



SEMANA SANTA 2020

LA VISITA A LOS SIETE ESPACIOS

EN CASA, ENCONTRÁNDONOS CON JESÚS



QUERIDOS EDUCADORES
IDEAS + CORAZONES + MANOS



Comisión Episcopal para la Pastoral de la Comunicación



Es devoción, arraigada en la piedad popular, la visita a las siete casas que se realiza la noche del Jueves Santo para la adoración eucarística, meditando en los diversos juicios que padeció nuestro Señor durante su pasión.

En este año 2020, ante las restricciones que la pandemia provocada por el COVID-19 ha traído consigo, queremos animar a que convirtamos nuestro hogar en santuario de oración, unidos en la fe a los millones de cristianos que, por todo el mundo, celebran la pasión, muerte y resurrección gloriosa de Jesucristo, Pan de vida.

- **Los lugares**

Proponemos recorrer seis lugares específicos de la casa y uno de nuestra persona. Consideramos que todos ellos son sitios comunes, pasamos día a día, incluso en repetidas ocasiones, por estas instancias. Ahora, que estamos invitados a mantenernos resguardados en casa, queremos convertirlos en espacios de oración y de encuentro.

Son lugares sencillos, cercanos, cotidianos... por eso queremos integrarlos a una experiencia de fe que nos permita salir de nosotros mismos y encontrarnos, de alguna manera, con quienes están al interior de la casa y fuera de ella.

- **Los gestos**

En estos siete lugares, día a día tenemos distintos gestos y actitudes: saludos, abrazos, pláticas, posturas.... Como ya dijimos, son tan cotidianos que, muchas veces, los hacemos de forma mecánica, sin prestarles mayor atención. Nuestra invitación es a tener un momento especial para centrar nuestra mente y corazón en todo lo que sucede en estos lugares, que pueden ser espacios de vida y gracia.

■ Disponernos al encuentro

Para iniciar cada reflexión, te sugerimos algunas actitudes que pueden ayudar a prepararnos de mejor manera:

- Reservar un momento especial para la oración, evitar lo más posible los distractores a nuestro alrededor.
- Si es un encuentro en familia, que cada uno conserve su espacio vital libre, de tal manera que puedan sentirse cómodos y dispuestos.
- Ubíquense cerca o en el espacio propuesto. No importa si un espacio está muy cercano al siguiente, lo importante es identificar cada uno por separado dentro de la totalidad de nuestro hogar.
- Procuremos guardar silencio, dejando que los objetos, los lugares, los gestos y las personas nos hablen.

Primer encuentro: **LA PUERTA**

■ **Nos disponemos**

- Ubícate en el umbral de la puerta de entrada a tu casa.
- Siente su textura, sus colores, sus bordes. Percibe su dimensión y su peso; ábrela y ciérrala si es necesario.
- Trae a tu mente las distintas noticias que has recibido en ella: alegrías, tristezas, sorpresas.
- Ahora piensa en las personas que día a día atraviesan por ella, incluyéndote. Haz presentes sus rostros, sus palabras, sus gestos.
- Disponte a un momento de reflexión.

■ Comprendemos

La puerta de nuestro hogar es un lugar especial. En ella hemos recibido buenas noticias, pero también malas nuevas, así como sorpresas y hasta complicaciones.

Lo que está hacia dentro de esa puerta es un verdadero tesoro: nuestra familia, nuestros bienes, los momentos de calma, las preocupaciones, discusiones en familia, alegrías y reconciliaciones. Pero lo que está hacia afuera, puede tener dos sentidos:

- Un peligro que nos atemoriza, que nos reta o nos amenaza: enfermedades, violencia, carencia de oportunidades.
- Una oportunidad, es decir, la capacidad de convertir todo ello en la esperanza de un mundo distinto, encontrándonos y construyendo con quienes habitan fuera de la puerta de nuestro hogar.

¿Qué sucede en la puerta de mi hogar en el día a día? ¿Quiénes atraviesan por ella? ¿Quiénes llaman a ella y por qué lo hacen?

- **Escuchamos tu Palabra:** Apocalipsis 3,20
Mira que estoy a la puerta y llamo; si alguno oye mi voz y abre la puerta, entraré en su casa y cenaremos juntos.

- **Pensamos**

En la puerta de nuestra casa suceden muchos encuentros. Como ya dijimos, cada uno tiene un sentido distinto. Pero pensemos ahora: Quienes tocan a la puerta de nuestra casa, ¿cómo son recibidos? ¿Con qué se encuentran? ¿Es nuestro hogar, detrás de esa puerta, lugar de acogida y paz?

Cada uno de nosotros atraviesa la puerta de la casa, posiblemente, muchas veces al día. Quienes viven con nosotros también lo hacen. Aquí es bueno pensar: ¿Con qué actitud ante la vida atravieso esa puerta, por ejemplo, en las mañanas al irme al trabajo, a la escuela o al mercado? ¿Con qué actitud y sentido regreso al final de la jornada? Es decir, hemos de pensar si somos los mismos al salir que al entrar por esta puerta, y si esa persona que entra para descansar es mejor que la que salió por la mañana porque ha colaborado en la transformación del mundo y, junto con los demás, ha procurado encontrarse con el Señor en su jornada.

