

EL DESCANSO
NUESTRO
DE CADA DÍA

Domingo 14 - A.

EL DESCANSO NUESTRO DE CADA DÍA

Domingo 14º - A.

RITOS INICIALES

Presentación.-

Vivimos agobiados y aplastados por la tarea de cada día.

Muchas veces vivimos como robots. Hacemos las cosas sin pensar. No nos queda un rato para dedicarlo al descanso, o a reflexionar.

Jesús nos dice en el Evangelio de hoy: " Venid a mi todos los que estáis cansados y agobiados que yo os aliviaré. Mi yugo es suave y mi carga ligera ".

Sin embargo entre nosotros usamos otras expresiones: " El trabajo nos lleva todo el día ". " Si queremos estar al día hay que estudiar o trabajar sin descanso, no podemos perder un minuto... "Nos faltan horas en el día para poder sacar adelante nuestras familias " " No queda un rato para nada y menos para pensar ".

En esta Celebración de hoy vamos a acercarnos a Dios con sencillez y con tranquilidad. Vamos a intentar pensar un poco en nuestras vidas y descansar un rato junto a Dios.

Canto.-

Saludo del Sacerdote.-

Que Dios, Padre Cariñoso, Jesús, el sencillo de corazón y el Espíritu de Amor estén con nosotros

RITO DEL PERDÓN

Nosotros vivimos agobiados y aplastados por la tarea de cada día. La sociedad nos roba el tiempo y no tenemos un momento para descansar y pensar.

Al comenzar esta celebración nos acercamos a Dios para pedirle perdón.

* Nuestras preocupaciones nos agobian y no nos dejan acercarnos a Dios. **Señor, ten piedad.**

* La tarea de cada día llena toda nuestra vida y nos ocupamos poco de la familia y los amigos. **Cristo, ten piedad.**

* Los días de descanso los empleamos muchas veces en olvidarnos de los problemas, pero los cargamos con otra agitación y nos olvidamos de Dios. **Señor, ten piedad.**

Dios es un Padre generoso y nos perdona siempre. Pero quiere vernos tranquilos y no tan cargados por los problemas de la vida.

Dios misericordioso tiene piedad de nosotros, perdona nuestros pecados y nos lleva a la vida eterna. Amén.

GLORIA

Dios nos ha perdonado. Nos sentimos alegres y liberados de un peso sobre nuestras vidas. Nos sentimos aliviados. Por eso todos a una le decimos: **Gloria a Dios en el cielo** (Le cantamos)

ORACIÓN

Señor, queremos rezar y hablar contigo,
pero nos sentimos cansados y agobiados.
Tú nos entiendes, Señor,
porque también Tú te cansaste
cuando acogías y ayudabas a todos,
y por eso te retirabas a descansar y orar en la soledad.
Venimos hoy, a buscar descanso y alivio junto a Ti.
Queremos estar un rato contigo,
para encontrarnos con nosotros mismos,
y encontrar así, el descanso y la alegría de la vida.
Ayúdanos, Señor.

Te lo pedimos
por Jesucristo Nuestro Señor.

A m é n

ENCUENTRO CON LA PALABRA DE DIOS

PRIMERA LECTURA

Monición.-

La alternativa que Dios nos ofrece para ser felices es la sencillez y el amor, frente al poder, a las armas y la violencia.

Lectura del Profeta Zacarías. 9, 9-10

Así dice el Señor:

Alégrate, hija de Sión;

canta, hija de Jerusalén;

mira a tu rey que viene a ti

justo y victorioso,

modesto y cabalgando en un asno,

en un pollino de borrica.

Destruirá los carros de Efraín,

los caballos de Jerusalén,

romperá los arcos guerreros,

dictará la paz a las naciones.

Dominará de mar a mar,

desde el Eufrates hasta los confines de la tierra.

Palabra del Señor.

A C L A M A C I Ó N * S A L M O

Todos:- Si estáis cansados, Yo os aliviaré.

Venid a un sitio tranquilo,
un lugar retirado del ruido agobiante,
un lugar apropiado para encontrarnos con Dios,
un sitio adecuado para reparar las fuerzas.

Todos:- Si estáis cansados, Yo os aliviaré.

Descansad un poco, sosegaos un rato.
Que se serene el cuerpo y el espíritu,
haciendo un alto en el camino,
tomando un descanso para reparar fuerzas.

Todos:- Si estáis cansados, Yo os aliviaré.

Estamos cansados y agobiados,
soportando el peso del trabajo y la responsabilidad,
pendientes de la familia y los compromisos,
pero vamos a descansar y reparar fuerzas.

Todos:- Si estáis cansados, Yo os aliviaré.

SEGUNDA LECTURA

Monición.-

Por la fe nos unimos a Jesús, estamos en el buen camino. Ayudados por el Espíritu debemos seguir los valores auténticos.

