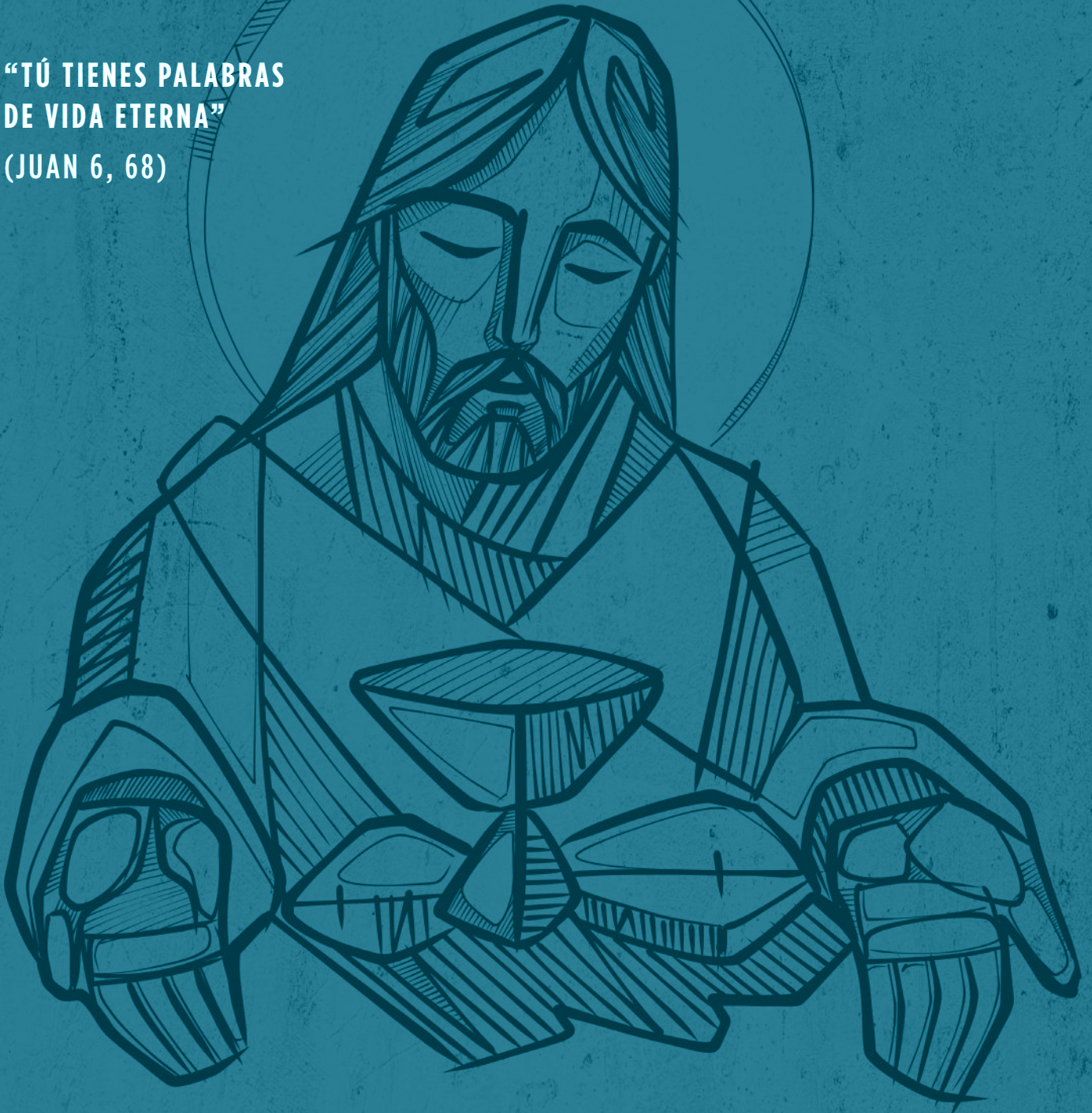




ARCHDIOCESE OF  
**DENVER**

# JUAN 6

“TÚ TIENES PALABRAS  
DE VIDA ETERNA”  
(JUAN 6, 68)



**Q**ueridos hermanos y hermanas en Cristo:

Me complace ofrecerles este recurso que explora la enseñanza de Jesús sobre la Eucaristía en el sexto capítulo del Evangelio de san Juan. Mientras oraba con mi equipo sobre el Avivamiento Eucarístico, el Señor me atrajo a Juan 6 y puso en mi corazón estas palabras: “Que Jesús sea el maestro sobre la Eucaristía”. Este recurso está diseñado para ponernos en contacto con las palabras reales de Jesús para que podamos encontrarlo allí y ser formados directamente por él sobre su presencia en la Eucaristía. Incluso en los tiempos de Jesús, esta enseñanza era divisiva, y lamentablemente muchos lo abandonaron a él y al don de la salvación que él ofrece. Espero que este recurso sea una bendición para ustedes y que, a través de la oración y la reflexión sobre las palabras y los hechos de Jesús, les enseñe realmente el gran don de la Eucaristía.

Los obispos de Estados Unidos, en su documento “El misterio de la Eucaristía en la vida de la Iglesia”, recordaron a los católicos el amor revelado en la Eucaristía y citaron a santa Teresa de Calcuta. “Alentamos esta devoción [la adoración eucarística], que nos ayuda a todos a ser formados por el amor desinteresado que contemplamos en el don de sí mismo del Señor en la Eucaristía. Se dice que santa Teresa de Calcuta dijo una vez: ‘Cuando miras el crucifijo, comprendes cuánto te amó Jesús entonces. Cuando miras la sagrada Hostia, comprendes cuánto te ama Jesús ahora’”.

Tengan la seguridad de que rezo por ustedes, para que juntos encontremos profundamente a Jesús en la Misa, aprendamos a entregar nuestra vida con él en su sacrificio y seamos siempre transformados por su presencia salvadora en la Eucaristía.

Sinceramente suyo en Cristo,



Excmo. Mons. Samuel J. Aquila  
*Arzobispo de Denver*

La esperanza de este recurso es que te facilite un encuentro con Jesús a través del diálogo con él sobre sus palabras y hechos en Juan 6. Este recurso se divide en tres secciones.

- En esta primera sección, **la introducción**, tiene por objeto proporcionar el contexto bíblico y teológico de este capítulo del Evangelio de Juan y un estímulo sobre la naturaleza de la oración relacional.
- La segunda sección consta de **seis sesiones**. Hemos dividido Juan 6 en seis secciones más pequeñas que nos permitirán saborear todas las palabras y hechos de Jesús incluidos en este largo y rico capítulo. Cada una de estas sesiones incluirá una parte del texto de Juan 6, puntos a considerar y preguntas para la oración.
- Por último, la tercera sección de este recurso, **el apéndice**, incluirá sugerencias para utilizar este recurso con diferentes métodos de oración y adaptaciones para su uso en diferentes entornos (grupos pequeños, familia, formación en la fe de los niños, etc.).

El núcleo de este recurso es el encuentro con las palabras de Cristo en Juan 6. Sin embargo, las palabras de Jesús no son plenamente accesibles si no comprendemos el contexto en el que las pronuncia. Parte de este contexto se nos ofrece en el propio capítulo. El resto del contexto gira en torno a las esperanzas y expectativas históricas del siglo I con relación al mesías judío. Se han escrito libros enteros para explorar las múltiples capas de cada uno de estos contextos. Pretendemos destacar los aspectos más importantes de los contextos bíblico e histórico del capítulo de una manera accesible para todo católico.

## “Se acercaba la Pascua, la fiesta de los judíos” (Juan 6, 4)

Con este versículo, Juan nos da el contexto más importante para desentrañar el significado de las palabras y los hechos de Cristo en este capítulo. Todo lo que Jesús dice y hace en Juan 6 debe verse a la luz de la fiesta de la Pascua. Es como si la Pascua fuera el decorado, la escenografía del drama que se desarrolla en este capítulo.

