SINTIENDO LA ORACIÓN (VI)

Ave María

A lo largo de los siglos el culto a la Virgen María ha visto florecer, junto a las tradicionales fiestas litúrgicas dedicadas a la Madre del Señor, innumerables expresiones de piedad mariana. Entre ellas sobresale la oración del "Ave María", que se remonta al siglo XIV inspirándose en los textos de la Sagrada Escritura, y el rezo del "Angelus", que invita a los cristianos a evocar a María en los diversos momentos de la jornada. En la devoción mariana, ha adquirido un puesto de gran relieve el Rosario, oración sencilla que mediante la repetición de "Ave Marías" lleva a contemplar los misterios gozosos, dolorosos y gloriosos de la fe, descubriendo el rostro de un Dios cercano a los hombres, al que la Virgen alumbró en Belén y acompañó por el camino de la Cruz hasta la Resurrección

(Juan Pablo II, Audiencia del 5 de noviembre del 1997)

Deseando que estas plegarias sentidas te sirvan de acercamiento a Jesús y a María,

Felipe Santos, Salesiano

Málaga-octubre-2006

1. Salmo de la Solidaridad 2. Quiero cambiar mi vida 3. Aquí estoy, Señor Jesús, con las manos abiertas 4. Tu vida se complicó 5. Mi corazón es pobre 6. Salmo en busca de libertad 7. Yo quiero ser libre 8. Ayúdame, Señor 9. Tú, Jesús 10. Salmo del Corazón 11. Dame un corazón, Señor Jesús 12. Salmo del Amor de Dios conmigo 13. Señor que lo quisiste 14. Señor Mío 15. Salmo de abandono

Salmo de la Solidaridad
autor: Desconocido/a
procedència: www.pastoralsj.org

Aquí estoy, metido en un mundo confuso y tenso.
Este mundo, Señor, de los hombres en que vivo.
Esta sociedad agitada y nerviosa, cansada y dura
donde sólo viven y tienen derechos los fuertes.
Esta sociedad, Señor, llena de injusticias,

donde la ley del hampa es
la mentira hecha verdad.
donde la ley de la selva es
el látigo hecho poder,
donde la ley del amor se
ha hecho ley de violencia,
donde la ley se ha hecho norma a base de abuso.
Aquí estoy, Señor, queriendo ser libre en mi utopía, amurallado,
cercado, perseguido, en callejón sin salida.

Quiero ser libre. Quiero vivir desde mis raíces;
ser yo mismo; tener mi originalidad.
Quiero abrir y dar las manos a los hombres a mi paso;
hacer de la amistad la ley de mi vida;
hacer de la sencillez el clima para
vivir en fraternidad
Quiero abrir camino paso a paso
sin perder mi identidad.

No quiero quedarme solo.
No quiero venderme a nadie.
Yo creo, Señor Jesús,
en la utopía que nos dejaste;
en la alternativa,
en el desafío de la Comunidad.
Me resisto a vivir solo.
Yo busco, Señor, la solidaridad.

No me gusta, Señor Jesús,
esta sociedad que he recibido.
No acepto sus sistemas, ni sus estructuras opresoras.
No quiero entrar en el juego de sus tentáculos.
Mi protesta, Señor, contra lo viejo, lo gastado.
Mi grito, Señor, es contra
la ley que esclaviza al hombre.

SENTIMIENTOS

Señor, me encuentro con mi sociedad: En ella he nacido y vivo. No estoy conforme con ella. Pero, en lugar de lanzar gritos al aire, intento transformar lo que esté en mis manos.

La veo confusa, agitada, desorientada, tragatodo en ideas políticas y morales que van, a veces, frontalmente contra los principios evangélicos.

Me sienta muy mal contemplar cómo la violencia acampa por sus derechos: abusa de la gente, la esclaviza y la considera como meros objetos a los que se puede eliminar. Total, si la justicia va a su aire y las condenas no concuerdan con los Códigos de Derecho.

Frente a todo esto grito por mi identidad personal. La sociedad y las empresas quieren etiquetarme en gustos, modas, ideas, música...No y no. Yo soy yo. Huyo de las circunstancias que me rodean. Pero por porque sea un soberbio, sino porque veo que, de seguir esas normas y leyes, mi personalidad se anula.

Quiero ser libre. Eres tú, amigo Jesús, quien me lo dice: Vive la verdad y ésta te hará libre. Sólo así soy un verdadero solidario que aporta valor en vez de pura mercancía.

Quiero cambiar mi vida
autor: Desconocido/a

procedència: www.pastoralsj.org

Quiero fuerza interior para cambiar el mundo.
Quiero empeñarme, comprometerme
en el mundo de los que sufren;
dejar de decir sólo palabras
y mojarme en hechos
Quiero vivir en mi carne el dolor de los hombres rotos;
'sobrevivir' con los que sobreviven apenas;
saber lo que es vivir con ritmo de muerte continua.
Quiero ser voz del hombre amordazado. Y manos del amarrado.
Quiero ser el grito de los hombres
que mueren en la noche.

