

SANTIFICANDO EL DÍA DEL SEÑOR CUANDO NO PODEMOS ASISTIR A LA MISA



Para los cristianos, el domingo es un día como ningún otro día de la semana. Creemos que es el día de la fiesta original; el día del Creador; la Pascua semanal; el primer día; el octavo día; el día del don del Espíritu, de la luz de Cristo, de la fe; un día indispensable. Esta es la razón por la cual el domingo es el día principal en que los cristianos se reúnen para rezar y celebrar la Eucaristía.

Sin embargo, cuando esa reunión dominical no es posible de la manera habitual, aún podemos honrar el Día del Señor y marcarlo como un recordatorio de que, en Cristo, tenemos vida eterna. Al guardar este día santo, incluso cuando las circunstancias nos impiden estar juntos como parroquia, aún podemos estar espiritualmente unidos en oración y ser un signo para el mundo de que Cristo ha vencido la muerte.

Una manera significativa en que los cristianos han rezado cada día es a través de la Liturgia de las Horas, ya sea solos o en grupos. Esta antigua práctica, con orígenes en el Antiguo Testamento, continúa siendo una disciplina de oración diaria para las comunidades religiosas.

Incluso aunque no seamos parte de una comunidad religiosa, el solo rezar la Liturgia de las Horas especialmente los domingos puede ser una forma de sostenernos a nosotros mismo y sostenernos unos a los otros en oración común durante estos tiempos inusuales. La Liturgia de las Horas se puede rezar en cualquier lugar, solo o en comunidad. El líder de la oración puede ser cualquier cristiano; no necesita ser sacerdote o diácono. Lo único que necesitará es una Biblia o acceso a la Internet para encontrar los pasajes de las Escrituras.

La Liturgia de las Horas tiene dos partes. La primera parte alaba al Padre a través de Cristo que consiste en lecturas orantes o con el canto de los salmos y cánticos (pasajes poéticos de la Biblia) y un pasaje de las Escrituras. Habiendo recordado las bendiciones de Dios, la segunda parte nos invita a ofrecer oraciones por nosotros y por el mundo.

Hay dos momentos específicos para rezar la Liturgia de las Horas. Cuando sale el sol en el día, rezamos la oración de la mañana para honrar al Cristo resucitado. Y a medida que el sol se oculta, rezamos la oración de la noche para recordar el amor de Cristo por nosotros en su muerte en la Cruz. No hay hora exacta para rezar estas "horas", siempre y cuando la hagan en torno a esas horas. Usted puede rezar las dos horas el domingo o solo una de ellas según lo permita su horario. El recurso adjunto es una versión adaptada de la Liturgia de las horas utilizada por la Iglesia católica.

Además de la oración, nosotros podemos santificar el Día del Señor haciendo obras de misericordia. Algunas se pueden hacer incluso cuando uno no puede reunirse con otros: ya sea escribiendo una nota o llamando a un amigo o a un miembro de su familia que podría sentirse solo en ese día; donar dinero a organizaciones que ayudan a los necesitados; hacer de la comida algo especial; leer o crear algo hermoso.

Durante este tiempo inusual de crisis, lamentamos que muchos no puedan reunirse para la eucaristía dominical. Ofrezcamos nuestra hambre y tristeza en solidaridad con los que nos rodean alrededor del mundo quienes regularmente pasan sin la eucaristía dominical por enfermedad, falta de ministros, o aislamiento. Que Cristo que está presente dondequiera que dos o tres se reúnan en su nombre, nos traiga sanación, paz y nos una en su Espíritu de amor.

ORACIÓN DE LA MAÑANA ADAPTADA: CUARTO DOMINGO DE CUARESMA, AÑO A



Página de preparación

Artículos necesarios:

- Una copia de este script
- Una biblia o tener acceso a una biblia en línea
- Si usted reza en grupo, necesitara copias de este script para cada persona

Artículos opcionales que podrían realzar su oración:

- Una mesa con un paño purpura
- Una vela encendida, una cruz, otros artículos, tales como materiales gráficos, imágenes, o estatuas en la mesa
- Un espacio de oración silencioso
- Un diario para escribir sus reflexiones

