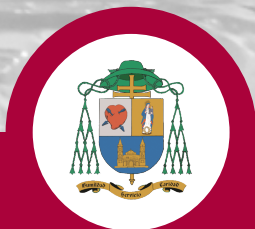




# Semana SANTA en Familia



† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ



## Semana Santa en Familia

### Monición:

La Semana Santa conmemora la pasión, muerte y resurrección de Jesús, Nuestro Salvador. En estos días estamos invitados a dialogar con Dios y a participar como Iglesia Católica en las celebraciones litúrgicas, uniéndonos desde nuestras casas a la trasmisión en directo, a través, de los medios comunicación y teniendo momentos de oración en familia, mediante la escucha de la Palabra de Dios, signos y gestos, en este tiempo de gracia.

Como familia que camina a configurarse como Iglesia doméstica, nos unimos como hermanos para celebrar estos días santos, oportunidad privilegiada para reconocer el gran Amor de Dios, que nos dona en su Hijo, quien muere en la cruz entregando su vida por cada uno de nosotros hasta resucitar a una vida nueva.

**Que esta experiencia verdadera de amor y donación sea ejemplo para cada uno de nosotros y para nuestras familias.**



### Actividad Parroquial

- **Anunciar a los fieles de la parroquia el horario de las celebraciones de Semana Santa que serán transmitidas en vivo, especificando las redes sociales que se utilizarán.**



### Actividad Familiar

- **Animarnos a vivir en familia esta Semana Santa.**
- **Compartir este material a los demás miembros de la familia, amigos, vecinos y hermanos de la comunidad parroquial**



# DOMINGO DE RAMOS

## Monición:

La Semana Santa inicia con el Domingo de Ramos o Domingo de la Pasión. En este día celebramos la entrada mesiánica de Señor Jesús a Jerusalén, el triunfo pascual a través de la muerte. Hoy anunciamos que la cruz y la muerte son la victoria definitiva de Cristo.

Es una oportunidad para proclamar a Jesús como el Señor y Rey de nuestras vidas. Es un día en el que podemos decirle a Cristo que nosotros también queremos seguirlo, aunque tengamos que sufrir o morir por Él. Que queremos que sea el Rey y Señor de nuestras vidas, de nuestras familias, de nuestra patria y del mundo entero.

**“Hosanna al Hijo de David. Bendito el que viene en nombre del Señor. El Rey de Israel. Hosanna en el cielo”. (Mt 21, 9)**

### Actividad Parroquial



Celebrar la Eucaristía, con transmisión televisiva en directo o desde nuestras parroquias, enlazados a las redes sociales. El obispo o el sacerdote, por este medio, bendice en esta celebración los ramos que tienen en casa.



Distribuir o compartir la oración para poner el ramo bendito en el hogar.

### Actividad Familiar



Participar de la transmisión en vivo de la Eucaristía televisada o por las redes sociales de la parroquia.



Adornar la casa y tener unos ramos



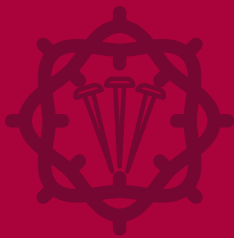
Al final de la Eucaristía hacemos en familia la oración para poner el ramo bendito en el hogar y lo colocamos en la puerta o en la ventana de nuestra residencia.

### Oración para poner el ramo bendito en el Hogar

Dios Padre, bendice nuestro hogar  
y que este ramo que pondremos a la vista en nuestra casa,  
nos recuerde la entrada triunfal de Jesús a Jerusalén,  
y de esta manera también lo haga en nuestro hogar  
y que tu Hijo Jesús y la Virgen María reinen en él.

Danos paz, amor y respeto,  
para que respetándonos y amándonos  
los sepamos honrar en nuestra vida familiar.  
Te lo pedimos por Jesucristo Nuestro Señor. Amén.





# JUEVES SANTO

## Monición:

En este día conmemoramos la institución de la Eucaristía, del sacerdocio y la entrega del mandamiento del amor: **“Ámense los unos a los otros como yo los he amado” (Jn13,34).**

En esta noche Cristo nos deja su Cuerpo y su Sangre. Actualicemos este gran don y comprometámonos a servir a nuestros hermanos. Con el lavatorio de los pies recordamos que ésta no es la única vez que Jesús nos habla acerca del servicio. Debemos procurar esta virtud para nuestra vida todos los días. Vivir como servidores unos con otros.