SENTIMIENTOS

Pura observación: Mi amigo va al trabajo con la cara somnolienta y un aspecto de amargura detecta su cansina mirada.

¿Cómo vas así?, le dije. Y extrañado por mi pregunta, me dice: No me gusta el tren de vida que llevo. Mi mujer, mis hijos, las hipotecas, los bancos... me acucian de tal modo que estoy siempre de mal humor.

Y, sentados juntos en el bus, le dije:¿No has pensado cambiar de vida en lo personal?

-¿Cambiar? ¿Qué dices? Eso es imposible. Soy como un avión que ha cogido su rumbo y ya no m puedo apartar so pena de estrellarme.

Justo. Si sigues así te vas a estrellar. Piensa, amigo, piensa. Te es fundamental reorientar tu vida. Cambia tu óptica en la forma de ver las hipotecas, los bancos, coches, chalet o villa.

Céntrate en el fundamento de lo que da la felicidad: el hogar. Si amas de verdad, lleva a tu familia la calidez de tu alma, el ideal que sublime tus problemas. Afróntalos. Prescinde de cosas superficiales y verás cómo a la medida que te desprendes de cosas inútiles, te sientes más feliz aunque figures menos.

No te quejes de tu casa, de tu trabajo. Mójate en transformarte tú mismo y de tu interior saldrán ríos de felicidad para ti y los tuyos.

Mira la calidad de tu vida, reorientada en el Señor. Y si lo escuchas y sigues todo será "nuevo".

Aquí estoy, Señor Jesús,
con las manos abiertas
autor: Desconocido/a
procedència: www.pastoralsj.org

Aquí estoy, Señor Jesús,
con las manos abiertas a la ayuda;
con el corazón cercano al que sufre;
queriendo ser no violento.
Aquí estoy, Señor, para aprender
que solo el amor cambia la vida;
para denunciar sin odios las injusticias;
para llevar esperanzas al hombre pisoteado.

SENTIMIENTOS

Señor, franquéame la puerta, ten la bondad de ensanchar mi corazón para que sepa abrir mis manos y estrecharlas al que necesite un aliento en su vida.

Te pido que no solamente dilates las pupilas de mis ojos para que sepa mirar a los demás, no por encima del hombro, sino a la altura de lo que necesitan de mi. Aquí estoy, aquí me tienes con toda mi humildad, fragilidad y una y mil caídas. Pero estoy a tu entera disposición y comprometido con las exigencias del Evangelio, cuyo cumplimiento y vivencia me aportan la felicidad soñada.

No mires tanto cómo soy-que lo haces- sino sobre todo en mi disponibilidad completa. Cuando cada cual va a su "rollo" sin prestar atención a los demás, en este día, aquí me tienes con mis manos abiertas al universo al que pueda prestar un detalle sencillo. No hacen falta grandes cosas para hacer feliz a alguien: una sonrisa, una mirada limpia y transparente...

Señor, que mi vida esté hoy abierta a los sueños hermosos, en los que el hombre encuentra paraísos de convivencia y fraternidad.

Tu vida se complicó
autor: Desconocido/a
procedència: www.pastoralsj.org

Señor Jesús, yo sé que tu vida se complicó demasiado.
Yo sé que luchaste por la paz

y la justicia y la libertad;
que lo diste todo por el amor y la verdad;
que perdonaste y devolviste la dignidad humana a muchos hombres.
que viviste entre marginados y asumiste su vida.
Yo sé que proclamaste que Dios era Padre para ellos;
que llamaste a vivir en tu Reino a los hombres
de corazón roto;
que fuiste sincero, verdadero, transparente.
Yo sé que no te entendieron, que te quedaste solo.

Yo sé que te acorralaron los poderosos
y te condenaron;
que te metieron en la cárcel
y te sentaron en el banquillo;
que te clavaron en un madero como un maldito;
que te mataron para que las cosas siguiesen igual.
Yo sé que tu muerte fue un fracaso. ¡Un fracaso!

Pero yo sé que tú diste la vida con amor;
que tu vida, tu estilo de vida, no podía quedar
en el sepulcro;
que tu Padre,
Señor de la Historia,
te levantó, te puso en pie.
Yo sé que resucitaste.
Lo sé. Y creo en ti,
SEÑOR RESUCITADO.

SENTIMIENTOS

-¿Por qué te complicas la vida?, me dijo una vez un amigo.

-¿Y le contesté: ¿Tú no te la complicas?

-¡Ni hablar! Bastante tengo con lo mío. Mira: trabajo, cuido de mi familia y aguanto al jefe en la oficina. Con esto me basta.

-¿Y te sientes feliz?

