

## TERCER DOMINGO: GAUDETE LA ALEGRÍA DE LA SALVACIÓN INUNDA NUESTROS CORAZONES

*Demos testimonio del bien  
que ha derramado en nuestra vida el Dios, todo bien*  
QUE VUESTRO DISTINTIVO SEA LA CARIDAD ALEGRE

**AMBIENTACIÓN:** La Iglesia nos ofrece este domingo, gaudete, en el que recordamos la alegría de la salvación desde lo más profundo de nuestro ser. Puede ayudarnos, el ambientar con flores, de modo sobrio, pero significativo. Acudir a la oración bien vestidas, sencillamente, pero de diferente modo. Y acabar el día con una cena festiva, también sencilla y sobria, con un postre sabroso, el modo de poner la mesa de fiesta, una sobremesa más larga, comida pausada...

- 1. Monición.** Estamos alegres. No puede ser de otra manera. El Señor nos visita, nos muestra su rostro de paz y bien y convierte nuestra tristeza en gozo. La alegría y el amor recibidos los devolvemos a Dios, amando al prójimo y actuando en justicia, paz y libertad.

### Himno ¡EXULTA! (Helder Cámara y Carlo M<sup>a</sup> Martini)

Si tienes mil razones para vivir,  
si has dejado de sentirte solo,  
si te despiertas con ganas de cantar,  
si todo te habla  
–desde las piedras del camino  
a las estrellas del cielo,  
desde las luciérnagas que se arrastran  
a los peces, señores del mar–,  
si oyes los vientos  
y escuchas el silencio,  
si te has preguntado asombrado  
cómo alguien cercano a ti  
te puede querer  
precisamente a ti...  
¡puedes entender lo que significa alabar y estar alegre!

Lo proclama una hermana

**¡EXULTA Y DA GRACIAS! (DICHO CON FUERZA Y EMOCIÓN)**

**EL AMOR CAMINA CONTIGO, ES TU COMPAÑERO, ES TU HERMANO...**

Cantamos todas

## **POR TANTAS COSAS COMO ME HAS DADO EN LA VIDA QUIERO DECIRTE GRACIAS, SEÑOR**

- *Hacemos un momento de silencio y después vamos compartiendo aquellas cosas que hemos recibido del Señor. Y por las que exultamos, alabamos y damos gracias. Después de cada intervención cantamos: Por tantas cosas...*

### **2. Cántico Is 12, 2-3. 4bcd. 5-6 (R.: 6)**

- *La antífona nos recuerda la celebración del próximo capítulo general y la preparación que debemos hacer. La alegría del Señor es la que nos mantiene. En Él confiamos y esperamos, en actitud de abandono.*

## **R. TU ALEGRÍA, SEÑOR, NADIE NOS LA PUEDE QUITAR (SEMITONADA)**

El Señor es mi Dios y salvador:  
confiaré y no temeré,  
porque mi fuerza y mi poder es el Señor,  
él fue mi salvación.

**DECIMOS TODAS ESTA ESTROFA. LA REPETIMOS DOS VECES. SI SE PUEDE, SE CANTA O SE HACE SEMITONADA.**

**LAS DOS ESTROFAS  
SIGUIENTES LAS  
PROCLAMA UNA  
HERMANA, DE PIE,  
DELANTE DE TODAS,  
SOLEMNEMENTE,  
DESPACIO, CON FUERZA**

Y sacaréis aguas con gozo de las fuentes de la salvación.  
Dad gracias al Señor, invocad su nombre,  
contad a los pueblos sus hazañas,  
proclamad que su nombre es excelso.

## **R. TU ALEGRÍA, SEÑOR, NADIE NOS LA PUEDE QUITAR**

Tañed para el Señor, que hizo proezas,  
anunciadlas a toda la tierra;  
gritad jubilosos, habitantes de Sión,  
ciudadanos de todos los pueblos, pasados, presentes y futuros,  
hermanas franciscanas de la Inmaculada,  
que esperáis con fortaleza en medio de la fragilidad,  
que vivís desde la fe, en medio de la noche,  
que amáis con misericordia en medio del frío de la insolidaridad,  
que sabéis que vuestra fuerza es el Señor,  
y nadie más que el Señor Dios, todo bien, sumo bien,  
hecho niño en las entrañas de una sencilla mujer:

Todas (cantado)

**NADIE HAY TAN GRANDE COMO TU, NADIE HAY, NADIE HAY.**

**QUIÉN HABRA QUE HAGA MARAVILLAS COMO LAS QUE HACES TU (BIS)**

### 3. Levantaos (Adaptación de Luc 21,27-28)

- **Lo proclama una hermana (siempre mirando a las demás)**

Levantaos y alzad la cabeza...

