



SEMANA
SANTA ²⁰₂₃

SÁBADO SANTO

EN EL SILENCIO DEL SEPULCRO

"Jesús yace en su tumba y los apóstoles creen que todo se acabó. Todo el día sábado su cuerpo descansa en el sepulcro. Pero su madre, María, se acuerda de lo que dijo su hijo: "Al tercer día resucitaré".

El sábado santo es un día de luto inmenso, de silencio y de espera vigilante de la resurrección. Es un día en el que se nos invita a vivir un silencio contemplativo y a dedicar nuestra jornada al acompañamiento de María, la madre dolorosa, la mujer que se enfrenta al vacío que ha dejado en su corazón la muerte de su hijo.

Hoy es el único día en el que no hay celebración de la eucaristía, pero en el que nos dedicaremos a orar, a no temerle al silencio y a dejar que la fuerza de Jesús nos regrese la esperanza.

RETIRO ESPIRITUAL

"UN ESPACIO DE SILENCIO QUE ME DEVUELVE LA VIDA"

Busca un espacio sólo para ti, donde la distracción del celular, el internet o el ruido externo no te impida tener un encuentro con el dueño de la vida.

Cierra tus ojos y deja que el Espíritu Santo toque tu corazón: <https://www.youtube.com/watch?v=s1tdMIQoul8>

Busca el silencio, él será tu aliado y un recurso fundamental para encontrarte contigo mismo y con Dios que siempre te espera. Deja un momento aquellos elementos que te puedan distraer y obstaculizar esta experiencia. Prepara tu cuerpo y abre tu corazón para escuchar a Dios que habla con sencillez y de muchas maneras.

ORACIÓN

En el nombre del Padre...

Aquí estoy Señor, hoy te busco en el silencio, ayúdame a reconocerte, ayúdame a ser capaz de escucharte, y que encontrándome contigo, pueda ser testigo de la esperanza que tú nos das y que tanto necesitamos. Te lo pedimos a ti, que vives y reinas por los siglos de los siglos.

Amén.

MOMENTO DE REFLEXIÓN

"EL VALOR DEL SILENCIO"

Es poco lo que se dice sobre el valor del silencio y de la soledad. A propósito del silencio, quizás porque una larga tradición autoritaria se las arregló para imponerlo como mecanismo de sometimiento y miedo. Pero no es de ese silencio "impuesto" del que aquí se trata, sino del silencio como una opción y una alternativa al ruido imperante y a la obligación socialmente condicionada de no permanecer en silencio, sino a sumar la propia voz al ruido predominante. Es decir, en los tiempos que corren lo obligado no es silencio- que está mal visto- sino su contrario: el ruido, el bullicio. De ahí la importancia de reivindicarlo como un valor imprescindible para una vida buena, como

ya lo sabían los moralistas romanos en la antigüedad clásica, los padres de la Iglesia y los pensadores orientales.

Hermano gemelo de la prudencia, el silencio es más radical. Aquella invita a la mesura en el decir y en el obrar, este a suspender el decir, ya sea de forma temporal o de forma definitiva. En una sociedad del bullicio como esta en la que nos toca vivir, quizás sea imposible el silencio absoluto. No lo es, sin embargo, el silencio parcial, el silencio temporal.

¿Silencio para qué? Para muchas cosas, positivas y sanas. En primer lugar, para conversar con uno mismo, como quería Antonio Machado, quien además esperaba también hablar algún día con Dios. Así lo dice el poeta en "Retrato"



*“Converso con el hombre que siempre va conmigo
-quien habla solo espera hablar a Dios un día-;
Mi soliloquio es plática con ese buen amigo
que me enseñó el secreto de la filantropía”*

Qué importante y vital es conversar con uno mismo, tomarse el tiempo para hacerlo. Cuánta gente no lo hace, atrapada no sólo en la vorágine de los tiempos y ritmos impuestos por el reloj, sino dominada por las exigencias de estar, permanentemente, diciendo algo, de estar siempre volcada hacia el exterior de sí misma. Conversar con uno mismo es volcarse hacia la propia vida interior, para explorar asuntos que trascienden la inmediatez que nos devora, para abrirnos al misterio de Dios, como quiere Machado- o para pensar mejor nuestras acciones y decisiones.

