



### MATERIAL PARA UNIRSE Y CELEBRAR LA VIGILIA DE LA INMACULADA VIRTUAL 2020 EN LAS COMUNIDADES

#### Primer paso

-Invocamos la acción del Espíritu Santo y nos ponemos en la presencia del Señor.

-Cuida este momento inicial. Busca un lugar tranquilo que te permita estar en silencio.

-Haz silencio interior, acalla los ruidos.

-Ponte cómodo, busca la mejor postura para rezar.

-Y trae todo tu ser a este momento, consciente de que el Señor observa y acompaña.

→Puedes usar esta canción para introducir la oración: Sopla Señor

<https://www.youtube.com/watch?v=iLstLPSh4r4>



#### Segundo paso

**Petición:** al igual que María en el Evangelio, yo también deseo ponerme en camino para ir al encuentro de Jesús y de los demás. Pido esta gracia.

#### Tercer paso

**Leemos el Evangelio:** Lucas 1, 39-40. 46-56

“En aquellos mismos días, María se levantó y se puso en camino de prisa hacia la montaña, a una ciudad de Judá; entró en casa de Zacarías y saludó a Isabel, su prima. (...) María, entonces, dijo:

**«Proclama mi alma la grandeza del Señor,  
“se alegra mi espíritu en Dios, mi salvador;  
porque ha mirado la humildad de su esclava”.**  
**Desde ahora me felicitarán todas las generaciones,  
porque el Poderoso ha hecho obras grandes en mí:**

**“su nombre es santo,  
y su misericordia llega a sus fieles de generación en generación”.**

**Él hace proezas con su brazo:**

**dispersa a los soberbios de corazón,**

**“derriba del trono a los poderosos**

**y enaltece a los humildes,**

**a los hambrientos los colma de bienes**





**y a los ricos los despidе vacíos.**

**Auxilia a Israel, su siervo,  
acordándose de la misericordia”**

**—como lo había prometido a “nuestros padres”—**

**en favor de Abrahán y su descendencia por siempre».**

María se quedó con Isabel unos tres meses y volvió a su casa.”

### Cuarto paso

Guía para la oración:

1. UNA MIRADA AL INTERIOR: **CONFÍA.**



Con la primera parte del Magníficat (marcada en azul), guiamos la primera parte de esta rato de reflexión a la luz del Evangelio y de la mano de María, viendo su propia actitud y estilo. Es una mirada primera hacia nosotros mismos. Para ello quizás te sirvan estas preguntas. Discurre por donde más gusto obtengas o por donde te sientas más interpelado.

- Nuestra vida también tiene motivos para proclamar la grandeza del Señor, a pesar de las dificultades. ¿Qué cosas buenas hay en tu vida?
- María se alegró profundamente. ¿Tú cómo estás? ¿Qué produce alegría en tu vida?
- La actitud de María es de humildad. ¿Cómo te gustaría vivir a ti? ¿Qué te está enseñando esta pandemia?
- El modo de vida de María es motivo de alegría para los demás. ¿Tú que sueños tienes? ¿A qué aspiras? ¿Cuáles son tus miedos? ¿Qué eliges? ¿Confías?

→ Puedes usar esta canción si te ayuda: Muéveme

<https://www.youtube.com/watch?v=xnxCDAlY0wE>



2. UNA MIRADA AL EXTERIOR: **LEVÁNTATE.**

Con la segunda parte del Magníficat (marcada en rojo), guiamos el segundo momento para este rato de reflexión a la luz del Evangelio. Es el modo de actuar de Dios en el mundo, que se hace posible gracias a la colaboración de María. Es ahora una mirada hacia el exterior, hacia el mundo, hacia los demás. Más aún este año que estamos celebrando en nuestra Diócesis el Año de la Caridad y en este contexto de pandemia y crisis. Para ello quizás te sirvan estas preguntas. Discurre por donde más gusto obtengas o por donde te sientas más interpelado.





