ahora cierra los ojos y "Dale de beber" a ese Jesús que te escucha, que te cuida y te acompaña, y que ahora misma está contigo en la oración, dale lo que está dentro de tu corazón.

Martes, 17 de marzo

1. AHORA "CONTIGO"

Crea silencio y toma consciencia de tu propio latido del corazón. Estas vivo, tienes un nuevo día por delante. Saluda a Dios dándole las gracias por esta nueva oportunidad.

2. AHORA "LLÉNATE"

Escuchamos atentos este cuento...

Amanda estaba emocionadísima. Habían tenido que esperar muchos días, pero por fin, aquella noche nacerían las tortuguitas en la playa ¡y su papá le iba a llevar a verlas! Se levantaron cuando aún era de noche, tomaron las linternas, **y fueron a la playa con mucho cuidado**. Su padre le había hecho prometer que respetaría a las tortugas bebé, y que no haría ruido y obedecería al momento, y ella estaba dispuesta casi a cumplir cualquier cosa con tal de poder ver cómo nacían las tortugas. No sabía muy bien cómo sería aquello, **pero había oído a su hermano mayor**, que las tortugas nacían en la playa a pocos metros del agua, y luego corrían hacia el mar; y todo eso le pareció muy emocionante.

Agazapados y sin hacer ruido, **sólo con la pequeña luz de una linterna muy suave**, estuvieron esperando. Amanda miraba a todas partes, esperando ver a la tortuga mamá, y casi se pierde la aparición de la primera tortuguita. ¡Era tan chiquitina! Se movía muy torpemente, se notaba que era un bebé, **pero sin esperar ni a sus hermanos ni a la tortuga mamá comenzó a correr hacia el mar**. Enseguida aparecieron más y más tortuguitas, y todas comenzaron a correr hacia la orilla.

Ellos seguían escondidos y quietos, observando el bello espectáculo de aquella carrera loca. Pero enseguida ocurrió algo que a Amanda le pareció horrible: llegaron algunas gaviotas y otras aves, **y comenzaron a comerse algunas de las tortuguitas**. Amanda seguía buscando por todas partes para ver si aparecía el papá tortuga y les daba una buena zurra a aquellos pajarracos, pero no apareció por ningún sitio. La niña siguió observando todo con una lagrimita en los ojos, y cuando por fin las primeras tortuguitas llegaron al agua y se pusieron a salvo de los pájaros, dio un gritito de alegría. **Aunque los pájaros comieron bastantes tortuguitas**, finalmente otras muchas consiguieron llegar a la orilla, lo que hizo muy feliz a Amanda.

Cuando volvían a casa, su papá, **que había visto la lagrimita de Amanda**, le explicó que las tortugas nacían así; mamá tortuga ponía muchos huevos, escondiéndolos en la arena, y luego se marchaba; y cuando nacían las tortuguitas debían tratar de llegar a la orilla por sus propios medios. Por eso nacían tantas, **porque muchas se las comían otros animales**, y no sólo en la arena, sino también en el agua. Y le explicó que las pocas que conseguían ser mayores, luego vivían muchísimos años.

Amanda se alegró mucho de aprender tanto sobre las tortugas, pero mientras volvía a casa, **sólo podía pensar en lo contenta que estaba de tener una familia**, y de que sus padres y sus hermanos la hubieran ayudado y cuidado tanto desde pequeña.



3. AHORA "con todos"

Rezamos con las preguntas del texto.

¿Has mirado a tu alrededor? ¿Aquello en lo que te vuelcas es lo realmente importante y necesita tanto?

Invitamos a los alumnos a compartir algún sentimiento que nos produce el texto y las preguntas.

4. AHORA

Terminamos nuestra oración, haciendo presente a Nuestra Buena Madre rezando juntos un Ave María.

Miércoles, 18 de marzo

1. AHORA "contigo"

Crea silencio y toma consciencia de tu propio latido del corazón. Estas vivo, tienes un nuevo día por delante. Saluda a Dios dándole las gracias por esta nueva oportunidad.

