

## Oraciones diarias 3<sup>o</sup> Ciclo de Primaria

Los tiempos litúrgicos son siempre momentos especiales en los que se nos invita a cuidar especialmente la oración. Pues vamos a ello...

Para trabajar diariamente estas oraciones vas a contar con **dos formatos**: Un primer formato en **Genially**, donde podréis visualmente ir de habitación en habitación y pulsar sobre alguno de los iconos resaltados y ahí os aparecerán los textos, imágenes, canciones, videos o lo que se vaya a utilizar en la oración; y en segundo lugar **este documento**, dónde encontrareis desarrolladas todas las oraciones separadas por habitaciones.

<https://view.genial.ly/6009ac305ca6820d7366dlc4>

Todos los días mantendremos la misma estructura dividiendo la oración en tres momentos.

- El primero de ellos, **sintiendo el calor**, será una “rutina In” con la que comenzar nuestra oración. Va rotando semanalmente, pero jugando con los sentidos podemos hacer cualquier otra cosa que nos ayude a tomar conciencia del día, de nosotros, del comienzo de la oración y saludar a Dios.
- En un segundo momento tendremos el contenido que nos ayudará a rezar, **dando luz al hogar**. A veces será un Evangelio, otras un texto, una imagen, una noticia, un vídeo...; con ello tendremos normalmente un tiempo de silencio para la oración personal.
- El último momento se centra en la oración comunitaria, **hogar compartido**, y tendremos la oportunidad de compartir nuestra oración o rezar juntos con algún texto o canción.

Cada día vosotros como clase decidiréis qué habitación de la casa queréis visitar, y esta será la que guíe vuestra oración. Es importante, que cada día, anotéis, (en una hoja que peguéis en la mesa del profesor o en la agenda de la delegada...), la oración que habéis realizado para que no os volváis locos con las que ya hayáis hecho o en caso de que entre un profesor distinto cada día sea sencillo de continuar con las oraciones.

Cada una de las habitaciones tiene un significado distinto, os los explicamos a continuación, únicamente el **miércoles de ceniza y los lunes SIEMPRE visitaremos el recibidor** donde trabajaremos el evangelio. De martes a viernes sentíos libres de pasear por vuestra casa e ir convirtiéndola en HOGAR a lo largo de esta Cuaresma.

- **Recibidor**. El primer lugar al que accedemos en una casa, esa primera impresión, es la entrada, señal de acogida, donde recibimos y nos reciben nuestros seres queridos. Aquí estarán situadas las oraciones que van a guiar nuestra Cuaresma. Tendremos una para el miércoles de ceniza, una para cada lunes de Cuaresma con el **Evangelio** del domingo anterior, otra para el viernes de dolores y otras para Pascua.

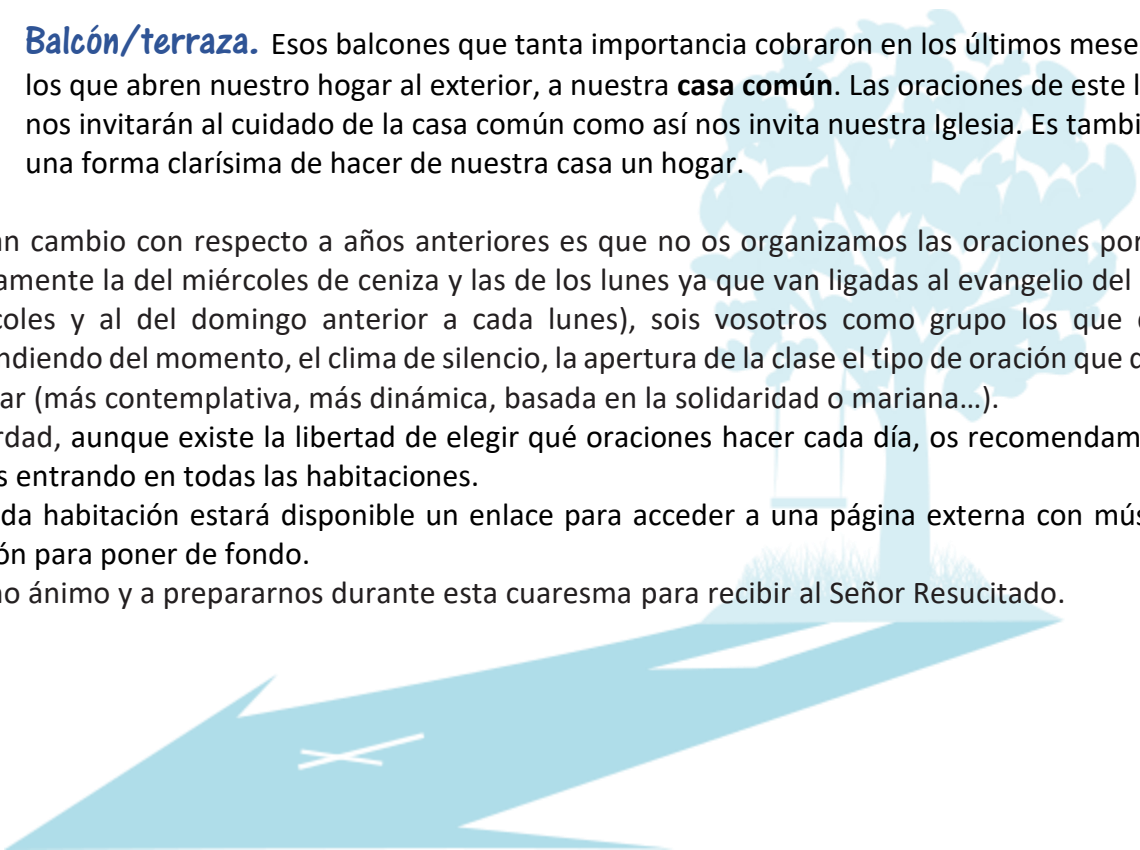
- **Cocina.** En la cocina vamos a centrar nuestras oraciones en la “**limosna**” que nos invita este tiempo. El **servicio** a los demás, esa Iglesia del delantal de la que nos habla el Papa Francisco, la solidaridad con los más necesitados, serán los temas que nos ayuden a rezar en esta habitación.
- **Baño:** Aquí nuestras oraciones estarán centradas en el “**ayuno**”. Es el baño el lugar en el que cuidamos nuestro cuerpo, nos lavamos, peinamos, ... intentamos **cambiar** algunas cosas. La Cuaresma nos invita especialmente al cambio y estas oraciones nos podrán ayudar a interiorizar esto en nuestras vidas.
- **Dormitorio.** Este es el lugar más personal, en el que solemos encontrarnos con nosotros mismos, nuestra intimidad, **silencio**...; aquí las oraciones nos ayudaran a **mirar hacia dentro**, a encontrarnos con nosotros mismos y con Dios.
- **Salón.** Es la habitación es la zona común y de encuentro con las personas que viven en la misma casa o con las que nos visitan. Estas oraciones nos invitarán a cuidar nuestras relaciones, a valorar la diversidad y riqueza que hay en los demás.
- **Salita de ocio.** La **música** es un medio maravilloso para encontrarnos con nosotros, con nuestros sentimientos, para descubrir el amor y hacernos reflexionar. Vamos a rezar a través de ella en esta habitación con varias canciones.
- **Balcón/terraza.** Esos balcones que tanta importancia cobraron en los últimos meses son los que abren nuestro hogar al exterior, a nuestra **casa común**. Las oraciones de este lugar nos invitarán al cuidado de la casa común como así nos invita nuestra Iglesia. Es también una forma clarísima de hacer de nuestra casa un hogar.

El gran cambio con respecto a años anteriores es que no os organizamos las oraciones por fecha (únicamente la del miércoles de ceniza y las de los lunes ya que van ligadas al evangelio del propio miércoles y al del domingo anterior a cada lunes), sois vosotros como grupo los que decidís dependiendo del momento, el clima de silencio, la apertura de la clase el tipo de oración que queréis realizar (más contemplativa, más dinámica, basada en la solidaridad o mariana...).

Recordad, aunque existe la libertad de elegir qué oraciones hacer cada día, os recomendamos que vayáis entrando en todas las habitaciones.

En cada habitación estará disponible un enlace para acceder a una página externa con música de oración para poner de fondo.

Mucho ánimo y a prepararnos durante esta cuaresma para recibir al Señor Resucitado.



## RECIBIDOR

### Miércoles, 17 de febrero (Cuadro del recibidor)

#### 1. Sintiendo el calor

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. Dando luz al hogar

Hoy es **miércoles de ceniza**, hoy comienza LA CUARESMA. De aquí a Semana Santa intentaremos hacer un camino de conversión que terminará con la muerte y RESURRECCIÓN de Jesús 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**.

Escuchamos el evangelio de hoy.

#### **EVANGELIO: Mateo 6, 1-6. 16-18**

*En aquel tiempo, dijo Jesús a sus discípulos:*

*—«Cuidad de no practicar vuestra justicia delante de los hombres para ser vistos por ellos; de lo contrario, no tendréis recompensa de vuestro Padre celestial. Por tanto, cuando hagas limosna, no vayas tocando la trompeta por delante, como hacen los hipócritas en las sinagogas y por las calles, con el fin de ser honrados por los hombres; os aseguro que ya han recibido su paga.*

*Tú, en cambio, cuando hagas limosna, que no sepa tu mano izquierda lo que hace tu derecha; así tu limosna quedará en secreto, y tu Padre, que ve en lo secreto, te lo pagará.*

*Cuando recéis, no seáis como los hipócritas, a quienes les gusta rezar de pie en las sinagogas y en las esquinas de las plazas, para que los vea la gente. Os aseguro que ya han recibido su paga.*

*Tú, cuando vayas a rezar, entra en tu aposento, cierra la puerta y reza a tu Padre, que está en lo escondido, y tu Padre, que ve en lo escondido, te lo pagará.*

*Cuando ayunéis, no andéis cabizbajos, como los hipócritas que desfiguran su cara para hacer ver a la gente que ayunan. Os aseguro que ya han recibido su paga.*

*Tú, en cambio, cuando ayunes, perfúmate la cabeza y lávate la cara, para que tu ayuno lo note, no la gente, sino tu Padre, que está en lo escondido; y tu Padre, que ve en lo escondido, te recompensará.»*

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 perfúmate 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?

### 3. Hogar compartido

Compartimos juntos las respuestas de alguna de las preguntas anteriores.

Para terminar rezamos juntos esta oración:

Padre nuestro, acudimos a ti porque nos sentimos necesitados y queremos tu ayuda.

Queremos vivir como hijos, porque sentimos que tú nos amas como un buen Padre, que te sintamos cerca en este tiempo de Cuaresma.

Que de tal manera sintamos tu presencia de Padre, que nos lleve a amarnos y ayudarnos unos a otros.

Todo esto te lo pedimos por Jesús y por María nuestra Madre. Amén.

*San Marcelino Champagnat, ruega por nosotros.*

*María, nuestra Buena Madre, ruega por nosotros.*

## Lunes, 22 de febrero (Cuadro del recibidor)

### 1. Sintiendo el calor

Pon a un lado todo lo que ocupa tu mente, céntrate en tu respiración y saluda a Dios. Está aquí con todos nosotros. Comenzamos nuestra oración en nombre del Padre...