-No, me dijo con la cara de sorpresa. Para contentar a mi mujer debo gastar mucho dinero en vestidos de calidad, en viajes caprichosos y aunque tenga un porte elegante, la cabeza la tiene vacía.

-¿Y cómo la tienes tú? La mía está llena de horas de trabajo para ganar dinero. No sé lo que es la relajación, ni estar solo algunos minutos conmigo mismo. Y así un día y otro día. Es cansina y aburrida mi vida. No sé si aguantaré mucho tiempo así.

-Y le dije: Te complicas la vida en cosas intrascendentes. Dame un abrazo, amigo. Quiero que disfrutes del calor de tu futura dicha si te complicas la vida en tareas que merezcan la pena.

Mi corazón es pobre
autor: Desconocido/a
procedència: www.pastoralsj.org

Mi corazón es pobre, Señor,
yo me siento de barro;
soy como arcilla abandonada
que espera las manos
del alfarero.
Pon Tus manos, Señor,
Tu corazón, en mi miseria,
y llena el fondo de mi vida
de tu misericordia.
Protege mi vida. Sálvame.
Confío en ti.

Quisiera decirte lo que eres
para mí:
tú eres mi Dios, tú eres mi Padre,
tú me quieres.
Te estoy llamando todo el día.
Concede alegría a quien
quiere ser tu amigo,
que mi confianza
la he puesto en ti.
Protege mi vida. Sálvame.
Confío en ti.

Yo sé que tú eres bueno
y me perdonas.
Sé que eres misericordioso con quien abre su corazón
a tu amor y lealtad.
Escúchame. Atiéndeme.
Te llamo.
Yo vengo a estar contigo
y a quedarme junto a ti.
Protege mi vida. Sálvame.
Confío en ti.

Me callo ante tu presencia,
porque tú conoces lo íntimo
de mi vida.
Aquí estoy, Señor, con mi
corazón como es:
que no oculte nada a tus ojos abiertos.
Aquí estoy como arcilla fresca
esperando ser modelada por tus manos misericordiosas.
Protege mi vida. Sálvame.
Confío en ti.

Tú eres grande. Tú haces maravillas.
Tú, el único Dios.
Enséñame, Señor, tu camino
y que mis pasos sigan tus

huellas con fidelidad.
Protege mi vida. Sálvame.
Confío en ti.

Que mi corazón, sin dividirse,
sea todo tuyo.
Te doy gracias de todo corazón,
Señor, Dios mío,
te diré siempre que tú eres amigo fiel.
Me has salvado del abismo profundo,
y he experimentado tu misericordia.
Me has librado de los lazos
de la tentación,
y he experimentado tu misericordia.
Me has hecho revivir,
volver al camino,
y he experimentado tu misericordia.
Protege mi vida. Sálvame.
Confío en ti.

Señor, yo me alegro, porque eres un Dios compasivo.
Me alegro porque eres piadoso y paciente.
Me alegro porque eres misericordioso y fiel.
Señor, mírame. Ten compasión de mí. Dame fuerza.
Protege mi vida. Sálvame. Confío en ti.

Tú, Señor, siempre estás pronto a ayudarme y a animar mi corazón cuando decae.
Tú, Señor, toma mi corazón de barro y moldéalo según la grandeza de tu misericordia.
Protege mi vida. Sálvame. Confío en ti.

SENTIMIENTOS

Señor, me alegro inmensamente en esta clara mañana de estar aquí en tu presencia. La lectura del salmo me ha reconfortado, en lugar de hundirme. Salgo fortalecido con tus palabras y las bellas palabras alentadoras que me has dicho.

He reconocido que mi corazón es pobre. Y sin embargo, ante ti, se llena de tu riqueza de tal modo que salta de gozo en mi pecho.

No quiero que de mi corazón surja la malicia, la crispación o la violencia porque me envenenan en odio, antipatía y forma fronteras entre mi pobre mundo y el corazón de los demás.

No mires mi pobreza, Señor, sino el nuevo enfoque que quiero darle a cada latido, a la decisión resuelta para que se mueva- no al pairo del viento- sino como tú quieres.

Quiero que de él, aunque pobre, salgan brotes de ternura para acercarse a mis amigos y amigas como un regalo agradable, hermoso, luminoso y nunca frío y decepcionante.

Señor, haz que comprenda que la mejor terapia de mi corazón es su floración continua porque todo lo ve y lo siente lindo, positivo e inundado en obras de amor. Que aprenda cada día, en nedio de su pobreza, que es rico en la medida en que aumenta su capacidad de donación, su apertura a la

sorpresa, la belleza de ser bálsamo de ternura.

