

TALLER DE ORACIÓN

INDICE DE TEMAS:

1. Anhelos de Conversión
2. Dios me crea por Amor
3. Dios me ama como soy
4. Sumerjo mi cruz en la cruz de Cristo: Si Padre, si
5. La oración
6. La oración nos transforma en el amor, por el amor y para el amor
7. Abandono en el amor
8. La cruz como fuente de amor
9. Cristo nos llama a colaborar con El en la obra de Redención
10. La Iglesia.

METODOLOGÍA GENERAL

Todas las reuniones siguientes se desarrollan en forma semejante a la primera.

1. **Oración Inicial:** se reza en común la "Pequeña Consagración".
2. **Peticiones y acciones de gracias** al Señor hechas por los participantes.
3. **Lectura bíblica:** se lee el trozo de la Biblia indicado en el primer punto de cada ficha, y se deja un tiempo para reflexionar en silencio sobre el mismo.
4. **Puesta en común:** se comenta aquello que se escuchó y meditó, poniendo en común lo que cada uno ha conversado con el Señor.
5. **Revisión del trabajo personal:** se intercambia sobre lo que nos resultó fácil en la oración, sobre nuestros adelantos y sobre las dificultades y escollos que hemos encontrado en la semana.
6. **Ejecución de relajación:** nos prepara a escuchar el tema del encuentro.
7. **Audición de la cassette** con el tema o **lectura** pausada del mismo.
8. **Comentario:** después de un silencio, los integrantes del grupo expresan lo que más les ha tocado. El monitor va anotando las ideas principales y luego las resume destacando algunos puntos en relación al tema tratado.
9. **Modalidad de oración:** la que se propone en la ficha.
10. **Trabajo personal:** se encomienda esta tarea tal como está en la ficha, junto con las preguntas para reflexionar.
11. **Oración final de agradecimiento.**

© Editorial Patris S.A.
José M. infante 132 - Tels FAX 235 1343 - 235 5830
Email: edit.patris@entelchile.net
Providencia, Santiago - Chile.
N° Inscripción: 60.970

10ª Edición: Abril 2000
Con Licencia Eclesiástica
Impreso por: QUICKPRINT LTDA Abril del 2000 - CHILE

Presentación

Hace alrededor de dos años y medio, Junto al P. Ignacio Larrañaga, formamos un pequeño “Taller de Oración”, que resultó ser una experiencia muy enriquecedora para quienes tomamos parte en él.

Esta experiencia se vio enriquecida aún más, al incorporar elementos de la espiritualidad del P. José Kentenich, fundador del Movimiento de Schoenstatt. Ya han participado cerca de 500 personas en el Taller de Oración, quienes nos han manifestado su interés en esta experiencia y nos han pedido publicar el material que usamos.

Hoy lo hacemos con el deseo de que otras personas también puedan vivir algo semejante a lo que el Señor nos ha regalado.

Este trabajo no pretende ser un material acabado y completo, sino una ayuda para quienes desean un mayor encuentro consigo mismo y con el Dios de la vida.

Nuestro mundo pareciera estar solamente orientado a lo terreno, al quehacer inmediato, a triunfar y a poseer cosas. El hombre actual se siente solo, desvalorizado, carente de afecto y sin encontrar respuesta a los anhelos m profundos de su alma. Desea satisfacer las interrogantes permanentes del ser humano: ¿quién soy?, ¿cu es el sentido de mi vida?, ¿qué papel juega Dios en ella y en la historia de la humanidad?

Esta necesidad de Dios y de encontrarnos a nosotros mismos es lo que nos llevo a elaborar los “Talleres de Oración”. Lo experimentamos como una gran bendición de Dios como un paso suyo por nuestra vida, como una vivencia que nos da luz y estimula. Para nosotros significó un acercamiento y encuentro con el Señor, con el corazón de Dios Padre, en quien depositamos nuestras alegrías y cruces, nuestra historia y nuestro futuro, y en quien reposamos. Descubrimos en esta experiencia que venimos de Dios, que tenemos que anclarnos en El, porque siempre nos está esperando, acogiendo, respetando, amando entrañablemente.

Imploramos al Señor que el vivir esta experiencia de oración signifique para Uds. también una gran bendición y que igualmente puedan transmitir el gusto y la práctica de la oración a otras personas.

Agradecemos muy particularmente al P. Ignacio Larrañaga por su estímulo, confianza y orientación. Sin él, este taller no habría comenzado. Nuestra gratitud se dirige al mismo tiempo al P. José Kentenich, quien nos ha regalado tanto con sus enseñanzas y testimonio, y a todas aquellas personas que habiendo realizado talleres de oración, nos participaron sus experiencias, las que hemos recogido en este cuaderno.

El material que publicamos puede ser utilizado en grupos de reflexión, comunidades de bases, colegios, parroquias, familias, parejas o individualmente. Cada persona o grupo debe ir adaptándolo a su originalidad, hasta llegar a descubrir su propio camino de oración y de encuentro con el Señor.

Pedimos a María, la Virgen Orante, que nos enseñe a rezar y nos conduzca hasta esa cercanía que Ella tuvo con Dios Padre, con su Hijo y el Espíritu Vivificador, y que así podamos dar testimonio de Dios a nuestros hermanos y al mundo.

Metodología

La metodología que proponemos es fruto de una experiencia. No pretende ser algo rígido, sino adaptable a las necesidades de la persona o grupos que la utilicen. Cada taller de oración es algo original, de acuerdo a quienes lo componen y a las inspiraciones del Espíritu Santo, permitiéndole su acción en nuestra alma. A nosotros nos corresponde cooperar con todo nuestro ser para entrar en un di profundo con Dios.

Los talleres de oración surgen de una invitación personal, generalmente en colegios y/o parroquias, a aquéllos que tengan interés en profundizar en común la vida de oración.

I. REQUISITOS BASICOS DEL TALLER

1. Duración y frecuencia:

Son 10 sesiones, cada una de las cuales tiene una duración de dos horas aproximadamente. Se recomienda una sesión semanal a la hora convenida por los componentes del taller.

2. Lugar:

Debe ser una sala tranquila y acogedora.

3. Numero de participantes:

Los grupos estan formados por 10 o 15 personas y dos monitores que comparten la conducción del taller.

4. Identificación de los participantes:

A fin de que las personas que se encuentran por primera vez en el taller de oración puedan identificarse, reciben una tarjeta con su nombre, que cada uno coloca en una parte visible.

Materiales:

Se hace entrega del folleto "Taller de Oración", un libro de cantos y un cuadernillo con oraciones. Se pide que lleven un cuaderno y un lápiz. Los textos de cada ficha del Taller de Oración estan grabados en un cassette, que pueden optativamente ser usados para las reuniones.

II. REQUISITOS PARA LOS MONITORES

Sugerimos las siguientes condiciones para quienes esten dispuestos a asumir la tarea de monitores:

1. Participación activa en la Iglesia:

El monitor debe ser un miembro activo de la vida eclesial, frecuentar los sacramentos y estar de acuerdo con las orientaciones pastorales de la jerarquía.

2. **Contar con la aprobación del parroco o del responsable de la pastoral** en el ámbito correspondiente.

3. **Haber tornado parte previamente en un taller de oración;** de preferencia haber participado en un "Taller de monitoreo" del Centro La Providencia.

III. METODOLOGIA PARA LA PRIMERA REUNION

La primera sesión del taller de oración se realiza del siguiente modo:

1. **Consagración del taller a la Santísima Virgen:**

Pedimos a la Santísima Virgen que nos introduzca en su escuela de oración y que nos regale esa cercanía e intimidad que ella tuvo con Cristo y el Padre Dios. Pedimos, además, que nos ayude a recibir la palabra del Señor en nuestro corazón, tal como ella lo hizo y que implore sobre nosotros el Espíritu Santo.

El monitor invita a los integrantes del grupo a rezar la oración "Pequeña Consagración a María", que encabeza la primera ficha.

2. **Presentación de los componentes del taller:**

Terminada la oración, toman asiento. El monitor cada uno de los participantes se presentan en forma sencilla, expresando los motivos de su asistencia al taller.

3. Sentido del taller de oración: Aprender a orar, a dialogar con Dios, a reconocer que como criaturas necesitamos permanecer unidos a nuestro Creador. "Yo soy la vid y ustedes los sarmientos. Si alguien permanece en mí y yo en él, produce muchos frutos. Pero sin mí, no pueden hacer nada" (in. 75, 5).

La oración nos permitiera entonces aumentar nuestra fe, acrecentar el conocimiento de nosotros mismos y descubrir lo que Dios quiere de nosotros.

El Señor es fuente de inspiración de nuestro quehacer diario, en la familia, en el trabajo y en la sociedad entera.

4. **Importancia del silencio para la oración:**

Para orar se necesita silencio. A algunos les cuesta lograrlo porque sienten temor de encontrarse a sí mismos, con su dolor o con su vacío interior. Otros ignoran la forma de hacer silencio. En la oración descubrimos que Dios se acerca a nosotros a través de ese dolor, de esa debilidad y de ese vacío interior.

5. Ejercicio de relajación:

Este ejercicio tiene como objetivo preparar el encuentro con el Señor, vaciar nuestra mente de todo aquello que impide al Señor adentrarse en nosotros, alejar esa tensión personal y ambiental que nos rodea, y pedir a Jesús que nos regale su paz. Somos seres corporales, por eso no debemos menospreciar la actitud exterior de nuestro cuerpo. Ello nos dispone a rezar y es parte de nuestra oración.

El método de relajación que expondremos a continuación es completo, pero, normalmente, se realizan todos los pasos descritos sólo en las primeras sesiones. A medida que las personas vayan aprendiendo a relajarse y a distenderse, se van simplificando y acortando estos pasos.

El monitor dirige este ejercicio diciendo lentamente:

- Nos sentarnos derechos, con la espalda apoyada en el respaldo de la silla, la cabeza hacia arriba, con las Palmas de las manos hacia arriba reposando sobre nuestras piernas en actitud receptiva y tranquila. Ambos pies los apoyamos en el suelo y cerramos suavemente nuestros Ojos.

Invoquemos la presencia del Espíritu Santo para que nos traiga la paz y nos sintamos cobijados en el amor de nuestro Padre Dios, (*Silencio*)

Señor, to pedimos que nos envíes tu Espíritu, hoy que estamos reunidos en tu nombre para darte gracias, bendecirte y escuchar lo que nos quieres decir a cada uno de los que estamos aquí y gozar de tu compañía.

Rezamos ésta a otra oración semejante. (*Silencio*)

Inspiramos profundamente por la nariz y dejamos que el aire salga suavemente, sin forzar, por dos veces. Repitamos en silencio varias veces esta invocación: “Dios es mi padre”, o bien, “Dios es bueno”, “El señor me quiere como soy”, “Señor mío y Dios mío”, etc.

Volvamos a inspirar profundamente, mantengamos el aire por unos segundos y exhalamos en forma lenta y relajada.

Ahora iremos distensionando todos nuestro cuerpo y nuestra mente, manteniendo los ojos suavemente cerrados.

Centremos la atención en nuestro rostro: en la frente, en los parpados, en el mentón que cae suelto, en la lengua. Sentimos que los hombros caen pesados, que los brazos, antebrazos, manos y dedos de ambas manos estan sueltos y relajados.

Nuestra cabeza y cuello estan derechos y sueltos. Nos concentramos en ellos por un momento. Aca se acumulan muchas tensiones. Las relajaremos dejando caer varias veces la cabeza hacia adelante y luego hacia atras. Hacia adelante expiramos y hacia atras inspiramos. Dejemos ahora caer la cabeza hacia el hombro derecho; luego al izquierdo, al ritmo de nuestra respiración. Siempre con los ojos cerrados, hacemos una rotación completa con la cabeza, dejandola caer hacia abajo y girandola primero hacia el lado derecho y luego en el sentido contrario.

Revisemos otras partes de nuestro cuerpo. Procuremos siempre una respiración tranquila y sin forzar.

Nuestros hombros estan sueltos, nuestra espalda esta derecha, nuestro torax se expande y se contrae suavemente. Soltemos la boca del estomago y los musculos abdominales. Si sentimos que nos cuesta relajar el estómago, inspiremos profundamente, y al expirar, vaciemos totalmente el estómago de aire, apretandolo.

Distensionemos nuestras piernas, rodillas, tobillos, pies y dodos de los pies.

Estamos relajados. Sentimos cómo la sangre circula y nuestra respiración es armónica.

Demos gracias al Señor por nuestro cuerpo, por la vida quo hay en nosotros, porque El esta aqui con y en nosotros, porque podemos respirar y vivir con El.

6. Audición de cassette:

Se escucha el tema correspondiente o bien se lee el texto que está en la ficha.

7. Puesta en comun de la reflexión:

Luego de una pequena pausa, el monitor invita a expresar aquello quo mas le tocó o les llamó la atención. Si le es necesario, puede anotar to quo cada una de las personas va diciendo en forma libre y espontanea, para hacer un resumen de to dicho, al final de la puesta en común.

Esta actividad tiene una duracion aproximada de 20 minutos.

8. Modalidad de oración quo contempla la ficha:

En la primera sesión, la modalidad es la de "lectura rezada". El Monitor lee el texto de la primera ficha y va enseñando practicamente este tipo de oración. Luego cada

uno de los participantes, que tienen también un texto en sus manos, es invitado a realizar por su cuenta esta lectura meditada.

Lo hace por espacio de más o menos cinco minutos.

9. Trabajo personal:

Esta indicado en la ficha y se realizará durante la semana. Se recomienda que cada día se deje lugar a la oración, partiendo por unos cinco minutos, hasta ir, poco a poco, aumentando ese tiempo

Igualmente se indican las preguntas que están en el texto, a fin de que durante la semana se pueda reflexionar sobre ellas.

IV. METODOLOGIA GENERAL

Todas las reuniones siguientes se desarrollan en forma semejante a la primera.

1. Oración inicial: se reza en común la "Pequeña Consagración".
2. Peticiones y acciones de gracias al Señor hecha por los participantes.
3. Lectura bíblica: se lee el trozo de la Biblia indicado en el primer punto de cada ficha y se deja un tiempo para reflexionar en silencio sobre el mismo.
4. Puesta en común: se comenta aquello que se escuchó y meditó, poniendo en común lo que cada uno ha conversado con el Señor.
5. Revisión del trabajo personal: se intercambia sobre lo que nos resultó fácil en la oración, sobre nuestros adelantos y sobre las dificultades y escollos que hemos encontrado en la semana.
6. Ejecución de relajación: nos prepara a escuchar el tema del encuentro.
7. Audición de la cassette con el tema o lectura pausada del mismo.
8. Comentario: después de un silencio, los integrantes del grupo expresan lo que más les ha tocado. El monitor va anotando las ideas principales y luego las resume destacando algunos puntos en relación al lema tratado.
9. Modalidad de oración: la que se propone en la ficha.
10. Trabajo personal: se encomienda esta tarea tal como está en la ficha, junto con las preguntas para reflexionar.
11. Oración final de agradecimiento.

Recordemos que esta metodología no es algo rígido. Es solo un cauce para ir adquiriendo el hábito de la oración y debe adaptarse a las necesidades propias de las personas que conforman el taller. El mismo Espíritu Santo nos va guiando. Solo debemos dejar que él actúe en nosotros y esforzarnos por cooperar con Él.

La finalidad del taller es que cada persona logre su propio estilo de oración y que día a día crezca en la intimidad con el Señor y que eso lo irradie y transmita a otras personas.

1 CONSAGRACIÓN DEL TALLER A MARÍA

Oh Senora mía, oh Madre mía, yo me ofrezco todo a ti y en prueba de mi filial afecto, te consagro en este día mis ojos, mis oídos, mi lengua, mi corazón. En una palabra todo mi ser. Ya que soy todo tuyo, oh Madre de bondad, guardame, defiendeme y utilízame como instrumento y posesión tuya. Amen.

2. TEMA: ANHELO DE CONVERSION

¿Que es orar?

Entre los fariseos habia un personaje judío llamado Nicodemo (Jn. 3, 1ss), hombre religioso, preocupado por conocer las cosas de Dios y que habia encontrado en Jesus un maestro que podia enseñarle como era el Reino de Dios. Como era fariseo y deseaba que la gente no lo descubriera, prefiere visitar a Jesus de noche, sintiendose protegido bajo la oscuridad.

Entra donde esta Jesus y le dice que cree en El, que cree que ha venido en parte de Dios por los milagros que hace. Jesus lo mira y se da cuenta que Nicodemo ha venido a buscar no es tanto una enseñanza si no que su corazón esta deseoso de una conversión, de un camino profundo. Y Jesus con una dulzura muy grande le dice que para conocer el Reino de Dios hay que volver a nacer, a lo que Nicodemo vino lleno de perplejidad pregunta: si uno es ya viejo ¿Cómo puede hacer para volver al seno materno, para volver a nacer?

A lo que Jesus responde: Este es un renacer distinto. Es volver a hacerse niño, dejarlo viejo que hay en uno y convertirse en hijo, en un niño pequeño que camina en la Luz y la Verdad. Este renacimiento es obra del Espíritu de Dios que actúa en lo más profundo de nuestro ser, moviendonos a reconocer a Jesus como el enviado del Padre que viene a salvarnos y a mostrarnos cual es el camino para la Vida Eterna.

Asi como Nicodemo, todos llevamos un anhelo de cambiar, de transformar y de convertir nuestra vida en algo valioso. Todos llevamos dentro un anhelo muy profundo de caminar en la luz, dejando las tinieblas y de vivir en la Verdad que transforma todo en alegría, paz y servicialidad.

