

2 DE OCTUBRE DE 2026

3. CONTIGO MAÍN POR LOS CAMINOS DE LA VIDA

3.4 La vida crece – Valponasca



**"Yo soy la vid, ustedes
los sarmientos" Jn 15,5**

(Antes del desayuno tendremos nuestro momento de oración, en la habitación de Madre Mazzarello)

Angelus

Acto de confianza

Guía: Confiamos nuestra vida a María, nuestra Madre y guía, que Ella nos ayude a cantar con alegría el amor de Dios, a vivir nuestra vocación con renovado compromiso y fe, y a compartir con pasión y coherencia la belleza del Evangelio convirtiéndonos en un eco vibrante de su amor para las nuevas generaciones:

Oh María Auxiliadora de los Cristianos,
Te confiamos nuestro camino
de donación total a Dios.
Enséñanos a cantar con alegría y gratitud
nuestro Magnificat al Señor.

Haznos atentas a la voz del Espíritu,
para que sepamos vivir con humildad,
caridad, sencillez y confianza en nuestra vida diaria.
Como Tú, deseamos entregarnos plenamente al Padre.

Que nuestra vida, vivida en castidad, pobreza y obediencia,
sea un reflejo transparente del amor de Dios
y un eco de tu bondad materna.

Siguiendo las huellas de Madre Mazzarello,
concédenos donarnos con alegría a los jóvenes
que nos han confiado. Amén.

ORACIÓN

Reza con Maín

Guía 1: Los años en la Valponasca fueron un período particularmente fructífero en la vida de María Doménica, marcados por la personalización de la fe, la interiorización, la unificación y, a la vez, una apertura progresiva al servicio en la comunidad eclesial. Fue una etapa de juventud exuberante, vivida con plenitud y centrada en Cristo, la Sabiduría y la Vida. La sabiduría de María Doménica se cimentó en la oración y la Eucaristía, constituyendo el secreto de su apertura y su generosa entrega personal.

(Siguiendo los pasos de Madre Mazzarello, una mujer sabia, Roma 1988)



Amor y adoración

Guía 2: Desde los primeros años de su vida, Madre Mazzarello mantuvo una búsqueda constante de Dios. La profunda certeza de sentirse siempre amada por Él le permitió cultivar una creciente intimidad con Cristo, transformando las acciones más sencillas de su día a día en auténtica oración. Hagamos nuestra su experiencia.

Oremos juntas:

Como busca la cierva corrientes de agua,

así mi alma te busca a ti, Dios mío;

tiene sed de Dios, del Dios vivo:

¿cuándo entraré a ver el rostro de Dios? *(Salmo 42)*

Amor y trabajo

Guía 1: María Doménica trabajó con sus manos la viña: primero, como aprendiz prudente junto a su padre; después, como colaboradora eficaz. Cultivó tanto sus tierras (*Mazzarelli*) como las ajenas (*Valponasca*) con la fuerza de sus brazos, la paciencia de quien cuida el campo con amor y la alegría de la cosecha. Su adolescencia límpida, su juventud robusta y su carácter fuerte y fogoso la hicieron apta para preparar, cultivar, podar y cosechar frutos. Hoy pedimos al Señor: “Visita este viñedo y protege lo que tu diestra ha plantado”.



Oremos juntas:

No recuerdes, Señor, contra nosotros las culpas de nuestros padres;
que tu amor venga pronto a socorrernos,
porque estamos totalmente abatidos.

Auxílianos, Dios y salvador nuestro, por la gloria de tu nombre. (*Salmo 79*)

Ama y Sirve

Guía 2: En el mundo actual, somos hogar y templo de Dios siempre que amemos a nuestros hermanos, pues solo así Él habita en nosotros. Al igual que María Doménica, Dios nos invita a abrir el corazón a los demás y a buscar Su rostro con mansedumbre y corazón puro.

Oremos juntas:

El Señor es mi Pastor,
nada me falta:
en verdes praderas me hace recostar;
me conduce hacia fuentes tranquilas
y repara mis fuerzas;
me guía por el sendero justo,
por el honor de su nombre. (*Salmo 22*)



VISITA A LA VALPONASCA

Caminando con Maín - Visión Divina para una conversión ecológica

(Indicación previa a la salida del Colegio: Este momento se realiza antes de partir, ya sea reunidas en el patio o en la carretera antes de entrar en la Via Valgelata.)

Guía 1: ¡Vamos a la Valponasca!, un lugar muy significativo en la vida de nuestra querida Maín, allí profundizó en los dones de vida y fe que recibió en los “Mazzarelli”.