### 2. Dando luz al hogar

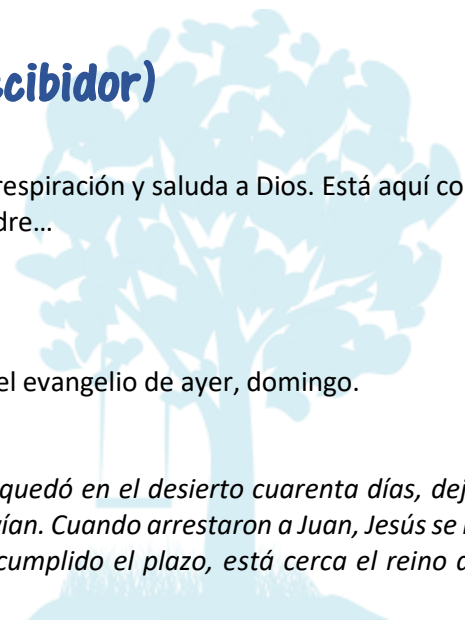
Hoy vamos a tratar de rezar escuchando y comprendiendo el evangelio de ayer, domingo.

#### **EVANGELIO: Marcos 1,12-15**

*En aquel tiempo, el Espíritu empujó a Jesús al desierto. Se quedó en el desierto cuarenta días, dejándose tentar por Satanás; vivía entre alimañas, y los ángeles le servían. Cuando arrestaron a Juan, Jesús se marchó a Galilea a proclamar el Evangelio de Dios. Decía: "Se ha cumplido el plazo, está cerca el reino de Dios: convertíos y creed en el Evangelio."*

Jesús no ha conocido una vida fácil ni tranquila. Ha vivido impulsado por el Espíritu, pero ha sentido en su propia carne la dificultad y la injusticia del mundo en el que vivimos.

Vamos a desmenuzar el evangelio...



## «El Espíritu empuja a Jesús hacia el desierto»

No lo conduce a una vida cómoda. Lo lleva por caminos de pruebas, riesgos y tentaciones. Buscar el reino de Dios y su justicia, anunciar a Dios y trabajar por un mundo más humano es siempre arriesgado. Lo fue para Jesús y lo será para sus seguidores.

## «Se quedó en el desierto cuarenta días»

El desierto será el escenario por el que transcurrirá la vida de Jesús. Este lugar solitario y nada acogedor es símbolo de pruebas y dificultades. El mejor lugar para aprender a vivir de lo esencial, de lo verdaderamente importante pero también el más peligroso para quien queda allí abandonado, sin agua, cansado, sin comida...

## «Tentado por Satanás»

Satanás significa «el adversario, el que va en contra de Dios y de quienes trabajan por hacer del mundo un lugar más justo. Delante de las tentaciones descubrimos qué hay en nosotros de verdad o de mentira, de luz o de complicidad con la injusticia.

A lo largo de su vida, Jesús se mantendrá vigilante para descubrir a «Satanás» en las circunstancias más inesperadas de su día a día.

Hemos de vivir estos tiempos difíciles, donde todo es preocupación, miedo a la enfermedad, al contagio, con los ojos fijos en Jesús. Es el Espíritu de Dios el que nos está empujando hacia el desierto, pero de esta crisis mundial saldrá un día una Iglesia más humana y con más ganas de luchar por un mundo más solidario y más justo.

## 3. Hogar compartido

Terminamos juntos nuestra oración rezando un Padre Nuestro

## Lunes, 1 de marzo (Cuadro del recibidor)

### 1. Sintiendo el calor

En un momento de silencio, centra tu atención en tus manos. Obsérvalas, siente el tacto de juntar una con la otra (cierra los ojos para ello si quieres). Después, dale gracias a Dios por tu cuerpo, por tus manos y por todo el bien que puedes hacer con ellas.

### 2. Dando luz al hogar

**EVANGELIO: Marcos 9, 1-9.**

*En aquel tiempo Jesús se llevó a Pedro, a Santiago y a Juan, subió con ellos solos a una montaña alta, y se transfiguró delante de ellos. Sus vestidos se volvieron de un blanco deslumbrador, como no puede dejarlos ningún batanero del mundo.*

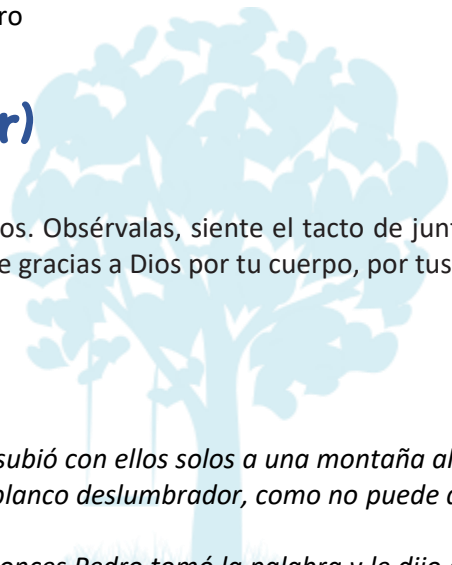
*Se les aparecieron Elías y Moisés conversando con Jesús. Entonces Pedro tomó la palabra y le dijo a Jesús: —Maestro. ¡Qué bien se está aquí! Vamos a hacer tres chozas, una para ti, otra para Moisés y otra para Elías. Estaban asustados y no sabía lo que decía.*

*Se formó una nube que los cubrió y salió una voz de la nube: —Este es mi Hijo amado; escuchadlo.*

*De pronto, al mirar alrededor, no vieron a nadie más que a Jesús, solo con ellos.*

*Cuando bajaban de la montaña, Jesús les mandó: No contéis a nadie lo que habéis visto hasta que el Hijo del Hombre resucite de entre los muertos.*

*Esto se les quedó grabado y discutían qué querría decir aquello de resucitar de entre los muertos.*





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.

### 3. Hogar compartido

Para terminar rezamos juntos esta oración:

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**

## Lunes, 8 de marzo (Cuadro del recibidor)

### 1. Sintiendo el calor

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. Dando luz al hogar

**EVANGELIO: Juan 2, 13-25.**

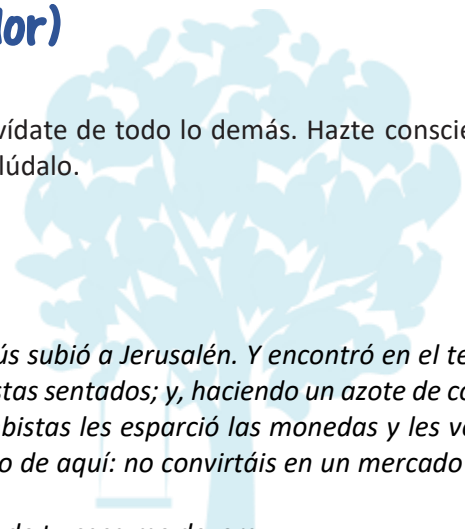
*En aquel tiempo se acercaba la Pascua de los judíos y Jesús subió a Jerusalén. Y encontró en el templo a los vendedores de bueyes, ovejas y palomas, y a los cambistas sentados; y, haciendo un azote de cordeles, los echó a todos del templo, ovejas y bueyes; y a los cambistas les esparció las monedas y les volcó las mesas; y a los que vendían palomas les dijo: —Quitad esto de aquí: no convirtáis en un mercado la casa de mi Padre.*

*Sus discípulos se acordaron de lo que está escrito: «el celo de tu casa me devora».*

*Entonces intervinieron los judíos y le preguntaron: —¿Qué signos nos muestras para obrar así?*

*Jesús contestó: —Destruid este templo, y en tres días lo levantaré. Los judíos replicaron: —Cuarenta y seis años ha costado construir este templo, ¿y tú lo vas a levantar en tres días? Pero él hablaba del templo de su cuerpo. Y cuando resucitó de entre los muertos, los discípulos se acordaron de que lo había dicho, y dieron fe a la Escritura y a la Palabra que había dicho Jesús.*

*Mientras estaba en Jerusalén por las fiestas de Pascua, muchos creyeron en su nombre, viendo los signos que hacía; pero Jesús no se confiaba con ellos, porque los conocía a todos y no necesitaba el testimonio de nadie sobre un hombre, porque él sabía lo que hay dentro de cada hombre.*



- ¿A cuántos de vosotros os ha sorprendido cuando habéis imaginado a Jesús empujando a los bueyes y volcando las mesas? Parece que no nos cuadra con el Jesús bueno y misericordioso al que estamos acostumbrados, ¿verdad? ¡Jesús enfadado! ¡Imposible!

Pues sí. Lo que todos los evangelios quieren decirnos es que Jesús es capaz de expresar el amor de Dios por la humanidad también con signos extremos. Pero ¿por qué es tan importante el mercado del Templo para que Jesús se pusiera así?

- Si a ti te preguntan ¿Qué es la iglesia? ¿Qué significado tiene para nosotros, los cristianos? ¿Qué debería aportarnos? Y más allá... ¿Quién es Dios? ¿Cómo nos relacionamos con él?

Lo que enfada realmente a Jesús es el planteamiento que hacen los vendedores y los cambistas del Templo.

Los gestos que hace Jesús, con apariencia violenta, tampoco son un invento suyo. Está imitando el estilo de los profetas que hacían signos llamativos para atraer la atención del pueblo y venía a decirles: **Os estáis equivocando.**

La religión y la fe han de hacer a los hombres y mujeres **mejores**, dándoles la oportunidad de ser ellos mismos, **de sentirse profundamente amados por Dios sin condiciones**, sin requisitos. Vivir el amor que recibimos de Dios nos dará una visión de la vida, del mundo, de los demás transformada por la propia visión de Dios. La vida tiene sentido, el mundo es el lugar que todos compartimos y en el que todos podemos colaborar, los demás son hermanos amados por el mismo Dios que me ama a mí.

**El Templo solo es un signo de todo ese amor de Dios;** necesitamos signos que nos recuerden que no todo en la vida son negocios y relaciones interesadas, que la gratuidad existe, que somos un regalo de Dios para los demás y que los demás son un regalo de Dios para nosotros.

El mercado del Templo significa convertir lo más sagrado en un negocio como cualquier otro, subrayar que Dios es un negociante como lo son todos (como lo somos todos), que te hará más o menos caso según lo que estés dispuesto a pagarle.

Quizá, nos estamos equivocando.

### 3. Hogar compartido

Vamos a poner nuestra semana en manos de Dios, siendo totalmente conscientes del amor gratuito y sin condiciones que Él nos da. Y desde ese amor tan grande rezamos juntos un Padre Nuestro.

## Lunes, 15 de marzo (Cuadro del recibidor)

### 1. Sintiendo el calor

Ya estás en el hogar de Dios. Fíjate en los detalles de la habitación en la que te encuentras y ahora toma conciencia de la gente, tus compañeros de clase, que te acompañan. Después de un momento de silencio, juntos comenzamos nuestra oración en el nombre del Padre...