El Espíritu de Jesus es el que nos enseña a volvernos niños pequeños, hijos confiados en el amor **de Dios Padre**, dejando de lado **nuestros ropajes de** adultos que han envejecido nuestros corazones y no nos permiten descubrir la presencia de Dios en su Palabra, en sus sacramentos y a través de las personas, las cosas y la naturaleza.

Volvernos niños, ¡esa es, nuestra gran tarea! Confiarnos como hijos pequeños en las manos de Dios Padre, sin tener otra preocupación que abandonarnos en su corazón, porque sabemos que El nos cuida y conoce hasta el número de nuestros cabellos.

Pero, ¿como podemos nacer del agua y del Espíritu, como Jesus nos dice en el evangelio? La respuesta es muy sencilla, y a la vez, de una profundidad inigualable: la oración, el dialogo permanente y simple que nos lleva al encuentro afectuoso e íntimo con nuestro Padre Dios.

La oración es un don de Dios. Un don que se nos da gratuitamente, pero al cual todo cristiano debe aspirar. El espíritu de Amor va mostrandonos a una conversión profunda

de todo nuestro ser, va cristificando todas nuestras formas de pensar, actuar y vivir, hasta encontrar, como Jesús, que no hay delicia más grande que cumplir en toda la voluntad del Padre. En esa voluntad está el mayor amor que Dios me tiene reservado.

¿Quién de nosotros alguna vez no ha hablado con Dios? Tanto en momento de dolor y de angustia para pedir auxilio, o también en momento de gozo, de alegría, para agradecer todo lo recibido. Muchas veces estas formas de oración nos salen de una forma inconsciente, como si desde lo más íntimo de nuestra naturaleza hubiese un "algo" que nos lleva a encontrarnos con Dios, *adependier de el*, y a buscar en Dios la fuerza, la fortaleza y la roca segura. Dios no nos dejara caer por el precipicio al que constantemente estamos expuestos por los vaivenes de la vida.

Cada uno de nosotros por nuestra naturaleza de creaturas *dependemos de Dios*, estamos religados a Dios, vueltos constantemente hacia el Dios. Dios nos creó y Dios nos hizo en todo a imagen y semejanza de su persona. Es por esto que Dios la vida de oración es, por así decirlo, *una exigencia de nuestra naturaleza* que desea llenarse, fundirse en un solo corazón con su Dios Creador. Necesitamos que el Verbo se "encarne" en nosotros de modo semejante a como lo hizo en María; que crezca en nuestro vientre como lo fue haciendo en María; que se mueva en nuestras entrañas como lo hizo en María. Luego de acogerlo y de cobijarlo y de que el transforme todo nuestro ser en algo nuevo, como lo hizo con y en María, podamos, al igual que ella, traerlo al mundo de hoy, darlo a luz. Así otros podrán conocer y experimentar lo que tantos vivieron al estar junto a Jesús: un amor tan profundo y embriagador que los hacía dejar su barca para seguirlo y transformarse como Él en pescador de hombres; un amor tan misericordioso como el que llevó a Magdalena a cambiar su vida de pecado en una vida llena de la presencia pura y transparente de Jesús; un amor tan liberador como el que llevó al ciego a ver la luz, al paralítico a caminar, al sordo a oír.

Pero al igual que María, necesitamos tener su actitud de oración, la actitud de la Anunciación, donde Ella está abierta para recibir la visita del Espíritu del Señor, que luego la cubriera con su sombra. Dios requiere, al igual que de María, en ese momento nuestro "sí", para que Él venga a habitar en nosotros. Él se hace dependiente de que con plena libertad, le respondamos como María: "Haz en mí según tu palabra".

Y así se cumplirá lo que le dijo a Nicodemo: Renaceremos no solo del agua, sino del Espíritu, pues Él nos cubriera con su sombra.

3. MODALIDAD: "LECTURA REZADA"

Se toma una oración escrita, por ejemplo un salmo o otra oración. No se trata simplemente de leer un capítulo de la Biblia o un tema de reflexión, sino de hacer oración.

Tomar posesión exterior y actitud interior orantes.

Sosegarse interiormente e invocar al Espíritu Santo.

Comienza a leer lentamente la oración. Muy lentamente. Al leerla trata de vivenciar lo que lees. Trata de ASUMIR aquello, decirlo con "toda el alma", haciendo "tuyas" las frases leídas, identificando tu atención con el contenido o significado de las frases.

Si te encuentras con una expresión que te "dice" mucho, para ahí mismo. Repítela muchas veces, uniendote mediante ella al Señor, hasta agotar la riqueza de la frase, o hasta que su contenido inunde tu alma. Piensa que Dios es como la "otra orilla"; para ligarnos con esa orilla no necesitamos de muchos puentes; basta un solo puente, una sola frase para mantenernos enlazados.

Si no sucede esto, proseguir leyendo muy lentamente, asumiendo y "cordializando" el significado de lo que lees. Para de vez en cuando. Vuelve atras para repetir y revivir las expresiones mas significantes.

4. TRABAJO PERSONAL

4.1. Practicar la lectura rezada con la siguiente oración:

QUIERES AYUDARME

Señor Jesus, aun no se como he llegado hasta tí solo se que eres Tu el que me ha llamado. No se conversar contigo, las palabras las tengo atragantadas por tanto ruido que envuelve mi corazón. Me han dicho que Tu hablas en el silencio del corazón. ¿Como puedo hacer silencio si todo suena a mi alrededor y dentro de mi?

Señor, yo se que todo to puedes

¿Quieres enseñarme a silenciar mi corazón para escuchar tu voz?

Tal vez así puedo comenzar como un niño pequeño a balbucear palabras que te lleguen al corazón.

Quiero decirte tantas cosas que me alegran o me duelen, quiero que llegues a ser mi Amigo del alma, mi confidente y Tu, incluso, adivines to que tengo dentro, sin que yo te lo diga, porque mi alma ya no sera solo mia, sino que tu seras el Señor de ella. ¿Quieres ayudarme?

4.2. Preguntas para reflexionar

1. ¿Que lugar ocupa en mi vida la oracion?
2. ¿Me detengo en algun momento del día a conversar con Dios mi Padre?
3. ¿Que podra hacer yo para hacerme niño?

MAGNIFICAT

"Proclama mi alma /a grandeza del Señor, se alegra mi espíritu en Dios mi Salvador, porque se ha fijado en su humilde esclava.

Pues mira, desde ahora me felicitarán todas las generaciones porque el Poderoso ha hecho tanto por mí: el es santo y su misericordia llega a sus fieles generación tras generación.

Su brazo interviene con fuerza, desbarata los planes de los soberbios, derriba del trono a los poderosos y exalta a los humildes, a los hambrientos los colma de bienes y a los ricos los despide vacios.

Auxilia a Israel, su siervo, acordándose, como to habia prometido a nuestros padres, de la misericordia en favor de Abrahán y su descendencia por siempre "

(Lc. 1, 49-66)

Dialogando con el dios de mi vida

2 Dios me crea por amor

1. LECTURA BIBLICA (Mt. 5, 74-76)

"Ustedes son luz para el mundo. No se puede esconder una ciudad edificada sobre un cerro. No se enciende una lampara para esconderla en un tiesto, sino para ponerla en un candelero a fin de que alumbre a todos los de la casa. Así, pues, debe brillar su luz ante los hombres, para que vean sus buenas obras y glorifiquen al Padre de ustedes que esta en los cielos".

2. TEMA: DIOS ME CREA POR AMOR

Cada uno de nosotros lleva en el interior como sello indeleble una profunda nostalgia de Dios, aunque muchas veces se vea opacada por el ruido, la agitación y la violencia que llevamos dentro. Pero, si hacemos un pequeño esfuerzo por silenciar el corazón, nos damos cuenta que siempre hay algo que no nos deja satisfechos y que nos impide experimentarnos como seres que tenemos una trascendencia que va mas alla de nuestra vida terrena, hacia lo eterno, lo infinito.

Tenemos nostalgia de un hogar donde se nos ame y se nos respete, se nos valore y se nos comprenda, donde el encontrarnos sea un momento de felicidad y de alegría. Este hogar *es el corazón de Dios*, de un Dios que es papá, cercanía, encuentro, acogimiento, paz y libertad.

San Agustín describió esta nostalgia con una frase muy hermosa "Inquieto esta mi corazón, ¡Oh Dios! Hasta que no descanse en Ti".

¡Cuanta necesidad de descanso, de reposo, hay en nuestros corazones! de hablar con sencillez sin tener que estar temerosos de la interpretación que se da a nuestras palabras. Necesidad de *sentirnos amados como somos* y no por lo que tenemos, de *ser contemplados como algo preciado* y no como algo que estorba o que puede ser utilizado, cambiado y luego desechado si no respondemos a las expectativas que se tienen de nosotros.

Dios es el único que puede darnos la plenitud total del amor, porque El *es el Amor*. El que siempre esta. El que permanece. El que aguarda. El que conoce hasta el rincón más escondido de nuestra alma.

Dios es el principio y el fin. Todo partió de El, de su corazón Trinitario, tanto la creación del mundo, como cada uno de nosotros.

Todo ha sido obra de El, creado con un infinito amor pensando en su Hijo Jesucristo, y todo desea volver al hogar de donde salió: Su corazón.

Dios *es un papá*, esa es la gran revelación que nos trae Cristo. El rostro, el corazón, las manos de Dios son de padre, de un padre bueno, misericordioso e infinitamente justo.

Por eso es que nada ni nadie puede satisfacernos plenamente, solo Dios. Somos peregrinos que viviendo en la fe buscamos a la fuente, al creador de nuestra existencia, el nido del cual salimos.

Dios no es una *idea*, no es algo abstracto. Dios es una *persona*, un papá y yo soy fruto de su amor.

Desde el principio, desde toda eternidad, Dios *me tenia guardado en su pensamiento, me amaba y me acariciaba como si fuera su más preciado tesoro*. Me tenia escondido en su corazón esperando el momento propicio para darme a luz. Me puso en el seno materno, en una familia, en una historia concreta, y en toda una serie de circunstancias y acontecimientos, *para que a través de ellos yo siempre pudiera decir: Dios es mi Padre*. Todo lo que me ha dado es *por amor*, lo ha hecho *con amor y para el amor*, *toda la historia de mi vida es santa* porque ha sido marcada, creada por Dios.

Cada uno de nosotros es *fruto del amor de Dios*. Ninguno fue creado *por casualidad*, ni en un *momento de descuido*, ni tampoco fuimos creados *en serie*. Cada uno es original, único e irrepetible.

Meditemos en el momento de la creación del hombre. Dios toma polvo de la tierra, amasa la arcilla y modela con santa sabiduría lo que será la obra suprema de la creación: el hombre. Luego hace **algo inaudito, sopla sobre** el *su aliento* dándole su Espíritu para que tenga vida y le regala un don: la **libertad**.

Dios no quiere que el hombre sea su *esclavo*, sino que su *amigo, su hijo*, y para ello necesita dejarlo libre. La libertad se nos da como el don *mas preciado* del Padre, pero a la vez es el de mayor riesgo, pues podemos apartarnos e irnos de su lado.

¡ Esto es lo más hermoso y profundo de la paternidad de Dios! Cada uno de nosotros ha sido creado como fruto de su amor y posee una originalidad propia, que nos hace distintos, irrepetibles. Fuimos modelados para que cada uno reflejara un rasgo del amor de Dios y se sintiera amado en forma "*única*" por El. Se nos *da la libertad* para decidir si queremos permanecer como hijos de El y crecer transparentes a su amor o si queremos seguir nuestro propio camino, dejándolo a El.

El Señor corre el riesgo... porque sabe que cualquier cosa propuesta por Dios y asumida en libertad por el hombre, es fecunda. Si algo es impuesto, la vida se destruye, pues el hombre se ve forzado a asumir algo que no desea y que lo violenta interiormente. Es lo que inconscientemente comenzara a rechazar y luego a no tolerar.

Dios, que es sabio y es Padre, sabe que al hijo le gusta la libertad. Esto atraerá al hijo a cooperar con su Padre en la construcción de la historia, porque solo así la unión entre Padre-hijo será de amor, de creatividad, de justicia y de paz.

No es que Dios quiera dejarnos solos. Dios necesita de nuestro amor filial. El podría haber hecho al mundo y a nosotros mismos de forma diferente, pero, decidió que quería "*depender*" de nosotros, de nuestro "*si*" a su voluntad. Deseaba que libremente pudiéramos decirle que lo amábamos, que queríamos uniros a su corazón, que necesitábamos encontrarnos con El para dialogar como un hijo con su Padre, que queríamos ayudarlo a construir su reino de amor, que también nosotros *dependíamos de El*. Por eso, para Dios soy importante. El tiene *necesidad de mi "si" para encontrarse conmigo*.

El no tiene otros brazos que los míos, ni otra boca que la mía, para decirle a los hombres que los ama. No tiene otros pies que los míos para recorrer los caminos en busca del hermano que se ha perdido. No tiene otros ojos que los míos para mirar con misericordia al que ha caído. No tiene otro vientre que el mío para encarnarse y crecer en la vida de los hombres. No tiene otras manos que las mías (as para acariciar al que está sufriendo o sostener al moribundo. No tiene otra voz que la mía para defender al que no puede hacerlo por sí mismo.

Ante este milagro del amor de Dios para con cada uno, brotan desde el fondo del alma aquellas palabras que la Virgen María exclamó llena de gozo, cuando le prestó sus pies al Señor para ir a servir a su prima Isabel: " ¡Mi alma alaba al Señor, porque miro la pequeñez de su sierva. En mí ha hecho grandes maravillas! "

3. MODALIDAD: ORACION ESCRITA

Se trata de ir escribiendo lo que el orante quiere decir al Señor. En ciertos momentos puede resultar la única manera de orar; por ejemplo, en tiempos de suma aridez o de aguda dispersión o en los días en que uno se siente despedazado por graves disgustos. Tiene la ventaja de concentrar mucho la atención y también que esa misma oración me sirva nuevamente para rezar en otro momento.

4. TRABAJO PERSONAL

4.1. Practicar la modalidad de oración "Lectura rezada" en base a la siguiente oración:
¡PADRE NUESTRO, PADRE MIO!

¡Padre nuestro, Padre mio! Salí de tu corazón para venir al mundo a revelar tu nombre. Me formaste pensando en Cristo para que mi vida sea un reflejo de tu presencia.

Volver a encontrarte no ha sido fácil, he andado por muchos caminos siempre anhelando estar en paz, a tu lado.

¡Padre nuestro, Padre mio! Hoy quiero detenerme a silenciar lo que hay dentro de mí para vivir en tu presencia. Solo no puedo seguir, mis alegrías me ahogan, el dolor me aprisiona el alma, la angustia y la tristeza se adueñan de mí, la agitación y el frenesí me quitan la paz. En ti todo se vuelve armonía y la paz envuelve todo mi ser. Transformas mi vida entera.

¡Padre nuestro, Padre mio! ¡Quiero descansar en ti! Toma mis penas y cargas a tu Hijo. Solo así seré feliz, contigo y en ti, unida a tu corazón como alma gemela, respirando por ti, viviendo en ti y contigo, amando con tu amor a los que me rodean, sirviendo con alegría, donándome a los demás como Cristo en la Eucaristía.

¡Padre nuestro, Padre mio! Para descansar hay que detenerse. Detenerse... ¡cuánto cuesta! Detenerse... para encontrarte y encontrarme. En este camino que empiezo quiero llevar a todos los que amo para que ellos también puedan ver que tu eres el Señor del mundo y de nuestros corazones.

¡Padre nuestro, Padre mio! Abre nuestro corazón a tu amor para que todos podamos decir ¡Padre nuestro, Padre mio!

4.2. Preguntas para reflexionar

- a. Pensar en quien soy yo...
- b. jerarquizar los diferentes aspectos de mi personalidad.
- c. ¿Cuáles son los valores que más me atraen?
- d. ¿Qué cosas me producen rechazo?

4.3. Comenzar a escribir mi historia personal, usando la modalidad "oración escrita". Tener en cuenta para esto los siguientes puntos:

- a. Lugar donde nací.
- b. Familia en que nací.

- c. Vivencias infantiles (juegos, amistades, gustos).
- d. Vivencias de la adolescencia (primer amor, vocación, primer fracaso, crisis personales, etc.).
- e. Tratar de llegar hasta el momento actual.

4.4. Oración de aceptación de la propia historia.

5. ORACIÓN

CONFIANZA

En tu poder y en tu bondad fundo mi vida; en ellos espero confiado como niño. Madre Admirable, en ti y en to Hijo, en toda circunstancia, creo y confío ciegamente. Amén.

SEÑOR, TU ME CONOCES

"Yahveh, tci me escritas y conoces; sabes cuando me siento y cuando me levanto, mi pensamiento calas desde to lejos; observas si voy de viaje o si me acuesto, familiares te son todas mis sendas.

Que no están aun en mi lengua la palabra, y ya tu, Yahveh, la conoces entera; me aprietas por detras y por delante, y tienes puesta sobre mi tu mano. Ciencia es misteriosa para mi harto alta, no la puedo alcanzar.

¿A donde ire yo lejos de to espiritu, a donde de to rostro podre huir? Si hasta los cielos Bubo, alli estds tu, si en el sol me acuesto, alli to encuentras.

Si tomo las alas de la aurora, si voy a parar a to ultimo del mar, tambien alli tu mano me conduce, to diestra me aprehende.