Salmo en busca de libertad
autor: desconocido/a
procedència: www.pastoralsj.org

Sálvanos, Señor, que se acaba la lealtad, que desaparece la sinceridad entre los hombres:
no hacen mas que mentirse unos a otros,
sus palabras son engañosas y halagadoras,
hablan con segundas intenciones en su corazón.
Sus periódicos están llenos de mentiras,
y sirven a los intereses de unos pocos.
Nos aturden con los anuncios de sus productos,
y ofrecen la felicidad que no pueden dar.
En la lengua tienen puesta su valentía.
Confían en sus labios y quieren esclavizarnos.
Pero Tú, Señor, has visto la opresión del humilde,
y oyes el lamento del pobre sin defensa.
Levántate y líbranos de sus cadenas,
no dejes que nos engañen sus anuncios y promesas.
Tus palabras sí que son palabras auténticas,
como plata limpia y refinada.
Tú nos guardarás, Señor,
nos librarás para siempre de esa gente,
de aquellos que sólo buscan su interés,
de los que han hecho de la palabra
el arte de engañar a sus iguales.

SENTIMIENTOS

Una de las constantes de la persona actual es el tedio

existencial y la búsqueda de los caminos interiores.

Desde luego, no me cabe la menor duda, no son los medios de comunicación social los que te van a proporcionar el bello sentido de la vida.

Deberían ser luminarias que difundieran optimismo ante la inmensidad de seres humanos que pueblan la tierra. Estos medios nos los acercan. Y gracias a ellos, el mundo se convierte en una aldea global. Todos conocemos todo lo que ocurre al instante. No hace falta viajar. La pequeña pantalla te brinda cuanto desees.

Todo, diría, menos el crecimiento de mi libertad y mi oxigenación pura. En lugar de ser medios que nos acercan, nos enriquecen y nos alimentan la inteligencia y la sensibilidad, van justo a lo contrario.

Por eso, ante ellos, es la libertad personal la que debe practicarse en cada momento. Debe uno ser crítico duro ante las miles de imágenes desastrosas que pasan ante nuestra mirada. Lo cuestiono todo porque el enfoque de multitud de programas basura, entontecen la mente y empobrecen el corazón.

La libertad no crece cuando sólo le presentan lo negativo de la vida. Porque lo importante en la vida es tener un latido optimista, universal y armónico.

Cuando estos medios no me brindan el equilibrio de los valores fundamentales, el ser humano busca la libertad seleccionando con el zapping lo que puede valer la pena. No quiero caer en la fatalidad que presentan tantos realities-shows, falsos, morbosos y contrarios a la verdadera

humanidad.

Mi salmo de libertad es: Señor, líbrame de ver escenas, programas y personas que propagan el mal como lo más natural. Haz que sólo seleccione-si hay- aquello que me garantice en la riqueza de mi libertad, el mejor regalo que me has concedido para que lo emplee digna y correctamente.

Yo quiero ser libre
autor:Desconocido/a
procedència: www.pastoralsj.org

Yo quiero ser libre. Y amo la libertad;
Libre en busca de nuevas ideas para mis sueños.
Libre, como protagonista de nuevos proyectos;
como alguien que ya no es niño y quiere ser hombre.
Libre, como alguien que tiene sus razones y quiere decirlas;
como alguien que no necesita indicadores de camino.
Libre, como alguien que ya se siente responsable;
como alguien que
ha estrenado libertad.
Señor, ¿no es tu Evangelio un canto al corazón libre?

SENTIMIENTOS

Me he encontrado con tu evangelio al vivo. Tras meditarlo y vivirlo con mis limitaciones, me doy cuenta de que es la autopista más bella y amplia del mundo para caminar sin miedo a estrellar mi libertad.

No hay semáforos, ni aduanas, ni guardias. Por ella circulo a la velocidad que me marca la palabra de Jesús, siempre liberadora y nunca represora.

Son tan profundas tus señales de tráfico que no hay miedo alguno con tal de que se viva la libertad que me libra y me ata solamente a los signos impulsores de vida que marca el Señor.

Quiero ser libre a tu estilo y manera. Aunque en mi ruta de entrometan otros que van a su aire, sabré esquivarlos con tu ayuda, mi escudo, mi fortaleza, mi libertador.

Cuando alguien me persiga en la autopista evangélica, no le tendré miedo. Sé que tú vas conmigo. Intentarán derribarme del ritmo que llevo en el acceso hacia la conquista de tus valores que, sin duda, me dan alas para volar por encima de las mediocridades que no conducen a nada.

Tu autopista es lo que tú dijiste: YO SOY EL CAMINO, LA VERDAD Y LA VIDA. Nada más y nada menos. Gracias, Señor, por esta libertad.

Ayúdame, Señor
autor: Valentín Arteaga
procedència: www.pastoralsj.org

Ayúdame, Señor, a buscar mi rostro,
a descubrirme por dentro,
a aceptarme como en realidad soy.

