

MI ITINERARIO CUARESMAL



A manera de composición viendo el lugar...

El día empieza a clarear y es la hora de ponerse en camino. En este día, de la mano de Dios, vas a emprender un largo recorrido hacia la plenitud de la Vida, pero, para llegar a esa meta, has de superar -con esfuerzo, fidelidad, confianza y perseverancia-, los obstáculos inherentes a tu condición de peregrino. Toma conciencia y deja que Dios transforme los obstáculos que tú mismo

colocas. Los de fuera míralos con respeto y tenlos presentes a la hora de hacer los ajustes en tu camino.

Petición... Estoy delante de ti, Señor, dame la gracia de reconocer con humildad los obstáculos que coloco en mi caminar hacia ti. Dame lucidez, sensibilidad y deseos internos de cambiar.

1. CONVIÉRTETE Y CREE EN EL EVANGELIO

En este primer momento de oración te invito a entrar en lo más profundo de tu interioridad para, con la ayuda de Dios y la serena protección de María, reconocer las grietas por donde se te escapa el don de Dios, por donde se te escapa la Vida. El pecado, leído como ruptura de la alianza de Dios con cada uno de nosotros, duele y avergüenza porque nos hace daño y hace que causemos daño a los demás. Esta ruptura del pacto de amor es el final de un proceso de pequeñas acciones y grandes justificaciones que, ante los crucificados de la historia, quedan sin argumento.

El reconocimiento humilde de mi pecado me hace pedir la gracia de la conversión.

Para bajar al fondo de tus grietas interiores te puedes dejar guiar por la Palabra de Dios.

Marcos 7, 14-23: *El pecado como contaminación.* ¿Qué es lo que sale de lo más profundo de tu corazón? No te quedes en limpiar la superficie, es importante bajar al

lugar donde está la fuente que **contamina** tus acciones, operaciones e intenciones. Baja hasta el sótano y pídele al Dios de la Misericordia que te revele tu **pecado** y te de la gracia de ser transformado.

¿Qué me está contaminando?

Llamó otra vez a la gente y les dijo: «Oídmelos todos y entended. Nada hay fuera del hombre que, entrando en él, pueda contaminarle; sino lo que sale del hombre, eso es lo que contamina al hombre. Quien tenga oídos para oír, que oiga.» Y cuando, apartándose de la gente, entró en casa, sus discípulos le preguntaban sobre la parábola. Él les dijo: «¿Conque también vosotros estáis sin inteligencia? ¿No comprendéis que todo lo que de fuera entra en el hombre no puede contaminarle, pues no entra en su corazón, sino en el vientre y va a parar al excusado?» - así declaraba puros todos los alimentos -. Y decía: «Lo que sale del hombre, eso es lo que contamina al hombre. Porque de dentro, del corazón de los hombres, salen las intenciones malas: fornicaciones, robos, asesinatos, adulterios, avaricias, maldades, fraude, libertinaje, envidia, injuria, insolencia, insensatez. Todas estas perversidades salen de dentro y contaminan al hombre.»

Romanos 7, 14-20: El pecado que habita en mí. ¿Quién es el dueño de tu corazón? Pablo reconoce que cuando no hace el bien que quiere y hace el mal que no quiere es que el pecado **habita** en él. En tu corazón cohabitan la fuerza de la gracia y la del pecado. ¿Eres consciente de cuál es la fuerza que domina tu corazón?

¿Qué me roba el corazón?

Sabemos, en efecto, que la ley es espiritual, mas yo soy de carne, vendido al poder del pecado. Realmente, mi proceder no lo comprendo; pues no hago lo que quiero, sino que hago lo que aborrezco. Y, si hago lo que no quiero, estoy de acuerdo con la Ley en que es buena; en realidad, ya no soy yo quien obra, sino el pecado que habita en mí. Pues bien sé yo que nada bueno habita en mí, es decir, en mi carne; en efecto, querer el bien lo tengo a mi alcance, mas no el realizarlo, puesto que no hago el bien que quiero, sino que obro el mal que no quiero. Y, si hago lo que no quiero, no soy yo quien lo obra, sino el pecado que habita en mí.

Filipenses 3, 3-8: Todo lo estimo pérdida. Al iniciar el itinerario cuaresmal, siguiendo el ejemplo de Pablo, ¿Qué sientes que tienes que dejar para ponerte en camino hacia la Vida Plena en el Resucitado?

**¿Qué quiero dejar para generar espacio para Dios en mi corazón?
El espacio que queda, ¿con qué, quién o quiénes lo quiero llenar?**

Pues los verdaderos circuncisos somos nosotros, los que damos culto según el Espíritu de Dios y nos gloriamos en Cristo Jesús sin poner nuestra confianza en la carne, aunque yo tengo motivos para confiar también en la carne. Si algún otro cree poder confiar en la carne, más yo. Circuncidado el octavo día; del linaje de Israel; de la tribu de Benjamín; hebreo e hijo de hebreos; en cuanto a la Ley, fariseo; en cuanto al celo, perseguidor de la Iglesia; en cuanto a la justicia de la Ley, intachable. Pero lo que era para mí ganancia, lo he juzgado una pérdida a causa de Cristo. Y más aún: juzgo que todo

es pérdida ante la sublimidad del conocimiento de Cristo Jesús, mi Señor, por quien perdí todas las cosas, y las tengo por basura para ganar a Cristo (...).

2. PISTAS PARA CAMINANTES

Para este segundo momento de oración te propongo traer a tu mente y a tu corazón la tres ayudas que nos propone el Evangelio para hacer nuestro itinerario cuaresmal.

