

**ORACIÓN COMUNITARIA PARA EL DOMINGO 5º DE CUARESMA**  
**PARA REZARLA COMUNITARIAMENTE DESDE CASA (cada persona o familia)**  
**UNIÉNDONOS EN LA PLEGARIA A LAS 12H. DEL DÍA 29-3-2020**

**1.-Canto inicial: “L'ajuda em vindrà del Senyor”**

Se puede encontrar en Google o YouTube con este nombre: *L'ajuda em vindrà del Senyor- Taizé*. Esta es la letra:

L'ajuda em vindrà del Senyor;  
del Senyor, el nostre Déu,  
que ha fet el cel i la terra,  
el cel i la terra.

**2.-Salmo responsorial: Salmo al comenzar la mañana**

1-Al tocar la luz del día mi corazón se levanta hacia Ti, porque Tú escuchas las palabras de quien siente la vida de nuevo, Señor, y estás atento y cercano a mi mano abierta. Da respuesta a mi pregunta, ayúdame en mi inquietud. Tú, que eres mi Señor y mi Dios, en quien confío.

2-Abro a Ti mi ser, mis ganas de vivir, mi despertar. En tus manos pongo mis miedos y mis ilusiones; en tus ojos pongo la sinceridad de mi búsqueda; por tu camino quiero dirigir mis pasos. Tú, que oyes mi voz y eres Bondad y Compasión, alienta mi vida, que busca tu luz y tu calor.

1-Mira mi corazón de pobre; toma mi arcilla y moldéala según los proyectos que tienes para mí. Quiero estar ante tus ojos y dejarme penetrar por tu mirada desde la experiencia de mi pequeñez y mi fragilidad. Que tu ternura y tu bondad se derramen sobre mí para que mi corazón se sienta fuerte y animoso.

2-Señor: quiero apartarme del mal que me rodea y no dejar que la mentira se adueñe de mí. Concédeme mansedumbre y humildad para que mi corazón no sea violento ni haga juego sucio a nadie. Confío en la abundancia de tu amor y camino firme hacia Ti, que me acoges en tu casa.

1-Que camine hoy en tu presencia con temor a apartarme de Ti. Guíame Tú, que eres bueno, misericordioso y fiel. Que me oriente tu luz constantemente y viva desde ella, para que mis palabras sean siempre verdaderas. Que tu Espíritu Santo me asista en cada paso.

2-Señor: dame un corazón limpio para poder verte, un corazón de pobre para vivir tu Reino, un corazón misericordioso para derramar misericordia. Concédeme un corazón lleno de paz para ser hija o hijo tuyo, un corazón con hambre y sed de Justicia para ser saciado y hacer tu voluntad, un corazón manso para poseer la tierra. Que mi corazón se alegre hoy, pues todo lo espero de Ti, Dios mío.

1-A Ti me acojo al comenzar el día, Señor. Confío en Ti como una criatura en su madre y su padre. Sé que me ayudas: acompáñame. Te ofrezco lo que soy. A Ti, Dios de la vida, te pido fuerza. Mi corazón te ama y, lleno de gozo, exulta en Ti. Sé Tú mi fortaleza. Que tus alas me cobijen y me guarden mientras voy viviendo el día que hoy me regalas.

**3.-Canto meditativo: “En nuestra oscuridad”**

Se puede encontrar en Google o YouTube con este nombre: *En nuestra oscuridad-Taizé*

**4.-Lectura del Evangelio del domingo 5º de Cuaresma Jn.11,1-45**  
**(Si alguien no tiene el N.T. puede buscar la cita en Internet)**

