



Oficio de lectura o Matines (Primeras horas del día)

Laudes (Sobre las 06h00)

Hora tercia (Sobre las 09h00)

Hora sexta (Sobre las 12h00)

Hora nona (Sobre las 15h00)

Vísperas (sobre las 19h00)

Completas (Antes de acostarnos)

Para encontrar las oraciones de cada horario sugerimos usar el buscador de su navegador (Ctrl+F)

OFICIO DE LECTURA

INVITATORIO

Si ésta es la primera oración del día:

V. Señor abre mis labios

R. Y mi boca proclamará tu alabanza

Se añade el Salmo del Invitatorio con la siguiente antífona:

Ant. A Cristo, el Señor, que por nosotros fue tentado y por nosotros murió, venid, adorémosle.

Salmo 94 INVITACIÓN A LA ALABANZA DIVINA

Venid, aclamemos al Señor,
demos vítores a la Roca que nos salva;
entremos a su presencia dándole gracias,
aclamándolo con cantos.

Porque el Señor es un Dios grande,
soberano de todos los dioses:
tiene en su mano las simas de la tierra,
son suyas las cumbres de los montes;
suyo es el mar, porque él lo hizo,
la tierra firme que modelaron sus manos.

Venid, postrémonos por tierra,
bendiciendo al Señor, creador nuestro.
Porque él es nuestro Dios,
y nosotros su pueblo,
el rebaño que él guía.

Ojalá escuchéis hoy su voz:
«No endurezcáis el corazón como en Meribá,
como el día de Masá en el desierto;
cuando vuestros padres me pusieron a prueba
y dudaron de mí, aunque habían visto mis obras.

Durante cuarenta años
aquella generación me repugnó, y dije:
Es un pueblo de corazón extraviado,
que no reconoce mi camino;

por eso he jurado en mi cólera
que no entrarán en mi descanso»

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. A Cristo, el Señor, que por nosotros fue tentado y
por nosotros murió, venid, adorémosle.

Si antes se ha rezado ya alguna otra Hora:

V. Dios mío, ven en mi auxilio

R. Señor, date prisa en socorrerme. Gloria al Padre, y al
Hijo, y al Espíritu Santo.

Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Himno: ESTE LARGO MARTIRIO DE LA VIDA

Este largo martirio de la vida,
la fe tan viva y la esperanza muerta,
el alma desvelada y tan despierta
al dolor, y al consuelo tan dormida;

esta perpetua ausencia y despedida,
entrar el mal, cerrar tras sí la puerta,
con diligencia y gana descubierta
de que el bien no halle entrada ni salida;

ser los alivios más sangrientos lazos
y riendas libres de los desconciertos,
efectos son, Señor, de mis pecados,

de que me han de librar esos tus brazos
que para recibirme están abiertos
y por no castigarme están clavados. Amén.

SALMODIA

Ant 1. Sálvame, Señor, por tu misericordia.

Salmo 6 - ORACIÓN DEL AFLIGIDO QUE ACUDE A DIOS

Señor, no me corrijas con ira,
no me castigues con cólera.
Misericordia, Señor, que desfallezco;
cura, Señor, mis huesos dislocados.
Tengo el alma en delirio,
y tú, Señor, ¿hasta cuándo?

Vuélvete, Señor, liberta mi alma,
sálvame por tu misericordia.
Porque en el reino de la muerte nadie te invoca,
y en el abismo, ¿quién te alabará?

Estoy agotado de gemir:
de noche lloro sobre el lecho,
riego mi cama con lágrimas.
Mis ojos se consumen irritados,

envejecen por tantas contradicciones.

Apartaos de mí los malvados,
porque el Señor ha escuchado mis sollozos;
el Señor ha escuchado mi súplica,
el Señor ha aceptado mi oración.

Que la vergüenza abrume a mis enemigos,
que avergonzados huyan al momento.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. Sálvame, Señor, por tu misericordia.

Ant 2. El Señor es el refugio del oprimido en los
momentos de peligro.

Salmo 9 A I - ACCIÓN DE GRACIAS POR LA VICTORIA

Te doy gracias, Señor, de todo corazón,
proclamando todas tus maravillas;
me alegro y exulto contigo
y toco en honor de tu nombre, ¡oh Altísimo!

Porque mis enemigos retrocedieron,
cayeron y perecieron ante tu rostro.
Defendiste mi causa y mi derecho
sentado en tu trono como juez justo.

Reprendiste a los pueblos, destruiste al impío
y borraste para siempre su apellido.
El enemigo acabó en ruina perpetua,
arrasaste sus ciudades y se perdió su nombre.

Dios está sentado por siempre
en el trono que ha colocado para juzgar.
Él juzgará el orbe con justicia
y regirá las naciones con rectitud.

El será refugio del oprimido,
su refugio en los momentos de peligro.
Confiarán en ti los que conocen tu nombre,
porque no abandonas a los que te buscan.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. El Señor es el refugio del oprimido en los
momentos de peligro.

Ant 3. Narraré tus hazañas en las puertas de Sión.

Salmo 9 A II

Tañed en honor del Señor, que reside en Sión;
narrad sus hazañas a los pueblos;
él venga la sangre, él recuerda,

y no olvida los gritos de los humildes.

Piedad, Señor; mira como me afligen mis enemigos;
levántame del umbral de la muerte,
para que pueda proclamar tus alabanzas
y gozar de tu salvación en las puertas de Sión.

Los pueblos se han hundido en la fosa que hicieron,
su pie quedó prendido en la red que escondieron.
El Señor apareció para hacer justicia,
y se enredó el malvado en sus propias acciones.

Vuelvan al abismo los malvados,
los pueblos que olvidan a Dios.
El no olvida jamás al pobre,
ni la esperanza del humilde perecerá.