Leemos en el libro del Apocalipsis que el Señor toca a nuestra puerta, no solo a la de nuestra casa, sino también a la de nuestro corazón, de nuestra familia. Cada uno puede decidir: dejarlo pasar o encerrarnos en nuestros propios problemas y preocupaciones. Sabemos que la Palabra del Señor es una Palabra de vida, y nos invita a dejarlo entrar para, sentado a nuestra mesa, platicar con nosotros como un amigo. Él quiere entrar en casa y habitar en ella para siempre. Durante estos días, en que muchos de nosotros hemos sentido ansiedad, preocupación, enojo, frustración al no poder pasar del umbral de nuestra puerta, dejemos que sea Jesús quien pase y nos fortalezca, que sea él quien atraviese esa puerta y nos permita continuar unidos como hermanos, en torno suyo.

Y que, al terminar esta etapa de alejamiento social, seamos capaces de volver a abrir nuestra puerta al más necesitado, al amigo, al familiar... y encontrarnos en la alegría de los hijos de Dios.

■ Oramos

Agradecemos a Jesús porque quiere entrar en nuestro hogar, atravesar la puerta de nuestra casa y de nuestras inseguridades para transformarlas.

Amigo Jesús,
parados en el umbral de esta puerta,
queremos agradecerte porque vienes
a hacerte compañero de camino.
Porque llamas constantemente a nuestra puerta
y nos invitas a dejarte entrar.
Te pedimos por quienes viven
la soledad, la violencia, la depresión...
al cerrar o al abrir las puertas de su hogar.
Que encuentren en ti un consuelo,
una esperanza y un amigo cercano.
También te suplicamos por quienes,
a pesar de los riesgos y peligros,
tienen que salir a diario de su casa
para ayudar a otros, para buscar el sustento.
Que, al regresar y atravesar por la puerta,
lo hagan con salud, alegría y lo necesario
para su familia.
Señor, que después de estos días
de encierro voluntario,
seamos capaces de encontrarnos nuevamente;
que las puertas vuelvan a abrirse,
y los lazos fraternos a estrecharse.
Amén.

También podemos repetir con calma este fragmento del Salmo 24, a una sola voz y tantas veces sean necesarias.

¡Puertas! ¡Eleven sus dinteles!
¡Que se levanten las puertas antiguas
para que entre el rey de la gloria!
¿Quién es este rey de la gloria?
El Señor, fuerte y poderoso;
el Señor, poderoso en la batalla.

Salmo 24,7-8

Segundo encuentro: **EL LAVABO**

■ **Nos disponemos**

- Alguna vez te habías preguntado: ¿Cuántos lavabos o lavamanos hay en mi casa?
- Trae a tu mente cuántas veces usas el lavamanos en el día. Intenta recordar alguna vez que no tuviste tanta prisa y pudiste disfrutar, por ejemplo, de lavar tu cara, tus manos o tus dientes...
- Piensa en las personas que día a día usan el lavabo de tu casa. Nómbralas en voz alta.
- ¿Cómo está hoy tu corazón? Disponte a un momento de reflexión.

■ **Comprendemos**

- Nos ubicamos cerca del lavabo o lavamanos de nuestro hogar.
- Colocamos un recipiente para no desperdiciar agua y abrimos un poco la llave. Admiramos el agua que brota.
- Si podemos y consideramos pertinente, mojamos un poco nuestras manos para sentir su frescura.

Pocos de nosotros hemos pensado que el lavabo o lavamanos es un lugar significativo en un hogar. A lo mejor no habíamos dimensionado su importancia. Pero, si nos detenemos, todo lo que lo conforma (colores, materiales, etcétera) toman sentido cuando nos permiten recibir agua limpia y eliminar aquello que nos puede perjudicar. Cuando un bebé nace y llega a su hogar, en algunos lugares se tiene una costumbre peculiar: cada que alguien quiere acercarse al recién nacido, debe limpiarse o lavarse las manos. Así es como se pretende evitar que los gérmenes se propaguen. Pero más allá de un acto de higiene, podemos comprenderlo como un gesto de amor por el que se quiere proteger a los hijos y familiares de alguna enfermedad.

Nuestra vida está rodeada de diversos lavabos, por ejemplo: a la entrada de muchos templos existe una pila de agua bendita en donde uno, al entrar o al salir, puede mojar un dedo y hacer la señal de la cruz sobre su frente. Este gesto, sin duda, nos recuerda nuestro bautismo: la gracia, el perdón de los pecados.

Si cada que abrimos la llave de nuestros lavabos diéramos sentido y valor al agua que fluye y que, no pocas veces, desperdiciamos, podríamos comprender la importancia de otras aguas que nos protegen, sanan o purifican.

Si en cada momento diéramos sentido a lo que se lleva el agua y el jabón en el frote de nuestras manos, en el contacto con la cara, podríamos también comprender que es importante “decir adiós” a aquello que no necesitamos.

