



“ La samaritana, apenas salió de su diálogo con Jesús, se convirtió en misionera y muchos samaritanos creyeron en Jesús «por la palabra de la mujer» (Jn 4, 39). También san Pablo, a partir de su encuentro con Jesucristo, «enseguida se puso a predicar que Jesús era el Hijo de Dios» (Hch 9, 20). ¿A qué esperamos nosotros?

—Papa Francisco, EG 120

“ Pero Nuestro Señor Jesucristo inauguró su era, cuando dijo a la samaritana que ya había llegado el tiempo de adorar a Dios, no aquí o allí, no con unos gestos y unas palabras o con otras, sino en espíritu y verdad.

No basta (ni sobra, ¡claro está!) que las reuniones de los bautizados empiecen y acaben con oraciones, plegarias, genuflexiones, persignaciones..., para asegurarse de que están reunidos en nombre de Cristo. todo esto es muy bueno y recomendable, pero no basta.

El Señor escruta en lo más íntimo de los corazones, y no se le puede engañar con exterioridades. Si los que se reúnen no se conocen y no se aman de corazón, como el Señor nos amó y nos ama, no habrá comunidad cristiana, cualesquiera que sean las apariencias externas. Ni habrá, por consiguiente, Reino de Dios, ni cielo en la tierra, en aquella reunión.

—Guillermo Roviroso, OC TII, pág. 222

“ En la Iglesia nadie es mero destinatario de la formación: todos somos sujetos activos y tenemos algo que donar a los demás. La piedad popular es también un tesoro precioso de la Iglesia que enseña el camino a todo el pueblo de Dios.

—Sínodo DF, 144

“ Ex 17, 3-7: Danos agua de beber.

Sal 94, 1-2.6-7.8-9: Ojalá escuchen hoy la voz del Señor: «No endurezcan el corazón».

Rm 5, 1-2.5-8: El amor de Dios ha sido derramado en nosotros con el Espíritu Santo que se nos ha dado.

Jn 4, 5-42: Un surtidor de agua que salta hasta la vida eterna.

Lectura del libro del Éxodo (17, 3-7)

Pero el pueblo, sediento, seguía murmurando contra Moisés:

—¿Por qué nos has sacado de Egipto para hacernos morir de sed a nosotros, a nuestros hijos e hijas y a nuestros ganados?

Entonces Moisés clamó al Señor:

—¿Qué voy a hacer con este pueblo? Un poco más y son capaces de apedrearme.

El Señor le dijo:

—Toma contigo a algunos ancianos de Israel y preséntate ante el pueblo; lleva en tu mano el bastón con el que golpeaste el Nilo y ponte en camino. Yo estaré contigo allí, en la roca de Horeb. Golpearás la roca, y manará agua para que beba el pueblo.



ORAR EN EL MUNDO OBRERO



3^{er} Domingo de Cuaresma • 8 de marzo de 2026 • www.hoac.es



Así lo hizo Moisés en presencia de los ancianos de Israel. Y dio a aquel lugar el nombre de Masá – es decir, Prueba– y Meribá –es decir, Pleito–, porque el pueblo de Israel había puesto a prueba al Señor, y habían entablado pleito contra él, diciendo:

–¿Está el Señor con nosotros o no?

El desierto es un lugar donde se vive al límite, el hambre, la sed, las relaciones humanas se complican... y saber buscar salidas no es fácil. El desierto hace mirar para atrás y añorar lo anterior, aunque haya sido peor. La mente se oscurece y todo tiempo pasado parece que fue mejor. Primero en Mará el agua era amarga, después el hambre en el desierto de Sin y aparece el maná y después, de nuevo en Meribá-Masá, nuevamente falta agua y otra vez el pueblo murmura, y se contamina de desconfianza: ¿sigue Dios a nuestro lado? ¿Está en medio de nosotros? Qué difícil es confiar en Dios cuando la vida se nos vuelve en contra, cuando las dificultades aparecen. Dios siempre pide confianza y el bastón que sirvió para castigar a Egipto, es salvación para su pueblo. No es fácil creer que Dios está más cerca de nosotros de lo que imaginamos. Dios siempre está. A veces también está, pero parece oculto.