¿Qué detalles significativos debemos recordar del acontecimiento original de la historia de la salvación, conmemorado por la Pascua, que ayuden a completar este telón de fondo? He aquí un sencillo recordatorio de algunos de los detalles de aquel acontecimiento, organizado mediante preguntas sencillas: qué, por qué, cómo y quién.

### Qué

Cuando hablamos de la Pascua nos referimos tanto a la cena pascual en la que Dios ordenó participar a su pueblo (Éxodo 12) como a todo el acontecimiento del Éxodo en la historia de la salvación.

## Por qué

La Pascua tuvo lugar porque “Dios escuchó sus gemidos y se acordó de su alianza” (Éxodo 2, 24). En otras palabras, el pueblo elegido por Dios estaba atrapado, esclavizado, oprimido, explotado, etc.... y a Dios le importaba. Actuó para salvar a su pueblo de su sufrimiento y para que se cumpliera la promesa que había hecho a sus padres, la promesa de darles una tierra que mana leche y miel (Génesis 17, 7-8).

## Cómo

¿Cómo decidió Dios liberar a su pueblo y ponerlo en camino hacia su promesa? La respuesta es lo que podríamos llamar “la Pascua” en el sentido más estricto del término. Por medio de Moisés, Dios ordenó a su pueblo que se procurara un cordero sin defecto, lo matara, untara con su sangre los postes de sus puertas y se lo comiera. El relato detallado de esta “cena pascual” se encuentra en Éxodo 12. Es importante señalar que *todos esos pasos* debían seguirse para que esa familia participara en la obra salvífica de Dios.

## Quién

El Éxodo fue obra de **Dios**. Él lo inició, llevó a cabo las obras poderosas que lo hicieron posible y dirigió todo el acontecimiento hasta su triunfal conclusión. Sin embargo, Dios eligió realizar esta obra a través de su siervo Moisés: Dios el protagonista, **Moisés** el mediador.

¿Por qué son importantes estos antecedentes? El pueblo judío *esperaba* que eso volviera a ocurrir. ¿Por qué? Debido a esta profecía pronunciada por Moisés en Deuteronomio 18, 15: “El Señor, tu Dios, te suscitará un profeta como yo; lo hará surgir de entre ustedes, de entre tus hermanos”. Se esperaba que volviera un profeta como Moisés. ¿Qué es lo más memorable que hizo Moisés? Conducir al pueblo desde Egipto hasta la tierra prometida y ser el mediador de una nueva alianza con Dios. ¿Qué esperaba el pueblo judío de este “nuevo Moisés”? Que los sacaría de la esclavitud, los liberaría e instituiría una nueva alianza con Dios. Esta expectativa está a la vista a través de la pregunta de las multitudes en Juan 6, 30-31.

Son preguntas que debemos plantearnos al leer este capítulo (y los demás Evangelios): ¿Imitan las acciones y palabras de Jesús a las de Moisés? ¿Alimenta Jesús al pueblo milagrosamente (como hizo Moisés con el maná)? ¿Habla Jesús de una comida que traería la salvación (como hizo Moisés con la cena de Pascua)? ¿Instaura Jesús una nueva alianza entre Dios y su pueblo?

Jesús *ha* venido a instituir un nuevo éxodo, a establecer una nueva cena pascual, a sacar al pueblo de Dios de la esclavitud (no de un poder terrenal, sino espiritual; los poderes del pecado y de la muerte), y para conducir al pueblo de Dios a su tierra prometida (no a un territorio terrenal, sino a nuestra patria celestial). Esperamos que al escuchar de nuevo las palabras de Jesús en Juan 6, estés más preparado para comprender el significado más profundo que Jesús trata de comunicarnos a cada uno de nosotros en este capítulo.

## Unas palabras sobre la oración relacional

Este recurso no es una herramienta académica, ni siquiera un programa de autorreflexión. El único propósito de este recurso es ayudarte a entrar en un encuentro personal con Jesús. ¡Jesús sigue vivo! Nuestra fe se basa en la realidad histórica de la resurrección corporal de Jesús. Jesús sigue trabajando, hablando, curando, enseñando, etc. La oración es el encuentro privilegiado entre tú y Jesús vivo. Si Jesús sigue vivo de verdad, si Jesús es Dios de verdad, si Jesús nos ama de verdad, deberíamos esperar encontrarle y oírle cuando pasamos tiempo en oración. Sin embargo, muchos de nosotros nos adentramos en la oración con poca fe en que esto ocurra. Tal vez nunca supimos que esto era posible, tal vez sentimos que hemos intentado orar y “no funcionó”, o tal vez no somos conscientes de “cómo suena” la voz de Jesús en la oración.

No importa tu experiencia previa de oración, te invitamos, te desafiamos a ejercitar la fe y venir a estos momentos de oración con la expectativa de que te encontrarás con Jesús. En el apéndice de este recurso, encontrarás una variedad de *métodos de oración* que te proporcionarán un marco para tu oración. Sin embargo, queremos compartir algunos hábitos sencillos que han sido útiles para muchos católicos a la hora de cambiar su oración de un tiempo de simple autorreflexión a una experiencia de verdadero diálogo con Jesús.

Hay cuatro hábitos fáciles que pueden ejercitarse con cualquier método de oración: reconocer, relacionarse, recibir y responder.

- **Reconocer:** Al rezar, simplemente, nombra los pensamientos, sentimientos o deseos que experimentas. Este hábito consiste en ser más conscientes de los movimientos de nuestro corazón y nuestra mente.
- **Relacionarse:** Una vez que he tomado conciencia de lo que se mueve en mi corazón y lo he reconocido (“nombrado”), me dirijo a Jesús y le cuento todo. Las claves de este hábito son la honestidad y la coherencia.
- **Recibir:** Después de tomar conciencia de lo que se mueve en mi corazón y contárselo a Jesús, espero su respuesta. La oración debe ser un diálogo, una conversación bidireccional entre nosotros y el Señor. Este hábito me entrena para dar espacio a la escucha y a una conciencia más profunda de dónde está respondiendo Jesús a los movimientos de mi corazón.
- **Responder:** Puede haber una serie de momentos de “ida y vuelta” entre reconocer lo que sucede en mi alma, relatarlo a Jesús y recibir su respuesta. Una vez que tenga más certeza sobre cómo me está respondiendo Jesús, debería considerar cuál sería una resolución apropiada. Un encuentro con Jesús normalmente invita a un pequeño paso siguiente. “Responder” significa que nombro lo que siento que Jesús me está invitando a hacer como resultado de este tiempo de oración y tomo la resolución de hacerlo.

El uso de estos cuatro hábitos, dentro de un método probado de oración, y el ejercicio de la fe en el amor y la presencia de Jesús facilitarán tiempos de oración sobrenaturalmente fructíferos para ti.

# SESIÓN UNO

## LA MULTIPLICACIÓN DE LOS PANES

Juan 6, 1-15

<sup>1</sup> Después de esto, Jesús atravesó el mar de Galilea, llamado Tiberíades. <sup>2</sup> Lo seguía una gran multitud, al ver los signos que hacía curando a los enfermos. <sup>3</sup> Jesús subió a la montaña y se sentó allí con sus discípulos. <sup>4</sup> Se acercaba la Pascua, la fiesta de los judíos. <sup>5</sup> Al levantar los ojos, Jesús vio que una gran multitud acudía a él y dijo a Felipe: “¿Dónde compraremos pan para darles de comer?”. <sup>6</sup> Él decía esto para ponerlo a prueba, porque sabía bien lo que iba a hacer. <sup>7</sup> Felipe le respondió: “Doscientos denarios no bastarían para que cada uno pudiera comer un pedazo de pan”. <sup>8</sup> Uno de sus discípulos, Andrés, el hermano de Simón Pedro, le dijo: <sup>9</sup> “Aquí hay un niño que tiene cinco panes de cebada y dos pescados, pero ¿qué es esto para tanta gente?”. <sup>10</sup> Jesús le respondió: “Háganlos sentar”. Había mucho pasto en ese lugar. Todos se sentaron y eran uno cinco mil hombres. <sup>11</sup> Jesús tomó los panes, dio gracias y los distribuyó a los que estaban sentados. Lo mismo hizo con los pescados, dándoles todo lo que quisieron. <sup>12</sup> Cuando todos quedaron satisfechos, Jesús dijo a sus discípulos: “Recojan los pedazos que sobran, para que no se pierda nada”. <sup>13</sup> Los recogieron y llenaron doce canastas con los pedazos que sobraron de los cinco panes de cebada. <sup>14</sup> Al ver el signo que Jesús acababa de hacer, la gente decía: “Este es, verdaderamente, el profeta que debe venir al mundo”. <sup>15</sup> Jesús, sabiendo que querían apoderarse de él para hacerlo rey, se retiró otra vez solo a la montaña.