### 2. Dando luz al hogar

**EVANGELIO: Juan 3, 14-21.**

En aquel tiempo dijo Jesús a Nicodemo: —Lo mismo que Moisés elevó la serpiente en el desierto así tiene que ser elevado el Hijo del Hombre, para que todo el que cree en él tenga vida eterna. **Tanto amó Dios al mundo, que entregó a su Hijo único**, para que no perezca ninguno de los que creen en él, sino que tengan vida eterna. Porque Dios no mandó su Hijo al mundo para condenar al mundo, sino para que el mundo se salve por él. El que cree en él, no será condenado; el que no cree, ya está condenado, porque no ha creído en el nombre del Hijo único de Dios. Esta es la causa de la condenación: que **la luz vino al mundo**, y los hombres prefirieron la tiniebla a la luz, porque sus obras eran malas. Pues todo el que obra perversamente detesta la luz, y no se acerca a la luz, para no verse acusado por sus obras. En cambio, el que realiza la verdad se acerca a la luz, para que se vea que sus obras están hechas según Dios.



Hoy vamos a rezar con estas 3 imágenes que son reflejo del evangelio.

**El símbolo de la luz**, como en la primera imagen... Los que actúan mal prefieren la oscuridad, no quiere que aquello que hacen se vea; en cambio, a los que hacen el bien no les preocupa que los demás se den cuenta. El juicio no lo hace la luz, la luz solo brilla, son las personas las que, ya antes de actuar, son conscientes de lo que están haciendo, y por tanto huyen de la luz.

Dios es igual. **Ha enviado a Jesús como luz del mundo**, Es decir, creyendo que Jesús nos puede iluminar, transformar, nos puede ayudar a crecer, a mejorar como personas, a desarrollar nuestras posibilidades...



### 3. Hogar compartido

Tras unos minutos observando y comentando estas imágenes. Terminamos nuestra oración poniendo esta semana que tenemos por delante en manos de ese Dios que nos envía a su hijo a dar luz al mundo y rezamos juntos un Padre Nuestro.

## Lunes, 22 de marzo (Cuadro del recibidor)

### 1. Sintiendo el calor

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. Dando luz al hogar

**EVANGELIO: Juan 12, 20-33.**

*En aquel tiempo entre los que habían venido a celebrar la Fiesta había algunos gentiles; éstos, acercándose a Felipe, el de Betsaida de Galilea, le rogaban: — Señor, quisiéramos ver a Jesús.*

*Felipe fue a decírselo a Andrés; y Andrés y Felipe fueron a decírselo a Jesús.*

*Jesús les contestó: — Ha llegado la hora de que sea glorificado el Hijo del Hombre. Os aseguro, que si el grano de trigo no cae en tierra y muere, queda infecundo; pero si muere, da mucho fruto. El que se ama a sí mismo, se pierde, y el que se aborrece a sí mismo en este mundo, se guardará para la vida eterna. El*

*que quiera servirme, que me siga y donde esté yo, allí también estará mi servidor; a quien me sirva, el Padre le premiará. Ahora mi alma está agitada y, ¿qué diré?: Padre, líbrame de esta hora. Pero si por esto he venido, para esta hora. Padre, glorifica tu nombre.*

*Entonces vino una voz del cielo: — Lo he glorificado y volveré a glorificarlo.*

*La gente que estaba allí y lo oyó decía que había sido un trueno; otros decían que le había hablado un ángel.*

*Jesús tomó la palabra y dijo:*

*— Esta voz no ha venido por mí, sino por vosotros. Ahora va a ser juzgado el mundo; ahora el Príncipe de este mundo va a ser echado fuera. Y cuando yo sea elevado sobre la tierra, atraeré a todos hacia mí.*

*Esto lo decía dando a entender la muerte de que iba a morir.*



### **Alguno de los alumnos o alumnas leen en voz alta:**

Se acercaba la Pascua y gente de todas partes subía a Jerusalén para celebrarlo. Jesús ya había sido recibido con palmas y aclamado como Rey de Israel.

Aquellos extranjeros querían conocerlo. ¿Quién era aquel del que todo el mundo hablaba maravillas y al que aclamaban como Rey?

¿Os acordáis de los tres reyes magos que adoraron a Jesús en Belén? En ese momento nos representaban a todos los hombres, de todas las razas y colores.

Estos griegos también nos representan a todos. Jesús padecerá y morirá por todos los hombres, de todos los tiempos y naciones.

### **QUÉ NOS DICE JESÚS CON ESTE EVANGELIO...**

Se está acercando la Semana Santa.

Llevamos muchos días preparándonos, rezando, limpiando nuestro corazón y ayunando de pequeños caprichos.

Lo estamos haciendo muy bien y somos un gran consuelo para Jesús.

Esta semana, antes del domingo de Ramos, ¿por qué no te esfuerzas para que todos los que están a tu alrededor sean muy felices? Preocúpate por ellos. Fíjate en lo que les gusta, en lo que necesitan; una sonrisa, una palabra amable, un buen consejo... Y los dos seremos también muy felices.



### **3. Hogar compartido**

Desde esta lectura de tu compañero o compañera realiza tu oración, comprométete con Jesús y dile como vas a tratar que esta semana las personas que están a tu alrededor sean un poquito más felices, pero que no sea un compromiso vacío, la Pascua está al caer y debemos cuidar mucho nuestros corazones.

Compartimos algunos de los compromisos y rezamos juntos un Padre Nuestro para terminar.

## **Viernes de Dolores (Cuadro del recibidor)**

### **1. Sintiendo el calor**

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. Dando luz al hogar**

Hoy, viernes de Dolores, marca el inicio de la Semana Santa que termina el Domingo de Resurrección. Nuestra oración de hoy es para María, por ella este día recibe este nombre, por el dolor y sufrimiento que supuso para ella toda la pasión y muerte de Jesús.

Primero vamos a escuchar esta canción, que muchos de vosotros ya conocéis, y te invitamos a cantar si te animas, si no te la sabes, escucha atentamente lo que este niño le canta a María.

[https://www.youtube.com/watch?v=xRE1w-iDAZc&ab\\_channel=YoSoyEmmanuel](https://www.youtube.com/watch?v=xRE1w-iDAZc&ab_channel=YoSoyEmmanuel)

### 3. Hogar compartido

Para terminar nuestra oración vamos a rezar juntos esta oración que el Papa Francisco escribió sobre la Buena Madre.

#### **ORACIÓN A MARÍA, MUJER DE LA ESCUCHA:**

**María, mujer de la escucha,**

Abre nuestro oídos;

Haz que sepamos escuchar

la Palabra de tu Hijo Jesús entre las mil palabras de este mundo;

Haz que sepamos escuchar la realidad en la que vivimos,

a cada persona que encontramos,

especialmente aquella que es pobre, necesitada o se encuentra en dificultad.

**María, mujer de la decisión,**

ilumina nuestra mente y nuestro corazón,

para que sepamos obedecer

la Palabra de tu Hijo Jesús, sin dudas;

danos la valentía de la decisión, de no dejarnos arrastrar para que otros orienten nuestras acciones.

**María, mujer de la acción,**

haz que nuestras manos y nuestros pies se muevan “de prisa” hacia los otros,

para llevar la caridad y el amor de tu Hijo Jesús,

para llevar como tú, la luz del Evangelio al mundo.

**Amén.**

## Lunes, 29 de marzo (Cuadro del recibidor)

### 1. Sintiendo el calor

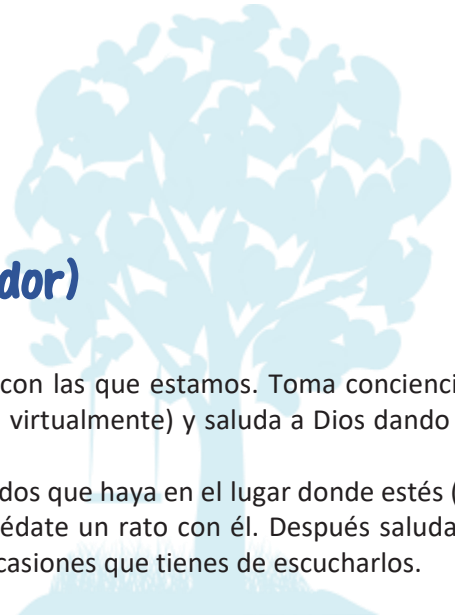
En un momento de silencio, **observamos** a las personas con las que estamos. Toma conciencia de la gente que nos rodea todos los días en clase (presencial o virtualmente) y saluda a Dios dando gracias por ellos.

En un momento de silencio, centra tu atención en los sonidos que haya en el lugar donde estés (viento, tráfico, lluvia, pájaros, ...). Elige el que más te guste y quédate un rato con él. Después saluda a Dios dándole gracias por los sonidos de la naturaleza, por las ocasiones que tienes de escucharlos.

### 2. Dando luz al hogar

**La Cuaresma es fiarse de Dios**

Hay un salmo que Marcelino Champagnat rezaba con mucha frecuencia, era el Salmo 126. Es un salmo que expresa gran confianza en Dios. Las personas podemos plantearnos hacer muchas cosas buenas, ponemos los medios para realizar todos esos buenos propósitos, pero siempre al final tendremos que



decir, si Dios quiere, es decir, nos fiamos de Él, sabiendo que él quiere lo mejor para nosotros, dejamos que él nos ayude. Este era el propósito de Marcelino cuando rezaba este salmo; todo lo que se proponía, todo lo que planeaba lo ponía en manos de Dios, directamente o través de María, Nuestra Buena Madre.

Es lógico que él siempre lo pusiera todo en manos de Dios, cuando quieres a alguien con todo tu corazón te fías totalmente de él. Marcelino amaba a Dios por encima de todo y por ello confiaba plenamente en Él.

### 3. Hogar compartido

Por todo esto, haremos nuestra oración rezando juntos el salmo 126.

#### Leemos juntos:

Si el Señor no construye la casa,  
En vano se cansan los albañiles.  
Si el Señor no guarda la ciudad,  
En vano vigilan los centinelas.

Es inútil que madruguéis,  
Que veléis hasta muy tarde.  
Que comáis el pan de la fatiga,  
Dios lo da a sus amigos mientras duermen.

Dichoso el hombre que llena,  
Su corazón de estas razones,  
No quedará derrotado al pelear,  
Con sus dificultades en la vida.

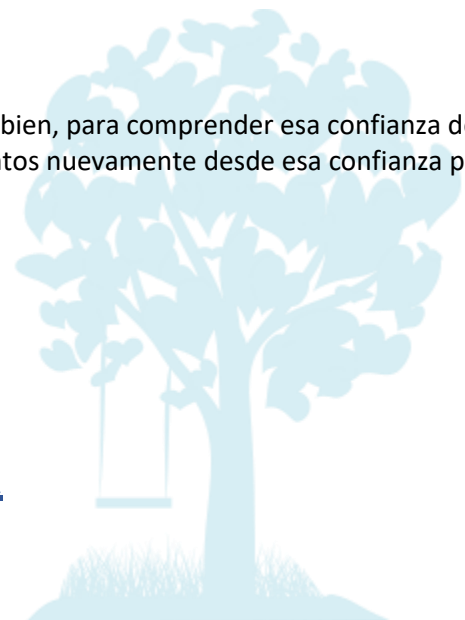
Al terminar de leerlo, lo comentamos para comprenderlo bien, para comprender esa confianza de la que habla Marcelino. Cuando terminemos, lo rezamos juntos nuevamente desde esa confianza plena en Dios.