Levántate, Señor, que el hombre no triunfe:
sean juzgados los gentiles en tu presencia.
Señor, infúndeles terror,
y aprendan los pueblos que no son más que hombres.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. Narraré tus hazañas en las puertas de Sión.

V. Convertíos y creed la Buena Noticia.

R. Porque está cerca el reino de Dios.

PRIMERA LECTURA

Del libro del Éxodo 6, 2-13

SEGUNDO RELATO DE LA VOCACIÓN DE MOISÉS

En aquellos días, dijo Dios a Moisés:

«Yo soy el Señor, yo me aparecí a Abraham, a Isaac y a Jacob, como "Dios de las montañas", pero no les di a conocer mi nombre. Yo hice alianza con ellos, prometiéndoles la tierra de Canaán, tierra de sus andanzas (donde habían residido). Yo también escuché las quejas de los israelitas cuando los egipcios los esclavizaban, y me acordé de la alianza. Por tanto, di a los israelitas: "Yo soy el Señor: os sacaré de debajo de las cargas de los egipcios, os libraré de vuestra esclavitud, os redimiré con brazo extendido y haciendo justicia solemne. Os adoptaré como pueblo mío y seré vuestro Dios; para que sepáis que yo soy el Señor, vuestro Dios, el que os saca de debajo de las cargas de los egipcios; os llevaré a la tierra que prometí con juramento a Abraham, Isaac y Jacob, y os la daré en posesión: Yo, el Señor."»

Moisés comunicó esto a los israelitas, pero no le hicieron caso, porque estaban agobiados por el durísimo trabajo. El Señor dijo a Moisés:

«Ve al Faraón, rey de Egipto, y dile que deje salir de su tierra a los israelitas.»

Moisés habló en presencia del Señor:

«Si los israelitas no me escuchan, ¿cómo me escuchará el Faraón a mí, que soy tan torpe de palabra?»

Pero el Señor habló a Moisés y a Aarón, dándoles órdenes para el Faraón, rey de Egipto, y para los israelitas, y mandándoles sacar de Egipto a los hijos de Israel.

RESPONSORIO Cf. 1Pe 2, 9. 10; cf. Ex 6, 7. 6

R. Vosotros sois linaje escogido, sacerdocio regio, nación santa, pueblo adquirido por Dios; vosotros que en otro tiempo no erais pueblo sois ahora pueblo de Dios. * Os adoptaré como pueblo mío y seré vuestro Dios.

V. Yo soy el Señor: os sacaré de debajo de las cargas de los egipcios, con brazo extendido.

R. Os adoptaré como pueblo mío y seré vuestro Dios.

SEGUNDA LECTURA

De las Disertaciones de san Gregorio de Nacianzo,
obispo

(Disertación 14, Sobre el amor a los pobres, 23-25: PG
35, 887-890)

IMITEMOS LA BENIGNIDAD DE DIOS

Reconoce de dónde te viene la existencia, el aliento, la inteligencia y el saber, y, lo que es más aún, el conocimiento de Dios, la esperanza del reino de los cielos, la contemplación de la gloria (ahora, es verdad, como en un espejo y confusamente, pero después de un modo pleno y perfecto), el ser hijo de Dios, el ser coheredero de Cristo y, para decirlo con toda audacia, el haber sido incluso hecho dios. ¿De dónde y de quién te viene todo esto?

Y, para enumerar también estas cosas menos importantes y que están a la vista, ¿por gracia de quién contemplas la hermosura del cielo, el recorrido del sol, la órbita de la luna, la multitud de las estrellas y el orden y concierto que en todo esto brilla, como en las cuerdas de una lira? ¿Quién te ha dado la lluvia, el cultivo de los campos, la comida, las diversas artes, el lugar para habitar, las leyes, la vida social, una vida llevadera y civilizada, la amistad y la familiaridad con los que están unidos a ti por vínculos de parentesco?

¿De dónde te viene que, entre los animales, unos te sean mansos y dóciles, y otros estén destinados a servirte de alimento?

¿Quién te ha constituido amo y rey de todo lo que hay sobre la tierra?

¿Quién, para no recordar una por una todas las cosas, te ha dado todo aquello que te hace superior a los demás seres animados?

¿No es verdad que todo esto procede de Dios, el cual te pide ahora, en justa retribución, tu benignidad, por encima de todo y en favor de todo? ¿Es que no nos avergonzaremos, después que de él hemos recibido y esperamos recibir tanto, de negarle incluso esto: la benignidad? Él, aun siendo Dios y Señor, no se avergüenza de llamarse Padre nuestro, y nosotros ¿nos cerraremos a los que son de nuestra misma condición?

No, hermanos y amigos míos, no seamos malos administradores de los bienes que Dios nos ha regalado, no nos hagamos acreedores a la reprensión de Pedro: Avergonzaos, los que retenéis lo ajeno, esforzaos en imitar la equidad de Dios, y así nadie será pobre.

No pongamos nuestro afán en reunir y conservar riquezas, mientras otros padecen necesidad, no sea que nos alcancen las duras y amenazadoras palabras del profeta Amós, cuando dice: Escuchad, los que decís: «¿Cuándo pasará la luna nueva, para vender el trigo, y el sábado, para ofrecer el grano?»

Imitemos aquella suprema y primera ley de Dios, según la cual hace llover sobre justos y pecadores, y

hace salir el sol igualmente para todos; que pone la tierra, las fuentes, los ríos y los bosques a plena disposición de los animales terrestres, el aire a disposición de las aves, el agua a disposición de los animales acuáticos; y que ha dado a todos con abundancia lo que necesitan para subsistir, sin estar en esto sujetos al dominio de nadie, sin ninguna ley que ponga limitaciones, sin límites ni fronteras; sino que lo ha puesto todo en común, con amplitud y abundancia, sin que por ello falte nunca de nada. Y esto lo hizo para hacer resaltar, con la igualdad del don, la igual dignidad de toda la naturaleza y para manifestar las riquezas de su benignidad.

