JOC Juventud Obrera Cristiana

AC+ general jóvenes

DEL 9 AL 12 DE ABRIL

PASCUA 2020

CADA UNO EN SU CASA Y DIOS
EN LA DE TODOS

#ORANDO
CONFI(N)ADOS

#JOCYACGENCASA

#PASCUAENCUARENTENA

Manual para vivencia y disfrute de la Pascua en casa

Este año la situación es distinta. No podemos reunirnos físicamente alrededor de la mesa, alrededor de la cruz, alrededor del fuego… Pero podemos sentir y crear comunidad a través de la oración y la reflexión, partir y compartir con nuestros hermanos.

Si tienes la oportunidad, busca momentos en el día para sentarte, parar y vivir la Pascua y Resurrección de Jesús. Piensa en estos materiales como recursos y herramientas. No es necesario que los hagas completos, ni en el orden establecido. **Úsalos tal y como tu corazón te pida.**

Tan importante como el momento de oración es **preparar el ambiente**, para poner en disposición el cuerpo, ayudarnos a tranquilizar la mente y conectar con Dios Padre y Madre.

Escoge un lugar de tu casa en el que puedas crear un ambiente de silencio y tranquilidad. Puedes encender incienso, una vela, tener visible una cruz, etc. y tomar conciencia de que ese espacio es ahora un pequeño templo.

Si te apetece hacer un momento de oración mas largo, recuerda coger un poco de agua, tu cuaderno y tener la Biblia cerca. Piensa en todos los textos que puedas necesitar y ponlos al acance de ti.

Si quieres, invita a alguien que conviva contigo a este remanso de paz que has creado para ti, para vosotras.

Justo antes de sentarte, enciende la vela. Es momento de comenzar.

Compartiendo…

Para generar un compartir sencillo y abierto de esta experiencia, lo haremos a través de instagram. Cada día publicaremos una de las canciones o vídeos de cada día y os propondremos una reflexión para que podamos compartir a través de una foto, un vídeo, un dibujo, una frase… en publicación o en las historias. Cuando lo subas menciónanos a JOC-Aragón (@joc.aragon) y a Jóvenes de ACG Zaragoza (@jovenesacgzgz) y, si te apetece, utiliza los hastag #orandoconfi(n)ados #pascuaencuarentena #jocyacgencasa. ¡Síguenos si aún no lo has hecho!

ITINERARIO

Pág. 03 | JUEVES SANTO: El amor revolucionario

Pág. 06 | VIERNES SANTO: El misterio de la Cruz

Pág. 08 | SÁBADO SANTO: Una oportunidad para recordar

Pág. 10 | DOMINGO DE RESURRECCIÓN: Era verdad, ¡ha resucitado!

Preparamos el corazón…

La experiencia nos dice que si somos queridos, valorados, escuchados crecemos como personas; mientras que el individualismo y la búsqueda del poder (personal o social) son fuente de sufrimiento o futuro incierto para muchas personas y pueblos.

Jesús se encontró con situaciones similares a las nuestras: enfermos, niños, viudas, extranjeros, mujeres, gente sencilla del pueblo excluido, que no eran objeto del amor de nadie (ancianos, personas con trabajos precarios, migrantes, víctimas de la especulación, pueblos del Sur…). Su experiencia del amor del Padre le impulsó a vivir y contagiar dinámicas personales y sociales, arraigadas en el amor y la solidaridad. No tuvo mucho éxito, pero quiso celebrar lo que fue su persona, el plan que Dios le había confiado, y así en una Cena de Despedida les dejó el núcleo de su vida: el amor servicial, hasta ser capaz de arriesgar la vida por el otro.

Lo simboliza en un par de gestos sencillos de amor, pero profundamente revolucionarios. Primero, se ciñe la toalla y lava los pies a sus amigos, tarea propia de mujeres y siervos en la época. Después, toma pan y vino, los parte y reparte como símbolo de vida compartida hasta en lo más esencial. "Haced esto en memoria mía", es decir, "vivid como yo he vivido". **Dios es amor, Dios consiste en amar. Es Jueves Santo.**

Este año recordamos los últimos días de Jesús en una circunstancia extraordinaria: la cuarentena, separados físicamente de gran parte de nuestros seres queridos y de nuestra comunidad, viviendo situaciones de lo más inesperadas y complejas (enfermedad, soledad, inestabilidad y precariedad laboral y en los estudios…). **Pero podemos hacer de la dificultad, escenario de la revolución: como Jesús.** Que no veamos el dolor, no quiere decir que no esté ahí. En nuestra vida hay muchas personas que necesitan, hoy más que nunca, ser amadas, ser cuidadas, compartir la vida. Hoy el lavatorio de pies puede ser una larga llamada, una bolsa de comida dejada en la puerta con una nota cariñosa… la Eucaristía, prepararles la comida a los tuyos, una sobremesa eterna en familia y conversar desde el corazón todo eso que nunca nos atrevemos a decir.