## Pequeños detalles a tener en cuenta antes de rezar

- La multitud sigue a Jesús por los signos milagrosos que ha realizado.
- Jesús elige llevar a sus discípulos a una montaña en un lugar desierto como lugar para este milagro.
- Los discípulos tienen reacciones diferentes ante la situación. Al menos uno parece incrédulo ante la sugerencia de comprar comida para la gran multitud. Otro al menos intenta ofrecer ayuda, aunque humanamente es muy insuficiente.
- El número total de personas reunidas puede haber sido el doble de la cantidad declarada, ya que Juan se limita a recoger el número de hombres (sin mencionar a las mujeres y niños acompañantes).
- Todos quedan totalmente satisfechos con la comida. Nadie puede llevarse las sobras. Todos los fragmentos son recogidos por los discípulos a pedido de Jesús.
- Tras el milagro, el pueblo llega a creer que Jesús es el “nuevo Moisés” prometido por Dios y profetizado por Moisés en Deuteronomio 18, 15-18. Como resultado, desean apoderarse de Jesús y declararlo rey de Israel.
- Jesús elude sus intentos de asignarle un papel creado por ellos (rey de Israel) y se retira solo a la montaña.

## Prepararse para dialogar con Jesús...

- Me tomaré un momento de silencio para reconocer que estoy en presencia de Dios. Él me mira con amor. Él ha planeado este tiempo de oración desde antes de que yo naciera y ha preparado una gracia especial para mí.
- Me tomo un momento para tomar conciencia de qué pensamientos, sentimientos, deseos o preguntas surgieron en mi corazón al leer el pasaje de la Escritura seleccionado.
- Invoco la ayuda del Espíritu Santo para entablar una conversación con Jesús a partir de las siguientes preguntas...

## Preguntas para Jesús...

- *Jesús, ¿por qué pusiste a prueba a tus discípulos cuando ya sabías lo que harías en esta situación (versículo 6)?*
- *Jesús, ¿por qué ordenaste a la multitud que se sentara en vez de pedirles que vinieran a recibir de ti los panes milagrosos? ¿Tenías alguna razón en particular más allá de una distribución puntual o eficaz de los alimentos?*
- *Jesús, ¿por qué hiciste que tus discípulos distribuyeran la comida en lugar de hacerlo tú mismo?*
- *Jesús, ¿por qué no permitiste que nadie se llevara las sobras? ¿Qué significaba recoger todos los fragmentos?*
- *Jesús, ¿por qué no permitiste que te llevaran y te hicieran rey?*
- *¿Qué otras preguntas surgieron en mi corazón o en mi mente para Jesús después de leer esta sección?*

## **Preguntas para imaginar a Jesús preguntándome a mí...**

- *Hija/o mía/o, ¿te consideras una/o de mis seguidores? ¿Por qué me sigues?*
- *Hija/o mía/o, ¿dónde tienes hambre y buscas que te alimenten?*
- *Hija/o mía/o, ¿crees que tengo el deseo de alimentarte, de saciar el hambre más profunda de tu corazón?*
- *Hija/o mía/o, ¿crees que tengo el poder de alimentarte, aunque a tu mente humana le parezca imposible?*
- *Hija/o mía/o, ¿cómo podrías estar intentando asignarme una etiqueta (como intentaron hacer las personas al final de este milagro)? ¿Me permitirás que me revele a ti?*
- *¿Qué otras preguntas puedo imaginarme que me hace Jesús en el contexto de esta sección?*

## **Preguntas finales de reflexión para ayudar a captar el fruto de mi oración.**

- *¿Qué me ha llamado la atención del pasaje bíblico (una palabra, frase, versículo, etc.)?*
- *¿Qué pregunta o preguntas me han conmovido más en la oración? ¿Qué pensamientos, sentimientos o deseos surgieron en mi corazón a raíz de esas preguntas?*
- *¿Qué siento que Jesús me estaba diciendo en este momento de oración?*
- *¿Qué siento que Jesús me invita a hacer para poner en práctica nuestra conversación o la gracia que he recibido? Si me resulta difícil responder a esta pregunta, se la plantearé con calma a Jesús y le pediré que me ayude a saber cómo proceder...*



## SESIÓN DOS

# JESÚS CAMINA SOBRE LAS AGUAS

Juan 6, 16-21

<sup>16</sup> Al atardecer, sus discípulos bajaron a la orilla del mar<sup>17</sup> y se embarcaron, para dirigirse a Cafarnaúm, que está en la otra orilla. Ya era de noche y Jesús aún no se había reunido con ellos. <sup>18</sup> El mar estaba agitado, porque soplaba un fuerte viento. <sup>19</sup> Cuando habían remado unos cinco kilómetros, vieron a Jesús acercarse a la barca caminando sobre el agua, y tuvieron miedo. <sup>20</sup> Él les dijo: “Soy yo, no teman”. <sup>21</sup> Ellos quisieron subirlo a la barca, pero esta tocó tierra en seguida en el lugar adonde iban.

## Pequeños detalles a tener en cuenta antes de rezar

- Los discípulos no olvidan a Jesús cuando se embarcan sin él. Los otros relatos evangélicos de esta historia nos dicen que Jesús les ordena que se vayan sin él (Mateo 14, 22; Marcos 6, 45).
- Los discípulos comienzan su viaje a través del mar en la oscuridad, y es plena noche cuando se encuentran con Jesús caminando sobre el mar.
- Cuando Jesús dice “Soy yo” (versículo 20), consta que utiliza el nombre divino, “Yo soy el que soy”, en la lengua original del Evangelio.
- La barca, aunque lejos de la costa cuando los discípulos se encuentran con Jesús al principio, llega milagrosa e inmediatamente a la orilla cuando termina de hablarles.

## Prepararse para dialogar con Jesús...

- Me tomaré un momento de silencio para reconocer que estoy en presencia de Dios. Él me mira con amor. Él ha planeado este tiempo de oración desde antes de que yo naciera y ha preparado una gracia especial para mí.
- Me tomo un momento para tomar conciencia de qué pensamientos, sentimientos, deseos o preguntas surgieron en mi corazón al leer el pasaje de la Escritura seleccionado.
- Invoco la ayuda del Espíritu Santo para entablar una conversación con Jesús a partir de las siguientes preguntas...

