



DOMINGO V DE PASCUA
3 DE MAYO 2025



Piedras VIVAS, CREATIVAS

¡No perdaís la calma!



Se nos ha alertado con frecuencia sobre los ritmos de vida que llevamos. El Papa Francisco es uno de los que alertaba sobre “la intensificación de ritmos de vida y trabajo, en eso que algunos llaman “rapidación” (LS 18), lo que “impide la reflexión serena que podría llevarnos a una sabiduría común”(FT 49). Ante ello se propone recuperar “la lentitud y la simplicidad”, las llamadas la contemplación y la

meditación son frecuentes¹.

¿Hacemos caso? Recuperemos un tiempo sin prisas, en el silencio contemplativo que nos permita escuchar... y dialogar... “rumiar la palabra y la vida”. Nos disponemos a ello.

+ En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo.
+ Que el Espíritu nos posibilite distinguir las huellas de su presencia y fortalezca nuestra confianza en su mano tendida y no perdamos la calma.

Orando con el **salmo de la liturgia** de este domingo (Sal 32) vamos disponiendo nuestro ánimo.

https://www.youtube.com/watch?v=myT7V8iON4s&list=RDmyT7V8iON4s&start_radio=1

Que tu misericordia, Señor, venga sobre nosotros, como esperamos de ti.

Aclamad, justos, al Señor, que merece la alabanza de los buenos; dad gracias al Señor con la cítara, tocad en su honor el arpa de diez cuerdas.

La palabra del Señor es sincera y todas sus acciones son leales; él ama la justicia y el derecho, y su misericordia llena la tierra.

Los ojos del Señor miran por todas las personas esperen o no en la fuerza de su amor para librar sus vidas de la muerte y reanimarlos en tiempo de hambre y guerra.

¹ Tomado del capítulo “Rumiar la vida” de la obra de Jaime Tatay s.j. “Símbolos de resurrección”

Hay indicadores que nos dicen que, en estos tiempos quizás de desánimo, estamos en **búsqueda de caminos**: personales, sociales y eclesiales. ¿Es verdad eso de "caminante no hay camino" o es más verdad ese "se hace camino al andar" siguiendo al que es EL CAMINO?



JUAN 14, 1-12

En aquel tiempo dijo Jesús a sus discípulos: **No perdáis la calma, creed en Dios y creed también en mí.** En la casa de mi Padre hay muchas estancias, si no os lo habría dicho, y me voy a preparar sitio. Cuando vaya y os prepare sitio volveré y os llevaré conmigo, para que donde estoy yo estéis también vosotros. Y adonde yo voy, **ya sabéis el camino.**

Tomás le dice: Señor, no sabemos adónde vas. ¿Cómo podemos saber el camino?

Jesús le responde: **Yo soy el camino y la verdad y la vida.** Nadie va al Padre sino por mí. **Si me conocierais a mí, conoceríais también a mi**

Padre. Ahora ya lo conocéis y lo habéis visto.

Felipe le dice: Señor, muéstranos al Padre y nos basta.

Jesús le replica: Hace tanto que estoy con vosotros, ¿y no me conoces, Felipe? **Quien me ha visto a mí ha visto al Padre.** ¿Cómo dices tú: «Muéstranos al Padre»? ¿No crees que yo estoy en el Padre y el Padre en mí? Lo que yo os digo no lo hablo por cuenta propia. El Padre, que permanece en mí, él mismo hace las obras. Creedme: yo estoy en el Padre y el Padre en mí. Si no, creed a las obras. Os lo aseguro: el que cree en mí, también él hará las obras que yo hago, y aun mayores. Porque yo me voy al Padre.

www.youtube.com/watch?v=J7TFSSqnpHY

0. El contexto de la lectura. Jesús ha anunciado la traición de Judas, y la negación de Pedro. Ahora se añade la incompreensión de Tomás y Felipe. En este ambiente desolador Jesús plantea un reto. "Creed en Dios, creed en mí". DE ahí la llamada a no perder la calma, a ese no se turbe vuestro corazón. Jesús no rompe la vinculación con sus discípulos en este contexto de despedida.

1. **A destacar.** Una llamada a la fe como confianza radical en Jesús y Dios pues no les deja de su mano: os prepararé sitio volveré y os llevaré conmigo.

La "ignorancia" de Tomás da pie a una nueva manifestación: YO SOY EL CAMINO, la verdad y la vida. (El domingo pasado: yo soy la puerta", yo soy el pastor"). Lo que recuerda al "nombre" de Dios en el AT: Yo soy el que soy" –el que está siempre con vosotros. Y la de Felipe permite aclarar su relación con el Padre. "El que me ha visto ha visto al Padre". Es la "cristología ascendente" de algunos teólogos.

2. **¿Qué me/nos está diciendo el Señor** en estos tiempos, en una sociedad de la desconfianza y la desorientación? ¿A qué nos está animando? ¿Me dice algo eso de "me voy a preparar sitio"? ¿De qué futuro nos habla al corazón? ¿Es fuente de esperanza y de coraje y fortaleza para andar por sus

caminos... transitar con El, que es el camino auténtico –como era el auténtico pastor- los caminos de la vida?