¿A qué o a quién te gustaría decirle “hola”?
¿A qué o a quién te gustaría decirle “adiós”?
¿A qué crees que en tu hogar deban decir “adiós” y “hola”, como sucede al lavarnos las manos?

- **Escuchamos tu Palabra:** Hechos 22,16
Ahora, ¿qué esperas? Levántate, recibe el bautismo y purifícate de tus pecados confesando su Nombre.
- **Pensamos**
El papa Francisco, en el número 28 de su encíclica *Laudato si*, menciona: “El agua potable y limpia representa una cuestión de primera importancia, porque es indispensable para la vida humana y para sustentar los ecosistemas...” Entonces, si el agua es vida: ¿Cuánta vida desperdicias en tu día a día? ¿Cuánto gastas, tiras y agotas al no saber desprenderte de lo que te hace daño?
Si lo asociamos a la Palabra, hoy estamos detenidos, paralizados, inquietos, con miedo. El no poder salir de casa o no tener contacto humano como de costumbre nos tiene encerrados en nuestros propios temores. Pero es en estos momentos cuando también podemos reconocer el valor de la Buena Noticia: por el bautismo hemos sido lavados de nuestros pecados en el nombre de Jesús.

Podemos decir que “estamos contaminados”: de información falsa, de malos hábitos, de la corrupción, de la indiferencia... Entonces, es necesario descontaminarnos, regenerar ideas y volver a observar las cosas que están a nuestro alrededor desde un principio de respeto, amor y aceptación. Hoy nuestra sociedad está invitada a aprender a mirar con otros ojos y, juntos, buscar nuevos senderos que nos lleven a manantiales de vida nueva.

Tal vez la próxima vez que uses el lavabo, encuentres la alegría de reconocer que el agua que corre sirve para la salud y la vida, que es ya bendita porque forma parte de tu hogar y tu familia. Entonces lavarse las manos, la cara o los dientes, podrá convertirse en un momento de gratitud, de paz, de saber que no estamos solos y que siempre la vida saldrá vencedora.

■ Oramos

Agradecemos a Jesús porque está en nuestro hogar. Él quiere limpiarnos de nuestros pecados, nos acompaña y nos anima a renovar nuestro bautismo en la Vigilia Pascual. Nos da la esperanza de encontrarnos con él y con los demás en este tiempo de pandemia, de continuar proclamando la alegre noticia de la vida.

Jesús, amigo de camino, vida y esperanza, enséñame, junto con mi familia, a ser testimonio de amor.

Danos valentía en este tiempo de temores e incertidumbres, que descubramos la posibilidad de compartir gestos y palabras, de escuchar con paciencia y descubrir tu voluntad.

Señor, tú que eres el agua que da la vida, purifica nuestras intenciones y pensamientos; refresca nuestra esperanza, nuestra fe y nuestra caridad.

Que seamos capaces de estar atentos a las necesidades de los hermanos, especialmente de los más necesitados.

Señor, permítenos sumergirnos en ti, que te busquemos para saciar nuestra sed de amor, de paz y de fraternidad.

María, Madre de Jesús y madre nuestra, condúcenos a los ríos de luz que brotan del corazón amoroso de tu Hijo. Amén.

Tercer encuentro: **LA SALA**

■ **Nos disponemos**

- Ubícate en la sala de tu casa.
- Colócate en el lugar que sueles ocupar en ella o en el que te sientes más cómodo: ¿Por qué prefieres ese lugar? Puede ser la textura del sillón o silla, quizá desde ahí tienes una vista que te agrada, o posiblemente es el lugar más confortable.
- Piensa en los momentos compartidos en esta sala: algunos agradables y otros, tal vez, tristes o difíciles. Trae a tu memoria las conversaciones que has tenido en este lugar.
- Observa los objetos contenidos en ella, quizá alguno te evoque recuerdos, quizá encuentres también cosas que no te agradan.
- Piensa en las personas con las que has compartido el tiempo en la sala, puede ser principalmente tu familia: ¿Cómo pasan el tiempo en la sala? ¿De qué suelen hablar? ¿Quiénes han sido tus invitados en ella? Piensa en un momento especial que hayas vivido en este espacio con tu familia.
- Disponte a un momento de reflexión.

■ Comprendemos

La sala de nuestra casa suele ser el corazón del hogar. Es lugar de encuentros y desencuentros, de convivencia. En ella hemos sonreído y también hemos llorado. Es el espacio para descansar en familia, ya sea viendo una película o serie de televisión juntos; también es lugar para divertirnos con un juego de mesa, para hacer oración o, simplemente, sentarnos a platicar.

En estos días de aislamiento, posiblemente la sala se ha convertido también en el lugar de la Celebración, donde algunos nos reunimos para seguir en vivo la misa por internet o televisión abierta.

Ahora bien, también es cierto que en muchos hogares la televisión es el centro de la sala, convirtiéndose en un obstáculo para el encuentro y el diálogo: ¿nos ha pasado esto alguna vez?

Y no olvidemos que la sala es el espacio por excelencia para recibir a las visitas y hacerles pasar un rato agradable con nuestras atenciones. Quienes nos visitan también traen alegría o comparten con nosotros un momento especial de conversación.