### Actividad Parroquial



Celebrar la Eucaristía con transmisión televisiva en directo o desde nuestras parroquias enlazados a las redes sociales.



Adorar en la noche al Santísimo Sacramento luego de la Eucaristía, a través, de las redes sociales.



En la noche de adoración, se puede utilizar para meditación las lecturas bíblicas de:

a. La visita a las siete Iglesias

Jesús en el huerto	(Lc 22, 29-46)
Jesús en casa de Anás	(Jn18, 19-22)
Jesús en casa de Caifás	(Mt 26, 63-68)
Jesús en la casa de Pilato	(Jn18, 35-37)
Jesús en casa de Herodes	(Lc 23, 8-9.11)
Jesús de nuevo en casa de Pilato	(Mt 27, 22-26)
Jesús en el Calvario	(Mt 27,27-31)
Jesús en el huerto del Getsemaní	(Lc 22,39-45)
La oración sacerdotal	(Jn 17,1-26)

### Actividad Familiar



Previo a la Eucaristía, cada hogar prepara una toalla, platón y agua para el lavatorio de los pies en familia.



Participar de la transmisión en vivo de la Eucaristía televisada o por las redes sociales de la parroquia.



En el momento del Lavatorio de los pies, que corresponde en la celebración Eucarística, las familias pueden en sus casas lavarse los pies los unos a los otros. Cada miembro elige a un familiar y le lava los pies como un gesto de amor y reconciliación.



Se pueden subir fotos a las redes sociales y compartir con otros esta experiencia de fe.





# VIERNES SANTO

## Monición:

En este día la comunidad cristiana proclama la **Pasión del Señor y adora su Cruz como el primer acto de este Misterio**. Recordamos la muerte de Jesús en la Cruz, muere para salvarnos del pecado y darnos la vida eterna.

El Vía Crucis es una manera de recordar la pasión de Jesús y de vivir con Él y acompañarlo en los sufrimientos que tuvo en el camino al Calvario. Es día de preguntarnos si estamos dispuestos a donarnos a otros por amor, así como Jesús lo hizo. La Iglesia doméstica ayuna, ora, celebra la Pasión y la Cruz.

### Actividad Parroquial



Rezar la coronilla de la misericordia, meditar las siete palabras últimas de Jesús en la cruz y celebrar la Liturgia de Viernes Santo con transmisión televisiva en directo o desde nuestras parroquias, a través, de las redes sociales.

### Actividad Familiar



Hacer ayuno, que significa privarse de alimento o bien alimentarse de forma sencilla y austera. El ayuno en este día es expresión del acompañamiento al Señor en su muerte.



Colocar en la mañana un altar familiar con un Crucifijo. Estando la familia, en torno a él, leen una parte del relato de la pasión Lc 23, 33-49 o rezan en familia el Vía Crucis. (Ver anexo 1)



En la noche, vemos en familia la película: "La Pasión" de Mel Gibson. Al finalizar la misma, compartimos entre todos respondiendo a tres preguntas y terminando con una oración familiar espontánea. Las preguntas son:

**¿Qué escena me llamó más la atención?**

**¿Qué frase me llamó más la atención?**

**¿Qué mensaje me deja esta película?**





# SÁBADO SANTO

## Monición:

El sábado santo es un **día de oración junto a la tumba esperando la Resurrección**. Es día de reflexión y silencio. Durante este día se le da especial atención a la Santísima Virgen María, acompañándola en su soledad que vela junto a la tumba de su amado Hijo. Es tiempo de la preparación para la celebración de la Vigilia Pascual.

### Actividad Parroquial



Celebrar la Vigilia Pascual con trasmisión televisiva en directo o desde nuestras parroquias enlazados a las redes sociales.



En la vigilia el sacerdote, bendecirá el agua que tengamos preparada en nuestras casas.

### Actividad Familiar



En horas de la mañana, meditamos en familia, los siete dolores de la Virgen María o rezamos los misterios de dolor del Santo Rosario. (Ver anexo 2)



Preparar un altar con un cirio o vela y un recipiente con agua.



Participar de la trasmisión en vivo de la Vigilia Pascual televisada o por las redes sociales de la parroquia.



El cabeza de familia luego de la renovación bautismal, en la Vigilia Pascual transmitida en vivo, rocía o asperja a los familiares presentes en casa con el agua bendita.



