

# ¿CÓMO ORAR?

## Oraciones



Nicodemo Martín

---

## Dedicatoria.-

A todos los lectores de mis pequeños libros de ayuda y espiritualidad. Ofrezco esta vez una recopilación ordenada del tema "Oración". Algunas entradas fueron publicadas los últimos años en 'nicodemoblog.com'; otras aparecen ahora por vez primera. Encontrarán sugerencias de ilustres orantes.

El tema oración interesa a algunos buscadores, más en su práctica que en la teoría. La práctica de orar se ejercita orando, dejando libre el sentir y la escucha, la presencia y el deseo. Todo desde el silencio de Dios y el propio de cada uno. Orar es amar y ser amado, con la mente y con el corazón, también con el cuerpo. Orar será asimismo esperar.

N. M.

Abril 2014

\* Portada: Anunciación, Vitral, Taizé

## CONTENIDO

¿Qué es orar? ... .. p 5

1. La oración de Cristo
2. ¿Qué es orar? Es amistad
3. Orar en la noche, s Juan de la Cruz
4. Orar, el encuentro en la montaña
5. Dios está en el silencio
6. Benedicto Papa se retira, oremos

¿Cómo orar? ... .. p 18

7. Escuchar a Dios, lectio divina
8. La intimidad de Dios
9. Buscar a Jesús, la compasión
10. Encontrar a Jesucristo
11. La oración de Teilhard de Chardin
12. Los deseos del Papa Francisco
13. Instrumentos de paz, la Navidad
14. Adoro te devote, la comunión de los niños
15. El Cristo de San Damiano

Oraciones ... .. p 37

16. La oración de Gandhi
17. Creo, M. Luther King
18. Buscar a Dios, la creación
19. Bautismo de espíritu, la Trinidad
20. Oración a Jesucristo, dime tu nombre
21. Dime quién eres

22. La confianza, Teilhard de Chardin
23. Envejecer bien, orar con Teilhard de Ch.
24. Oración, un programa de vida
25. Bendición para una mujer fiel
26. Dios de paz, oración
27. Bendición de Pascua

Orar con Nicodemo ... .. p 52

28. El perdón de Pedro
29. Paz a ustedes
30. Nuestro buen pastor
31. Jesús ama siempre
32. El amor venció al odio
33. Quédate con nosotros
34. Nacer de nuevo

¿Qué es orar?

## 1. La oración de Cristo

La oración es como un poema que recita el amante al amado, un canto del corazón que puede ser alabanza y contento por el otro, súplica o lamento.

- Tras la noche larga amanece el día luminoso, hay silencio o largo monólogo, pero también escucha y emoción, fiesta y alegría, caricia, descanso, a veces inquietud y desespero.

- Orar a Dios es una manera privilegiada de vivir la fe, de vivirla enamoradamente, como la tradición pide al creyente.

- “Amarás al Señor tu Dios con toda tu alma, con toda tu mente, con todo tu corazón”.

- Orar es relación, ‘comunicación’ de lo que uno es y vive, con el Señor en quien uno cree y a quien ama.

*¿Cómo orar? ¿Cómo oraba Jesús? ¿Qué enseña sobre la oración?*

Parece que entre Dios y Jesús se dio una relación fluida y confiada que llamó la atención de los discípulos. Él se refiere a Dios como padre, ‘mi padre amado’. Ocurre así en la oración del ‘Padre nuestro’ y en otras, resumen de sus sentimientos e inquietudes.



- *'Yo te bendigo, Padre, porque te das a conocer a los sencillos'*
- *'Te doy gracias Padre, yo sé que siempre me escuchas'*
- *'Padre mío, no se haga lo que yo quiero, sino lo que quieres tú'*
- *'Perdónales, Padre, porque no saben lo que hacen'*
- *'Padre, en tus manos encomiendo mi espíritu'*

Los evangelios refieren algunos avisos sobre la oración:

1. - No digan muchas palabras, pero que salgan del corazón.  
"Nada le pregunto, nada le pido, pero sé que me acompaña y está siempre conmigo", me contó María, enferma de cáncer fulminante.
2. - Jesús apuesta por una relación personal, cordial y verdadera:  
"Adoren a Dios en espíritu y en verdad", desde lo hondo de uno mismo hasta la compasión por el otro.
3. - Den gracias siempre, sean agradecidos. Qué tienes que no hayas recibido, no olvides que todo es don y gracia.
4. - Dios no oye ni habla al soberbio. La humildad, el corazón de pobre, consigue vencer la distancia entre el cielo y la tierra. La humildad es 'andar en la verdad'. Dios es humilde.

