

DOMINGO DE PASCUA DE RESURRECCION: ALEGRÍA, VIDA Y CELEBRACION

¡Jesús está vivo! El domingo de Pascua es el día más importante y distinto a los días anteriores.

- **Me pongo en la presencia de Dios...**

Antes que nada, te invito a ponerte cómoda. Buscá un lugar tranquilo en el que puedas conectarte con vos y con Jesús. Te puede ayudar preparar un altar: vela, imagen de Jesús, una biblia... Si me ayuda puedo comenzar con una canción.

- **Pido lo que quiero:** “Señor, dame la gracia de la alegría, el gozo y la paz con Jesús resucitado.”
- **Leo:** Te invito a leer el Evangelio.

“El primer día de la semana, de madrugada, cuando todavía estaba oscuro, María Magdalena fue al sepulcro y vio que la piedra había sido sacada. Se había quedado afuera,



llorando junto al sepulcro. Mientras lloraba, se asomó al sepulcro y vio a dos ángeles vestidos de blanco, sentados uno a la cabecera y otro a los pies del lugar donde había sido puesto el cuerpo de Jesús. Ellos le dijeron: «Mujer, ¿por qué lloras?». María respondió: «Porque se han llevado a mi Señor y no sé dónde lo han puesto». Al decir esto se dio vuelta y vio a Jesús, que estaba allí, pero no lo reconoció. Jesús le preguntó: «Mujer, ¿por qué lloras? ¿A quién buscas?». Ella, pensando que era el cuidador de la huerta, le respondió: «Señor, si tú lo has llevado, dime dónde lo has puesto y yo iré a buscarlo». Jesús le dijo: «¡María!». Ella lo reconoció y le dijo en hebreo: «¡Raboní!», es decir «¡Maestro!». Jesús le dijo: «No me retengas, porque todavía no he subido al Padre. Ve a decir a mis hermanos: «Subo a mi Padre, el Padre de ustedes; a mi Dios, el Dios de ustedes». María Magdalena fue a anunciar a los discípulos que había visto al Señor y que él le había dicho esas palabras.” Jn 20, 1. 11-18

Me imagino la situación. Me tomo un rato para cerrar los ojos e imaginar a María Magdalena. María al comienzo no lo reconoce a Jesús... luego él la llama por su nombre... cuando nuestro nombre está en labios de una persona que nos ama suena diferente...

- **¿Qué habrán sentido, pensado, imaginado María Magdalena?** Converso con ella... Me dejo sorprender y nombrar por Jesús... escucho que él dice mi nombre...
- **Puntos que me pueden ayudar a rezar:** (lo que sigue me puede ayudar a rezar, conversar con Jesús, lo que siento y pienso, los deseos que aparecen en mi corazón). Voy leyendo despacio, sin apuros, me regalo tiempo...si me ayuda puedo subrayar, contestar las preguntas.



“Arriesgarnos al Encuentro que nos hace comunidad”

- En el evangelio, se destaca que el sepulcro estaba vacío, algo había sucedido. Los discípulos recuerdan lo que Jesús les había dicho, aunque no terminan de comprender.
- Jesús había resucitado. Dios no lo había abandonado. Dios estaba presente y acompañaba a Jesús. A pesar de que nos resulte difícil llevar este tiempo de cuarentena, es un momento importante, porque nos brinda espacios de reflexión, de encuentro con Dios. Además tenemos la oportunidad de conocernos mejor, de descubrir nuevos hobbies, tenemos tiempo para hacer cosas que queríamos o que no nos animábamos.



- Hoy es Pascua y JESÚS TE LLENA DE VIDA, te llena de ESPERANZA y de CONFIANZA en la VIDA, ¿qué querés que nazca en vos?, ¿cuáles son esas cosas, esos valores y cualidades que querés que permanezcan en vos para seguir caminando en esta cuarentena? Dejá que Jesús resucitado entre en vos y que todas las cualidades que estuvimos remarcando de él en estos últimos días abunden en tu corazón, para obrar y asemejarnos cada vez más a él.

- Dios está siempre en y para nosotros, pero ahora es nuestro momento de dejarlo entrar y resucitar en nosotros. Decíle que estás dispuesta a hacerlo, a dejarte

sanar y acompañar por él.

- El Domingo de Pascua nos invita a la **ALEGRÍA**, a la **CELEBRACIÓN de la VIDA**. **La vida tiene la última palabra**. Nos invita a la confianza. Nos llena de gozo, de entusiasmo, renueva nuestro corazón. **¿Qué quiero que el Jesús resucite en mí?, ¿qué parte de mi vida necesita llenarse de alegría, de paz?, ¿qué personas necesitan sentir la presencia alegre de Jesús resucitado?, ¿cómo puedo generar alegría, vida, entusiasmo, ser instrumento de paz en las personas que me rodean?, ¿qué nos dice la resurrección de Jesús en esta cuarentena?**
- Te invito a realizar un dibujo, cómo expresarías lo que significa la VIDA para vos, la alegría, la paz, el consuelo. Realizá tu dibujo y si querés te animamos a compartirlo en las redes.

✠ **Canciones** que me pueden ayudar a rezar: **“Sal y luz”, “Renace la vida y el corazón” y Tu reino entre los vivos”**

• Hablo con Dios como con un amigo:

En este último tiempo de la oración voy a hablar con Dios. Le voy a contar lo que me sucedió en esta oración. Lo que sentí, lo que pienso, lo que me está pasando en estos días, lo que me gustaría vivir, los gestos que me gustaría tener. Lo que haya sido fuerte para mí. Voy a dejar que Él me hable, me mire, me diga lo que quiera.

Termino esta oración rezando un Padrenuestro.

Luego de rezar me tomo un momento para ver lo que pasó en la oración.

• Examen de la oración

- ✓ ¿Cómo comencé la oración?
- ✓ ¿Cuáles fueron los sentimientos y pensamientos más fuertes durante la oración?
- ✓ ¿Cómo me quedé al terminar la oración?
- ✓ ¿Qué deseos aparecieron durante la oración?, ¿Qué invitación siento que Dios me hace?