2. AHORA "llénate"

JESÚS HOY CAMBIA MI CORAZÓN



Vamos a tener un momento de silencio para mirar a nuestro interior, para poder ver con el corazón. Respiramos tranquilos y si queremos cerramos los ojos.

¿Cómo me siento ahora mismo? No respondas todavía...; piensa en aquello que estás viviendo ahora mismo, en cómo te estás relacionando con tu familia, amigos, compañeros, profesores, ...; ¿Cómo te sientes? En paz, con miedo, alegre, tranquilo, con rabia, impotente, ilusionado, esperanzado...

No tengas prisa para saber cómo te sientes. Además, a lo mejor te sientes de una forma con algo de tu vida y te sientes de otra forma con otra parte de tu vida. Atrévete y ponle nombre a cada sentimiento.

Hoy vamos a compartir en silencio, lo vamos a hacer con Dios. Cuéntale cómo te sientes, qué te hace sentir de una forma o de otra. Pídele ayuda o dale gracias. Lo que tú quieras.

4. AHORA

Y juntos terminamos esta oración rezando un Padre Nuestro.

Jueves, 19 de marzo

1. AHORA "CONTIGO"

Buenos días. Haz un repaso de lo que llevas de día, desde que te has despertado, sensaciones, personas con las que te has encontrado, gestos, palabras... Queda un día por delante para querer y dejarte querer. Saluda a Dios para comenzar la oración.

2. AHORA "LLÉNATE"

Hoy vamos a centrarnos en un valor que tiene mucha fuerza en la cuaresma, el perdón. Lo vamos a hacer a través del siguiente vídeo en el que el Papa Francisco nos da algunas ideas muy interesantes.

<https://www.youtube.com/watch?v=nbyecAbDc6U>

3. AHORA "CON TODOS"

¿Estamos enfrentados a alguna persona actualmente?

¿Somos capaces de ir a pedir perdón? ¿Somos capaces de perdonar?

Piensa en esas personas con las que no te llevas bien. ¿Cómo puedes mejorar esa situación?

Invitamos a los alumnos a compartir las preguntas anteriores.

Para terminar esta oración nos vamos a poner a tiro de Dios, para que nos de mucha fuerza y paciencia para perdonar todo aquello que nos hacen, y ser capaces también de pedir perdón por todas aquellas veces que somos injustos con los demás.

Nos cogemos de las manos, y tranquilos rezamos juntos un Padre Nuestro.

Viernes, 20 de marzo

1. AHORA "contigo"

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

2. AHORA "llénate"

Hoy centramos nuestra oración en otra de las importantes actitudes de María.

GUARDABA TODO EN SU CORAZÓN

En dos ocasiones, en el Evangelio aparece una frase haciendo referencia a María. Esta frase dice: "Y María guardaba estas cosas en su corazón".

Es una bonita forma de expresar cómo ella no iba por la vida sin pensar, sin reflexionar, sin orar. Ella fue capaz de darse cuenta de que lo que le ocurría en su vida diaria era importante, a pesar de que fueran situaciones cotidianas.

La primera vez, cuando los pastores adoran a su hijo recién nacido en Belén. La segunda, cuando Jesús, con doce años se pierde en Jerusalén y lo encuentran en el templo.

Cuando no comprende algo, María no se desespera, no pierde la calma, la fe, la esperanza. Al contrario, pasa todo lo que vive por su corazón.

En un día normal, ¿soy capaz de darme cuenta de lo que ocurre a mi alrededor, de las personas que necesitan mi ayuda o paso de puntillas?

3. AHORA "con todos"

Compartimos la respuesta a esta pregunta

4. AHORA

Invitamos a dar gracias a Dios por las cosas pequeñas que hacen importante nuestra vida y que en ocasiones no valoramos. Rezamos juntos un Ave María y terminamos nuestra oración...