**5.-Silencio meditativo (se puede poner música de fondo)**

**6.-Breve reflexión sobre el Evangelio**

Tras resucitar Jesús a Lázaro, los jefes de los judíos “tomaron la decisión de dar muerte a Jesús”. A quien se atreva a superar la frontera considerada infranqueable y romper la barrera de la muerte, se le considera revolucionario. Increíblemente la resurrección de Lázaro supone la condena a muerte de Jesús. Las fuerzas del mal sólo pueden quitar la vida o mortificarla, y denuncian como amenaza a la persona que se hace portadora de vida. Jesús resulta intolerable para ciertas mentalidades porque ama la vida y la bendice, porque ve la muerte como un absurdo, un insulto, algo intolerable e ilegítimo. Él no predica la aceptación de la muerte: enseña a amar la vida. Para hacernos comprender la belleza del más allá no necesita (como algunas personas religiosas) despreciar el más acá. Al contrario: lo valora y

trabaja para convertirlo en signo de lo que será el futuro definitivo. Jesús despierta las ganas de vivir dando a la vida una amplitud, intensidad y profundidad insospechadas. Él mismo goza del calor de la amistad, comparte las alegrías sencillas de la gente, se muestra muy humano, vive el sentido de la fiesta y el banquete. Por eso, al proclamar “Yo soy la vida” nos da a entender que para estar con Él hay que saber saborearla en toda su plenitud. La fe en la resurrección sintoniza con el amor a la vida, con las ganas de vivir.

Cuando me encuentro a alguna persona afligida o desesperada, puedo consolarla sólo si logro que su vida apagada, rota o disminuida se apoye en la misma confianza que sostiene la mía. Resulta más fácil asustar con el miedo a la muerte que dar esperanza comunicando vida. Consolar significa dar vida al ser humano afligido, dirigirse al que llora y hacerle participar de mi vida, prestar atención a lo que sostiene la vida de aquél a quien consuelo. Yo consuelo a quien llora sólo cuando le comunico el calor, la riqueza, el coraje y la ternura de mi vida.

### **A tener muy presente en estos momentos de “coronavirus”**

**La crisis actual es el aprendizaje de una comunidad global que se descubre frágil y vulnerable ante algo real que afecta a todos los seres humanos. Esta comunidad global se sostiene sobre tres ejes: la responsabilidad personal, que confía en el ciudadano libre, autónomo y racional, practica la solidaridad con los débiles y cultiva los hábitos del corazón; una comunión que aplaza los abrazos pero no renuncia a la sonrisa, y le basta mirar a los ojos para indicar que tu suerte me importa. El corazón no se toca sólo con las manos, se crece también en distancias cortas y largas. La responsabilidad colectiva, que amplía la mirada de uno con la mirada del otro y donde no alcanza mi brazo lo hace el tuyo; no perdería nada el Estado si en lugar de dirigirse al ciudadano abstracto y sin historia, lo convocara con sus raíces, sus tradiciones, sus identidades, sus territorios. Y la responsabilidad institucional, que se despliega en leyes, obligaciones y recursos públicos; ganaríamos todos si llegáramos a considerar el Estado como el escudo protector de los más vulnerables.**

**El mayor aprendizaje de esta crisis será la conciencia colectiva de que sólo un “nosotros” interdependiente a escala planetaria estará en condiciones de responder ética y políticamente a los desafíos del mundo global.**

**(De un texto de Ximo García Roca)**

### **7.-Canto meditativo: “El Señor es mi pastor”**

Se puede encontrar en Google o YouTube con este nombre: [El Señor es mi pastor nada me falta-Cesareo Gabarain](#)

### **8.-Realicemos un acto de comunión espiritual recogiéndonos en silencio**

Uniéndose al sentir de las personas católicas de todo el mundo, en particular las enfermas y portadoras del virus y el personal sanitario, el Papa Francisco dijo en la oración del Ángelus del pasado domingo 15 de marzo: “En esta situación de pandemia, en la que nos encontramos viviendo más o menos aislados, estamos invitados a redescubrir y profundizar el valor de la comunión que une a todos los miembros de la Iglesia. Unidos a Cristo nunca estamos solos, sino que formamos un solo Cuerpo, del cual Él es la Cabeza. Es una unión que se alimenta de la oración y también de la comunión espiritual en la Eucaristía, una práctica muy recomendada cuando no es posible recibir el Sacramento. Digo esto para todos, especialmente para la gente que vive sola”.