El 'Padre nuestro' de Nicodemo dice así:

*Padre nuestro, padre de todos, padre del cielo,  
tú quieres sólo nuestro bien,  
cúmplase tu voluntad, tus mejores deseos, tu reino,  
que todos te conozcan, te quieran y bendigan.  
Que de la casa no me aleje ni me pierda, sálvame señor,  
no dejes que de tu bondad dude ni desconfíe,  
que no caiga en la red del tentador.  
Da a todos cada día su alimento,  
que perdonemos siempre como tú nos perdonas,  
de la noche del mal líbranos y de la muerte en sombras,  
danos de tu vida cada día y de tu aliento.*

\* Imagen: 'Getsemani', Paul Gauguin (1848-1903). La oración de Jesús, el Hijo de Dios, en la noche del huerto; la difícil relación con el Padre, en un incomprensible abandono y muerte cruel. El Rostro de Cristo es aflicción, silencio y confianza.

## 2. ¿Qué es orar? Es amistad

Orar es comunicar con Dios, estar en su presencia para agradecer o pedirle algo. Ponerse cerca de él para recibir luz y calor como del sol, acoger su amor y su aliento, escuchar su voz. Orar supone la fe, o al menos desearla.

- *Orar es como amar y ser amado, necesidad vital de cada uno, de Dios y de nosotros.*

- *Orar no es solo hablar, es también buscar, escuchar, mirar, esperar, y sobre todo amar.*

Parece que la relación de **amistad** y de confianza es clave para entender el sentido de la oración. En Abraham como en Moisés fue habitual hablar con Dios; a pesar de no ser fácil la relación, la Biblia dirá que llegaron a ser 'amigos de Dios'.

El camino obligado para una amistad honda es el trato frecuente y paciente. Santa Teresa de Jesús define la oración como "tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos que nos ama".



La Madre Teresa de Calcuta habló de la importancia que tiene el **silencio** y la escucha para llegar a la oración, porque “lo que cuenta no son nuestras palabras sino lo que él dice”.

Para Jesús de Nazaret orar será un ejercicio de **abandono** en las manos del Padre Dios, una relación confiada a veces difícil. Cuando oren digan “Padre nuestro, hágase tu voluntad”, y desde la cruz, “Padre, en tus manos encomiendo mi espíritu”.

- Charles de Foucauld ofrece un ejemplo de ‘oración de abandono’, entrega total por amor:

«Padre mío,  
me abandono en Tí,  
pongo mi vida en tus manos,  
te la doy, Dios mío,  
con todo el amor de mi corazón,  
porque Te amo, y es para mí  
una necesidad de amor el darme,  
sin límite, con una infinita confianza,  
porque Tú eres mi Padre.»

\* Imagen: Anunciación, fragmento, 1430, Fra Angélico. El diálogo del Evangelio, s Lucas 1, refleja respeto, afecto y entrega mutuas.



### 3. Orar en la noche, s Juan de la Cruz

+ **La noche del mundo y las personas** es oportunidad para la luz y la espera. No será fácil orar en la noche, buscar en la oscuridad; sin embargo la noche es tiempo de encuentro e intimidad, tiempo del paso de Dios, es 'tiempo de salvación'.

- *Señor de la noche quédate que oscurece,  
no pases de largo señor de mi noche.  
- No temas, yo tomaré tu mano  
y si anochece seré tu descanso.*

De noche el caos informe se iluminó y todo fue orden y belleza.  
De noche contaba Abraham 'nubes de estrellas', fue la promesa.  
De noche por tres veces oyó Samuel la voz de Dios que lo llamaba.  
De noche vieron los pastores a su mesías en el establo.  
De noche buscó Nicodemo la luz y hasta nacer de nuevo.  
De noche oró Cristo tres veces 'que pase este cáliz'.  
De noche Pedro negó a su maestro 'no lo conozco'.  
De noche esperó Magdalena junto al sepulcro.  
De noche saldremos alegres con lámparas a su encuentro.