- **Escuchamos tu Palabra:** Lucas 10,38-42
Cuando iban de camino, Jesús entró en un pueblo, y una mujer llamada Marta, lo recibió en su casa. Marta tenía una hermana llamada María que, sentada junto a los pies de Jesús, escuchaba su palabra. Marta, que estaba muy ocupada sirviendo, se acercó a Jesús y le dijo: “Señor, ¿no te preocupa que mi hermana me deje servir sola? Tienes que decirle que me ayude”.

Jesús le respondió: “¡Marta! ¡Marta!, tú te preocupas y te inquietas por muchas cosas, pero una sola es necesaria. María eligió la mejor parte, la que nunca le será quitada”.

- **Pensamos**

Pensemos en Jesús, entrando a la casa de Marta y María y siendo recibido en la sala de ese hogar. Imaginemos a María sentada a los pies de Jesús, escuchando su palabra. Para ella no existía nada más importante a su alrededor porque el Señor llenaba todos sus anhelos. En esta escena, el evangelista Lucas nos recuerda que lo único necesario, quien debe ocupar el centro de nuestra sala, de nuestra casa y de nuestra vida, es Jesús. Solo en él podremos encontrar palabras de vida eterna y paz en momentos difíciles.

Ahora pensemos: la sala de nuestro hogar, ¿es un espacio apropiado para que Jesús se haga presente?

La sala nos invita a reflexionar que este espacio de convivencia puede ser un lugar de encuentro siempre y cuando tengamos la disposición y los hábitos para compartir en familia. Muchas veces nos pasa como a Marta, que los afanes de la vida nos impiden compartir el tiempo con las personas que viven con nosotros. Es decir, hacemos todo por ellos, excepto estar con ellos.

Otras veces el televisor, los videojuegos o los gadgets son el centro de nuestra sala, desterrando a las personas. Hemos llegado a creer que todo eso es importante para nuestra felicidad y nos afanamos en quehaceres, trabajos y distractores que no nos llenan el corazón. Pero Jesús nos recuerda que solo una cosa es necesaria.

¿Qué es lo más valioso que tenemos al interior de nuestra casa? Obviamente nuestra mayor riqueza es la familia. Y este tiempo de aislamiento puede ser una oportunidad valiosísima para abrir el corazón a quienes la conforman.

¿Cómo hacer para que la sala de nuestro hogar sea un espacio de verdadero encuentro con la familia? Aquí algunas pistas:

- Tener conversaciones profundas, y otras no tan complejas, que nos ayuden a conocernos mejor: interesarnos por lo que los demás platican y escucharlos, aunque piense diferente; intercambiar ideas sobre distintos temas, reír juntos.
- Compartir una lectura de ocio con los adultos y cuentos con los más pequeños.
- Darnos tiempo para mirarnos, perdonar y reconciliarnos.
- Contar anécdotas de la familia: cómo se conocieron sus padres, la historia de cuando nacieron los hijos, momentos de los abuelos, o tiempos difíciles y felices de nuestra infancia.
- Ver fotos familiares y platicar historias en torno a ellas.

Recibamos de manera especial en nuestra sala al invitado por excelencia: Jesús. Sentémonos a sus pies para escuchar su Palabra, esa que cuando llega al corazón nos da una alegría que nadie nos quitará. Convirtamos la sala de nuestro hogar en un lugar de encuentro, ya no solo entre nosotros, sino también con Jesús.

■ Oramos

Invitamos a Jesús a sentarse en nuestra sala para colocarnos a sus pies y poder escucharle sin preocupaciones.

Jesús, unidos en familia
te invitamos a sentarte en nuestra sala.
Queremos estar a tus pies y escucharte,
tú sabes qué es lo que necesitamos
como familia.

Ayúdanos a confiar en ti,
olvidándonos de nuestras preocupaciones,
pero atentos a nuestros hermanos.
Enséñanos, Jesús, a comprender tu Palabra,
a amarla, cumplirla y predicarla.
Amén.

También podemos repetir con calma este fragmento del Salmo 32, a una sola voz.

Alégrense, justos, en el Señor,
que la alabanza es propia de los buenos.
Den gracias al Señor con el arpa,
toquen para él la lira de diez cuerdas;
cántenle un cántico nuevo,
toquen con arte para él y aclámenlo.
Pues la palabra del Señor es sincera,
todas sus acciones son leales.
Él ama la justicia y el derecho,
el amor del Señor llena la tierra.
La palabra del Señor hizo el cielo,
el aliento de su boca, todas sus estrellas.
Nosotros esperamos en el Señor,
él es nuestro socorro y nuestro escudo;
él es la alegría de nuestro corazón,
en su santo nombre confiamos.
Que tu amor, Señor, nos acompañe,
tal como lo esperamos de ti.

Salmo 32,1-6.20-22

Cuarto encuentro: **LA COCINA**

- **Nos disponemos**
 - Entra a la cocina de tu casa.
 - Recórrela con la mirada: observa cada rincón, cada objeto en ella.
 - Ubica la estufa o parrilla, el horno, los aparatos y utensilios con los que cocinas.
 - Observa los ingredientes o alimentos que están a la mano.
 - Haz conciencia de cuántas veces al día entras y preparas algún alimento.
 - Disponte a la reflexión.