Iniciamos este viaje junto a Maín. Al recorrer el sendero hacia la Valponasca, contemplamos la misma naturaleza que ella admiró tantas veces; un lugar donde su horizonte se expandió, invitándola a una unión más íntima con Dios a través de la oración, la Eucaristía y el cotidiano. Fue precisamente allí donde, al reconocer sus propias fragilidades, emprendió con decisión su camino de conversión.



Guía 2: Al contemplar la naturaleza, evoquemos también la invitación del Papa Francisco a emprender una conversión ecológica. El Movimiento Laudato si' la define como una *“transformación de los corazones y las mentes hacia un mayor amor a Dios, a los demás y a la creación”*. Se trata de un proceso que nos invita a reconocer nuestra responsabilidad ante la crisis social y ecológica y a actuar en favor de la comunión, sanando y renovando nuestra casa común.

Durante el camino, permitamos que nuestros sentidos sean más sensibles a percibir cómo Dios se manifiesta a nosotras. Pidámosle esta gracia.

Mientras avanzamos en el camino hacia la Valponasca, estamos invitadas a encontrar un símbolo que represente nuestra vida, vocación y misión. Dejémonos llenar por la presencia de Jesús, de Madre Mazzarello y escuchemos su voz en el silencio del corazón.

(Recordamos a las participantes que por favor no se tome nada de los viñedos: uvas, hojas etc.... para respetar y preservar el entorno)

Peregrinación a la Valponasca

(Comienza la peregrinación a la Valponasca. A lo largo del trayecto, se invita a las participantes a hacer breves paradas para meditar en torno a la interrogante planteada.)

Primer momento: Plaza del pueblo

Guía 1: ¿Cómo descubro la bondad y belleza de Dios en la creación, en mi prójimo y en mí misma?

Segundo momento: Entrada del antiguo camino hacia el pozo

Guía 2: ¿Qué actitudes y estilo de vida necesito cambiar para poder vivir en verdadera solidaridad con los más vulnerables y asumir el cuidado de nuestra casa común?

Tercer momento: Celebración en el pozo

(En caso de que la totalidad de las participantes hayan realizado el camino anterior, se dará continuidad a este espacio de oración. De lo contrario, una vez que todas hayan llegado a la Valponasca, se proseguirá con el acto de oración en torno al pozo contiguo a la casa)



Guía 1: Frente a este pozo, recordamos cómo Maín, en su deseo por asistir a la Eucaristía, se adelantaba por las mañanas para recoger agua y asegurar el abastecimiento de su familia. Este pozo se convierte así en un símbolo elocuente de su amor a Dios y a los suyos; sus aguas no solo sustentaban la vida de la familia, sino que también eran fuente de vitalidad para el campo.

Primer Libro de Reyes 19, 4-8

Luego caminó un día entero por el desierto, y al final se sentó bajo una retama. Entonces se deseó la muerte y exclamó: “¡Basta ya, Señor! ¡Quítame la vida, porque yo no valgo más que mis padres!”.

Se acostó y se quedó dormido bajo la retama. Pero un ángel lo tocó y le dijo: “¡Levántate, come!”.

Él miró y vio que había a su cabecera un pastel horneado sobre piedras calientes y un jarro de agua. Comió, bebió y se acostó de nuevo.

Pero el Ángel del Señor volvió otra vez, lo tocó y le dijo: “¡Levántate, come, porque todavía te queda mucho por caminar!”.

Elías se levantó, comió y bebió, y fortalecido por ese alimento caminó cuarenta días y cuarenta noches hasta la montaña de Dios, el Horeb.

Voz 1: La Eucaristía es el Pan del camino, la fuerza que nutre y sostiene hacia el monte de Dios.



Voz 2: “A veces, especialmente cuando brillaba la luna, se levantaba alrededor de la una o las dos de la mañana para trabajar en el viñedo, plantando las estacas antes de acudir a misa. En verano, ante la escasez de agua, debía realizar un viaje de diez minutos hasta el pozo —que aún puede visitarse cerca de la llanura cubierta de pasto, en el camino hacia Maín—. María Domenica llenaba su frasco de 25 litros, lo equilibraba

con destreza sobre el hombro y regresaba a la casa. Tras organizar sus tareas, solía llamar a su hermana diciéndole: “Vamos, si nos damos prisa, podremos asistir a misa y regresar antes de que los demás despierten”. (*Maccono Vol. 1 p.49 #3*)

Música instrumental (41)

<https://www.youtube.com/watch?v=VqHy41e7ouU>

(Invitamos a cada participante a colocar alrededor del pozo el símbolo que le ha resonado durante nuestra peregrinación a la Valponasca. Tras un momento de oración espontánea y silenciosa junto al pozo, y una vez que todas hayan colocado su símbolo, entonaremos la siguiente canción.)