+ **San Juan de la Cruz** escribió '**La noche oscura del alma**' en la penumbra de su celda: "Canciones del alma que se goza de haber llegado al alto estado de la perfección que es la unión con Dios por el camino de la negación espiritual".

- Enamorado y encarcelado, el místico canta su búsqueda del amado en tan extrañas circunstancias, en oscuridad y soledad extrema.

*En una noche oscura  
con ansias en amores inflamada,  
¡oh, dichosa ventura!,  
salí sin ser notada  
estando ya mi casa sosegada.*

- El alma, solo movida por la pasión de amor, despojada de toda certeza y propia luz, adivina confiada la cercana presencia del amado.

*En la noche dichosa,  
en secreto, que nadie me veía  
ni yo miraba cosa,*

*sin otra luz y guía  
sino la que en el corazón ardía.*

*Aquesta me guiaba  
más cierto que la luz de mediodía,  
adonde me esperaba  
quien yo bien me sabía,  
en parte donde nadie parecía.*

- Una potente y misteriosa luz interior le hace gozar libre y segura,  
amando y siendo amada, sin más deseo que vivir así iluminada,  
en perfecta comunión 'amado con amada'.

*¡Oh, noche que guiaste!  
¡Oh, noche amable más que la alborada!  
¡Oh, noche que juntaste  
Amado con amada,  
amada en el Amado transformada!*

#### 4. Orar, el encuentro en la montaña

- Dedicado a esas personas que preguntaron por la posibilidad del encuentro con Dios, que eso es la oración. La 'montaña' en la Biblia es cercanía de Dios y símbolo de un camino de búsqueda; significa también claridad y calma, como el silencio preciso para conversar a solas sin prisa.

*"Jesús tomó a sus discípulos y subió al monte a orar.  
Vino una voz del cielo que decía: Este es mi Hijo amado, escúchenlo".*

- Estando yo presente días atrás en una celebración, me entregaron la letra de este canto. Me gustó. Por tratarse de encuentros inolvidables con Jesús de Nazaret, pensé que debía publicarlo aquí, en el blog 'nicodemo'. Gracias.

*«Encontrarme contigo, Jesús de Nazaret,  
es la dicha más grande de mi vida.  
Bebiste de mi agua en tu sed,  
y saciaste mi sed con Agua viva.  
Supiste que de noche te buscaba,  
y escuché que decías: renace a vida nueva.  
Cenaste en mi casa, allí, conmigo  
y en tu casa encontré la del Amigo.  
Me viste sin yo ver en la tiniebla,  
y fue barro y amor fue luz de estrellas.  
Porque solo tu Amor, vale más que la vida.»*

## 5. Dios está en el silencio

*«Sal y ponte en el monte ante Yahvé, que el Señor va a pasar.*

*– Un fuerte viento desgajó la montaña, pero Él no estaba en el viento.*

*– Después hubo un terremoto, pero el Señor no estaba en él.*

*– Después hubo un fuego, pero no estaba Yahvé el Señor en el fuego.*

*– Tras el fuego, el susurro de una brisa suave.*

*Al oírlo Elías, cubrió su rostro con el manto, salió y se puso a la entrada de la cueva.»*

:: Con este texto en la pantalla, del libro de Reyes I c.19, comienza **“El Gran silencio”** (Philip Gröning, 2006). La película muestra por vez primera el día a día dentro de la Gran Cartuja en los Alpes franceses. Una cinta austera, cercana a la meditación y al silencio, presenta la vida en estado puro y la presencia absoluta, unos hombres que entregaron su vida a Dios en la contemplación, **“Señor, me sedujiste y yo me dejé seducir”** (Jeremías).

¿Nos convendría a todos ‘recuperar’ el silencio, el espíritu de silencio, en nuestros corazones? En un tiempo tan lleno de ruidos y de prisas, urge asegurar la respiración interior. Nuestros deseos y pensamientos, nuestros fantasmas personales, suplican sosiego.