■ **Comprendemos**

La cocina es como el laboratorio de nuestro hogar. A ella llegan los ingredientes que con creatividad y amor convertimos en alimentos para nuestra familia. Es el lugar donde ocurre el milagro cotidiano de la multiplicación de los panes, los frijoles, los guisados, los postres...

Algunos ingredientes vienen del campo o de una granja... otros, de una tiendita o un supermercado. A menos que tengamos una huerta en casa, necesitamos de otros para surtir nuestra alacena. Pensemos: ¿Cuántas mujeres y hombres habrán trabajado para que podamos tener en nuestra mesa una manzana, el maíz de nuestras tortillas, una taza de café caliente? ¿Todos ellos tendrán una alacena como la nuestra?

Para consumir nuestros alimentos, a veces solo requerimos lavarlos o quitarles la cáscara. Otros, necesitan ser picados, rebanados, mezclados, cocinados, horneados. La mano del hombre y la mujer son indispensables para transformar la materia prima, por ejemplo, en un té con galletas capaces de alegrar un corazón triste; o un caldito

para un estómago indispuerto; o para alimentar a los pequeños que llegan hambrientos después de estudiar y jugar; de convertir harina, huevo y azúcar en pastel para festejar un cumpleaños o un aniversario...

Lo mismo sucede con nuestras intenciones y acciones en familia: algunas requieren purificarse, y en ocasiones, transformarse para convertirse en algo agradable a los demás. ¿Necesito suavizar el trato con mi pareja? ¿Mis palabras y acciones con mis padres o hijos son agris dulces? ¿Ofrezco a mi familia amargura o dulzura?

Pensemos también en quienes nos enseñaron a cocinar. En la mamá o la abuela a quien en la infancia veíamos frente al fuego elaborando deliciosos platillos. ¡Con cuánto amor preparaban la comida para sus familias! Tal vez, alguien más nos compartió parte de su corazón a través de una receta especial.

En un momento de silencio, nos preguntamos: ¿Agradezco a quienes han hecho posible que no nos falte hoy algo que llevar a la boca? ¿He sido capaz de compartir lo que preparo con alguien más? ¿Nuestra cocina es lugar de unión, de compartir, de aprender, de colaborar?

- **Escuchamos tu Palabra:**

1 Reyes 17,12-16

Entonces ella respondió: “¡Vive el Señor, tu Dios: no tengo nada de pan horneado, solo me queda un puñado de harina en la vasija y un poco de aceite en el frasco! Mira, aquí estoy recogiendo dos trozos de leña, luego me iré, prepararé pan para mí y para mi hijo, lo comeremos y después esperaremos la muerte”. Pero Elías le replicó: “No temas, puedes ir y hacer como dices, solo que primero prepárame de allí una torta pequeñita, me la traes y después prepara para ti y para tu hijo. Porque así dice el Señor, Dios de Israel: “La vasija de harina no se vaciará y el frasco de aceite no se acabará hasta el día en que el Señor haga llover sobre la superficie de la tierra”. Entonces ella fue e hizo lo que le había dicho Elías. Y así comió ella, el profeta y la familia de ella por largo tiempo. La vasija de harina no se vació y el frasco de aceite no se acabó, según la palabra que el Señor había dicho por medio de Elías”.

■ Pensamos

La cocina de nuestro hogar es uno de los lugares donde ha de predominar la limpieza y el orden. Y en la “cocina” de nuestro corazón, ¿encontramos superficies limpias o hay cochambre? ¿Lo que entra se transforma para bien, para agradar a los demás, para nutrir? ¿Así como somos capaces de ofrecer a nuestra familia alimentos nutritivos, naturales, hechos con amor, les ofrecemos lo mejor que tenemos? ¿Compartimos con los demás (nuestra familia y con el prójimo –vecinos, compañeros de trabajo, personas de nuestro entorno–) lo mejor o solo lo que nos sobra?

Cocinar es un acto de amor, pero también implica un gran esfuerzo: abastecer de los ingredientes necesarios, lavarlos y disponerlos para ser cocinados; idear el menú que se elaborará en cada comida, preparar, servir, lavar y regresar todo lo utilizado a su lugar. Quien cocina, se entrega a su familia en los platillos que prepara, pensando en sus necesidades nutritivas, pero también en que las preparaciones sean atractivas, en ofrecerles variedad, y por qué no, en satisfacer antojos y gustos.

¿Colaboro con agrado en mi hogar en el proceso de la preparación de los alimentos?
¿Agradezco a quien prepara mi comida?
¿Participo con disposición y alegría en el lavado de los platos y el orden de la cocina?

No olvidemos dar gracias a Dios por cada ocasión en la que entramos a la cocina y encontramos algo para llevarnos a la boca. Pensemos en quienes no tienen lo necesario para subsistir y alimentar a su familia. La Palabra de Dios, en muchas ocasiones nos muestra cómo los corazones generosos que comparten el pan con los necesitados obran el milagro de la multiplicación a manos llenas. Que el Señor nos permita colaborar con él y hacer que las canastas desborden cada vez que las ofrecemos con generosidad a los demás.

