

VAMOS
A UN SITIO
TRANQUILO
A DESCANSAR

Domingo 16 - B.

VAMOS A UN SITIO TRANQUILO A DESCANSAR

Domingo 16° - B.

RITOS INICIALES

Presentación.-

En el evangelio de hoy Jesús nos dice:- “Venid vosotros solos a un sitio tranquilo a descansar un poco”. Pero al acercarse a Él la multitud le dio lástima porque “andaban como ovejas sin pastor”.

También a nosotros nos dice Jesús esto mismo, porque 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.

Se acerca el tiempo propicio de las vacaciones que nos invitan a descansar y a reflexionar un poco sobre nuestras vidas, sobre nuestras familias, sobre el sentido de nuestro trabajo y sobre el agobio en el que vivimos,

En esta Celebración, en la tranquilidad de este Templo vamos a 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

R I T O D E L P E R D Ó N

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. **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.

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.-

Sólo Dios puede ponerse al frente de la humanidad. Sólo Él puede ser nuestro pastor y Guía. Seguir a cualquier otro es descarriarse.

Lectura del profeta Jeremías 23,1-6

¡Ay de los pastores que dispersan
y dejan perecer las ovejas de mi rebaño!
- oráculo del Señor.

Por eso, así dice el Señor, Dios de Israel:
A los pastores que pastorean a mi pueblo:
Vosotros dispersasteis mis ovejas,
las expulsasteis, no las guardasteis;
pues yo os tomaré cuentas,
por la maldad de vuestras acciones
- oráculo del Señor.

Yo mismo reuniré el resto de mis ovejas,
de todos los países adonde las expulsé,
y las volveré a traer a sus dehesas,
para que crezcan y se multipliquen.
les pondré pastores que las pastoreen:
ya no temerán ni se espantarán
y ninguna se perderá.
- oráculo del Señor.

Mirad que llegan días, - oráculo del Señor -
en que suscitaré a David un vástago legítimo:
reinará como rey prudente,
hará justicia y derecho en la tierra.
En sus días se salvará Judá,
Israel habitará seguro.
Y lo llamarán con este nombre:
"El-Señor-nuestra-justicia».

Palabra de Dios

A C L A M A C I Ó N * S A L M O

Todos:- Vamos a un sitio tranquilo a descansar un poco.

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:- Vamos a un sitio tranquilo a descansar un poco.

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:- Vamos a un sitio tranquilo a descansar un poco.

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:- Vamos a un sitio tranquilo a descansar un poco.

SEGUNDA LECTURA.

Monición.-

Jesús ha muerto por todos y para que todos seamos un solo pueblo solidario. Él es nuestra paz.

Lectura de la Carta de San Pablo a los Efesios. 2,13-18

Hermanos:

Ahora estáis en Cristo Jesús. Ahora, por la sangre de Cristo, estáis cerca los que antes estabais lejos. Él es nuestra paz.

Él ha hecho de los dos pueblos, judíos y gentiles, una sola cosa, derribando con su cuerpo el muro que los separaba: el odio.

Él ha abolido la Ley con sus mandamientos y reglas, haciendo las paces, para crear, en él, un solo hombre nuevo.

Reconcilió con Dios a los dos pueblos, uniéndolos en un solo cuerpo mediante la cruz, dando muerte, en él, al odio.

Vino y trajo la noticia de la paz; paz a vosotros los de lejos, paz también a los de cerca.

Así, unos y otros, podemos acercarnos al Padre con un mismo Espíritu.

Palabra de Dios

E V A N G E L I O

Monición.-

Jesús se marcha a un sitio tranquilo a descansar con sus discípulos. Porque en la vida hay tiempo para trabajar y tiempo para descansar.

Lectura del Santo Evangelio según San Marcos. 6,30-34

En aquel tiempo, los apóstoles volvieron a reunirse con Jesús, y le contaron todo lo que habían hecho y enseñado.

Él les dijo:

Venid solos a un sitio tranquilo a descansar un poco.

Porque eran tantos los que iban y venían, que no encontraban tiempo ni para comer.

Se fueron en barca a un sitio tranquilo y apartado.

Muchos los vieron marcharse y los reconocieron; entonces de todas las aldeas fueron corriendo por tierra a aquel sitio y se les adelantaron.

Al desembarcar, Jesús vio una multitud y le dio lástima de ellos, porque andaban como ovejas sin pastor; y se puso a enseñarles con calma.

Palabra del Señor

Guión de homilía:- " Saber descansar " .

Jesús nos ha hablado hoy de buscar un tiempo y un espacio para el descanso, la tranquilidad, y para reflexionar.

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, 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 las playas abarrotadas de gente.

Jesús nos dice como a sus apóstoles: " Venid vosotros solos a un sitio tranquilo a descansar un poco " .

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, porque andamos como ovejas sin pastor.

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 en la vida.

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

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: " vamos a un sitio tranquilo a descansar ".

No a perder el tiempo, sino a cambiar de ocupación, a descansar de la tarea de cada día, a reflexionar un poco sobre nuestras vidas, a romper el estrés diario para volver a la tarea como nuevos, renovados, descansados.

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 nuestra 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.

R I T O D E O F R E N D A S

O R A C I Ó N

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.

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

Cansados y Agobiados

Señor, nos sentimos cansados y agobiados,
por el trabajo y la fatiga de cada día.
No tenemos tiempo para Ti,
ni para nuestra familia, ni para nadie.
Siéntate hoy, Señor, aquí a nuestro lado,
y cuéntanos tus cansancios, fatigas y sufrimientos;
los nuestros no son nada
cuando nos muestras tu vida, corazón, y alma.

Señor, gracias por cargar Tú
con nuestros cansancios, fatigas, sufrimientos.
Gracias, Señor, por ser el descanso de los fatigados,
y el alivio de los agobiados.
Señor, gracias por ser nuestro sosiego, nuestro descanso.
Gracias, por llevarnos en tus brazos
cuando nos sentimos desfallecer,
cuando llegan momentos de angustia, de sufrimiento;
gracias por no abandonarnos, por darnos tu descanso.
“Venid a mi los que estáis cansados y agobiados
que yo os aliviaré”:- nos dice el Señor.

Gracias, Señor. Eskerrik asko, Jauna.

BENDICIÓN FINAL

Que nos acompañe la Bendición de Dios: Padre, Hijo y Espíritu
Santo. A m é n

VAMOS A UN SITIO TRANQUILO A DESCANSAR

Domingo 16° - B.

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 dice a sus apóstoles en el Evangelio de hoy: "venid vosotros solos a un sitio tranquilo a descansar".

Hay un tiempo para trabajar, y un tiempo para descansar y reponer fuerzas.

Sin embargo entre nosotros nos agobiamos y muchas veces rendimos poco.

Nosotros llevamos otro ritmo de vida y otra forma de pensar. Usamos otras expresiones: " El trabajo nos lleva todo el día ". "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

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 ¿ qué es descansar ? Me diréis, vaya pregunta más tonta. Cómo que no nos gustase a todos el descanso.

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 dice como a sus apóstoles: " Venid vosotros solos a un sitio tranquilo a descansar un poco ".

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.

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: " vamos a un sitio tranquilo a descansar ".

No a perder el tiempo, sino a cambiar de ocupación, a descansar de la tarea de cada día, a reflexionar un poco sobre nuestras vidas, a romper el estrés diario para volver a la tarea como nuevos, renovados, descansados.