Lectura de la Carta de San Pablo a los Romanos.

8, 9. 11-13

Hermanos: Vosotros no estáis en la carne, sino en el espíritu, ya que el Espíritu de Dios habita en vosotros. El que no tiene el Espíritu de Cristo, no es de Cristo.

Si el Espíritu del que resucitó a Jesús de entre los muertos habita en vosotros, el que resucitó de entre los muertos a Cristo Jesús vivificará también vuestros cuerpos mortales por el mismo Espíritu que habita en vosotros.

Por tanto, estamos en deuda, pero no con la carne para vivir carnalmente.

Pues si vivís según la carne, vais a la muerte; pero si con el espíritu dais muerte a las obras del cuerpo, viviréis.

Palabra de Dios

E V A N G E L I O

Monición.-

 Mi yugo es llevadero y mi carga ligera, nos dice Jesús. Si amamos a alguien no nos resulta duro ni difícil estar a su lado y seguirle.

Lectura del Santo Evangelio según San Mateo. (11,25-30)

En aquel tiempo Jesús exclamó:

Te doy gracias, Padre,

Señor de cielo y tierra,

porque has escondido estas cosas

a los sabios y entendidos

y las has revelado a la gente sencilla.

Sí, Padre. Así te ha parecido mejor.

Todo me lo ha entregado mi Padre,

y nadie conoce el hijo más que el Padre,

y nadie conoce al Padre, sino el Hijo

y aquel a quien el Hijo se lo quiere revelar.

Venid a Mi todos los que estáis cansados y agobiados

y Yo os aliviaré.

Cargad con mi yugo y aprended de Mi,

que soy manso y humilde de corazón,

y encontraréis descanso.

Porque mi yugo es llevadero

y mi carga ligera.

Palabra del Señor.

Guión de homilía:- " Saber descansar ".

Estamos viviendo en la sociedad de las prisas, de la rapidez, de la falta de tiempo libre y de descanso.

Llevamos un ritmo de trabajo duro, que nos va gastando. Por eso, al llegar esta época, se recibe con inmensa alegría el tiempo de las vacaciones y de descanso.

Esperamos liberarnos de la tensión, el agobio, el desgaste y la fatiga que se han ido acumulando a lo largo del año.

Pero, ¿ Basta con recuperar las fuerzas físicas, y olvidar los problemas y conflictos de cada día, metiéndonos en un mundo de ruido, de fiestas, romerías o playas abarrotadas ?

A veces ocurre que, al volver de las vacaciones, hemos cambiado de ocupación, pero no hemos descansado.

Hemos salido del ruido de la fábrica y la ciudad, pero hemos caído en el alboroto de las fiestas o locales abarrotados de gente.

Hemos salido del estrés del trabajo, pero hemos caído en el problema de no tener tiempo para acudir a todos los compromisos de las vacaciones.

Jesús nos ha dicho en el Evangelio: " Venid a Mi, todos los que estáis cansados y agobiados y Yo os aliviaré ".

Esto nos suena a música celestial, pero creo que pensando en ello y consiguiendo llevarlo a la práctica es una realidad.

Para descansar, necesitamos en primer lugar, encontrarnos con nosotros mismos, con sencillez y con honradez. Necesitamos ratos para buscar el silencio, la calma, la tranquilidad, que a menudo nos faltan durante el año.

Tenemos que descubrir que una vida intensa y bien vivida, no es una vida agitada.

El sentido de nuestra vida no se agota con llenarla de trabajos, de preocupaciones. No se agota amontonando dinero, éxitos o placeres.

La vida se nos presenta más agradable y llevadera, si sabemos llenarla, también, del cariño de una mujer, un marido, unos hijos, de la amistad de unos buenos amigos, del compañerismo, de la alegría compartida. En una palabra de todas esas cosas que nos ayudan a disfrutar, descansar y ser felices.

Lo hemos escuchado en la Primera Lectura: " He aquí lo que yo he hallado de bien en este mundo: que es bueno comer, beber y disfrutar, en medio de tantos afanes con los que se afana el hombre, los contados días que Dios le concede ".

Además del trabajo y los afanes de la vida, necesitamos saber disfrutar de esos esfuerzos.

Necesitamos buscar esos otros valores de los que hablábamos hace poco. Necesitamos acercarnos a Dios, acercarnos a Jesús que es la fuente y el ejemplo de la alegría, la felicidad, el cariño, la amistad

Por eso nos dice: " Venid a Mi que yo os aliviaré "

Y no nos aliviará realizando Él nuestras tareas, sino porque se nos harán mas llevaderas sabiendo disfrutar de sus frutos.

ORACIÓN DE LOS FIELES

Estamos hablando de descanso, reposo, pero muchas veces el trabajo nos agobia y aplasta, y hay muchos que nunca tienen un rato de descanso y de alivio. Vamos a pedir a Dios por todos.