ESCUCHAMOS A DIOS DESDE LA VIDA…

"Jesús, reconozco que muchas veces me incomoda esto de ser creyente. Me exige compromiso, esfuerzo, coherencia, y me hace sentir dolor ante historias que no me plantearía si tú no me las mostraras. Creer en Ti es creer que otra historia es posible. Y Tú, empeñado en creer en mí, me envías a que escriba esa historia con mis manos. Pero yo no lo sé hacer, me siento pequeña. Me cuesta ver qué quieres de mí. Y a veces, hago oídos sordos a Tu Palabra, huyendo de lo que me pueda comprometer.

Pero Tú no desistes y sigues apostando por gente como yo. El compromiso me molesta, me quita tiempo para mis cosas personales. No puedo improvisar una quedada con mis amigos, siempre hay algo planificado con antelación.

Además, conocerte me hace sentir rara en muchos espacios en los que me muevo. Descubro sinrazones en el comportamiento de las personas que me duelen: parejas que se hablan con desprecio, amigos que se utilizan para cubrir sus intereses, mujeres y hombres que buscan convertirse en objetos de deseo, fiestas de desfase en las que la dignidad se queda en la puerta, chismorreos que machacan y desprecian a gente querida... y a veces pienso si no sería mejor no darse cuenta de lo roto que está el mundo.

Tú no me dejas tranquila y me recuerdas que es escandaloso que exista gente que no sea nada ante los ojos de los demás. Me haces ver que eso puede ser también culpa mía, y me empeño en hacer oídos sordos a tu Palabra comprometedora. Construir la historia que Tú sueñas se me hace cuesta arriba, yo no sé hacerlo... Pero no me puedo negar. Apenas es nada lo que me pides comparado con lo que me ofreces a cambio: una vida llena de sentido. Me haces descubrir lo importante y eso hace que me sienta viva. Te tengo presente en todo momento, pues disfruto de cada regalo que me envías.

Aunque resulta duro abrir los ojos ante el dolor del mundo y reconocerme cómplice de dicho dolor, es una alegría mayor descubrir signos de esperanza en lo pequeño, en aquello que resulta insignificante pero a lo que Tú das significado de dignidad y grandeza. Te veo en todas partes. En cada persona estás Tú, volcando tu aliento y dando valor a lo que vive. Estás en mí, cuidando que mi mirada sea capaz de verte. Y cuanto más te veo, más sentido tiene seguir mirando, más sentido tiene la vida que brota de mí"

(María, militante de la JOC de Ciudad Real)

Escucha…
"Sigue Habiendo" (IXCIS)
y contempla en tu interior las vidas que vas trayendo a la oración.

LA PALABRA. Lavatorio de los Pies, Jn. 13, 1-15.

Dejo que la oración de María y la experiencia del lavatorio de los pies resuenen en mi corazón, hago mías esas experiencias y voy dejando emerger las mías propias.

TE PROPONEMOS PARA LA REFLEXIÓN…

¿Quiénes han sido las personas que más me han querido y me han enseñado a querer? ¿A quién considero mi comunidad?

Escribo sus nombres en un papel y doy gracias al Padre/Madre por tanto amor que recibo. Deja que el amor de Jesús, que nos llega a través de todas estas personas, te arrope, te cuide, te invada, te lave los pies y te impulse a ti a querer y cuidar a otros…

¿Qué personas son especialmente olvidadas por la sociedad/mundo? ¿Qué nombres me surgen de mi entorno cercano?

Pido perdón por las situaciones en las que hacía falta ceñirse la toalla y agacharse, lavar con el amor de Dios y sin embargo… he mirado para otro lado. En mi oración sitúo a estas personas en un sitio principal del banquete/cena al que nos invita hoy Jesús como sus amigos/as.