RESPONSORIO Lc 6, 35; Mt 5, 45; Lc 6, 36

- R. Amad a vuestros enemigos; haced el bien y prestad sin esperar nada a cambio; así seréis hijos de vuestro Padre celestial, * que hace salir su sol sobre malos y buenos, y llover sobre justos y pecadores.
- V. Sed misericordiosos, como es misericordioso vuestro Padre.
- R. Que hace salir su sol sobre malos y buenos, y llover sobre justos y pecadores.

ORACIÓN.

OREMOS,

Conviértenos a ti, Dios salvador nuestro, y ayúdanos a progresar en el conocimiento de tu palabra, para que

así la celebración de esta Cuaresma dé en nosotros fruto abundante. Por nuestro Señor Jesucristo, tu Hijo, que vive y reina contigo en la unidad del Espíritu Santo y es Dios, por los siglos de los siglos.

Amén

CONCLUSIÓN

V. Bendigamos al Señor.

R. Demos gracias a Dios.

LAUDES *(Oración de la mañana)*

INVITATORIO

(Si Laudes no es la primera oración del día se sigue el esquema del Invitatorio explicado en el Oficio de Lectura)

V. Señor abre mis labios

R. Y mi boca proclamará tu alabanza

Ant. A Cristo, el Señor, que por nosotros fue tentado y por nosotros murió, venid, adorémosle.

Salmo 94 INVITACIÓN A LA ALABANZA DIVINA

Venid, aclamemos al Señor,
demos vítores a la Roca que nos salva;
entremos a su presencia dándole gracias,

aclamándolo con cantos.

Porque el Señor es un Dios grande,
soberano de todos los dioses:
tiene en su mano las simas de la tierra,
son suyas las cumbres de los montes;
suyo es el mar, porque él lo hizo,
la tierra firme que modelaron sus manos.

Venid, postrémonos por tierra,
bendiciendo al Señor, creador nuestro.
Porque él es nuestro Dios,
y nosotros su pueblo,
el rebaño que él guía.

Ojalá escuchéis hoy su voz:
«No endurezcáis el corazón como en Meribá,
como el día de Masá en el desierto;
cuando vuestros padres me pusieron a prueba
y dudaron de mí, aunque habían visto mis obras.

Durante cuarenta años
aquella generación me repugnó, y dije:
Es un pueblo de corazón extraviado,
que no reconoce mi camino;
por eso he jurado en mi cólera
que no entrarán en mi descanso»

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los

siglos de los siglos. Amén.

Ant. A Cristo, el Señor, que por nosotros fue tentado y por nosotros murió, venid, adorémosle.

Himno: CUÁNTAS VECES, SEÑOR, ME HABÉIS LLAMADO

¡Cuántas veces, Señor, me habéis llamado,
y cuántas con vergüenza he respondido,
desnudo como Adán, aunque vestido
de las hojas del árbol del pecado!

Seguí mil veces vuestro pie sagrado,
fácil de asir, en una cruz asido,
y atrás volví otras tantas atrevido,
al mismo precio que me habéis comprado.

Besos de paz os di para ofenderos,
pero si fugitivos de su dueño
yerran cuando los hallan los esclavos,

hoy que vuelvo con lágrimas a veros,
clavadme vos a vos en vuestro leño
y tendréisme seguro con tres clavos. Amén.

SALMODIA

Ant 1. A ti te suplico, Señor; por la mañana escucharás
mi voz.

Salmo 5, 2-10. 12-13 - ORACIÓN DE LA MAÑANA DE UN JUSTO PERSEGUIDO

Señor, escucha mis palabras,
atiende a mis gemidos,
haz caso de mis gritos de auxilio,
Rey mío y Dios mío.

A ti te suplico, Señor;
por la mañana escucharás mi voz,
por la mañana te expongo mi causa,
y me quedo aguardando.

Tú no eres un Dios que ame la maldad,
ni el malvado es tu huésped,
ni el arrogante se mantiene en tu presencia.

Detestas a los malhechores,
destruyes a los mentirosos;
al hombre sanguinario y traicionero
lo aborrece el Señor.

Pero yo, por tu gran bondad,
entraré en tu casa,
me postraré ante tu templo santo
con toda reverencia.

Señor, guíame con tu justicia,
porque tengo enemigos;
alláname tu camino.

En su boca no hay sinceridad,
su corazón es perverso;
su garganta es un sepulcro abierto,
mientras halagan con la lengua.

Que se alegren los que se acogen a ti,
con júbilo eterno;
protégelos, para que se llenen de gozo
los que aman tu nombre.

Porque tú, Señor, bendices al justo,
y como un escudo lo rodea tu favor.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. A ti te suplico, Señor; por la mañana escucharás
mi voz.

Ant 2. Alabamos, Dios nuestro, tu nombre glorioso.

Cantico: SÓLO A DIOS HONOR Y GLORIA 1Cro 29, 10-13

Bendito eres, Señor,
Dios de nuestro padre Israel,
por los siglos de los siglos.

Tuyos son, Señor, la grandeza y el poder,

la gloria, el esplendor, la majestad,
porque tuyo es cuanto hay en cielo y tierra,
tú eres rey y soberano de todo.

De ti viene la riqueza y la gloria,
tú eres Señor del universo,
en tu mano está el poder y la fuerza,
tú engrandeces y confortas a todos.

Por eso, Dios nuestro,
nosotros te damos gracias,
alabando tu nombre glorioso.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. Alabamos, Dios nuestro, tu nombre glorioso.

Ant 3. Postraos ante el Señor en el atrio sagrado.

Salmo 28 - MANIFESTACIÓN DE DIOS EN LA TEMPESTAD.