Lunes, 23 de marzo

1. AHORA "contigo"

Comienza con este ejercicio para serenarte:

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 el corazón. Respira tranquilamente y siente los latidos. Normalmente durante el día no los oímos, pero el corazón sigue latiendo. También nos pasa con Dios: está ahí. Ahí fuera y ahí dentro, pero a veces no lo escuchamos. Este momento es para él, para escucharlo. Pídele que puedas hacerlo.

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

2. AHORA "llénate"

DEL EVANGELIO DEL DOMINGO. Ubicación: Siloé 

En aquel tiempo, al pasar Jesús vio a un hombre ciego de nacimiento. Y escupió en tierra, hizo barro con la saliva, se lo untó en los ojos al ciego y le dijo:

-«Ve a lavarte a la piscina de Siloé (que significa Enviado).»

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

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

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

Jesús le dijo: «Lo estás viendo: el que te está hablando, ése es.»

Él dijo: «Creo, Señor.» .

Un ciego que no grita, al que nadie le da aviso de nada, llama la atención de Jesús, que se implica por propia iniciativa en su curación. Este ciego era un símbolo de la misión de Jesús... ¡Él traía la luz a la oscuridad!

Como antiguamente, hoy, hay también sufrimientos "al borde del camino", muy cerca de nosotros, en nuestra ciudad, en nuestro barrio, junto a los que pasamos en ocasiones "sin verlos".

¿Cuál va a ser nuestra actitud? ¿la de no hacer nada o la de implicarnos?

3 Y 4. AHORA "con todos" Y AHORA

Termina la oración escuchando tranquilamente esta música mientras rezas con Dios.

Nota profesor: dejarla el tiempo que consideréis, 2-3 minutos.

<https://www.youtube.com/watch?v=aa3aWFDpVgc>

Martes, 24 de marzo

1. AHORA "contigo"

Crea silencio y toma consciencia de tu propio latido del corazón. Estas vivo, tienes un nuevo día por delante. Saluda a Dios dándole las gracias por esta nueva oportunidad.

2. AHORA "llénate"

Un hombre sabio y piadoso clamaba al cielo que le diera una respuesta. Aquel hombre estaba al frente de un grupo de misioneros que rezaban por la paz del mundo, para conseguir que las torturas no existieran y que toda la gente viviese feliz. Su pregunta era:

– ¿Cuál es la clave, Señor, para que el mundo viva en armonía?

Los cielos se abrieron y tras un magnífico estrépito, la voz de Dios les dijo: "Comodidad".

Todos los misioneros se miraron entre sí, sorprendidos y extrañados de escuchar este término de la propia voz de Dios. El hombre sabio y piadoso preguntó de nuevo:

– ¿Comodidad, Señor? ¿Qué queréis decir con eso?

Dios respondió:

– La clave para un mundo lleno es: Como di, dad. Es decir, así como yo os di, dad vosotros a vuestro prójimo. Como di, dad vosotros fe; como di, dad vosotros esperanza; como di, dad vosotros caridad; como di, sin límites, sin pensar en nada más, dad vosotros al mundo... y el mundo, será un paraíso.



Rezamos con estas preguntas:

¿Qué nos han dado a nosotros gratis? ¿Qué nos ha regalado Dios?

¿Qué podemos dar nosotros a los demás?

3. AHORA "con todos"

Invitamos a los alumnos a compartir alguna de las preguntas anteriores.

4. AHORA

Terminamos nuestra oración rezando juntos un Ave María.

Miércoles, 25 de marzo

1. AHORA "contigo"

Toma conciencia de dónde y con quién estás. Ahora céntrate en ti, en las sensaciones que tienes hoy. Dedicamos dos minutos a ellos. Lo puedes hacer con los ojos cerrados. Termina saludando al Padre.

2. AHORA "llénate"

Una de las ideas más fuertes de la cuaresma, es la de que tenemos que cambiar. Pero ¿cambiar para qué? Lo que Dios quiere de nosotros es que cambiemos para que de esa forma podamos cambiar el mundo hacia un lugar mejor para todos. Hoy vamos a ver que podemos empezar con pequeños gestos.