## Preguntas para Jesús...

- *Jesús, ¿por qué hiciste que tus discípulos fueran delante de ti a la otra orilla del mar? ¿Pusieron alguna objeción a tus instrucciones? ¿Cómo les respondiste?*
- *Jesús, ¿por qué esperaste hasta la mitad de la noche para unirte a ellos?*
- *Jesús, ¿cuál fue la reacción de tus discípulos después de que les dijeras “No teman” (vers. 20)?*
- *Jesús, ¿por qué trasladaste milagrosamente la barca a la otra orilla? ¿Cuál era su intención al provocar ese milagro adicional?*
- *¿Qué otras preguntas surgieron en mi corazón o en mi mente para Jesús después de leer esta sección...?*

## Preguntas para imaginar a Jesús preguntándome a mí...

- *Hija mía/hijo mío, mis discípulos estuvieron dispuestos a seguir mis instrucciones de ir delante de mí a la otra orilla, aunque esa instrucción les hubiera parecido ilógica o inconveniente. ¿Estás dispuesta/o a seguir mis instrucciones, aunque te parezcan ilógicas o inconvenientes?*
- *Hija/o mía/o, en este momento, mis discípulos al principio tuvieron miedo cuando empecé a acercarme a ellos. ¿Hay zonas de tu vida, lugares de tu corazón o recuerdos a los que temes que me acerque?*

- *El miedo de mis discípulos se basaba en que me confundieron con un fantasma (Mateo 14, 26). ¿Es posible que tu miedo a que me acerque también se base en una idea equivocada de quién soy?*
- *Hija/o mía/o, ¿dónde estás experimentando el miedo en tu vida en este momento? ¿Dónde necesitas que te diga “No temas” (vers. 20)?*
- *Hija/o mía/o, ¿estás dispuesto a invitarme a tu “barca”?*
- *¿Qué otras preguntas puedo imaginarme que me hace Jesús en el contexto de esta sección?*

### **Preguntas finales de reflexión para ayudar a captar el fruto de mi oración.**

- *¿Qué me ha llamado la atención del pasaje bíblico (palabra, frase, versículo, etc.)?*
- *¿Qué pregunta o preguntas me han conmovido más en la oración? ¿Qué pensamientos, sentimientos o deseos surgieron en mi corazón a raíz de esa(s) pregunta(s)?*
- *¿Qué siento que Jesús me estaba diciendo en este momento de oración?*
- *¿Qué siento que Jesús me invita a hacer para poner en práctica nuestra conversación o la gracia que he recibido? *Si me resulta difícil responder a esta pregunta, se la plantearé con calma a Jesús y le pediré que me ayude a saber cómo proceder...**

## SESIÓN TRES

# YO SOY EL PAN DE VIDA

### Juan 6, 22-34

<sup>22</sup> Al día siguiente, la multitud que se había quedado en la otra orilla vio que Jesús no había subido con sus discípulos en la única barca que había allí, sino que ellos habían partido solos. <sup>23</sup> Mientras tanto, unas barcas de Tiberíades atracaron cerca del lugar donde habían comido el pan, después que el Señor pronunció la acción de gracias. <sup>24</sup> Cuando la multitud se dio cuenta de que Jesús y sus discípulos no estaban allí, subieron a las barcas y fueron a Cafarnaúm en busca de Jesús. <sup>25</sup> Al encontrarlo en la otra orilla, le preguntaron: “Maestro, ¿cuándo llegaste?”. <sup>26</sup> Jesús les respondió: “Les aseguro que ustedes me buscan, no porque vieron signos, sino porque han comido pan hasta saciarse. <sup>27</sup> Trabajen, no por el alimento perecedero, sino por el que permanece hasta la vida eterna, el que les dará el Hijo del hombre; porque es él a quien Dios, el Padre, marcó con su sello”. <sup>28</sup> Ellos le preguntaron: “¿Qué debemos hacer para realizar las obras de Dios?”. <sup>29</sup> Jesús les respondió: “La obra de Dios es que ustedes crean en aquel que él ha enviado”. <sup>30</sup> Y volvieron a preguntarle: “¿Qué signos haces para que veamos y creamos en ti? ¿Qué obra realizas? <sup>31</sup> Nuestros padres comieron el maná en el desierto, como dice la Escritura:

‘Les dio de comer el pan bajado del cielo’”.

<sup>32</sup> Jesús respondió: “Les aseguro que no es Moisés el que les dio el pan del cielo; mi Padre les da el verdadero pan del cielo; <sup>33</sup> porque el pan de Dios es el que desciende del cielo y da vida al mundo”.

<sup>34</sup> Ellos le dijeron: “Señor, danos siempre de ese pan”.

## Pequeños detalles a tener en cuenta antes de rezar

- La multitud está confusa sobre dónde ha ido Jesús después del milagro de los panes. Van en su busca al otro lado del mar.
- Cuando la multitud encuentra a Jesús, éste les dice que le buscan porque les han dado de comer, no porque hayan visto un milagro. Persiguen a Jesús por razones terrenales (una comida gratis) y no por razones espirituales.
- Las multitudes piden a Jesús que les haga otra señal para creer. Parecen dar a entender que desean que Jesús siga alimentándolos, como sus padres fueron alimentados durante 40 años seguidos con el maná.
- Jesús corrige a la multitud, diciendo que Dios proveyó el maná y no Moisés. Además, Jesús revela a la multitud que Dios tiene la intención de darles el “verdadero pan” del cielo.
- Las multitudes piden a Jesús que les dé “siempre” este pan, lo que constituye un milagro mayor que el del maná, que solo fue proporcionado durante 40 años.

## Prepararse para dialogar con Jesús...

- Me tomaré un momento de silencio para reconocer que estoy en presencia de Dios. Él me mira con amor. Él ha planeado este tiempo de oración desde antes de que yo naciera y ha preparado una gracia especial para mí.
- Me tomo un momento para tomar conciencia de qué pensamientos, sentimientos, deseos o preguntas surgieron en mi corazón al leer el pasaje de la Escritura seleccionado.
- Invoco la ayuda del Espíritu Santo para entablar una conversación con Jesús a partir de las siguientes preguntas...

## Preguntas para Jesús...

- *Jesús, ¿por qué no revelaste a la multitud el milagro de tu caminar sobre las aguas? Te preguntaron cuándo llegaste a este lado del mar, pero no respondiste a su pregunta.*
- *Jesús, siento que debo trabajar por el alimento que perece, de lo contrario no tendré cubiertas mis necesidades materiales. ¿Por qué me ordenas que no trabaje por el alimento que perece, sino por el que perdura para la vida eterna?*
- *Jesús, ¿cuál es el alimento que perdura para la vida eterna, y cómo me lo das?*
- *Jesús, a veces siento que necesito pedirte una señal para poder creer. ¿Qué signos has hecho por mí para ayudarme a creer en ti? ¿Puedo pedirte señales en el futuro?*
- *¿Qué otras preguntas surgieron en mi corazón o en mi mente para Jesús después de leer esta sección...?*

## Preguntas para imaginar a Jesús preguntándome a mí...

- *Hija mía/hijo mío, a veces, como la muchedumbre, puedes estar confundida/o acerca de dónde me he ido en medio de tu vida. ¿Estás dispuesta/o a buscarme o pasarás de mí en esos momentos?*
- *Hija/o mía/o, cuando me rezas, ¿te preocupa más que se satisfagan tus necesidades terrenales o tus necesidades espirituales más profundas?*
- *Hija/o mía/o, ¿trabajas más por el alimento que perece o por el alimento que quiero darte? ¿Qué te impide trabajar por el alimento que perdura para la vida eterna?*
- *Hija/o mía/o, ¿crees en mí? ¿Crees que el Padre me ha enviado, ha puesto su sello en mí, me ha ungido para traerte buenas nuevas, para alimentarte, para conducirte a tu hogar eterno?*
- *Hija/o mía/o, así como las muchedumbres confundieron la obra de Dios y la atribuyeron a Moisés (vers. 32), así también tú, a veces, confundes la obra de Dios y la atribuyes a la casualidad o a los seres humanos. ¿Crees que soy yo quien te mantiene?*
- *Hija/o mía/o, ¿me pedirás que satisfaga tus necesidades y dejes de intentar satisfacer las tuyas?*
- *¿Qué otras preguntas puedo imaginarme que me hace Jesús en el contexto de esta sección?*

## Preguntas finales de reflexión para ayudar a captar el fruto de mi oración.

- ¿Qué me ha llamado la atención del pasaje bíblico (palabra, frase, versículo, etc.)?
- ¿Qué pregunta o preguntas me han conmovido más en la oración? ¿Qué pensamientos, sentimientos o deseos surgieron en mi corazón a raíz de esa(s) pregunta(s)?
- ¿Qué siento que Jesús me estaba diciendo en este momento de oración?
- ¿Qué siento que Jesús me invita a hacer para poner en práctica nuestra conversación o la gracia que he recibido? *Si me resulta difícil responder a esta pregunta, se la plantearé con calma a Jesús y le pediré que me ayude a saber cómo proceder...*

## SESIÓN CUATRO

# “YO SOY EL PAN VIVO QUE BAJÓ DEL CIELO”

Juan 6:35-51

<sup>35</sup> Les dijo Jesús: «Yo soy el pan de la vida. El que venga a mí, no tendrá hambre, y el que crea en mí, no tendrá nunca sed. <sup>36</sup> Pero como ya lo he dicho: Me han visto y no creen.