Los que estáis desanimados,  
porque el desaliento  
no ha de tener la última palabra.

Los que tenéis miedo,  
porque hay un Dios de brazos abiertos  
queriendo acallar vuestras pesadillas.

Los que os sentís solos... no lo estáis, Dios está cerca,  
aunque a veces no lo sintáis.

Los que estáis encadenados por memorias hirientes,  
por estructuras injustas, por etiquetas que excluyen,  
por rechazos que duelen...  
levantaos y alzad la cabeza.

Mirad al frente con valentía,  
con coraje, y con esperanza,  
porque se acerca vuestra liberación.  
Una libertad que romperá cepos y cadenas,  
que vaciará esas prisiones  
donde uno a veces se siente encerrado.

Una libertad que nace del amor.

La libertad de quien está dispuesto  
a poner la vida entera en juego.

Aunque el mundo se vea zarandeado por tormentas,  
dividido por barreras absurdas,  
golpeado por una desigualdad terrible...

no os rindáis, no dejéis de soñar, de creer,  
y de mirar al frente para adivinar caminos nuevos.

Yo estoy cerca.

- *Al terminar cantamos varias veces*

**EL SEÑOR ESTÁ AQUÍ, NOS REGALA SU PAZ,  
LA ESPERANZA POR SIEMPRE, LA FE Y EL AMOR**

#### 4. A MODO DE SÚPLICA Y OFRECIMIENTO: *(Lo rezamos a dos coros)*

##### **BENDICE MIS MANOS (Sabine Naegeli)**

###### **Señor, bendice mis manos**

para que sean delicadas y sepan tomar  
sin jamás aprisionar,  
que sepan dar sin calcular  
y tengan la fuerza de bendecir y consolar.

DESPUÉS DE CADA SÚPLICA CANTAMOS: R/ ALABA ALMA MÍA AL SEÑOR (SOLISTA)  
ALABA AL SEÑOR, ALABA AL SEÑOR (TODAS)  
Y TODO MI SER A SU SANTO NOMBRE (SOLISTA)  
ALABA AL SEÑOR, ALABA AL SEÑOR (TODAS)

###### **Señor, bendice mis ojos**

para que sepan ver la necesidad  
y no olviden nunca lo que a nadie deslumbra;  
que vean detrás de la superficie  
para que los demás se sientan felices  
por mi modo de mirarlos.

###### **Señor, bendice mis oídos**

para que sepan oír tu voz  
y perciban muy claramente  
el grito de los afligidos;  
que sepan quedarse sordos  
al ruido inútil y la palabrería,  
pero no a las voces que llaman  
y piden que las oigan y comprendan  
aunque turben mi comodidad.

###### **Señor, bendice mi boca**

para que dé testimonio de Ti  
y no diga nada que hiera o destruya;  
que sólo pronuncie palabras que alivian,  
que nunca traicione confidencias y secretos,  
que consiga despertar sonrisas.

###### **Señor, bendice mi corazón**

para que sea templo vivo de tu Espíritu  
y sepa dar calor y refugio;  
que sea generoso en perdonar y comprender  
y aprenda a compartir dolor y alegría  
con un gran amor.

**Dios mío, que puedas disponer de mí  
con todo lo que soy, con todo lo que tengo.**

## **5. MAGNIFICAT.**

- *El Señor es grande. Se fija en el sencillo y al soberbio lo abraza para cambiarle el corazón. Pero nos da la libertad para elegir. Por eso, hoy, cantamos el Magnificat, el canto de fe y esperanza sencilla. El canto de quien ha elegido la mirada de Dios y lo proclama gozosa.*
- *Cantamos el Magníficat introduciéndolo y finalizando con la antífona: EL SEÑOR HA SIDO BUENO CON NOSOTROS Y ESTAMOS ALEGRES (semitonada a ser posible)*

## **6. Oración conclusiva**

*Abre tu puerta, Señor:  
Tú llegas a nuestro mundo  
y nos invitas a abrir la puerta  
de nuestro corazón  
a todos los hombres.*

*Tú ya nos dijiste  
que eres Tú quien viene  
cuando alguien llama a nuestra puerta.  
Tu palabra es ésta:  
"He aquí que estoy a la puerta y llamo.  
Si alguno oye mi voz y abre la puerta,  
Yo entrará y cenaré con él y él conmigo".*

*Señor:  
que sepamos escuchar tu voz,  
esa voz que nos llega  
por nuestros hermanos.  
Que abramos la puerta  
para acogerte a Ti,  
y en Ti a todos los hombres*

## **7. SALUDO A LA VIRGEN.**

*Simplemente rezamos ahora el ángelus, recordando el Sí de María. Lo podemos cantar.*