<https://www.youtube.com/watch?v=lgTEeM5cVdM>

3. AHORA "con todos"

Hoy os invitamos a que durante el día de hoy estéis muy atentos a estos detalles, a los que podamos hacer nosotros, a los detalles que tengan hacia nosotros y a los detalles que podamos ver a los demás. Muy atentos que mañana los comentaremos.

4. AHORA

Para terminar la oración de hoy le pedimos al señor que nos ayude a ser detallistas y a estar muy atentos a todos los detalles que suceden alrededor.

San Marcelino Champagnat,

María, Nuestra Buena Madre,

Jueves, 26 de marzo

1. AHORA "contigo"

En un momento de silencio, respira tranquilamente y olvídate de todo lo demás. Hazte consciente de tus propios sonidos. Eres tú. Es ahora... Dios está aquí. Salúdalo.

2. AHORA "llénate"

Hoy vamos a tener un momento de interioridad, de tranquilidad, de parar, de repasar todos los detalles que fuimos capaz de ver durante el día de ayer, se los traemos a Dios a la oración, dándole gracias por ellos y por las personas que los hicieron posibles.

*Ponemos música tranquila y dejamos 3 o 4 minutos de oración en silencio.

3. AHORA "con todos"

Compartimos los detalles que detectamos ayer.

4. AHORA

Para terminar nuestra oración damos gracias a Dios por el corazón bueno y compasivo de tanta gente y le pedimos que cada día nos haga personas más atentas a lo que tenemos alrededor.

Viernes, 27 de marzo

1. Ahora "contigo"

En un momento de silencio, respira tranquilamente y olvídate de todo lo demás. Hazte consciente de tus propios sonidos. Eres tú. Es ahora... Dios está aquí. Salúdalo.

2. Ahora "llénate"

Como todos los viernes de Cuaresma en los mandamientos de la Iglesia, hoy sería día de abstinencia, es decir, privarse de comer carne o producto de carne. ¿Puede significar hoy otra cosa, algo que nos ayude más en nuestro caminar por la cuaresma?

El espíritu del ayuno y la abstinencia es que miremos más allá de nosotros mismos, que no nos veamos como el centro del universo, sino que busquemos el Reino de Dios, es decir, que el sueño de Jesús sea real hoy en nuestro mundo. Marcelino también nos habló de esto.



En el Hermitage había un extraordinario ambiente de vida religiosa y vida de familia. Los más jóvenes se animaban con los mayores, y éstos se sentían muy felices con el entusiasmo de los primeros.

Un año, cuando la Cuaresma estaba a punto de empezar, todos pensaban en ayunar y hacer penitencia. También los Hermanos más jóvenes.

Estos nombraron seis delegados para ir al cuarto de Marcelino y pedirle permiso para hacer duras penitencias cuaresmales. Marcelino los mandó cenar bien aquella noche y les prometió una contestación en la charla del día siguiente. Efectivamente, en la «enseñanza» de la mañana siguiente, les explicó "el ayuno que le gusta a Dios":

– Hay que hacer ayunar a los ojos. Hay que mirar hacia adentro. Hay que ser profundos y no perderse en superficialidades.

– Hay que hacer ayunar a la lengua. Hay que hablar más con Dios y buscar las palabras auténticas que nos ponen en contacto con los demás, dejando sin alimento a las palabras vacías y sobre todo a las palabras ofensivas.

– Hay que hacer ayunar a los defectos, al egoísmo, a los caprichos. Hay que dejar que se vaya quedando sin fuerzas nuestra pereza, nuestra tristeza, nuestro orgullo.

– Y, finalmente, hay que tomar mucho alimento en nuestro corazón y en nuestro espíritu. Hay que rezar con fe y con fervor. Hay que participar en la eucaristía. Hay que abrir el corazón a los pobres. Hay que ayudar mucho a la gente que lo necesita.

Después de explicar así el ayuno de la Cuaresma, Marcelino animó a los jóvenes a hacerlo con todo su entusiasmo y también les permitió ayunar corporalmente los viernes a pesar de que por su edad no tenían obligación de hacerlo

3. Ahora “con todos”

¿A qué te llama Dios este día? ¿De qué tienes que ayunar?