## COCINA

### ARMARIO - Apertura a Dios

#### 1. Sintiendo el calor

Comenzamos nuestro día, con un momento tranquilo de oración. Nos ponemos en presencia de Dios que quiere acompañarnos durante esta Cuaresma, estar a nuestro lado (hacemos la señal de la cruz). Este es un momento para nosotros con Dios. Conectamos con el día que tenemos por delante, lo imaginamos, soñando como será...



## 2. Dando luz al hogar

### LAS ACTITUDES DE MARÍA

#### Abierta a Dios

Hoy vamos a rezar con María. Si la Cuaresma es un tiempo para volver a Dios, María fue una persona que se mantuvo siempre al lado de Dios. Vamos a pensar en una de las principales ACTITUDES DE MARÍA que le ayudaron a mantenerse siempre con Dios.

**ACTITUD DE APERTURA:** El Evangelio de Lucas nos dice: “He aquí la esclava del Señor, hágase en mi tu palabra”.

María trataba de ser abierta a lo que Dios quería de ella. Como muchos cristianos de hoy, que cada mañana ofrecen a Dios el día y lo ponen en sus manos, María seguro que hacía la oración que hacía todo buen judío y se ponía a su disposición.

En muchos casos los cristianos nos quedamos en la buena voluntad de la mañana... María trataba de ver en cada una de las acciones y situaciones del día la presencia de Dios, por ello cuando Dios le pide su colaboración **ella pronuncia su SI** alto y claro.

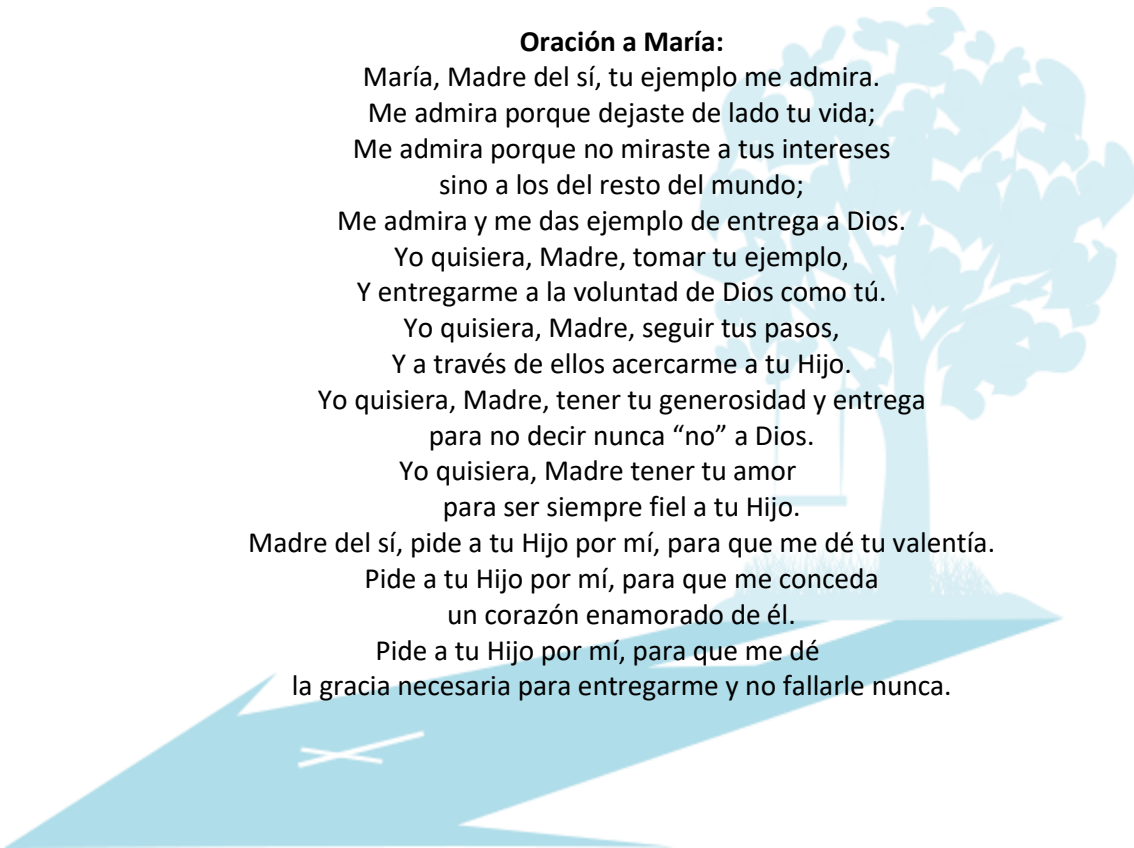


## 3. Hogar compartido

Ahora os proponemos que recéis esta oración de corazón, intentando ver, como María, como acercarte a lo que Dios puede querer de ti...

#### Oración a María:

María, Madre del sí, tu ejemplo me admira.  
Me admira porque dejaste de lado tu vida;  
Me admira porque no miraste a tus intereses  
sino a los del resto del mundo;  
Me admira y me das ejemplo de entrega a Dios.  
Yo quisiera, Madre, tomar tu ejemplo,  
Y entregarme a la voluntad de Dios como tú.  
Yo quisiera, Madre, seguir tus pasos,  
Y a través de ellos acercarme a tu Hijo.  
Yo quisiera, Madre, tener tu generosidad y entrega  
para no decir nunca “no” a Dios.  
Yo quisiera, Madre tener tu amor  
para ser siempre fiel a tu Hijo.  
Madre del sí, pide a tu Hijo por mí, para que me dé tu valentía.  
Pide a tu Hijo por mí, para que me conceda  
un corazón enamorado de él.  
Pide a tu Hijo por mí, para que me dé  
la gracia necesaria para entregarme y no fallarle nunca.





## MICROONDAS - Cuéntame un cuento

### 1. Sintiendo el calor

En un momento de silencio, **escucha** tu respiración, hazte consciente de quién eres, de dónde estás, de ti mismo. Siente que no estás solo. Dios está aquí con nosotros. Comenzamos nuestra oración en el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén

### 2. Dando luz al hogar

Nos vamos a ayudar del siguiente cuento para la oración de hoy.

Un hombre sabio y bondadoso pedía 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 paz y 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 bondadoso preguntó de nuevo:

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

Dios respondió:

– La clave para un mundo lleno y feliz es: **Como di, dad**. Es decir, así como yo os di, dad vosotros a vuestro prójimo. Como yo os 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.

Invitamos a tener un momento de silencio y oración personal con estas preguntas:

- ¿Qué nos han dado a nosotros gratis? ¿Qué nos ha regalado Dios?
- ¿Qué podemos dar nosotros a los demás?

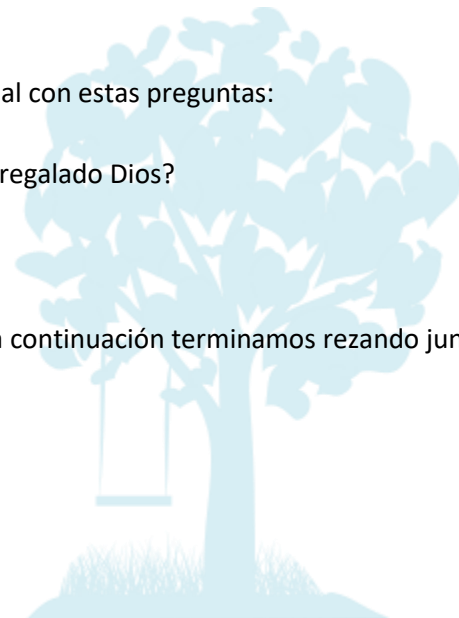
### 3. Hogar compartido

Compartimos nuestra oración con nuestros compañeros y a continuación terminamos rezando juntos un Padre Nuestro.

## NEVERA - Cocinando con amor

### 1. Sintiendo el calor

En un momento de silencio, **observamos** a las personas con las que estamos. Toma conciencia de la gente que nos rodea todos los días en clase (presencial o virtualmente) y saluda a Dios dando gracias por ellos.



En un momento de silencio, centra tu atención en los sonidos que haya en el lugar donde estés (viento, tráfico, lluvia, pájaros, ...). Elige el que más te guste y quédate un rato con él. Después saluda a Dios dándole gracias por los sonidos de la naturaleza, por las ocasiones que tienes de escucharlos.

## 2. Dando luz al hogar

Como sabemos, una de las cosas a las que nos invita la Cuaresma es a la limosna, al servicio a los demás y en especial a los más desfavorecidos. El que cocina en nuestra casa a diario ofrece un servicio lleno amor. En el siguiente vídeo vamos a ver como hay personas que este servicio lo quieren dedicar a los más desfavorecidos. Ejemplos como este tenemos por todas nuestras ciudades.

[https://www.youtube.com/watch?v=H5RG55wISiY&ab\\_channel=CanalSurJa%C3%A9n](https://www.youtube.com/watch?v=H5RG55wISiY&ab_channel=CanalSurJa%C3%A9n)

Dejamos un momento de silencio para rezar con esta pregunta:

¿Cómo puedo también yo ser servicial con los demás? Hay muuuuuchas formas. ¿Cuál eliges tú?

## 3. Hogar compartido

Dialogamos en torno a la pregunta anterior, desde nuestra edad, desde nuestras limitaciones... y terminamos rezando un juntos un Padre Nuestro...

# FOGONES - Receta para la vida

## 1. Sintiendo el calor

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. Dando luz al hogar

¿Has cocinado alguna vez? No vale un sándwich...

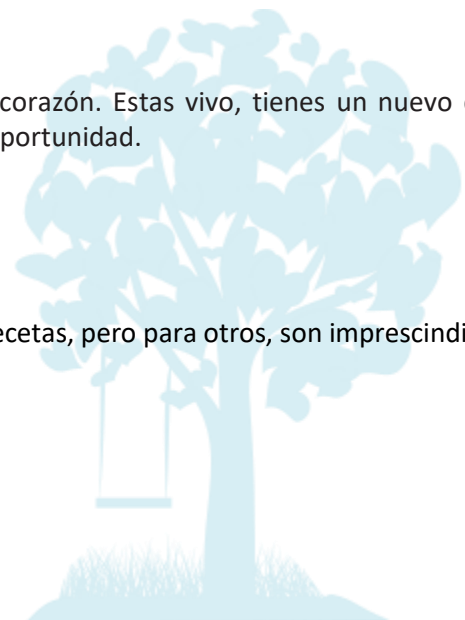
Los buenos cocineros, generalmente, no suelen necesitar recetas, pero para otros, son imprescindibles. Echa un vistazo a la siguiente receta a ver qué te parece.

Nombre del plato: **“Un mundo más justo”**

Ingredientes:

- Tiempo
- Esfuerzo
- Gratuidad (dar gratis)
- No esperar nada a cambio
- De igual a igual

Pasos a seguir:



1. Plantéate qué estás haciendo actualmente por los demás
2. ¿Qué situaciones de injusticia encuentras a tu alrededor?
3. Elige una situación de alguien que esté sufriendo que te gustaría cambiar.
4. ¿Cuál es el mejor ingrediente que puedes aportar?
5. A cocinar...