■ Oramos

Señor Jesús: en medio de nuestra cocina, te reconocemos como la fuente de la que recibimos todo lo que necesitamos. Te pedimos que en nuestra mesa no falte lo necesario para comer y beber; para mantenernos con salud y fuerzas para vivir. Tú nos invitas a compartir nuestro pan, permítenos ser generosos no solo con lo material, sino con todo aquello que sale del corazón. Enséñanos a dar y darnos. Sabemos que aquello que se comparte, nunca se acaba. Y que solo entregando lo mejor de nosotros es como podemos agradarte más. Señor Jesús, que los alimentos que se cocinan en nuestro hogar, sean signo del trabajo diario y del amor de esta familia que quiere seguirte, y que ellos nos den las fuerzas para descubrirte y servirte en los demás. Amén.

Quinto encuentro: **LA MESA**

■ **Nos disponemos**

- Acude a la mesa central de tu hogar; tenemos siempre en casa diversas mesas, pero hay una que sobresale. Procura emplearla para este ejercicio de encuentro.
- Contémtplala en perspectiva. Trata de recorrer con tu vista todos los componentes que le rodean. Las sillas, dispuestas en su contorno. ¿Cuántas sillas son? ¿Cuántas más se han incorporado en algunas ocasiones?
- Procura recordar cuando ha estado revestida de fiesta, en celebraciones o tradiciones. ¿Cómo se ve? ¿Cuál es la imagen que más recuerdas? Ten también presente en tu memoria cuando ha estado sin emplearse, o cuando se ha usado para otros fines diversos a la alimentación: alguna reunión, un juego en la familia, algún arduo trabajo escolar, algún desorden temporal.

- Siéntate a la mesa. Considera el material con el que está fabricada, toma en cuenta su constitución. Su firmeza, su dimensión, su textura. Los adornos con que la has cubierto.
- Recuerda ahora las mejores conversaciones que se han efectuado en familia en este espacio. ¿Qué hemos dialogado aquí? ¿Qué se ha compartido sobre esta superficie? ¿Qué hemos descubierto juntos?
- Con el recuerdo de estas experiencias, dispongamos nuestra mente a una reflexión que nos alimente el espíritu en este día.

■ **Comprendemos**

La mesa de nuestro hogar es símbolo que acompaña muchas de las experiencias que se viven dentro casa. Es punto de encuentro, identificado con la alimentación del cuerpo y del alma. Medio de convivencia y formalidad para lo importante de nuestras experiencias vitales. Así, tenemos expresiones como: “Decirlo a la mesa”, “Respetar la mesa”, “Acudir a la mesa”.

En el contexto de nuestra mesa hemos vivido experiencias únicas y diversas, aunque muchas veces no nos tomamos el tiempo para valorarlas.

Es un acceso directo a la eternidad de la memoria familiar. La mesa del hogar del que provenimos habrá de acompañarnos siempre; pero también la mesa del hogar que fundamos será un contexto de referencia inmediata cuando pensemos en nuestra casa, en nuestra familia.

En la mesa se reúnen quienes viven, y quienes permanecen en el recuerdo. El sabor de los platos, la delicia de la plática, calan hondo en nuestro ser y dejan huella.

Últimamente, es probable que hayamos pasado más tiempo en nuestra mesa que en meses anteriores.

¿Qué conversaciones predominan en nuestra mesa? ¿Cuánto tiempo dedicamos en el día a compartir juntos en este espacio? ¿Quién llega a nuestra mesa en ocasiones especiales, en aniversarios, en conmemoraciones?

- **Escuchamos tu Palabra:** Lucas 22,27

Porque, ¿quién es el más importante?, ¿el que está sentado a la mesa o el que sirve? ¿Acaso no es el que está sentado a la mesa? Sin embargo, yo estoy entre ustedes como el que sirve.

- **Pensamos**

En nuestra mesa compartimos los alimentos que nos permiten mantenernos vivos, fuertes, sanos. Es también, como hemos dicho, un punto de encuentro para experiencias que nos alimentan el alma, que nos gratifican, que nos hacen crecer o que incluso nos desafían.

En el contexto de la mesa, y las sillas que le escoltan, se han vivido decisiones, noticias, alegrías, tristezas, presencias y ausencias. Si la mesa hablara, revelaría nuestra vida en común con sus altibajos y sus grandezas.

¿Cuánta eternidad cabe en una mesa como la nuestra?

Hoy, en este día especial para nosotros los cristianos, conmemoramos una cena que habría de marcar nuestra historia de Salvación.

■ Oramos

Agradecemos a Cristo Jesús, nuestro maestro y amigo, quien nos ha revelado la importancia de alimentarnos en el cuerpo y en el espíritu, con el amor que derrama en nuestros corazones.

