



DIÓCESIS DE VERACRUZ EJERCICIOS ESPIRITUALES

“PERMANECER CON EL SEÑOR RESUCITADO, PARA LA MISIÓN” P. Fermín Estillado Moreno

TEMA 1: «Somos discípulos llamados para anunciar la vida del resucitado»

CITA CLAVE: «Serán ustedes mis testigos en Jerusalén y en toda Judea,
en Samaria y hasta los extremos de la Tierra» Hch 1, 8

OBJETIVO: Propiciar un encuentro con Jesús muerto y resucitado, para que, siendo testigos de Él, anunciemos y proclamemos la buena noticia a nuestros hermanos.

UBICACIÓN Y BIENVENIDA

COMENZAMOS HACIÉNDONOS UNAS PREGUNTAS:

- ¿Qué me motiva a realizar estos ejercicios espirituales?
- ¿Qué espero de estos ejercicios espirituales?
- ¿Qué actitudes deseo tener para aprovechar esta experiencia?

ORACIÓN

Señor Jesús, Resucitado y presente «en medio de nosotros»:
Hoy, en el primer día de encuentro te reconocemos vivo aquí.

(Se enciende el cirio pascual)

Nos has dado tu paz, el perdón sin reproche ni desprecio.

Nos has enseñado tus manos y el costado llagados,

Nos has entregado tu Espíritu para «Evangelizar a los pobres,
liberar a los oprimidos, abrir los ojos a los ciegos,
anunciar el amor gratuito de Dios.

Cristo llagado y resucitado: que tu Espíritu nos acerque a los llagados,
toquemos sus heridas y te reconozcamos «Señor mío y Dios mío».

Al igual que los discípulos se sintieron confortados por Ti
y salieron de sus miedos, así nosotros
al encontrarnos contigo nos llenemos de tu Espíritu
y valientes vayamos a ser tus testigos, anunciando
tu Buena Noticia, tu Evangelio. Amén.

Canto: Vive Jesús el Señor

<https://www.youtube.com/watch?v=zdg5lVkpIVE>

VEAMOS NUESTRA REALIDAD:

- 1.- ¿Qué situaciones que vivimos nos conducen a la muerte?
- 2.- ¿Qué situaciones nos conducen a la vida?
- 3.- ¿Qué obstáculos tenemos para llevar una vida plena?
- 4.- ¿Cómo estamos viviendo la cuarentena?

LEAMOS EL EVANGELIO: (Mt 28, 1-10)

ACTUEMOS

En nuestros días vivimos de manera muy palpable la muerte y, sin embargo, creemos que es un mundo llamado a resucitar, en el que está germinando ya la resurrección.

1. Hoy, ¿hay algún signo de resurrección?
2. Mirando la realidad en la que vives ¿qué significa vida plena?
3. ¿Qué obstáculos o problemas encuentras en tu vida, en tu familia en la comunidad para que se haga realidad la propuesta de Jesús sobre la vida plena?
4. ¿Qué te está enseñando la situación de contingencia que estamos viviendo?

OREMOS

«Él va por delante de nosotros a Galilea, allí lo veremos»

Como las mujeres del evangelio me asomo al sepulcro: Este viejo mundo me parece resquebrajarse; sus mentiras no tienen consistencia, sus columnas -el miedo, el dinero, el poder...- han empezado a ceder; me parece absurdo buscar la felicidad por mi cuenta, sin contar contigo, Jesús resucitado.

En este primer día de encuentro contigo, quiero, Señor resucitado, entonar un himno agradecido:

Gracias por tu vida sembrada en mi vida,
Gracias por todo el amor de mis hermanos,
Gracias por tu presencia en el pan y el vino;
Gracias por la esperanza que siento ahora;
Gracias por la certeza de la fe que me invade;
Gracias por todo, que es regalo y me habla de Ti.

En este encuentro, quiero también, Jesús mío ofrecerte mi pobre servicio:

¿Te sirven mis manos para tu reino? Aquí están; ábrelas para la caricia y el servicio
¿Te sirve mi boca para tu reino? Yo hablaré; ciérrala para el insulto y la venganza
¿Te sirve mi corazón para tu reino? Cuenta con él; ensánchalo; que acoja a toda persona
¿Te sirven mis pies para anunciar tu reino? Me pondré en camino; cárgalos de paz, de consuelo, de pan, de dignidad, de compañía, de salud, de alianza sincera.
¿Te sirve mi inteligencia y mi querer para tu reino? No quiero ya pensar ni desear otra cosa.
¿Te sirven mis instintos para tu reino? Están al servicio de tu amor.
Ya sé, Señor, que no soy todo lo testigo que podría ser. Jesús resucitado, trabajando mi débil espíritu: quiero ser testigo tuyo, quiero compartir con todos, la vida, la alegría, el amor, la esperanza, que cada momento recibo de Ti. Amén.

EVALUEMOS

1. ¿El tema despertó en ti la necesidad de llevar la Buena Nueva a otros?
2. Resume en una frase tu experiencia vivida en este día y compártela con algún miembro de tu familia, o envía un mensaje a alguien.
3. ¿Qué compromiso en concreto te llevas?

Reflexión personal (busca un momento a solas y reflexiona)

RAZONES PARA RESUCITAR

Sólo Dios puede crear, pero nosotros podemos revalorizar lo creado. ¡Aleluya!
Sólo Dios puede dar la vida, pero nosotros podemos trasmitirla y defenderla. ¡Aleluya!
Sólo Dios puede dar la fe, pero nosotros podemos dar testimonio de ella. ¡Aleluya!
Sólo Dios puede infundirnos esperanza, pero nosotros podemos devolverle confianza. ¡Aleluya!
Sólo Dios puede dar el amor, pero nosotros podemos demostrárselo a nuestros hermanos. ¡Aleluya!
Sólo Dios es plenamente alegre, pero nosotros podemos sonreír. ¡Aleluya!
Sólo Dios puede otorgarnos la paz, pero nosotros podemos vivir unidos. ¡Aleluya!
Sólo Dios puede dar fortaleza, pero nosotros podemos ser el apoyo y consuelo de muchos. ¡Aleluya!
Sólo Dios es el camino, pero nosotros podemos enseñárselo a otros. ¡Aleluya!
Sólo Dios es la luz, pero nosotros podemos ser su lámpara. ¡Aleluya!
Sólo Dios puede hacer milagros, pero nosotros podemos llevar cinco panes y dos peces. ¡Aleluya!
Sólo Dios puede hacer lo imposible, pero nosotros podemos hacer todo lo posible. ¡Aleluya!
Sólo Dios puede bastarse a sí mismo, pero ha preferido necesitarnos a nosotros. ¡Aleluya!