Partiendo de esta receta. Vamos a elaborar en un momento nuestra propia receta personal.

### 3. Hogar compartido

Podemos compartir algunas o recogerlas y colocarlas por la clase algunos días.

Terminamos rezando un Ave María, pidiéndole a la Buena Madre que nos enseñe con su ejemplo cómo ser solidarios.

## DORMITORIO

### CUADRO ROJO - A pesar de nuestras diferencias

#### 1. Sintiendo el calor

(Coloca encima de la mesa un papel y un bolígrafo únicamente)

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. Dando luz al hogar

Hoy vamos a hacer una oración de contemplación. Vamos a rezar con lo que nos transmite una imagen. Para ello, ponemos música tranquila y durante varios minutos vamos a estar en silencio contemplando esta imagen.



A pesar de nuestras diferencias

siempre te pondré a ti en primer lugar, siempre te cuidaré.

1. Observa todos los detalles y toma conciencia de qué es lo que te hace sentir. ¿Qué te llama la atención?
2. Cuando el profesor os indique. Responde a estas preguntas en tu papel:
  - ¿Qué pensamientos te han venido a la mente tras contemplar la imagen?
  - ¿Qué sentimientos te ha provocado?

### 3. Hogar compartido

Rezamos juntos:

Gracias Padre por la vida, por poder descubrir en la diferencia la gran belleza que hay en cada persona. Gracias por todas aquellas personas que viven con la actitud de crear lugares en los que todos se sientan queridos, aceptados y valorados.

## CUADRO NARANJA - Pidiendo perdón

### 1. Sintiendo el calor

(Coloca encima de la mesa un papel y un bolígrafo únicamente)

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. Dando luz al hogar

Hoy vamos a hacer una oración de contemplación. Vamos a rezar con lo que nos transmite una imagen. Para ello, ponemos música tranquila y durante varios minutos vamos a estar en silencio contemplando esta imagen.

1. Observa todos los detalles y toma conciencia de qué es lo que te hace sentir. ¿Qué te llama la atención? ¿Qué relación hay entre los dos niños?



2. Cuando el profesor os indique. Responde a estas preguntas en tu papel:

- ¿Qué crees que está sucediendo en la imagen?
- ¿Qué pensamientos te han venido a la mente tras contemplar la imagen?
- ¿Qué sentimientos te ha provocado?

### 3. Hogar compartido

Hoy vamos a rezar juntos el Padre Nuestro estando especialmente atentos del momento en que decimos: "Padre perdona nuestras ofensas como nosotros perdonamos a los que nos ofenden". Y le pedimos por la valentía que necesitemos para que hoy mismo le pidamos perdón a quien le causemos algún dolor o sufrimiento.

## MANTA - María, la mujer orante

### 1. Sintiendo el calor

Ya estás en el hogar de Dios. Fíjate en los detalles de la habitación en la que te encuentras y ahora toma conciencia de la gente, tus compañeros de clase, que te acompañan. Después de un momento de silencio, juntos comenzamos nuestra oración en el nombre del Padre...

### 2. Dando luz al hogar

Hoy nos vamos a fijar en otra de las actitudes de María: "María la mujer orante."

La oración consiste en hablar con Dios, como Padre, como amigo, como alguien que está a nuestro lado y nos quiere. Esto lo tenía María muy claro. Ella, seguramente, descubrió como su Hijo, que Dios es Padre. A Él se dirigía como Padre y cada día como los buenos judíos empezaba proclamando la oración del Shemá. Pero María no sólo hacía oraciones oficiales, de esas que repetimos como si fuésemos "loritos", sin pensarlas ni sentir las. Ella hablaba a Dios de tú a tú, como de Hija a Padre, contándole sus "cosas" y hablado con Él.

- ¿Encuentras algún momento durante el día para hacer oración, para hablar con Dios, con el Padre, con Jesús? ¿Cómo es tu oración?
- ¿Cómo ves a Dios en tu oración, como un Padre, como amigo?

### 3. Hogar compartido

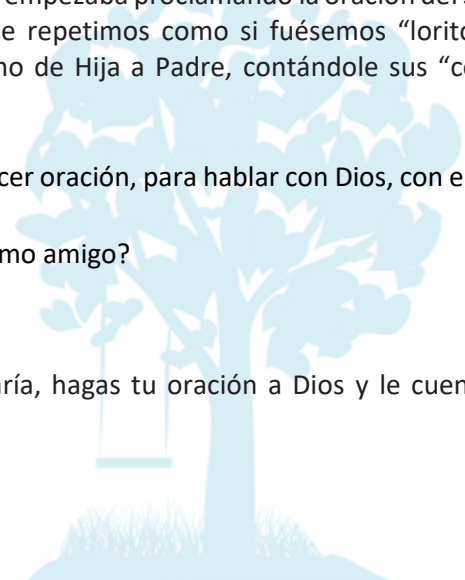
Hoy te dejamos un ratito en silencio para que, como María, hagas tu oración a Dios y le cuentes tus "cosas", lo que tu quieras.

## ESPEJO - Hasta setenta veces siete

### 1. Sintiendo el calor

Pon a un lado todo lo que ocupa tu mente, céntrate en tu respiración y saluda a Dios. Está aquí con todos nosotros. Comenzamos nuestra oración en nombre del Padre...

### 2. Dando luz al hogar





Hoy vamos a rezar con la Palabra de Dios:

En aquel tiempo, se adelantó Pedro y preguntó a Jesús: – «Señor, si mi hermano me ofende, ¿cuántas veces le tengo que perdonar? ¿Hasta siete veces?»

Jesús le contesta: – «No te digo hasta siete veces, sino hasta setenta veces siete. Y a propósito de esto, el reino de los cielos se parece a un rey que quiso ajustar las cuentas con sus empleados. Al empezar a ajustarlas, le presentaron uno que debía diez mil talentos. Como no tenía con qué pagar, el señor mandó que lo vendieran a él con su mujer y sus hijos y todas sus posesiones, y que pagara así.

El empleado, arrojándose a sus pies, le suplicaba diciendo: "Ten paciencia conmigo, y te lo pagaré todo. El señor tuvo lástima de aquel empleado y lo dejó marchar, perdonándole la deuda. Pero, al salir, el empleado aquel encontró a uno de sus compañeros que le debía cien denarios y, agarrándolo, lo estrangulaba, diciendo: "Págame lo que me debes." El compañero, arrojándose a sus pies, le rogaba, diciendo: "Ten paciencia conmigo, y te lo pagaré" Pero él se negó y fue y lo metió en la cárcel hasta que pagara lo que debía. Sus compañeros, al ver lo ocurrido, quedaron consternados y fueron a contarle a su señor todo lo sucedido. Entonces el señor lo llamó y le dijo:

"¡Siervo malvado! Toda aquella deuda te la perdoné porque me lo pediste. ¿No debías tú también tener compasión de tu compañero, como yo tuve compasión de ti?" Y el señor, indignado, lo entregó a los verdugos hasta que pagara toda la deuda. Lo mismo hará con vosotros mi Padre del cielo, si cada cual no perdona de corazón a su hermano.» (Mateo 18, 21-35)

Comentamos y entendemos juntos esta lectura.

Después de comentarla y entenderla, reléela y si algo te llama especialmente la atención, párate y piensa que te quiere decir Dios hoy con esta lectura. Dejamos unos minutos.

- ¿Cómo llevas eso del perdón? ¿Crees que deberías pedirle perdón a alguien?
- ¿Te está costando perdonar durante esta cuaresma?

### 3. Hogar compartido

**Para terminar, rezamos juntos esta oración:**

Jesús, enséñame a acoger, a comprender, a perdonar, a olvidar, a no tener cuenta todo lo que me molesta, a olvidar el rencor y perdonar de corazón, a pensar en el bien de los demás y no solamente en el mío. Enséñame Jesús, a hacer lo que haces Tú.

## PLANTA - Sensible ante los pobres

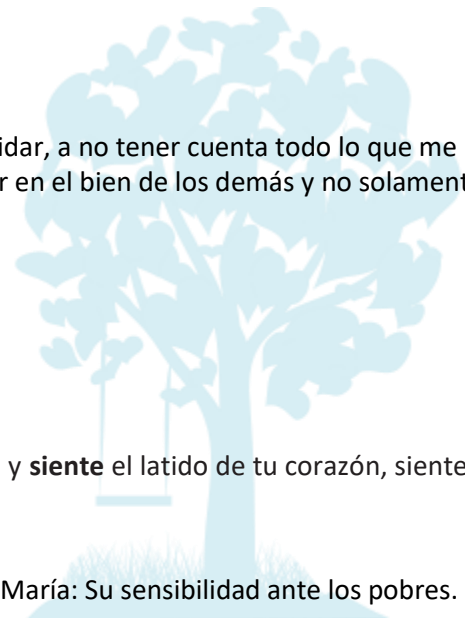
### 1. Sintiendo el calor

En un momento de silencio, coloca la mano sobre tu pecho y **siente** el latido de tu corazón, siente la vida que te llena. Saluda a Dios personalmente.

### 2. Dando luz al hogar

En nuestra oración de hoy traemos otra de las actitudes de María: Su sensibilidad ante los pobres.

María vivía en un pueblo sencillo, en un pueblo pobre. En su tiempo, la gente estaba muy agobiada por los tributos romanos y por los actos de culto, todo ello les suponía dinero. Esto hacía que hubiera muchos pobres. No es difícil pensar que María era una persona que estaba muy cerca de los pobres y de los que sufrían. En la oración que María le hace al Padre después de que su prima le dice bendita entre todas las mujeres, ella dice en uno de los párrafos:



“Derribó del trono a los poderosos  
Y ensalzó a los humildes.  
Colmó de bienes a los hambrientos  
Y a los ricos despidió sin nada”.

Seguro que esta oración le salió del alma, porque el dolor de los pobres le llegaba a lo profundo de su corazón. No quiere desear mal a los ricos ni a nadie, utilizó una frase de la Biblia, pero se preocupaba mucho por los pobres.

Hoy en día, no cabe duda de que nosotros tenemos que ayudar a los pobres, ahora la tarea que Dios nos encomienda, como lo hizo con María, es descubrir cómo desde nuestra realidad.