Salmo Responsorial (94, 1-2.6-7c.7d-9)

***Ojalá escuchen hoy la voz del Señor:
«No endurezcan el corazón»***

¡Vengan, cantemos alegres al Señor!
¡Aclamemos a la Roca que nos salva!
Entremos en su presencia dándole gracias,
aclamándolo con cantos.

Entremos, postrémonos para adorarlo,
arrodillémonos ante el Señor, que nos ha hecho.
Porque él es nuestro Dios
y nosotros y nosotras, su pueblo,
ovejas que él apacienta.

¡Ojalá escuchen hoy su voz!
«No endurezcan su corazón como en Meribá,
como el día de Masá, en el desierto,
cuando me tentaron sus antepasados y antepasadas
y me pusieron a prueba, a pesar de haber visto mis obras».

***Ojalá escuchen hoy la voz del Señor:
«No endurezcan el corazón»***



Lectura de la carta de Pablo a la comunidad de Roma (5, 1-2.5-8)

Así pues, quienes mediante la fe estamos recibiendo la salvación, vivimos en paz con Dios por medio de nuestro Señor Jesucristo. Por la fe en Cristo hemos llegado a obtener esta situación de gracia en la que vivimos y de la que nos sentimos orgullosos y esperando participar de la gloria de Dios.

Y no solo esto, sino que hasta de los sufrimientos nos sentimos orgullosos, sabiendo que los sufrimientos producen paciencia; la paciencia produce virtud sólida, y la virtud sólida, esperanza. Una esperanza que no defrauda porque, al darnos el Espíritu Santo, Dios ha derramado su amor en nuestros corazones.



ORAR EN EL MUNDO OBRERO



3^{er} Domingo de Cuaresma • 8 de marzo de 2026 • www.hoac.es



Estábamos incapacitados para salvarnos, pero Cristo murió por la gente impía en el tiempo señalado. Es difícil dar la vida incluso por una persona de bien; aunque por una buena quizá alguien esté dispuesto a morir. Pues bien, Dios nos ha mostrado su amor ya que cuando aún éramos pecadores Cristo murió por nosotros y nosotras.

Pablo nos invita a experimentar la fe. Cuando la experimentamos, cuando el encuentro con Cristo es real y forma parte de nuestras entrañas ya «recibimos la salvación», ya nos sentimos salvados. De esto nace la convicción que se manifiesta cuando se rompe la rutina, cuando se da un salto creativo en eso que hemos ido haciendo toda la vida; la convicción se nota cuando lo que creemos lo ponemos en práctica. Pablo es un hombre cargado de convicción que le nace de su confianza absoluta en el Espíritu, sus escritos comunican pasión. Su pasión es vivir con la convicción de que Jesús es el Señor y él, Pablo, nos invita a confiar, porque de Él, del Señor Jesús, dimana salvación. Y la salvación que se nos da es para siempre porque Dios ha querido en Jesús reconciliarse con la humanidad. Solo así puede decir Pablo: «Si Él está con nosotros, ¿quién contra nosotros?» (Rom 8, 13).



Mujer samaritana

Señor Jesús, venimos hoy,
al pozo gris de cada día.
Gracias por salir al paso
de toda mujer cansada,
que lleva el cántaro al hombro,
rutina, peso e invisibles.

Gracias, Señor, por el trabajo,
don humilde de cada jornada;
más gracias por la dignidad
de quien lo vive y lo sostiene.
Por mujeres que dan impulso
a la vida en barrios y casas,
en hospitales y escuelas,
en fábricas, campos y oficinas;
manos valientes que reclaman
justicia limpia y compartida.

Queremos ser pozo y descanso,
Iglesia abierta y fraterna;
que el cuidado sea tesoro,
bien común que todos honran.
Danos tu agua viva, Cristo,
para convertir la mirada,
y andar caminos de igualdad
en esta Cuaresma que empieza.

Como la mujer samaritana,
dejamos prejuicios viejos;
corremos libres a anunciar
que estás vivo en cada rostro,
en quien lucha por justicia,
en cada hermana y hermano. Amén.