Al final de la Vigilia Pascual tenemos un ágape familiar. En torno la mesa damos gracias a Dios y compartimos los alimentos.





# DOMINGO DE PASCUA

## Monición:

La fiesta de la Pascua de Resurrección es la **fiesta más importante para todos los cristianos católicos**, ya que con la Resurrección de Jesús adquiere sentido toda nuestra fe. Cristo triunfó sobre la muerte y con esto nos abrió las puertas del cielo.

Cuando celebramos la resurrección de Cristo, estamos celebrando también nuestra propia liberación. Celebramos la derrota del pecado y de la muerte.

En la resurrección encontramos la clave de la esperanza cristiana: si Jesús está vivo y está junto a nosotros, ¿qué podemos temer?, ¿qué nos puede preocupar?

### Actividad Parroquial



Celebrar la Eucaristía con transmisión televisada en directo o desde nuestras parroquias, a través, de las redes sociales.

### Actividad Familiar



Participar de la transmisión en vivo de la Eucaristía televisada o por las redes sociales de la parroquia.



Preparar y compartir un almuerzo familiar de Pascua. En torno a la mesa, hacemos un canto de pascua, encendemos un cirio y hacemos una oración de acción de gracias por la victoria de Cristo sobre la muerte.

**¡Cristo ha resucitado, Aleluya, Aleluya!**  
**¡Verdaderamente ha resucitado el Señor, Aleluya, Aleluya!**

*José D. Ulloa M*

† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ



# APÉNDICE

## Anexo 1

### VIA CRUCIS

En el nombre del Padre, y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén

Vamos a seguir paso a paso con Jesús el camino del Calvario. Este es un camino que no nos lleva solamente al sufrimiento, sino que por medio de él llegaremos a la Resurrección.

**Oración Inicial:** Señor, que la meditación de tu Pasión y Muerte nos anime y ayude a tomar la cruz de cada día y seguirte, para un día resucitar contigo en la gloria. Amén.

#### **I. Estación: Jesús es condenado a muerte**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo

Por la envidia de los fariseos y la debilidad de Pilato, Jesús fue juzgado injustamente y condenado a muerte. Porque yo también te he juzgado al reclamarte algo, Señor. Porque también te he juzgado al juzgar a mis hermanos. Perdón, Señor, perdón. (Padre Nuestro, Ave María y Gloria)

#### **II. Estación: Jesús carga la cruz**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo.

Simplemente se la echaron encima sin ninguna consideración, y Él no la rechazó. Por las veces que yo he dejado de llevar mi cruz y por las veces que he renegado de mis penas y enfermedades. Perdón, Señor, perdón. (Padre Nuestro, Ave María y Gloria)

#### **III. Estación: Jesús cae en el camino**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo.

No es fácil llevar la cruz. Muchas veces cae uno vencido bajo su peso. Por las ocasiones en que he tardado tanto en levantarme y también por todos aquéllos que no quieren levantarse. Perdón, Señor, perdón. (Padre Nuestro, Ave María y Gloria.)





#### **IV. Estación: Jesús encuentra a su Madre**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo

Tuviste, Jesús, el apoyo de tu Madre en la subida al Calvario. Ella no se quejó, sino que te acompañó en ese penoso camino. Por las veces que no he dado apoyo a otros en los momentos difíciles y por haberlos dejado solos en su vía crucis. Perdón, Señor, perdón.  
(Padre Nuestro, Ave María y Gloria)

#### **V. Estación: Simón ayuda a Jesús**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo

Tuviste, Jesús, a Simón el Cireneo, quien –obligado– cargó la cruz contigo. ¡Qué gracia la de éste que cruzaba por tu camino al Calvario! Por las veces, Señor, que no me he dado cuenta que Tú has sido mi Cireneo, que has sido Tú Quien me ha ayudado a llevar mi cruz. Perdón, Señor, perdón.  
(Padre Nuestro, Ave María y Gloria)

#### **VI. Estación: Verónica consuela a Jesús**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo

Aquella mujer fue valiente al limpiar tu rostro cruzando la fuerte guardia que te llevaba a empujones y jalones camino al lugar de tu Crucifixión. Y dejaste impreso tu rostro en su paño. Por las veces que no he visto tu rostro en los que sufren, en los abandonados y débiles, en los ancianos y enfermos. Perdón, Señor, perdón. (Padre Nuestro, Ave María y Gloria)