UNA PEQUEÑA ACCIÓN…

Jesús te llama, te interpela… «*os he dado ejemplo para que lo que yo he hecho con vosotros, vosotros también lo hagáis*». Es el momento.

Escucha…
"Te regalo"
(Carla Morrison)
y dedícasela a todas las personas que te han ido surgiendo.

¿A quién le lavarás los pies?
(pre)Ocúpate de esa persona.
Mima esa intimidad, procúrale el calor de tu cariño.
Llámala, escríbele, haz algo por ella, muéstrale que estás ahí, dispuesta para ella.

Quizás es una persona concreta, varias… de un grupo, un equipo, una acción… La llamada de Jesús es a un estilo de vida, este gesto es solo el primer paso… quizás se te ocurre cómo cuidarlo en adelante, cuando todo esto acabe…

UN GESTO SENCILLO…

Para terminar, haz presente en tu lugar de oración un poquito de pan y vino. Sienta a todas estas personas que has ido pensando a la mesa de tu corazón y **celebra** con ellos con este gesto. Si no lo has hecho ya, **invita también a tu familia o tus compañeros de piso** a compartir el pan y el vino. Haced las ofrendas, guardando bien hondo el significado de cada estrofa que recitáis y evocando el simbolismo que tiene para vosotros compartir el alimento, la bebida, el tiempo, el confinamiento, la vida…la **Eucaristía**.

Podéis compartirlo en voz alta, daos la paz y comed y bebed en recuerdo de Jesús y del resto de vuestra comunidad.

OFRENDA DEL PAN

Si no sabéis lo que se sufre desde la siembra hasta la cosecha, durante nueve meses al año, para recoger el trigo, moler el grano, amasar la harina…. y luego cocerlo en el horno para hacer el pan…

Si no sabéis la alegría que se siente al verlo nacer en otoño y hacerse espiga en primavera, para después segarlo en julio o agosto, y luego sacar el pan del horno cuando está bien dorado…

Si nunca os ha faltado pan en vuestra vida, si nunca habéis compartido el pan que os sobraba, si a veces tiráis el pan a la basura…

Si os coméis vuestro pan solos, en un rincón, si no invitáis nunca a nadie a vuestra mesa, si no tenéis niños, ni amigos, ni compañeros, si decís. "Cada uno a lo suyo! ¡Yo primero y los otros detrás…!"

Entonces, no podréis comprender por qué Jesús ha elegido este pan como signo de su entrega al mundo, para partir y compartir su Vida con todos nosotros, especialmente con los que se les ha negado este pan.

OFRENDA DEL VINO

Si no sabéis lo que se sufre, desde la poda hasta la vendimia, para cuidar la vid, hasta recoger los racimos de uva, pisarlos en el lagar, guardar la uva sin que se estropee.

Si no sabéis la alegría que se siente al vendimiar, cuando ya está madura en septiembre, al gustar el vino nuevo, al brindar juntos en familia o con los compañeros...

Si nunca habéis invitado a una copa, si nunca dais propina, si nunca habéis abierto una botella de buen vino para el amigo que viene…

Si no sabéis la alegría que se siente al echar una mano a otros, al trabajar en equipo, al vivir en solidaridad con muchas personas, al estar orgulloso de sus orígenes, sin avergonzarse de su clase…

Entonces, no podréis comprender por qué Jesús ha elegido este vino como signo más emotivo de su servicio desde abajo, libre y disfrutado por amor.

¿Con ganas de más? Lee… La cena pascual… (Lc 22, 14-20)

Vive… *"Reunirse para vivir la Eucaristía, ¿no es también reconocer que nuestra fe hunde sus raíces en la historia?*

Una Eucaristía que nos revela a un Dios que marcha con nosotros desde siempre, un Dios que tiene la iniciativa y nos precede...

Una Eucaristía que nos recuerda a Jesucristo muerto y resucitado, no como un acontecimiento del pasado, sino como un ser vivo que reúne hoy a su pueblo y le invita a pasar con él de la muerte a la vida...

Una Eucaristía que nos interpela acerca de nuestra fe en ese Reino de Dios ya presente en la obra del Espíritu; un Reino que estamos llamados a construir" (Cristine, militante JOC).

Ora… **¿A qué me invita el Padre y Madre Dios desde este texto del Evangelio y el testimonio de Cristine? ¿Cómo me planteo celebrar y vivir el sentido de la Cena del Señor?**

Escribo lo que he ido sintiendo y expreso en forma de oración mi petición, mi acción de gracias...