Hijos de Dios, aclamad al Señor,
aclamad la gloria y el poder del Señor,
aclamad la gloria del nombre del Señor,
postraos ante el Señor en el atrio sagrado.

La voz del Señor sobre las aguas,

el Dios de la gloria hace oír su trueno,
el Señor sobre las aguas torrenciales.

La voz del Señor es potente,
la voz del Señor es magnífica,
la voz del Señor descuaja los cedros,
el Señor descuaja los cedros del Líbano.

Hace brincar al Líbano como a un novillo,
al Sarión como a una cría de búfalo.

La voz del Señor lanza llamas de fuego,
la voz del Señor sacude el desierto,
el Señor sacude el desierto de Cadés.

La voz del Señor retuerce los robles,
el Señor descortezza las selvas.
En su templo un grito unánime: ¡Gloria!

El trono del Señor está encima de la tempestad,
el Señor se sienta como rey eterno.

El Señor da fuerza a su pueblo,
el Señor bendice a su pueblo con la paz.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. Prostraos ante el Señor en el atrio sagrado.

LECTURA BREVE Ex 19, 4-6a

Vosotros habéis visto cómo os saqué sobre alas de águila y os traje hacia mí; ahora pues, si queréis obedecerme y guardar mi alianza, seréis mi especial propiedad entre todos los pueblos, pues mía es toda la tierra. Seréis para mí un reino de sacerdotes y una nación santa.

RESPONSORIO BREVE

V. Él me libraré de la red del cazador.

R. Él me libraré de la red del cazador.

V. Me cubrirá con su plumaje.

R. Él me libraré de la red del cazador.

V. Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.

R. Él me libraré de la red del cazador.

CÁNTICO EVANGÉLICO

Ant. Venid, benditos de mi Padre, a tomar posesión del reino que está preparado para vosotros desde la creación del mundo.

Cántico de Zacarías. EL MESÍAS Y SU PRECURSOR Lc 1,
68-79

Bendito sea el Señor, Dios de Israel,

porque ha visitado y redimido a su pueblo.
suscitándonos una fuerza de salvación
en la casa de David, su siervo,
según lo había predicho desde antiguo
por boca de sus santos profetas:

Es la salvación que nos libra de nuestros enemigos
y de la mano de todos los que nos odian;
ha realizado así la misericordia que tuvo con nuestros
padres,
recordando su santa alianza
y el juramento que juró a nuestro padre Abraham.

Para concedernos que, libres de temor,
arrancados de la mano de los enemigos,
le sirvamos con santidad y justicia,
en su presencia, todos nuestros días.

Y a ti, niño, te llamarán Profeta del Altísimo,
porque irás delante del Señor
a preparar sus caminos,
anunciando a su pueblo la salvación,
el perdón de sus pecados.

Por la entrañable misericordia de nuestro Dios,
nos visitará el sol que nace de lo alto,
para iluminar a los que viven en tiniebla
y en sombra de muerte,
para guiar nuestros pasos
por el camino de la paz.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. Venid, benditos de mi Padre, a tomar posesión del
reino que está preparado para vosotros desde la
creación del mundo.

PRECES

Bendigamos a Jesús, nuestro Salvador, que por su
muerte nos ha abierto el camino de salvación, y
digámosle confiados:

Danos caminar por tus senderos, Señor.

Señor de misericordia, que en el bautismo nos diste
una vida nueva,
te pedimos que nos hagas cada día más conformes a
ti.

Enséñanos, Señor, a ser hoy alegría para los que sufren
y haz que sepamos servirte en cada uno de los
necesitados.

Que procuremos, Señor, hacer lo bueno, lo recto y lo
verdadero ante ti
y que busquemos tu rostro con sinceridad de corazón.

Perdona, Señor, las faltas que hemos cometido contra
la unidad de tu familia
y haz que tengamos un solo corazón y un solo espíritu.

Se pueden añadir algunas intenciones libres

Dirijámonos a Dios con la oración que Cristo nos
enseñó:

Padre nuestro...

ORACION

Conviértenos a ti, Dios salvador nuestro, y ayúdanos a
progresar en el conocimiento de tu palabra, para que
así la celebración de esta Cuaresma dé en nosotros
fruto abundante. Por nuestro Señor Jesucristo, tu Hijo,
que vive y reina contigo en la unidad del Espíritu Santo
y es Dios, por los siglos de los siglos. Amén

CONCLUSIÓN

V. El Señor nos bendiga, nos guarde de todo mal y nos
lleve a la vida eterna.
R. Amén.

HORA TERCIA

INVOCACIÓN INICIAL

V. Dios mío, ven en mi auxilio
R. Señor, date prisa en socorrerme. Gloria al Padre, y al
Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Himno: AMIGO DE LOS HOMBRES, JESUCRISTO

Amigo de los hombres, Jesucristo,
tú solo das sentido a nuestra historia,
y, con los ojos fijos al futuro,
la Iglesia vive fiel a tu memoria.

Este tiempo de ayuno te presenta
de nosotros la parte más oscura,
y tus manos clavadas al madero
nos devuelven tu paz y tu ternura.

A lo largo del día no nos dejes,
no nos falte la luz de tu mirada:
llena de amor los pasos que caminan
de este mundo a la luz de tu alborada. Amén.

SALMODIA

Ant 1. Han llegado los días de penitencia; expiemos
nuestros pecados y salvaremos nuestras almas.

Salmo 119 - DESEO DE LA PAZ

En mi aflicción llamé al Señor,
y él me respondió.
Líbrame, Señor, de los labios mentirosos,
de la lengua traidora.

¿Qué te va a dar o a mandar Dios,
lengua traidora?
Flechas de arquero, afiladas
con ascuas de retama.

¡Ay de mí, desterrado en Masac,
acampado en Cadar!
Demasiado llevo viviendo
con los que odian la paz;
cuando yo digo: «Paz»,
ellos dicen: «Guerra».