:: También sobre el silencio traigo aquí estas lindas palabras, dirigidas por un amigo sabio a gente que necesitará permanecer despierta y con sus lámparas encendidas. Ha comenzado en Roma el llamado **‘Año de la Fe’**. El silencio, la oración y la fe están emparentados.

*«Estamos necesitados de un lugar en nuestro interior donde no haya ruidos, donde nos pueda hablar la voz del Espíritu de Dios. Necesitamos convertirnos nosotros mismos en silencio, en vacío, un espacio abierto*

*que la Palabra de Dios pueda llenar y el Espíritu de Dios pueda inflamar para bien de otros. Vivir como un monje en medio del ruido de la ciudad... Nuestros corazones son nuestros monasterios, en el fondo de toda actividad y de toda reflexión, está el silencio. Aquel tipo de silencio que compartimos sólo con Dios.»*



## 6. Benedicto Papa se retira, oremos

En reconocimiento por el **Papa Benedicto** que se retira, pongo aquí esta bella oración que me pasaron. La renuncia imprevista a la dignidad de Jefe de la Iglesia católica parece que ha impresionado, incluso a sus menos amigos. Entienden que ha puesto un precedente de libertad y de humildad, 'Me faltan las fuerzas', con su punto de rebeldía. Otras razones y sombras deberán esperar, respetando su intimidad y discreción.

*Guíame, Señor, mi luz,  
en las tinieblas que me rodean,  
¡guíame hacia delante!  
La noche es oscura y estoy lejos de casa:  
¡Guíame tú!  
¡Dirige Tú mis pasos!*



*No te pido ver claramente el horizonte lejano:  
me basta con avanzar un poco.  
No siempre he sido así,  
no siempre Te pedí que me guíases Tú.  
Me gustaba elegir yo mismo y organizar mi vida...  
pero ahora, ¡guíame Tú!  
Me gustaban las luces deslumbrantes  
y, despreciando todo temor,  
el orgullo guiaba mi voluntad:  
Señor, no recuerdes los años pasados.*

*Durante mucho tiempo tu paciencia me ha esperado:  
sin duda, Tú me guiarás por desiertos y pantanos,  
por montes y torrentes  
hasta que la noche dé paso al amanecer*



*y me sonría al alba el rostro de Dios:  
¡tu Rostro, Señor!*

Este poema-oración fue escrito por el Cardenal **Henry Newman** (1801-1890), que decidió tras mucha controversia dejar la religión anglicana y aceptar los dogmas romanos. Newman fue beatificado por el papa Benedicto en 2010. El texto refleja su fe con luces apagadas, en la noche de sus incertidumbres, pero confiado en un pronto amanecer.

*- Benedicto pide insistente: ¡Recen por mí! Le acompañamos así desde aquí en su camino de servidor sufriente que no pierde de vista al Cristo herido, su modelo de buen pastor.*

*- 'En medio de la tormenta, me pareció ver que Cristo dormía', le han oído decir estos últimos días, y también su despedida en redes sociales: 'Gracias por su amor y compañía'.*

¿Cómo orar?

## 7. Escuchar a Dios, la lectio divina

Encontré sobre oración un modo de entrar en la presencia y escucha de Dios, la 'LECTIO DIVINA', practicado por los monjes medievales. Una lectura meditada de la Biblia que permite llegar hasta el Señor paso a paso para escuchar su voz desde el 'corazón', ahí donde nuestro espíritu comunicará con el suyo.

- 1 ) Lo primero será LEER el texto para captar su sentido original, una lectura reposada, sin prejuicios, queriendo comprender.
- 2 ) El paso siguiente es ESCUCHAR, llevar hasta el corazón la Palabra de Dios: meditar, 'rumiar' el texto para asimilar su mensaje. Necesitarás silencio interior y recogimiento.
- 3 ) El tercer momento es ORAR, el diálogo entre el creyente y Dios, «Señor, ¿qué quieres decirme? ¿qué quieres que haga?»
- 4 ) El paso siguiente será CONTEMPLAR, el silencio ante Dios. El creyente descansa en Dios, ante él recibiendo y dando amor, sin más preocupación ni otro interés.
- 5 ) La 'lectura orante' de la Biblia nos llevará a VIVIR la vida así: si escuché a Dios, algo cambiará en mí, pasaré de la 'Palabra escrita' a la 'Palabra vivida'.