Aunque diga: 'iMe cobra al menos la tiniebla, y de noche sea la luz en torno a mf, la misma tiniebla no es tenebrosa para ti, y la noche es luminosa como el did.

Porque to mis rinones has formado, me has tejido en el vientre de mi madre; yo to doy gracias por tan grandes maravillas: prodigio soy, prodigios son tus obras.

Mi alma conocias cabalmente, y mis huesos no se to ocultaban, cuando era yo hecho en to secreto, tejido en las honduras de la tierra.

Mis acciones tus ojos las veian, todas ellas estaban en to libro; escritos mis digs, señalados, sin que ninguno de ellos existiera.

iCudn arduos me son, oh Dios, tus pensamientos, que incontable su soma! iSon mds, si los recuento, que la arena, y al terminar, todavia estoy contigo!

Examíname, oh Dios, mi corazon conoce, pruebame, conoce mis desvelos; mira si voy por mal camino y llévame por el camino recto ".

(Sal. 139, 7-78; 23-24)

DIALOGANDO CON EL DIOS DE MI VIDA

3 Dios me ama como soy

LECTURA BIBLICA (Juan 21, 75-77)

"Después que comieron, Jesús dijo a Simón Pedro: 'Simón, hijo de Juan, ¿me amas más que éstos?' Este contestó: "Sí, Señor, tú sabes que te quiero'. Jesús dijo: 'Apacienta mis corderos'. Y le preguntó por segunda vez: 'Simón, hijo de Juan ¿me amas?' Pedro volvió a contestar: 'Sí, Señor, tú sabes que te quiero'. Jesús dijo: 'Cuida mis ovejas'. Insistió Jesús por tercera vez: 'Simón Pedro, hijo de Juan, ¿me quieres?' Pedro se puso triste al ver que Jesús le preguntaba por tercera vez si lo quería. Le contestó: 'Señor, tú sabes todo, tú sabes que te quiero'. Entonces Jesús le dijo: 'Apacienta mis ovejas'."

2.TEMA: DIOS ME AMA COMO SOY

A veces cuesta mucho aceptarse como uno es y sonamos con tener otro carácter, otra forma de sentir y pensar. Y es por esto que en incontables oportunidades nuestros mayores enemigos somos nosotros mismos. Luchamos por ser diferentes a lo que intrínsecamente somos y esto nos lleva a una autodestrucción.

A la pregunta: ¿podrías decirme diez talentos que Dios te ha regalado?, la respuesta más inmediata es: "te puedo decir diez defectos y a lo mejor podría encontrar tres cosas buenas que poseo".

Esto nos demuestra la gran desvalorización personal y el gran desconocimiento de lo que en nuestro interior tenemos como don gratuito de Dios.

Es muy posible que no hayamos objetivado nuestros talentos para enriquecerlos. Debemos cultivar la propia personalidad mediante una autoeducación. De otro modo esos talentos los tendremos "guardaditos" mientras el polvo del tiempo los opaca y los pone color tierra.

De la misma forma nos cuesta *creer* que alguien nos ame por lo que somos, sin esperar de parte nuestra una respuesta, un mérito para ese amor que se nos regala. Constantemente, y esto es casi inconsciente, *hacemos cosas* para que otros nos encuentren dignos, nos valoricen y entonces puedan amarnos. Guardamos cuidadosamente nuestros defectos y limitaciones para que no sean conocidos y así el amor que el otro nos tiene no disminuya *al percibir que somos tan frágiles*.

Nos ocultamos como el avestruz y tendemos a mostrar solo el lado positivo, nuestras debilidades las disfrazamos viendo en los demás aquello que rechazamos de nosotros mismos y los vemos como una amenaza.

Decimos que somos víctimas, mártires de una sociedad de consumo y de eficiencia que nos lleva a ser impersonales o individualistas. Estamos como en la selva: se salva solo el más poderoso.

Así también cuando hablamos de Dios y lo mostramos como un Padre, mas aun como Jesús lo llama: " ¡Abba!" que quiere decir "Papito querido", nos sentimos fuertemente cuestionados por ese trato afectuoso y tan personal. En el plano natural vemos que generalmente esa realidad de padre no se da en nuestra familia. Muchas veces el amor de nuestros padres se nos da en forma condicionada: a tal logro, tal

regalo. O sentimos también que no hemos sido todo lo deseados y amados como hubiésemos querido y que el trato personal de encuentro de corazones en nuestro hogar no se ha dado en forma positiva.

Las vivencias negativas pueden marcarnos y dejarnos cierta incapacidad para captar y comprender la realidad del más allá, la realidad sobrenatural. Entonces las dificultades de la vida las vemos y las queremos dominar desde la perspectiva puramente natural. Y no somos capaces de eso. Se nos escapa el sentido de los sucesos de nuestra vida. Giramos en torno nuestro y nos envolvemos en un mar de sentimientos, culpas y frustraciones que nos dejan insatisfechos y angustiados frente a tantas situaciones que debemos afrontar o que suceden a nuestro alrededor.

Solo cuando la vida sobrenatural, la vida de Dios, se hace vida en nosotros, solo entonces podemos mirar con sencillez los acontecimientos personales, familiares y mundiales. Vemos tras ellos la Divina Providencia que desea decirnos algo, que nos llama a crecer en el amor y a dar el salto al vacío; abandonarnos en las manos *de un Padre* que nos ama y que tiene con el mundo un plan de amor.

Desde el punto de vista psicológico una vivencia religiosa profunda normalmente supone, en general, una vivencia correspondiente en el orden natural. La experiencia paterna religiosa supone la experiencia paterna en el orden natural. La vivencia religiosa materna supone normalmente una vivencia correspondiente en el orden natural. Lo mismo vale para el caso del amor fraternal, de hermano o de hermana. Esto es porque Dios transmite a los hombres algo de su poder, de su amor y de su sabiduría. Por eso cuando amamos a nuestros padres, hermanos, conyuges, etc., simultáneamente amamos a Dios. Vemos también en ellos una imagen de María y en ellos la amamos.

Todo esto vale para cada uno de nosotros. Dios nos regaló a cada uno algo especial: Una parte de su calidez, de su capacidad de servicio, de poder, etc., y a cada uno en diferente grado y sensibilidad. Por eso cada uno es *un misterio del amor del Padre, un misterio original*, que no se repite en otro. Dios me ha creado en Cristo, para poder asemejarme y transformarme en "otro Cristo" que alabe y muestre a los hombres que Dios es un Padre Bueno.

Para conseguir este objetivo tenemos que comenzar por darnos cuenta quienes somos, sacándonos los ropajes que tenemos, producto de situaciones sociales o de carencia de afectos. Debemos desprendernos con la ayuda de Dios de esas imágenes equivocadas que proyectamos a internarnos en nuestro propio ser, para descubrir al Dios que habita en forma única y original en cada uno y que está esperando también de parte nuestra, una respuesta única y original a su amor.

La oración es el medio más eficaz para encontrarnos con nosotros mismos, sin temor de quedarnos al desnudo, o de enfrentarnos con cosas que no deseamos. En el camino de la oración no estamos solos. Es Dios quien nos acompaña. El nos enseña a mirarnos y a amarnos con sus ojos, que son de misericordia y de un amor entrañable, puro y tierno.

Para orar, para encontrarnos realmente con Dios, debemos silenciarnos. Silenciar nuestro exterior y, por sobre todo, silenciar nuestros clamores interiores. Bajar hasta el núcleo más central de nuestro ser, que es el corazón (donde se junta toda nuestra persona, inteligencia, voluntad y afecto), donde Dios está, habitándonos desde siempre, al cual Dios mismo también ha constituido templo y santuario suyo.

Cada uno de nosotros es un santuario vivo, un templo de Dios. Lo que debemos hacer es hermosearlo, mediante la oración y los sacrificios. Así podrá brillar para que otros puedan encontrar en nuestros corazones un hogar donde cobijarse y transformarse en la fuerza de Dios y ser a su vez, enviados por el Espíritu Santo a construirse a sí mismos en templos vivos para otros.

Entre todos formaremos una cadena de amor, donde Dios vive y se regala con sus gracias a todo aquel que se acerque a nosotros. Seremos puente del amor de Dios entre los hombres y entre los hombres y Dios.

Tenemos una dignidad sin igual; somos hijos de Dios en Cristo y somos un templo vivo, donde Dios habita de un modo especialísimo para cada uno. Podemos darnos cuenta de la joya preciosa que cada uno es para Dios? Cada uno es portador de un misterio de amor profundo; es un rayo de la presencia de Cristo que vive en uno y que desea permanecer en el mundo para construir el Reino del Padre.

Cada uno de nosotros tiene una historia personal, original. Aunque seamos hermanos a hijos de un mismo padre y madre, nuestras historias son diferentes, porque Dios nos creó diferentes y nos llamo en forma única.

Esta historia personal es la que tengo que revisar desde el comienzo, para ver ahí como el Padre me ha amado y me ha conducido; como ha cuidado de mí con sus regalos; como muchas veces han llegado en forma de cruces, que han servido para que, en ciertos momentos de mi vida, pudiera rectificar el camino, pulir las asperezas de mi carácter o de mis criterios y así "humanizarme", sentir con los demás, percibir al otro que sufre y ayudarlo a salir adelante.

En esta historia personal está lo que Dios quiere de mí.

Esta inscrito en ella el "nombre original" con el que Dios me creó y con el que me va a llamar el día en que comparezca ante Él.

Pongamos nuestros oídos en el corazón del Padre Dios y en oración, comencemos como un niño a contarle como ha sido mi historia. No solo las partes buenas, sino también lo que nos ha hecho sufrir. Él quiere escucharnos. Desea que podamos descubrir cuál es nuestro nombre, cuál es la maravillosa originalidad que cada uno posee de Él mismo. Debo descubrir cuál es la capacidad de amar que Él me ha regalado y que desea se vaya trasluciendo cada día más, para que nuestra conversión en Cristo, por Cristo y con Cristo, sea una fuente de amor para todos aquellos que viven en nuestro corazón. La oración será así, en forma permanente y continuada, un "abandono en las manos de Dios Padre", porque cada acto del día tendrá el sello del Hijo: *"Si, Padre, si"*.

Pidamosle a María, que con su Amor de Madre, nos ayude a mirar a Cristo que vive en nosotros. A Ella que lo engendro, lo conocio y le enseñó tantas cosas; que con El amor al Padre, que lo acompañó al pie de la Cruz y vio en El la Victoria de su resurrección. Pidamos a la Santísima Virgen que nos haga ver que su Hijo sigue viviendo en nosotros y que desea un compromiso nuestro con su misión: salvarnos y salvar al mundo.

3. MODALIDAD: PRACTICAR LA "ORACIÓN ESCRITA"

4. TRABAJO PERSONAL: PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR

¿Me acepto a mí mismo, con mis dotes, cualidades y riesgos?

¿Digo sí a mi realidad, familia, edad, sexo, trabajo, etc?

¿Digo sí a mi aspecto exterior y a mi carácter?

5. ORACIONES

5.1 . Oración de aceptación de mi propia persona

Señor, a veces me cuesta tanto amarme.

Miro mis limitaciones, mis defectos y los veo mucho más abundantes que mis talentos.

¡Son tantas las veces que quisiera ser otra persona que la que soy!

Muchas veces mi mismo ser me es una pesada cruz, que llevo en el silencio del corazón. Me cuesta tanto la armonía de todo mi ser. Pero, se, Señor, que Tu me amas como a la perla mas preciosa de tu corazón.

Entonces vuelvo a levantarme del suelo, de la tristeza y comienzo a mirarme con otros ojos: con tus ojos. Cada limitación y pecado se vuelve una belleza porque Tu me sanas, me transformas y me llenas por completo. Cada cosa dentro de mi tiene un por que y un para que. No he sido creado por azar sino que por amor y para ser imagen tuya. Todo lo que me causa tanto dolor, puedo entonces llevarlo con alegría, porque Tu eres en mi el que lleva la cruz.

Me alegro de ser quien soy y no quisiera ser nadie mas. Soy unico, irrepitible, original, porque Tu me has creado como la perla mas preciosa de tu corazón. Amen.

5.2. Oración de ofrecimiento de todo to que tengo y soy:

OFRECIMIENTO

Cuanto llevo conmigo, lo que soporto, lo que hablo y lo que arriesgo, lo que pienso y lo que amo, los meritos que obtengo, lo que voy guiando y conquistando, lo que me hace sufrir, lo que me alegra, cuanto soy y cuanto tengo te lo entrego como un regalo de amor a la fuente santa de gracias, que desde el Santuario brota cristalina para penetrar el alma de quienes a Dios han dado su corazón y encaminar bondadosamente hasta allí a los que, por misericordia, lo quieras escoger, y para que fructifiquen las obras que consagramos a la Santísima Trinidad.

"Vuestra caridad sea sin fingimiento; detestando el mal, adhiriendoos al bien; amándoos cordialmente los unos a los otros; estimando en mds cada uno a los demás; con un celo sin negligencia; con espíritu fervoroso; sirviendo al Señor; con la alegría de la esperanza; constantes en la tribulación; perseverantes en la oración; compartiendo las necesidades de los santos; practicando la hospitalidad". (Rom. 12, 7-2).

MISERERE

"Tenme piedad, oh Dios, según tu amor, por tu inmensa ternura borra mi delito, lavame a fondo de mi culpa, y de mi pecado purificame.

Pues mi delito yo lo reconozco, mi pecado sin cesar esta ante mi; contra ti, contra ti solo he pecado, lo malo a tus ojos cometí:

Asi eres justo cuando sentencias, sin reproche cuando juzgas. Mira que en culpa y naci; pecador me concibió mi madre.

Mas tu amas /a verdad en lo intimo del ser, y en lo secreto me enseñas /a sabiduria. Rocíame con hisopo, y sere limpio, lavame, y quedare mas blanco que la nieve.

De vuelveme el son del gozo y la alegría, exu/ten los huesos que machacaste tu. Retira tu faz de mss pecados, borra todas mis culpas.

Crea en mí, oh Dios, un puro corazón, un espíritu firme dentro de mí renueva; no me rechaces lejos de tu rostro, no retires de mí tu santo espíritu.

Vuélveme la alegría de tu salvación, y en espíritu de nobleza afianzame; enseñame a los rebeldes tus caminos, y los pecadores volverán a ti".

(Sal.51,3-15)

DIALOGANDO CON EL DIOS DE MI VIDA

4 Sumerjo mi cruz en la cruz de Cristo: Si Padre, si

LECTURA BIBLICA (Mateo 71, 28-30)

"Vengan a mí los que se sientan cargados y agobiados, porque yo los aliviare. Carguen con mi yugo y aprendan de mí que soy paciente de corazón y humilde, y sus almas encontraran alivio. Pues mi yugo es bueno y mi carga liviana".

TEMA: SUMERGIR MI CRUZ EN LA CRUZ DEL SEÑOR: SI PADRE, SI.

La oración nos lleva poco a poco a convertirnos en niños sencillos, que agradecen cada cosa recibida y vivida durante el día a través de las personas, circunstancias y dolores, pues detrás de todo ello vemos la mano bondadosa de Dios.

Todo esto no se consigue de la noche a la mañana. Si estamos paráliticos, no podemos de pronto saltar de la cama y ponernos a correr. Los procesos internos son evolutivos. Se dan paso a paso, salvo que Dios nos toque de tal modo con su gracia que nos transforme como a San Pablo. Pero, en general, el camino es lento y no hay que impacientarse. Todo nuestro ser debe irse adhiriendo al Señor, y en libertad ir asumiendo los pasos que Jesús nos muestra y nos propone como camino para fusionar nuestra alma con la suya, pidiendo la gracia de la fe para que cuando todo se nos vuelva oscuro y la presencia de Dios se nos vea, podamos continuar nuestro camino ascendente hasta la cima. Vamos a su lado y podemos cargarnos en su brazo cuando el camino se hace demasiado pedregoso.

Hemos comenzado un proceso de mirarnos hacia dentro. Sabemos que Dios nos ha creado en forma original y única y que cada uno de nosotros es un reflejo de Cristo y puede ayudar al Señor en la salvación del mundo. Por eso, esta revisión la hacemos en oración, en un diálogo permanente con Dios, para que Él nos muestre cuál es el sentido de nuestra vida.

He comenzado a tener conciencia de mí mismo. Con esto descubro que soy distinto al otro en el carácter, sensibilidad, etc. Descubro también, en mi propia historia personal, cosas que he asumido y muchas otras que aun no soy capaz de "digerir".

En la oración también me he llegado a dar cuenta que no soy tan santo a "inmaculado" como pensaba, sino que soy un pecador, un hombre débil que depende enteramente de la gracia de Dios. Y es por esto mismo que me acerco a Él como un niño pequeño, sabiendo que Él tomara mi pecado sobre sí y devolverá la albura a mi alma. Pero surge en mí una pregunta: ¿qué hago con estas limitaciones mías, especialmente con aquellas que vienen de un mal uso de mi libertad y por las cuales yo no he sido siempre la alegría del Padre? El Padre Kentenich, Fundador de Schoenstatt, nos da una respuesta muy profunda y a la vez muy liberadora. Nos dice:

1. No estrañamos frente al hecho de las limitaciones humanas que uno o los demás poseen.
2. No confundirnos; mantener la calma.
3. Frente a las experiencias de pecado y de limitaciones, *no desalentarse*, porque soy hijo, aun con todas esas fallas y Dios tiene que triunfar en mí.
4. *No acostumbrarnos* y quedarnos ahí; no le demos a nuestras limitaciones carta de ciudadanía.