Canción: Con el alba me despiertas (42)

https://www.youtube.com/watch?v=OIRxkWhWxiA&list=RDOIRxkWhWxiA&start_radio=1

Con el alba me despiertas,
tu voz me canta por dentro,
aquí me tienes Señor,
aquí me tienes Señor,
aquí me tienes Señor.

Me acompañan las estrellas,
mis ojos buscan tu luz,
Tú me llamas, voy Señor,
Tú me llamas, voy Señor,
Tú me llamas, voy Señor.

Canten cielos y colinas,
cante en silencio mi ser,
al Señor de mis mañanas,
mientras madrugo por Él. (2X)

Yo soy trigo en semilla,
soy viña que apenas brota,
aquí me tienes, mi Dios,
aquí me tienes, mi Dios,
aquí me tienes, mi Dios.



Y es que muy dentro del alma,
tu sello ya me ha marcado.
Tú me llamas, voy Señor,
Tú me llamas, voy Señor,
Tú me llamas, voy Señor.

Valponasca, la Gracia de la Unidad

(La oración continúa cuando el grupo llega a la Valponasca.)



Guía 1: Aquí en la Valponasca, dejemos que este lugar nos hable al corazón. Maín hablará con cada una de nosotras.

Guía 2: En la Valponasca, la vida de María Doménica se orientaba con paso firme hacia una única meta: amar y servir a Dios, uniendo la oración del corazón con la laboriosidad de sus

manos. Fue allí donde Maín cultivó una profunda intimidad con Jesús mediante una constante oración contemplativa. El silencio y la naturaleza que la envolvían favorecieron su introspección y, bajo el sabio acompañamiento de sus padres y, especialmente, de Don Pestarino, pudo reconocer tanto su fortaleza como su fragilidad. Allí, a sus quince años, Maín se consagró plenamente al Señor, llegando a sentir el deseo de una entrega tan total que incluso se acusaba de no haber pensado en Él durante apenas quince minutos.

Guía 1: Cada momento era un encuentro con el Señor. En casa y en el campo mientras trabajaba, estaba en constante unión con su Amado. Este amor por Jesús creció en su recepción diaria de la Sagrada Eucaristía.

La ventana de la Valponasca es el símbolo de la vida contemplativa de Maín. Desde esta ventana vio la naturaleza, la iglesia y las personas a las que servía.

Guía 2: Nos encontramos en la casa de Maín, en la Valponasca, el escenario sagrado donde ella se abrió a



Dios con la firme y consciente determinación de entregarse a Él en plena libertad y amor. Es aquí donde su fe alcanza la madurez; cada una de sus vivencias la encamina hacia una comprensión cada vez más honda y luminosa de la centralidad absoluta de Dios en su vida.

Dejemos por un momento, ser invadidas por un silencio lleno de amor y contemplemos con Maín, al Dios de la vida que obra milagros en cada una de sus hijos e hijas.

Todas: Oh Santa María Doménica Mazzarello, tú que viviste en plena unión con Dios y distanciada de las vanidades del mundo, practicando las más sublimes virtudes; alcánzanos la gracia de imitar fielmente tu ejemplo de humildad, sencillez y caridad, para que sepamos reconocer al Señor en cada circunstancia y vivir consagradas solo a Su amor. ¡Amén!



EUCARISTÍA



REFLEXIÓN PERSONAL

(En la aplicación, dentro de la sección Recursos: 3.4 Reflexiones Personales, dispones de diversas propuestas para tu reflexión personal. Recuerda de escribir tus conclusiones en el cuaderno.)



ORACIÓN

(Rezar antes de salir de la Valponasca.)

Guía 1: Celebrar es elevar una acción de gracias por los dones recibidos; es ofrecer la propia vida como ofrenda y hacer memoria viva de la salvación. Hoy evocamos el tiempo de María Doménica en la Valponasca: una verdadera “escuela de vida” forjada en el diálogo con la naturaleza, bajo los horizontes abiertos que dilataron su alma en la soledad, el silencio y un trabajo impregnado de tenacidad y abnegación.

