

LA PREPARACIÓN ESPIRITUAL

Para la misa (1)

Además de la conocida oración de Santo Tomás de Aquino para prepararse a la celebración de la eucaristía (Liturgia Dominical nº 2045), existen otras, que podemos encontrar en latín en el último Apéndice de la tercera edición del misal (páginas 1343-1345). La primera de ellas, aquí traducida, es la oración de San Ambrosio:

Señor mío Jesucristo, me acerco a tu altar lleno de temor por mis pecados, pero también lleno de confianza, porque estoy seguro de tu misericordia.

Tengo conciencia de que mis pecados son muchos y de que no he sabido dominar mi corazón y mi lengua. Por eso, Señor de bondad y de poder, con miserias y temores me acerco a ti, fuente de misericordia y de perdón; vengo a refugiarme en ti, que has dado la vida por salvarme, antes de que llegues como juez a pedirme cuentas.

Señor, no me da vergüenza descubrirte mis llagas. Me dan miedo mis pecados, cuyo número y magnitud sólo tú conoces; pero confío en tu infinita misericordia. Señor mío Jesucristo, rey eterno, Dios y hombre verdadero, mírame con amor, pues quisiste hacerte hombre para morir con nosotros. Escúchame, pues espero en ti. Ten compasión de mis pecados y miserias, tú que eres fuente inagotable de amor.

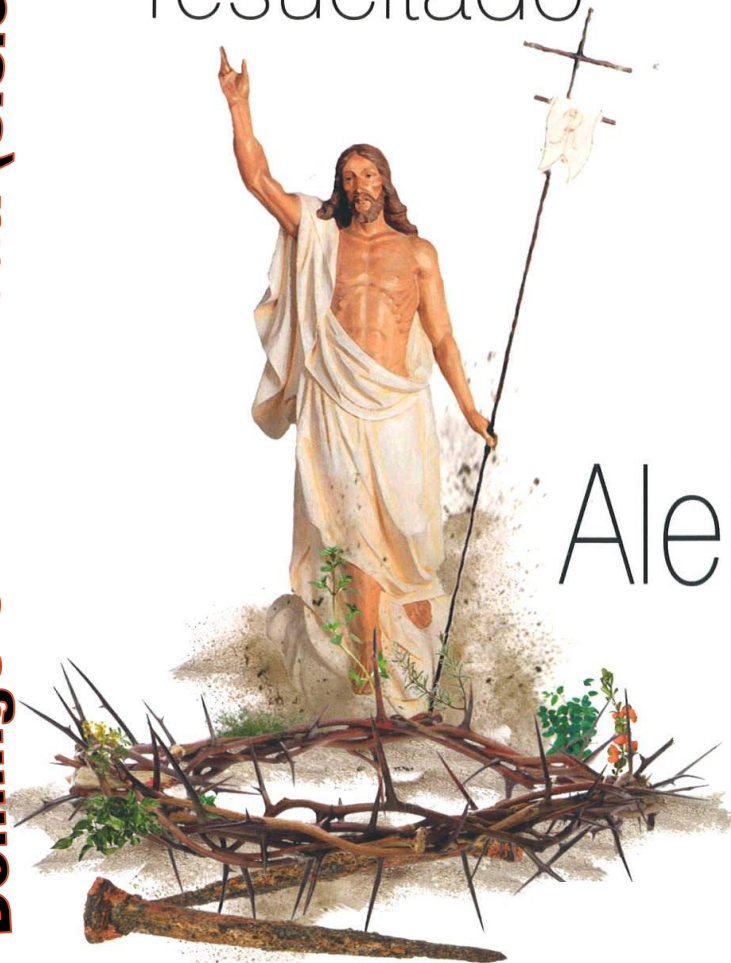
Te adoro, Señor, porque diste tu vida en la cruz y te ofreciste en ella como redentor por todos los hombres y por mí. Adoro, Señor, la sangre preciosa que brotó de tus heridas y ha purificado al mundo de sus pecados. Mira, Señor, a este pobre pecador, creado y redimido por ti.