1.- Te pedimos por el Papa y los Pastores que dirigen la Iglesia, para que, recogiendo las enseñanzas de Jesús, no pongan cargas pesadas ni mandatos complicados sobre los creyentes. **Roguemos al Señor.**

2.- Te pedimos por los dirigentes de los pueblos, para que hagan cada vez más llevadera la convivencia social sin complicarla por sus caprichos o egoísmos. **Roguemos al Señor.**

3.- Te pedimos por todos los que viven cansados y agobiados, aplastados por las injusticias de los demás, para que un día vean una luz de esperanza al final del duro túnel, y se encuentren con Jesús. **Roguemos al Señor.**

4.- Te pedimos por todos nosotros. La vida es dura y pesada, pero muchas veces la hacemos nosotros mismos, más dura y difícil por causa de nuestros egoísmos. Ayúdanos a colaborar con todos y hacer nuestras vida más llevadera y alegre. **Roguemos al Señor.**

Oremos.-

Todo esto y otras peticiones personales que cada uno hemos querido traer a esta celebración, te lo pedimos por Jesucristo, Nuestro Señor. Amén.

RITO DE OFRENDAS

ORACIÓN

Te presentamos, Señor,
el vino y el pan para la Eucaristía.
Nos recuerdan el trabajo de cada día,
y la alegría y la convivencia feliz.
Junto a ellos, queremos presentar nuestras vidas:
Vidas cansadas y agobiadas,
vidas llenas de trabajos y preocupaciones,
pero vidas, también, alegres y felices,
vidas que buscan el descanso,
y la convivencia feliz con la familia y amigos.
Conviértelo todo en pan de Vida
y Bebida de Salvación.
Te lo ofrecemos
por Jesucristo Nuestro Señor.

A m é n.

LA GRAN PLEGARIA EUCARÍSTICA

El Señor esté con vosotros

Levantemos el corazón

Demos gracias al señor, nuestro Dios

PREFACIO.

Te damos gracias, Señor,

y queremos bendecir tu nombre,

con la sencillez de nuestras palabras humanas.

Porque, en lugar de alejarnos con tu poder y majestad,

te has manifestado cercano a todos,

bueno con todos y al alcance de los sencillos.

Has escondido los Misterios de tu Reino

a los sabios y entendidos

y los has revelado a los pobres y sencillos.

Tú no ocupas un puesto importante en nuestra sociedad,

ni las Comunidades Cristianas

son un pueblo de gente poderosa e influyente.

Tu tienes tu Vida y tu Reinado

entre la gente sencilla y de buena voluntad.

Jesús, extendió los brazos en la Cruz,

con la suprema libertad del que nada posee,

y así entró en tu Reino.

Nosotros , ahora, nos unimos a los santos,

y las personas sencillas y de buen corazón

para entonar un himno de alabanza

diciendo: **Santo, Santo, Santo**

CONSAGRACIÓN.

¡ Bendito el que viene en el nombre del Señor !.
Jesús, el rey humilde, la palabra sencilla de Dios.
En un mundo tan complicado y orgulloso,
¡ qué agradables nos parecen las cosas normales:
la palabra cariñosa de un amigo,
el trozo de pan y la comida sencilla en la mesa.

Envíanos tu Espíritu de sencillez,
para que nos santifique a todos,
y este pan y vino que traemos a la Eucaristía de hoy.
Jesús, la noche que iba a ser entregado
se reunió con sus amigos para Celebrar la Pascua.

Al comenzar la Cena, tomó un pan de la Mesa,
pronunció la Bendición y se lo repartió
diciendo:

Tomad y comed todos de él

Al termina la Cena, tomó un cáliz con vino
pronunció la Acción de Gracias,
y se lo pasó de mano en mano
diciendo:

Tomad y bebed todos de él

Este es el sacramento de nuestra fe

PRESENCIA.

Ahora estamos recordando y renovando
la Pasión, Muerte y Resurrección de Jesús.
Acepta, Padre, nuestra acción de gracias,
y nuestra intercesión humilde y sencilla por todos.
Hoy queremos pedirte por los hombres
y las cosas de cada día.

Te pedimos por el Papa
y los Pastores que dirigen la Iglesia.

Te pedimos por las familias
en las que hemos nacido y crecido.

Pedimos por las Comunidades Cristianas
que alimentan nuestra fe y nos apoyan en la lucha.

Pedimos por los vecinos con los que convivimos,
por los compañeros de trabajo.

Pedimos por los niños,
y por los ancianos solos y abandonados.

Haz que nos ayudemos todos a vivir en paz.

 Acuérdate de nuestros hermanos

y de nuestros familiares, amigos
y fieles difuntos de esta Comunidad.