Pídele a Dios que esté contigo en este día para ser su testigo en el mundo

4. AHORA

Terminamos rezando el Padrenuestro. Párate un momento cuando digas “danos hoy nuestro pan de cada día” y piensa qué puedes hacer para que alguien hoy a tu alrededor reciba el alimento de Dios que tú puedes darle.

Lunes, 30 de marzo

1. Ahora “contigo”

Comienza con este ejercicio para serenarte:

Inspira por la nariz todo lo que puedas

Guarda el aire en tu interior 3 segundos

Expúlsalo por la boca.

Repite el ejercicio varias veces con los ojos cerrados.

Siente el aire entrando en ti

Imagínate que es Dios el que entra en tu ser y hoy te busca. Pídele que te ayude.

2. Ahora “llénate”

DEL EVANGELIO DEL DOMINGO. Ubicación: Betania



Cuando Jesús llegó, Lázaro llevaba ya cuatro días enterrado. Cuando Marta se enteró de que llegaba Jesús, salió a su encuentro, mientras María se quedaba en casa. Y dijo Marta a Jesús: «Señor, si hubieras estado aquí no habría muerto mi hermano. Pero aún ahora sé que todo lo que pidas a Dios, Dios te lo concederá.»

Jesús le dijo: «Tu hermano resucitará.»

Marta respondió: «Sé que resucitará en la resurrección del último día.»

Jesús le dice: «Yo soy la resurrección y la vida: el que cree en mí, aunque haya muerto, vivirá; y el que está vivo y cree en mí, no morirá para siempre. ¿Crees esto?»

Ella le contestó: «Sí, Señor: yo creo que tú eres el Mesías, el Hijo de Dios, el que tenía que venir al mundo.»

Jesús va al encuentro de sus amigos, siempre, cada día, pero especialmente en los momentos más difíciles. Este es el Jesús que nos gusta ver. Se hizo, como dice san Pablo, en todo igual a nosotros menos en el pecado. Así podemos imitarle, así podemos acercarnos a él y contarle nuestros problemas y alegrías, porque los ha vivido y ha tenido amigos, como Lázaro, Marta y María, que le contaban sus problemas y sus alegrías.

3. Ahora "con todos"

Habla hoy con Él. Lo hacemos todos personalmente, pero sabiéndonos unidos en la oración con muchos compañeros.

4. AHORA

Terminamos la oración dando gracias a Dios por el regalo de la amistad, la que Él nos da gratuitamente y nos invita a vivir con nuestros amigos.

Martes, 31 de marzo

1. AHORA "CONTIGO"

En un momento de silencio, respira profundamente varias veces, siente como si hinchan tus pulmones, siente sin abrir tus ojos que no estás solo, Dios aquí y ahora está contigo. Salúdalo

2. AHORA "LLÉNATE"

Hoy vamos a centrar nuestra oración en los más necesitados.

En cuaresma, una buena forma de no perder oportunidades es luchar contra las injusticias de nuestro mundo. Ahora no hay campañas solidarias. Pero sigue habiendo gente que pasa necesidad. Hoy vamos a rezar por ellas. Leemos la siguiente historia.

Era crudo invierno, un anciano tembloroso fue llevado ante los tribunales. Se le acusaba de haber robado pan. Al ser interrogado, el hombre explicó al juez que lo había hecho porque su familia estaba muriéndose de hambre.

-La ley exige que sea usted castigado –declaró el juez. Tengo que ponerle una multa de treinta euros.

Al mismo tiempo el juez metió la mano en el bolsillo y dijo:

-Aquí tiene usted el dinero para pagar la multa. Y además pongo una multa de diez euros a cada uno de los presentes en la sala por vivir en una ciudad donde un hombre necesita robar para poder sobrevivir.

Pasaron una bandeja por el público y el pobre hombre, totalmente asombrado, abandonó la sala con trescientos euros en su bolsillo.