Estos cuatro puntos deberían ayudarnos a crecer en el *abandono en las manos del Padre*. Abandonarse no significa pasividad, resignación, ¡todo lo contrario! Al darme cuenta de la realidad en forma *objetiva*, me pregunto: ¿qué puedo cambiar? Si algo puedo hacer, pongo todo mi empeño para cambiarlo. Pero ese esfuerzo también se lo pongo como tarea al Señor, para que El me ayude a transformarlo. Y si las cosas continúan y solo he logrado cambiar una pequeña parte, digo al Señor: "¡Todo esta en Tus manos, puedes hacer conmigo lo que quieras! Todo este dolor tiene un sentido, ayudame a descubrir cual es y por que o por quien debo ofrecerlo! "

La experiencia del dolor, de las limitaciones o de las cosas "extrañas" que podemos percibir en nuestro interior, nos llevan a descubrir que somos frágiles, que constantemente podemos caer si no estamos fuertemente asidos de la mano del Padre. Ello nos hace comprender el por que Dios tuvo que mandar a su Hijo tan amado para salvarnos, para liberarnos del pecado.

Cuando uno penetra profundamente en el "misterio de Jesús", se da cuenta que el amor de Dios para con cada uno es de una inmensidad tan grande, que nuestra mente humana casi no puede comprender la plenitud de su paternidad.

Dios sabia que jamás podríamos entender su amor, si El mismo no bajaba a la tierra para hacerse "uno igual a nosotros, menos en el pecado", y si en su propio carne no llevaba consigo todas nuestras debilidades y pecados.

Así Dios, de ser para nosotros solo una idea, se transformara en un *Dios personal* y en un *Dios vivo* que ha sufrido en su propia carne las debilidades de los hombres.

Cada cosa que mi corazón ha experimentado o que puede experimentar, ha pasado por el corazón de Jesús: tentaciones, soledad, abandono de los amigos, calumnias, incomprendiones, falta de fidelidad; como también las alegrías, el gozo de una familia, el reencuentro con el que creía perdido, la servicialidad. Todo esto Jesús lo vivió plenamente en su "humanidad", pues en todo se asemejaba a nosotros menos en el pecado y El llevo todo esto sobre si para salvarnos, para *liberarnos* de nuestras propias esclavitudes y de las esclavitudes que buscamos en otros dioses que no sean El mismo. Lo unico que deseaba era que fuéramos felices y que volviéramos a renacer como niños confiados: "el que no se haga niño no podra entrar al reino de los cielos".

Y Jesús murió en la cruz, no sin antes pasar por la agonía de Getsemaní, donde sudó hasta gotas de sangre y tuvo era exclamación tan filial: "Padre, aparte de mi este caliz, pero no se haga mi voluntad sino la tuya".

Es la agonía del Hijo, pero también la confianza en el Padre, to que nor dice que cuanto sucede es porque el Padre to quiere o permite para un bien mayor.

Jesús cargo en la cruz con todos nuestros pecados y limitaciones, y to hizo como un manso cordero, porque tenía hambre de vernos liberados interiormente, para que nuestras capacidades de amar se despertaran y pudiéramos cooperar con El en la salvación del mundo.

Se abandono en la cruz como un niño pequeño, aunque de sus labios salio el clamor: "Padre, Padre ¿por que me has abandonado?", para luego exclamar aun en la obscuridad: "Todo esta concluido, en tus manos encomiendo mi espíritu".

¡Cuanto dolor debe haber experimentado su Madre al verlo morir así! Pero Ella también estaba abandonada en las manos del Padre. Por eso pudo acompañarlo de pie junto a la cruz, transformándose en ese momento en Madre de toda la humanidad, pues junto a Jesús cargo con todos nuestros pecados y limitaciones. Ella coopero con Jesús en todo, porque sabia que el Padre le había reservado ese lugar a Ella desde toda eternidad: ser Madre y Colaboradora de Jesús en la obra de la redención.

Luego vino el fruto de la esperanza y de la confianza heroicamente filial vivida profundamente por ambos: ¡la Resurrección! El triunfo de la vida después de la muerte.

Para renacer a la vida nueva, habia que pasar por la cruz, por la muerte de cruz. En ella estaba la fuente de la transformación, la conversión de hijo que *todo /o espera de su PADRE*.

¡Que alegría debemos experimentar en nuestros corazones! Esta cruz que hemos llevado tanto tiempo tiene un sentido liberador. Me hace asemejarme a Jesús. Cada pequeña cruz de todos los días tiene un sentido de salvación, no solo para mí, sino para el mundo entero. Pero, to mar hermoso es que me he dado cuenta que solo "no me la puedo"; entonces hago algo muy sencillo: se la ofrezco a Jesús, sumerjo mi cruz o mis pequeñas cruces de todos los días, en la cruz del Señor. Así la carga se alivia, porque no estoy solo, sino que somos tres: Jesús, Maria y yo, los que cargamos con la cruz.

Pongamos nuestras alegrías y penas en las manor del Padre, con la confianza de que cada lagrima nuestra, que enjuga con sus manor, es recibida por El como una perla preciosa, para transformarla en su alegría. Así, cada día nor volveremos niños sencillos que se transforman en el gozo del Padre de los cielos.

Cada cosa que nor cuesta tiene por El un valor incalculable si la ponemos en sus manor. De este modo El nor permitirA reconciliarnos con nosotros mismos y tambien con todos aquellos que alguna vez nos pueden haber hecho sufrir. Esas personas fueron instrumentos de Dios para que yo pudiera hacerme niño. Pidamos en la oración poder agradecer por cada dolor o por cada persona y circunstancia que nos ha hecho sufrir, pues en ellos estaba escondido el regalo del Padre que queria acogernos como sus hijos más queridos.

Para finalizar, les contare una historia muy bella que retrata to anteriormente dicho. Se llama "Huellas en la Arena".

Dice asi:

Una noche yo tuve un sueño... Soñe que estaba andando en la arena con el Señor y por el cielo pasaban escenas de mi vida. Por cada escena que pasaba percibi que iban quedando dos pares de huellas en la arena, un par era mio y el otro del Señor.

Cuando paso ante nosotros la ultima escena de mi vida, mire hacia atras para ver las huellas en la arena, y note que muchas veces en el camino de mi vida habia solamente un par de huellas. Note tambien que eso sucedia en los momentos mas dificiles y angusiosos de mi vida. Esto me contrario profundamente y entonces le preguntó al Señor: "Señor, tu me dijiste, cuando decidi seguirte, que Tu andabas siempre todo el camino conmigo, pero, he notado que durante las mayores aflicciones de mi vida habia en la arena de mis caminos, solamente un par de huellas. No comprendo por que en las horas que mas necesitaba de Ti, Tu me dejaste".

El Señor respondió:

"Mi hijo querido, yo to amo y jamas en las horas de to sufrimiento y de to prueba yo to abandonaria. Cuando viste en la arena solamente un par de huellas, era precisamente allí cuando yo to cargaba en mis brazos".

3. MODALIDAD DE ORACIÓN: "EJERCICIO AUDITIVO"

Decir una expresion fuerte que te llene el alma (por ejemplo "mi Dios y mi Todo") o simplemente una palabra (por ejemplo: "Jesús", "Señor", "Padre").

Comienza a pronunciarla, trata de asumir vivencialmente el contenido de la palabra pronunciada. Toma conciencia de que tal contenido es el Señor mismo.

Comienza a percibir como la "presencia" o "sustancia", encerrada en esa expresión, va lenta y suavemente inundando to ser entero, impregnando tus energias mentales.

Distancia poco a poco la repeticion, dado lugar, cada vez más, al silencio.

Siempre debes pronunciar la misma expresión.

Variante: cuando aspiramos, el cuerpo queda tenso, porque se inflan los pulmones. Al contrario, cuando espiramos (expulsamos el aire de los pulmones) el cuerpo se relaja, se afloja.

En esta variante aprovechamos la fase de la espiración (momento natural de descanso) para pronunciar esas expresiones. De esta manera, el cuerpo y el alma entran en una combinación armónica. La concentración es más fácil porque la irrigación y la respiración son excelentes. Y así, los resultados son sumamente beneficios tanto para el alma como para el cuerpo.

TRABAJO PERSONAL

4.1. Practicar el ejercicio auditivo con la siguiente oración:

"Como un niño pequeño"

Como un niño pequeño quiero recostarme en tus brazos. Poner allí todo lo que tengo en el corazón: alegría, desilusiones, tristezas, angustias, esperanzas, cansancio y gratitud.

Poner a todos los que amo con un amor tierno y delicado; también a aquellos que me cuestan y me violentan.

Poner mi trabajo diario que a veces, por ser rutinario, me cuesta tanto hacerlo con alegría.

Poner mis triunfos y mis fracasos, que a veces llevo tan escondidos, para que los otros no puedan tocarlos y con ellos herirme.

Poner mis sueños, todos aquellos que no me atrevo a decir en voz alta, pero que me sostienen en mi diario vivir.

Poner mi realidad, que a veces me cuesta tanto asumir y que con tanta felicidad trato de evadir.

En tus brazos de Padre, quiero depositar todo, para que todo transformes en mi alegría de vivir y aquello que me es tan difícil de llevar y soportar, se convierta en fuente de redención para los demás.

Preguntas para reflexionar

a. ¿Agradezco a Dios, mi padre, lo que me toca vivir?

b. a) ¿Que situación difícil viví hoy?

b) ¿Le doy sentido a las pequeñas dificultades diarias para transformarlas en cruz redentora?

c. Este dolor que he sentido, ¿me ha ayudado a crecer en algo? ¿he descubierto por que Dios me lo ha mandado, o por quien debo ofrecerlo?

ORACIÓN

Transformación a través del sufrimiento

¡Señor y Redentor Jesucristo! no hay nada que nos resulte tan repugnante como el sufrimiento. Fuimos creados para la felicidad. ¿Por que sufrir? ¿Para que? Señor, todo lo difícil que nos sobreviene nos derrumba, nos muestra lo que en realidad somos: seres limitados, desamparados y dependientes. Nos cuesta mucho decir un sí al sufrimiento, porque no queremos aceptar nuestra impotencia.

Regálame la gracia de reconocer en cada sufrimiento un medio para hacerme niño en ti, transformado según tu imagen. Tu, el Hijo, por quien somos hijos del Padre, ayúdame para que, alegre y agradecido, acepte todo lo difícil y lo convierta en un sacrificio, en don para el Padre en nombre de muchos hombres.

Amén.

A TI LEVANTO MI ALMA

"A ti, Yahveh, levanto mi alma, oh Dios mio.

Muéstrame tus caminos, oh Yahveh, enséname tus sendas. Guíame en tu verdad, enséname, que tu eres el Dios de mi salvación, y en ti estoy esperando todo el día, por tu bondad, Yahveh.

Acuérdate, Yahveh, de tu ternura, y de tu amor, que son de siempre. De los pecados de mi juventud no te acuerdes, pero según tu amor, acuérdate de mí.

Bueno y recto es Yahveh; por eso muestra a los pecadores el camino; conduce en la justicia a los humildes, y a los pobres enseña su sendero.

Todas las sendas de Yahveh son amor y verdad para quien guarda su alianza y sus dictámenes. Por tu nombre, oh Yahveh, perdona mi culpa, porque es grande.

A livia los ahogos de mi corazón, hazme salir de mis angustias. Ve mi aflicción y mi penar, quita todos mis pecados.

Mira cuantos son mis enemigos, cuán violento el odio que me tienen. Guarda mi alma, librame, no quede confundido, cuando en ti me cobijo. inocencia y rectitud me amparen, que en ti espero, Yahveh.

Redime, oh Dios, a Israel de todas sus angustias ".

(Sal. 25)

DIALOGANDO CON EL DIOS DE MI VIDA

5 LA ORACIÓN

1. LECTURA BIBLICA (*Mateo 6,5-75*)

"Cuando recen, no hagan como los hipócritas, que gustan orar de pie en las sinagogas y en las esquinas de las plazas, para que los hombres los vean. Ellos ya recibieron su premio.

Tu, cuando reces, entra en tu pieza, cierra la puerta y reza a tu Padre que comparte tus secretos, y tu Padre, que ve los secretos te premiará. Al orar no multipliquen las palabras, como hacen los paganos que piensan que por mucho hablar serán atendidos. Ustedes no recen de ese modo, porque antes que pidan, el Padre sabe lo que necesitan. Ustedes, pues, oren de esta forma. Padre nuestro que estas en los cielos, santificado sea tu nombre!

Venga tu reino

Que se haga tu voluntad en la tierra como en el cielo.

Danos hoy el pan que debemos esperar

Y perdónanos nuestras deudas, como nosotros perdonamos a nuestros deudores.

Y no nos pongas a prueba, sino que libranos del Mal.

Queda bien claro que si ustedes perdonan las ofensas de los hombres, también el Padre celestial los perdonará. En cambio, si no perdonan las ofensas de los hombres, tampoco el Padre los perdonará a ustedes".

2. TEMA: LA ORACION

La oración es una función básica del amor. Salgo a buscar a quien amo. No es un esfuerzo ingrato porque mi corazón se abre a quien yo amo y a aquel por quien me se amado. El me espera con un amor profundo y calido.

Si orar es una función del amor, en primer lugar tengo que llegar a experimentar que Dios me ama. De mi parte, El espera que también yo Tu ame. La experiencia del amor de Dios es un punto clave para ir creciendo en la oración. Para eso tengo que buscar a Dios a través de mi historia personal, de las vivencias de amor personal que he tenido con personas concretas, y también de lo que el Espíritu me insinúa en mi interior. Tengo que salir a buscar a Dios para encontrar en la oración una unión íntima, afectuosa y personal con El. Como todo encuentro. La experiencia del amor de Dios es un punto clave para ir creciendo en la oración. Para eso tengo que buscar a Dios a través de mi historia personal, de las vivencias de amor personal que he tenido con personas concretas, y también de lo que el Espíritu me insinúa en mi interior. Tengo que salir a buscar a Dios para encontrar en la oración una unión íntima, afectuosa y personal con El. Como todo encuentro, para que sea verdadero, no se produce de la noche a la mañana. Es una relación que va creciendo en el amor, en la confianza y para eso es necesaria la disposición interior de ir abriendo el corazón a otro. Mientras mayor es la disposición de mi ser a otro, mayor será la profundidad del amor y del encuentro.

Veamos la relación entre un padre y un hijo. Ambos deben crecer en la comunicación, en el diálogo; así se produzca el encuentro de corazones. Muchas veces, a pesar de sentir que se aman, no existe el grado de acogimiento necesario para llegar a ser "amigos".

Lo mismo pasa en la relación esponsal. Primero, al conocerse, hubo una "tincada": "Este podría ser". Hay un algo que me gusta. Uno con el otro comienzan a acercarse, se

abren interiormente para conocer lo que el otro es, hasta que se dan cuenta que el sentimiento que los envuelve es amor y desean vivir para siempre juntos. Hay una elección mutua que se hace por amor y por este mismo amor quieren donarse en cuerpo y alma en el Sacramento del matrimonio.

Nuestra vida con Dios es algo así. "Algo" nos llamó a su encuentro, despertó nuestro deseo de estar con El, de vivir en El y por El. Este "algo" es la "gracia de Dios" que nos busca para poder fundir la vida con la de El. Nuestra comunicación con Dios es reflejo de nuestra comunicación con los demás. Refleja la calidad de nuestro amor. A mayor profundidad, intimidad y diálogo con las personas, mayor profundidad de intimidad con Dios. Aquí hay algo que nos muestra crudamente lo que somos. Alguien dice: "¿Por que tengo tanta dificultad en la oración? o ¿por que no me resulta orar?" Habría más bien que preguntarse: ¿por que no me resulta mi relación con las demás personas? Lo que a nosotros nos pasa con Dios, nos pasa con las personas; y lo que nos pasa con las personas, nos pasa con Dios. Somos *urea so/a persona*, tanto frente a Dios como frente a los demás. Así como se va enriqueciendo el diálogo con Dios, se enriquece el diálogo con las Personas.

Si nuestra oración es solo de peticiones, es bueno preguntarse si no son puras peticiones las que hacemos en nuestro diálogo con los demás, en nuestro diálogo conyugal, con los hijos o con la gente con quien trabajamos.

Con nuestros hijos, amigos y personas que encontramos en el diario vivir: ¿tenemos la capacidad de estar con ellos, de escucharlos, de guardar sus cosas en nuestro corazón, de gozarnos de su compañía? Si es así, sin duda nos resultará fácil también estar, acoger, escuchar y gozarnos en la oración con Dios...

¿Como es nuestro diálogo con las personas?

¿Hablamos solo de cosas superficiales, del tiempo, de las noticias, de la moda?, o ¿tratamos de ahondar en cosas más personales, tocando las fibras del alma? Si nuestro diálogo es superficial, nuestra oración será "por encima", rápida, no tendremos "tiempo" para El. Sólo le dire las necesidades que apremian, sin escuchar lo que El quiere decirme.

Orar es amar. El verdadero amor nos lleva a preocuparnos siempre del otro, a contemplar al otro como un don; nos impulsa a una donación mutua de vida. En esta donación, ambos se alegran, se regalan, se sorprenden.

Mirando nuestra realidad concreta, muchas veces debemos confesar que somos analfabetos del amor de Dios. A lo mejor sabemos muchas cosas: inglés, cómo hacer una rica comida, computación, los últimos acontecimientos del Medio Oriente, sociología, etc. Pero, de Dios sabemos tan poco. Nos falta una vivencia profunda de El.