- Según el relato de la escena del Tabor, los discípulos oyeron una inolvidable invitación del cielo: «Este es mi Hijo amado, escúchenlo». Buscar a Dios y su voluntad les llevará a escuchar y seguir a Jesús de Nazaret, asimilar su evangelio y sacar consecuencias.

## 8. La intimidad de Dios

Después de la tremenda crisis por su muerte en cruz, una vez encontrado vivo en los caminos, Jesús de Nazaret prometió a los discípulos:

- *“Si me aman, el Padre y yo vendremos y haremos morada en ustedes”.*
- *“Yo estaré presente todos los días, hasta el fin del mundo”.*
- *“Han de saber que serán templo de Dios”.*

A los cristianos no se nos ha enseñado a notar la presencia de Dios en nuestro interior. Muchos lo imaginan en algún lugar indefinido y abstracto del Universo, también algunos creyentes en la Comunión. Mas si no lo percibimos dentro de nosotros, difícilmente lo hallaremos fuera.

# Así lo explicó el teólogo José A. Pagola con ocasión de la Navidad:

*“El secreto consiste en saber estar con los ojos cerrados y en silencio apacible, recibir con un corazón sencillo esa presencia misteriosa que nos está alentando y sosteniendo. No se trata de ‘pensar’ sino de ‘acoger’ la paz, la vida, el amor, el perdón que nos llega desde lo más íntimo de nuestro ser”.*

*. “Al adentrarnos en nuestro propio misterio, nos encontraremos con nuestros miedos y preocupaciones, heridas y tristezas, nuestra mediocridad y pecado. No hemos de inquietarnos, sino permanecer en el silencio. La presencia amistosa que está en el fondo más íntimo de nosotros nos irá apaciguando, liberando y sanando”.*

# Algo parecido expresó San Agustín hablando de su propia experiencia interior: “Tú estabas dentro de mí y yo fuera. Tú más

íntimo que mi propia intimidad. Fuera te andaba buscando, me abalanzaba sobre la belleza de tus criaturas. Tú estabas conmigo, pero yo no estaba contigo”.

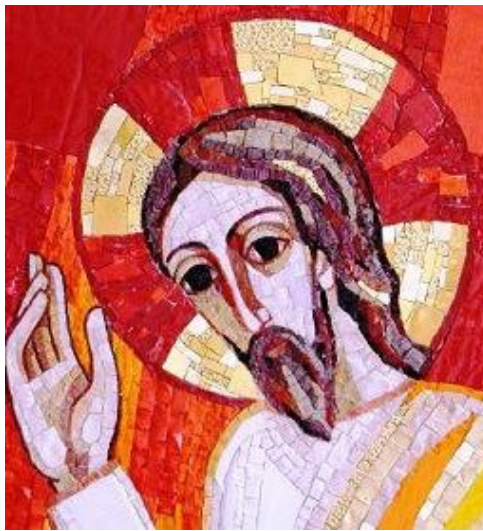
# Confesaré que de las ocho esta es la Bienaventuranza preferida por sugerente y enigmática: “Felices los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios”. La sencillez, la limpieza de miras, la sinceridad, serán la condición para vivir el misterio de la intimidad de Dios.

- Imagen: Anunciación, vitral, Taizé.



## 9. Buscar a Jesús, la compasión

Les pondré aquí este pequeño apunte de evangelio. A partir del texto de la multiplicación de los panes, un amigo sabio se refirió al modo de ser de Dios y de Jesús de Nazaret, y lo que él esperó de sus discípulos.



- La gente buscó a Jesús y sigue buscando a Jesús, tiene necesidad de él.
- En Jesús la gente encontró **acogida, compasión y ayuda**. No siempre fue así con los discípulos, ni tampoco ahora.
- El Maestro de Nazaret sufrió mucho viendo la gente, le ofreció cuanto pudo, desde su gran **apertura y confianza** en Dios.
- La mirada de Jesús al cielo, levantando sus ojos y bendiciendo, hace a Dios partícipe de la situación de las personas. No

neguemos a Dios la posibilidad de hacerse presente y ser uno más entre nosotros.