- La pandemia nos ha colocado en un mundo débil, encerrado, que sufre. ¿Qué te dice este mundo en el que vives? ¿Qué luces y sombras hay? ¿Qué papel juegas en él? ¿Qué papel juegan los demás en tu mundo?
- El estilo de Jesús en el mundo y frente al mundo: los pobres, los marginados, los olvidados, los enfermos, los tristes, los que se comprometen, los que arriesgan, los que perdonan, los que luchan por la justicia. ¿Te gusta? ¿Qué te seduce de Jesús?
- En cada encuentro siempre nace una misión: María se puso en camino, se quedó a ayudar a su prima. Ella anima a los criados para que hagan lo que Jesús les diga en las Bodas de Caná. Hay una invitación personal y una propuesta. Es hora de levantarse. ¿Tú a que te comprometes en algo concreto con Jesús?

→ Puedes usar esta canción si te ayuda: Joven, ¡levántate!

<https://www.youtube.com/watch?v=y8TtBAinrdA>



### Quinto paso

Quédate con aquello que más te haya gustado de este rato, lo que más te haya impactado. Pasa un momento gustando este momento, **dialoga con Jesús** como si fuera un amigo sobre ello. Cierra el momento rezando un Padrenuestro.

### Sexto paso

**Escribe** brevemente algo que resuma este tiempo de oración. Utiliza unas palabras. O una imagen. Compártelo, si quieres, en las redes sociales de la Delegación (Twitter, Facebook, Instagram). La experiencia de Jesús es para ofrecerla y compartirla con los demás, no para guardárnosla.



### Séptimo paso

Despide este rato saludando a la Virgen, que ella nos siga inspirando y guiando hacia Jesús.

→ Puedes usar esta canción: Ave María

[https://www.youtube.com/watch?v=iC\\_0SRb3mIA](https://www.youtube.com/watch?v=iC_0SRb3mIA)





### MATERIALES DE APOYO (por si te sirve o para leer en otros ratos)

#### Reflexiona con el Beato Lolo

Nacemos altos, venimos bajos, independientes de nosotros mismos, ajenos también al propio crecimiento. “¿Quién de vosotros a fuerza de afanes puede añadir un codo a su estatura?”. Un hombre, el hombre, siempre con su talla, apenas un palmo más que los animales; dos, que los vegetales; tres, que las piedras; pequeño en el Cosmos, entre los astros majestuosos.

¿Qué nos hace grandes o verdaderamente altos? La verdad, lo primero; esa posibilidad que hay en nosotros de reconocernos limitados, de sentirnos pequeños. Pequeña nuestra vida, pequeño nuestro poder.

¿Pequeño también, nuestro corazón?

¡Qué milagro el de nuestro corazón, tan chiquito, y tan frágil, que casi parece un pajarito de esos que los chicos tumban de una pedrada. No vivimos asustados porque ya nos hemos ido acostumbrando, pero habríamos de estarlo tan sólo de ver cómo puede pararse. Y el corazón, con todo, es el gran artífice de nuestra grandeza. Ese hombre mide 1,65 y el otro 1,80, pero aquel resulta que tiene la cabeza metida entre las estrellas y este vive como si poseyera cuerpo de eunuco.

¡Pero si sus corazones son iguales!

Oh, no; de tamaño, los corazones pueden medir lo mismo; grandes son por el amor. ¿Quieres? ¿Te das? Oh, ¡cómo has crecido entonces, muchacho!

Pero hacemos grandes, grandes, grandes, nada como el injerto de Dios en nosotros. El que le deje más sitio a Él dentro de sí, ese sí que se gana el título del mozambiqueño.

¡Qué grandes con Dios; qué Dios más grande! Juan, Pedro o José en la tarjeta de identidad, pero una raíz eterna en el destino.

¡Lo que es amar!; un pedazo de nosotros que damos a este, otro a ese, otro a aquel, y la montañita de nuestro corazón que no desaparece, sino que se ha hecho bastante más grande con todos.

