

# eucaristía arrupeVLC



*IV domingo tiempo ordinario - Ciclo A - 01/02/2026 - AÑO IV*

- Leemos poco a poco la encíclica Laudato Si'
- Lecturas del domingo
- Oración de los fieles
- Oración final
- Puntos para la oración semanal
- Recordatorios y avisos
- Guía de oración mensual Movimiento Laudato Si'



Bienaventurados los  
pobres en el espíritu

Sof 2, 3; 3,12-13  
Sal 145  
1 Cor 1, 26-31

Posiblemente nos inquieta saber de la extinción de un mamífero o de un ave, por su mayor visibilidad. Pero para el buen funcionamiento de los ecosistemas también son necesarios los hongos, las algas, los gusanos, los insectos, los reptiles y la innumerable variedad de microorganismos. Algunas especies poco numerosas, que suelen pasar desapercibidas, juegan un rol crítico fundamental para estabilizar el equilibrio de un lugar. Es verdad que el ser humano debe intervenir cuando un geosistema entra en estado crítico, pero hoy el nivel de intervención humana en una realidad tan compleja como la naturaleza es tal, que los constantes desastres que el ser humano ocasiona provocan una nueva intervención suya, de tal modo que la actividad humana se hace omnipresente, con todos los riesgos que esto implica. Suele crearse un círculo vicioso donde la intervención del ser humano para resolver una dificultad muchas veces agrava más la situación. Por ejemplo, muchos pájaros e insectos que desaparecen a causa de los agrotóxicos creados por la tecnología son útiles a la misma agricultura, y su desaparición deberá ser sustituida con otra intervención tecnológica, que posiblemente traerá nuevos efectos nocivos. Son loables y a veces admirables los esfuerzos de científicos y técnicos que tratan de aportar soluciones a los problemas creados por el ser humano. Pero mirando el mundo advertimos que este nivel de intervención humana, frecuentemente al servicio de las finanzas y del consumismo, hace que la tierra en que vivimos en realidad se vuelva menos rica y bella, cada vez más limitada y gris, mientras al mismo tiempo el desarrollo de la tecnología y de las ofertas de consumo sigue avanzando sin límite. De este modo, parece que pretendiéramos sustituir una belleza irreemplazable e irrecuperable, por otra creada por nosotros



## MONICIÓN DE ENTRADA



¿Dónde buscamos hoy la fuerza que sostiene nuestra vida?

¿En qué palabra apoyamos la esperanza cuando todo parece frágil?

Este domingo del Tiempo Ordinario, la liturgia nos invita a mirar la realidad desde la profundidad de Dios y no desde los criterios que solemos dar por seguros.

El Señor se acerca a quienes viven con humildad, justicia y verdad, a quienes no se imponen ni buscan dominar. Dios escucha el clamor de los pobres y sostiene a quienes confían en Él con sinceridad.

La sabiduría de Dios no coincide con la lógica del poder ni del prestigio, sino que se manifiesta donde el mundo no la espera.

Se nos abre un camino que cuestiona nuestras seguridades y nos invita a una vida más honda y más libre.

Celebrems con serenidad, dejando que Dios nos enseñe a mirar como Él mira.

## MONICIÓN PARA LAS LECTURAS

### PRIMERA

El profeta Sofonías nos invita a buscar al Señor desde la humildad y la justicia. Dios sostiene a quienes no se imponen y confían en Él con sencillez.

### SEGUNDA

San Pablo recuerda a la comunidad que Dios actúa de un modo sorprendente: elige lo débil y lo sencillo para mostrar su fuerza.

### EVANGELIO

En el evangelio Jesús nos propone un camino que no coincide con la lógica del mundo, pero que revela el verdadero corazón y propósito del Reino del Padre.



## PRIMERA LECTURA

Lectura de la profecia de Sofonías  
(2,3;3,12-13):

BUSCAD al Señor los humildes de la tierra, los que practican su derecho, buscad la justicia, buscad la humildad, quizá podáis resguardaros el día de la ira del Señor.

Dejaré en ti un resto,  
un pueblo humilde y pobre  
que buscará refugio en el nombre del Señor.

El resto de Israel no hará más el mal,  
no mentirá ni habrá engaño en su boca.

Pastarán y descansarán,  
y no habrá quien los inquiete.

**Palabra de Dios**

## SALMO RESPONSORIAL

**R/. Dichosos los pobres en el espíritu,  
porque de ellos es el reino de los cielos**

El Señor mantiene su fidelidad  
perpetuamente,  
hace justicia a los oprimidos,  
da pan a los hambrientos.  
El Señor liberta a los cautivos.