Su oración fue fruto de interiorización e iniciativa personal, así como lo hacía en las tardes desde la ventana orando con la familia. La fatigosa peregrinación matutina a la parroquia para participar en la celebración eucarística fue expresión y testimonio de una libre elección, que demostraba precisamente la centralidad que tenía en su día el encuentro con Cristo en su época.

Guía 2: En este momento de interiorización nos dejaremos interpelar por la Palabra de Dios, por la Cronohistoria, por las Actas del CG XXIV y nos abriremos a una serena confrontación con Maín.

Siguiendo sus pasos, nos comprometemos a asumir con responsabilidad nuestra maduración espiritual en el seguimiento de Jesús; así, cada vivencia cotidiana se transformará en una oportunidad para crecer como discípulas misioneras.

Eclesiástico 51, 18-28

“Cuando aún era joven, antes de viajar, busqué diligentemente la sabiduría en la oración. Frente al santuario, orando, la pedí, y la buscaré hasta el final. De su florecimiento, como uvas a punto de madurar, mi corazón se regocijó. Mi pie caminó por el camino recto; desde mi juventud seguí sus pasos. Incliné un poco mi oído para recibirla. Encontré abundante enseñanza allí. Con ella avancé; daré gloria a quien me dio sabiduría. Sí, he decidido ponerla en práctica; He sido celoso para el bien, no seré confundido. Mi alma se entrenó en ella; Yo era diligente en la práctica de la ley. Estiré mis manos hacia arriba; lamenté que se ignore. A ella volví mi deseo, y la encontré en la pureza. En ella cobré sentido desde el principio; por eso no la abandonaré”.

Voz 1: “Cual solícito pastor, el buen sacerdote quiso prevenir a su ovejita de cualquier caída posible, dándole el alimento cotidiano del Pan de los fuertes. Esto hacía que la mente de María tuviera siempre presente a Jesús, a quien había recibido por la mañana y a quien recibiría al día siguiente; y que su corazón, continuamente alerta sobre sí misma, no se cuidara de otra cosa que, de entretenerse con Dios, deseoso únicamente de agradarle cada día más”.
(*Cronohistoria I 39*)

Voz 2: El amor que recibimos de Dios y que estamos llamadas a vivir y expresar es atento a cada persona, concreto, sencillo y profundo. Apoya la fidelidad vocacional y valora a la persona en cada etapa de la vida, como sugiere el Papa Francisco: “Si los jóvenes están llamados a abrir nuevas puertas, los mayores tienen las llaves. Y la juventud de un Instituto está en ir a las raíces, en escuchar a los mayores. No hay futuro sin este encuentro entre ancianos y jóvenes; no hay crecimiento sin raíces y no hay floración sin nuevos brotes. Nunca profecía sin memoria, nunca memoria sin profecía”. (*Actas CG XXIV 11*)

Voz 3: Tras regresar de la eucaristía diaria, mientras los demás aún descansaban, ella preparaba el desayuno y organizaba la casa para luego partir hacia los campos, adelantándose incluso a los labradores más rápidos. Uno de ellos testificó: “Siempre acudía al trabajo muy temprano, pero al llegar ya encontraba a esa joven incansable en el viñedo. ¡Cuántas veces la sorprendí rezando el rosario junto a su hermana Felicina!”

Voz 4: Las manos de María Doménica trabajaban con ritmo constante, sin agitación. Bajo el vaivén de la azada, la tierra se abría fértil, como si se alegrara al ser descubierta al sol gracias al laborioso esfuerzo de la joven. En ocasiones, ella detenía su labor por un instante, haciendo creer a los hombres que tomaba un respiro; sin embargo, con las manos entrelazadas y la mirada en la iglesia al otro lado del valle, sus labios apenas susurraban una ferviente oración.

Voz 5: Creemos que la perspectiva educativa del Sistema Preventivo es la fuerza que puede involucrar a los jóvenes en un proyecto común de interacción entre experiencias y habilidades. La formación cultural en la visión antropológica cristiana se convierte en un compromiso para acompañar a los jóvenes y apoyarlos en la búsqueda del sentido de la vida, en la construcción de un futuro de paz, fraternidad, amistad social, responsabilidad por la casa común. (*Actas CG XXIV 14*)

Voz 6: Así, en las horas de descanso, mientras los obreros se reunían para charlar entre ellos, ella se retiraba detrás de algunas matas y, con el pretexto de

descansar un poco a la sombra, leía algún libro espiritual de los que le dejaba don Pestarino, o rezaba o meditaba; o también, si tenía con ella a su prima Dominga o a su hermanita, cantaba con ellas alguna canción piadosa... (*Cronohistoria I* 40).

