

Lecturas del III Domingo de Cuaresma

8 de marzo de 2026

Primera Lectura

Lectura del libro del Éxodo (17,3-7):

En aquellos días, el pueblo, torturado por la sed, murmuró contra Moisés: «¿Nos has hecho salir de Egipto para hacernos morir de sed a nosotros, a nuestros hijos y a nuestros ganados?»

Clamó Moisés al Señor y dijo: «¿Qué puedo hacer con este pueblo? Poco falta para que me apedreen.»

Respondió el Señor a Moisés. «Preséntate al pueblo llevando contigo algunos de los ancianos de Israel; lleva también en tu mano el cayado con que golpeaste el río, y vete, que allí estaré yo ante ti, sobre la peña, en Horeb; golpearás la peña, y saldrá de ella agua para que beba el pueblo.»

Moisés lo hizo así a la vista de los ancianos de Israel. Y puso por nombre a aquel lugar Masá y Meribá, por la reyerta de los hijos Israel y porque habían tentado al Señor, diciendo: «¿Está o no está el Señor en medio de nosotros?»

Salmo

Sal 94,1-2.6-7.8-9

R/. Ojalá escuchéis hoy la voz del Señor:

«No endurezcáis vuestro corazón.»

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

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

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 me tentaron, aunque habían visto mis obras.» **R/.**

Segunda Lectura

Lectura de la carta del apóstol san Pablo a los Romanos (5,1-2.5-8):

Ya que hemos recibido la justificación por la fe, estamos en paz con Dios, por medio de nuestro Señor Jesucristo. Por él hemos obtenido con la fe el acceso a esta gracia en que estamos: y nos gloriamos, apoyados en la esperanza de alcanzar la gloria de Dios. Y la esperanza no defrauda, porque el amor de Dios ha sido derramado en nuestros corazones con el Espíritu Santo que se nos ha dado. En efecto, cuando nosotros todavía estábamos sin fuerza, en el tiempo señalado, Cristo murió por los impíos; en verdad, apenas habrá quien muera por un justo; por un hombre de bien tal vez se atrevería uno a morir; mas la prueba de que Dios nos ama es que Cristo, siendo nosotros todavía pecadores, murió por nosotros.

Evangelio

Lectura del santo evangelio según san Juan (4,5-42):

En aquel tiempo, llegó Jesús a un pueblo de Samaria llamado Sicar, cerca del campo que dio Jacob a su hijo José; allí estaba el manantial de Jacob. Jesús, cansado del camino, estaba allí sentado junto al manantial. Era alrededor del mediodía.

Llega una mujer de Samaria a sacar agua, y Jesús le dice: «Dame de beber.» Sus discípulos se habían ido al pueblo a comprar comida.

La samaritana le dice: «¿Cómo tú, siendo judío, me pides de beber a mí, que soy samaritana?» Porque los judíos no se tratan con los samaritanos.

Jesús le contestó: «Si conocieras el don de Dios y quién es el que te pide de beber, le pedirías tú, y él te daría agua viva.»

La mujer le dice: «Señor, si no tienes cubo, y el pozo es hondo, ¿de dónde sacas agua viva?; ¿eres tú más que nuestro padre Jacob, que nos dio este pozo, y de él bebieron él y sus hijos y sus ganados?»

Jesús le contestó: «El que bebe de esta agua vuelve a tener sed; pero el que beba del agua que yo le daré nunca más tendrá sed: el agua que yo le daré se convertirá dentro de él en un surtidor de agua que salta hasta la vida eterna.»

La mujer le dice: «Señor, dame de esa agua así no tendré más sed ni tendré que venir aquí a sacarla.»

Él le dice: «Anda, llama a tu marido y vuelve.»

La mujer le contesta: «No tengo marido.»

Jesús le dice: «Tienes razón que no tienes marido; has tenido ya cinco y el de ahora no es tu marido. En eso has dicho la verdad.»

La mujer le dijo: «Señor, veo que tú eres un profeta. Nuestros padres dieron culto en este monte, y vosotros decís que el sitio donde se debe dar culto está en Jerusalén.»

Jesús le dice: «Créeme, mujer: se acerca la hora en que ni en este monte ni en Jerusalén daréis culto al Padre. Vosotros dais culto a uno que no conocéis; nosotros adoramos a uno que conocemos, porque la salvación viene de los judíos. Pero se acerca la hora, ya está aquí, en que los que quieran dar culto verdadero adorarán al Padre en espíritu y verdad, porque el Padre desea que le den culto así Dios es espíritu, y los que le dan culto deben hacerlo en espíritu y verdad.»

La mujer le dice: «Sé que va a venir el Mesías, el Cristo; cuando venga, él nos lo dirá todo.»

Jesús le dice: «Soy yo, el que habla contigo.»

En aquel pueblo muchos creyeron en él. Así, cuando llegaron a verlo los samaritanos, le rogaban que se quedara con ellos. Y se quedó allí dos días. Todavía creyeron muchos más por su predicación, y decían a la mujer: «Ya no creemos por lo que tú dices; nosotros mismos lo hemos oído y sabemos que él es de verdad el Salvador del mundo.»

COMENTARIO A LAS LECTURAS.-

Seguimos nuestra peregrinación por el camino de la Cuaresma. Hoy nos asomamos de nuevo a ese pozo sin fondo del Misterio de Cristo: lo vemos como a uno de nosotros, un ser de necesidades y deseos: siente la fatiga del camino y tiene sed; y lo vemos como el que nos ofrece a todos el agua viva, y trae así respuesta y cumplimiento a nuestras necesidades y deseos últimos.