Muchos creeréis que no somos responsables de la pobreza de este mundo, peor lo que sí es cierto que cuando malgastamos el agua que para otros es tan necesaria, cuando tiramos comida que a otros les es tan necesaria, cuando no aprovechamos los estudios cuando otros niños no pueden tener una educación, cuando..., estamos insultándolos, riéndonos de quienes no tienen lo necesario.

También es cierto que situaciones parecidas a la descrita se dan a nuestro alrededor. Piensa en los momentos que no nos preocupa es todo lo que gastamos y despilfarramos.

3. AHORA "con todos"

Te invitamos a presentar hoy a Dios a las personas que no conocemos y que pasan necesidad. Cada día pedimos por los que conocemos. Hoy vamos a hacerlo por ellos.

4. AHORA

Rezamos juntos.

Señor, te pedimos que no nos dejes indiferentes ante las personas que sufren y ni tienen lo necesario. Que sepamos apreciar las cosas que nos das, que las disfrutemos bien y no las despilfarremos. Señor enséñanos a compartir, a aprovechar las ocasiones de hacer partícipes a los necesitados de lo que poseemos.

Miércoles, 1 de abril

1. AHORA "contigo"

En un momento de silencio, respira tranquilamente y olvídate de todo lo demás. Continuamos nuestro camino en esta Cuaresma con más muestras del amor de Dios. Hazte consciente de tus propios sonidos. Eres tú. Es ahora... Dios está aquí. Salúdalo.

2. AHORA "llénate" y con todos

Hoy vamos a rezar con una oración que representa a todos los países del mundo porque la rezan todos los creyentes que asisten a las Asambleas de la ONU.

Señor, nuestra tierra es solo un astro pequeño,

Perdido en la inmensidad del Universo.

Tarea nuestra es hacer de ella un planeta

Donde no vivamos atormentados por las guerras,

#Somos 



Ni torturados por el hambre y el terror,
Ni desgarrados y divididos

Por ideologías, razas o color de la piel.

Danos acierto y valentía para ello, Señor.

Que sepamos poner desde hoy manos a la obra,

Con el fin de que nuestros hijos

Y los hijos de nuestros hijos

Pueden un día llamarse con orgullo *seres humanos*.

(Oración que hacen los creyentes al iniciar las Asambleas de la ONU)

3. AHORA

Vamos a tener un momento de silencio para rezar personalmente por aquello que queramos de nuestro mundo. Acabamos rezando un Padre Nuestro

Jueves, 2 de abril

1. AHORA "CONTIGO"

Crea silencio y toma consciencia de tu propio latido del corazón. Estas vivo, tienes un nuevo día por delante. Saluda a Dios dándole las gracias por esta nueva oportunidad.

2. AHORA "LÉNATE"

Hoy nos fijamos en Marcelino como modelo de persona que sacaba lo mejor de sí mismo y que es capaz de hacer lo mismo con quien le rodea. Es capaz de hacer que la gente brille de felicidad.

El Hermano Lorenzo daba catequesis en una pequeña aldea, en medio de los montes y bajaba una vez por semana a por pan, sopas, patatas y queso para alimentarse.

Un día, Marcelino le acompañó un rato por el camino. Había nieve y hacía frío. El hermano Lorenzo, con un saco lleno de pan y patatas para la semana, sudaba por el peso al subir las cuestas. Marcelino le dijo:

- Hermano, ¡qué trabajo más penoso te toca!
- No, padre –contestó el hermano- es agradable.
- No veo qué tiene de agradable ir con un pesado saco a cuestas, con peligro de rodar por un precipicio.
- Creo que Dios cuenta nuestros pasos y nos dará el cielo.
- Y, ¿estás contento de ir por estos montes a dar catequesis y clase, llevando el pan como un pobre?- le preguntó Marcelino.

El hermano Lorenzo le dijo:

- Tan contento que no lo cambiaría por nada del mundo.

(del libro Padre de Hermanos)

Hay que creer mucho en lo que se hace para no dejar las cosas a media por las dificultades de cada día. ¿Dejo las cosas a media cuando no me salen bien y me limito a protestar y a quejarme o me digo hay que volver a intentarlo hasta que salga?