Si usted reza en grupo, se pueden asignar diferentes funciones:

- Líder (no necesita ser un sacerdote o diacono)
- Lector de la Escritura
- Lector de las peticiones

Música opcional:

Varias editoriales proveen grabaciones de música litúrgica en línea gratuita. Estos enlaces pueden ayudar a realzar su oración en casa durante la Cuaresma:

- [Oregon Catholic Press tiene grabaciones para Cuaresma \(YouTube\)](#)
- [GIA y World Library Publications tienen grabaciones de piano para el Cuarto Domingo de Cuaresma \(Necesitara una cuenta gratuita de Spotify\)](#)
- [GIA y World Library Publications tienen grabaciones de órgano para el Cuarto Domingo de Cuaresma \(Necesitara una cuenta gratuita de Spotify\)](#)

Preparase antes de comenzar:

- Marque los pasajes que necesitara en su biblia* o tenerlos listos en línea.
- Silencie su celular y otros objetos que puedan interrumpir su tiempo de oración
- Opcional: Encienda una vela, acomode la cruz y otros artículos sobre la mesa
- Si usted reza en grupo, asigne las diferentes funciones si lo desea, y distribuya las copias del script.

*Como encontrar versículos en la Biblia: La Biblia está dividida en diferentes libros. Cada libro tiene diferentes capítulos y secciones pequeñas de cada capítulo que están enumerados en versos. Las referencias a los pasajes bíblicos están de esta manera

Nombre de los libros en la Biblia, después los capítulos y los versículos

Por ejemplo, Ezequiel 34, 12-14 indica que el pasaje está en el libro de Ezequiel, capítulo 34, versículo 12 al 14. Utilice el índice de su biblia para encontrar el libro de Ezequiel. (Si hay un número antes del nombre del libro, como "1 Pedro," eso simplemente significa que existe más de un libro con ese título, "Pedro." Solo busque por "1 Pedro.") Después diríjase al capítulo 34 de ese libro. Después, busque los números pequeños al comienzo de cada frase o sección y encuentre el número 12. Empiece a leer la frase inmediatamente después del número 12 hasta el final de esa frase o sección marcada número 14.

ORACIÓN DE LA MAÑANA ADAPTADA: CUARTO DOMINGO DE CUARESMA, AÑO A



✠ ACOGIDA ✠

Toque música para calmar sus corazones (vea los enlaces de las grabaciones); o permanezca algunos minutos en silencio.

(de pie)

INVOCACIÓN INICIAL

Todos hacen la señal de la Cruz cuando comienza el líder.

LIDER: Dios mío, ✠ ven en mi auxilio.

TODOS: Señor, date prisa en socorrerme.

Cuando el líder diga, “Gloria al Padre,” todos se inclinan en su capacidad. Después todos se levantan y dicen, “Como era en el...”

LIDER: *(inclinarse)* **Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.**

TODOS: *(de pie)* Como era en el principio, ahora y siempre, por los siglos de los siglos. Amén.

✠ ALABANZA ✠

(se sientan)

SALMO [Salmo 117 \(Hacer un clic aquí para el texto en línea\)](#)

Utilizando su biblia o el enlace de arriba, proclame el pasaje en voz alta. Si está en un grupo, el líder puede alternar la lectura de cada verso con el resto del grupo.

SILENCIO

Tome algunos minutos en silencio. El Santo silencio nos da la oportunidad de abrir nuestros corazones a la voz del Espíritu y une nuestras oraciones individuales a la voz pública de la Iglesia. Escucha lo que el Espíritu te está diciendo en tu corazón.

CÁNTICO [Daniel 3:52-56 \(Hacer un clic aquí para el texto en línea\)](#)

Si reza en grupo, el líder lee la primera línea de versículo y después todos responden: “Alabado y ensalzado eternamente.” Por ejemplo:

LIDER: Bendito sea el Señor, Dios de Israel:

TODOS: Alabado y ensalzado eternamente.

ORACIÓN DE LA MAÑANA ADAPTADA: CUARTO DOMINGO DE CUARESMA, AÑO A



SILENCIO

Tome algunos minutos en silencio y alaba a Dios en tu corazón.

LECTURA

Elija una de las lecturas a continuación y proclámela en voz alta.