Esa pausa del pensamiento reflexivo es algo que brilla por su ausencia en este país del activismo y la facilidad. Para pensar reflexivamente, para conversar con nosotros mismos acerca de la realidad del más allá y del más acá, es necesario, es imprescindible, el silencio. Sin él, es imposible pensar.

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

- ¿Qué apruebas o desapruebas del testimonio anterior?
- ¿Qué es el silencio para ti?
- ¿Crees que es importante tener momentos de silencio?
- ¿Tienes momentos de silencio? ¿Cuándo?

DATO CURIOSO...

Durante el sábado Santo, la Iglesia permanece junto al sepulcro del Señor, meditando -en silencio- su pasión y muerte, su descenso a los infiernos, y esperando su resurrección en oración y recogimiento. La Iglesia se abstiene de celebrar la Misa, quedando los altares desnudos hasta que, después de la vigilia Pascual, se inauguren los gozos de la pascua.

Dios nos habla siempre y de distintas maneras... Dispongámonos ahora a escuchar su Palabra. Aquietemos el corazón y hagamos un profundo silencio.

Y si no se piensa bien lo que se va a decir o lo que se va a hacer, lo más seguro es que se digan sinsentidos y absurdos y que se realicen acciones precipitadas y fuera de control. Tu silencio interno te vuelve sereno. Haz regularmente un ayuno de la palabra para volver a educar al ego. Practica el arte de no hablar.

Nuestros sentidos y nuestra sensibilidad se han acostumbrado tanto a la música estridente, los gritos y la publicidad, que no nos damos cuenta del deterioro que eso supone para nuestra calidad de vida. Se ha hecho tan normal la invasión y laceraciones al propio espacio mental y corporal que no nos damos cuenta de lo anómalo de la situación.

Por todo lo dicho, el silencio se hace muy necesario, no como valor absoluto, no de forma dogmática. Hay que tomarlo como recurso terapéutico en este tiempo, donde la gente ha dejado de escuchar su corazón.

Luis, terapeuta (28 años)



EVANGELIO SEGÚN SAN LUCAS (23,50-56)

Un hombre bueno y justo llamado José, que era miembro de la Junta Suprema de los judíos y que esperaba el reino de Dios, no estuvo de acuerdo con la actuación de la Junta. Este José, natural de Arimatea, un pueblo de Judea, fue a ver a Pilato y le pidió el cuerpo de Jesús. Después de bajarlo de la cruz, lo envolvió en una sábana de lino y lo puso en un sepulcro excavado en una peña, donde todavía no habían sepultado a nadie. Era el día de la preparación, y el sábado estaba a punto de comenzar.

Las mujeres que habían acompañado a Jesús desde Galilea fueron y vieron el sepulcro, y se fijaron en cómo sepultaban el cuerpo. Cuando volvieron a casa, prepararon perfumes y ungüentos.

Palabra del Señor.



MEDITACIÓN

Ahora cierra tus ojos y deja que tus temores o angustias se alejen porque "Nada es imposible para Dios"

https://www.youtube.com/watch?v=zt7Kb_33ucg



Te invitamos a ponerte en los zapatos de 3 personajes del relato. Responde a las preguntas:

José de Arimatea, seguidor de Jesús:

Como seguidor de Jesús ¿Cómo te sientes hoy en tu relación con Jesús?

En momentos de incertidumbre, inseguridad, oscuridad como los del sepulcro...

¿Cómo los afrontas?