Ayúdame, a aguantar mis miedos,
mis inseguridades,
a superar mis fracasos
y salir de mis derrotas.
Ayúdame a seguir adelante y no volver atrás,
a superar mis desánimos
y mis desilusiones.
Ayúdame a saber comenzar cada día: ¡ siempre !

SENTIMIENTOS

Me imagino que quieres darle una orientación nueva a tu vida. Está en tus manos. No esperes milagros ni que alguien lo haga por ti.

La novedad te la creas en tu interior. Desecha de él toda negatividad. Todo aquello que sea un obstáculo para que te adentres en tu vida interior, mándalo a freír espárragos.

Ayúdame, Señor, para que no tenga miedo en dejar que seas tú quien ilumine mi vida interior, sus valores, sus oscuridades para que mi ser brille en todo su esplendor.

Sé amigo de ti mismo. Eres tú quien elabora tu propia felicidad. No tengas en cuenta las críticas de los envidiosos y criticones de turno. Si aciertas en tus luchas, date por satisfecho y da gracias. Si, por el contrario, no te sientes bien sino hundido, pide a Jesús que te saque en seguida del pozo negro de la oscuridad.

Esfuérzate en las cosas que valoran tu persona. No olvides que tu vida es un tesoro maravilloso.¿Lo vas a dejar perder o que lo robe la gente indeseable que atenta contra ti?

Tú, Jesús

autor: desconocido/a
procedència: www.pastoralsj.org

Tú, Jesús, eres como la roca firme junto al mar,
eres como la raíz fuerte
que aguanta el árbol.
eres como el manantial
que alimenta el río,
eres como cantimplora
en pleno desierto.
Tú, Jesús, eres la fuerza, el apoyo que necesito
Señor Jesús, no quiero quedarme encerrado en mí mismo;
rompe mi caparazón, derriba mi muro, y sé para mí Puente,
ese Puente que necesito para pasar del cerco de mis amarras a
la libertad de un corazón nuevo
y lleno de vida.
Un corazón libre, puro, limpio y transparente
crea en nosotros, Señor, para poder ver tu rostro.
Un corazón humilde, manso y fraterno,
crea en nosotros, para que tu presencia
se haga fiesta gozosa en nuestra marcha.

SENTIMIENTOS

Si visitas el cementerio el uno o dos de noviembre, verás muchas tumbas. En muchas leerás:"Aquí yace...". Pero mientras recorro el campo santo, mi mente se eleva a la tumba vacía de la que habla el Evangelio. Guardo en mi corazón las palabras de Jesús:" El que cree en mí, aunque muera, vivirá". Por eso, al pasar por tanta tumba o columbarios, hago una breve oración por las tumbas que veo abandonadas. Pero mi interés va centrado en encontrar un

grabado que no diga "Aquí yace"...sino la que dice: No está, resucitó.

Y estas palabras resuenan en mi interior como aldabonazos o timbales de gloria: Jesús es la respuesta al eterno anhelo del hombre: vivir. Querría vivir eternamente. Y justo es lo que me dice Jesús:"El que cree en mí, no morirá.

Nuestra vida no termina, se transforma. Es lo que dice el poeta argentino:

¿Morir, morir?

Morir nunca se muere.

Vivir, esa es la ley del hombre,

Andaré la huella

Siguiendo la estrella

Que, aunque esté muy alta,

Yo sé que un día la he de alcanzar".

Porque Jesús, contra todo pronóstico, me grita: He resucitado. Jesús mí, eres tú quien triunfa, quien vence siempre a la mentira y al egoísmo.

Jesús mío, te doy las gracias simplemente porque sé que tras mi muerte, me llevarás-con tu misericordia- a tu lado en el cielo.

Salmo del Corazón
autor: Desconocido/a
procedència: www.pastoralsj.org

Quiero compartir mi corazón contigo, Señor Jesús.
Quiero hacer de mi corazón pan tierno y fresco, hogaza de labrador compartida en la mesa de todos, donde no hay puestos porque no hay primero.
Dejo en la mesa mi pan hecho migas, y el mantel manchado en rojo
como recuerdo.
Dejo mi silla de paja que espera al hombre que siempre ocupa el último lugar como puesto.

Mi corazón, Señor del alba, se hace mesa, mantel blanco de amistad para los pueblos.
Mi corazón, Señor Jesús,
se siente solo cuando tu medida no lo llena dentro.
Mi corazón se arruga y sufre y llora cuando el Amor no enciende
mi amor en fuego.

Tú eres el mar. Yo soy la playa. Tú eres la ola que inunda mi arena llevada al viento.
Mi corazón lo hiciste para ti, Señor del alba, y no es feliz si tú no eres, al fin, su Centro.
Tú eres amor, por eso buscas, peregrino, mis amores perdidos en ídolos de paja y hierro, que se esfuman y se vengan como

dioses extraños a las manos que del mano nos hicieron.