Esa será la doble lección de Jesús a sus seguidores: entrañable compasión con la gente y apertura a Dios: “Denles ustedes de comer”. Sintonía con la gente, interesándose y sufriendo por ella, a la vez que transparentes y permeables a Dios.

Buscar a Dios, buscar a Jesús, también es una forma de orar, de unirse a él; importará lo más el reconocerle en la vida, amarle y servirle en la gente que necesita.

*¿Nos hemos parado a pensar lo que podría ocurrir en este mundo si los discípulos de Cristo fuéramos en verdad entrañablemente compasivos con todos y más permeables a Dios?*

- En una celebración de final de trabajos, cantaron estos versos, reposo y oración del cooperante:

*«Venid, venid conmigo a un lugar tranquilo  
y descansad en mí vuestro cansancio.  
Dejad que os cure las heridas  
que el trabajo por el Reino os ha dejado.  
Reponed con mi Pan vuestras fuerzas,  
con mi Vino alegrad el corazón.  
Y ahora, venid conmigo.*

\* Texto de los panes: S Mateo c 14.

\* Imagen: Jesucristo, mosaico, Marko Rupnik.

## 10. Encontrar a Jesucristo

1) Para algunas personas parecerá un sueño, algo irrealizable, una ilusión; para otros buscar y encontrar a Jesucristo será la razón de su vida, el sustento de su fe, 'En verdad Él vive', ese fue el reclamo en aquel entonces.



- ¿Será posible encontrarlo ahora, en nuestros días?
- En los Evangelios observamos gente que cambió su vida, que recobró la vista y el sentido de todo desde que conoció a Jesús de Nazaret.
- Una dicha grande y contagiosa llenó su corazón y un horizonte nuevo se abrió ante ellos. Eso mismo dirá la canción que muchos conocen:

*"Encontrarme contigo, Jesús de Nazaret, es la dicha más grande de mi vida.*

*Bebiste de mi agua en tu sed,  
y saciaste mi sed con agua viva."*

Recordamos la Samaritana, Nicodemo, el joven rico o los de Emaús: ellos se acercaron a Jesús y él se acercó a ellos, conversaron largamente, y luego nos lo contaron. Más adelante él mismo les enseñará a verlo en el necesitado, en el preso y en el enfermo.

2) Hará unas semanas pudimos leer el testimonio de quien días antes de morir, viendo la imagen del Cristo junto a su cama,



señaló: “Él fue quien salió a buscarme, me encontró y me llamó. Y desde entonces ni él me ha dejado a mí ni yo a él”.

Descubrir a Jesús puede empezar de una manera sencilla: alguien te habla de él, una lectura, o bien por sorpresa. Y comienzas a buscarlo por todo, en la vida, en el camino o en tu corazón, y le dirás tus preguntas. La misma Samaritana buscó sin saber muy bien qué ni dónde, y de repente alguien junto al pozo dijo: “Dame de beber”.

*«A partir de ahí entras en contacto con Él, conoces lo que te propone. No le des la espalda. Sigue con el deseo de saber de Él, de conocerlo. ¡No tengas miedo! Jesús te está regalando el don de Dios. Lentamente, silencioso, el Espíritu de Dios irá brotando en ti; ya no necesitarás seguir buscando sentido a tu vida, porque notarás que tu vida tiene ya sentido pleno.»*

Así lo describió mi amigo Benito. El resto llegaremos hasta Jesucristo por la fe, a veces a tientas, en la soledad y el silencio. Nada fácil pero tampoco imposible. El sueño puede hacerse realidad, como lo fue y lo sigue siendo para muchos todavía, “Si buscas encontrarás, si llamas te abrirán, si pides recibirás”.