Esta falta de vivencia profunda de Dios puede tener una triple causa:

PRIMERO: Nos falta la experiencia de un auténtico amor humano que podamos transferir a Dios. Para esto tenemos que hacer una cruzada por la paternidad humana. Así los hombres podrán entender que Dios es un Papá bueno, que nos ama. También tenemos que luchar por ver la unidad entre el amor de Dios y el amor de los hombres. El amor de Dios llega a los hombres a través de nosotros, de nuestra profundidad de amor, de nuestra aceptación de los otros tal como son.

SEGUNDO: No nos preocupamos de ver los acontecimientos de nuestra vida unidos a Dios. Nos quedamos en hechos, en circunstancias, alegrías y dolores, sin ver que detrás de ellos el Buen Dios nos dice algo, nos está enseñando a profundizar nuestro amor, y nos está llamando a su lado para crecer como hijos.

TERCERO: Imploramos demasiado poco un verdadero amor a Dios. Nos sale más fácil pedir que sanemos de una enfermedad, que encontremos un trabajo mejor remunerado o que tal o cual persona nos quiera, y nos olvidamos de pedir un amor a Dios más vital y profundo.

La oración es un diálogo personal con Dios, tanto de parte de El como de parte mía. Es mi *persona* la que se encuentra con la *persona de Dios*. En este diálogo nos transmitimos nuestros intereses más personales expresados en forma simple y natural. Con El tengo que hablar con el lenguaje de mi corazón, así como lo hacen los niños, no rebuscando las palabras más extravagantes y bonitas, sino expresando todo lo que tenemos dentro con mucha sencillez, pues el Señor conoce hasta lo más íntimo que poseo. Es por lo tanto, un diálogo veraz: puedo decirle todo, incluso aquello que no me atrevo a decir en voz alta, por temor a que no me quieran o se escandalicen con esa limitación, falta o regalo recibido. Pudiendo soltar mis barreras con el Señor, mi persona va adquiriendo armonía entre lo que amo con el corazón, digo con los labios y experimento en mi vida.

Por eso, los teólogos al hablar de lo que es orar, dicen que es elevar el corazón hacia Dios, subir todo nuestro ser hacia aquel que me creó y que nos dio como primer mandamiento: ¡Amaras a tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu fuerza! (*Dt. 6, 5*).

Al orar, elevamos *todo* el corazón hacia Dios y penetramos en El con el alma. Con toda la fuerza de nuestro ser nos adherimos a su persona, nos unimos a El y llegamos a una fusión de corazones con Dios que produce un intercambio de ideas, de vida y de amor con El.

¿Nos damos cuenta del maravilloso don de la oración y de lo que Dios nos regala a través de ella? Nada menos que volvernos hijos, traspasándonos su capacidad creadora de amor y la felicidad de traer su Reino de paz a nuestro mundo tan convulsionado.

¡Con que intensidad vivió esto la Virgen María!, y a la vez, ¡con que alegría desea ayudarnos a que penetremos tan hondamente como Ella en la vida de la Trinidad! Pidámosle que nos ayude a orar como Ella lo hacía, teniendo su actitud de Anunciación y esa disponibilidad para decir: "Si, Padre, si". Abandonémonos junto a Ella al amor misericordioso de Dios, penetremos con la vida de oración nuestros momentos de silencio, el diario que hacer, el trabajo, todo lo que hacemos.

El Padre Jose Kentenich dice que en el Libro de la Vida tienen escrito su nombre con:

Oro: Las personas que tienen una estrecha unión entre la vida, la oración y el amor.

Plata: Las personas que rezan con piedad, pero, que no viven consecuentemente con la intensidad de su oración.

Tinta: Las personas negligentes en la oración y en sus deberes de todos los días.

Agua: Las personas superficiales en la vida y dispersos en la oración.

No escritos: Los que intencionalmente se conducen en forma superficial.

Si nos asemejamos a María en su actitud de oración, el Señor sellará nuestro nombre con ORO.

3. MODALIDAD DE ORACIÓN: "LA LECTURA MEDITADA"

Es necesario escoger un libro cuidadosamente seleccionado, que no disperse sino que concentre, de preferencia la Biblia. "Es conveniente tener conocimiento personal sobre ella sabiendo donde estan los temas que a ti te dicen mucho; por ejemplo, sobre la consolación, la esperanza, la paciencia, el servicio, el dolor,... para escoger aquella materia que tu alma necesita en ese dia. Tambien se puede seguir el orden liturgico, mediante los textos que la liturgia señala para cada dia.

En principio no es recomendable el sistema de abrir al azar la Biblia, aunque si podria ser posible alguna vez. En todo caso, es conveniente saber, antes de iniciar la lectura meditada, que temas vas a meditar, y en que capitulos de la Biblia se encuentran.

Toma la posición adecuada. Pide la asistencia al Espiritu Santo, y sosiegate.

Comienza a leer lentamente o muy lentamente. En cuanto leas, trata de entender lo leído: el significado directo de la frase, su contexto y la intención del autor sagrado. Aquí esta la diferencia entre la lectura rezada y la lectura meditada: en la lectura rezada se asume y se vive lo leído (fundamentalmente es tarea del corazón), y en la lectura meditada se trata de entender lo leído (actividad intelectual, principalmente, en que se manejan conceptos explicitandolos, aplicandolos, confrontandolos, para profundizar en la vida divina, para formarse criterios de vida, juicios de valor; en suma, una mentalidad de acuerdo al Evangelio).

Sigue leyendo despacio, entendiendo lo que lees.

Si aparece alguna idea que te llame fuertemente la atención, detente en ese lugar y cierra el libro. Considera detenidamente esa idea, ponderandola; aplicala a tu vida; saca conclusiones...

Si no sucede esto (o despues que sucedio), continua con una lectura reposada, concentrada, tranquila. Si aparece un parrafo que no entiendes, vuelve atras; haz una amplia relectura para colocarte en el contexto; y trata de entender mejor de ese modo.

Prosigue leyendo lenta y atentamente. Si en un momento dado se conmueve tu corazón y sientes ganas de alabar, agradecer, suplicar,... hazlo libremente.

Si no sucede esto, prosigue leyendo lentamente, entendiendo y ponderando lo que lees.

Es normal y conveniente que la lectura meditada acabe en oración. Procura, tambien tu, hacerlo así.

Es de desear que la lectura meditada se concretice en criterios en practicos de vida, que sean aplicados en el programa del día.

Es preciso que para la meditación se tenga siempre un libro a mano, especialmente la Biblia. De otro modo se pierde mucho tiempo. No es necesario leer todo el tiempo. Santa Teresa, durante catorce años, era una nulidad para meditar, si no tenia un libro en su mano.

4. TRABAJO PERSONAL

4.1. Lectura del Padre Nuestro rezada y reflexionada.

Padre Nuestro, que estas en los cielos, ¿reconozco a Dios como mi Padre?, como nuestro Padre, que non hace a todos hermanos? ¿Confío en mi Padre?

Venga a nosotros Tu Reino. ¿Como colaboro yo a construir este Reino aqui, hoy? (Sembrando amor en mi entorno, evitando discusiones, etc.). Hagase Tu voluntad así en la tierra como en el cielo. ¿Realmente deseo que se haga su voluntad? ¿o le pido que se

haga la mía? Nuestro Padre hace todo por nuestro bien, aun cuando en un determinado momento, no lo comprendamos.

Danos hoy nuestro pan de cada día. Le pedimos lo necesario, lo indispensable. ¿Como esta nuestra responsabilidad hacia los más pobres?

Perdona nuestras ofensas, asi como nosotros perdonamos a los que non ofenden. ¿Perdono? ¿Acepto a los demas con su caracter, sun trabas?

No non dejes caer en tentación, más libranos del mal. Amén. ¿Mantenemos nuestro corazón en vigilia? ¿Nos exponemos a la tentación? ¿Nos dejamos estar?

4.2. Preguntas para reflexionar

- a. ¿Como esta mi diálogo con las personas que tengo cerca?
- b. ¿Las escucho?
- c. ¿Guardo sun cosas en mi corazón?
- d. ¿Nos acordamos de pedirle a Dios por lo esencial: Amarlo sobre todas las cosas?
- e. ¿Me he formado ya un hábito de oración?
- f. ¿Saludo a Dios cada mañana?
- g. ¿De qué manera rezo al acostarme?

5. ORACION

Mi Habitación es Tu Santuario

"Mi habitación es to Santuario, donde actuas para gloria del Padre. Allí El transforma todo mi ser en tabernaculo predilecto de la Trinidad; donde siempre arde una lampara perpetua y nunca se apaga el fuego del amor; donde, por sacrificio tras sacrificio, se expulsa del corazón el egoísmo; donde rosas adornan el altar y azucenas florecen siempre de nuevo; donde se siente una atmosfera de paraiso, que eleva el corazón y el pensamiento; donde, al igual que en la eterna Ciudad de Sión, el espiritu del mundo no tiene cabida; donde reina la paz y sonrío la alegría, pues el angel de Dios custodia vigilante; donde Cristo domina y triunfa y conduce todo el mundo hacia el Padre. Amén".

"Tomad el yelmo de salvación y la espada del Espiritu, que es la Palabra de Dios, siempre en oración y suplica, orando en toda ocasión en el Espiritu, velando juntos con perseverancia a intercediendo por todos los santos, y tambien por mi, para que me sea dada la Palabra al abrir mi boca y pueda dar a conocer con valentia el misterio del Evangelio, del cual soy embajador entre cadenas, y pueda hablar de el valientemente como conviene ". (Ef. 6,17-20).

Tomad el yelmo de la salvación y la espada del Espiritu, que es la Palabra de Dios, siempre en oración y suplica, orando en toda ocasión en el Espiritu, velando juntos con perseverancia a intercediendo por todos los santos, y tambien por mi, para que me sea dada la Palabra al abrir mi boca y pueda dar a conocer con valentia el misterio del Evangelio, del cual soy embajador entre cadenas, y pueda hablar de el valientemente como conviene ". (Ef. 6,17-20).

DIALOGANDO CON EL DIOS DE MI VIDA

6. La oración nos transforma en el amor, por el amor y para el amor

1. LECTURA BIBLICA: (*Mateo 73,3-9*)

"Jesús les hablo de muchas cosas mediante comparaciones. Les decía: El sembrador sale a sembrar. Al ir sembrando, unos granos caen cerca del camino; vienen las aves y se los comen. Otros granos caen entre piedras y, como hay poca tierra, brotan pronto. Pero cuando sale el sol, los quema, y por falta de raíces, se secan. Otros granos caen entre espinas, crecen las espinas y los ahogan. Otros, finalmente, caen en buena tierra y producen, unos el ciento, otros el sesenta y otros el treinta por uno. ¡El que tenga oídos, que entienda! "

2. TEMA: LA ORACION NOS TRANSFORMA EN EL AMOR, POR EL AMOR Y PARA EL AMOR

Cuando Jesús va a ser arrestado antes de la pasión, hace a su Padre, en un dialogo muy cercano a intimo, una petición filial que le brota desde el fondo de su corazón: "Padre, tú me los diste y quiero que estén conmigo donde yo voy a estar, para que vean mi gloria, la gloria que me has dado; porque me has amado desde antes que el mundo fuera hecho" (Jn. 7 7,24). Esta oración denota la gran intimidad del Señor con su Padre. Es la oración que brota de la unión permanente que durante toda su vida tuvo con Dios, su Padre. Este encuentro se ha transformado en un *poder de amor*, capaz de pedir -en el momento de soledad cercano a su muerte por lo que tienen en su corazón: las personas que el Padre le ha confiado. Pide para ellas la gracia de estar permanentemente con El y que puedan contemplar su gloria de Hijo de Dios. No se rebela al plan que Dios tiene para El y se abandona, como Hijo fiel, a la voluntad del Padre.

Esta oración es Llamada "*oración sacerdotal*" de Jesús. El se muestra como *punte* entre Dios y los hombres, y entre los hombres y Dios. El es el Camino para Llegar al Padre. Por este camino pasamos todos; y El nos lleva consigo. Nos *ama tanto* que desea nuestra compañía y nos obsequia con la gracia de contemplarlo tanto en la Eucaristía, el Tabernáculo, como en las personas y en las circunstancias que cada día vivimos.

Al orar, todo nuestro ser se va transformando porque penetramos en el misterio del amor de Jesús y porque comenzamos a salir de nosotros mismos para llegar a un Tú, que es el Dios de Amor. Al encontrarnos en la intimidad y con todos nuestros afectos en el corazón de Cristo Rey, nos vamos dando cuenta que El *nos ama tal cual somos*, con nuestra historia personal, nuestros límites, pecados, con las cosas que nos violentan y las que nos cuestan. Vamos comprendiendo que todo esto se puede transformar en un *poder de amor* con una fuerza que se irradia y envuelve a los que nos rodean, porque ya no somos nosotros quienes vivimos, sino "Cristo quien vive en nosotros".

Comienza a crecer la semilla recibida en el bautismo: nuestro sacerdocio, el que nos hace otro Cristo para los demás, transformándonos en *puentes* entre Dios y los hombres y entre los hombres y Dios. Esta es la finalidad de la oración y el sentido mismo de nuestro ser: ser ofrenda viva del amor de Dios.

La transformación es lenta. Cada paso que se da significa morir un poco a nosotros mismos para pasar a vivir en Cristo. Es el camino de la liberación que nos transforma en hijos de Dios.

La libertad es mal entendida en nuestro tiempo: Libertad, se piensa, es ir donde uno quiere, hacer lo que uno desea, sin tomar en cuenta el sufrimiento que provoco al otro con mis decisiones. Total, se dice, soy dueño de mis acciones y afectos y puedo entregarlos a quien yo desee...

Jesús nos muestra otro tipo de libertad. No la libertad que nos deja vacíos y sin amor. El nos regala una libertad que nos hace felices, pues no da la plenitud del amor que quiere regalarse a los demás, transformando nuestros límites, miedos e inseguridades para que nos sintamos en todo fortalecido y animado por el Espíritu Santo.

Esta transformación se va dando en la profundidad de la oración. Ella es el poder que nos inclina hacia el Señor, donde El nos da todo lo que pedimos, siempre y cuando esté contemplado en la voluntad del Padre y nos sirva para ser felices. Jamás recibiremos algo, aunque lo pidamos con insistencia, si Dios encuentra que puede ser una piedra que estorbe nuestro camino hacia El.

La oración nos dispone a que se realice la voluntad de Dios en nosotros y a que, de nuestros labios, salga siempre un: Padre, haz lo que desees de mí... Es decir, nos vamos identificando con el plan de Dios y en todo lo que nos sucede. Aun lo más doloroso lo que percibimos, en la oscuridad de la fe, como un regalo amoroso de Dios que desea identificarnos con su Hijo.

El Padre Kentenich decía: "Por la oración debo introducirme en sus planes, aceptarlos. Así, seguro de haber hecho lo mío, el Señor me atraerá hacia su corazón y podré compartir junto a El toda la eternidad y seré feliz". Estas palabras nos muestran cómo nuestra transformación tiene que ir compenetrándonos de Cristo hasta transformarnos en "otro Cristo", dejando de lado aquello que nos aleja de El y del verdadero amor. Necesitamos purificarnos e ir auto educándonos con la ayuda del Señor, quitando todo lo que no **nos permite salir de nosotros mismos, del yo egoísta, parar ir en busca del tú, para** servicio y hacerlo feliz.

¡Cuántas cosas debemos dejar! El primer esfuerzo es amarnos rectamente a nosotros mismos para poder amar a los demás. Reconciliarnos con nuestra historia y nuestra forma de ser, y ver en todo ello una obra maravillosa del amor de Dios para con nosotros.

Necesitamos pedir con fuerza al Señor que nos permita amarnos con nuestros talentos y limitaciones y también con las debilidades que manifiestan nuestros pecados. De esta forma lograremos sentirnos hijos amados y seremos capaces de darnos a los demás, aceptándolos como son y de ver a cada uno como luz de Cristo. Sus defectos no nos pesarán tanto pues descubriremos que para ellos también son dolores que deben llevar dentro de sí. Sus alegrías nos causarán un gozo tan grande, como si fueran nuestras.

Podremos amarnos entonces unos a otros; nuestro corazón se abrirá como el de Jesús y María, que amaban con predilección a los pecadores, a los pobres, porque sus corazones habían palpado al Dios de la Misericordia. Al mismo tiempo, nos volvemos humildes y pequeños, pues sabemos que todo es regalo del Señor. En ese encuentro personal con El, nuestros sentimientos y pensamientos se irán unificando y las actitudes que broten del alma, serán, poco a POCO, las actitudes de Jesús. Todo tendrá un brillo nuevo: el trabajo, la naturaleza, las personas, los dolores, los límites, los sufrimientos, porque Dios aparecerá con su amor bondadoso "hablándonos en todo ello". El nos irá mostrando a través de los signos de su Divina Providencia su compañía y cuidado. Nos sabremos protegidos por ese Dios que es Papá Brotará una alabanza permanente, llena de gratitud, de nuestra alma. Seremos como niños pequeños en manos del Padre. El misterio por el cual hemos sido creados iluminará nuestra vida.

Pidamos a la Santísima Virgen María que nos muestre cómo adentrarnos en la oración para transformarnos en otro Cristo. Dejemos que Ella nos tome, que nos eduque y que,

con su ternura de Madre, nos lleve a vivir con alegría lo que Dios nos regala y que nos envíe como apóstoles al mundo para ser la levadura en la masa tal como Jesús lo desea de nosotros.