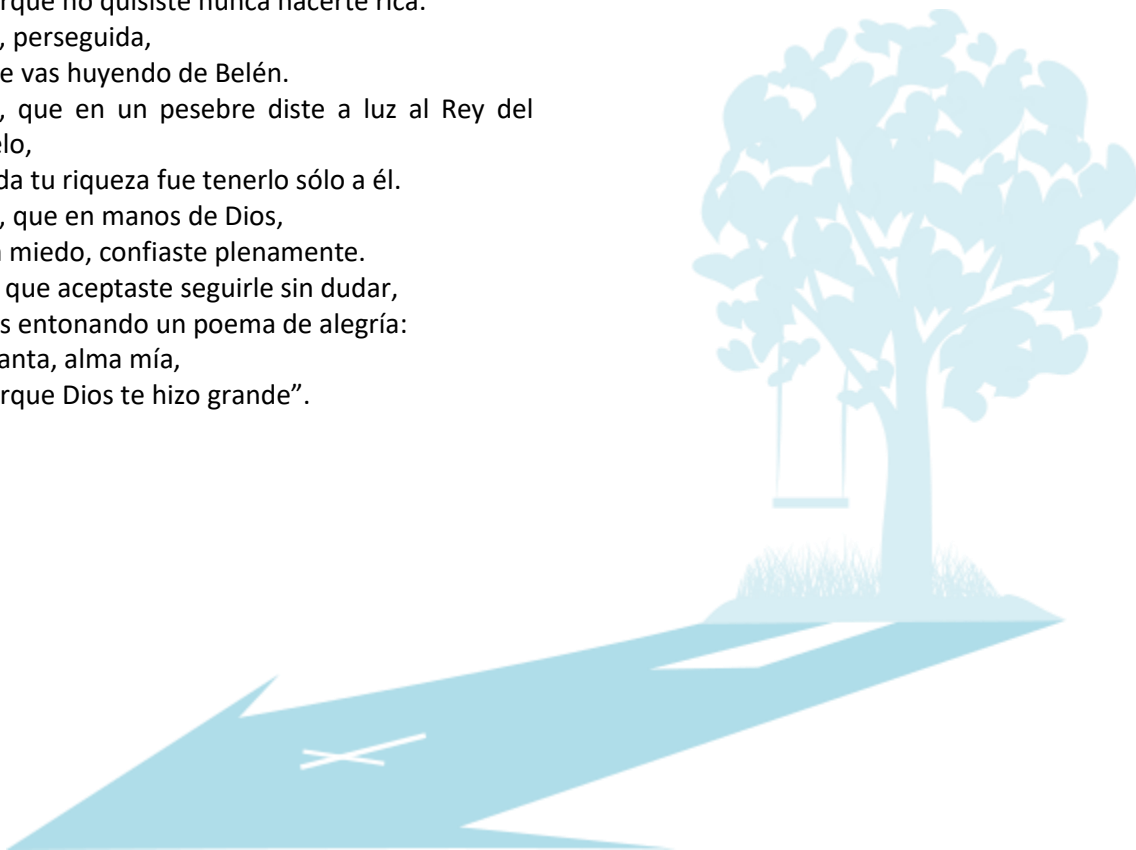
- Piensa en un par de minutos. Ahora, ¿desde tu clase, con tu edad, cómo puedes ayudar a los más necesitados?

### 3. Hogar compartido

Compartimos las respuestas y las apuntamos en un papel que luego colgaremos en el corcho, sería estupendo que a final de curso revisemos esa “lista” y veamos si hemos sido capaces de ayudar a los necesitados con esas respuestas que hemos dado.

Terminamos nuestra oración rezando juntos esta oración a la Buena Madre:

Madre de los pobres,  
los humildes y sencillos,  
de los tristes y los niños  
que confían siempre en Dios.  
Tú, la más pobre,  
porque no quisiste nunca hacerte rica.  
Tú, perseguida,  
que vas huyendo de Belén.  
Tú, que en un pesebre diste a luz al Rey del  
cielo,  
toda tu riqueza fue tenerlo sólo a él.  
Tú, que en manos de Dios,  
sin miedo, confiaste plenamente.  
Tú que aceptaste seguirle sin dudar,  
Vas entonando un poema de alegría:  
“Canta, alma mía,  
porque Dios te hizo grande”.



## ALFOMBRA - Dejemos que hablen nuestras obras

### 1. Sintiendo el calor

En un momento de silencio, coloca la mano sobre tu pecho y **siente** el latido de tu corazón, siente la vida *que te llena*. Saluda a Dios personalmente.

### 2. Dando luz al hogar

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...

¿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?

### 3. Hogar compartido

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.**



## BAÑO

### TOALLAS - Es tiempo de cambiar

#### **1. Sintiendo el calor**

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. Dando luz al hogar**

Hoy vamos a hacer la oración desde esta canción... probablemente ya la hayas escuchado alguna vez, o quizás no, pero igualmente escúchala con mucha atención, atento a cada frase... habla del tiempo de cambio, de esta cuaresma, de la importancia de convertirnos...

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

#### **3. Hogar compartido**

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.

Aquí tenéis la letra para poder decir en voz alta aquellas frases que os animan al cambio en este tiempo de Cuaresma.



## Es tiempo de cambiar

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

Somos víctimas así de nuestra propia tonta creación  
y olvidamos que el amor  
es más 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...



Juanes



## CHAMPÚ Y COLONIA - El señor Indiferencia

### 1. Sintiendo el calor

**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. Dando luz al hogar

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. Os invitamos a ver el video.

<https://www.youtube.com/watch?v=qLGNj-xrgvY>

Y tras verlo...

Piensa en lo que llevas de día. ¿Has visto ya algún gesto de ese tipo? ¿Has tenido tú algún detalle con alguna persona?

En el video que hemos visto hay un momento concreto que cambia al protagonista. ¿Qué necesitamos para CAMBIAR? ¿Para fijarnos más en los demás?

### 3. Hogar compartido

Acabamos rezando juntos un Padre Nuestro.

## ESPEJO - Islas de cariño y generosidad

### 1. Sintiendo el calor

Pon a un lado todo lo que ocupa tu mente, céntrate en tu respiración y saluda a Dios. Está aquí con todos nosotros. Comenzamos nuestra oración en nombre del Padre...

### 2. Dando luz al hogar

Recuerda que esta habitación de la casa es lugar idóneo para arreglarnos, lavarnos, ... en definitiva para cambiar algunas cosillas de nosotros. En Cuaresma lo llamamos ayuno. ¿De qué podemos privarnos, qué podemos cambiar de nosotros para parecernos un poquito más a Jesús?

Vamos a ayudarnos hoy de lo que nos dice el Papa Francisco.

La Cuaresma es un tiempo de renovación para la Iglesia, para las comunidades y para cada creyente. Pero sobre todo es un «tiempo de gracia». Ocurre que cuando estamos bien y nos sentimos a gusto, nos olvidamos de los demás (algo que Dios no haría jamás), no nos interesan sus problemas, ni sus sufrimientos, ni las injusticias que padecen... Entonces nuestro corazón cae en la indiferencia: yo estoy relativamente bien y a gusto, y me olvido de quienes no están bien. La indiferencia hacia el prójimo y hacia Dios es una tentación real también para los cristianos.

Dios no es indiferente al mundo, sino que lo ama hasta el punto de darnos a su Hijo para salvar a todos y cada uno de los seres humanos.

Queridos hermanos y hermanas, cuánto deseo que los lugares en los que se manifiesta la Iglesia, en particular nuestras parroquias y nuestras comunidades, lleguen a ser **islas de cariño y generosidad en medio del mar de la indiferencia.**



- ¿En qué ocasiones solemos mirar para otro lado o guardamos silencio para no complicarnos la vida?
- ¿En qué puedo empezar a dejar de ser indiferente para construir lugares más justos?

### 3. Hogar compartido

Rezamos juntos esta oración.

#### Aquí estamos, Señor

Te pedimos para que nos libres de la indiferencia.

Para que seamos capaces de ver aquellas necesidades que hay a nuestro alrededor.

Para escuchar a aquel que desea nuestro cariño y solidaridad.

Danos, Señor, la valentía de no callar y decir en voz alta aquello que sea injusto.

Te lo pedimos por medio de María.

Dios te salve María...

## LAVABO – El ayuno que le gusta a Dios

### 1. Sintiendo el calor

En un momento de silencio, centra tu atención en tus manos. Obsérvalas, siente el tacto de juntar una con la otra (cierra los ojos para ello si quieres). Después, dale gracias a Dios por tu cuerpo, por tus manos y por todo el bien que puedes hacer con ellas.

En un momento de silencio, coloca la mano sobre tu pecho y **siente** el latido de tu corazón, siente la vida que te llena. Saluda a Dios personalmente.

### 2. Dando luz al hogar

Hoy nos centramos en lo que nos decía Marcelino sobre la Cuaresma.

Un año, cuando la Cuaresma estaba a punto de empezar, todos pensaban en ayunar (hacer una sola comida al día) y hacer penitencia por sus pecados. También los Hermanos más jóvenes.

Éstos nombraron seis delegados para ir al cuarto de Marcelino y pedirle permiso para hacer duras penitencias cuaresmales. Eso le dijo el mayor de los delegados que no tenía todavía dieciséis años. 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 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 confianza. 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.

Mirar hacia dentro, evitar palabras ofensivas, eliminar lo que no nos ayuda y alimentar nuestro corazón. Una gran receta de Marcelino. ¿Puedo intentar algo de esto durante este día, durante esta semana?

### 3. Hogar compartido

Terminamos poniéndonos en manos de María, para que ella nos ayude a sacar lo mejor de nosotros mismos y a dejar atrás aquello que no nos ayuda a ser mejores personas y cristianos rezando juntos un Ave María.

## SALÓN

### TELEVISIÓN 1 - Piedra papel tijeras

#### 1. Sintiendo el calor

Ya estás en el hogar de Dios. Fíjate en los detalles de la habitación en la que te encuentras y ahora toma conciencia de la gente, tus compañeros de clase, que te acompañan. Después de un momento de silencio, juntos comenzamos nuestra oración en el nombre del Padre...

#### 2. Dando luz al hogar

Ahora cierra los ojos un momento e imagina el salón de tu casa. Visualiza a las personas con las que convives y alguna situación cotidiana. El salón suele ser uno de los sitios donde pasamos más tiempo con nuestra familia. Para hacer de nuestra casa un hogar, podemos empezar por la casa en la que vivimos, y luego continuar con nuestra clase, colegio, barrio, ciudad, nuestro planeta...

¿Has jugado alguna vez a piedra, papel o tijera? Vamos a ver el siguiente vídeo...

<https://www.youtube.com/watch?v=B0KyZNoVhD8>

Rezamos personalmente unos minutos con estas preguntas

- ¿Cómo podemos mejorar las relaciones en nuestra casa?
- ¿Con qué actitud estamos con las personas de nuestra familia?
- ¿Cuánto amor ponemos en nuestra casa para que sea hogar?

#### 3. Hogar compartido

Ahora se lleva mucho el "lettering". Aunque a algunos se le dará mejor que a otros. Vamos a escribir lo que pone en la imagen en un trozo de papel (con nuestra propia creatividad) y al terminarlo se lo vamos a regalar al compañero de detrás. Es una forma de compartir nuestra oración, una forma de pedirle a Dios que llevemos todos amor a nuestras casas.

#### Y para terminar rezamos juntos:

Nuestras familias tienen defectos, Señor,  
Quizá, a veces, se parecen poco a tu familia.  
Pero es nuestra familia, Señor,  
y queremos pedirte por ella,  
y por nosotros,  
para que haya más unión,



para que cada uno en su tarea,  
nos amemos,  
para que no se rompa esta gran maravilla  
a causa de los egoísmos personales,  
para que todos crezcamos humanamente,  
para que los hermanos lo seamos de verdad.  
Jesús,  
que nuestra familia se parezca,  
cada vez más, a la tuya.





## MESITA DE CENTRO - La mesa de la Vallá

### 1. Sintiendo el calor

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. Dando luz al hogar

Todas las partes de una casa son importantes, todas tienen algo que las hacen especiales, incluso única. Esta sala es la que nos encontramos destaca por tener muchos usos diferentes.

