



## Me dispongo a la oración con estos textos

“ Quiero decirte hoy, amigo, la necesidad que tenemos de repetirnos, con cada respiro, un aleluya. Aunque tal respiro sea un sollozo. Alegrémonos, hermanos, que hay de qué hacerlo. Y algo ya te va diciendo tanto vocativo cordial. Poco a poco –o quién sabe si mucho a mucho– entenderás.

Porque te pido –te doy– alegría, aunque el jornal siga siendo escaso, la habitación insuficiente, la capacidad consuntiva de tu hijo mayor.

Porque te pido alegría de la buena, que acompañe a cada golpe del martillo, a cada bocado de la azada en la tierra ya cada respingo de un superior que a ti te ha sabido a injusticia.

–Guillermo Rovirosa, O.C. TV. 429

“ El Crucificado, no otro, es el que ha resucitado. Dios Padre resucitó a su Hijo Jesús porque cumplió plenamente su voluntad de salvación: asumió nuestra debilidad, nuestras dolencias, nuestra misma muerte; sufrió nuestros dolores, llevó el peso de nuestras iniquidades. Por eso Dios Padre lo exaltó y ahora Jesucristo vive para siempre, y Él es el Señor.

Los testigos señalan un detalle importante: Jesús resucitado lleva las llagas impresas en sus manos, en sus pies y en su costado. Estas heridas son el sello perpetuo de su amor por nosotros. Todo el que sufre una dura prueba, en el cuerpo y en el espíritu, puede encontrar refugio en estas llagas y recibir a través de ellas la gracia de la esperanza que no defrauda

–Francisco, *Urbi et Orbi*. Pascua 2021

## Acojo la presencia de Dios y me sitúo en la vida

Es en medio de la Vida donde tengo que experimentar la resurrección. Es en medio de la Vida donde he de encarnar la alegría y la esperanza, en medio de la lucha, del dolor, en medio de lo cotidiano, con sus alegrías y sus penas. Es ahí donde –realidad resucitada– sigo encontrando razones para la esperanza y la alegría.

*Señor, Dios de la vida,  
en la noche de nuestros días te buscamos,  
a veces a tientas,  
con la sed que alumbra el caminar.  
Tú eres la fuente,  
en ti descansamos y vivimos.  
Junto a ti la oscuridad se desvanece,  
y nuestros ojos aprenden a ver el mundo como Tú lo ves.  
Gracias por ser, gracias por estar,  
gracias por esperar pacientemente mi retorno a ti.  
Gracias por acogerme  
cada vez que vuelvo humildemente.  
Enséñame a acoger la VIDA que tú me preparas,  
a resucitar contigo y a ser Luz para el mundo, reflejo de ti.*





## Hoy me dice LA PALABRA...

### Juan 20, 19-31. Bienaventurados los que crean sin haber visto

Al anochecer de aquel día, el primero de la semana, estaban los discípulos en una casa, con las puertas cerradas por miedo a los judíos. Y en esto entró Jesús, se puso en medio y les dijo: «Paz a vosotros». Y, diciendo esto, les enseñó las manos y el costado. Y los discípulos se llenaron de alegría al ver al Señor. Jesús repitió: «Paz a vosotros. Como el Padre me ha enviado, así también os envío yo». Y, dicho esto, sopló sobre ellos y les dijo: «Recibid el Espíritu Santo; a quienes les perdonéis los pecados, les quedan perdonados; a quienes se los retengáis, les quedan retenidos».

Tomás, uno de los Doce, llamado el Mellizo, no estaba con ellos cuando vino Jesús. Y los otros discípulos le decían: «Hemos visto al Señor». Pero él les contestó: «Si no veo en sus manos la señal de los clavos, si no meto el dedo en el agujero de los clavos y no meto la mano en su costado, no lo creo». A los ocho días, estaban otra vez dentro los discípulos y Tomás con ellos. Llegó Jesús, estando cerradas las puertas, se puso en medio y dijo: «Paz a vosotros». Luego dijo a Tomás: «Trae tu dedo,

aquí tienes mis manos; trae tu mano y métela en mi costado; y no seas incrédulo, sino creyente». Contestó Tomás: «¡Señor mío y Dios mío!». Jesús le dijo: «¿Por qué me has visto has creído? Bienaventurados los que crean sin haber visto».

Muchos otros signos, que no están escritos en este libro, hizo Jesús a la vista de los discípulos. Estos han sido escritos para que creáis que Jesús es el Mesías, el Hijo de Dios, y para que, creyendo, tengáis vida en su nombre.