Escucha… Mi cuerpo es comida (Cristóbal Fones)

Mira… Te recomendamos peli del día: "Diarios de motocicleta" …muchos rasgos eucarísticos que podemos comentar en #cineforumEucaristico

El misterio de la Cruz

VIERNES SANTO

Preparamos el corazón...

Esta propuesta es una sugerencia para dedicar un momento de interiorización y acercarnos a la experiencia de la cruz, la propia y la de Jesús. Sé libre de utilizar otros vídeos, otras lecturas, otros salmos, etc. Se proponen tres momentos para este día, dos personales y uno comunitario, siempre en función de las posibilidades. El tercer momento, por ejemplo, se propone comunitario si se tiene la opción de que el equipo se junte telemáticamente. En todo caso, es recomendable mantener estas claves:

- Tener, al menos, un momento de silencio y de conexión con nuestro Padre y Madre del Cielo. Es posible combinar los dos momentos que se proponen en uno, utilizar uno de los dos vídeos o únicamente el texto, se puede hacer un Estudio del Evangelio con el texto de la Pasión (si se tiene costumbre de ello), etc. Es decir, es posible adaptar la dinámica si se quiere. Eso sí, dedicar al menos un momento del día para ello.

- Leer el texto de la Pasión, que es el que se lee en toda la comunidad cristiana. Ello nos conecta con todos los cristianos y cristianas del mundo que, hoy, celebran la Pasión de Jesús.

- Mantener la pregunta: ¿cuál es el Misterio de la Cruz para ti? Esa cruz que, reconocemos salvadora, es un misterio. Cómo se actualiza ese misterio, esa realidad de la cruz salvadora, en mí es un punto crucial en la experiencia creyente. Esta puede ser la pregunta a poner en común en el equipo si se tiene opción. También es la pregunta de fondo sobre la que puede girar la reflexión personal del día, la oración, la meditación...

En este templo se propone dedicar tres momentos este día (dos personales y uno comunitario) de Viernes Santo.

Primer momento

Comienza haciendo un momento de silencio. Conecta con tu propia respiración y mantén la atención en ella unos minutos. No permitas que tu atención se disperse y se vaya a cualquier pensamiento o sentimiento que surja. Simplemente, mantén la atención en la respiración, durante 10 minutos al menos. Siente que en esa respiración se manifiesta el Espíritu, que Él te va habitando. Eres una persona habitada por el Espíritu.

Después de este rato de interiorización, puedes visionar el vídeo *La crisis más grande*

Algunas cuestiones para la reflexión:

En Viernes Santo se manifiesta la realidad del fracaso.

- A nivel personal, **¿cuál es tu experiencia de fracaso?** Escribe en tu cuaderno hechos concretos que expresen esta experiencia al detalle que consideres.

- Cuando termines, relee las experiencias y después haz silencio. Respíralas sin reflexionar sobre ellas. Solamente, siéntelas; sabes que son tú. Sin miedo, sin culpa, con amor, asúmelas.

- Finaliza este momento escribiendo una oración. **¿Qué le dices al Dios, Padre y Madre, que te escucha?**

Segundo momento

Comienza haciendo un momento de silencio. Conecta con tu propia respiración y mantén la atención en ella unos minutos. No permitas que tu atención se disperse y se vaya a cualquier pensamiento o sentimiento que surja. Simplemente, mantén la atención en la respiración, durante 10 minutos al menos. Siente que en esa respiración se manifiesta el Espíritu, que Él te va habitando. Eres una persona habitada por el Espíritu.

Después de este rato de interiorización, puedes visionar el vídeo *Caminos de cruz*.

Algunas cuestiones para la reflexión:

Antes hemos observado la propia cruz, nuestros fracasos. Ahora dedicamos este momento a reconocer otros caminos de cruz.

Piensa en tu ambiente cercano, en la familia, en las amistades, en el entorno de trabajo o estudios, en el barrio, en otras realidades y situaciones concretas que conoces que se están dando o de las que comienzas a ser consciente.

Escribe en tu cuaderno los hechos concretos, los nombres de las personas, expresa su sufrimiento.

LA PALABRA: La Pasión de Jesús, Jn 18,1-19,42

Lee el texto. Es el texto de la pasión de Jesús. Fíjate en Él, en lo que dice, en cómo actúa, en cómo se sitúa. Anota todo aquello que descubres de Jesús en ese momento donde Él experimenta un sufrimiento máximo.