Lectura del Evangelio según san Juan (4, 5-42)

Llegó a un pueblo llamado Sicar, cerca del terreno que Jacob dio a su hijo José. Allí estaba también el pozo de Jacob. Jesús, fatigado por la caminata, se sentó junto al pozo. Era casi mediodía. En esto, una mujer samaritana se acercó al pozo para sacar agua. Jesús le dijo:

–Dame de beber.

Los discípulos habían ido al pueblo a comprar alimentos.

La samaritana dijo a Jesús:

–¿Cómo es que tú, siendo judío te atreves a pedirme agua a mí, que soy samaritana?

(Hay que señalar que el pueblo judío y el samaritano no se trataban).

Jesús le respondió:

–Si conocieras el don de Dios y quién es el que te pide de beber, sin duda que tú misma me pedirías a mí y yo te daría agua viva.

Contestó la mujer:

–Señor, si ni siquiera tienes con qué sacar el agua, y el pozo es profundo, ¿de dónde vas a sacar esa «agua viva»? Nuestro padre Jacob nos dejó este pozo del que bebió él mismo, sus hijos e hijas y sus ganados. ¿Acaso te consideras más importante que él?

Jesús contestó:

–Toda persona que bebe de esta agua volverá a tener sed; en cambio, quien beba del agua que yo quiero darle, nunca más volverá a tener sed. Porque el agua que yo quiero darle se convertirá en su interior en un manantial que conduce a la vida eterna.

Entonces la mujer exclamó:

–Señor, dame de esa agua para que no tenga más sed y no tenga que venir hasta aquí a sacar agua.

Jesús le dijo:

–Vete a tu casa, llama a tu marido y regresa aquí.

Ella le contestó:

–No tengo marido.

Jesús continuó:

–Cierto; no tienes marido. Has tenido cinco y ese, con el que ahora vives, no es tu marido. En esto has dicho la verdad.

La mujer contestó:

–Señor, veo que eres profeta. Nuestros antepasados rindieron culto a Dios en esta montaña; en cambio ustedes, dicen que es en Jerusalén donde hay que dar culto a Dios.

Jesús respondió:

–Créeme, mujer, está llegando la hora, mejor dicho, ha llegado ya, en que, para dar culto al Padre, no tendrán que subir a esta montaña ni ir a Jerusalén. Ustedes, los samaritanos, no saben lo que adoran; nosotros sabemos lo que adoramos, porque la salvación viene de los judíos. Ha llegado la hora en que quienes dan culto verdadero adorarán al Padre con



ORAR EN EL MUNDO OBRERO



3^{er} Domingo de Cuaresma • 8 de marzo de 2026 • www.hoac.es



espíritu y lealtad. El Padre quiere ser adorado así. Dios es espíritu, y quienes le adoran deben hacerlo en espíritu y en verdad.

La mujer le dijo:

—Yo sé que el Mesías, es decir, el Cristo, está a punto de llegar; cuando él venga nos lo explicará todo.

Entonces Jesús le dijo:

—Soy yo, el que está hablando contigo.

En este momento, llegaron sus discípulos y se sorprendieron de que Jesús estuviera hablando con una mujer; pero ninguno se atrevió a preguntarle qué quería de ella o de qué estaban hablando. La mujer dejó allí el cántaro, regresó al pueblo y dijo a la gente:

—Vengan a ver a un hombre que me ha dicho todo lo que he hecho. ¿Será el Mesías?

Ellos salieron del pueblo y se fueron a su encuentro. Mientras tanto los discípulos le insistían:

—Maestro, come algo.

Pero él les dijo:

—Yo tengo un alimento que ustedes no conocen.

Los discípulos comentaban entre sí:

—¿Será que alguien le ha traído de comer?

Jesús les explicó:

—Mi alimento consiste en hacer la voluntad del que me envió hasta que lleve a término su obra de salvación. ¿No dicen ustedes que faltan todavía cuatro meses para la cosecha? Pues yo les digo: Levanten la mirada y observen los campos sembrados, que están ya maduros para la cosecha. El que cosecha recibe su salario y recoge el grano para la vida eterna, de modo que el que siembra y el que cosecha se alegran juntos. En esto tiene razón el refrán: «Uno es el que siembra y otro el que cosecha». Yo los he enviado a cosechar un campo que ustedes no cultivaron; otros lo han trabajado y ustedes recogen el fruto de su trabajo.