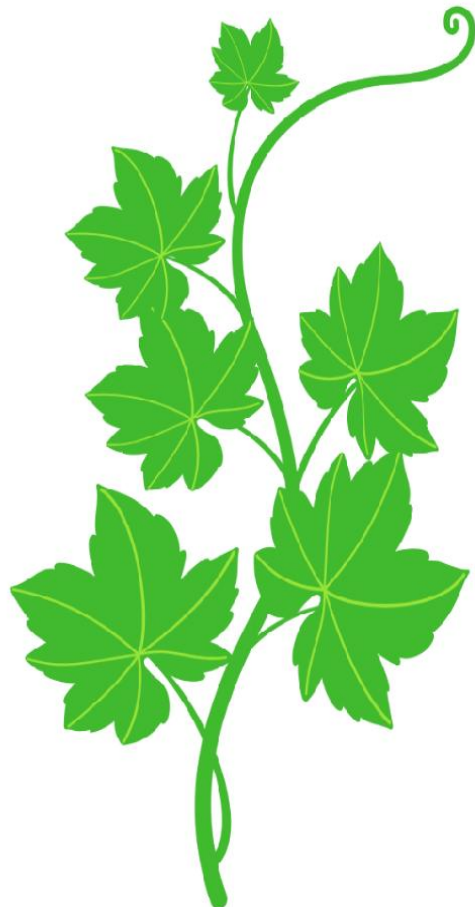
Canción: Yo Soy la Vid - Javier Brú (43)

https://www.youtube.com/watch?v=qIP6N6irzMI&list=RDqIP6N6irzMI&start_radio=1

Yo soy la vid verdadera
y mi Padre es el viñador
que arranca de mí aquel sarmiento
que fruto a su tiempo no dio.
Él poda a los que dan fruto
para que den fruto mayor.
A ustedes mi palabra hace limpios;
sarmientos son que el Padre podó.

Yo soy la vid
y ustedes los sarmientos
el que permanece en mí y yo en él
fruto abundante dará.
Fuera de la vid
no da fruto el sarmiento;
si no permanecen unidos a mí
nada pueden hacer.

Sarmiento que a mí no esté unido,
afuera mi Padre lo echará
y seco arderá en el fuego
pues no sirve ya para más.
Si a mí permanecen unidos,
y mi palabra saben guardar
se realizará lo que pidan,
discípulos que gloria a Dios dan.



Voz 7: Estamos convencidos de que el anuncio de Jesús es la misión prioritaria del Instituto y que en la Iglesia somos catequistas por vocación (*cf. C 70*). Por tanto, consideramos fundamental la formación cultural, teológica, catequética y salesiana. Esto requiere competencia, innovación, adaptación a los tiempos y lenguajes, con especial atención a las culturas juveniles, a las familias, valorando su protagonismo en las propuestas pastorales

Voz 8: Con María bajamos a nuestra Cafarnaúm junto con los jóvenes y los laicos para compartir vida y misión, para dejar que Dios respire nuestra existencia, para que se convierta en un camino de formación y propuesta vocacional sin fronteras. (*Actas CG XXIV 30*)

Voz 9: El objetivo principal de la misión educativa es guiar a los jóvenes hacia el encuentro con Jesús de Nazaret. Los propios jóvenes, entonces, se convierten en protagonistas de las propuestas educativas. Nos piden adoptar nuevos estilos y nuevas estrategias para una pastoral más abierta y sinodal. (*Actas CG XXIV, 30*)

Voz 10: Otra alumna del taller cuenta: “Durante la semana no pensábamos más que en el domingo; ¡qué buenas y piadosas nos hacíamos! ¡María sabía decirnos cosas muy hermosas!”. (*Cronohistoria I 113*).

Voz 11: Vemos sabiamente la era digital como un signo de los tiempos. Junto a los jóvenes tratamos la cultura de la comunicación, la educomunicación, temas de inteligencia artificial, relaciones en el mundo de las redes sociales, desigualdades sociales aumentadas por problemas económicos. Como comunidad educativa, favorecemos la formación en comunicación para habitar los entornos digitales de forma consciente y responsable, aprender sobre las dinámicas de la cultura de la información y desarrollar una mentalidad crítica y creativa. (*Actas CG XXIV 19*)

Voz 12: El modelo ideal que el Instituto FMA anhela encarnar está representado en Nuestra Señora del Magnificat. De acuerdo con lo estipulado en nuestras Constituciones, se nos pide acoger con gozo y humildad el espíritu del Magnificat (*cf. Constituciones 4*), de modo que cada una de nuestras comunidades se transforme en una prolongación viva de la alabanza de María. (*cf. Constituciones 62*)

Guía 1: Con estos sentimientos, cantamos el Magnificat.