Admíteles a todos en el hogar de tu Reino.

Ahora nos sentimos alegres, y todos unidos,
vamos a brindar con el pan y con el cáliz
que son ya el Cuerpo y la Sangre de Jesús,
diciendo con fuerza:

Por Cristo, con Él y en Él

COMPARTIMOS EL PAN Y LA PAZ

Padre Nuestro.-

Dios es nuestro Padre que nos acoge a todos como hijos y nos alivia del peso del trabajo de cada día. Jesús nos enseñó a dirigirnos a Él con una oración sencilla, que la aprendimos de niños y ahora vamos a repetirla diciendo : **Padre Nuestro**

Gesto de la Paz.

Muchas veces no vivimos en paz ni disfrutamos de la vida. La tarea diaria nos tiene agobiados y nos sentimos irritados y enfrentados a los demás.

Vamos a pedir a Dios que nos dé su Paz: esa paz que es fruto de la justicia, de la sencillez y de la tranquilidad del deber cumplido.

- **Que la Paz del Señor esté con todos nosotros**
- **Como amigos y hermanos nos deseamos la Paz.**

Compartimos el Pan.-

Cuando nos sentimos alegres, en paz, descansados, queremos celebrar una fiesta, nos reunimos las familias y amigos alrededor de una mesa. En esta Celebración nos hemos ido relajando, nos hemos acercados a Jesús, que nos ha aliviado de nuestras preocupaciones y ahora nos invita a su Mesa. Vamos a compartir su Comida.

- **Dichosos nosotros por haber sido invitados a su Comunión.**
- **Señor, no soy digno de que entres en mi casa**

Canto.-

ORACIÓN FINAL

El descanso es fiesta y alegría,
el descanso es amigos, grupo, encuentro.
Hacemos fiesta y descansamos,
porque así sentimos la vida y le damos sentido,
y así alegramos nuestra vida y la de los demás.
Hacemos fiesta y descansamos,
porque el amor que tenemos
nos impulsa a encontrarnos.
La fiesta, la alegría debe ser permanente.
La fiesta es vivir como hermanos y aplaudir a Dios.
Es sentirnos cercanos, encontrarnos y conocernos mejor.
Es vivir con alegría y dar sentido al trabajo.
Cada domingo hacemos la Fiesta con Jesús,
y en la semana prolongamos esa Fiesta de Dios.
La prolongamos en nuestras familias, en la calle,
entre los amigos y en el trabajo.
Así es la Fiesta de Dios,
y así debemos buscar nuestro descanso.

BENDICIÓN FINAL

Que nos acompañe la Bendición de Dios: Padre, Hijo y Espíritu
Santo. Amén

Domingo 14° A.

PRIMERA LECTURA

Monición.-

Muchas veces nos afanamos y no sabemos disfrutar. La palabra de Dios nos recomienda el trabajo, pero sabiendo disfrutar de sus frutos.

Lectura del Libro del Eclesiastés. (5, 12-19)

Hay un trabajoso afán que he visto debajo del sol:
riquezas guardadas para el mal de su dueño.
Se pierden estas riquezas en un mal negocio
y a los hijos no les queda nada en la mano.
Es un triste mal, que como vino a este mundo,
así ha de volverse, sin disfrutar nada,
y nada podrá llevarse en la mano de cuanto trabajó.
Pero, he aquí lo que yo he hallado de bien en este mundo:
que es bueno comer, beber y disfrutar,
en medio de tantos afanes con los que se afana el hombre,
los contados días que Dios le concede.
El alegrarse con las riquezas que Dios le concede
y la facultad de gozar de ellas
alegrándose con su parte, en medio de los afanes,
es, también, don de Dios.

Palabra de Dios.

Lectura del Libro del Eclesiastés 5,12-19

Hay un grave mal que yo he visto bajo el sol: riqueza guardada para su dueño, y que solo sirve para su mal, pues las riquezas perecen en un mal negocio, y a los hijos, no les queda nada en su mano.

Como salió del vientre de su madre, desnudo volverá, como ha venido; y nada podrá sacar de sus fatigas que pueda llevar en la mano.

También esto es grave mal: que tal como vino, se vaya; y ¿de qué le vale el fatigarse para el viento?

Todos los días pasa en oscuridad, pena, fastidio, enfermedad y rabia.

Esto he experimentado: lo mejor para el hombre es comer, beber y disfrutar en todos sus fatigosos afanes bajo el sol, en los contados días de la vida que Dios le da; porque esta es su paga.

Y además: cuando a cualquier hombre Dios da riquezas y tesoros, le deja disfrutar de ellos, tomar su paga y holgarse en medio de sus fatigas, esto es un don de Dios.

Porque así no recuerda mucho los días de su vida, mientras Dios le llena de alegría el corazón.

Palabra de Dios