**R/. Dichosos los pobres en el espíritu,  
porque de ellos es el reino de los cielos**

El Señor abre los ojos al ciego,  
el Señor endereza a los que ya se doblan,  
el Señor ama a los justos.  
El Señor guarda a los peregrinos.

**R/. Dichosos los pobres en el espíritu,  
porque de ellos es el reino de los cielos**

Sustenta al huérfano y a la viuda  
y trastorna el camino de los malvados.  
El Señor reina eternamente,  
tu Dios, Sion, de edad en edad.

**R/. Dichosos los pobres en el espíritu,  
porque de ellos es el reino de los cielos**

## SEGONA LECTURA

Lectura de la primera carta de sant Pau als Corintis (1,26-31)

Germans, considereu amb atenció qui sou com a comunitat: entre vosaltres no abunden els savis segons els criteris humans, ni els poderosos, ni els d'alta condició. Déu ha volgut triar allò que el món té per insignificant per deixar en evidència els savis; ha triat allò que sembla feble per confondre allò que es creu fort.

Déu ha escollit allò que el món menysprea, allò que no compta, per deixar sense valor allò que presumeix d'importància, perquè ningú no puga gloriar-se davant del Senyor.  
És per obra de Déu que vosaltres esteu en Crist Jesús, que s'ha convertit per a nosaltres en saviesa que ve de Déu: justícia, santificació i redempció.  
Així, tal com diu l'Escriptura: Qui es glorie, que es glorie en el Senyor.

Paraula de Dèu



## EVANGELIO

Lectura del santo evangelio según san Mateo (5,1-12a):

En aquel tiempo, al ver Jesús el gentío, subió al monte, se sentó y se acercaron sus discípulos; y, abriendo su boca, les enseñaba diciendo:

«Bienaventurados los pobres en el espíritu,  
porque de ellos es el reino de los cielos.

Bienaventurados los mansos,  
porque ellos heredarán la tierra.

Bienaventurados los que lloran,  
porque ellos serán consolados.

Bienaventurados los que tienen hambre y sed de la justicia,  
porque ellos quedarán saciados.

Bienaventurados los misericordiosos,  
porque ellos alcanzarán misericordia.

Bienaventurados los limpios de corazón,  
porque ellos verán a Dios.

Bienaventurados los que trabajan por la paz,  
porque ellos serán llamados hijos de Dios.

Bienaventurados los perseguidos por causa de la justicia,  
porque de ellos es el reino de los cielos.

Bienaventurados vosotros cuando os insulten y os persigan y os calumnien de cualquier modo por mi causa.

Alegraos y regocijaos, porque vuestra recompensa será grande en el cielo».

**Palabra del Señor**





¿Qué pasaría si un día  
despertáramos dándonos  
cuenta de que somos mayoría?

¿Qué pasaría si de pronto  
una injusticia, sólo una,  
es repudiada por todos,  
todos los que somos,  
todos,  
no unos, no algunos, sino todos?

¿Qué pasaría si en vez de seguir divididos  
nos multiplicamos, nos sumamos  
y restamos al enemigo  
que interrumpe nuestro paso?

¿Qué pasaría si dejamos de ser  
peones de un juego ajeno  
y nos convertimos  
en nuestros propios dueños?

¿Qué pasaría si en vez de lamentarnos el cuerpo,  
en vez de lamentarnos el alma,  
avanzamos?

¿Qué pasaría si todos los que están en el poder  
comprendieran  
que ya no nos asustan  
sus amenazas?

¿Qué pasaría si el grito  
de todos los continentes  
se uniera en un solo clamor?

¿Qué pasaría si la democracia  
fuera de verdad,  
si no hubiera nadie fuera,  
si todos fuéramos parte?

¿Qué pasaría si la libertad  
no fuera un sueño  
sino una realidad?

¿Qué pasaría si el amor  
se hiciera ley  
y la solidaridad un derecho?

¿Qué pasaría si no hubiera más dolor,  
más hambre, más violencia?

¿Qué pasaría si fuéramos capaces  
de ser humanos,  
de verdad humanos?

No sé...  
me pregunto yo:

¿Qué pasaría...?