Yo busco la verdad y sólo encuentro verdades.
Busco el amor, y sólo en migajas lo encuentro.
Busco la belleza y se hace noche en el camino
Busco la libertad y me siento prisionero.
Busco el bien, y el mal se me hace uña a la carne y me duele vivir en este duelo.

No quiero más verdades, que busco la Verdad que ilumine mi vida y le dé un Proyecto.
No quiero más amores, que el Amor que busco es Amor de manantial con vida sin término.
No quiero más bellezas, que Belleza es sólo aquella que no muere con el tiempo.
No quiero más libertades, que ser libres es vivir en el interior del corazón que has hecho.
Tú, Señor del alba, mi Bien, mi creación nueva, donde juntos soñaremos en silencio.

SENTIMIENTOS

Cante tu corazón de alegría. El es como un espejo en el que se ve toda tu persona. ¡Qué bonito es! Lo tienen los sabios e ignorantes, los niños , jóvenes, adultos y ancianos! Es una

maravilla. Late de día y de noche mientras trabajas o duermes. El no tiene descanso. ¡Fíjate lo que ama! No falla, salvo que lo trates mal.

Me lo toco con la mano en este momento de silencio interior, y al notar sus palpitaciones, acuden a mí como bandadas de pájaros todas las personas a la que me siento unido en el nombre del Señor.

Aliméntalo con sentimientos de agradecimiento, con la dicha de la ternura, la lluvia de caricias, el aire de la comprensión...Si engordas tu cuerpo en demasía, él tiene que hacer más esfuerzos para mantenerte vivo.

Mientras dormías, he viajado a tu corazón. Arranqué de tu jardín florido una rosa roja, como la sangre del que siempre ama. Amo al Señor, y desde él, te siento aquí mientras el mundo palidece a la sombra de la nube de tu ternura, el flujo y reflujo que nace de tu precioso corazón, el gran tesoro de Dios para entregarlo mediante el bombeo continuo de su esencia misma: el amor a Jesús ya todos.

Gracias, Señor, por el regalo de mi corazón. Haz que lo cuide bien teniendo en ti su centro.

Dame un corazón, Señor Jesús
autor: desconegut
procedència: www.pastoralsj.org

No quiero un corazón de piedra, duro y podrido,
que golpee a cada paso y sepa a estiércol;
un corazón de piedra que muera solo
entre las ruinas perdidas de un destierro.
No quiero un corazón de piedra que viva frío
entre los hielos, las nieves de los viejo.

Quiero un corazón que sea humano, hecho de carne,
como el tuyo nacido de la mujer y el silencio,
que es pureza virginal y es Espíritu,
hecho hombre para perder el corazón sin dueño.

Dame un corazón, Señor Jesús,
manso y humilde, donde haya espacio
para el que llegue corriendo,
que mis manos enjugarán las gotas de sudor
y refrescarán el cansancio y acompañarán el sueño.
Dame un corazón que sueñe mundos sin conquistar,
que viva la utopía del hombre nuevo.

Dame un corazón que sea feliz conmigo mismo,
que aprenda a quererse para querer sin ruegos.
Dame un corazón que sepa perdonarse siempre,
para comprender y perdonar primero.
Dame un corazón orante como el tuyo
que se abra al Padre,
que es Padre nuestro.

SENTIMIENTOS (Ver el anterior)

Salmo del Amor de Dios conmigo
autor: Salmo 136
procedència: www.pastoralsj.org

Te doy gracias, Señor,
porque eres bueno,
porque es constante y eterno
tu amor conmigo.

Te doy gracias, Señor,
Dios de todo,
porque en todo lo mío
Tú intervienes,

porque es constante y eterno
tu amor conmigo.

Tú haces grandes
maravillas:
la potencia del Universo,
el misterio de la Vida,
la fuerza del Amor,
mi propio ser.....
porque es constante y eterno
tu amor con todo
y también conmigo.

Me sacaste de aquello
que un tiempo me hizo esclavo,
con mano tensa y fuerte brazo
como 'tira de uno' aquel que es buen amigo...
porque es constante y eterno
tu amor conmigo.

Cuando no tenía fuerzas,
me abriste el camino:
pasé y fui salvado por Ti
desde la experiencia
del antiguo Egipto
sentí en mi vida una vez más
que es constante y eterno
tu amor conmigo.

Me llevas al desierto,
pero vienes conmigo,
me sacas... y me guías a tu
estilo haciendo brotar fuera
aquello que en mí,
tú pusiste escondido,
pero yo nunca supe porqué
no había podido:
quitaste de muy dentro

"poderes escondidos",
rompiste mis cadenas
y viniste conmigo;
yo, a tientas, descubría
porque es constante y eterno
tu amor conmigo.