Pilato:

-Pilato dejaste la condena de Jesús en manos del pueblo y fue crucificado, tú lo miraste "de lejos..." ¿Por qué decidiste actuar así y tomar distancia?

- ¿Hay algún momento o situación en la que no te gustaría pasar "de lejos" y preferirías cambiar? ¿En qué situaciones te implicas y en cuáles no? ¿Por qué?

Mujeres:

¿Por qué decidieron acompañar a Jesús? ¿Qué anima su esperanza?

¿Con cuál personaje te sientes más identificado? ¿Por qué?

En este sábado Santo, otra de las figuras que nos ayudarán a encontrarnos con el Señor, es la Virgen María, su Madre. En este momento estamos llamados a aprender de ella.

Ante una fe vacilante e insegura, pidamos la fe de María:

<https://www.youtube.com/watch?v=RBQJeG84nbo&t=91s>

Lee y medita el texto: "El silencio de María"

Junto a tu cruz y tu sepulcro tuviste a tu Madre Dolorosa, participando en tu aflicción: haz que tu pueblo, nosotros, sepamos acompañarla. Y como tú, grano que caíste en la tierra para morir y dar fruto, como tú, también nosotros sepamos morir al pecado y vivir para Dios. Que, siguiéndote a ti, caminemos siempre en una vida nueva. Volvamos al Señor; que él nos sane, que él nos vende, que Él nos rescite. A precio de la sangre de Cristo hemos sido rescatados. "Cristo, por nosotros, se sometió incluso a la muerte, y una muerte de cruz. Por eso Dios lo levantó sobre todo y le concedió el Nombre sobre todo nombre."

¿Por qué María tras la muerte de su Hijo, es capaz de guardar la esperanza cuando humanamente parece que todo ha terminado?

María no se queda en lo superficial. No evade la situación. No busca simplemente "distraerse", como si nada hubiera sucedido. Tampoco se encierra en sí misma, en su tristeza. No cede a la melancolía, a los sentimientos de amargura y nostalgia. Está sola pero no encerrada.

Pero a la vez, no se deja traumar por la oscuridad que vive. Mucho menos nos imaginamos en María el más mínimo sentimiento de rencor, de venganza, hacia los que han provocado esta injusta situación. María no busca culpables.

María no se vuelca sobre las creaturas, no busca consuelos humanos. Tampoco los desprecia. Pero su corazón está en Dios. Sabe que sólo Dios escucha y responde.

De este modo, "el gran silencio" de la vida de María que el Sábado Santo nos revela de modo especial, no es un callarse, no es un encerrarse en los propios pensamientos y sentimientos, es el espacio en el que ella se ABRE a Dios. Es el ámbito al que lleva todo y ahí lo procesa, lo asimila, lo acepta.



Si no hacemos el hábito de ese gran silencio que es encuentro con Dios, corremos muchos riesgos, el riesgo de la superficialidad, el riesgo del naturalismo, del racionalismo, el riesgo de quebrarnos ante las dificultades y los dolores que siempre habrá en la vida de un seguidor de Cristo.

ORACIÓN

En un momento de diálogo personal con Jesús, exprésale lo que guardas en tu corazón, lo que te preocupa, lo que te impide hacer silencio fecundo. No temas escribirle todo lo que tienes guardado.

¡Transfórmame, Señor! ¡Renuévame, Señor! ¡Guíame Señor!
Concédeme Señor una fe sencilla que no se turbe cuando me llames en los momentos de tribulación, soledad, abandono, sufrimiento y lucha.
Hazme Señor un hombre pascual en el silencio de este sábado santo.
María, Madre del silencio amoroso, me acojo a ti para que vayamos juntos en el camino de la vida. Amén.

ROSARIO: EN EL SILENCIO DE MARÍA

En este sábado santo nos unimos a la Virgen María Dolorosa, para acompañarla en el silencio de este día, al mismo tiempo que le pedimos nos ayude a entender el mal que hemos cometido y nos lleve a un verdadero arrepentimiento. Al unir nuestros dolores a los de María, tal como Ella unió sus dolores a los de su Hijo, participamos en nuestra redención y en la del mundo entero.