Finaliza con una oración. Para ello te sugerimos una pregunta: ¿cuál es el Misterio de la Cruz para ti?

Tercer momento

Este momento se propone, sobre todo, en el caso de que puedas tener algún tipo de encuentro telemático en el equipo de militantes. Pero además, puede ser buen momento para juntarte con la familia o tus compañeros de piso, si aún no lo has hecho.

Se sugiere compartir la experiencia de Viernes Santo poniendo en común esa pregunta final realizada anteriormente:

¿cuál es el Misterio de la Cruz para ti?

Podéis finalizar este compartir recitando el Salmo 91 (90), sabiendo que la esperanza viene de lanzarnos al abrigo, al regazo, de Dios, Padre y Madre.

Una oportunidad para recordar

SÁBADO SANTO

Somos comunidad. Compartamos estos momentos unidas en oración, como parte de un mismo cuerpo, de un mismo Espíritu.

Para ponernos en situación

El alma que anda en amor, ni cansa ni se cansa
El alma que anda en amor (Taizé)

LA PALABRA: Los discípulos camino de Emaús, Lc. 24, 13-35

Lee el texto del Evangelio y estas reflexiones. Ve dejando que tu propia reflexión brote en tu corazón, puedes escribirla, subrayar aspectos que te llamen la atención…

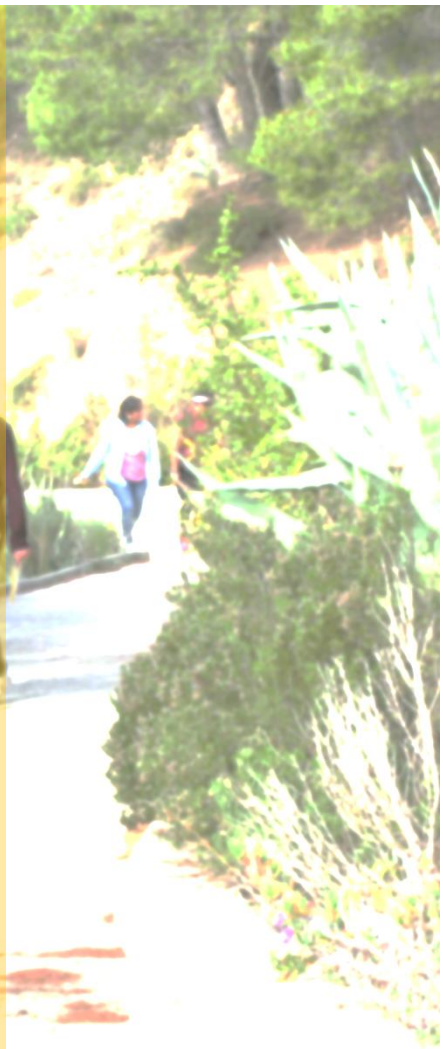
Una reflexión sobre el texto…

Los discípulos camino de Emaús, eran Cleofás y su mujer. Hombre y mujer, paradigma de la humanidad sintiendo desolación e incertidumbre. Actualmente, el mundo entero se encuentra en esta misma situación también. Sentimos incertidumbre de lo que pasará, miedo a contagiarnos, a que nuestra familia o nuestros amigos enfermen, a que empeoren situaciones que ya eran precarias. Por eso nos podemos identificar con ellos, caminando, asustados y confundidos, sin reconocer a Jesús en el camino.

Este momento de Pascua es de sufrimiento, dolor y tristeza. Es tiempo de cruz.

Pero no podemos quedarnos ahí, en el sufrimiento de la cruz, en el dolor que genera esta pandemia, porque entonces habrá supuesto un fracaso. Jesús nos invita a tomarlo como una oportunidad de aprendizaje, una oportunidad de amor y entrega. Cleofás y su mujer dejan entrar en su casa a Jesús, lo dejan entrar en su mundo. Así Jesús, no habrá muerto en vano. Así resucitará en nuestras casas, en nuestro mundo.

Esta situación de aislamiento que nos ofrece la pandemia, nos da la oportunidad de repensar la vida. Es una oportunidad para recordar. Recordar significa volver a pasar por el corazón, volver a vivir. Recordar el tiempo con Jesús y como Él nos ama.