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Salmo 120 - EL GUARDIÁN DEL PUEBLO.

Levanto mis ojos a los montes:
¿de dónde me vendrá el auxilio?
El auxilio me viene del Señor,
que hizo el cielo y la tierra.

No permitiré que resbale tu pie,
tu guardián no duerme;

no duerme ni reposa
el guardián de Israel.

El Señor te guarda a su sombra,
está a tu derecha;
de día el sol no te hará daño,
ni la luna de noche.

El Señor te guarda de todo mal,
él guarda tu alma;
el Señor guarda tus entradas y salidas,
ahora y por siempre.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Salmo 121 LA CIUDAD SANTA DE JERUSALÉN

¡Qué alegría cuando me dijeron:
«Vamos a la casa del Señor»!
Ya están pisando nuestros pies
tus umbrales, Jerusalén.

Jerusalén está fundada
como ciudad bien compacta.
Allá suben las tribus,
las tribus del Señor,

según la costumbre de Israel,

a celebrar el nombre del Señor;
en ella están los tribunales de justicia
en el palacio de David.

Desead la paz a Jerusalén:
«Vivan seguros los que te aman,
haya paz dentro de tus muros,
seguridad en tus palacios.»

Por mis hermanos y compañeros,
voy a decir: «La paz contigo.»
Por la casa del Señor, nuestro Dios,
te deseo todo bien.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. Han llegado los días de penitencia; expiemos
nuestros pecados y salvaremos nuestras almas.

LECTURA BREVE Sb 11, 24-25a

Señor, tú te compadeces de todos porque todo lo
puedes y disimulas los pecados de los hombres para
que se arrepientan. Amas a todos los seres y nada de
lo que hiciste aborreces.

V. Señor, crea en mí un corazón puro.
R. Renuévame por dentro con espíritu firme.

ORACIÓN

OREMOS,

Conviértenos a ti, Dios salvador nuestro, y ayúdanos a progresar en el conocimiento de tu palabra, para que así la celebración de esta Cuaresma dé en nosotros fruto abundante. Por Cristo nuestro Señor.
Amén.

CONCLUSIÓN

V. Bendigamos al Señor.
R. Demos gracias a Dios.

HORA SEXTA

INVOCACIÓN INICIAL

V. Dios mío, ven en mi auxilio
R. Señor, date prisa en socorrerme. Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los siglos de los siglos. Amén.

Himno: JESÚS, CONTIGO IREMOS AL DESIERTO

Jesús, contigo iremos al desierto
en medio de la villa populosa,
y tú nos brindarás el pan sabroso

que alimentó tu alma silenciosa.

Contigo pasaremos el mar Rojo,
beberemos el agua de la roca;
tú serás el pastor y, en la montaña,
tú serás nuestra gracia esplendorosa.

Contigo humildemente hasta el Calvario,
contigo por la vía dolorosa,
y al final, oh Jesús, por tu promesa,
contigo viviremos en tu gloria. Amén.

SALMODIA

Ant 1. «Por mi vida -dice el Señor-, no me complazco
en la muerte del pecador, sino en que cambie de
conducta y viva.»

Salmo 18 B - HIMNO A DIOS, AUTOR DE LA LEY

La ley del Señor es perfecta
y es descanso del alma;
el precepto del Señor es fiel
e instruye al ignorante;

los mandatos del Señor son rectos
y alegran el corazón;
la norma del Señor es límpida
y da luz a los ojos;

la voluntad del Señor es pura
y eternamente estable;
los mandamientos del Señor son verdaderos
y enteramente justos;

más preciosos que el oro,
más que el oro fino;
más dulces que la miel
de un panal que destila.

Aunque tu siervo vigila
para guardarlos con cuidado,
¿quién conoce sus faltas?
Absuélveme de lo que se me oculta.

Preserva a tu siervo de la arrogancia,
para que no me domine:
así quedaré libre e inocente
del gran pecado.

Que te agraden las palabras de mi boca,
y llegue a tu presencia el meditar de mi corazón,
Señor, roca mía, redentor mío.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Salmo 71 - ORACIÓN DEL JUSTO CALUMNIADO

Señor, Dios mío, a ti me acojo,
líbrame de mis perseguidores y sálvame,
que no me atrapen como leones
y me desgarran sin remedio.

Señor, Dios mío: si soy culpable,
si hay crímenes en mis manos,
si he causado daño a mi amigo,
si he protegido a un opresor injusto,
que el enemigo me persiga y me alcance,
que me pisotee vivo por tierra,
apretando mi vientre contra el polvo.

Levántate, Señor, con tu ira,
álzate con furor contra mis adversarios,
acude a defenderme
en el juicio que has convocado.
Que te rodee la asamblea de las naciones,
y pon tu asiento en lo más alto de ella.
El Señor es juez de los pueblos.

Júzgame, Señor, según mi justicia,
según la inocencia que hay en mí.
Cese la maldad de los culpables,
y apoya tú al inocente,
tú que sondeas el corazón y las entrañas,
tú, el Dios justo.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los

siglos de los siglos. Amén.

Salmo 7 II

Mi escudo es Dios,
que salva a los rectos de corazón.
Dios es un juez justo,
Dios amenaza cada día:
si no se convierten, afilará su espada,
tensará el arco y apuntará.
Apunta sus armas mortíferas,
prepara sus flechas incendiarias.

Mirad: el enemigo concibió el crimen,
está preñado de maldad,
y da a luz el engaño.
Cavó y ahondó una fosa,
caiga en la fosa que hizo;
recaiga su maldad sobre su cabeza,
baje su violencia sobre su cráneo.

Yo daré gracias al Señor por su justicia,
tañendo para el nombre del Señor altísimo.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. «Por mi vida -dice el Señor-, no me complazco en
la muerte del pecador, sino en que cambie de conducta

y viva.»