Qué fuente también la del amor: ¡sacamos, sacamos y nunca se agota! Dios ¿se agota, amándonos a los que hemos nacido y todavía nacerán? Ahí, ahí está el secreto, su secreto, nuestro secreto.

*Publicado en el Diario «Jaén».*

#### Reflexiona con el Papa Francisco

También hoy el Señor sigue necesitando a los jóvenes para su Iglesia. Queridos jóvenes, el Señor los necesita. También hoy llama a cada uno de ustedes a seguirlo en su Iglesia y a ser misioneros.

Te pregunto, pero contestan en su corazón, ¡eh! No en voz alta, en silencio. ¿Yo rezo? Cada uno se contesta. ¿Yo hablo con Jesús? O le tengo miedo al silencio. ¿Dejo que el Espíritu Santo hable en mi corazón? ¿Yo le pregunto a Jesús: Qué querés que haga? ¿Qué querés de mi vida? Esto es entrenarse. Pregúntenle a Jesús, hablen con Jesús. Y



si cometen un error en la vida, si se pegan un resbalón, si hacen algo que está mal, no tengan miedo. Jesús, mirá lo que hice, ¿qué tengo que hacer ahora? Pero siempre hablen con Jesús, en las buenas y en las malas. Cuando hacen una cosa buena y cuando hacen una cosa mala. ¡No le tengan miedo! Eso es la oración. Y con eso se van entrenando en el diálogo con Jesús en este discipulado misionero. Y también a través de los sacramentos, que hacen crecer en nosotros su presencia. A través del amor fraterno, del saber escuchar, comprender, perdonar, acoger, ayudar a los otros, a todos, sin excluir y sin marginar. Estos son los entrenamientos para seguir a Jesús: la oración, los sacramentos y la ayuda a los demás, el servicio a los demás.

Somos parte de la iglesia, más aún, nos convertimos en constructores de la Iglesia y protagonistas de la historia. Chicos y chicas, por favor: no se metan en la cola de la historia. Sean protagonistas. Jueguen para adelante. Pateen adelante, construyan un mundo mejor. Un mundo de hermanos, un mundo de justicia, de amor, de paz, de fraternidad, de solidaridad. Jueguen adelante siempre. San Pedro nos dice que somos piedras vivas que forman una casa espiritual (cf. *1 P 2,5*). Y miramos este palco, vemos que tiene forma de una iglesia construida con piedras vivas. En la Iglesia de Jesús, las piedras vivas somos nosotros, y Jesús nos pide que edifiquemos su Iglesia; cada uno de nosotros es una piedra viva, es un pedacito de la construcción, y si falta ese pedacito cuando viene la lluvia entra la gotera y se mete el agua dentro de la casa. Cada pedacito vivo tiene que cuidar la unidad y la seguridad de la Iglesia. Y no construir una pequeña capilla donde sólo cabe un grupito de personas. Jesús nos pide que su Iglesia sea tan grande que pueda alojar a toda la humanidad, que sea la casa de todos.

Tu corazón, corazón joven, quiere construir un mundo mejor. Sigo las noticias del mundo y veo que tantos jóvenes, en muchas partes del mundo, han salido por las calles para expresar el deseo de una civilización más justa y fraterna. Los jóvenes en la calle. Son jóvenes que quieren ser protagonistas del cambio. Por favor, no dejen que otros sean los protagonistas del cambio. Ustedes son los que tienen el futuro. Ustedes... Por ustedes entra el futuro en el mundo. A ustedes les pido que también sean protagonistas de este cambio. Sigán superando la apatía y ofreciendo una respuesta cristiana a las inquietudes sociales y políticas que se van planteando en diversas partes del mundo. Les pido que sean constructores del futuro, que se metan en el trabajo por un mundo mejor. Queridos jóvenes, por favor, no balconeen la vida, métanse en ella, Jesús no se quedó en el balcón, se metió; no balconeen la vida, métanse en ella como hizo Jesús.