#### **VII. Estación: Jesús cae por segunda vez**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo

No sabemos si tropezaste o si caíste por un empujón. Por las veces que con mi ejemplo hice que otros tropezaran y cayeran, y por las veces que deliberadamente los he empujado. Por las veces que por mi ejemplo, otros han pecado. Perdón, Señor, perdón. (Padre Nuestro, Ave María y Gloria)

#### **VIII. Estación: Las mujeres lloran al ver a Jesús**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo

En medio de su dolor, Jesús no deja de preocuparse por la pena de aquellas mujeres. Por las veces en que me he dejado abrumar tanto por mis problemas, que me he olvidado de los sufrimientos de los que me rodean o se han acercado a mí. Perdón, Señor, perdón. (Padre Nuestro, Ave María y Gloria)



### **IX. Estación: Jesús cae por tercera vez**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo

Y por tercera vez hace un esfuerzo inmenso y se levanta. Por esas ocasiones en las que, ante las dificultades, me he desanimado y no he continuado en aquello que me has pedido a favor de los demás. Perdón, Señor, perdón. (Padre Nuestro, Ave María y Gloria).

### **X. Estación: Jesús es despojado de sus vestiduras**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo

Antes de crucificarlo, lo despojaron de sus vestiduras. Por las veces en que yo he despojado a otros de su fama, de sus bienes, de sus derechos, de su inocencia, de sus ilusiones...Perdón, Señor, perdón. (Padre Nuestro, Ave María y Gloria)

### **XI. Estación: Jesús es clavado en la cruz**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo

Y desde la Cruz pidió a su Padre que perdonara a sus verdugos y que nos perdonara a nosotros. Por tantos perdones que yo he negado, por tantas represalias, por tantas venganzas que he tomado, por tanto resentimiento que conservo y que amarga mi alma. Perdón, Señor, perdón. (Padre Nuestro, Ave María y Gloria)

### **XII. Estación: Jesús muere en la cruz**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo

No hay amor mayor que dar la vida por otro. Por la facilidad con que me olvido de cuánto me amas, Señor, cuánto me has dado, cuánto te costaron mis pecados. Por la poca importancia que doy a tu Pasión y Muerte que me ha redimido y por no darme cuenta de la necesidad que tengo de ser redimido por Ti. Perdón, Señor, perdón. (Padre Nuestro, Ave María y Gloria)

### **XIII. Estación: Jesús es bajado de la cruz**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo

Y su cuerpo es puesto en brazos de su Madre. Por ese tierno Niño que tú nos diste una Nochebuena y que una mala tarde te devolvimos muerto por nuestros pecados. Perdón, Madre, perdón. (Padre Nuestro, Ave María y Gloria)



#### **XIV. Estación: Jesús es sepultado**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo

Aquél que algunos judíos esperaban fuera el liberador de Israel ha sido sepultado. Por las veces en que he olvidado que es necesario pasar por todas esas cosas para poder entrar en la gloria. Perdón, Señor, perdón. (Padre Nuestro, Ave María, Gloria)

#### **XV. Estación: Y al tercer día resucitó**

V. Te adoramos oh Cristo y te bendecimos.  
R. Que por tu santa cruz redimiste al mundo

Si Cristo no hubiera resucitado, vana sería nuestra fe. Por las veces que he hecho vana mi fe al creer en mitos que van en contra de tu Resurrección. Por las veces en que olvido que si no muero a mí mismo, Jesús, no podré resucitar contigo. Perdón, Señor, perdón. (Padre Nuestro, Ave María y Gloria)

**Oración final:** Señor mío Jesucristo, que con tu Pasión y Muerte diste vida al mundo, líbranos de todas nuestras culpas y de toda inclinación al mal, concédenos vivir apegados a tus mandamientos y jamás permitas que nos separemos de Ti. Tú que vives y reinas por los siglos de los siglos. Amén.

### **Anexo 1**

#### **Los Siete Dolores de María Santísima**

##### **Acto de Contrición**

Señor mío, Jesucristo, me arrepiento profundamente de todos mis pecados. Humildemente suplico Tu perdón y por medio de Tu gracia, concédeme ser verdaderamente merecedor de Tu amor, por los méritos de Tu Pasión y Tu muerte y por los dolores de Tu Madre Santísima. Amén.