¡Oh, Señor Jesús! Que mediante tu Pasión revelaste el servicio al hombre como el más alto de los dones concedidos por tu Padre misericordioso, haznos dóciles a tu voluntad de salir al encuentro con nuestros hermanos, en el contexto de nuestro propio hogar. Bendice, Señor, esta mesa, y a todos los que en ella compartimos el pan y la risa, la bebida y el llanto, las especies y las experiencias profundas de nuestra vida. Acompaña cada uno de los encuentros que sostendremos en nuestra mesa; sé tú el centro de nuestra comunión como familia para que crezcamos, maduremos, demos gracias y alabemos tu nombre por siempre. Alcánzanos también, Señor, por tu Cuerpo y por tu Sangre, la maravilla de la mesa del Cielo y la posibilidad de compartir contigo en la esperanza de la Resurrección. Amén.

También podemos repetir, con calma, este versículo del Salmo 107, a una sola voz y tantas veces sean necesarias.

¡Den gracias al Señor por su amor,
por sus prodigios en favor de los hombres!
Porque sació a los sedientos
y colmó de bienes a los hambrientos.

Salmo 107,9-8

Sexto encuentro:

EL DORMITORIO

■ Nos disponemos

- Entra al dormitorio principal de tu casa.
- Observa sus espacios, la distribución de los muebles, los colores, los cuadros, etc.
- Es un lugar tan íntimo, tan privado; diseñado para el descanso, para recuperar fuerzas, energía, para restaurar el cuerpo y también el espíritu.
- Recuerda algunas ocasiones en que te refugiaste en sus paredes, para sentir más seguridad.
- Disponte a un momento de reflexión.

■ Comprendemos

El dormitorio es el lugar más personal de nuestra casa. En él no existen máscaras, y podemos encontrarnos ante nuestra propia esencia. En el dormitorio podemos guardar cosas valiosas y, sobre todo, resguardarnos a nosotros mismos.

Gran parte de nuestra historia personal y familiar ha sido modelada entre sus paredes, en las que el diálogo se vuelve más íntimo y directo.

- Es un sitio para retirarnos de la vida cotidiana y dar espacio al descanso, a la reflexión, a los sueños y al amor.
- En él me puedo abandonar y dejar mi alma en manos del Señor. Podemos decir que, al dormir, morimos cada noche y confiamos en que despertaremos por la gracia de Dios al día siguiente.

¿Qué grandes decisiones se habrán tomado en el dormitorio? ¿Cuántas veces se ha llorado allí? ¿Cuántas otras, se ha soñado despierto?

- **Escuchamos tu Palabra:** Mateo 11,28

Vengan a mí todos los cansados y abrumados por cargas, y yo los haré descansar.

- **Pensamos**

Día a día, vivimos inmersos en distintas actividades, tratando de cumplir nuestras metas personales, buscando apoyar a nuestra familia y afrontar con éxito los desafíos que nos presenta el mundo. Al final de cada jornada, muchas veces nos sentimos agotados, exhaustos y con la necesidad de recuperar el entusiasmo, la alegría o las fuerzas desgastadas. Y entonces acudimos al dormitorio para alejarnos y desconectarnos de nuestra vida cotidiana, para poder contar con un espacio no solo de descanso, sino también de reflexión y oración.

Jesús nos enseñó que, en nuestro dormitorio, en su privacidad, nos escucha nuestro Padre que está en lo secreto. Entonces, sin hipocresías ni aspavientos, sin falsas poses, sabiendo que Él conoce nuestro corazón, el dormitorio puede convertirse en un altar donde ofrecer nuestra vida, abandonándonos a la voluntad del Padre y elevando nuestras súplicas. Es lugar propicio para esa oración íntima con Dios.

Entonces, en el dormitorio podemos desconectarnos de las preocupaciones cotidianas y ponernos en manos de Dios, con la esperanza de comprender su voluntad y perseguir nuestros sueños.

En estos días de experiencias especiales, confiemos en el amor de Dios y no dejemos de soñar con las cosas extraordinarias que puede generar su presencia en nuestras vidas. Permitamos que su amor nos haga descansar del agobio cotidiano para convertirnos en testigos suyos.

■ Oramos

Agradecemos a Dios porque siempre nos escucha en lo secreto, y le pedimos que nos ayude a cumplir su voluntad.

Padre bueno,

Tú que conoces la profundidad de nuestro corazón

y que, ante ti, no existe nada oculto,

te agradecemos ese amor

con el que nos escuchas en lo secreto

y te rogamos atender las súplicas

que te dirigimos desde la intimidad

de nuestro hogar.

Te rogamos que nos ayudes a cumplir tu voluntad

y a realizar las tareas necesarias

para ofrecer a nuestra familia y al mundo,

nuestro testimonio de amor

fundamentado en tu misericordia.

Danos la fuerza para alejarnos

de aquellas cosas que nos separan de ti,

que no nos permiten ver con claridad tu amor

o que nos distancian de nuestra familia

y de nuestros seres queridos.

Te pedimos que, en cada nuevo día,

nuestro corazón y nuestro espíritu

se despierten renovados en tu Gracia,

para ofrecer alegría, esperanza y entusiasmo

a todas aquellas personas que sienten miedo,

que se encuentran angustiados y lejos de ti

o que están perdiendo la esperanza. Amén.