Evangelii Gaudium, 278

La Fe es también creerle a Él, creer que es verdad que nos ama, que vive, que es capaz de intervenir misteriosamente, que no nos abandona, que saca bien del mal con su poder y con su infinita creatividad. Es creer que Él marcha victorioso en la historia «en unión con los suyos, los llamados, los elegidos y los fieles» (Ap 17,14). Creámosle al Evangelio que dice que el Reino de Dios ya está presente en el mundo, y está desarrollándose aquí y allá, de diversas maneras: como la semilla pequeña que puede llegar a convertirse en un gran árbol (cf. Mt 13,31-32), como el puñado de levadura, que fermenta una gran masa (cf. Mt 13,33), y como la buena semilla que crece en medio de la cizaña (cf. Mt 13,24-30), y siempre puede sorprendernos gratamente. Ahí está, viene otra vez, lucha por florecer de nuevo. La resurrección de Cristo provoca por todas partes gérmenes de ese mundo nuevo; y aunque se los corte, vuelven a surgir, porque la resurrección del Señor ya ha penetrado la trama oculta de esta historia, porque Jesús no ha resucitado en vano. ¡No nos quedemos al margen de esa marcha de la esperanza viva!

Escucha…

Sólo el amor (Silvio Rodríguez)

Recursos extra para la reflexión:

Evangelii Gaudium, 276.

Homilia del Papa Francisco, 27 de marzo

TE PROPONEMOS PARA LA REFLEXIÓN…

- ¿Qué palabra de Jesús resuena en ti? ¿Cuál necesitarías oír en estos momentos?
- ¿Qué palabra de Jesús es necesaria en estos tiempos y en este mundo que estamos viviendo?
- ¿Dónde reconoces a Jesús en esta casa/mundo? ¿Cómo hacer para que en esta casa/mundo sea Pascua?

Piensa en cómo haces para invitar a Jesús a tu casa, a tu mundo. Piensa en algo concreto, un gesto, un momento, un objeto que observes…. **Comparte tu forma de hacer presente a Jesús con tu equipo, si tienes la oportunidad.**

Termina escuchando…
Me amó y se entregó por mi
Nubia Celis (Verbum Dei)

Preparamos el corazón…

El Señor se despierta para despertar y avivar nuestra fe pascual. Tenemos un ancla: en su Cruz hemos sido salvados. Tenemos un timón: en su Cruz hemos sido rescatados. Tenemos una esperanza: en su Cruz hemos sido sanados y abrazados para que nadie ni nada nos separe de su amor redentor. En medio del aislamiento donde estamos sufriendo la falta de los afectos y de los encuentros, experimentando la carencia de tantas cosas, escuchemos una vez más el anuncio que nos salva: ha resucitado y vive a nuestro lado.

Tomado de la oración del Papa Francisco el 27.03.2020

Vemos el video:
"Carta del coronavirus"

LA PALABRA

«Era verdad, HA RESUCITADO el Señor y se ha aparecido a Simón. Y ellos contaron su EXPERIENCIA en el camino a Emaús y cómo le habían reconocido al partir el pan…»

(Lc 24,34-35)

Evangelio del día: Jn. 20, 1-9

TE PROPONEMOS PARA LA REFLEXIÓN…

Lee estas citas y guía tu reflexión con las preguntas…

La resurrección es una experiencia, que se nos ofrece a todas las personas. Así lo va explicitando el Evangelio de Juan, vida nueva y plena para las personas que se iban adhiriendo al seguimiento de Jesús: En Samaria (espacio de una fe diferente a la judía). *"El agua que yo le daré…"* (Jn 4,14). **¿Lo que nos parece que surge de nuestro interior, es de nuestro patrimonio o nos ha sido regalado? ¿Cómo sacio mi sed de Vida Nueva y distinta?**

Puedes terminar escribiendo y compartiendo una pequeña oración personal.

En el templo (espacio de la religión oficial). *"Se enteró de que lo habían expulsado…"* (Jn 9,34-38). Ahora lo veo claro; es Jesús quien me ha tocado. **Lo que más me ayuda a Ver y a Seguir el PROYECTO de Jesús es…**

En la casa de los amigos (espacio de las relaciones interpersonales). *"Jesús le dijo: yo soy la resurrección y la vida…"* (Jn 11,25-46).

Cuando he logrado que otras personas me quiten la "venda" de los ojos y me suelten "las ataduras" de mis pies y de mis manos, ***puedo reflexionar sobre…. y salir a la acción con…***