*Mario Benedetti*

# ORACIÓN DE LOS FIELES

**SACERDOTE:** Señor, tú nos llamas dichosos cuando vivimos como tú: con un corazón pobre, misericordioso, limpio y capaz de construir paz. Hoy ponemos en tus manos las necesidades del mundo y de nuestra comunidad. Y juntos decimos:

**R. Que tu Espíritu nos sostenga.**

**R. Que el teu Esperit ens sostinga.**

Señor, que tu Iglesia viva las Bienaventuranzas con humildad y coherencia: siendo pobre con los pobres, compasiva con quien sufre y valiente ante la injusticia. Y juntos te pedimos:

**R. Que tu Espíritu nos sostenga.**

Que los gobernantes y quienes tienen poder no se dejen llevar por la ambición ni el orgullo, sino que escuchen el clamor de los que lloran y tienen hambre y sed de justicia. Y juntos decimos:

**R. Que tu Espíritu nos sostenga.**

Que aprendamos a ser mansos de verdad, renunciando a la violencia, a la dureza y al desprecio, y que construyamos relaciones más humanas, más sencillas y llenas de paz. Y juntos pedimos:

**R. Que tu Espíritu nos sostenga.**

Per la nostra Casa Comuna, perquè aprenguem a cuidar-la amb amor i responsabilitat, vivint amb sobrietat i respecte, i defensant la vida davant un consum desmesurat que ho destrueix tot. Preguem al Senyor:



**R. Que el teu Esperit ens sostinga.**

Per els pobres i descartats, els qui no compten, els qui pateixen fam o injustícia, perquè siguin reconeguts com a germans, i perquè nosaltres no passem de llarg davant del seu dolor. Preguem al Senyor:

**R. Que el teu Esperit ens sostinga.**

Que la nostra comunitat siga neta de cor, capaç de perdonar i de sembrar pau: perquè siguem constructors de fraternitat, i testimoni viu de les Benaventurances en el nostre entorn. Preguem al Senyor:

**R. Que el teu Esperit ens sostinga.**

# JHS

# ORACIÓN FINAL

Bienaventurados

Dijeron felices los importantes,  
los radiantes, los esbeltos,  
los que exhiben abundancias,  
los que llegaron primero  
los opulentos, los fuertes,  
los que nunca naufragaron,  
los que manejan los hilos,  
los que siempre caen de pie.

La vida era una carrera  
hasta conquistar la dicha  
reservada a unos pocos.

Al escucharlo pensé,  
qué infeliz soy.

Dijiste felices los pobres de espíritu,  
los frágiles,  
los que lloran,  
los rechazados, los abatidos,  
los golpeados,  
los que se esfuerzan  
aunque fracasen,  
los derrotados  
que aún confían,  
los que aman.

Un dique se rompió.  
Miré alrededor.  
Otros ojos brillaban.  
El silencio fue sed,  
y empecé a beber de tus palabras.  
Había esperanza  
para las sombras de dentro.





# ECO EJERCICIOS ESPIRITUALES ONLINE 2026

EJERCICIOS ESPIRITUALES ONLINE EN CLAVE DE CONVERSIÓN ECOLÓGICA  
CUARESMA - PASCUA 2026

INSCRIPCIONES HASTA EL 12 DE FEBRERO

12 SEMANAS DE ORACIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PERSONAL

DESCUBRE LA CREACIÓN DESDE LAS MANOS DE DIOS



ORGANIZADO POR EL EQUIPO DE ESPIRITUALIDAD IGNACIANA, JESUITAS ECOLOGÍA Y EL ESPACIO ANA LEAL.  
PASOS PARA INSCRIBIRTE:

ESCRIBE UN CORREO A [ecoe@espiritualidadignaciana.org](mailto:ecoe@espiritualidadignaciana.org) ANTES DEL 12 DE FEBRERO  
CUÉNTANOS BREVEMENTE TU MOTIVACIÓN Y SI HAS HECHO EJERCICIOS ANTES.

## ALMA DE CRISTO

Alma de Cristo, santifícame.  
Cuerpo de Cristo, sálvame.  
Sangre de Cristo, embriágame.  
Agua del Costado de Cristo, lávame.  
Pasión de Cristo, cónfórtame.  
¡Oh buen Jesús, óyeme!  
Dentro de tus llagas, escóndeme.  
No permitas que me aparte de ti.  
Del enemigo malo, defiéndeme.  
En la hora de mi muerte, llámame.  
Y mándame ir a ti,  
para que con tus santos te alabe,  
por los siglos de los siglos.

Amén

## TOMAD SEÑOR Y RECIBID

Tomad, Señor, y recibid  
toda mi libertad,  
mi memoria,  
mi entendimiento,  
y toda mi voluntad,  
todo mi haber y mi poseer;  
Vos me disteis,  
A Vos, Señor, lo torno.  
Todo es vuestro,  
disponed todo a vuestra voluntad;  
dadme vuestro amor y gracia,  
que con ésta me basta.

Amén



## Y RECORDAD...

Para los eventos programados de esta semana, consulta la web [www.centroarrupevalencia.org](http://www.centroarrupevalencia.org)

**CENTRO ARRUPÉ VALÈNCIA - [www.centroarrupevalencia.org](http://www.centroarrupevalencia.org)**



# AMDG