Texto guía: **Mateo 6, 1-6. 16-18**

En aquel tiempo, dijo Jesús a sus discípulos: «Cuidad de no practicar vuestra justicia delante de los hombres para ser vistos por ellos; de lo contrario, no tendréis recompensa de vuestro Padre celestial. Por tanto, **cuando hagas limosna**, no vayas tocando la trompeta por delante, como hacen



los hipócritas en las sinagogas y por las calles, con el fin de ser honrados por los hombres; os aseguro que ya han recibido su paga. Tú, en cambio, cuando hagas limosna, que no sepa tu mano izquierda lo que hace tu derecha; así tu limosna quedará en secreto, y tu Padre, que ve en lo secreto, te lo pagará.

Cuando recéis, no seáis como los hipócritas, a quienes les gusta rezar de pie en las sinagogas y en las esquinas de las plazas, para que los vea la gente. Os aseguro que ya han recibido su paga. Tú, cuando vayas a rezar, entra en tu aposento, cierra la puerta y reza a tu Padre, que está en lo escondido, y tu Padre, que ve en lo escondido, te lo pagará.

Cuando ayunéis, no andéis cabizbajos, como los hipócritas que desfiguran su cara para hacer ver a la gente que ayunan. Os aseguro que ya han recibido su paga. Tú, en cambio, cuando ayunes, perfúmate la cabeza y lávate la cara, para que tu ayuno lo note, no la gente, sino tu Padre, que está en lo escondido; y tu Padre, que ve en lo escondido, te recompensará».

¿Qué es para nosotros la oración? Enseñaba el Cura de Ars: “No hay necesidad de hablar mucho para orar bien”, “sabemos que Jesús está allí, en el sagrario: abrámosle nuestro corazón, alegrémonos de su presencia. Ésta es la mejor oración”. “Yo le miro y él me mira”, decía a su santo cura un campesino de Ars que oraba ante el Sagrario. La oración es un encuentro con aquel que me espera. Es dejar

grandes espacios en el corazón para que Él los llene. No se trata de decir muchas cosas sino de “sentir y gustar internamente”.

¿Qué es para nosotros la limosna? ¿Crees que es un acto puntual que se materializa en una donación a Cáritas, Manos Unidas o Entreculturas o es más una actitud de solidaridad compartida con las personas más débiles de la comunidad que surge de mi sensibilidad por el sufrimiento de los demás? ¿Qué limosna te pide el Señor en esta Cuaresma? ¡Quizá esté más enfocada en darnos que en dar!

¿Qué es para nosotros el ayuno? Nos han enseñado que es no comer nada entre las comidas y suprimir la carne por pescado. ¿Será ese el ayuno que quiere el Señor? Hay cientos de hermanos que ayunan todos los días porque no tienen nada para llevar a su mesa. Quizá el ayuno tiene más que ver con el dominio de nuestras pasiones, con la capacidad de privarnos de algo para poderlo compartir con los más pobres. Quizá tiene más que ver con el ayuno del tiempo que le dedicamos a las redes sociales para conversar con los hermanos. Te invito a leer Isaías 58, 1-12

Clama a voz en grito, no te moderes; levanta tu voz como cuerno y denuncia a mi pueblo su rebeldía y a la casa de Jacob sus pecados. A mí me buscan día a día y les agrada conocer mis caminos, como si fueran gente que la virtud practica y el rito de su Dios no hubiesen abandonado. Me preguntan por las leyes justas, la vecindad de su Dios les agrada. - ¿Por qué ayunamos, si tú no lo ves? ¿Para qué nos humillamos, si tú no lo sabes? - Es que el día en que ayunabais, buscabais vuestro negocio y explotabais a todos vuestros trabajadores. Es que ayunáis para litigio y pleito y para dar de puñetazos a malvados. No ayunéis como hoy, para hacer oír en las alturas vuestra voz. ¿Acaso es éste el ayuno que yo quiero el día en que se humilla el hombre? ¿Había que doblegar como junco la cabeza, en sayal y ceniza estarse echado? ¿A eso llamáis ayuno y día grato a Yahveh? ¿No será más bien este otro el ayuno que yo quiero: desatar los lazos de maldad, deshacer las coyundas del yugo, dar la libertad a los quebrantados, y arrancar todo yugo? ¿No será partir al hambriento tu pan, y a los pobres sin hogar recibir en casa? ¿Que cuando veas a un desnudo le cubras, y de tu semejante no te apartes? Entonces brotará tu luz como la aurora, y tu herida se curará rápidamente. Te precederá tu justicia, la gloria de Yahveh te seguirá. Entonces clamarás, y Yahveh te responderá, pedirás socorro, y dirá: «Aquí estoy.» Si apartas de ti todo yugo, no apuntas con el dedo y no hablas maldad, repartes al hambriento tu pan, y al alma afligida dejas saciada, resplandecerá en las tinieblas tu luz, y lo oscuro de ti será como mediodía. Te guiará Yahveh de continuo, hartará en los sequedales tu alma, dará vigor a tus huesos, y serás como huerto regado, o como manantial cuyas aguas nunca faltan. Reedificarán, de ti, tus ruinas antiguas, levantarás los cimientos de pasadas generaciones, se te llamará Reparador de brechas, y Restaurador de senderos frecuentados.

¿Cómo puedes llevar a la práctica cotidiana estas tres actitudes? ¿Qué actitudes te sugieren para que la transformación interior que te propone este tiempo llegue a feliz término? ¿Ves alguna acción concreta para realizar?

A.M.D.G