LECTURA BREVE Ez 18, 23

«¿Acaso quiero yo la muerte del malvado -oráculo del Señor- y no que se convierta de su conducta y que viva?»

V. Aparta de mi pecado tu vista.
R. Borra en mí toda culpa.

ORACIÓN

OREMOS,

Conviértenos a ti, Dios salvador nuestro, y ayúdanos a progresar en el conocimiento de tu palabra, para que así la celebración de esta Cuaresma dé en nosotros fruto abundante. Por Cristo nuestro Señor.
Amén.

CONCLUSIÓN

V. Bendigamos al Señor.
R. Demos gracias a Dios.

HORA NONA

INVOCACIÓN INICIAL

V. Dios mío, ven en mi auxilio
R. Señor, date prisa en socorrerme. Gloria al Padre, y al

Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los siglos de los siglos. Amén.

Himno: OJOS DE AQUEL PUBLICANO

Ojos de aquel publicano
hasta la tierra caídos,
el Dios de la luz os mira,
miradle con regocijo.

Mano que pide clemencia
hiriendo el pecho contrito,
el Señor te abre la puerta
de su pecho compasivo.

Lengua que en bajo murmullo
dices tu dolor sentido,
el Juez que sabe juzgar
ha escuchado complacido.

Padre del octavo día,
glorioso siendo propicio,
perdónanos, purifícanos,
por el honor de tu Hijo. Amén.

SALMODIA

Ant 1. Acreditémonos ante Dios por nuestra constancia
en las tribulaciones, por nuestra sed de ser justos.

Salmo 125 - DIOS, ALEGRÍA Y ESPERANZA NUESTRA.

Quando el Señor cambió la suerte de Sión,
nos parecía soñar:
la boca se nos llenaba de risas,
la lengua de cantares.

Hasta los gentiles decían:
«El Señor ha estado grande con ellos.»
El Señor ha estado grande con nosotros,
y estamos alegres.

Que el Señor cambie nuestra suerte
como los torrentes del Negueb.
Los que sembraban con lágrimas
cosechan entre cantares.

Al ir, iban llorando,
llevando la semilla;
al volver, vuelven cantando,
trayendo sus gavillas.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Salmo 126 - EL ESFUERZO HUMANO ES INÚTIL SIN DIOS.

Si el Señor no construye la casa,
en vano se cansan los albañiles;
si el Señor no guarda la ciudad,
en vano vigilan los centinelas.

Es inútil que madruguéis,
que veléis hasta muy tarde,
los que coméis el pan de vuestros sudores:
¡Dios lo da a sus amigos mientras duermen!

La herencia que da el Señor son los hijos;
una recompensa es el fruto de las entrañas:
son saetas en mano de un guerrero
los hijos de la juventud.

Dichoso el hombre que llena
con ellas su aljaba:
no quedará derrotado cuando litigue
con su adversario en la plaza.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Salmo 127 - PAZ DOMÉSTICA EN EL HOGAR DEL JUSTO

¡Dichoso el que teme al Señor
y sigue sus caminos!

Comerás del fruto de tu trabajo,

serás dichoso, te irá bien;
tu mujer, como una vid fecunda,
en medio de tu casa;

tus hijos, como renuevos de olivo,
alrededor de tu mesa:
ésta es la bendición del hombre
que teme al Señor.

Que el Señor te bendiga desde Sión,
que veas la prosperidad de Jerusalén
todos los días de tu vida;
que veas a los hijos de tus hijos.
¡Paz a Israel!

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. Acreditémonos ante Dios por nuestra constancia
en las tribulaciones, por nuestra sed de ser justos.

LECTURA BREVE Is 58, 6a. 7

El ayuno que yo quiero es éste: Partir tu pan con el
hambriento, hospedar a los pobres sin techo, vestir al
que ves desnudo, y no cerrarte a tu propia carne.

V. Mi sacrificio es un espíritu contrito.
R. Un corazón quebrantado y humillado tú no lo

desprecias.

ORACIÓN

OREMOS,

Conviértenos a ti, Dios salvador nuestro, y ayúdanos a progresar en el conocimiento de tu palabra, para que así la celebración de esta Cuaresma dé en nosotros fruto abundante. Por Cristo nuestro Señor.
Amén.

CONCLUSIÓN

V. Bendigamos al Señor.

R. Demos gracias a Dios.

VÍSPERAS *(Oración de la tarde)*

INVOCACIÓN INICIAL

V. Dios mío, ven en mi auxilio

R. Señor, date prisa en socorrerme. Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.

Como era en el principio, ahora y siempre, por los siglos de los siglos. Amén.

Himno: ÉSTA ES LA HORA PARA EL BUEN AMIGO.

Ésta es la hora para el buen amigo,

llena de intimidad y confianza,
y en la que, al examinar nuestra conciencia,
igual que siente el rey, siente el mendigo.

Hora en que el corazón encuentra abrigo
para lograr alivio a su dolencia
y, al evocar la edad de la inocencia,
logra en el llanto bálsamo y castigo.

Hora en que arrullas, Cristo, nuestra vida
con tu amor y caricia inmensamente
y que a humildad y a llanto nos convida.

Hora en que un ángel roza nuestra frente
y en que el alma, como cierva herida,
sacia su sed en la escondida fuente. Amén.

SALMODIA

Ant 1. El Señor se complace en los justos.

Salmo 10 - EL SEÑOR ESPERANZA DEL JUSTO

Al Señor me acojo, ¿por qué me decís:
«escapa como un pájaro al monte,
porque los malvados tensan el arco,
ajustan las saetas a la cuerda,
para disparar en la sombra contra los buenos?
Cuando fallan los cimientos,
¿qué podrá hacer el justo?»