Cerramos este momento de oración repitiendo juntos del Salmo 4:

Me acuesto en paz y me quedo dormido,
porque tú solo, Señor, me haces vivir seguro.

Salmo 4,9

Séptimo encuentro: **EL CORAZÓN**

■ **Nos disponemos**

- Puedes estar de pie o sentado en una posición cómoda.
- Respira despacio, pero profundamente, de tres a cinco veces. Puedes cerrar tus ojos.
- Pon la mano en tu corazón y siente cómo late. Puedes contar sus latidos.
- Sé consciente de la función tan importante que tiene el corazón en tu cuerpo.
- ¿Está acelerado? ¿Tranquilo? Identifica el ritmo y busca serenarte.
- Disponte a un momento de reflexión.

- **Comprendemos**

El corazón es el primer órgano que se pone en marcha en el embrión humano. Es el responsable de bombear la sangre convirtiéndose, así, en el motor de nuestro cuerpo. Quizás por eso se le atribuyen muchas otras cualidades como, por ejemplo, ser el origen de nuestros sentimientos.

Al corazón siempre se le ha relacionado con la vida, la afectividad, el ánimo, el valor y hasta el intelecto. Usamos el símbolo del corazón (♥) para expresar, sin la necesidad de palabras: amor, cariño, apoyo, solidaridad o fraternidad. Gracias a su empleo en las distintas redes sociales, el corazón es uno de los íconos universales más utilizados.

El corazón también se relaciona con la espiritualidad, con el lugar de la conciencia y de la presencia de Dios. En el corazón habla Dios y, desde él, la persona responde.

- **Escuchamos tu Palabra:** Mateo 12,34

La boca habla de aquello de lo que está lleno el corazón.

- **Pensamos**

Ante el aislamiento que vivimos en estos días de cuarentena, voluntario para unos, obligatorio para otros, pero para todos muy necesario, reconocemos que hemos estado inquietos, incluso en ocasiones con incertidumbre y miedo. Muchos sentimientos encontrados llenan nuestro interior y aceleran nuestro corazón.

Pregúntate:

- ¿De qué has estado platicando en estos días?
- ¿Qué mensajes has enviado?

Ahora, sé consciente de las conversaciones o mensajes que más tiempo te hayan mantenido ocupado, de tal manera que descubras internamente:

- ¿Qué es lo que te inquieta?
- ¿Cómo te sientes?
- ¿De qué está lleno tu corazón?

Jesús dijo: “Allí donde esté su tesoro, allí estará también su corazón” (Lucas 12,34), para describir a quienes atesoran cosas buenas dentro de sí mismos.

Dispón tu corazón para encontrarte con el Señor. Si no lo sientes o no lo experimentas en este momento, respira profundamente... El aire que respiras es signo del Espíritu Santo, “gracias al cual llamamos a Dios: ¡Abbá, Padre!” (Romanos 8,15). Y al reconocer a Dios como Padre... respira y llena tu corazón de su presencia de paz y de amor, de su esperanza y consuelo. Así, al llenarte de Él, tu boca, tus palabras y tus mensajes podrán animar a quienes se sienten inseguros, impotentes o a quienes no encuentran a Dios en su corazón y necesitan tener paz en estos momentos difíciles.

■ Oramos

Trata de no distraerte. Nada se interpone entre nuestro ser y el Ser de Dios. Lo importante es que el Señor nos oiga y que una sola palabra suya inunde nuestro corazón.

Vuelve a poner la mano en tu corazón, respira profundamente y recuerda a quienes extrañas, a quienes has perdido, a quienes no has visto, a quienes sufren, a quienes se esfuerzan, a quienes más necesitan de un abrazo, de una palabra de aliento y consuelo...

Repite varias veces, desde dentro, orando con el corazón en la mano:

Señor, te entrego mi corazón.
Quiero un corazón semejante al tuyo.

Y termina tu oración diciendo:

Sagrado Corazón de Jesús... confío en ti.
Sagrado Corazón de Jesús... que en mí confías.

Oración conclusiva

Te agradecemos, Señor,

por todo lo que tu Providencia nos concede

Gracias por este hogar

y por quienes lo habitamos.

Te pedimos que te quedes con nosotros

para que nunca nos separemos de ti.

Quédate en el hogar, en la vida y en el corazón
de aquellos que te buscan.

En especial, quédate en esta familia.

María, madre nuestra,

ayúdanos a seguir tu ejemplo

para encontrarnos con Dios

en lo cotidiano de la vida,

en todos los espacios de nuestro hogar,

en el quehacer diario.

Y así podamos servir a nuestros hermanos,

desde la alegría que brota

de habernos encontrado con tu Hijo.

Amén.

Agradecemos la colaboración de:

Ulises Centeno, Gloria García, María del Carmen Gómez, Abraham R. Flores, Héctor Sampieri, Blanca Sastré, Jesús Manuel Ramos, Pbro. David Jasso, Gaby Hoyo, Marlui Paola León, Óscar Hernández.