Tú me das, Señor,
el pan que necesito,
el pan que me da vida
y aunque me canso.... ¡Vivo!
Si recuerdo mi historia....
has puesto en cada instante
el pan que necesito.
No me dejes,
ahora que estoy cansado
hazme experimentar
que es constante y eterno
tu amor conmigo.

A quienes leáis esto,
¡ os invito !:
leed en vuestra historia
la salvación que El hizo,
la salvación concreta
que El realiza hoy
con vosotros y conmigo....

A todos nos regala
el don de pronunciar:
te doy gracias, Señor,
porque es constante y eterno
tu amor conmigo.

SENTIMIENTOS

No estás hueco, decía santa Teresa. ¿Quién habita tu corazón?

¿Qué misterio se esconde en sus adentros? Eres tú, Señor, el misterio que lo abarca y lo renueva en cada sístole y diástole. El ser humano-tú por ejemplo-, al mirarte por dentro, descubres que en ti convive el trigo y la cizaña, oyes voces contrarias en tu interior.

No te olvides que la interioridad del ser humano es el espacio más bello que hay en tu ser.

Te animo a que digas muchas veces al día: "tú a Dios y tú a todo se humano.

Así te conviertes en un nuevo tipo de persona. ¿Sabes por

qué? Porque estás habitada por el misterio de Dios, por su Palabra, por su Espíritu, que lejos de anularte, te subliman y te embellecen.

Haz que tu fe salga fortalecida en un hermoso himno al amor de Dios y, por extensión, a todo ser humano que se deje tocar el corazón por el cariño y la ternura de Dios y se convierta en testigo de la bondad de Dios en el mundo.

¡Vamos! Únete a la grandeza de Dios con símbolos cósmicos (cielo, nubes, altas cordilleras, océanos...

Y piensa que a los ojos de Dios, tú vales más que todo eso.

Señor que lo quisiste
autor: Dulce María Loynaz
procedència: www.pastoralsj.org

Señor que lo quisiste:
¿Para qué habré nacido?
¿Quién me necesitaba,
quién me había pedido?
¿Que misión me confiaste?
Y ¿por qué me elegiste,
yo, el inútil, el débil,
el cansado...? El triste.

Yo, que no sé siquiera
que es malo lo qué no es bueno,
y si busco las rosas y me aparto del cieno,
es sólo por instinto. Y no hay mérito alguno
en la obediencia fácil a un instinto oportuno...
Y aún más:
¿Pude hacer siempre todo lo que he intentado?
¿Soy yo mismo siquiera lo que había soñado?...
¿En qué ocaso de alma ha disipado el luto?
¿A quién hice feliz tan siquiera un minuto?

¿Que frente obscura y torva se iluminó de prisa
tan sólo ante el conjuro de mi pobre sonrisa?

¿Evitar a cualquiera pude el menor quebranto?
¿De qué sirvió mi risa; de qué sirvió mi llanto?
Y al fin, cuando me vaya frío, pálido, inerte...
¿Que dejaré a la Vida? ¿Que llevaré a la Muerte?...

Bien sé que todo tiene su objeto y su motivo:
Que he venido por algo y que para algo vivo.
Que hasta el más vil gusano su destino ya tiene,
que tu impulso palpita en todo lo que tiene
Y que si lo mandaste fue también con la idea
de llenar un vacío, por pequeño que sea...

Que hay un sentido oculto en la entraña de todo:
en la pluma, en la garra, en la espuma, en el lodo...
Que tu obra es perfecta: ¡Oh Todopoderoso,
Dios Justiciero, Dios Sabio, Dios Amoroso!...
El Dios de los mediocres, los malos y los buenos...
En tu obra no hay nada ni de más ni de menos...

Pero... No sé, Dios mío: Me parece que a Ti
-un Dios...- te hubiera sido fácil pasar sin mí

SENTIMIENTOS

Señor, aquí me tienes porque lo quisiste. Ya sabes cómo soy. No hace falta que te lo diga con mis palabras. Te las conoces todas.

Pero permite que me desahogue contigo. Mira: tengo mis defectos como humano que soy. Sin embargo, guiado por tu mano y la luz de tu presencia, me siento fortalecido.

Sé que me has llamado a esta vida para que cumpla una misión concreta, sin ambición ni orgullo, pero sí que con el cambio de mi vida día a día intentaré cambiar lo que me rodea para contribuir a la obra creadora.