Del pueblo aquel muchas de las personas de creyeron en Jesús por el testimonio de la samaritana, que atestiguaba:

—Me ha dicho todo lo que he hecho.

Por eso, cuando la gente de Samaría llegó donde estaba Jesús, le insistían en que se quedara en el pueblo y permaneció con ellos dos días. Al oírle personalmente, fueron muchas y muchos más quienes creyeron en él; de modo que decían a la mujer:

—Ya no creemos en él por lo que tú nos dijiste, sino porque le hemos oído y estamos convencidos de que él es verdaderamente el Salvador del mundo.





Comentario

El desierto, la montaña, han sido los lugares de los dos domingos anteriores y esta semana el lugar es un pozo, el pozo de Jacob en Sicar, un lugar vinculado a la historia judía de una forma muy especial. Es, este relato, una de las páginas magistrales del Evangelio de Juan.

Aparece, al principio, la ruptura con las costumbres de Israel. Jesús habla con una mujer en un lugar público. Una mujer de raza impura, contaminada, hablan de religión en un país completamente cismático, con una religiosidad llena de mezclas por la influencia asiria, marcados por un profundo nacionalismo; se consideraban extranjeros los unos para los otros, aunque los samaritanos no abandonaron nunca el culto al Dios de Jacob.

Todo un signo de acercamiento de Jesús para ser una *buena noticia* para aquella mujer que al principio se coloca a la defensiva. Y comienza todo un proceso de conversión, de cambio, de anuncio...

El pozo, **el lugar de encuentro** donde se busca apagar distintas sedes... la sed del anuncio por parte de Jesús: «no puedo dejar de hacer la voluntad de mi Padre» –la gran pasión de Jesús–, y la sed de trascendencia, de encuentro con Dios, que se hace transparente cuando nos encontramos con nosotros mismos y nos damos cuenta de nuestras miserias y pobreza y, entonces, miramos de verdad al que puede dar el agua que llena de sentido la vida.

Un lugar, el pozo de Jacob, no tanto por el pozo como por el personaje que hace especial el pozo: Jacob. Si alguien en el Antiguo Testamento hace a Dios cercano, muy cercano, es este patriarca. Es el del sueño de la escalera donde se une la piedra en la que duerme y el cielo, Dios hace cercano el cielo y la tierra. Jacob el que lucha con Dios y le retiene hasta el amanecer, «he visto a Dios cara a cara –dice– y he quedado con vida» (Gn 32, 31).

Por lo tanto, nos fijamos en dos cosas de este rico texto del Evangelio de hoy: agua viva y pozo de Jacob.

La fe en Jesús se convierte en agua viva que genera sentido para la vida, que llena de alegría, que consuela, y en todos y cada uno de los abismos que en la vida nos aparecen, tenemos la confianza absoluta de que Dios está, que la fuerza del Espíritu nos sostiene... «¡si conocieras el don de Dios!...», conocer y seguir a Jesús es un camino lleno de agua viva.

Aquella mujer deja el cántaro, que había sido la motivación de aquel día, y vemos que sí, **hay que dejar el cántaro** del agua que no sacia, las ganas de tener, el consumo, el poder, el aburrimiento de la vida cotidiana sin compromiso de ninguna clase, la ansiedad constante por lo nuevo, el agua que está en ese cántaro es como la zanahoria del burro que le estimula a caminar y que nunca llega, que nos distrae de lo fundamental. Comienza una conversión que invita a romper con pequeñas ataduras del pasado que aparecen como necesidades vitales –el agua lo es–, para cambiar la dirección de la mirada y rumbos que teníamos seguros. Necesitamos hacernos la pregunta ¿cuáles o cuál es la sed que en este momento me mueven? ¿Qué nombre le damos a nuestra sed? ¿Qué cosas motivan mi vida?