### **\* TRAS ESTE MOMENTO DE RECOGIMIENTO CANTAMOS O ESCUCHAMOS:**

**“OH, SEÑOR, DELANTE DE TI”**

Se puede encontrar en Google o YouTube con este nombre: [Oh, Señor, delante de Ti-bocas canta](#)

### **9.-Intercesiones**

**1-Por quienes formamos la Iglesia de Jesús. Que, con la fuerza de su Espíritu, apostemos por poner vida y esperanza donde sólo hay experiencia de muerte y frustración. Oremos.**

**R/ QUETRAJEMOS PARA DAR SALUD Y VIDA COMO JESÚS.**

**2-Por quienes han perdido el sentido de la vida y toda esperanza, viviendo con tristeza y amargura. Que no sequen su corazón y su alma y que puedan descubrir una luz que les dé fuerza, alegría y vida. Oremos. R/**

**3-Por quienes desprecian la vida y producen muerte a su alrededor. Que al contemplar, en la situación actual, la precariedad y la debilidad de nuestra vida, recuperen las entrañas humanas y se abran a la compasión y la misericordia. Oremos. R/**

**4-Que quienes trabajan incansablemente por suprimir la enfermedad y la pandemia que nos aflige dispongan de los recursos necesarios para un trabajo eficaz y sin riesgo para sus vidas. Oremos. R/**

5-Que quienes representan al pueblo no busquen nunca su propio interés o de partido sino que vivan su quehacer como verdadero servicio al pueblo. Que trabajen con honradez y verdad por la solidaridad hacia la gente más empobrecida y más perjudicada por la situación de reclusión que padecemos. Oremos. R/

6-Por quienes confesamos la fe en la resurrección. Que seamos realmente signo de esperanza para las demás personas y les anunciemos la utopía del Reino de Dios, de unos cielos nuevos y una tierra nueva. Oremos. R/

**Dios de la Vida: Tú despiertas en nuestros corazones el deseo de una felicidad que triunfe incluso sobre el mal y la muerte. Que experimentemos junto a Ti la fuerza de la vida y seamos, como Jesús, consuelo para quienes lloran y, en este momento, sufren aislamiento y dolor. Tú, que eres la Resurrección y la Vida. Amén.**

## **10.-Padrenuestro**

### **11.-Oración**

Yo me quedo en casa, Señor.

Y, en el silencio de Nazaret, trato de orar, leer, estudiar, meditar, ayudar a las demás personas y ser útil con pequeños trabajos para hacer más bella y acogedora nuestra casa.

Yo me quedo en casa, Señor.

Y lo hago responsablemente por mi bien, por la salud de mi ciudad y de mis seres queridos y por el bien de mis hermanas y hermanos, a quienes has puesto a mi lado pidiéndome que vele por su suerte en el jardín de la vida.

Yo me quedo en casa, Señor.

Y por la mañana te doy gracias por el nuevo día que me concedes, tratando de no estropearlo y de acogerlo con asombro, como un regalo y una sorpresa de Pascua.

Yo me quedo en casa, Señor.

Y si al atardecer me atenaza un poco de melancolía, te invocaré como los discípulos de Emaús: Quédate con nosotros, porque atardece y el día va de caída.

Yo me quedo en casa, Señor.

Y en la noche, en comunión orante con tantas personas enfermas y solas, esperaré la aurora para volver a cantar tu misericordia y decir a todo el mundo que, en las tempestades, Tú eres mi refugio.

Yo me quedo en casa, Señor.

Y no siento soledad ni abandono, porque Tú me dijiste: Yo estoy con vosotros todos los días.

Sí. Y sobre todo en estos días de desamparo, Señor, en los que, si mi presencia no es necesaria, alcanzaré a todo el mundo con las únicas alas de la plegaria. Amén.

*(Basada en la oración del obispo italiano Giuseppe Giudice)*

## **12.-Canto a María: “Santa María del camino”**

Se puede encontrar en Google o YouTube con este nombre: [Santa María del camino- Juan Antonio Espinosa](#)