<sup>37</sup> Todo lo que me dé el Padre vendrá a mí, y al que venga a mí no lo echaré fuera; <sup>38</sup> porque he bajado del cielo, no para hacer mi voluntad, sino la voluntad del que me ha enviado. <sup>39</sup> Y esta es la voluntad del que me ha enviado; que no pierda nada de lo que Él me ha dado, sino que lo resucite el último día. <sup>40</sup> Porque esta es la voluntad de mi Padre: que todo el que vea al Hijo y crea en él, tenga vida eterna y que yo le resucite el último día.» <sup>41</sup> Los judíos murmuraban de Él, porque había dicho: «Yo soy el pan que ha bajado del cielo.» <sup>42</sup> Y decían: «¿No es éste Jesús, hijo de José, cuyo padre y madre conocemos? ¿Cómo puede decir ahora: ¿He bajado del cielo?» <sup>43</sup> Jesús les respondió: «No murmuren entre ustedes. <sup>44</sup> «Nadie puede venir a mí, si el Padre que me ha enviado no lo atrae; y yo le resucitaré el último día. <sup>45</sup> Está escrito en los profetas:

“Serán todos enseñados por Dios.”

Todo el que escucha al Padre y aprende, viene a mí.

<sup>46</sup> No es que alguien haya visto al Padre; sino aquel que ha venido de Dios, ése ha visto al Padre. <sup>47</sup> En verdad, en verdad les digo: el que cree, tiene vida eterna. <sup>48</sup> Yo soy el pan de la vida. <sup>49</sup> Nuestros padres comieron el maná en el desierto y murieron; <sup>50</sup> este es el pan que baja del cielo, para que quien lo coma no muera. <sup>51</sup> Yo soy el pan vivo, bajado del cielo. Si uno come de este pan, vivirá para siempre; y el pan que yo le voy a dar, es mi carne por la vida del mundo.»

## Pequeños detalles a tener en cuenta antes de la oración

- Esta es la primera de las siete afirmaciones “Yo soy” que Jesús hará en este Evangelio. Estas afirmaciones son revelaciones cruciales sobre la identidad de Jesús.
- Jesús ha prometido “darles el verdadero pan del cielo” (6:32). Las multitudes, aparentemente estancadas en una perspectiva terrenal/material, siguen suponiendo que Jesús va a satisfacer únicamente sus necesidades materiales dándoles comida (como el maná) durante un largo período de tiempo. Ahora, sorprendentemente, les revela que Él es ese “pan” que les ha sido prometido.
- La descripción de “los judíos murmurando” (versículo 41) recuerda la murmuración del pueblo judío contra Moisés y Dios en el desierto tras cruzar el Mar Rojo.
- El trasfondo aparentemente ordinario de Jesús es una piedra de tropiezo para los judíos, que les impide tener fe en la revelación que les está dando en estos versículos.
- Jesús cita abundantemente a los profetas para mostrar que Dios había prometido saciar el hambre y la sed de su pueblo en el momento de su salvación, que Jesús está inaugurando en medio de ellos.
- Debemos ver una clara conexión entre este “pan del cielo” que dará “vida eterna” y el árbol de la vida del Génesis. La humanidad fue apartada de este árbol y de su fruto a causa del pecado original; ahora, en Jesús, la humanidad vuelve a tener acceso al alimento que da la vida eterna.
- Finalmente, Jesús revela por primera vez que este “pan” no es simplemente una figura retórica. Este pan que da la vida eterna es su carne, no un simple símbolo de sus enseñanzas o de su modo de vida.

## Preparándome para dialogar con Jesús

- Me tomaré un momento de silencio para reconocer que estoy en presencia de Dios. Él me mira con amor. Él ha planeado este momento de oración desde antes de que yo naciera y me ha preparado una gracia especial.
- Me tomo un momento para tomar conciencia de los pensamientos, sentimientos, deseos o preguntas que han surgido en mi corazón al leer el pasaje de la Escritura seleccionado.
- Invoco la ayuda del Espíritu Santo para entablar una conversación con Jesús utilizando las siguientes preguntas como punto de partida...

## Preguntas para Jesús...

- *Jesús, tú prometes que los que vengan a ti y crean en ti nunca tendrán hambre ni sed. ¿Qué significa para mí “ir a ti” o “creer en ti” para no tener hambre ni sed?*
- *Jesús, me has dicho que no has venido a hacer “tu voluntad... sino la voluntad del que te envió” (versículo 38). Renunciar a mi voluntad y hacer la voluntad de Dios me parece difícil y a veces poco atractivo. ¿Cómo pudiste hacerlo? ¿Cómo encontraste alegría o paz al dejar de lado tu voluntad?*



- *Jesús, dijiste que no perderías nada de lo que el Padre te ha dado. ¿Cómo se aplica eso a mí, a mi familia o a mis amigos?*
- *Jesús, los judíos eran incapaces de entender cómo eras a la vez hijo de José y de María, y al mismo tiempo bajaste del cielo. ¿Por qué no les explicaste mejor la naturaleza de tu identidad como Dios y como hombre? A veces me cuesta mantener el equilibrio entre estas dos verdades. Jesús, muéstrame dónde estoy estancado(a), especialmente cuando me enfoco excesivamente en tu humanidad y otras veces en tu divinidad.*
- *Jesús, cuéntame más sobre la naturaleza de la “vida eterna”. ¿Es algo que sólo experimento después de morir? ¿Es algo que debo empezar a experimentar en la tierra? Si es así, ¿cómo?*
- *¿Qué otras preguntas agitan mi corazón o mi mente que me gustaría hacerle a Jesús...?*

## **Preguntas para imaginar que Jesús me hace...**

- *Hija/hijo mío, “Él que viene a mí... cree en mí... nunca tendrá hambre ni sed” (versículo 35). ¿Dónde tienes “hambre” o “sed” en tu corazón? ¿Vendrás a mí ahora mismo con esa hambre? ¿Me traerás tu “sed” ahora mismo durante este tiempo de oración?*
- *Hija/hijo mío, prometo resucitar en el último día a los que crean en mí. ¿Tienes fe en que seré yo quien te resucite al cielo o luchas con la idea errónea de que tienes que “resucitar tú” para ir al cielo?*
- *Hija/hijo mío, los judíos renegaban entre ellos y conmigo. ¿Dónde te encuentras “renegando”, conmigo o contra mí, en tu vida ahora mismo? ¿Estás dispuesto(a) a abrirte a escuchar mi voz en este ámbito?*
- *Hija/hijo mío, muchos de los trabajos de mi cuerpo, la Iglesia, parecen tener un origen exclusivamente terrenal o humano. Puede ser fácil descartar el trabajo de mi cuerpo, la Iglesia, diciendo lo mismo que los judíos, “¿cómo puede venir esto del cielo?” (versículo 42). ¿Crees que cumplo mi misión en y a través de mi cuerpo, la Iglesia? ¿De qué manera tu dificultad con la realidad humana de mi cuerpo puede estar impidiendo que profundices tu fe en mí, la cabeza?*
- *Hija/hijo mío, quiero enseñarte (versículo 45), deseo mucho mostrarte el camino de la vida, de la paz, de la alegría, etc. ¿Reconocerás tu necesidad de que te enseñe estas cosas o luchas con el orgullo que te convence de que “ya lo sabes”? ¿Estás dispuesto(a) a permitirme que te enseñe, empezando ahora?*
- *Hija/hijo mío, deseo darte mi carne, el “pan de la vida”, para que tengas vida eterna. ¿Cómo describirías tu deseo de vida eterna? ¿Deseas el pan que quiero darte o luchas contra la falta de deseo? Si es así, pídemelo y pondré en ti un deseo santo de estas cosas.*