Me arrepiento de mis pecados y propongo corregir sus consecuencias. Purifícame de todas mis maldades para que pueda celebrar dignamente este Santo Sacrificio.

Que tu Cuerpo y tu Sangre me ayuden, Señor, a obtener de ti el perdón de mis pecados y la satisfacción de mis culpas; me libren de mis malos pensamientos, renueven en mí los sentimientos santos, me impulsen a cumplir tu voluntad y protejan mi alma y mi cuerpo contra las asechanzas del enemigo. Amén.

Domingo 3º de Pascua (ciclo B)

ha
resucitado



Aleluya

DOMINGO III DE PASCUA

Color blanco. Misa y lecturas propias del III domingo de pascua. Gloria. Aleluya. Credo. Prefacio II de Pascua. Plegaria Eucarística III. Bendición solemne de Pascua.

El Dios de la vida, que ha resucitado a su Hijo Jesús de entre los muertos, rompiendo las ataduras del pecado y de la muerte, esté con vosotros.

Monición de entrada y aspersión con el agua: Si siempre que nos reunimos el domingo para celebrar la Eucaristía lo hacemos para reafirmar y celebrar la Resurrección de Jesús, con más razón todavía lo hacemos en estos domingos de Pascua; y lo hacemos todos, cada uno de nosotros, también con la íntima esperanza de que lo que aquí escuchamos, celebramos y recibimos, nos ayude a ser testigos de este Jesucristo vivo, en la sencillez de nuestra vida de cada día.

Por ello, iniciamos nuestra reunión con el signo de la aspersión con el agua bendita. Esta agua que nos recuerda nuestro Bautismo, nuestro sumergirnos en la corriente de vida nueva que brota de Jesucristo resucitado.

(Aspersión con el agua bendita por el templo)

Que Dios todopoderoso nos purifique del pecado y, por la celebración de esta Eucaristía, nos haga dignos de participar del banquete de su Reino.

Gloria.

Colecta: Que tu pueblo, oh Dios, exulte siempre al verse renovado y rejuvenecido en el Espíritu, para que todo el que se alegra ahora de haber recobrado la gloria de la adopción filial, ansíe el día de la resurrección con la esperanza cierta de la felicidad eterna. Por nuestro Señor Jesucristo....

Credo: Reafirmemos nuestra fe y nuestra voluntad de vivir su mismo camino renovando las promesas que en el día de nuestro bautismo hicieron por nosotros nuestros padres y padrinos.

Oración de los fieles: Elevemos ahora nuestras súplicas confiadas a Dios nuestro Padre, y pidámosle que por los méritos de Jesucristo, su Hijo, venga en nuestra ayuda, y nos enseñe a vivir como hijos de la luz.

ORAR LA PASCUA

La Pascua es, ante todo, una invitación a orar.

Tanto en las celebraciones litúrgicas de la comunidad como en la oración familiar, o en los ejercicios piadosos, o en la oración personal.

La **Eucaristía** y la **Liturgia de las Horas**, con sus oraciones, lecturas y cantos, nos ayudan a entrar en la Pascua de Jesús.

El evangelio de san Juan nos hace entender lo que sigue siendo el Resucitado también para nosotros, después de dos mil años de historia: la verdadera Luz y el Pastor y el Pan y la Vida. Y el libro de los Hechos de los Apóstoles nos pone delante el ejemplo de una comunidad cristiana que, a pesar de las dificultades, supo ser en todo momento la comunidad pascual de Jesús y del Espíritu.

Cada cristiano debería, además, rezar **personalmente**. Y la **familia cristiana** podría elegir este tiempo -si es que no lo hace siempre- para intensificar su oración común, por ejemplo bendiciendo la mesa, o cantando el “Regina cœli” en honor de la Madre del Resucitado, o haciendo una breve lectura del evangelio. Sería bueno que durante estas siete semanas se colocara en un sitio de honor un icono de Jesús, con una lámpara encendida, como recordatorio de que estamos en Pascua.

VIVIR CON ESTILO PASCUAL

Pero todavía hay algo más importante: **vivir la Pascua**.