##### **1. La profecía de Simeón (Lc. 2,22-35)**

Qué grande fue el impacto en el Corazón de María, cuando oyó las tristes palabras con las que Simeón le profetizó la amarga Pasión y muerte de su dulce Jesús. Querida Madre, obtén para mí un auténtico arrepentimiento por mis pecados. (Padrenuestro, siete Ave Marías, Gloria)

##### **2. La huida a Egipto (Mt 2,13-15)**

Considera el agudo dolor que María sintió cuando ella y José tuvieron que huir repentinamente de noche, a fin de salvar a su querido Hijo de la matanza decretada por Herodes. Cuánta angustia la de María, cuántas fueron sus privaciones durante tan largo viaje. Cuántos sufrimientos experimentó Ella en la tierra del exilio. Madre Dolorosa, alcánzame la gracia de perseverar en la confianza y el abandono a Dios, aún en los momentos más difíciles de mi vida. (Padrenuestro, siete Ave Marías, Gloria)



### **3. El Niño perdido en el Templo (Lc 2,41 -50)**

Qué angustioso fue el dolor de María cuando se percató de que había perdido a su querido Hijo. Llena de preocupación y fatiga, regresó con José a Jerusalén. Durante tres largos días buscaron a Jesús, hasta que lo encontraron en el templo. Madre querida, cuando el pecado me lleve a perder a Jesús, ayúdame a encontrarlo de nuevo a través del Sacramento de la Reconciliación. (Padrenuestro, siete Ave Marías, Gloria)

### **4. María se encuentra con Jesús**

Acércate, querido cristiano, ven y ve si puedes soportar tan triste escena. Esta Madre, tan dulce y amorosa, se encuentra con su Hijo en medio de quienes lo arrastran a tan cruel muerte. Consideren el tremendo dolor que sintieron cuando sus ojos se encontraron - el dolor de la Madre bendita que intentaba dar apoyo a su Hijo. María, yo también quiero acompañar a Jesús en Su Pasión, ayúdame a reconocerlo en mis hermanos y hermanas que sufren. (Padrenuestro, siete Ave Marías, Gloria)

### **5. Jesús muere en la Cruz (Jn 19,17-39)**

Contempla los dos sacrificios en el Calvario - uno, el cuerpo de Jesús; el otro, el corazón de María. Triste es el espectáculo de la Madre del Redentor viendo a su querido Hijo cruelmente clavado en la cruz. Ella permaneció al pie de la cruz y oyó a su Hijo prometerle el cielo a un ladrón y perdonar a Sus enemigos. Sus últimas palabras dirigidas a Ella fueron: "Madre, he ahí a tu hijo." Y a nosotros nos dijo en Juan: "Hijo, he ahí a tu Madre." María, yo te acepto como mi Madre y quiero recordar siempre que Tú nunca le fallas a tus hijos. (Padrenuestro, siete Ave Marías, Gloria)

### **6. María recibe el Cuerpo de Jesús (Mc 15, 42-46)**

Considera el amargo dolor que sintió el Corazón de María cuando el cuerpo de su querido Jesús fue bajado de la cruz y colocado en su regazo. Oh, Madre Dolorosa, nuestros corazones se estremecen al ver tanta aflicción. Haz que permanezcamos fieles a Jesús hasta el último instante de nuestras vidas. (Padrenuestro, siete Ave Marías, Gloria)

### **7. Jesús es colocado en el Sepulcro (Jn 19, 38-42)**

¡Oh Madre, tan afligida! Ya que en la persona del apóstol San Juan nos acogiste como a tus hijos al pie de la cruz y ello a costa de dolores tan acerbos, intercede por nosotros y alcánzanos las gracias que te pedimos en esta oración. Alcánzanos, sobre todo, oh Madre tierna y compasiva, la gracia de vivir y perseverar siempre en el servicio de tu Hijo amadísimo, a fin de que merezcamos alabarlo eternamente en el cielo. (Padrenuestro, siete Ave Marías, Gloria)

### **Oración final**

Oh Doloroso e Inmaculado Corazón de María, morada de pureza y santidad, cubre mi alma con tu protección maternal a fin de que siendo siempre fiel a la voz de Jesús, responda a Su amor y obedezca Su divina voluntad. Quiero, Madre mía, vivir íntimamente unido a tu Corazón que está totalmente unido al Corazón de tu Divino Hijo. Átame a tu Corazón y al Corazón de Jesús con tus virtudes y dolores. Protégeme siempre. Amén.