Pero el Señor está en su templo santo,
el Señor tiene su trono en el cielo;
sus ojos están observando,
sus pupilas examinan a los hombres.

El Señor examina a inocentes y culpables,
y al que ama la violencia él lo detesta.
Hará llover sobre los malvados ascuas y azufre,
les tocará en suerte un viento huracanado.

Porque el Señor es justo y ama la justicia:
los buenos verán su rostro.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. El Señor se complace en los justos.

Ant 2. Dichosos los limpios de corazón, porque ellos
verán a Dios.

Salmo 14 - ¿QUIÉN ES JUSTO ANTE EL SEÑOR?

Señor, ¿quién puede hospedarse en tu tienda
y habitar en tu monte santo?

El que procede honradamente
y practica la justicia,

el que tiene intenciones leales
y no calumnia con su lengua,

el que no hace mal a su prójimo
ni difama al vecino,
el que considera despreciable al impío
y honra a los que temen al Señor,

el que no retracta lo que juró
aún en daño propio,
el que no presta dinero a usura
ni acepta soborno contra el inocente.

El que así obra nunca fallará.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. Dichosos los limpios de corazón, porque ellos
verán a Dios.

Ant 3. Dios nos ha destinado en la persona de Cristo a
ser sus hijos.

Cántico: EL PLAN DIVINO DE SALVACIÓN - Ef 1, 3-10

Bendito sea Dios,
Padre de nuestro Señor Jesucristo,
que nos ha bendecido en la persona de Cristo

con toda clase de bienes espirituales y celestiales.

El nos eligió en la persona de Cristo,
antes de crear el mundo,
para que fuésemos consagrados
e irreprochables ante él por el amor.

Él nos ha destinado en la persona de Cristo,
por pura iniciativa suya,
a ser sus hijos,
para que la gloria de su gracia,
que tan generosamente nos ha concedido
en su querido Hijo,
redunde en alabanza suya.

Por este Hijo, por su sangre,
hemos recibido la redención,
el perdón de los pecados.

El tesoro de su gracia, sabiduría y prudencia
ha sido un derroche para con nosotros,
dándonos a conocer el misterio de su voluntad.

Éste es el plan
que había proyectado realizar por Cristo
cuando llegase el momento culminante:
hacer que todas las cosas tuviesen a Cristo por cabeza,
las del cielo y las de la tierra.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los

siglos de los siglos. Amén.

Ant. Dios nos ha destinado en la persona de Cristo a ser sus hijos.

LECTURA BREVE Rm 12, 1-2

Os exhorto, por la misericordia de Dios, a presentar vuestros cuerpos como hostia viva, santa, agradable a Dios; éste es vuestro culto razonable. Y no os ajustéis a este mundo, sino transformaos por la renovación de la mente, para que sepáis discernir lo que es la voluntad de Dios, lo bueno, lo que agrada, lo perfecto.

RESPONSORIO BREVE

V. Yo dije: «Señor, ten misericordia.»

R. Yo dije: «Señor, ten misericordia.»

V. Sáname, porque he pecado contra ti.

R. Señor, ten misericordia.

V. Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.

R. Yo dije: «Señor, ten misericordia.»

CÁNTICO EVANGÉLICO

Ant. Lo que hicisteis con uno de estos mis humildes hermanos conmigo lo hicisteis.

Cántico de María. ALEGRÍA DEL ALMA EN EL SEÑOR Lc 1, 46-55

Proclama mi alma la grandeza del Señor,
se alegra mi espíritu en Dios, mi salvador;
porque ha mirado la humillación de su esclava.

Desde ahora me felicitarán todas las generaciones,
porque el Poderoso ha hecho obras grandes por mí:
su nombre es santo,
y su misericordia llega a sus fieles
de generación en generación.

El hace proezas con su brazo:
dispersa a los soberbios de corazón,
derriba del trono a los poderosos
y enaltece a los humildes,
a los hambrientos los colma de bienes
y a los ricos los despide vacíos.

Auxilia a Israel, su siervo,
acordándose de su misericordia
-como lo había prometido a nuestros padres-
en favor de Abraham y su descendencia por siempre.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. Lo que hicisteis con uno de estos mis humildes

hermanos conmigo lo hicisteis.

PRECES

Invoquemos al Señor Jesús, que nos ha salvado a nosotros, su pueblo, librándonos de nuestros pecados, y digámosle humildemente:

Jesús, Hijo de David, compadécete de nosotros.

Te pedimos, Señor Jesús, por tu Iglesia santa, por la que te entregaste para consagrarla con el baño del agua y con la palabra:
purifícala y renuévala por la penitencia.

Maestro bueno, haz que los jóvenes descubran el camino que les preparas y que respondan siempre con generosidad a tus llamadas.

Tú que te compadeciste de los enfermos que acudían a ti, levanta la esperanza de nuestros enfermos y haz que imitemos tu gesto generoso y estemos siempre atentos al bien de los que sufren.

Haz, Señor, que recordemos siempre nuestra condición de hijos tuyos, recibida en el bautismo, y que vivamos siempre para ti.

Se pueden añadir algunas intenciones libres

Da tu paz y el premio eterno a los difuntos
y reúnenos un día con ellos en tu reino.

Con el gozo de sabernos hijos de Dios, acudamos a
nuestro Padre, diciendo:

Padre nuestro...

ORACION

Conviértenos a ti, Dios salvador nuestro, y ayúdanos a
progresar en el conocimiento de tu palabra, para que
así la celebración de esta Cuaresma dé en nosotros
fruto abundante. Por nuestro Señor Jesucristo, tu Hijo,
que vive y reina contigo en la unidad del Espíritu Santo
y es Dios, por los siglos de los siglos. Amén

CONCLUSIÓN

V. El Señor nos bendiga, nos guarde de todo mal y nos
lleve a la vida eterna.

R. Amén.

COMPLETAS

(Oración antes del descanso nocturno)

INVOCACIÓN INICIAL

V. Dios mío, ven en mi auxilio

R. Señor, date prisa en socorrerme. Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.

Como era en el principio, ahora y siempre, por los siglos de los siglos. Amén.