Durante estas siete semanas deberíamos vivir con un estilo pascual:

- si Pascua (para Cristo) significa VIDA, tendremos que preguntarnos: ¿hay vida en mí? ¿hay energía? ¿o sigo espiritualmente débil y enfermo?
- si Pascua (para Cristo) significa NOVEDAD, puedo preguntarme: ¿algo en mí se ha renovado en esta Pascua? ¿o sigo con lo de siempre, con el “hombre viejo” creciendo más que el nuevo, con la misma mentalidad y modos de obrar?
- si Pascua (para Cristo) es ALEGRÍA, ¿cómo puedo vivir yo en la tristeza, en el desánimo, sin dejarme contagiar por la esperanza del Resucitado?
- si Pascua (para Cristo) supone LIBERACIÓN, ¿cómo puede ser que yo no tenga más libertad interior? ¿cómo puedo seguir siendo manipulado por cualquier propaganda, u oprimido por mis vicios o costumbres?

Siete semanas para vivir la novedad, el dinamismo y la alegría de la Pascua del Señor. Que debería ser también nuestra Pascua.

La Cincuentena Pascual:

SIETE SEMANAS DE FIESTA



“Los cincuenta días
que van desde el domingo de Resurrección
hasta el domingo de Pentecostés
han de ser celebrados con alegría y exultación,
como si se tratase de un solo y único día festivo.
Más aún, como un gran domingo”

(Normas sobre el año litúrgico, n. 22)



El Tiempo Pascual -las siete semanas de la Cincuentena- es el “tiempo fuerte” más importante de todo el año cristiano.

Es la Pascua del Señor, Cristo Jesús, que ha pasado a través de la muerte a la existencia definitiva y gloriosa.

Es también la Pascua de la Iglesia, su Cuerpo, que es introducida en la Vida Nueva de su Señor por medio del Espíritu que Cristo le dio el día de Pentecostés.

Es la fiesta que más vale la pena celebrar.

- 1.- Para que la Iglesia viva su fe en Dios y lo manifieste en el amor y compromiso con la humanidad entera. Roguemos al Señor.
- 2.- Para que Dios derrame en las familias cristianas el espíritu de piedad y de renuncia a lo mundano, de manera que germinen abundantes vocaciones al ministerio sacerdotal y a la vida religiosa. Roguemos al Señor.
- 3.- Para que los que tienen autoridad en el mundo trabajen para que todos los pueblos de la tierra vivan en paz, justicia, fraternidad y prosperidad. Roguemos al Señor.
- 4.- Para que los que se encuentran en camino y todavía no han llegado a la fe descubran al Señor Jesús caminando junto a ellos, compartiendo su mismo pan, y sus corazones se llenen de alegría. Roguemos al Señor.
- 5.- Para que Cristo encienda nuestro corazón con su palabra nos haga comprender el sentido actual que tiene su muerte y resurrección en nuestra vida. Roguemos al Señor.

Señor Dios escucha las oraciones de tu Iglesia y haz de nosotros signo y levadura de una humanidad nueva, pacificada por tu amor. Por Jesucristo nuestro Señor.

Poscomión: Mira, Señor, con bondad a tu pueblo y, ya que has querido renovarlo con estos Sacramentos de vida eterna, concédele llegar a la incorruptible resurrección de la carne que habrá de ser glorificada. Por Jesucristo nuestro Señor.

BENDICIÓN SOLEMNE

El Dios, que por la resurrección de su Unigénito os ha redimido y adoptado como hijos, os llene de alegría con sus bendiciones. **R. Amén.**

Y ya que por la redención de Cristo recibisteis el don de la libertad verdadera, por su bondad recibáis también la herencia eterna. **R. Amén.**

Y, pues confesando la fe habéis resucitado con Cristo en el bautismo, por vuestras buenas obras merezcáis ser admitidos en la patria del cielo. **R. Amén.**

Y la bendición de Dios todopoderoso, Padre, Hijo + y Espíritu Santo, descienda sobre vosotros. **R. Amén.**