## Preguntas finales de reflexión para ayudar a captar el fruto de mi oración.

- ¿Qué me ha llamado la atención de la selección bíblica (palabra, frase, versículo, etc.)?
- ¿Qué pregunta(s) me ha(n) movido más en la oración? ¿Qué pensamientos, sentimientos o deseos surgieron en mi corazón como resultado de esa(s) pregunta(s)?
- ¿Qué siento que Jesús me estaba diciendo en este momento de oración?
- ¿Qué siento que Jesús me está invitando a hacer para poner en práctica nuestra conversación o la gracia que recibí? *Si me resulta difícil responder a esta pregunta, se la plantearé con calma a Jesús y le pediré que me ayude a saber cómo proceder...*

## SESIÓN CINCO

# “PORQUE MI CARNE ES VERDADERO ALIMENTO, Y MI SANGRE ES VERDADERA BEBIDA”.

Juan 6:52-59

<sup>52</sup> Los judíos discutían entre sí: ‘¿Cómo puede éste darnos a comer carne?’ <sup>53</sup> Jesús les dijo: ‘En verdad les digo que si no comen la carne del Hijo del Hombre y no beben su sangre, no tienen vida en ustedes. <sup>54</sup> El que come mi carne y bebe mi sangre vive de vida eterna, y yo lo resucitaré el último día. <sup>55</sup> Mi carne es verdadera comida y mi sangre es verdadera bebida. <sup>56</sup> El que come mi carne y bebe mi sangre permanece en mí y yo en él. <sup>57</sup> Como el Padre, que es vida, me envió y yo vivo por el Padre, así quien me come vivirá por mí. <sup>58</sup> Este es el pan que ha bajado del cielo. Pero no como el de sus antepasados, que comieron y después murieron. El que coma este pan vivirá para siempre. <sup>59</sup> Así habló Jesús en Cafarnaún enseñando en la sinagoga.

## Pequeños detalles a tener en cuenta antes de la oración

- El desacuerdo entre los judíos se intensifica en estos versículos. Han pasado de “murmurar” a “reñir”, discutiendo entre ellos sobre lo que Jesús sugiere.
- La orden de comer la carne de Jesús y beber su sangre resulta chocante y perturbadora para su audiencia judía. La Torá, su ley, prohibía expresamente el consumo de sangre. Comer carne humana, entonces como ahora, sería totalmente impensable.
- En la lengua original de este evangelio, el griego, Jesús cambia el verbo que utiliza para describir “comer” su carne en el versículo 54. Antes había utilizado otra palabra que significa “comer”. Ahora, a medida que se intensifica el debate sobre lo que les pide que hagan, utiliza un verbo aún más específico que se traduce vagamente como “roer”. Jesús quiere claramente que su audiencia entienda que no está hablando en metáfora, sino que realmente les ordena comer su cuerpo.
- El resultado de comer su carne y beber su sangre (v. 56) es que “permaneceremos” en Jesús, y él en nosotros. Jesús utiliza este lenguaje de “permanecer” en otras partes de este evangelio para describir la íntima relación entre él y el Padre. En particular, retomará este lenguaje del “permanecer” en la Última Cena (Juan 15), la misma en la que dará la Eucaristía a sus apóstoles por primera vez.
- Jesús vuelve ahora al telón de fondo bíblico original, el maná del desierto (Éxodo 16), cuando termina de revelarnos cuál es el “verdadero pan” que Dios quiere dar al mundo. Revela a los judíos que el maná era simplemente una prefiguración del “verdadero pan” que Dios desea dar al mundo. Este “verdadero pan” es el cuerpo y la sangre de Jesús.

## Preparándome para dialogar con Jesús...

- Me tomaré un momento de silencio para reconocer que estoy en presencia de Dios. Él me mira con amor. Él ha planeado este momento de oración desde antes de que yo naciera y me ha preparado una gracia especial.
- Me tomo un momento para tomar conciencia de los pensamientos, sentimientos, deseos o preguntas que han surgido en mi corazón al leer el pasaje de la Escritura seleccionado.
- Invoco la ayuda del Espíritu Santo para entablar una conversación con Jesús utilizando las siguientes preguntas como punto de partida...

## Preguntas para Jesús...

- *Jesús, dices que, si no comemos tu carne y bebemos tu sangre, no tenemos vida en nosotros (v. 53). ¿Qué quieres decir con “vida dentro de mí”?*
- *Jesús, ¿qué pasa con mis familiares, amigos o compañeros de trabajo que no van a Misa ni te reciben en la Eucaristía? Ayúdame a comprender tu corazón y tu disposición hacia los que no “comen tu cuerpo ni beben tu sangre”.*
- *Jesús, ¿por qué elegiste darme tu cuerpo y tu sangre bajo el velo del pan y del vino? Me parece que haciéndolo así podría ser más difícil creer que verdaderamente es tu*

*cuerpo y tu sangre, ¿por qué elegiste esto?*

- *Jesús, ¿qué significa “permanecer” en ti? ¿Cómo me pides que haga un mejor trabajo “permaneciendo” en ti?*
- *¿Qué otras preguntas surgieron en mi corazón o en mi mente que me gustaría hacerle a Jesús*

## **Preguntas para imaginar que Jesús me hace...**

- *Hija/hijo mío, ¿dónde has experimentado “disputas” sobre la misa (en ti mismo, en tu familia, etc.)? ¿Cuál es el origen de esta “disputa” y cómo puedo ayudarte en medio de ella?*
- *Hija/hijo mío, ¿comprendes el don que te hago en la eucaristía? Sé sincero/a contigo mismo/a y conmigo, ¿deseas tener “vida dentro de ti”, para ser “resucitado/a en el último día”?*
- *Hija/hijo mío, ¿crees que estoy realmente presente en la Eucaristía? ¿Qué te cuesta creer y qué puedo hacer para ayudarte a profundizar en tu fe?*
- *Hija/hijo mío, deseo darte la vida a través de mi Eucaristía. ¿A dónde te diriges cuando las cosas son difíciles, frustrantes, dolorosas? ¿Qué crees que pasaría si acudieras a la Eucaristía en esos momentos?*
- *Hija/hijo mío, ¿en qué parte de tu vida “permaneces conmigo”? ¿Dónde estás separado(a) de mí? ¿Estás dispuesto(a) a permitirme “permanecer” contigo en esos lugares?*
- *¿Qué otras preguntas puedo imaginarme que Jesús me hace a raíz de la lectura...?*

## **Preguntas de reflexión final para ayudar a captar el fruto de mi oración.**

- *¿Qué me ha llamado la atención de la selección bíblica (palabra, frase, versículo, etc.)?*
- *¿Qué pregunta(s) me ha(n) movido más en la oración? ¿Qué pensamientos, sentimientos o deseos surgieron en mi corazón como resultado de esa(s) pregunta(s)?*
- *¿Qué siento que Jesús me estaba diciendo en este momento de oración?*
- *¿Qué siento que Jesús me está invitando a hacer para poner en práctica nuestra conversación o la gracia que recibí? Si me resulta difícil responder a esta pregunta, se la plantearé con calma a Jesús y le pediré que me ayude a saber cómo proceder...*