*Palabra del Señor*





## Acojo la Palabra en mi vida

La resurrección no es algo automático que, sin más, nos transforme de la noche a la mañana. Muchas veces porque, como los discípulos, ponemos obstáculos y estamos encerrados, con miedo, porque pueden más nuestros temores, y nos impiden reconocer al resucitado presente entre nosotros, Hemos de ir haciendo la experiencia de la resurrección, del encuentro con el Resucitado, que nos da su paz, su Espíritu, nos trae la alegría, nos permite creer, y reconocerle, vinculándonos al dolor fraterno.

Hemos de ir haciendo la experiencia de la resurrección soltando amarras de las viejas ataduras, y abriéndonos a la novedad de su presencia.

A los primeros discípulos, la experiencia de la resurrección los llenó de paz; los capacitó para acoger el don de la paz. El núcleo de la experiencia pascual puede ser este: el encuentro con Alguien vivo, capaz de liberarnos de nuestros miedos y nuestras angustias, del fracaso, de la rutina y el cansancio resignado, para descubrirnos la paz en su encuentro, que nos abre el camino de la Vida y la Esperanza.

Hoy no vivimos en un mundo en paz: las guerras, los conflictos, los desencuentros, las confrontaciones, la polarización que convierte al adversario en enemigo, nos encierra en nuestro propio entorno temeroso, incapaz de abrirnos al otro, de tender puentes, derribando los muros que nos aprisionan. Hoy la injusticia sigue robándonos la paz.

Por eso es más urgente reconocer y acoger los signos de la presencia del resucitado entre nosotros, y aferrarnos a ellos, y sembrar de esos signos el camino esperanzado que estamos convocados a transitar, de la mano del resucitado, y alentados por su Espíritu, con nuestras hermanas y hermanos. Es urgente hacernos portadores de paz, constructores de paz, de fraternidad y amistad social.

Es urgente dejarnos recrear por el aliento de su Espíritu, para caminar hacia una nueva humanidad, donde todos podamos sentirnos hermanos, hijos de un mismo Padre de bondad y misericordia. Acoger el Espíritu es encaminarnos comprometidamente en la tarea del Reino: reino de paz y justicia, reino de vida y verdad.

Es necesario poner pilares de perdón y reconciliación en tantas situaciones que hoy rompen la fraternidad, que pisotean la dignidad humana, que rompen el sueño de Dios. Es necesario hacer experiencias de fraternidad desde el reconocimiento de la presencia del Resucitado que habita en cada ser humano.

Es necesario acoger la presencia del Resucitado en el dolor humano, en el sufrimiento injusto, en la dignidad negada y la vida arrebatada. Llegar a la Resurrección solo puede hacerse pasando por la Cruz, con la melodía de las Bienaventuranzas. Solo puede hacerse compartiendo camino con los empobrecidos, tocando sus llagas, y en ellas las del Resucitado.

Esa experiencia del encuentro con el resucitado, de acogida de sus dones, transforma nuestra vida, como transformó a aquella primera y temerosa comunidad. Que las dudas e incertidumbres que podemos experimentar cada día nos lleven siempre a la presencia transformadora del Resucitado.



Hay experiencias que tengo que hacer para irme encontrando con el resucitado en mi vida: la del perdón, la de la encarnación, la escucha de los pobres; la de la humildad, la pobreza y el sacrificio; la del camino comprometido con otros, la de la comunión... ¿Cómo ir dando pasos en ellas desde mi proyecto de vida?

## Vuelvo a poner mi vida en manos del Padre

### *Señor, tú eres la vida*

*Señor, Tú eres la Vida, mi Vida, la Vida verdadera·  
Ante el miedo a la pérdida, Tú mi abundancia·  
Ante la inseguridad de lo desconocido, Tú mi certeza absoluta·  
Ante el dolor y la impotencia, Tú la fuerza que me sostiene·  
Ante la oscuridad y el no saber, Tú la luz que ilumina mis opciones·  
Ante la parálisis de mi cobardía, Tú el impulso de cada intento·  
Ante lo que parece que no tiene salida, Tú mi horizonte infinito·  
Sí, Señor, yo creo que Tú eres el Cristo·  
La Resurrección y la Vida,  
mi Vida, la verdadera Vida·*

*(Gloria Díaz Leonart)*

## Termino ofreciendo toda mi vida



Señor, Jesús, te ofrecemos, todo el día, nuestro trabajo, nuestras luchas, nuestras alegrías y nuestras penas...

Concédenos pensar como Tú, trabajar contigo, y vivir en Ti...

María, madre de los pobres, ruega por nosotros.