Magnificat (44)

https://www.youtube.com/watch?v=J2QQVLGAusE&list=RDJ2QQVLGAusE&start_radio=1

Mi alma engrandece al señor
se alegra mi espíritu en Dios mi Salvador
se fijó en su servidora más humilde
desde ahora dichosa me dirán todos los siglos
maravillas hizo en mí por su poder
y santo es el nombre de mi Dios y mi señor
su poder por los siglos de los siglos
a los hombres que le temen Él les guarda compasión
la fuerza de su brazo desplegó
y deshizo los proyectos del soberbio corazón
derribó de su trono a poderosos
pero en cambio a los humildes y a los pobres levantó
al hambriento de bienes colmó
con las manos vacías a los ricos despidió
Él es fiel y no olvida sus promesas
a su pueblo como un hijo para siempre lo acogió
Amén, Amén, Amén.

Padre Nuestro

Guía 2: “Oh, santa María Doménica Mazzarello, tú que fuiste siempre fiel a los compromisos de tu Bautismo, ayúdanos a vivir nuestra vocación cristiana cada día. Enséñanos a confiar en la paternidad de Dios en todas las circunstancias de nuestra vida y a caminar en Su presencia, sirviéndole en nuestros hermanos con un corazón humilde, desapegado de los bienes efímeros de este mundo. Ayúdanos a ser siempre íntegras ante Dios, ante nosotras mismas y ante los demás, viviendo cada jornada con la alegría radiante de la esperanza. Que nuestra vida, bajo la guía materna de María Auxiliadora, sea,

como la tuya, un acto continuo de amor para la gloria del Padre y la salvación de nuestros hermanos y hermanas. Amén.”



EXAMEN ECOLÓGICO

(Rezarlo individualmente antes de retirarse por la noche.)

Gratitud

Al iniciar este momento de oración, eleva tu corazón en alabanza y gratitud. Reflexiona sobre: ¿cómo has experimentado el amor de Dios a lo largo de este día, a través de las personas, los acontecimientos y la belleza de la creación.?

Si bien participar en el Proyecto Mornese es una gran bendición, mantente abierta a descubrir los otros dones que Dios tiene preparados para ti.

Apertura

Dedica este instante a pedir al Señor la gracia y la fortaleza necesarias para contemplar tu jornada con un corazón dócil. Eleva tu oración pidiendo una apertura profunda de espíritu, para acoger con humildad todo aquello que Dios desea revelarte a través de lo vivido.

Revisión

Dedica un tiempo a reflexionar en oración sobre tu jornada, con la confianza de que los momentos que vienen a tu memoria son espacios que Dios te invita a explorar. Identifica aquellos instantes en los que tu corazón se sintió ligero y aquellos en los que experimentaste pesadez.

¿En qué momentos de este día experimentaste un lazo profundo de solidaridad y comunión con la humanidad y con la obra de la creación? ¿A través de qué experiencias has descubierto y apreciado con mayor claridad tu interdependencia y vinculación con la naturaleza y con el prójimo? ¿Dejaste pasar de forma consciente alguna ocasión para promover la armonía y la unidad? Al contemplar

que todo se encuentra entrelazado en nuestra existencia, ¿percibes si has omitido o dejado al margen a algún hermano o hermana en esta travesía?

Libertad

Tras realizar un examen sincero de tu propia vida a la luz del amor de Dios, pide la gracia de una libertad interior que te permita desprenderte de todo lo que obstaculiza tu conexión con el prójimo y con la creación.

¿A qué aspectos de tu vida necesitarías renunciar para fortalecer tu sentido de solidaridad y conexión con el mundo? Reflexiona sobre tus hábitos, tu manera de pensar, el uso de tu tiempo y cualquier otro factor que te impida experimentar con mayor libertad una unidad sincera y una relación armoniosa con toda la creación.

Renovación

Conversa con Dios acerca de tu deseo de vivir con solidaridad, tanto con el prójimo como con toda la creación, para el día que viene. Al concluir este momento de diálogo, finaliza tu oración elevando un sentido agradecimiento por los dones recibidos.