## SESIÓN SEIS

# “¿QUIERES IRTE TÚ TAMBIÉN?”

### Juan 6:60-71

<sup>60</sup> Al escucharlo, cierto número de discípulos de Jesús dijeron: ‘¡Este lenguaje es muy duro! ¿Quién querrá escucharlo?’ <sup>61</sup> Jesús se dio cuenta de que sus discípulos criticaban su discurso y les dijo: ‘¿Les desconcierta lo que he dicho?’ <sup>62</sup> ¿Qué será, entonces, cuando vean al Hijo del hombre subir al lugar donde estaba antes? <sup>63</sup> El espíritu es el que da vida, la carne no sirve para nada. Las palabras que les he dicho son espíritu y vida. <sup>64</sup> Pero hay entre ustedes algunos que no creen. Porque Jesús sabía desde el principio quiénes eran los que no creían y quién lo iba a entregar. <sup>65</sup> Y agregó: ‘Como he dicho antes, nadie puede venir a mí si no se lo concede el Padre. <sup>66</sup> A partir de entonces muchos de sus discípulos se volvieron atrás y dejaron de seguirle. <sup>67</sup> Jesús preguntó a los Doce: ‘¿Quieren marcharse también ustedes?’ <sup>68</sup> Pedro le contestó: ‘Señor, ¿a quién iríamos? Tú tienes palabras de vida eterna. <sup>69</sup> Nosotros creemos y sabemos que tú eres el Santo de Dios. <sup>70</sup> Jesús les dijo: ‘¿No los elegí yo a ustedes, a los Doce? Y sin embargo uno de ustedes es un diablo. <sup>71</sup> Jesús se refería a Judas Iscariote, hijo de Simón, pues era uno de los Doce y lo iba a traicionar.

## Pequeños detalles a considerar antes de la oración

- La audiencia original de Jesús encuentra su revelación chocante y difícil de aceptar y vivir.
- Si a la multitud le cuesta creer que Jesús es el pan del cielo que ha bajado del cielo para ellos, ¿cómo podrán creer cuando Jesús sea levantado “de nuevo” en su pasión, resurrección y ascensión (v62)?
- La carne no sirve para nada” - es decir, una manera “carnal”/”humana”/”terrenal” de ver la Eucaristía es insuficiente y no puede traspasar la verdad de lo que Jesús está revelando. Jesús está desafiando a los judíos que intentan hacer que su enseñanza se ajuste a sus ideas preconcebidas.
- Si nos tomamos a pecho las “palabras que Jesús dijo” (v63), encontraremos la plenitud y la “vida” que deseamos.
- Jesús es consciente de que hay muchos en la multitud que no creen lo que dice. Muchos judíos dejan de seguir a Jesús a raíz de su enseñanza sobre la Eucaristía.
- Jesús no cambia su enseñanza para intentar recuperar a los que rechazan sus palabras.
- Jesús se dirige a sus amigos más cercanos y les pregunta si ellos también le rechazarán.
- Por último, Jesús menciona la traición de Judas. Visto en el contexto del capítulo, Juan parece insinuar que un elemento de la traición de Judas es su rechazo de la enseñanza de Jesús sobre la Eucaristía.

## Prepararse para dialogar con Jesús...

- Me tomaré un momento de silencio para reconocer que estoy en presencia de Dios. Él me mira con amor. Él ha planeado este momento de oración desde antes de que yo naciera y ha preparado una gracia especial para mí.
- Me tomo un momento para tomar conciencia de los pensamientos, sentimientos, deseos o preguntas que han surgido en mi corazón al leer el pasaje de la Escritura seleccionado.
- Invoco la ayuda del Espíritu Santo para entablar una conversación con Jesús utilizando las siguientes preguntas como punto de partida...

## Preguntas para Jesús...

- *Jesús, ¿por qué desafiaste en lugar de convencer a los discípulos que murmuraban contra ti (v61)?*
- *Jesús, dices que “las palabras {que} has pronunciado son espíritu y vida” (v63). ¿Qué significa oírte hablar a mí? ¿Hay algo más en nuestra relación que vaya más allá de las palabras que leo en el Evangelio?*
- *Jesús, ¿por qué permitiste que tus discípulos se alejaran de ti? ¿Qué pensabas o sentías cuando te dejaron?*

- *Jesús, ¿dónde puede haber lugares en los que yo, sin saberlo, haya dejado de “acompañarte” (v66)?*
- *Jesús, ¿qué hay en tu enseñanza sobre la Eucaristía que sea tan importante que merezca la pena perder a “muchos de tus discípulos” (v66) por ello?*
- *¿Qué otras preguntas surgieron en mi corazón al leer esta sección...?*

### **Preguntas para imaginarme que Jesús me hace...**

- *Hija/hijo mío, ¿te escandaliza mi enseñanza sobre la Eucaristía?*
- *Hija/hijo mío, ¿qué te cuesta aceptar de mi enseñanza?*
- *Hija/hijo mío, quiero decirte palabras de espíritu y de vida. ¿Te tomas tiempo en tu vida para escuchar mi voz en la oración? ¿Crees que te hablaré cuando te tomes tiempo para escuchar en oración?*
- *Hija/hijo mío, ¿crees que el Padre te ha llamado en tu bautismo y que puedes “venir a mí” porque el Padre te lo ha “concedido” (v65)?*
- *Hija/hijo mío, ¿en qué lugares de tu vida me has “dejado” para seguir tu propio camino? ¿Estás dispuesto(a) a “acompañarme” de nuevo?*
- *¿Qué otras preguntas me imagino que me hace Jesús a raíz de esta lectura...?*

### **Preguntas de reflexión final para ayudar a captar el fruto de mi oración.**

- *¿Qué me ha llamado la atención de la selección bíblica (palabra, frase, versículo, etc.)?*
- *¿Qué pregunta(s) me ha(n) movido más en la oración? ¿Qué pensamientos, sentimientos o deseos surgieron en mi corazón como resultado de esa(s) pregunta(s)?*
- *¿Qué siento que Jesús me estaba diciendo en este momento de oración?*
- *¿Qué siento que Jesús me está invitando a hacer para poner en práctica nuestra conversación o la gracia que recibí? Si me resulta difícil responder a esta pregunta, se la plantearé con calma a Jesús y le pediré que me ayude a saber cómo proceder...*



# APÉNDICE

Estas son las diferentes secciones que encontrarás en este apéndice. Esperamos que este te ayude a encontrar formas creativas de utilizar este recurso para el debate y la oración en tu parroquia, pequeño grupo o familia.

- A. Ideas para utilizar el recurso con diferentes métodos de oración.**
- B. Ideas para utilizar el recurso en un pequeño grupo.**
- C. Ideas para utilizar el recurso en familia.**
- D. Ideas para adaptaciones parroquiales.**

## **A. Ideas para utilizar el recurso con diferentes métodos de oración.**

### ***Lectio Divina***

El recurso Juan 6 se adapta naturalmente al modelo de oración conocido como “lectio divina”. El recurso se diseñó tomando como modelo este estilo de compromiso orante con la Escritura. Para seguir la estructura específica de la lectio divina con este recurso sugerimos:

- Comience su tiempo de oración con la sección “Preparándose para dialogar con Jesús...” de la sesión.
- ***Lectio*** - Leer 2 a 3 veces en oración la Escritura seleccionada en la sesión.
- ***Meditatio*** - La sección “Pequeños detalles a considerar antes de la oración” podría ser una ayuda útil en el paso de “meditación” de la lectio divina.
- ***Oratio*** - La sección de la sesión que enumera las preguntas sugeridas para hacerle a Jesús o para imaginar que Jesús te las hace a ti sería una gran ayuda en este paso del modelo de la lectio divina.
- ***Contemplatio*** - La sección de la sesión “Preguntas para concluir la reflexión...” puede ser un paso final útil para concluir tu tiempo de contemplación.