¡Transfórmalos! ¡Transfórmalos en Cristo! El es nuestra alegría y nuestra esperanza: cuánta paz tendremos y, entonces, cuánta paz podremos regalar!

¡Sí, Padre, sí!

La humildad:

Queremos transformarnos en "milagros de confianza" en el amor de Dios. Para ello debemos crecer en la humildad. El primer paso es ver la confianza que Dios ha puesto en nosotros, a pesar de todos nuestros límites y pecados. El *confió en nosotros* y no nos echa en cara nuestras caídas. Quiere que las transformemos en peldaños para llegar más hondo a su amor misericordioso. A veces no nos sentimos capaces de dar confianza porque tampoco sentimos que nos la tienen a nosotros. Pero, ¡cuánta confianza nos regala Dios! Nos confía la vida de nuestros hijos, las labores cotidianas, el puesto en la oficina, la alegría de actuar creadoramente en la naturaleza, aunque sea plantando un arbolito, la posibilidad de ayudar a otros...

Seamos también nosotros un "milagro de paciencia" para esperar al otro, así como Dios espera de mí.

A la luz de esta confianza, crezco en la humildad que tiene tres dimensiones:

1. Reconocer mis limitaciones.
2. Aceptar que los otros las conozcan.
3. Dejar que los demás me traten de acuerdo a lo que soy.

Así nos transformamos en lo que el mundo necesita: milagros de confianza y de humildad, cumpliendo con lo que Jesús nos dice: "Aprendan de mí, que soy manso y humilde de corazón".

3. MODALIDAD DE ORACIÓN

En lugar de Jesús: imaginar a Jesús en adoración, por ejemplo de noche, en la mañana, bajo las estrellas.

Con infinita reverencia, en fe y paz, entra en el interior de Jesús. Trata de presenciar y revivir lo que Jesús viviría en su relación con el Padre y participa de la experiencia profunda del Señor.

Trata de presenciar y revivir los sentimientos de admiración que Jesús sentiría por el Padre. Di con el corazón de Jesús, con sus vibraciones, por ejemplo: "glorifica tu nombre", "santificado sea tu nombre".

Colócate en el interior de Jesús, asume su armonía y revive aquella actitud de ofrenda y sumisión que Jesús experimentaba ante la voluntad del

Padre cuando decía: "No lo que yo quiero sino lo que quieras Tú". "Hágase tu voluntad". O cuando rezaba: "Como Tú y yo somos una misma cosa", o al pronunciar "Abba", (¡querido Papá!).

Trata de experimentar y ponerte en el corazón de Jesús para pronunciar la oración sacerdotal del capítulo 17 de san Juan

Revístete de la disposición interior de Jesús, de sus sentimientos para regresar al mundo llevando en nosotros la vida profunda de Jesús.

Esta modalidad de oración sólo será posible en el Espíritu Santo "que enseña toda la verdad".

4. TRABAJO PERSONAL: PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR

Dios me ha confiado una familia,

- ¿respondo a esa confianza?;
- ¿cómo?, ¿con qué cara?, ¿de qué modo?
- ¿me sacrifico por ellos o les digo que me dejen tranquilos?
- ¿Reconozco mis limitaciones y acepto que los demás las conozcan?

5. ORACIONES

5.1 Señor Jesús, tu gran sueño fue que llegáramos a ser uno, como el Padre y Tú lo son y que nuestra unidad se confunda en esa unidad. Fue tu gran mandamiento y testamento final, bandera distintiva de tus seguidores, que nos amáramos como tú nos habías amado. Tú nos amaste como el Padre te había amado a ti. Esa fue la fuente, la medida y el modelo de tu amor. Con los doce formaste una familia itinerante. Fuiste con ellos sincero y veraz, exigente y comprensivo, y sobre todo, muy paciente. Igual que en una familia, los alertaste ante los peligros, los estimulaste ante las dificultades, celebraste sus éxitos, les lavaste los pies, les serviste en la mesa.

Primero, nos diste el ejemplo y después nos dejaste el precepto: "amaos como yo os amé".

En la nueva familia (o fraternidad) que hoy formamos en tu nombre, te acogemos como don del Padre y te integramos como hermano nuestro, Señor Jesús. Tú serás, pues, nuestra fuerza aglutinante y nuestra alegría.

Si Tú no estás vivo entre nosotros, esta comunidad se vendrá al suelo como una construcción artificial.

Tú revives en cada uno de tus miembros. Por esta razón nos esforzaremos por respetarnos unos a otros como lo haríamos contigo. Tu presencia nos cuestionará cuando la unidad y la paz sean amenazadas en nuestro hogar. Te pedimos, pues, que permanezcas muy vivo en nuestros corazones.

Derriba en nosotros las altas murallas levantadas por el egoísmo, el orgullo y la vanidad. Aleja de nuestras puertas las envidias que obstruyen y destruyen la unidad. Libranos de las inhibiciones. Calma los impulsos agresivos. Purifica nuestros afectos para que lleguemos a sentir como Tú sentías y amar como Tú amabas. Tú serás nuestro modelo y nuestro guía, oh Señor Jesús.

Danos la gracia del amor fraterno: que una corriente sensible, cálida y profunda corra en nuestras relaciones; que nos comprendamos y nos perdonemos, nos estimulemos y nos celebremos como hijos de una misma madre; que no haya en nuestro camino obstáculos, reticencias ni bloqueos, antes bien, seamos abiertos y leales, sinceros y afectuosos y así crezca la confianza como un árbol frondoso que cubre con su sombra a todos los hermanos de la casa, Señor Jesucristo.

Así lograremos un hogar cálido y feliz, que se levanta cual ciudad en la montaña, como señal profética de que tu gran sueño se cumple. Así, Tú mismo, Señor Jesús, estarás vivo entre nosotros. Así sea.

5.2 Oración al Espíritu Santo

"Espíritu Santo, eres el alma de mi alma, Te adoro humildemente. Ilumíname, fortifícame, guíame, consuélame. Y en cuanto corresponda al plan del eterno Padre

Dios, revélame tus deseos. Dame a conocer lo que el Amor eterno desea de mí. Dame a conocer lo que debo realizar.

Dame a conocer lo que debo sufrir. Dame a conocer lo que silencioso, con modestia y en oración, debo aceptar, cargar y soportar. Sí, Espíritu Santo, dame a conocer tu voluntad y la voluntad del Padre. Pues toda mi vida no quiere ser otra cosa, que un continuo y perpetuo Sí a los deseos y al querer del eterno Padre Dios. Amén".

HIMNO DE ALABANZA

"Yo te amo, Yahvéh, mi fortaleza, mi salvador, que de la violencia me has salvado. Yahvéh, mi roca y mi baluarte, mi liberador, mi Dios;

la peña en que me amparo, mi escudo y cuerno de mi salvación, mi altura inexpugnable y mi refugio. Invoco a Yahvéh que es digno de alabanza, y quedo a salvo de mis enemigos.

Las olas de la muerte me envolvían, me espantaban las trombas de Belial, los lazos de seol me rodeaban delante de mí trampas de muerte.

Clamé a Yahvéh en mi angustia, a mi Dios invoqué; y escuchó mi voz desde su Templo, resonó mi llamada en sus oídos.

Tú eres, Yahvéh, mi lámpara, mi Dios que alumbras mis tinieblas; con tu ayuda las hordas acometo, con mi Dios escalo la muralla.

¡Viva Yahvéh, y bendita mi roca, el Dios de mi salvación sea ensalzado!"

(sal. 78,2-7;29-30;47)

7. Abandono en el amor

1. LECTURA BIBLICA (Lc. 12, 22-31)

Jesús dijo también a sus discípulos: No se preocupen por la vida, pensando: ¿Que vamos a comer? No se inquieten por el cuerpo: ¿Con qué nos vamos a vestir? Porque la vida es más que el alimento y el cuerpo más que el vestido. Miren las aves; no siembran ni cosecha, no tienen despensa ni granero y, sin embargo, Dios las alimenta. ¡Cuánto más valen ustedes que las aves!

Además, ¿Quién de entre ustedes, por mucho empeño que haga, puede añadir medio metro más a su estatura? Entonces, si ni siquiera las cosas más pequeñas están al alcance de ustedes, ¿Porqué inquietarse por las mayores?

Miren los jir-jos, que no hilan ni tejen. Pues bien, yo les declaro que ni el mismo Salomón, en toda su gloria, se vistió como uno de esos lirios. Y si Dios en el campo da tan lindo vestido a la hierba que hoy florece y mañana se echará al fuego, cuánto más hará por ustedes, gente de poca fe.

No estén siempre pendientes de lo que comerán o beberán; no se atormenten. Los que viven para el presente mundo se preocupan por todas estas cosas. Ustedes, en cambio,

piensen que su Padre sabe lo que necesitan. Por lo tanto trabajen por su Reino y El les dará todas estas cosas por añadidura.

2. TEMA: ABANDONO EN EL AMOR

El abandono en las manos de Dios es un volverse niño pequeño, dependiente de su amor y a la vez, es un revestirse de la presencia del Señor, de su poder, de su paz y de su fortaleza. El niño pequeño no desea otra cosa que estar reposando en las manos de su padre, en quien confía, ya que sabe que lo conducirá por el camino más seguro.

¿Qué es abandonarse? Es un gesto activo, pues es dar el "yo" a un "tú". Hay una ofrenda total de la propia voluntad al ser querido. No se trata de meterse *con resignación* en la marcha fatal de los acontecimientos.

Abandonarse es entregarse con amor a alguien que me quiere y a quien yo quiero. Es un poner la inteligencia y la vida en manos del Padre Dios. Para abandonarse hay que meterse enteramente en los planes de Dios, en lo que vemos que es su querer, en la puerta abierta que El nos muestra. Pero, si no vemos del todo claro, de todos modos, quedamos en paz: Dios quiere que aceptemos ese límite junto con la experiencia de no tener todo en nuestras manos. Reposamos en las manos de Dios. Esta es la paz y la confianza que nos da el ser niños.

Con el abandono firmamos un cheque en blanco en el que se expresa: "acepto, Señor, el plan de amor que tienes para mí, no deseo evadirme, sino asumirlo y vivirlo en alegría como el más grande don que me das.

¡Cuántas veces nos descontrolamos porque algo sale diferente de como lo habíamos pensado y planeado nosotros! Es el Padre Dios quien desea educarnos en el abandono; él quiere cambiar nuestros planes por los suyos. Abandonarse es no resistir, es no guardar rencores, es no ver las cosas sólo desde nuestra perspectiva, sino que es verlas con objetividad, como un querer de Dios.

Lo más semejante al abandono es la aceptación alegre de la voluntad del Padre. Aceptación de lo que uno es, de lo que mi familia es, de todo lo que me ha marcado. Es también trabajar intensamente para que todo se vaya llenando más de Cristo, de acuerdo a ese plan de Dios.

Dios es un Dios de alianza, que siempre nos busca para que cooperemos con El en la construcción del mundo y de la historia. El necesita que le extendamos este cheque en blanco, por el cual nos volvemos instrumentos, pequeños niños, que todo lo buscan en El. Entonces, El puede hacer las maravillas más grandes en nuestra debilidad.

Un barómetro para medir la profundidad de nuestra oración es la mayor facilidad para ir diciendo "sí" al querer de Dios. Y aunque sea muy doloroso lo que nos pide, volvemos a firmar- el cheque en blanco.

El abandono nos lleva a la verdadera libertad. Ella está para amar, no sólo para sacarnos resistencias, sino para abrirnos a Dios, a la Santísima Virgen y a nuestros hermanos. El abandono nos asemeja a Cristo, pues toda su vida fue un verdadero abandono en las manos del Padre. María, al igual que Cristo, en la oscuridad reconoce el plan del Padre y lo asume enteramente. Al igual que Cristo, se hace pequeña frente a Dios y por eso adquiere un señorío y una reciedumbre que la hace asumir la cruz en la oscuridad de la fe. Tiene la esperanza de que al morir espiritualmente con Cristo, gane la batalla, pues entra en el gozo del Padre; con Cristo resucitado, entra en su casa, en el hogar del Padre. Hay una carta de santa Teresita de Lisieux que nos muestra lo que muchos sentimos al oír hablar del abandono. Ella la llama su "pequeña doctrina" y no es otra cosa que la

infancia espiritual o abandono. Dice así: "¿Cómo un alma tan imperfecta como la mía puede aspirar a poseer la plenitud del amor? ¡Oh Jesús, mi primero, mi solo amigo! Tú, a quien únicamente amo, dime, ¿qué misterio es éste?... ¿Por qué no reservas estas inmensas apariciones para las almas grandes, para las águilas que alcanzan las alturas? Yo me considero un débil pajarillo cubierto solamente de un ligero plumaje. No soy un águila, sólo tengo de ella los ojos y el corazón, porque, a pesar de mi extrema pequeñez, me atrevo a mirar fijamente al SOL divino, al SOL del amor y mi corazón siente en sí todas las aspiraciones del águila. El pajarillo quisiera volar hacia ese brillante SOL que embelesa sus ojos, quisiera imitar a las águilas, sus hermanas, a las que ve elevarse hasta el foco divino de la Eternidad Santa. ¡Ay! Lo que más puede hacer este pajarillo es alzar sus alitas, pero, en cuanto a volar, no está en su débil poder. ¿Qué será de él? ¿Moriría de pena al verse tan impotente? ¡Oh, no!

El pajarillo ni siquiera se aflige. Con audaz abandono quiere seguir mirando fijamente a su divino SOL. Nada sería capaz de atemorizarlo, ni el viento ni la lluvia. Y si oscura nube llegan a ocultarle el Astro del Amor el pajarillo no se mueve, no cambia de lugar sabe que más allá de las nubes, su SOL sigue brillando, que su resplandor no podrá eclipsarse ni un solo instante.

¡Oh, Jesús, cómo se alegra tu pajarillo de ser débil y pequeño! ¿Qué sería de él si fuera grande? Nunca tendría la audacia de comparecer en tu presencia, de dormitar delante de tí!"

Como Teresita, nosotros somos este pajarillo pequeño, imperfecto, que cree que Dios no se fijaría en él; pero es por *esta* pequeñez que el buen Dios nos ama y desea que lo miremos a los ojos y nos abandonemos en su amor.

La Virgen María tiene como misión ayudarnos para que podamos lograr este abandono en las manos del Padre. Hay una capilla pequeña, llamada Santuario de Schoenstatt, donde Ella nos da la gracia de sabernos profundamente acogidos como hijos amados, de transformarnos en "otros Cristo" y de sentirnos enviados a proclamar el amor del Padre a todos aquellos con quienes convivimos. Sellar con María una alianza de amor y consagrarnos a Ella, nos hace crecer cada vez más en la oración. En alianza con María tratamos de dar testimonio personal y mostrar así el amor de Dios a nuestros hermanos. Lo hacemos si nos volvemos niños y abandonar nuestros propios criterios puramente humanos para llenarnos de los criterios y valores de Cristo. Sólo así llegaremos a ser vivas imágenes del Señor y de María.

Volvemos niños no significa ser infantiles, ¡todo lo contrario! Ser niños es confiar en el amor del Padre, es poder cambiar los propios planes por los planes de Dios. Es dialogar con palabras sencillas con el Padre. Es volver a nacer. Es usar nuestra libertad para amar a todos cuantos nos rodean, a nuestra Iglesia, a la Eucaristía, sacramento de la donación de Jesús, al sacramento de la Reconciliación, donde Dios nos prepara un banquete como lo hizo con el hijo pródigo, para celebrar la vuelta del hijo a su corazón de Padre, porque sabe que en ningún lugar podrá estar mejor que en la casa paterna.

El abandono significa un heroísmo de fe, esperanza y caridad. La imagen de Dios podrá nublarse ante mí, pero, seguiré amando, porque El me enseñó a amar. Detrás de esa oscuridad, su rostro está contemplando a su amado niño que avanza con pasos agigantados hacia la santidad del amor, de ese amor que tantas veces no entiende plenamente, pero que le lleva a decir: "Sí, Padre, sí".

3. MODALIDAD DE ORACIÓN: ORACION DE ABANDONO"

Oración de abandono:

Ponte en la presencia del Padre, en actitud de entrega. Puedes utilizar alguna de las siguientes frases: "Me abandono en ti, Padre" "Padre, en tus manos me entrego" "Confío en ti, Padre" "Hágase en mí según tu palabra" "Acepto con paz" Toma alguna de las frases que más te llegue en ese momento. Entonces, silencia tu mente y tu corazón con fe en el Padre y ofrécele en silencio y paz todo aquello que te disgusta: aspectos de tu figura física, enfermedades, vejez, limitaciones e impotencias, tu carácter, personas próximas que te desagradan, recuerdos dolorosos, fracasos, equivocaciones, etc..

Puede ser que recordar algunas de esas cosas te duela, pero al depositarlos en las manos del Padre, te visitará la paz.

4. TRABAJO PERSONAL

4.1. Vamos a trabajar con la paciencia y el abandono, revisándonos cada día, a la hora más apropiada. Al comenzar el día le pedimos al Señor que nos ayude en este propósito.

Oración de la mañana:

Señor, en el silencio de este día que nace, vengo a pedirte paz, sabiduría y fuerza. Hoy quiero mirar el mundo con ojos llenos de amor; ser paciente, comprensivo, humilde, suave y bueno. Ver detrás de las apariencias a tus hijos. Como los ves Tú mismo. Para, así, poder apreciar la bondad de cada uno. Cierra mis oídos a toda murmuración, guarda mi lengua de toda maledicencia, que sólo pensamientos que bendigan permanezcan en mí.