Eso no significa que esa respuesta sea fácil de aceptar o entender. La experiencia de Israel (que deja los ajos y cebollas de Egipto y los añora) se repite en la vida de cada cristiano. Toda conversión es un abandono de la “tierra de la

esclavitud” y señala el inicio de un éxodo. Los primeros momentos de la nueva vida pueden transcurrir serenamente, sobre todo si nos ayuda la buena voluntad y el entusiasmo y recibimos ayuda de nuestros hermanos en la fe. Después, comienza inevitablemente la añoranza, la nostalgia y, a veces, la desilusión que experimentamos al contacto con la vida de la comunidad cristiana.

Aparecen las dudas, las vacilaciones y la tentación de cuestionar la elección hecha. Se siente la necesidad de algún signo; exigimos a Dios que dé pruebas concretas de su fidelidad. No hay que extrañarse de que surjan estos momentos difíciles. También con nosotros el Señor se mostrará paciente. También ofrecerá una señal a nuestra fe débil y tambaleante: el agua prodigiosa que brota de Cristo, su Espíritu, su Palabra y su Pan.

Si alguna vez hemos sufrido sed, sabemos lo mal que se pasa. Cuando se acaba en una excursión, cuando la cortan por obras o por una avería, echamos de menos ese líquido elemento. De esta suerte aprendemos a conocer y apreciar el don de Dios. Porque, sin agua, la tierra se endurece. Sin esa agua que es Dios mismo, sin el Espíritu de Dios, sin el conocimiento de Dios y sin el amor a Dios manifestados en Jesús y derramados por el Espíritu en nuestros corazones, también nosotros nos endurecemos: perdemos sensibilidad humana, se crispan más nuestras relaciones, nos volvemos menos porosos y receptivos, se estrechan nuestra apertura y nuestra capacidad de acogida. Por el contrario, la presencia del don de Dios nos vuelve más esponjosos, más receptivos, con mayor capacidad de acogida y de escucha.

El problema del que se habla en las lecturas no es simplemente de sed, sino de fe, de sentido de la vida. Jesús, después de pedirle de beber a la samaritana, suscita una sed más profunda en su corazón. Una sed que sólo puede saciarse con agua viva.

Hoy Jesús sigue pidiéndote de beber. El vuelve a salir a tu encuentro sintiéndose necesitado de ti. Se hace débil para que puedas tener acceso a su amor infinito.

Por eso Dios, que ve nuestro corazón insaciable y que conoce nuestras inquietudes, vuelve a salirnos al encuentro.

Hermano Templario: La Cuaresma es un tiempo propicio para reavivar la gracia del bautismo y vivir la Vida nueva que un día, por el Espíritu, fue derramada en nuestros corazones. La Cuaresma se vive retornando a aquella fuente de la que brota la vida. Una invitación especial que podríamos recibir para la semana entrante es ésta: **vivir el espíritu de oración; practicar la oración en espíritu y verdad.**

NNDNN

✠ **Dios Padre te necesita, cuenta contigo, te pide acciones concretas cada día para transformar la humanidad con su Palabra. Proponte cada día una acción concreta que vaya cambiando tu ser.**



FORMULA ORACIONAL de la ASAMBLEA TEMPLARIA DE ORACIÓN

- 1- Posición y relajación del cuerpo, en pie, sentados o arrodillados cada uno asumiendo la postura que favorezca más su concentración. Lo importante, independientemente de la posición que se adopte, es colocarnos con la actitud de un ser ante su Creador y Padre, rodeados y acogidos por su fortaleza y ternura y transportados al tiempo eterno.
- 2- Cerrar los ojos. Calmar toda emoción. Silenciar toda actividad mental discursiva e imaginativa. Alcanzar el máximo de intensidad para, como sugiere el Papa Francisco sentir que “La oración no es magia, sino un confiarse en el abrazo del Padre. Tú debes orar a quien te engendró, al que te dio la vida a ti concretamente”.
- 3- Desde esa actitud, sintiendo como dice Francisco que “tenemos un Padre cercanísimo que nos abraza”, recitamos el Padrenuestro de forma sentida:

***Padre nuestro que estás en los cielos, santificado sea tu nombre.
Venga a nosotros tu Reino, hágase tu Voluntad así en la tierra como en el
cielo.***

***Danos hoy nuestro pan de cada día y perdona nuestras ofensas, porque
nosotros ya hemos perdonado a quienes nos ofenden.
No nos dejes caer en la tentación y líbranos del mal.***

**Porque Tuyo es el Reino, el Poder y la Gloria, Padre, Hijo y Espíritu Santo, ahora y siempre y en los siglos de los siglos.
Amén.**

**Versión en
Latín:**

***Pater Noster, qui es in coelis, sanctificetur nomen tuum.
veniat Regnum tuum, fiat voluntas tua, sicut in caelo et in terra.
Panem nostrum cotidianum da nobis hodie, et dimitte nobis debita nostra, sicut et nos dimittimus debitoribus nostris.
Et ne nos inducas in tentationem, sed libera nos a malo.
Quia Tuum Regnum, et Potestas et Gloria, Pater, Filius et Spiritus Sanctus, nunc
et semper et in saecula
Amen***

- 4- A continuación, siguiendo la indicación de nuestro padre San Bernardo que dice que “ésta es la voluntad de Dios: quiere que todo lo tengamos por María”, rezaremos el Ave María.
- 5- Continuamos centrando la atención dentro de nosotros mismos, en el corazón, tratando de sentir la presencia del Espíritu de Dios en él. Y así, siguiendo el ritmo de la respiración, según el método de Oración Hesicasta decimos interiormente:

"Señor", (alargando la pronunciación al tiempo de la inspiración; al expirar, en profunda meditación decimos): " ten piedad "....

**"Señor (inspiración), ten piedad (expiración), o bien: " " Señor
Jesucristo
(inspiración) ten piedad (expiración).**

Larga Vida Al Temple