**Encontrará instrucciones sencillas sobre cómo rezar la “lectio divina” en la página web de la USCCB: [www.usccb.org/catholic-prayers](http://www.usccb.org/catholic-prayers)**

## ***Meditación Imaginativa Ignaciana***

Este modelo de oración nos invita a hacer uso de nuestra imaginación para comprometernos profundamente con la Escritura. Es particularmente eficaz para meditar con los cuatro evangelios y sería un modelo excelente para utilizar este recurso. A continuación, encontrará un enlace a una breve descripción/introducción de este modelo de oración. Para aquellos que estén familiarizados, a veces puede ser apropiado seleccionar a un individuo en particular para imaginarlo durante el tiempo de oración. Debajo, encontrará algunas sugerencias para utilizar este modelo de oración en cada sesión.

- **Sesión 1** - Considera experimentar/imaginar la escena a través de la perspectiva de:
  - La multitud
  - Los Apóstoles
  - Jesús
- **Sesión 2** - Considera experimentar/imaginar la escena desde la perspectiva de:
  - Los Apóstoles en la barca
- **Sesión 3** - Considera la posibilidad de experimentar/imaginar la escena desde la perspectiva de:
  - La multitud que busca a Jesús
  - Los Apóstoles que presencian el intercambio
- **Sesión 4** - Considera la posibilidad de experimentar/imaginar la escena desde la perspectiva de:
  - La multitud
- **Sesión 5** - Considerar la experiencia/imaginación de la escena desde la perspectiva de:
  - La multitud
- **Sesión 6** - Considerar la experiencia/imaginación de la escena desde la perspectiva de:
  - La multitud
  - Los Apóstoles
  - Jesús

**Para una breve introducción a la Meditación Imaginativa Ignaciana ver:**  
[www.ignatianspirituality.com/ignatian-prayer/the-spiritual-exercises/pray-with-your-imagination/](http://www.ignatianspirituality.com/ignatian-prayer/the-spiritual-exercises/pray-with-your-imagination/)

## **B. Ideas para utilizar el recurso en pequeños grupos**

### ***Ejemplo de orden del día***

- (5 minutos) Oración de apertura
- (10 minutos) Interacción inicial de grupo
- (20 minutos) Tiempo de oración con el texto de la sesión
- (15 minutos) Tiempo para escribir la reflexión personal)
- (30 minutos) Diálogo en grupo

### ***Métodos de oración sugeridos***

- Seguir el recurso tal como está escrito o adaptarlo a cualquiera de los métodos de oración mencionados en la sección anterior sería fructífero en un entorno de grupo.
- Animaríamos a los grupos pequeños a probar diferentes métodos de oración a lo largo de su tiempo en el recurso (por ejemplo, si el grupo está acostumbrado a practicar la lectio divina, pueden elegir durante varias sesiones probar la Oración Imaginativa Ignaciana).
- La selección de la Escritura debe ser leída en voz alta a todo el grupo por el líder o un voluntario.

### ***Preguntas sugeridas para el diálogo***

- Algunos ejemplos de preguntas para el diálogo podrían ser
  - ¿Qué preguntas de la oración de esta sesión te llamaron la atención durante el tiempo de oración y por qué?
  - ¿Qué crees que Jesús trató de comunicarte durante el tiempo de oración?
  - ¿Qué resonará todavía en tu corazón/mente dentro de unos días después de este tiempo de oración?

## C. Ideas para utilizar el recurso en un entorno familiar.

Hay varias maneras de adaptar el recurso para que lo utilicen las familias. Obviamente, la experiencia variará en función de la madurez y la capacidad de atención de los hijos de la familia. A continuación, se presentan algunas sugerencias que esperamos sirvan de punto de partida para otros usos creativos del recurso:

### **Compartir la mesa en familia**

- El recurso podría ser una excelente fuente de temas de conversación para padres e hijos durante la cena o en otro momento adecuado de diálogo breve (antes de acostarse, en el desayuno, etc.).
- Sugerimos que se elija una sesión y se discuta a lo largo de una o dos semanas. Algo como lo siguiente:
  - Domingo por la noche - se lee el versículo bíblico de la sesión en la mesa después de terminar la comida (2 veces, despacio y con la “interpretación” apropiada para los niños). Luego, durante la limpieza, cada miembro de la familia comparte una cosa que le llamó la atención de la lectura y por qué le llamó la atención.
  - Cada noche, se vuelve a leer la lectura en familia. Los padres seleccionan previamente una o dos preguntas de la sesión (preguntas a Jesús o preguntas que imaginan que Jesús hace) e invitan a cada integrante de la familia a compartir su reacción o “respuesta” a la pregunta.
  - Esto continúa hasta que los padres consideran que todas las preguntas han sido suficientemente discutidas o disciernen que es el momento de pasar a otra sección de las Escrituras (la siguiente sesión).

### **Tiempo de oración imaginativa en familia**

- Esto funciona especialmente bien con los niños más pequeños a los que les cuesta concentrarse durante mucho tiempo.
- Esta idea requeriría un poco más de preparación por parte de uno o ambos padres, pero vale la pena los pocos minutos adicionales para prepararse.
- En esta sugerencia, los padres guían a sus hijos en una meditación imaginativa ignaciana basada en una de las sesiones del recurso (u otros relatos evangélicos relacionados con la Eucaristía: el relato de la última cena, por ejemplo, o el lavatorio de los pies de los discípulos).
- Los padres ayudan a los niños dándoles opciones de quién “elegir ser” en esta escena imaginada. Los padres ayudan al niño a “imaginar la escena” haciéndole preguntas relacionadas con los cinco sentidos, por ejemplo: “¿A qué hora del día te imaginas que está sucediendo esto, a qué olería estar junto al mar y en una gran colina cubierta de hierba, ¿qué oírías si estuvieras allí, etc.?”
- El punto culminante de la meditación debe ser que los niños se imaginen a sí mismos encontrándose con Jesús en la “escena” que han construido e imaginen lo que les hablaría.
- o Una vez terminada la meditación, los padres invitarán a los niños a que describan el lugar que imaginaron, las cosas que imaginaron ver/escuchar y, lo más importante, cómo imaginaron que sería su encuentro con Jesús.

## D. Ideas para adaptaciones parroquiales

Por último, invitamos a las parroquias a considerar cómo podrían invitar creativamente a su comunidad a rezar con el recurso como una familia parroquial entera.

Probablemente habrá muchas oportunidades para utilizar el recurso dentro de los ministerios e iniciativas que ya están funcionando en la parroquia (puede que la parroquia no necesite instituir ningún programa “nuevo” para hacer uso del recurso). Enumeraremos algunas pequeñas ideas a continuación, de nuevo, esperando que sean un punto de partida para las conversaciones entre los líderes de los ministerios.

- Invitar a los catequistas de la parroquia a utilizar el recurso en su oración personal antes del próximo año de formación en la fe (posiblemente culminando en una misa especial o adoración eucarística reservada para estos líderes).
- Cuando escuchemos Juan 6 en el Leccionario semanal (Easer, 2024), invite a toda la comunidad parroquial a orar con la sesión apropiada del recurso después de ese Evangelio dominical (como una forma de profundizar en el Evangelio). Posiblemente una o dos de las preguntas de la oración podrían ayudar al diácono o al sacerdote en su homilía semanal.
- Considere el recurso como un viaje cuaresmal con su parroquia (que culmina con la celebración de la institución de la Eucaristía el Jueves Santo).
- Invite a los catecúmenos y a los candidatos del RICA a rezar el recurso como preparación para su primera comunión.

**Por último, si usted o su parroquia está buscando más apoyo relacionado con este recurso o desea compartir un testimonio de cómo el recurso ha tenido un impacto positivo en usted o su parroquia, por favor póngase en contacto con la Oficina de Ministerios de Evangelización y Vida Familiar de la Arquidiócesis de Denver - [Office.EFLM@archden.org](mailto:Office.EFLM@archden.org).**