

En el 4º Misterio Doloroso, se lee y se medita sin ser distraídos:

# “ Jesús cargado con la Cruz ”...

## DEL EVANGELIO SEGÚN - S. MATEO - :

*«Vengan a mí todos los que están afligidos y agobiados, y yo los aliviaré. Carguen sobre ustedes mi yugo y aprendan de mí, porque soy paciente y humilde de corazón, y así encontrarán alivio. Porque mi yugo es suave y mi carga liviana». (Mt 11,28-30)<sup>1</sup>*

## MEDITACIÓN SOBRE EL MISTERIO:

*¿Y cómo tomar tu Cruz sobre nosotros, oh Señor? ¿si no a través de las palabras y el ejemplo de aquellos que elocuentemente siguen tus huellas? Como enseña el apóstol cuando dice: «Sigam mi ejemplo, así como yo sigo el ejemplo de Cristo». (1Co 11, 1). (SLC, p. 336)*

## DE LAS ENSEÑANZAS DE LA IGLESIA CATÓLICA:

*- A propósito de imitación, así dice San Juan Pablo II: «La familiaridad con el Señor, cuando es auténtica, lleva necesariamente a pensar, a elegir y a actuar como Cristo pensó, eligió y actuó, poniéndonos a su disposición para proseguir la obra salvífica».*

*(JUAN PABLO II, XIII Jornada Mundial de la Juventud, 30 de noviembre de 1997)*

<sup>1</sup> Biblia sitio web del Vaticano

## LIBRE MEDITACIÓN

*(para dar una contribución personal a los otros que escuchan):*

- .....
- .....

*Luego a continuación ...*

1 Padre Nuestro ...  
5 Ave María ...  
1 Gloria al Padre ... (Cantados)

- Alabado siempre sea ...
- Oh Jesús mío, perdónanos ...
- María, Reina de la Paz ...
- Después, un Posible canto flash relativo al Misterio / o bien cantando se dice : “ Aveeeee, Aveeeee, Ave María ...”

*Luego se va al próximo Misterio, que dentro de lo posible tiene que durar (como éste) no más de 5-7 minutos...*