- La usamos para reunirnos, para pasar tiempo acompañado.
- En muchas ocasiones, la usamos para comer, cenar...
- Vemos series, la televisión... parte de nuestro ocio en familia se desarrolla aquí.

¿Y qué tiene todo esto en común? ¿Por qué es especial esta habitación de la casa?

Es una zona compartida. Vivimos mucho en esta sala, acompañados de otras personas muy importantes en nuestra vida.

De la misma forma, Marcelino destinó una zona de la casa de La Vallá para convivir. Concretamente, de los tres pisos de la casa, el piso intermedio, que hoy conocemos como el piso de la Comunidad o el piso de la Fraternidad. En este piso se encuentra la mesa de nuestros orígenes, que representa el símbolo de la comunidad Marista. En torno a esta mesa se sentaron el Padre Champagnat y los primeros hermanos. Hoy, todos y todas estamos invitados a “compartir esa mesa” en nuestras vidas.



Pero esto no siempre es algo sencillo.

- ¿Cuánto tiempo pasas en tu habitación cuando estás en casa?
- ¿Cómo puedes hacerte más presente en la vida de las personas con las que convives día a día?
- ¿En qué momentos tengo que “salir de mi habitación” para encontrarme con los demás?

### 3. Hogar compartido

De la misma forma que los primeros hermanos, ponemos nuestro día en manos de la Buena Madre diciendo:

Dios te salve María, llena eres de gracia....

## ESTANTERIA - No vine a llamar a justos

### 1. Sintiendo el calor

Pon a un lado todo lo que ocupa tu mente, céntrate en tu respiración y saluda a Dios. Está aquí con todos nosotros. Comenzamos nuestra oración en nombre del Padre...

### 2. Dando luz al hogar

En la época de Jesús entrar en casa de alguien o invitar a alguna persona a tu hogar tenía una especial importancia. No era solo una invitación a entrar, también a compartir tu espacio, compartir lo que tienes, dar a conocer a tu familia...es decir, abrir las puertas a tu vida. Hoy vamos a hacer la oración con un pasaje del evangelio:

#### **MARCOS 2,14-18**

*Al pasar vio a Leví de Alfeo, sentado junto a la mesa de recaudación de los impuestos, y le dijo: —Sígueme. Él se levantó y le siguió. Mientras estaba comiendo en su casa, muchos recaudadores y pecadores estaban a la mesa con Jesús y sus discípulos, pues muchos eran ya sus seguidores. Los letrados del partido fariseo, viéndolo comer con pecadores y recaudadores, dijeron a los discípulos: —¿Por qué come con recaudadores y pecadores? Lo escuchó Jesús y respondió: —No tienen necesidad del médico los sanos, sino los enfermos. **No vine a llamar a justos, sino a pecadores.***

¿Qué nos llama la atención? ¿Por qué piensas que Jesús quiere comer, compartir la mesa, con los que llaman “pecadores”?

Pero... ¿qué habría sucedido si los recaudadores de impuestos no hubieran invitado a Jesús a comer en su casa? ¿si no le hubieran dejado entrar en su vida?

Este tiempo de Cuaresma puede ser un buen momento para...

- Dejar entrar a Jesús en tu vida. Interesarte por Él, ver cómo vivir a su estilo, intentar llevar a tu día lo que nos enseña.
- Interesarte por la vida de los demás, dejarte invitar (o incluso autoinvitarte) para compartir con ellos y ellas.
- Invitar a los demás a acercarse a ti. Dejarte conocer y disfrutar de lo que los demás pueden ofrecerte.
- 

### 3. Hogar compartido

Acabamos poniendo en manos de Jesús a todas y cada una de las personas que nos acompañan. Todas esas personas que día a día nos invitan a compartir su vida y a todas las que nosotros invitamos a compartir la nuestra.



Damos gracias por todos ellos y ellas. En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo...Amén

## COJÍN DE SUELO NARANJA - Extraordinario

### 1. Sintiendo el calor

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. Dando luz al hogar - Extraordinario

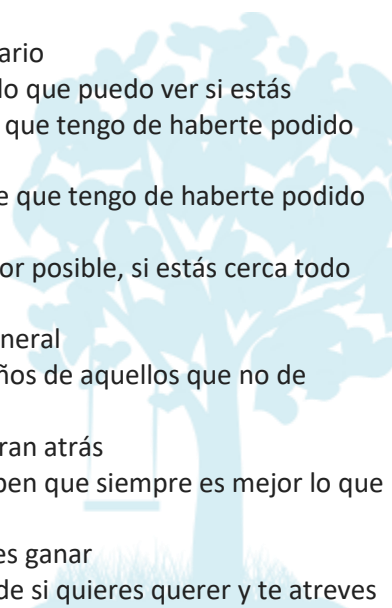
Ahora escuchamos esta canción...

[https://www.youtube.com/watch?v=-6rZAN\\_K\\_3Y](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



¿Podría esta canción estar hablando de Jesús?

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

### 3. Hogar compartido

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.

## SALITA DE JUEGOS

### GUITARRA - El mismo Sol

#### 1. Sintiendo el calor

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. Dando luz al hogar

Esta canción nos habla de que con amor, todo se puede, que todos estamos bajo el mismo sol, no importan las diferencias... Escúchala y disfrútala.

[https://www.youtube.com/watch?v=srPJ-s5uMbl&ab\\_channel=AlvaroSolerVEVO](https://www.youtube.com/watch?v=srPJ-s5uMbl&ab_channel=AlvaroSolerVEVO)

Piensa un momento en silencio en el regalo de la vida, en el regalo del día de hoy que tienes por delante. Después reza personalmente ayudado de estas preguntas:

- ¿Con qué actitud puedes afrontar el día de hoy?
- ¿Eres consciente de que, con tu actitud, con tu ilusión, puedes cambiar el día de muchas personas de tu alrededor?

Es cierto que tus compañeros pueden sentirse mejor a través de tus detalles, gestos, palabras...

#### 3. Hogar compartido

Rezamos juntos:

Gracias Señor por la oportunidad de este nuevo día.  
Ayúdame a superar mis miedos, pereza o indiferencia,  
para que, de ese modo, pueda ser tus manos y sembrar de amor mi alrededor.

### ALTAVOZ IZQUIERDO - Los valientes de la pandilla

## 1. Sintiendo el calor

Comenzamos nuestro día, nuestra semana, con un momento tranquilo de oración. Nos ponemos en presencia de Dios que quiere acompañarnos durante esta Cuaresma, estar a nuestro lado (hacemos la señal de la cruz). Este es un momento para nosotros con Dios. Conectamos con el día que tenemos por delante, lo imaginamos, soñando como será...

## 2. Dando luz al hogar

Rezamos a través de la música, con todo lo que esconden las letras de muchas canciones.

<https://www.youtube.com/watch?v=9BVzGFE6pfc&feature=youtu.be>

### LOS VALIENTES DE LA PANDILLA

Aunque no creas tú, yo era alguien con miedo.  
El que menos podía, el que todo temía, siempre fui el más pequeño.  
Puede que, como tú, yo me sentía el que menos.  
El débil, frágil, cobarde, el que no pedía nadie cuando echaban a dedos.  
Que ser sensible era difícil de aceptar, para la gente un bicho raro.  
No tener fuerza o no saberla utilizar me colocaba tan abajo.  
Y yo nací de una gran ilusión de un mundo de cariño.  
De las ganas de luchar y hacer este mundo distinto.  
Y de unos padres también que hicieron su camino a poquito.  
Dejaron que me equivocara y encontrara yo el mío.  
Ahora sabes tú, que ser cobarde no es eso.  
Que los valientes crecemos y fuimos cobardes solo para ellos.  
Puede que, como tú, mi fuerza está en lo de dentro.  
Que ser sensible es el arma que da la verdad, aunque duela por dentro  
Ser el pequeño era difícil de aceptar, para la gente un bicho raro  
No tener fuerza o no saberla utilizar, me colocaba tan abajo-  
Y yo nací de una gran ilusión de un mundo de cariño-  
De las ganas de luchar y hacer este mundo distinto.  
Y de unos padres que hicieron también su camino a poquito  
Dejaron que me equivocara y encontrara yo el mío.  
Y la verdad es que a veces somos lo que la gente quiere y señalan te dicen lo que eres y tú mismo solo, tú mismo solo vales más.  
Y yo nací de una gran ilusión de un mundo de cariño.  
De las ganas de luchar y hacer este mundo distinto.  
Y de unos padres que hicieron también su camino a poquito.  
Dejaron que me equivocara y encontrara yo el mío (el mío)

**Dani Martín**



A veces nuestra vida se llena de inseguridades, nos sentimos pequeños, no nos vemos capaces de confiar en nuestros talentos, en todas las cosas maravillosas de las que somos capaces...

¿Sientes ganas de luchar por un mundo distinto, más justo para todos?

### 3. Hogar compartido

Hoy le vamos a pedir a Dios para que encontremos la fuerza del Espíritu en nosotros, que nos impulse a cambiar, a soñar y luchar por un mundo mejor. Se lo pedimos por medio de María rezando un Ave María.

## VINILO - ¡Qué bonito!

### 1. Sintiendo el calor

Pon a un lado todo lo que ocupa tu mente, céntrate en tu respiración y saluda a Dios. Está aquí con todos nosotros. Comenzamos nuestra oración en nombre del Padre...

### 2. Dando luz al hogar

La música, sus letras, sus melodías consiguen conectar con nosotros. Vamos a rezar con lo que nos dice a cada uno en nuestro corazón esta canción.

[https://www.youtube.com/watch?v=cmWdDK8x\\_g](https://www.youtube.com/watch?v=cmWdDK8x_g)

Vamos a rezar con algunas frases de la canción y después compartimos.

## ¡Qué bonito!

Oye, la vida tiene mil colores  
No sólo tiene sinsabores  
**Hay días que amanecen tristes**  
**Pero siempre habrá mejores**

No hay mal que el tiempo no devore  
Aunque lo bueno se demore  
Seguro llegará ese día  
Porque así es la vida

Hoy ya decidí que llorar no quiero  
Voy a sonreír por lo que yo tengo  
Por lo que yo tengo

Qué bonito amanecer cada mañana  
**Qué bonitos tus ojitos de esperanza**  
Qué bonito estar con gente que te ama

Tenerte conmigo, tenerte conmigo  
Qué bonito es vivir sin tanto drama  
Qué bonito es el amor que me regalas  
Qué bonito es entender que nada falta  
Estando contigo, estando contigo

Estando contigo, oh  
Estando contigo, oh  
Estando contigo, oh  
Estando contigo, oh

Mira, olvida las guerras perdidas  
El tiempo sana las heridas  
Que todo lo que se ha bailado  
Eso nadie te lo quita

Los muros sólo son mentira  
La tierra no está dividida

De qué nos sirven las fronteras  
Cuando no haya vida

Hoy ya decidí que llorar no quiero  
**Voy a sonreír** por lo que yo tengo  
Por lo que yo tengo

Qué bonito amanecer cada mañana  
Qué bonitos tus ojitos de esperanza  
**Qué bonito estar con gente que te ama**

Tenerte conmigo, tenerte conmigo

Qué bonito es vivir sin tanto drama  
Qué bonito es el amor que me regalas  
**Qué bonito es entender que nada falta estando contigo,**  
estando contigo

Estando contigo, oh  
Estando contigo, oh

Estando contigo, oh  
Estando contigo, oh  
Qué bonito es estar con gente  
que te ama  
Estando contigo, oh  
Estando contigo, oh  
Qué bonito es entender

que nada nos falta  
Qué bonito

**Qué bonito el amanecer cada mañana**

Qué bonito, qué bonito  
Qué bonito, qué bonito

**#La Vida Tiene Mil Colores:** respetemos nuestras diferencias, amemos al diferente.

**#Hay Días Que Amanecen Tristes Pero Siempre Habrá Mejores:** no importa si despertamos tristes, o si al llegar al cole he tenido un tropezón, si el día hoy no mejora seguro que mañana es mejor.