- [1 Samuel 16:1, 6-7, 10-13 \(primera lectura en este enlace\)](#)
- [Efesios 5:8-14 \(segunda lectura en este enlace\)](#)
- [Nehemías 8:9-10 \(haz un clic aquí\)](#)

REFLEXIÓN

Tome algunos minutos en silencio. Reflexione una de estas preguntas silenciosamente, escriba un diario al respecto o comparta con su grupo:

- ¿Cómo Dios te ha ungido con bendiciones en tu vida?
- ¿A dónde llevarías la luz de Cristo al mundo hoy en día?
- ¿Por qué estás triste hoy día? Entrega ese sufrimiento al Señor, y pídele al Espíritu Santo que lo transforme en alegría.

(de pie)

CÁNTICO EVANGÉLICO

Todos hacen la señal de la Cruz y rezan el Benedictus en voz alta.

TODOS: Bendito ✠ sea el Señor, Dios de Israel,
porque ha visitado y redimido a su pueblo,
suscitándonos una fuerza de salvación
en la casa de David, su siervo,
según lo había predicho desde antiguo
por la boca de sus santos profetas.

Es la salvación que nos libra de nuestros enemigos,
y de la mano de todos los que nos odian;
ha realizado así la misericordia
que tuvo con nuestros padres,
recordando su santa alianza
y el juramento que juró a nuestro padre Abraham.

ORACIÓN DE LA MAÑANA ADAPTADA: CUARTO DOMINGO DE CUARESMA, AÑO A



TODOS: Para concedernos que, libres del temor;
arrancados de la mano de los enemigos,
le sirvamos con santidad y justicia,
en su presencia, todos nuestros días.

Y a ti, niño, te llamaran profeta del Altísimo,
porque irás delante del Señor
a preparar sus caminos,
anunciando a su pueblo la salvación
el perdón de sus pecados.

Por la entrañable misericordia de nuestro Dios,
nos visitará el sol que nace de lo alto,
para iluminar a los que viven en tiniebla
y en sombra de muerte,
para guiar nuestros pasos
por el camino de la paz.

✠ PETICIONES ✠

PETICIONES

LECTOR: Dios bondadoso, tú que ves en nuestros corazones; mira nuestro dolor durante este tiempo de separación y transforma nuestras tristezas en alegría. Roguemos al Señor:

TODOS: Enciende en nuestros corazones el fuego de tu amor.

LECTOR: Dios misericordioso, tú que has hecho este día tuyo, llenándolo con la luz de tu Hijo; ayúdanos a llevar esa luz a aquellos que se encuentran solos. Roguemos al Señor:

TODOS: Enciende en nuestros corazones el fuego de tu amor.

LECTOR: Dios sanador, tú que ves y cuidas de todos los olvidados; fortalece a los doctores; enfermeras y a todos los que velan por nuestras necesidades. Roguemos al Señor.

TODOS: Enciende en nuestros corazones el fuego de tu amor.

ORACIÓN DE LA MAÑANA ADAPTADA: CUARTO DOMINGO DE CUARESMA, AÑO A



LECTOR: Dios bondadoso, tú que nos unes a todos con el amor del Espíritu; sana nuestras divisiones y alivia nuestros corazones inquietos para que podamos ser un signo de paz para el mundo. Roguemos al Señor.

TODOS: Enciende en nuestros corazones el fuego de tu amor.

Agregue sus propias peticiones, si lo desea.

PADRENUESTRO

Todos rezan juntos el Padrenuestro en voz alta.

ORACIÓN CONCLUSIVA

LIDER: Dios de paz,
nuestros corazones están inquietos y atribulados
por lo que ha perturbado nuestras vidas.
No obstante, sabemos que
en ti está la verdadera paz y alegría;
en ti está la gracia y la sanación.
Que vivamos este santo día con fe en tu Hijo,
Jesús, quien nos muestra el camino hacia la paz.
Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor.

TODOS: Amén.

BENDICIÓN FINAL

Todos hacen la señal de la Cruz cuando el líder dice:

LIDER: Que el Señor nos bendiga, ✠ nos guarde de todo mal,
y nos lleve a la vida eterna.

TODOS: Amén.