

MARTES 24 DE MARZO

“Levántate, toma tu camilla y camina”

PRIMER MOMENTO: Prepara tu corazón para el encuentro

Para iniciar este momento de encuentro con el Señor de la Vida, lo primero, es **preparar el corazón**. Toma contacto con tu interior, ¿cómo llegas a este momento de oración? ¿Qué siente tu cuerpo y tu corazón en este momento? ¿Qué preocupaciones llenan tu mente? Mientras te vas relajando a través de tu respiración (lenta, pausada), ve dejando en las manos del Señor todo aquello que traes en tu mente y en tu corazón. Ponte en su presencia haciendo la señal de la cruz: “En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén”

SEGUNDO MOMENTO: Pide la GRACIA que deseas alcanzar hoy.

Hazte consciente de la presencia del Señor en este momento de encuentro con Él. Sintiéndolo cerca de ti pídele la gracia que deseas alcanzar en este momento de oración. Te sugerimos la siguiente petición: **“Señor, ayúdame a conocerte más profundamente para más amarte y seguirte mejor.”**

TERCERO MOMENTO: Lee el Evangelio según San Juan 5, 1-16

Se celebraba una fiesta de los judíos y Jesús subió a Jerusalén. Junto a la puerta de las Ovejas, en Jerusalén, hay una piscina llamada en hebreo Betsata, que tiene cinco pórticos. Bajo estos pórticos yacía una multitud de enfermos, ciegos, paralíticos y lisiados, que esperaban la agitación del agua. [Porque el Ángel del Señor descendía cada tanto a la piscina y movía el agua. El primero que entraba en la piscina, después que el agua se agitaba, quedaba curado, cualquiera fuera su mal.] Había allí un hombre que estaba enfermo desde hacía treinta y ocho años. Al verlo tendido, y sabiendo que hacía tanto tiempo que estaba así, Jesús le preguntó: "¿Quieres curarte?". El respondió: "Señor, no tengo a nadie que me sumerja en la piscina cuando el agua comienza a agitarse; mientras yo voy, otro desciende antes". Jesús le dijo: "Levántate, toma tu camilla y camina". En seguida el hombre se curó, tomó su camilla y empezó a caminar. Era un sábado, y los judíos dijeron entonces al que acababa de ser curado: "Es sábado. No te está permitido llevar tu camilla". Él les respondió: "El que me curó me dijo: 'Toma tu camilla y camina'". Ellos le preguntaron: "¿Quién es ese hombre que te dijo: 'Toma tu camilla y camina?'".

Pero el enfermo lo ignoraba, porque Jesús había desaparecido entre la multitud que estaba allí.

Después, Jesús lo encontró en el Templo y le dijo: "Has sido curado; no vuelvas a pecar, de lo contrario te ocurrirán peores cosas todavía".

El hombre fue a decir a los judíos que era Jesús el que lo había curado.

Ellos atacaban a Jesús, porque hacía esas cosas en sábado.

CUARTO MOMENTO: Reflexión

- ❖ Intenta contemplar, con la “vista” de la imaginación, la escena del evangelio... Los pórticos, la piscina, la multitud de enfermos postrados debajo de los pórticos. Observa sus rostros, sus cuerpos.
- ❖ Contempla al paralítico. Trata de percibir el dolor y la frustración de tantos años sin poder sanarse.
- ❖ Contempla a Jesús que se acerca a él, toma contacto con su mirada.
- ❖ “Escucha” con los sentidos interiores el diálogo entre Jesús y el paralítico. “Escucha” el diálogo entre los judíos y el paralítico.
- ❖ Observa los gestos del paralítico, los gestos de Jesús y la actitud de los judíos.

Luego de unos minutos de contemplar la escena, como “si presente te hallases”, vuelve a ti, mira tu propia vida y deja que la escena te hable:

1. ¿En qué aspectos de mi vida me siento paralizado/a, “tendido/a en el suelo” como el paralítico del evangelio? ¿Qué nombre le pondría a la “camilla” que Jesús me invita a asumir y seguir caminando con ella?

QUINTO MOMENTO: Dialoga con el Señor

Para “sanarnos” de nuestras “parálisis”, necesitamos la gracia del Señor, pero también Él nos pide una voluntad firme, una “determinada determinación” de querer salir adelante, querer pararnos sobre nuestros propios pies, asumir nuestras fragilidades y seguir andando, con la certeza que no estamos solos, el Señor va con nosotros.

Termina tu oración pidiendo al Señor aquello que nazca desde tu interior o simplemente, agradeciendo por este momento de intimidad compartido con Él. Puedes rezar un Padrenuestro o terminar escuchando la siguiente canción...

<https://www.youtube.com/watch?v=91jgDM45yAg>