**#Ojitos De Esperanza:** ¿queremos tener ojos de esperanza ante las dificultades?

**#Qué Bonito Es Estar Con Gente Que Te Ama:** da gracias a Dios por todas aquellas personas que te aman y ofrece a amar a todas aquellas que lo puedan necesitar y que todavía no te has dado cuenta.

**#Qué Bonito Es Entender Que Nada Nos Falta Estando Contigo:** con Jesús, siguiéndole a él, teniéndolo presente en nuestro día a día nada nos falta.

### 3. Hogar compartido

Vamos a rezar juntos un Padre Nuestro y un Ave María.

## ALTAVOZ DERECHO - Vivir

### 1. Sintiendo el calor

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. Dando luz al hogar

Rezamos a través de la música, con todo lo que esconden las letras de muchas canciones.





[https://www.youtube.com/watch?v=KqERQMTH3N0&ab\\_channel=rozalenVEVO](https://www.youtube.com/watch?v=KqERQMTH3N0&ab_channel=rozalenVEVO)

## ¡Vivir!

Sabes, hace tiempo que no hablamos  
 Tengo tanto que contarte  
 Ha pasado algo importante  
 Puse el contador a cero  
 Sabes, fue como una ola gigante  
 Arrasó con todo y me dejó desnuda frente al mar  
 Pero sabes, sé bien que es vivir  
**No hay tiempo para odiar a nadie**  
 Ahora sé reír  
 Quizás, tenía que pasar  
 No es justo, pero sólo así se aprende a valorar  
**Y si me levanto y miro al cielo**  
**Doy las gracias** y mi tiempo lo dedico a quien yo quiero  
**Lo que no me aporte lejos**  
 Si alguien detiene mis pies  
 Aprendería a volar  
 Y si miro a todo como un niño  
 Los colores son intensos  
 Yo saldré de aquí, si lo creo así  
 Cuando me miren sabrán  
 Que me toca ser feliz  
**Sabes, he pasado mucho miedo**  
**Este bicho es un abismo**

Se me cansa el cuerpo  
 Se me parte el alma y a llorar  
 Pero sabes, he aprendido tanto, tanto  
 Esta vida me ofreció una nueva oportunidad  
**Y ahora sabes el bien que es vivir**  
 No hay tiempo para odiar a nadie  
 Ahora se reír  
**Quizás, tenía que pasar**  
**No es justo, pero sólo así**  
**Se aprende a valorar**  
 Y si me levanto y miro al cielo  
 Doy las gracias y mi tiempo lo dedico a quien yo quiero  
 Lo que no me aporte lejos  
 Si alguien detiene mis pies  
 Aprendería a volar  
 Y si miro a todo como un niño  
 Los colores son intensos  
 Yo saldré de aquí, si lo creo así  
 Cuando me miren sabrán  
 Que me toca ser feliz  
 Me toca ser feliz  
 Ahora soy feliz  
 Porque sé bien que es vivir  
 Ahora sí que sí

- En medio de toda esta pandemia, de tantísimo sufrimiento de tantas familias, hemos aprendido también muchas cosas... ¿Podríamos decir unas cuántas?
- Muchas veces, parece que nos tienen que llegar un golpe grande para ayudarnos a reaccionar... estábamos todos muy cómodos en nuestro día a día y cuando ha llegado todo esto ha salido la creatividad de todo el mundo...

Cuenta que cosas comenzaste a hacer cuando tuviste tanto tiempo en casa, ¿qué cosas haces ahora que no podemos salir mucho, qué haces en todo este tiempo que la vida nos está poniendo delante para estar con la familia?

### 3. Hogar compartido

Compartimos nuestra oración y rezamos juntos un Ave María.

## BALCÓN

## PLANTA VERDE - #SomosTierra

### 1. Sintiendo el calor

Pon a un lado todo lo que ocupa tu mente, céntrate en tu respiración y saluda a Dios. Está aquí con todos nosotros. Comenzamos nuestra oración en nombre del Padre...

### 2. Dando luz al hogar

¿Sabías que desde el pasado diciembre la provincia Maristas Mediterránea forma parte del Movimiento Católico Global por el Clima? Así es. Como maristas y como cristianos estamos llamado a cuidar de nuestra casa común, de la creación que Dios nos regaló. Para ello queremos que cada vez más nuestros colegios sean ejemplos de ello. Veamos un vídeo en el que explica brevemente qué es este movimiento. *(Se recomienda que el profesor lo vaya leyendo, es cortito pero va un poco rápido)*

[https://www.youtube.com/watch?v=RrTE8E8TsDc&list=PLdu7tsNYIRxnmdEIDTBOS30jgTon1enmT&index=67&ab\\_channel=GlobalCatholicClimateMovement](https://www.youtube.com/watch?v=RrTE8E8TsDc&list=PLdu7tsNYIRxnmdEIDTBOS30jgTon1enmT&index=67&ab_channel=GlobalCatholicClimateMovement)

### 3. Hogar compartido

Dios amoroso,  
creador del cielo, de la tierra y de todo lo que contienen.  
Abre nuestras mentes y toca nuestros corazones,  
para que podamos ser parte de la creación, tu regalo.

Hazte presente con los necesitados en estos tiempos difíciles,  
especialmente para los más pobres y vulnerables.  
Ayúdanos a mostrar una solidaridad creativa para enfrentar  
las consecuencias de esta pandemia global.  
Haznos valientes para abrazar los cambios destinados  
a encontrar el bien común.  
Ahora más que nunca, que podemos sentir que todos estamos  
interconectados e interdependientes.

Haz posible que escuchemos y respondamos  
al clamor de la tierra y al clamor de los pobres.

## PLANTA ROJA Y ROSA - Casa Común

### 1. Sintiendo el calor

Comenzamos nuestro día, nuestra semana, con un momento tranquilo de oración. Nos ponemos en presencia de Dios que quiere acompañarnos durante esta Cuaresma, estar a nuestro lado (hacemos la señal de la cruz). Este es un momento para nosotros con Dios. Conectamos con el día que tenemos por delante, lo imaginamos, soñando como será...

### 2. Dando luz al hogar

Hacer de nuestra casa un hogar también requiere llevar a cabo la invitación que el Papa Francisco nos hace acerca del cuidado de la Casa Común. Veamos el siguiente breve vídeo en el que Francisco hablaba de ello hace unos años.

[https://www.youtube.com/watch?v=S6LX8RwS-T8&ab\\_channel=UNICAT%C3%93LICA](https://www.youtube.com/watch?v=S6LX8RwS-T8&ab_channel=UNICAT%C3%93LICA)

Hablamos de lo que significa lo que dice el Papa sobre la creación y la casa común.

### 3. Hogar compartido

Rezamos juntos.

Padre Dios,  
que estás presente en todo el universo  
y en la más pequeña de tus criaturas,  
Tú, que rodeas con tu ternura todo lo que  
existe,  
derrama en nosotros la fuerza de tu amor  
para que cuidemos la vida y la belleza.  
Llénanos de paz, para que vivamos como  
hermanos y hermanas  
sin dañar a nadie.

Dios de los pobres,  
ayúdanos a rescatar  
a los abandonados y olvidados de esta  
tierra  
que tanto valen a tus ojos.  
Sana nuestras vidas,  
para que seamos protectores del mundo

y no depredadores,  
para que sembremos hermosura  
y no contaminación y destrucción.

Toca los corazones  
de los que buscan sólo beneficios  
a costa de los pobres y de la tierra.  
Enséñanos a descubrir el valor de cada  
cosa,  
a contemplar admirados,  
a reconocer que estamos profundamente  
unidos  
con todas las criaturas  
en nuestro camino hacia tu luz infinita.  
Gracias porque estás con nosotros todos  
los días.  
Anímanos, por favor, en nuestra lucha  
por la justicia, el amor y la paz.



## PLANTA AZUL - ¿Dónde jugarán los niños?

### 1. Sintiendo el calor

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. Dando luz al hogar

También en la música encontramos grandes valores que nos hablan de cómo cuidar nuestra casa común. ¡Descubrámoslos!

<https://www.youtube.com/watch?v=rFRVwOV-hs>

Leemos ahora tranquilamente la letra de la canción:

Cuenta el abuelo que De niño él jugó Entre árboles y risas Y alcatraces de color Recuerda un río Transparente si olores Donde abundaban peces No sufrían ni un dolor Cuenta mí abuelo De un cielo muy azul En donde voló papelotes Que él Mismo construyó El tiempo pasó y Nuestro viejo ya murió Y hoy me pregunté Después de tanta destrucción	¿Dónde diablos jugarán los pobres niños? ¡Ay, ay ay! ¿En dónde jugarán? Se está quemando el mundo Ya no hay lugar La tierra está a punto De partirse en dos El cielo ya se ha roto Ya se ha roto el llanto gris La mar vomita ríos de aceite sin cesar Y hoy me pregunté Después de tanta destrucción	¿Dónde diablos jugarán los pobres niños? Ay ay ay! En dónde jugarán? Se está quemando el mundo Ya no hay lugar ¿Dónde diablos jugarán los pobres nenes? ¡Ay, ay ay! ¿En dónde jugarán? Se está quemando el mundo Ya no hay lugar No hay lugar en este mundo
--	--	--

Esta canción habla de futuro, del planeta que le vamos a dejar a los niños del futuro.

- ¿Te habías parado a pensar que tus acciones de hoy repercuten en personas que vivirán en un futuro?
- ¿Cómo puedo ser generoso con estas personas que no han nacido todavía?
- ¿Cómo puedo con pequeños gestos cuidar nuestra causa común?

### 3. Hogar compartido

Rezamos juntos esta oración.

Dios Padre, cariñoso y bondadoso, tú has creado este precioso mundo para que todos lo cuidemos y protejamos. Para que haya armonía con todos los seres vivos y entre todos los seres humanos.

Toca el corazón de los gobernantes, de las industrias gigantes para que lleguen a acuerdos para reducir su contaminación y den pasos por convertirse en empresas más sostenibles.

Porque nuestra tierra se está agotando y tenemos que pensar en los niños del futuro.

Dios, tú que todo lo puedes, que estás presente en todo el universo y en la más pequeña de tus criaturas, tú, que rodeas todo lo que existe, llénanos de la fuerza de tu amor para que cuidemos la vida y la belleza.

Inúndanos de paz, para que vivamos como hermanos y hermanas sin dañar a nadie.

Amén.