Quiero ser tan bien intencionado y justo que todos los que se acerquen a mí sientan tu presencia.

Revísteme de tu bondad, Señor, y haz que durante este día, yo te refleje. Amén.

4.2. Preguntas para reflexionar

1. ¿Qué aspecto de mi personalidad o de mi espiritualidad podría revisar y mejorar cada día en relación al abandono en manos del Padre Dios?
2. ¿Qué cosas o personas no he entregado aun a Dios?

5. ORACIÓN:

Jesús, entra dentro de mí toma posesión de todo mi ser. Tómate con todo lo que soy, lo que pienso, lo que hago. Toma lo más íntimo de mi corazón.

Cúrame esta herida que tanto me duele.

Sácame la espina de esta angustia.

Retira de mí estos temores, rencores, tentaciones..

Jesús, ¿qué quieres de mí?

¿Cómo mirarías Tú a aquella persona?

¿Cuál sería tu actitud en esa dificultad?

¿Cómo te comportarías Tú en esa situación?

Los que me ven, que te vean a ti, j Jesús,

Transfórmame por entero, que yo sea una viva transparencia de tu persona.

BAJO LAS ALAS DIVINAS

"El que mora al abrigo de Elyón, y se aloja a la sombra de Sadday dice a Yahvéh: '¡Mi refugio y fortaleza, mi Dios, en quien confió!'"

Que él te libraré de la red del cazador, de la peste funesta; te cubrirá con su plumaje, un refugio hallarás bajo sus alas.

No ha de alcanzarte el mal, ni la plaga se acercará a tu tienda; que él dará orden sobre ti a sus ángeles de guardarte en todos tus caminos.

Te llevarán ellos en sus manos, para que en piedra no tropiece tu pie; pisarás sobre el áspid y la víbora, hollarás al leoncillo y al dragón.

Pues él se abraza a mí, yo he de librarle; le exaltaré, pues conoce mi nombre. Me llamará y le responderé; estará a su lado en la desgracia, le libraré y le glorificaré. Hartura le daré de largos días, y haré que vea mi salvación".

(Sal. 91,1-4;10-16)

DIOS ES AMOR

Bendice a Yahvéh, alma mía, del fondo de mi ser, su santo nombre, bendice a Yahvéh, alma mía, no olvides sus muchos beneficios.

El, que todas tus culpas perdona, que cura todas tus dolencias, rescata tu vida de la fosa, te corona de amor y de ternura, él que harta de bienes tu existencia, mientras tu juventud se renueva como el águila.

Clemente y compasivo Yahvéh, tardo a la cólera y lleno de amor; no se querella eternamente ni para siempre guarda su rencor; no nos trata según nuestros pecados ni nos paga conforme a nuestras culpas.

Como se alzan los cielos por encima de la tierra, así de grande es su amor para quienes le temen; tan lejos como está el oriente del ocaso aleja él de nosotros nuestras rebeldías.

Cual la ternura de un padre para con sus hijos, así de tierno es Yahvéh para quienes le temen; que él sabe de qué estamos plasmados, se acuerda de que somos polvo.

Mas el amor de Yahvéh desde siempre hasta siempre para los que le temen, y su justicia para los hijos de sus hijos, para aquellos que guardan sus alianzas, y se acuerdan de cumplir sus ordenanzas".

(Sal. 103,1-18)

8. La cruz como fuente de amor

LA CRUZ ES RESURRECCIÓN Y VICTORIA

1. LECTURA BÍBLICA:

(Juan 15, 7-8)

"Yo soy la Vid verdadera, y mi Padre el viñador. Si alguna de mis ramas no produce fruto, él la corta; y limpia toda rama que produce fruto para que dé más. Ustedes ya están limpios. La palabra que les he dirigido los ha purificado. Permanezcan en mí y yo permaneceré en ustedes.

Como la rama no puede producir fruto por sí misma si no permanece en la planta, así tampoco ustedes pueden producir frutos si no permanecen en mí. Yo soy la Vid y ustedes las ramas. Si alguien permanece en mí, y yo en él, produce mucho fruto, pero sin mí no pueden hacer nada.

El que no se quede en mí, será arrojado afuera y se secará como ramas muertas: hay que recogerlas y echarlas al fuego, donde arden. Si se quedan en mí, y mis palabras permanecen en- ustedes, todo lo que deseen lo pedirán y se les concederá.

Mi Padre encuentra su gloria en esto: que ustedes produzcan mucho fruto, llegando a ser con esto mis auténticos discípulos".

2. TEMA: LA CRUZ COMO FUENTE DE AMOR

Cuando uno piensa en la cruz, inconscientemente comienza a moverse inquieto, pues ninguno de nosotros quisiera recodar los momentos dolorosos por los que ha pasado, y menos pensar en asumir las cruces que tenemos en este momento. Puede ser incluso que haya logrado evadirme de ellas, pasando la carga a otros, o que me haya rebelado frente a Dios. Con infantilismo le digo: "Si tú eres papá, no me darías esto; significaría que no me quieres; por lo tanto, también tengo yo el derecho de decirte que tampoco te amo y me voy de tu lado en busca de alguien que no me dé cosas tan pesadas de sobrellevar".

Les voy a contar un hecho real que aconteció hace poco tiempo. Hay muchos testigos de esto, y hay signos vivos que demuestran lo que Dios puede hacer con la cruz, transformándola en fuente de amor para la persona que la sufre, y también en fuente de bendición para muchas otras personas.

Se trata de la vida de un joven común y corriente que vivía en Concepción. Tenía todo aquello que uno puede desear: una familia que lo amaba, una inteligencia fuera de lo común, gran capacidad para el deporte, mucha facilidad para hacer amigos y aspiraciones de perfección. Pero, a la vez, desde pequeño se sentía diferente a las demás personas de su edad. Esta diferencia no era originada por misticismos ni por sueños irreales, sino nacía de su inteligencia superior a lo normal, que le hacía reflexionar en forma más aguda que el resto, y por su carácter introvertido que muchas veces le impedía comunicarse con los demás.

Pasó su infancia, adolescencia y juventud sintiendo en su interior que los demás conocían muy poco del mundo que él llevaba dentro. Junto con ser el hijo modelo que menos conflictos causaba en su hogar, era el mejor alumno del curso.

Por diversas circunstancias, encuentra a los 16 años a la Virgen María. Le pide en oración que Ella le enseñe a educarse para el amor. Le da el título de Madre y Educadora, y él se transforma en su hijo. Su vida empieza a cambiar. Forma grupos de jóvenes; los vincula al amor de María, como el camino más seguro para llegar a Cristo. Está convencido que entregándose a los corazones de Jesús y de María, se transformarán en hombres nuevos capaces de formar comunidades de laicos que constantemente se renueven en el amor de Dios. De este modo el mundo podría captar el nuevo hombre revestido de Cristo, del cual habla San Pablo.

Cuando termina el colegio, entra a estudiar medicina. Desea servir a su prójimo y aliviar los dolores que los hombres tienen en sus enfermedades. Obviamente, en los estudios sigue siendo el primero y cuando menos se esperaba, estando en quinto año, con 21 años de edad, se da cuenta que su verdadera vocación no es ser médico, sino ser sacerdote y decide, a pesar del dolor de su mamá, entrar a la Comunidad de los Padres de Schoenstatt.

El Noviciado y los estudios de esta comunidad se hacen en Alemania. Parte allí con todas las ilusiones de quien quiere ser sacerdote amando a su Señor y pastoreando su rebaño.

Al llegar a Alemania, comienza a sentir dolores muy fuertes de estómago. Piensa que puede ser colon irritable por las tensiones que le significan el estar en un país nuevo, sin saber su idioma, y comenzando una vida distinta a la que antes llevaba. Como a los cuatro meses de estar en el noviciado, se le diagnostica un cáncer y se le da muy poco tiempo de vida. Cuando el Superior de la Comunidad le comunica su enfermedad y la gravedad de la misma, él contesta: "Si Cristo me eligió para ser sacerdote, éste será mi camino para alcanzarlo". A los pocos días se realiza la ceremonia de Toma del Alba. Regresa a Chile y dice a sus compañeros que si no vuelve, siempre lo recuerden sonriendo.

Una vez en Chile, inicia el tratamiento de su cáncer. Muchas personas se unen a él en la oración pidiéndole al Señor y a la Santísima Virgen que hagan un milagro: o la sanación, o que él pueda aceptar en paz su muerte. Poco a poco se va sintiendo mejor, las molestias empiezan a desaparecer y todos creen que el milagro de la sanación es inminente.

Pero el milagro más hermoso no estaba en su salud física, sino en su sanación interna: la Virgen le regaló un espíritu de niño, humilde y confiado. Sentía el peso de la debilidad humana pero también sentía la Misericordia del Padre. Su perfeccionismo -y el espíritu de crítica que éste le traía- fue transformando en amor. Se va dejando enriquecer por la vida de los otros y los recibe en su corazón, como verdaderos hermanos.

Todo le parecía un sueño y agradecía por tantas cosas que antes eran tan normales para él: el sol, el tener vida, los pájaros, la amistad, sus padres, su historia personal, su vocación sacerdotal y el profundo amor que le tenía a la Santísima Virgen.

Después de casi 10 meses de recuperación, vino un violento desenlace de su enfermedad. Se produjeron las metástasis. Tuvo que hospitalizarse y sufrir, además de los dolores físicos, los dolores angustiosos de la noche oscura de la fe, donde no recibía el consuelo de Dios, sino su amor callado, el silencio de Dios y la purificación de su alma, como el Señor lo hace con sus elegidos.

A los 22 años, le costó aceptar su muerte que se acercaba rápidamente. Y ¡qué ganas tenía de vivir! Pero, no por eso dejó de amar al Señor y a María ni siquiera por un segundo. Era la oscuridad del amor, un paso a la Resurrección.

Luego vino su abandono en las manos de su Padre rico en misericordia, su Padre bueno e infinito, como lo llamaba en cada momento, en medio de sus dolores, angustias e intranquilidades.

Todo esto pasó hace tan poco tiempo. Podría parecer normal en personas que sienten la muerte tan cercana y a tan temprana edad. Puede ser normal, pero en esta normalidad está Dios vivo y presente. Ese Dios de amor hizo que muchas personas se unieran en oración para que el Señor hiciera su voluntad en la persona de nuestro enfermo.

Cuántas personas experimentaron un giro en sus vidas por su testimonio de vida y dolor. Vieron su muerte como una interpretación de su propia vida, tan llena de oscuridades y angustias; a la vez estaba su mensaje que nos decía: "Dios es un Padre bueno, infinito en misericordia".

Cuántos, que nunca lo vieron, se han sentido tocados por la gracia que Dios regaló a través de su historia personal que llamaba a amar a Dios y a la Virgen en medio de la oscuridad más profunda de la fe, creciendo en la esperanza y en la caridad.

¡Cómo no poder decir que la cruz que Dios le regaló no ha sido fuente y manantial para que muchos que estaban desorientados pudiesen encontrar el regreso a la casa paterna!

Especialmente los jóvenes tienen en él un testimonio de alguien que se transformó en el amor a Jesús y a María.

Ahora miremos nuestras propias cruces: físicas, económicas, de aceptación personal y de aceptación de otros, de frustraciones; aquellas cruces que nadie ve porque Dios las regala para que estén escondidas en nuestro corazón y que son parte del alma.

Las miramos no para sentirnos víctimas o mártires, sino para ver cómo ellas han sido un regalo de la misericordia de Dios. Cada cruz nos permite crecer en cosas que no seríamos capaces de hacer si no las hubiésemos tenido. Somos transformados en el dolor cuando lo asumimos con Cristo y tratamos de vivirlo con la sencillez de hijo que Él tenía frente a su Padre ¡Cuántas cosas hemos comprendido a través del dolor! Con facilidad podemos entonces captar el dolor de otros, porque nosotros mismos nos hemos sentido tocados por el dolor. Cuanto más nos *resistimos* a tomar la cruz que el Señor nos envía, tratando de escaparnos de ella, tanto más perdemos el sentido de nuestras vidas y nos enajenamos de Dios y de nosotros mismos.

Jesús nos dice: "El que no toma su cruz, no es digno de mí" (Mt 76, 24J). Con esto Jesús nos habla de la profundidad del amor: tomar la cruz diaria, pequeña o grande, ofreciéndola al Señor para que Él nos ayude a cargarla. Es la bendición más íntima del amor, porque el amor está marcado por el sacrificio, por el bien del otro y por la alegría de la resurrección a una nueva vida: perderse a uno mismo, para que Cristo sea TODO en cada uno de nosotros.

El Señor es la vid, nosotros los sarmientos que necesitan ser podados para *crecer* en el amor, para *aprender a amar* y a *dejarse amar* por Dios y por el prójimo. Sólo así podremos hacernos niños, regalándonos en el amor mutuo que pasa por la cruz y que une los corazones, como unió los corazones de Jesús y de María. Nos hacemos así *uno* en el *amor*.

La verdadera oración debiera llevarnos a esto: abrírnos tan profundamente al amor del Padre, así como Jesús lo hizo, que ante el dolor nos brotaran las palabras más hermosas que el Señor nos enseñó: ¡Abba, Papito querido!

Pidamos esta gracia al Señor y también a la Santísima Virgen, que en silencio llevó el dolor de su Hijo y que le permitió estar de pie junto a la cruz para luego recibirlo en sus brazos maternales y vivir esos días donde el heroísmo del amor y de la esperanza lo vio resucitar,

Jesús murió en la cruz para salvarnos a cada uno, pero también, para decirnos que la cruz es *resurrección y victoria*.

3. Modalidad de oración

Ver modalidad de oración escrita en el tema No 2.

4. Trabajo Personal

Preguntas para reflexionar:

- a. ¿Cuáles son mis cruces?
- b. ¿Qué cosas me ha enseñado el Señor a través del dolor?
- c. ¿Cómo reflejo el amor del Padre en mi vida?

5. Oraciones

A Jesús Crucificado (Sta. Teresa)

No me mueve, mi Dios, para quererte el cielo que me tienes prometido ni me mueve el infierno tan temido para dejar por eso de ofenderte.

Tú me mueves, Señor, muéveme al verte clavado en una cruz y escarnecido; muéveme al ver tu cuerpo tan herido; muéveme tus afrentas y tu muerte.

Muéveme, en fin, tu amor de tal manera, que aunque no hubiera cielo yo te amara, y aunque no hubiera infierno te temiera.

No me tienes que dar porque te quiera, porque, aunque lo que espero no esperara, lo mismo que te quiero te quisiera.

Oración Simple (Sn. Francisco) Señor, haz de mí un instrumento de tu paz: que donde haya odio, ponga yo el amor;

que donde haya ofensa, ponga yo el perdón; que donde haya discordia, ponga yo la unión; que donde haya error, ponga yo la verdad; que donde haya duda, ponga yo la fe; que donde haya angustia, ponga yo la esperanza; que donde haya tinieblas, ponga yo la luz; que donde haya tristeza, ponga yo alegría.

Que no me empeñe tanto en ser consolado, como en consolar; en ser comprendido, como en comprender; en ser amado, como en amar.

Porque dando se recibe, olvidando se encuentra, perdonando se es perdonado, muriendo se resucita a la vida eterna. Amén.

"Vivid en paz unos con otros. Os exhortamos, asimismo, hermanos, a que amonestéis a los que viven desconcertados, animéis a los pusilánimes, sostengáis a los débiles y seáis pacientes con todos. Mirad que nadie devuelva a otro mal por mal, antes bien, procurad siempre el bien mutuo y el de todos. Estad siempre alegres. Orad constantemente. En todo dad gracias, pues esto es lo que Dios, en Cristo Jesús, quiere de vosotros.

No extingáis el Espíritu; no despreciéis las profecías; examinadlo todo y quedaos con lo bueno. Absteneos de todo género de mal". (1 Ts. 5,13-22).

ELEGIDOS EN CRISTO

"Bendito sea el Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo, que nos ha bendecido con toda clase de bendiciones espirituales, en los cielos, en Cristo; por cuanto nos ha elegido en él antes de la creación del mundo, para ser santos e inmaculados en su presencia, en el amor; eligiéndonos de antemano para ser sus hijos adoptivos por medio de Jesucristo, según el beneplácito de su voluntad, para alabanza de la gloria de su gracia con la que nos agració en el Amado. En él tenemos la redención por medio de su sangre, el perdón de los delitos, según la riqueza de su gracia que ha prodigado sobre nosotros en toda sabiduría e inteligencia, dándonos a conocer el Misterio de su voluntad según el benévolo designio que en él se propuso de antemano, para realizarlo en la plenitud de /os tiempos: hacer que todo tenga a Cristo por Cabeza, lo que está en los cielos y lo que está en la tierra. A él, por quien entrarnos en herencia, elegidos de antemano según el previo designio del que realiza todo conforme a la decisión de su voluntad, para ser nosotros albariza de su gloria, los que ya antes esperábamos en Cristo. En él también vosotros, tras haber oído la Palabra de la verdad, la Buena Nueva de vuestra salvación, y creído también en él, fuisteis se/lados con el Espíritu Santo de la Promesa que es prenda de vuestra herencia, para redención del Pueblo de su posesión, para alabanza de su gloria".