3. AHORA "con todos"

Compartimos la respuesta a esta pregunta todos juntos

4. AHORA

Damos gracias hoy a Dios por aquellas personas que nos rodean y que hacen que brillemos un poquito más. Rezamos juntos un Ave María para terminar.

Viernes, 3 de abril

1. AHORA "contigo"

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

2. AHORA "llénate"

Hoy nos vamos a fijar en otra actitud positiva de María: Su actitud de servicio. De ello nos hablan los evangelios de S. Lucas y S, Juan.

S. Lucas nos dice: "Por aquellos días maría se puso en camino y se fue de prisa a la montaña, a una ciudad de Judá. Entró en casa de Zacarías y saludó a Isabel... María estuvo en casa de Isabel (ayudándola) unos tres meses, después volvió a su casa".

S. Juan habla sobre las Bodas de Caná y dice: "La Madre de Jesús estaba invitada, también lo estaban Jesús y sus discípulos. Se les acabó el vino y entonces la madre de Jesús le dijo: No les queda vino. Jesús respondió: Mujer, mi hora aún no ha llegado. La madre de Jesús dijo entonces: Haced lo que Él os diga".

En estos textos que hemos leído vemos a María ayudando a su prima en los primeros días después del parto en el de Lucas y preocupándose de que aquellos jóvenes recién casados no pasaran apuros, no descansó hasta que se solucionaron los problemas. Ella nos está enseñando a estar dispuestos a ayudar siempre a quien nos necesita, a quien tiene problemas, a quien está agobiado...

3. AHORA "con todos"

- ¿Y tú, también como María, estás dispuesto a ayudar a todo el que lo necesita, sin importar si es tu amigo o no, si para ti es importante o no?
- ¿Te resulta sencillo ayudar a los demás o tienes que hacer un esfuerzo por hacerlo?

Detrás de todos esos esfuerzos por ayudar a los demás está Dios.

4. AHORA

Rezamos juntos.

Enséñanos, Madre, a ayudar a quien nos necesita.

Tú sabes que una vez o dos, estamos dispuestos,
pero mantener una actitud de servicio nos cuesta más.

Nos gustaría ser como Tú.

Quisiéramos que siempre que a nuestro alrededor haya una necesidad
estuviéramos dispuestos a socorrer a esa persona.

Pide a tu hijo que no nos falte al amor y la fuerza. Amén

Lunes, 6 de abril

1. Ahora "contigo"

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

2. Ahora "llénate"

Fragmento del Evangelio de Lucas:

Cuando llegó la hora, se puso a la mesa con los apóstoles y les dijo: -Cuánto he deseado comer con vosotros esta víctima pascual antes de mi pasión. Os aseguro que no volveré a comerla hasta que alcance su cumplimiento en el reino de Dios. Y tomando la copa, dio gracias y dijo: -Tomad esto y repartiéndolo entre vosotros. Os digo que en adelante no beberé del fruto de la vid hasta que no llegue el reinado de Dios. Tomando pan, dio gracias, lo partió y se lo dio diciendo: -Esto es mi cuerpo, que se entrega por vosotros. Haced esto en memoria mía. Igualmente tomó la copa después de cenar y dijo: -Ésta es la copa de la nueva alianza, sellada con mi sangre, que se derrama por vosotros.

Cuando celebramos la Eucaristía recordamos este momento, y el sacerdote coge el pan y lo parte y coge el vino y lo alza en la memoria de Jesús, como él nos pidió. Y todos comulgamos recordando esa última cena y dando gracias por su vida como lo hicieron los apóstoles, sus amigos.

¿Cómo vives tú la Eucaristía?

3 y 4. Ahora “con todos” y ahORA

Ponemos en manos de Dios el día que tenemos por delante y que durante el resto del día pensemos en qué significa para mí celebrar la Eucaristía. Rezamos juntos.