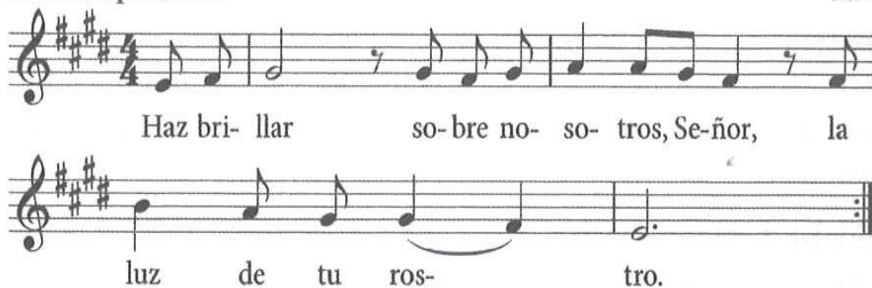
CANTOS

Entrada: Resucitó (208); Cristo Jesús resucitó (201); Vienen con alegría (728); Jesús resucita hoy (Kairoi); Juntos cantemos hoy (J. Pedro Martins); Gloria y honor (A8); Himno a Jesucristo (Velado-Jaúregui). **Salmo responsorial:** L.S. 138139;D20; Protégeme, Dios mío, me refugio en ti (Salmo 15) (Cantalapiedra). **Ofrendas:** Manos abiertas ante ti (Coro Guadalupe). **Comunión:** Quédate junto a nosotros (O20); Te conocimos al partir el pan (O25); Beberemos la copa de Cristo (O10); Señor, tú eres nuestra luz (Gabarain); Quédate, Señor (Erdozain); Vivo yo (Bravo); Quédate aquí Señor (Kairoi); Tú vives siempre junto a nosotros (Varios); Quédate, buen Jesús (Iruarrizaga); Tus palabras alientan mi vida (Mateu). **Final:** Tú eres el Dios que nos salva (608); Id y enseñad (409); Alabo tu bondad (Kairoi); Bendigamos al Señor (Pelayo Sánchez).

Ángel de la Torre Rodríguez. PALENCIA

Salmo responsorial

Sal 4



Para meditar y reflexionar: "¡Testigos de la presencia del Resucitado!"

Este relato lucano de aparición del Resucitado acontece en un contexto de incertidumbre entre los discípulos, desconcertados por el testimonio de los dos a quienes se había aparecido Jesús en el camino de Emaús. Por eso, Jesús mismo toma la iniciativa y les transmite su palabra. De hecho, el único que habla es Jesús, cuyas palabras alientan y dan paz. Estas suponen un «volver a Galilea»: como si de un «mini Credo» se tratase, el Resucitado narra brevemente su propia muerte y resurrección, y confirma que las Escrituras anticipaban todo lo que iba a sucederle.



Las palabras de Jesús se dirigen también hoy a todo creyente que se adentra en la Biblia. Nos invitan a profundizar en las Escrituras con unos ojos nuevos, y a contemplar en cada pasaje el rostro oculto (Antiguo Testamento) o visible (Nuevo Testamento) de Jesús. A veces nos podemos sentir desconcertados por ciertos pasajes difíciles. Sin embargo, igual que Jesús explicó a sus discípulos las Escrituras y comió junto a ellos, también hoy sigue presente en cualquier grupo cristiano que se reúne a compartir su Palabra y su mesa eucarística, dándole luz. Alentada, pues, por el mandato misionero de Jesús, la comunidad prosigue alimentando al resto de la humanidad con un mensaje que invita a la conversión, cura los corazones desgarrados y se solidariza con quienes no tienen qué comer, compartiendo sus propios recursos (Cáritas).

En este tiempo pascual, Señor, me comprometo a adentrarme con mayor profundidad en la Escritura y a alimentarme con tus enseñanzas, siempre actuales. Haz que mis palabras y mis obras transmitan tu paz y alegría a aquellos con quienes convivo, para que el mundo sea un poquito más humano y, precisamente por eso, más divino.