ORAR EN EL MUNDO OBRERO



3^{er} Domingo de Cuaresma • 8 de marzo de 2026 • www.hoac.es



Al final cuando el cántaro se deja en el brocal y uno se abandona en el que da la verdadera Agua: Jesús, el Señor, nuestra vida se convierte en mensajera del agua nueva y la gente se acerca y experimenta, por nosotras y nosotros, que es posible ser feliz de otra manera y ya no nos necesitan –importante–, señalamos y le siguen, porque han probado el agua y ¡es verdad!, tiene vida y llena de sentido. La samaritana es un ejemplo de acompañante, de catequista, de animadora de iniciación... al final lo que hay que oír es:



«–Ya no creemos en él por lo que tú nos dijiste, sino porque le hemos oído y estamos convencidos de que él es verdaderamente el Salvador del mundo».

Esta mujer facilitó el encuentro, la gente del pueblo hizo la experiencia y a ella le toca desaparecer satisfecha, ahora sabe lo que es el agua viva y le toca dejar que le siga transformando... Esto es lo que decía de forma magistral Benedicto XVI: «No se comienza a ser cristiano por una decisión ética o una gran idea, sino por el encuentro con un acontecimiento, con una Persona, que da un nuevo horizonte a la vida y, con ello, una orientación decisiva»¹.

Pero es el pozo de Jacob y Jesús rompe el muro de lo sagrado y lo profano, no está Jesús para discusiones teológicas, para poner a Dios en su sitio, para colocarle límites, para apoderarnos de él. Es el Dios de todos y todas, pero de nadie en concreto, el Dios por el que me siento especialmente querido pero que no puedo poseer, no puedo controlar, que no necesita lugares, y cualquier lugar ya es sagrado porque en cualquier lugar le podemos encontrar y sólo si la búsqueda es en «espíritu y verdad» allí será el encuentro.

Esto abre al diálogo entre religiones, entre creencias, entre teologías, entre ideologías. Esto abre el camino a la fraternidad a caminar juntos. Un acercamiento a Dios desde donde lo propone Jesús impide el fundamentalismo, el dogmatismo, y nos lleva a una mística donde la experiencia de Dios es un diálogo enriquecedor porque Dios se llena de matices y el gran arco iris del diálogo rompe el gris del miedo a lo diferente. Todo un canto a la sinodalidad con la que nos contagió el papa Francisco.

Encontrar a Dios en el pozo de Jacob, descubrir al Jesús de la samaritana es abandonar mi pequeña vasija para nadar en el misterio de un Dios cercano, es aprender a mirar el mundo para encontrarnos con el Dios presente en las personas, sobre todo en las más empobrecidas, vulnerables e invisibilizadas, en espacios comunes de búsqueda, en la naturaleza y dentro de nosotros mismos... y también en el «pan partido» de la Eucaristía.

Toca abandonar las teologías de las mediocridades para entrar en el misterio del Dios encarnado. Ahora todo el mundo es lugar de encuentro con Dios y solo necesitamos la lámpara del Espíritu y su Agua Viva para el encuentro y un corazón honesto, humilde, invadido por el «espíritu y la verdad» que nos hace transparentes ante Dios. Nos toca preguntarnos: ¿cómo cuido o cuidamos nuestra experiencia de encuentro con el Señor?, ¿por quién tenemos que dar gracias porque nos ha facilitado el encuentro?

¹ Carta enc. *Deus caritas est* (25 diciembre 2005), 1: AAS 98 (2006), 217. EG 7.



ORAR EN EL MUNDO OBRERO



3^{er} Domingo de Cuaresma • 8 de marzo de 2026 • www.hoac.es



¡Señor! ¡Consérvame la cólera!
Que ante la injusticia, mi corazón se rebele.
Que sienta en mi alma la rabia del orden que tapa el desorden.
Que me sienta capaz de luchar.
Que pueda, en cualquier tiempo,
coger el látigo y arrojar a los mercaderes del templo.
Porque Tu templo no es sólo la Iglesia
¿No se lo dijiste a la samaritana?
Tu templo son las fábricas, los despachos,
los talleres –el lugar desde donde te rezamos–.

Rovirosa OC, TV, pág. 479



«Oh Dios, tú eres mi Dios, por ti madrugo,
mi alma está sedienta de ti;
mi carne tiene ansia de ti,
como tierra reseca, agostada, sin agua»
(Sal 62, 2)