Martes, 7 de abril

1. Ahora “contigo”

En un momento de silencio, respira tranquilamente y olvídate de todo lo demás. Hazte consciente de tus propios sonidos. Eres tú. Es ahora... Dios está aquí. Salúdalo.

2. Ahora “llénate”

Vamos a conocer un relato más sobre la vida del padre Champagnat concretamente el que le llevó de manera decidida fundar los Hermanos Maristas. Es decir, Marcelino, no se andaba con rodeos, fuera de muchas disquisiciones, apostó por un proyecto audaz y emprendedor. Se puso manos a la obra, quizás debamos nosotros aprender un poco de él para ser más atrevidos y audaces pensando siempre en los demás.

Marcelino tuvo que ir un día a visitar un enfermo: Juan Bautista Montagne. A Marcelino le impresionó mucho que el joven no hubiera oído hablar nunca de Dios. Después de estar con él dos horas y explicarle que Dios es un Padre bueno, Marcelino salió de casa. El muchacho murió esa misma tarde.

Marcelino, después de esto, se decidió a fundar los hermanitos de María para educar a los niños y jóvenes cristianamente.

Marcelino habló con Juan María Granjón, un joven que vivía cerca de La Valla, y le contó su idea. El joven se puso en las manos de Marcelino.

El sábado de esa misma semana se presentó Juan Bautista Audras, quería ingresar en la congregación de los hermanos de las Escuelas Cristianas y no le habían admitido por su corta edad. Marcelino también le contó su proyecto y el joven quiso quedarse con él. Marcelino fue a hablar con sus padres y estos aceptaron.



3. Ahora "con todos"

- ¿Cuál es la idea de fondo de esta verídica historia?
- ¿Fue Marcelino un insensato o hizo bien fundando los hermanos maristas?
- ¿Dónde echas tú una mano para hacer un bien a los demás, ¿cuáles son tus compromisos?

4. ahORA

TE PEDIMOS MARCELINO

Padre Marcelino,
danos maestros, que, como María,
crezcan al mismo tiempo
que ayudan a crecer,
y compartan con nosotros
las inquietudes,
las alegrías y el amor a la vida.
Que nunca falten educadores
que convivan entre los niños y jóvenes,
animando a todos,
especialmente a los que nadie hace caso.
¡Gracias Marcelino,
por amarnos a nosotros y a nuestras escuelas!

Miércoles, 8 de abril

1. Ahora "contigo"

En un momento de silencio, respira tranquilamente y olvídate de todo lo demás. Continuamos nuestro camino. Hazte consciente de tus propios sonidos. Eres tú. Es ahora... Dios está aquí. Salúdalo.

2. Ahora "llénate"

Hoy, Miércoles Santo, vamos a centrar nuestra oración en aquellos que sufren, que le dan sentido a estos días. En concreto, en los refugiados.

Piensa en un momento en qué quieres ser de mayor o en algún gran sueño o esperanza que tengas para el futuro.

Vamos a ver un vídeo que nos muestra con qué sueñan los niños refugiados.

<https://www.youtube.com/watch?v=s5lfZEKJYJU>

3. Ahora "con todos"

- ¿Qué te ha sorprendido?
- ¿Te esperabas esos sueños?
- ¿Coinciden con algunos de los nuestros?

Ellos son niños como vosotros que también sueñan con grandes cosas, que también tienen esperanza a pesar de las grandes dificultades que han pasado.

4. ahora

Rezamos juntos:

- Señor, Dios. Tú, que has creado todos los pueblos a tu imagen, te adoramos. Elevamos nuestros corazones y nuestras voces hacia Ti.
- Te pedimos por los países y los pueblos, de donde han huido los refugiados.
- Te pedimos por los países de origen de todos los emigrantes, que buscan mejores condiciones de vida, para ellos y para sus familias. Te pedimos por sus jefes, para que se comprometan con el bienestar de su pueblo
- Abre nuestros corazones, nuestras casas, y nuestras iglesias a los extranjeros, refugiados, y a todos los que buscan asilo político. Que se sientan acogidos e integrados en nuestra sociedad.