EXAMEN DE CONCIENCIA

Hermanos, habiendo llegado al final de esta jornada que Dios nos ha concedido, reconozcamos sinceramente nuestros pecados.

Yo confieso ante Dios todopoderoso
y ante vosotros, hermanos,
que he pecado mucho
de pensamiento, palabra, obra y omisión:
por mi culpa, por mi culpa, por mi gran culpa.

Por eso ruego a santa María, siempre Virgen,
a los ángeles, a los santos y a vosotros, hermanos,
que intercedáis por mí ante Dios, nuestro Señor.

V. El Señor todopoderoso tenga misericordia de
nosotros, perdone nuestros pecados y nos lleve a la
vida eterna.

R. Amén.

Himno: CUANDO LLEGÓ EL INSTANTE DE TU MUERTE

Cuando llegó el instante de tu muerte

inclinaste la frente hacia la tierra,
como todos los mortales;
mas no eras tú el hombre derribado,
sino el Hijo que muerto nos contempla.

Cuando me llegue el tránsito esperado
y siga sin retorno por mi senda,
como todos los mortales,
el sueño de tu rostro será lumbre
y tu gloria mi gloria venidera.

El silencio sagrado de la noche
tu paz y tu venida nos recuerdan,
Cristo, luz de los mortales;
acepta nuestro sueño necesario
como secreto amor que a ti se llega. Amén

SALMODIA

Ant 1. Tú, Señor, eres clemente y rico en misericordia.

Salmo 85 - ORACIÓN DE UN POBRE ANTE LAS DIFICULTADES.

Inclina tu oído, Señor; escúchame,
que soy un pobre desamparado;
protege mi vida, que soy un fiel tuyo;
salva a tu siervo, que confía en ti.

Tú eres mi Dios, piedad de mí, Señor,

que a ti te estoy llamando todo el día;
alegra el alma de tu siervo,
pues levanto mi alma hacia ti;

porque tú, Señor, eres bueno y clemente,
rico en misericordia con los que te invocan.

Señor, escucha mi oración,
atiende a la voz de mi súplica.

En el día del peligro te llamo,
y tú me escuchas.

No tienes igual entre los dioses, Señor,
ni hay obras como las tuyas.

Todos los pueblos vendrán
a postrarse en tu presencia, Señor;
bendecirán tu nombre:
«Grande eres tú, y haces maravillas;
tú eres el único Dios.»

Enséñame, Señor, tu camino,
para que siga tu verdad;
mantén mi corazón entero
en el temor de tu nombre.

Te alabaré de todo corazón, Dios mío;
daré gloria a tu nombre por siempre,
por tu grande piedad para conmigo,
porque me salvaste del abismo profundo.

Dios mío, unos soberbios se levantan contra mí,
una banda de insolentes atenta contra mi vida,
sin tenerte en cuenta a ti.

Pero tú, Señor, Dios clemente y misericordioso,
lento a la cólera, rico en piedad y leal,
mírame, ten compasión de mí.

Da fuerza a tu siervo,
salva al hijo de tu esclava;
dame una señal propicia,
que la vean mis adversarios y se avergüencen,
porque tú, Señor, me ayudas y consuelas.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los
siglos de los siglos. Amén.

Ant. Tú, Señor, eres clemente y rico en misericordia.

LECTURA BREVE 1Ts 5, 9-10

Dios nos ha puesto para obtener la salvación por
nuestro Señor Jesucristo, que murió por nosotros, para
que, velando o durmiendo, vivamos junto con él.

RESPONSORIO BREVE

V. En tus manos, Señor, encomiendo mi espíritu.

R. En tus manos, Señor, encomiendo mi espíritu.

V. Tú, el Dios leal, nos librarás.

R. Te encomiendo mi espíritu.

V. Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.

R. En tus manos, Señor, encomiendo mi espíritu.

CÁNTICO EVANGÉLICO

Ant. Sálvanos, Señor, despiertos, protégenos mientras dormimos, para que velemos con Cristo y descansemos en paz.

CÁNTICO DE SIMEÓN Lc 2, 29-32

Ahora, Señor, según tu promesa,
puedes dejar a tu siervo irse en paz,

porque mis ojos han visto a tu Salvador,
a quien has presentado ante todos los pueblos

luz para alumbrar a las naciones
y gloria de tu pueblo Israel.

Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo.
Como era en el principio, ahora y siempre, por los siglos de los siglos. Amén.

Ant. Sálvanos, Señor, despiertos, protégenos mientras dormimos, para que velemos con Cristo y

descansemos en paz.

ORACION

OREMOS,

Concede, Señor, a nuestros cuerpos fatigados el descanso necesario, y haz que la simiente del reino que con nuestro trabajo hemos sembrado hoy crezca y germine para la cosecha de la vida eterna. Por Cristo nuestro Señor.

Amén.

BENDICIÓN

V. El Señor todopoderoso nos conceda una noche tranquila y una santa muerte.

R. Amén.

ANTIFONA FINAL DE LA SANTISIMA VIRGEN

Dios te salve, Reina y Madre de misericordia,
vida, dulzura y esperanza nuestra,
Dios te salve.

A ti llamamos los desterrados hijos de Eva,
a ti suspiramos, gimiendo y llorando
en este valle de lágrimas.

Ea, pues, Señora, abogada nuestra,
vuelve a nosotros tus ojos misericordiosos,

y después de este destierro muéstranos a Jesús,
fruto bendito de tu vientre.

¡Oh clemente, oh piadosa,
oh dulce Virgen María!