(El-. 7, 3-74)

9 Cristo nos llama a colaborar con El en la obra de redención

1. Lectura Bíblica: *(Mateo 7, 24-27)*

"El que escucha mis palabras y las practica es como un hombre inteligente que edificó su casa sobre la roca. Cayó la lluvia a torrentes, sopló el viento huracanado contra la casa, pero la casa no se derrumbó, porque tenía los cimientos sobre la roca. En cambio, el que oye estas palabras sin ponerlas en práctica, es como el hombre necio que edificó su casa sobre la are arena. Cayó la lluvia a torrentes, soplaron los vientos contra la casa, y ésta se derrumbó con gran estrépito".

2. TEMA: CRISTO NOS LLAMA A COLABORAR CON EL EN LA OBRA DE LA REDENCIÓN

Un niño pequeño trataba afanosamente de edificar en la playa un Castillo, cerca del agua; para poder hacer lo, levantaba grandes murallas con profundas hondonadas a ambos lados para que las olas con su fuerza no le destruyan el hermoso castillo que, en su mente habrá ideado para; luego construirlo con sus pequeñas manos. Su padre lo miraba desde cierta distancia, pero no quería inmiscuirse en el trabajo de su hijo; aunque se daba cuenta que por la distancia que estaba del mar, el castillo podría ser barrido por la fuerza del oleaje, no quedando ni rastro de lo que su hijo con tanto cariño y empeño quería construir.

El papá aguardaba que su hijo le pidiera ayuda, le invitara a participar en los proyectos que guardaba en su corazón y que deseaba dejar plasmado en las arenas de la playa

Pero, el pequeño niño estaba tan abstraído en su trabajo que no percibía la mirada atenta de su papá.

De pronto vino un oleaje fuerte y el niño perdió su preciado castillo llorando y con la tristeza de su frustración se levanta y corre donde su papá para contarle lo sucedido. "¡Papá, papá, he querido construir un castillo pero el agua se lo llevó!".

El padre, abrazándolo, le contesta. "¡Sí hijo, vi con que tenacidad querías levantarlo y yo *tengo tanta pena* como tú al ver tu trabajo hecho un montón de arena, que en nada se asemeja a lo que tú querías construir!" El niño, lo mira abriendo sus ojos y le pregunta: "Si tú viste todo, ¿porqué no corríste a ayudarme a detener el agua? ¿Por qué te quedaste sentado, viendo que me costaba tanto edificar el castillo que tenía en mi mente?".

El papá, tomándole las manos le dijo: " ¡Hijo, yo necesitaba que tú me llamaras a trabajar contigo, no podía acercarme a ti, para darte órdenes de cómo se hace un castillo, a qué distancia del agua se hace, ni cómo deben ser sus murallas! Eso no lo podía hacer por dos razones: la primera, porque deseaba que tú solo te dieras cuenta que sin mi ayuda no podrías construir tu ansiado castillo. La segunda razón, y quizás la más poderosa, es que yo no conocía cómo era el castillo que llevabas guardado en tu corazón y, al llegar a tu lado, podría ayudarte a levantar "otro" castillo, muy distinto al que tú deseabas e igual hubieras quedado frustrado al no ver lo que tanto ansiabas tener. Sentía atadas mis manos, porque no conocía tus sueños y a la vez no quería que tú me vieras como un intruso, sino que como un papá que quiere ayudar al hijo, pero, en *lo que tú anhelas*, con tus sueños. Pues sólo así tú crecerás como persona. A la vez, de este modo, yo podré sentirme papá y no un patrón que ordena a su siervo que cumple todo, aunque ello lo violente interiormente".

El niño apretó sus manitos a las de su papá, y le dijo: "¿Quieres ayudarme a construir el castillo que tengo en mi corazón?, pero tú puedes enseñarme cómo se moldea y a qué distancia del agua podemos armarlo, sin **temer que se lo lleven las olas del mar**".

El papá tomó al hijo en sus brazos y le dijo: " ¡Cuéntame cómo es tu castillo y luego iremos juntos a construir ese reino que tienes pensado y que te es tan difícil de plasmar; para que juntos, *con la ayuda del uno y del otro*, podamos hacer el castillo que tanto anhelas! ".

Semejante a este cuento es el sentido de nuestra vida. Muchas veces, como ese niño, tenemos ansias, anhelos de construir el mundo que llevamos guardado dentro. Como él nos sentimos frustrados porque no podemos plasmarlo; ya sea por las barreras interiores, por sentirnos solos frente a la gran tarea que tenemos o porque no podemos compartir con alguien lo que tenemos en nuestro interior, sintiendo la angustia de la soledad y de la frustración personal.

Pero, como le sucede al niño, siempre el Señor está mirando atentamente lo que hacemos, todo nuestro esfuerzo, y también la debilidad de nuestras fuerzas, para poder ayudarnos en el momento que nosotros nos volvamos hacia El, para decirle que no somos capaces. Entonces El procederá como un padre, un amigo, un compañero, diciéndonos: "Cuéntame tus sueños para poderte ayudar a construirlos. Pero, *necesito* que tú me los digas, porque no quiero *violentar tu intimidad*, ni *coartar tu libertad*, sino quiero poner mis manos junto a las tuyas para construir el reino que llevas en el corazón, según lo que *tú eres y para tu propio bien*. Así ya no te sentirás más solo, sino que seremos los dos *un solo ser*."

Pensemos en la Virgen María que nació igual que todos nosotros, pero inmaculada, sin el pecado original.

Ella desde niña debe haberse sentido muy sola, sin darse cuenta del porqué de su soledad. Era igual al resto de las niñas de su edad, pero, a la vez, no tenía la tendencia al

pecado que las otras tenían y Ella debe haberse preguntado muchas veces ¿por qué anhelaba tantas cosas? Anhelaba tanto servir a Dios, y su corazón era tan receptivo para los salmos, para la Sagrada Escritura, sintiéndose plena con estas lecturas.

Además, su amor por San José, debe haber tenido un brillo muy especial; amarlo profundamente, tener la inmensa confianza de saberse amada por él y tener en él un amigo que compartía sus sueños. El amor de San José, a su ver, tenía la característica del amor de Dios: el respeto hacia esa persona tan amada por él, y toda la confianza en ella, y el deseo de cuidarla y protegerla.

La Virgen María recién debe haber captado el por qué de muchas cosas en el momento de la *Anunciación*, ante la presencia del ángel, y al saberse elegida por Jahvé, su Dios, para ser Madre del Mesías, tan esperado por su pueblo y que llevaría en su seno.

Ella tiene la confianza en Dios y calla frente a San José su embarazo, porque sabe que Dios tendría que mostrarle un signo de que ella no le ha sido infiel, sino que era El quien había hecho fecunda sus entrañas.

El Hijo que lleva dentro la hace ir de prisa por las montañas a servir a su prima Isabel, y allí se encuentra con otra sorpresa, con otro signo de Dios: Isabel la alaba como la Madre de su Señor y el hijo que esta anciana mujer lleva en su seno, salta de gozo movido por el Espíritu Santo. El hijo de Isabel será Juan Bautista, el precursor del Señor, el que le allanará los caminos.

¡Cuántas cosas no habrá sentido la Virgen, al ver luego nacer a su hijo, en la huída a Egipto, en la pérdida en el Templo a los 12 años y la respuesta que ella no entendió y guardó *meditándola en su corazón!*

¡Qué profundidad había en su vida! ¡Cuántos encuentros en la oración debe haber tenido con el Señor! ¡Cómo debe haber revisado su propia historia personal y la de su pueblo para ver lo que Dios le pedía!

Ella no comprendió todo de una vez, sino que, en oración y en la profundidad de su amor al Señor, fue desentrañando el misterio que Dios Padre tenía para ella y Jesús.

Dios la había elegido como Madre de su Hijo, pero necesitaba su "sí" libre. Y Jesús, luego de haberla escogido como Madre, la va preparando como su compañera y colaboradora en la obra de redención.

El necesita su compañía. Se sabe amado y comprendido profundamente por Ella. Además, cuánto no deben haber orado juntos pidiendo a Dios Padre seguir el camino que estaba previsto por El. A la vez, cuánto debe haber sufrido al ver que la obra de la redención se consumaría en la cruz, en medio del desprecio, de la calumnia y del abandono de los que habían amado tanto a Jesús, su Hijo.

La Virgen dice nuevamente "sí" y asume su papel de madre, compañera, colaboradora. Por eso ella más tarde puede estar de pie junto a la cruz acompañando a su Hijo, a quien tanto amaba y ahora debía verlo sufrir. Su corazón casi se debe haber destrozado. Pero, Ella tenía la esperanza y la fe en que su Hijo resucitaría y que así nos libraría del pecado, para que nosotros también resucitésemos a una vida nueva.

Tal como a la Virgen María, cada uno de nosotros hemos sido */amados y elegidos* para ser compañeros y colaboradores de Cristo en la obra de la redención.

El nos ha *elegido* para esta obra, porque *confió en nosotros*, confía en que no lo dejaremos solo y que cooperaremos con El en la renovación del mundo, en la salvación de almas, en nuestra entrega al Padre, en los brazos de su Madre, para que Ella nos enseñe cómo asumir las cruces permaneciendo de pie y con la esperanza de la resurrección.

El nos quiere sus apóstoles, sus testigos, sus compañeros en la alegría y en el dolor. Colaboramos con El ofreciendo todo lo nuestro a Dios Padre para que todos conozcan el rostro de Jesús, y nuestros corazones exclamen como San Juan, al final del Apocalipsis: ¡Ven Señor Jesús, ven!

3. MODALIDAD DE ORACIÓN:

Ver modalidad de oración en la ficha No 6: "En lugar de Jesús".

4. TRABAJO PERSONAL

Preguntas para reflexionar:

- a. ¿Soy un estímulo que alienta a otros a seguir a Cristo? ¿Cómo es esto en mi hogar, en mi trabajo, con mis amistades, con quienes me rodean?
- b. ¿Digo sí a lo que me pide el Señor, para en esa forma, actuar como su instrumento?

5. ORACIÓN

Querida Madre y Reina

¡Querida Madre y Reina!

Ayúdame a despojarme de todo lo que me intranquiliza para que en silencio y pobre/a, el Espíritu de Dios pueda llegar hasta mí y encontrar en mi alma un ambiente sereno de acogida y entrega.

Haz que mi inteligencia se abra a su Luz y aprenda a ver con los ojos de Dios.

Regálame la profunda comprensión del corazón que tanta sabiduría da a los que aman.

Ábreme al querer del Padre y configura mi ser y mi obrar según su santa voluntad.

Amén.

10. La Iglesia

1. Lectura Bíblica (Juan 19, 25-27)

"junto a la cruz de Jesús estaba su madre y la hermana de su madre, y también María, esposa de Cleofás, y María de Magdala, Jesús al ver a la Madre y junto a ella a su discípulo más querido, dijo a la Madre: Mujer, ahí tienes a tu hijo. Después dijo al discípulo: ahí tienes a tu madre. Desde ese momento el discípulo se la llevó a su casa,'.

2. TEMA: CUANDO NOSOTROS ORAMOS, ORA TODA LA IGLESIA

Jesús al morir deja una pequeña comunidad: la iglesia Ella dará testimonio, de su vida y de su amor por los hombres que lo lleva a morir en la cruz para poder salvarnos, y del verdadero rostro de Dios que es el Padre.

La iglesia es impulsada por el espíritu santo y esta animada por la fe, esperanza y caridad que Jesús nos enseñó y con su propio testimonio de vida. A la iglesia es santa en cuanto participa de la santidad de Cristo pero esta formada por hombres débiles, frágiles, Pecadores, que desean asemejarse a Jesús, según sus palabras: dejad que os reconozcan que sois mis testigos por la forma que ustedes se aman unos a otros.

Jesús llama a la Iglesia su *Esposa*, su tesoro más grande, la más amada de su corazón y, como Esposo, la acompaña, la sostiene, la protege y vuelve a dar su *Sangre* por ella todos los días.

El que quiso abandonarnos: se nos da como el esposo más amante en la eucaristía y Como Rey misericordioso en el sacramento de la reconciliación

La primera iglesia fue la virgen María; ella fue el primer templo vivo que tuvo a Cristo en su seno y luego lo acompañó, como Madre y Esposa, durante su vida, pasión, muerte y resurrección. Reunió luego a los atemorizados apóstoles y discípulos en Pentecostés para pedir la venida del espíritu santo

Cada uno, de nosotros es iglesia, llamada a ser esposa de Cristo. Por lo tanto, cada uno está llamado a ser plenamente amado por Jesús como su joya preciosa.

Existe una oración del P. José Kentenich que habla de esto:

En Cristo Jesús nos ata un estrecho vínculo: estamos profundamente unidos en sus santas llagas; nosotros somos sus miembros El la única Cabeza: esta Buena Nueva nadie nos la podrá arrebatarnos.

Como miembros de su Cuerpo somos capaces de obtener méritos: tenemos derecho a la gracia y a la gloria Mientras seamos verdaderamente sus miembros, el Padre siempre nos mirará con beneplácito.

Si en el ser y en la vida nos asemejamos a Cristo, podremos extendernos las manos unos a otros; la santidad de uno favorece a todos a través de la sangre del Señor.

Así el amor a la Iglesia nos da alas para refrenar con ahínco las malas pasiones y esforzarnos por la más alta santidad, con vigoroso espíritu de sacrificio y sencilla alegría.

Esa santificación se orienta al apostolado y de él vive, e inflama con su ardor el celo por las almas; es un lazo potente, indestructible, que nos une a través de ciudades y de campos.

Este amor por la Iglesia, que se describe en esta oración, crece en la profundidad y en la intimidad del encuentro afectuoso y personal con Cristo.

A medida que cultivamos la oración, descubrimos que no somos solos, sino que somos parte de una comunidad, de una Familia llamada Iglesia. Cada cosa que pase en ella me atañe a mí, pues soy miembro de ella, soy parte del Cuerpo Místico de Jesús y todo lo mío repercute en la vida de los otros. Si me abro para llenarme de Dios, abro la puerta a muchos otros para que Dios penetre en ellos. Si mi vida no es ejemplo de amor, disminuyo el amor en la Iglesia. Si soy puente de unidad, de diálogo, de encuentro con cada persona, permito que la Iglesia se abra al diálogo, al encuentro con todo hombre que habita en esta tierra. Si soy fuente de divisiones, divido a la Iglesia y disminuyo el amor entre los hombres.

¡Qué profundidad nos regaló Dios a cada uno! ¡Qué misión tan importante! Si no la cumplo, opaco el amor de Dios por sus hijos.

Si yo oro, ora toda la Iglesia conmigo; si dejo de orar, no permito que otros oren a Cristo Jesús.

Si otro hermano ora, está orando por mí. Muchas veces recibimos gracias del Espíritu Santo, porque otro hermano pidió por mí, oró al Padre por mí y me acompañó en silencio en este momento de conversión.

¡Cuántos hermanos no han dado su propia vida, no han sufrido con el amor que pasa por la cruz y el sacrificio, para que yo pudiera encontrar al Señor, al Rey de mi corazón!

Seamos nosotros fuente de vida para otros, y así la vida será un torrente de amor y de fecundidad que el Espíritu Santo derramará en muchos corazones.

3. MODALIDAD DE ORACIÓN

Practicar modalidad "Lectura Rezada".

Ver tema 1, y oración "En Cristo Jesús".

4. TRABAJO PERSONAL

Preguntas para reflexionar.

- a. ¿Mi amor a la Iglesia se manifiesta en fidelidad a Ella? ¿Cómo?
- b. ¿Soy obediente a mis pastores? ¿Rezo por ellos? ¿Me intereso por leer lo que la Iglesia publica o pide?
- c. ¿Participo en los sacramentos y colaboro con las actividades de la Iglesia?

"Todo ellos perseveraban en la oración, con un mismo espíritu en compañía de algunas mujeres, de María, la madre de Jesús, y de sus hermanos". (Hechos 7, 14)

"Al llegar el día de Pentecostés, estaban todos reunidos en un mismo lugar. De repente vino del cielo un ruido como el de una ráfaga de viento impetuoso, que llenó toda la casa en la que se encontraban. Se les aparecieron unas lenguas como de fuego que se repartieron y se posaron sobre cada uno de ellos; quedaron todos llenos del Espíritu Santo y se pusieron a hablar en otras lenguas, según el Espíritu les concedió expresarse". (Hechos 2, 1-4)

"Acudían asiduamente a la enseñanza de los apóstoles, a la comunión, a la fracción del pan y a las oraciones". (Hechos 2, 42)

DESDE LO HONDO CLAMO A TI

("De profúndis")

Desde lo más profundo grito hacia ti, Yahvéh: ¡Señor, escorcha mi clamor! ¡Estén atentos tus oídos a la voz de mis súplicas!

Si en cuenta tomas las culpas, oh Yahvéh, ¿quién, Señor, se tendrá en pié? Mas el perdón se encuentra junto a ti, por eso te veneran.

Yo espero en Yahvéh, mi alma espera, pendiente estor de tu palabra, ¡-7i alma pendiente del Señor más que /os vigías de la aurora.

¡Los vigías estén pendientes de la aurora, pero Israel, pendiente de Yahéh! Porque con Yahvéh está e/ amor, junto a él/ abundancia de rescate; él/ rescatará a Israel de todas sus culpas".

(Sal. 730, 1-8)

INDICE:

1. Anhelos de Conversión
2. Dios me crea por Amor
3. Dios me ama como soy
4. Sumerjo mi cruz en la cruz de Cristo: Si Padre, si
5. La oración
6. La oración nos transforma en el amor, por el amor y para el amor
7. Abandono en el amor
8. La cruz como fuente de amor
9. Cristo nos llama a colaborar con El en la obra de Redención
10. La Iglesia.