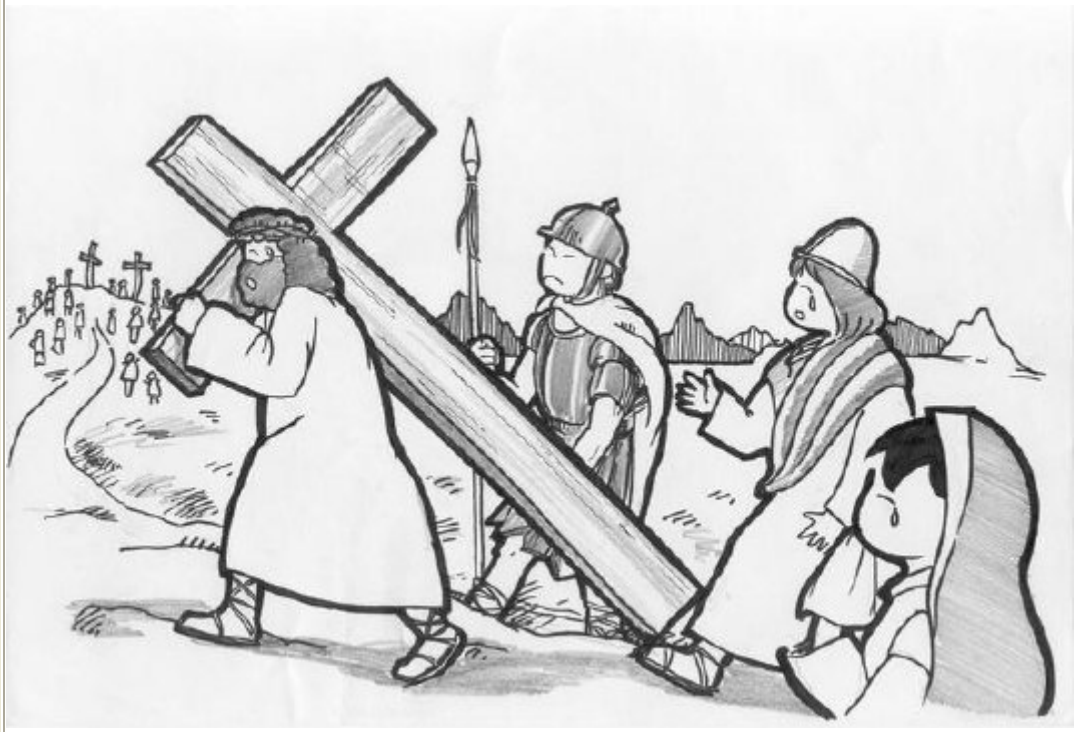
Al ver a esos niños que corren hacia ti, se agolpan en mi mente y en los recuerdos de mi corazón aquellos años de felicidad, juegos e inocencia pulcra.

Y ahora, ya de adulto, soy consciente de que aquel niño no quiero que muera en mí, porque, en el fondo, eres tú quien me ha traído aquí para vivir y no para vegetar sin aportar nada a tu creación divina.

Sé que eres el Dios de todos y de cada uno. ¡Qué sabio e infinito eres! Respetas nuestra sagrada individualidad en su propia identidad. Nos educas y elevas nuestra alma hacia ti en todo instante.

Me ilusionas como el paso asombrado de esos niños que corren presurosos hacia ti. Mi vida quiero que sea con tu ayuda una experiencia creativa y positiva en medio de las dificultades que la sociedad me presenta. Cuento contigo. Gracias.

Es una noche larga, que ha de durar más que mis ojos. Rey jurado de mi primera fe: Tú me diste estas manos; dime qué han de tomar o dejar en un peregrinaje sin sentido para mis sentidos, donde todo me falta y todo me sobra. Dulzura de mi ardua dulzura: Tú me diste esta voz en el desierto; dime cuál es la palabra digna de remontar el gran silencio.
Soplo de mi barro: Tú me diste estos pies... Dime por qué hiciste tantos caminos si Tú solo eres el Camino, y la Verdad, y la Vida. (Ver el anterior)



SENTIMIENTOS

- ***Señor, cuando empiezo la meditación de este Salmo de abandono, acallo mis deseos...y me quedo tan sólo con la parte final del versículo, "como un niño en brazos de su madre".***
- ***Esta mañana quiero encontrarme con la caricia de un niño, con sus ojos radiantes de inocencia y dejar tantos***

razonamientos vacíos- muchas veces- de toda lógica. Abuso de razonar todo, pensar todo y seguir sólo los dictámenes de la razón fría y gélida. Esto me priva de entretenerme en la delicia de un niño en brazos de su madre.

- ***En el fondo, como criatura tuya, soy simplemente una alguien que depende de ti, de tu amor, de tu cariño y de tu entrega generosa ante mis travesuras sin malicia.***
- ***Los niños no necesitan razonar para dar sentido, vitalidad e intensidad a las relaciones humanas. La vida de un niño, en todo su encanto y todo su misterio, es muy fácil de comprender. El sabe ver la evidencia de la vitalidad de todo lo que le rodea.***
- ***Experimenta la alegría de una mirada, el encanto de un gesto, la ternura de un abrazo, la suavidad de una palabra, la sonrisa de unos labios hermosos. Ríe, canta, derrocha viveza, reparte esperanza. Ama en la hierba, en el pájaro, en el beso, en las estrellas, en la noche oscura.***