PRIMER DOLOR

La profecía de Simeón: Qué grande fue el impacto en el corazón de María, cuando oyó las tristes palabras con las que Simeón le profetizó la pasión y muerte de su Hijo.

Querida Madre, obtén para mí un auténtico arrepentimiento por mis pecados, de manera especial aquellos que atentan contra mi vida y la de los demás.

Padre Nuestro, siete Ave Marías, Gloria al Padre...

SEGUNDO DOLOR

La huida a Egipto: Repentinamente de noche, a fin de salvar a su querido Hijo de la matanza decretada por Herodes. Cuánta angustia la de María, cuántas fueron sus privaciones durante tan largo viaje. Cuántos sufrimientos experimentó Ella en la tierra del exilio.

Madre Dolorosa, alcánzame la gracia de perseverar en la confianza y el abandono a Dios, aún en los momentos más difíciles de mi vida.

Padre Nuestro, siete Ave Marías, Gloria al Padre...

TERCER DOLOR

El niño perdido en el templo: Qué angustioso fue el dolor de María cuando se percató de que había perdido a su querido Hijo. Llena de preocupación y fatiga, regresó con José a Jerusalén. Durante tres largos días buscaron a Jesús, hasta que lo encontraron en el templo.

Madre querida, cuando el pecado me separe de tu amor y del de Jesús, ayúdame a encontrar de nuevo el camino que me conduce a ti.

Padre Nuestro, siete Ave Marías, Gloria al Padre...

CUARTO DOLOR

María se encuentra con Jesús camino al Calvario: Esta Madre, tan dulce y amorosa, se encuentra con su Hijo en medio de quienes lo arrastran a tan cruel muerte. Consideren el tremendo dolor que sintieron cuando sus ojos se encontraron - el dolor de la Madre bendita que intentaba dar apoyo a su Hijo.

María, yo también quiero acompañar a Jesús en su pasión, ayúdame a reconocerlo en mis hermanos que sufren.

Padre Nuestro, siete Ave Marías, Gloria al Padre...



QUINTO DOLOR

Jesús muere en la cruz: Contempla los dos sacrificios en el Calvario - uno, el cuerpo de Jesús; el otro, el corazón de María. Triste es el espectáculo de la Madre del Redentor viendo a su querido Hijo cruelmente clavado en la cruz. Ella permaneció al pie de la cruz y oyó a su Hijo prometerle el cielo a un ladrón y perdonar a sus enemigos. Sus últimas palabras dirigidas a Ella fueron: "Madre, he ahí a tu hijo." Y a nosotros nos dijo en Juan: "Hijo, he ahí a tu Madre."

María, yo te acepto como mi Madre y quiero recordar siempre que tú nunca le fallas a tus hijos.

Padre Nuestro, siete Ave Marías, Gloria al Padre...

SEXTO DOLOR

María recibe el cuerpo de Jesús al ser bajado de la cruz: Considera el amargo dolor que sintió el Corazón de María cuando el cuerpo de su querido Jesús fue bajado de la cruz y colocado en su regazo.

Oh, Madre Dolorosa, nuestros corazones se estremecen al ver tanta aflicción. Haz que permanezcamos fieles a Jesús hasta el último instante de nuestras vidas.

Padre Nuestro, siete Ave Marías, Gloria al Padre...

SÉPTIMO DOLOR

Jesús es colocado en el sepulcro: Madre tan afligida, intercede por tus hijos y alcánzanos las gracias que más necesitan nuestros corazones.

Alcánzanos Madre tierna y compasiva, la gracia de vivir y perseverar en el servicio de tu Hijo.

Padre Nuestro, siete Ave Marías, Gloria al Padre...