3. **¿Qué me brota decirle al Señor** que me dirige estas palabras?
¿Darle gracias pues El no es sólo brújula en el camino de la vida, no sólo nos acompaña como a los de Emaús, sino que El mismo es el camino?
¿Puedo pedirle que fortalezca mi fe, mi confianza en que con El, viviendo con El la vida es fecunda? Puedo pedirle que esta gracia se haga extensible a(pongo nombres)... que esta sea preocupación básica de la comunidad cristiana, de su misión, de su predicación, de.....

4. Y ¿ahora qué?



No nos abandonamos en manos del destino,
no decimos "que sea lo que Dios quiera",
sino "hagamos lo que Dios quiere".

No nos ahogamos en el siempre ha sido así Ni nos fiamos de la suerte,
MANTENEMOS EL CORAZÓN VIGILANTE.

No nos dormimos en los laureles
confiando que todo marche bien,
sino que permanecemos alerta velando.
Somos centinelas en la noche y en este vigilar no estamos solos.
El camino es seguro, lleva a la vida
MANTENEMOS EL CORAZÓN VIGILANTE.

No esquivamos los compromisos asumidos,
sino que nos ponemos manos a la obra,
entregados a la tarea que no cesa.
Artífices del futuro con quien nos sostiene y espera al final
MANTENEMOS EL CORAZÓN VIGILANTE.

No estamos en la inopia, inconscientes
del curso profundo de los acontecimientos,
estamos atentos a la gracia que pasa y salva,
no nos pille distraídos
Con El podemos hacer pequeños "milagros"
MANTENEMOS EL CORAZÓN VIGILANTE.

No pasamos por la historia mirando sin ver,
oteamos el presente buscando signos
de presencia del Reino de Vida, del Reino de Dios,
centinelas de los signos de los tiempos
pues sabemos que en los estercoleros
también crecen margaritas
que en la noche hay estrellas.
MANTENEMOS EL CORAZÓN VIGILANTE.

LAS OTRAS LECTURAS DEL DOMINGO

Lectura del libro de los Hechos de los apóstoles 6, 1-7

En aquellos días, al crecer el número de los discípulos, los de lengua griega *se quejaron* contra los de lengua hebrea, diciendo que en el suministro diario no atendían a sus viudas. *Los Doce convocaron al grupo de los discípulos* y les dijeron: «No nos parece bien descuidar la palabra de Dios para ocuparnos de la administración. Por tanto, hermanos, *escoged a siete de vosotros*, hombres de buena fama, llenos de espíritu y de sabiduría, y *los encargaremos de esta tarea*: nosotros nos dedicaremos a la oración y al ministerio de la palabra».

La propuesta les pareció bien a todos y eligieron a Esteban, hombre lleno de fe y de Espíritu Santo, a Felipe, Prócoro, Nicanor, Timón, Parmenas y Nicolás, prosélito de Antioquía. *Se los presentaron a los apóstoles y ellos les impusieron las manos orando.*

La palabra de Dios iba cundiendo, y en Jerusalén crecía mucho el número de discípulos, incluso muchos sacerdotes aceptaban la fe.

Lectura de la primera carta del apóstol san Pedro 2, 4-9

Queridos hermanos: *Acercándoos al Señor, la piedra viva* desechada por los hombres, pero escogida y preciosa ante Dios, *también vosotros, como piedras vivas, entráis en la construcción del templo del Espíritu*, formando un sacerdocio sagrado, para ofrecer sacrificios espirituales que Dios acepta por Jesucristo.

Dice la Escritura: «Yo coloco en Sión una piedra angular, escogida y preciosa; el que crea en ella no quedará defraudado».

Para vosotros, los creyentes, es de gran precio, pero para los incrédulos es la «*piedra que desecharon los constructores: ésta se ha convertido en piedra angular*», en piedra de tropezar y en roca de estrellarse. Y ellos tropiezan al no creer en la palabra: ése es su destino.

Vosotros sois una raza elegida, un sacerdocio real, una nación consagrada, un pueblo adquirido por Dios para proclamar las hazañas del que os llamó a salir de las tinieblas y a entrar en su luz maravillosa.

UN POEMA: ROMERO SOLO

LEÓN FELIPE

Ser en la vida romero,
romero sólo que cruza siempre por caminos nuevos.
Ser en la vida romero,
sin más oficio, sin otro nombre y sin pueblo.
Ser en la vida romero, romero..., sólo romero.
Que no hagan callo las cosas ni en el alma ni en el cuerpo,
pasar por todo una vez, una vez sólo y ligero,
ligero, siempre ligero.

Que no se acostumbre el pie a pisar el mismo suelo,
ni el tablado de la farsa, ni la losa de los templos
para que nunca recemos
como el sacristán los rezos,
ni como el cómico viejo
digamos siempre los versos.
La mano ociosa es quien tiene más fino el tacto en los dedos,
decía el príncipe Hamlet, viendo
cómo cavaba una fosa y cantaba al mismo tiempo
un sepulturero.
No sabiendo los oficios los haremos con respeto.
Para enterrar a los muertos
como debemos
cualquiera sirve, cualquiera... menos un sepulturero.
Un día todos sabemos
hacer justicia. Tan bien como el rey hebreo
la hizo Sancho el escudero
y el villano Pedro Crespo.

Que no hagan callo las cosas ni en el alma ni en el cuerpo.
Pasar por todo una vez, una vez sólo y ligero,
ligero, siempre ligero.

Sensibles a todo viento
y bajo todos los cielos,
poetas, nunca cantemos
la vida de un mismo pueblo
ni la flor de un solo huerto.
Que sean todos los pueblos
y todos los huertos nuestros.

Nota de los departamentos de Pastoral de la Salud y de la pastoral del Trabajo con motivo del Día Mundial de la Seguridad y Salud en el Trabajo 28 de abril de 2026

Vivimos un tiempo de desgaste profundo. El cansancio se ha vuelto el paisaje cotidiano de nuestros barrios y transportes públicos; un agotamiento que no es fruto del esfuerzo sano, sino de una economía que exige demasiado y devuelve demasiado poco. Desde los departamentos de la **Pastoral del Trabajo y la Pastoral de la Salud de la Conferencia Episcopal Española**, alzamos nuestra

voz para denunciar que hemos normalizado la precariedad y que es urgente transitar hacia una **ética del cuidado** que ponga la vida en el centro.

La precariedad ya no es una excepción, sino un sistema que corroe la vida común. Según el reciente **Informe PRESME[1]** 2025, el **47,5% de los trabajadores** en nuestro país vive bajo algún tipo de precariedad. Esta inseguridad estructural impide planificar el futuro, rompe los vínculos familiares y debilita el tejido social. Como sociedad, no podemos permitir que el trabajo, que debería ser fuente de dignidad, se convierta en una herramienta de erosión humana.

Es un escándalo ético que el **90% de las mujeres jóvenes migrantes** en trabajos manuales sufra precariedad severa. Ellas sostienen nuestros hogares, cuidan a nuestros mayores y limpian nuestras ciudades, a menudo sin derechos básicos ni protección. Una sociedad que descansa sobre el sacrificio invisible de las más vulnerables ha perdido su brújula moral. La verdadera justicia exige que quienes más cuidan sean, precisamente, las más protegidas.

La precariedad enferma y, en demasiadas ocasiones, mata:

- **Salud Mental:** El riesgo de sufrir problemas psicológicos **se multiplica por 2,5 bajo condiciones precarias**. En el último año, las bajas por causas psicológicas han rozado las 600.000. El estrés crónico y la ansiedad no son debilidades personales, son consecuencias de ritmos inhumanos.
- **Siniestralidad Laboral:** En 2025, **735[2] personas perdieron la vida** en accidentes de trabajo. En los últimos 30 años (1996-2025) han sido 30.129 las muertes registradas en el trabajo. No son cifras; son familias truncadas por una cultura que antepone la rentabilidad a la prevención.
- **Pobreza Laboral:** El **Informe FOESSA 2025** nos alerta de una realidad dolorosa: tres de cada cuatro hogares en exclusión severa cuentan con personas trabajadoras. Trabajar ya no garantiza salir de la pobreza. Nadie puede decir que no lo sabía: La precariedad es un hecho público con datos indiscutibles.
- **Gobernar es, en su esencia, cuidar.** Exigimos políticas valientes: estabilidad real, salarios suficientes, una inspección de trabajo robusta y la integración de la salud mental en el cuidado de la vida de las personas trabajadoras.
- **La dignidad del trabajador debe estar por encima de la lógica del beneficio.** Las empresas que cuidan no solo son más éticas, sino más sostenibles y humanas.
- **No podemos ser indiferentes.** El cuidado no es una opción secundaria; es la base de una comunidad sana y la mayor forma de justicia.

El cuidado empieza hoy

Inspirados en el Evangelio y en una ética humana universal, decimos: ¡Basta de una economía que mata!, de ritmos que enferman y de muertes que pudieron evitarse.

Es tiempo de un país que cuide, donde el trabajo sostenga la vida en lugar de desgastarla. Hacemos un llamamiento a las instituciones, sindicatos, organizaciones empresariales y ciudadanos para despertar a esta urgencia. La dignidad humana no es negociable: **Es tiempo de justicia, ¡es tiempo de un país que cuide!**

Madrid, 28 de abril de 2026

José Luis Méndez, director del Departamento de Pastoral de la Salud
Antonio Javier Aranda, director del Departamento de Pastoral del Trabajo

[1] Ministerio de Trabajo y Economía Social. **Informe PRESME: precarios, inestables y estresados: precariedad laboral y salud mental.** Madrid 2025.

[2] Datos provisionales del Ministerio de Trabajo y Economía Social.