**3 ) Recuerden que pusimos en el blog días atrás este pensamiento del actor Russell Crowe: “Creo que Dios habita en el interior de todos nosotros”.** Parece una confesión sincera y sorprendente, su propia experiencia. Encontrar a Dios no debiera resultar tan difícil. Eso mismo quiso también contar el salmo 139:

*“Señor, tú estás siempre conmigo, en mi más profundo interior: tú me conoces como nadie y todo mi ser está en tu mano, todo lo que siento y vivo por dentro te resulta familiar. Tú sabes mis dudas y conoces mi oscuridad, estás cerca e iluminas todo mi ser.*

*Tú eres mi creador, yo soy tuyo, te adoro y doy gracias de todo corazón, tú me conoces y respetas, me acompañas y arropas.  
Tú estás presente en todos mis pensamientos y mis acciones, en lo más adentro de mí mismo estás tú y nada habré de temer, porque tú vas conmigo”.*



## 1. La oración de Teilhard de Chardin

### EN BUSCA DE DIOS

*+ La Navidad está cerca para presentar su propia paradoja: la pequeñez e insignificancia de un Dios oculto y desconocido, tan sorprendente como inesperado.*

La búsqueda de Dios es un tema recurrente en el blog 'nicodemo'. La fe religiosa, cuestionada por la razón y por la ciencia, siempre ha deseado explicarse y aportar su punto de vista sobre el sentido de las cosas, sobre el origen y la meta de todo. Según la Biblia Dios es Luz, dice el apóstol Juan en una carta, acercarse a Él es reconfortante, iluminador, una ayuda en la búsqueda.

*"Dios es luz, en él no hay ninguna tiniebla. Si nosotros amamos estamos en la luz, si odiamos estamos en tinieblas."*

+ **Pierre Teilhard de Chardin** (1881-1955), científico y filósofo francés, teólogo y religioso, investigó los orígenes de la vida y de la vida humana. Acosado por sus trabajos científicos evolucionistas, cuestionado por la autoridad religiosa vaticana, buscó el consuelo y la luz en la oración, deseó ante todo 'amar y servir' a su Creador y Señor.

El texto de Teilhard que presento en este blog es la meditación de un buscador. Llegó hasta mí hace pocos días y he querido compartirlo. Un apoyo más tras ese innombrable que es Dios, íntimo y grandioso, cercano y huidizo, siempre otro y siempre mayor que nosotros lo podamos pensar.

*¡Te necesito, Señor, porque sin Ti mi vida se seca!  
Quiero encontrarte en la oración,  
en tu presencia inconfundible,  
durante esos momentos en los que el silencio  
me sitúa frente a mí, ante Ti.*

*¡Quiero buscarte!  
Quiero encontrarte dando vida a la naturaleza que Tú has creado;  
en la transparencia del horizonte lejano de un cerro,  
y en la profundidad del bosque  
que protege con sus hojas los latidos escondidos  
de todos sus inquilinos.*

*¡Necesito sentirte alrededor!  
Quiero encontrarte en tus sacramentos,  
en el reencuentro con tu perdón,  
en la escucha de tu palabra,  
en el misterio de tu cotidiana entrega total.*

*¡Necesito sentirte dentro!  
Quiero encontrarte en el rostro de los hombres y mujeres,  
en la convivencia con mis hermanos;  
en la necesidad del pobre  
y en el amor de mis amigos;  
en la sonrisa de un niño  
y en el ruido de la muchedumbre.*

*¡Tengo que verte!  
Quiero encontrarte en la pobreza de mi ser,  
en las capacidades que me has dado,  
en los deseos y sentimientos que fluyen en mí,  
en mi trabajo y mi descanso  
y, un día, en la debilidad de mi vida,  
cuando me acerque a las puertas del encuentro cara a cara contigo.*

## 12. Los deseos del Papa Francisco



Las carencias y dificultades de muchas personas en este tiempo tan difícil, fueron súplica en la plaza San Pedro de Roma el pasado 2 de junio, junto al Papa Francisco y en oración ante el Santo Sacramento, sincronizando con los fieles de todo el mundo, desde Taiwan a Reikiavik, desde Chile a Bangladesh, Estados Unidos o Filipinas.

El blog seleccionó los 10 mejores deseos del Papa Francisco:

- 1 · *Que encuentren fuerza y esperanza los que más sufren.*
- 2 · *Que los discípulos de Cristo estén aportando serenidad y alegría.*
- 3 · *Por aquellos que viven el dolor de nuevas esclavitudes.*
- 4 · *Por las víctimas de la guerra, la trata de personas y el narcotráfico.*
- 5 · *Que su grito silencioso de ayuda encuentre a la Iglesia vigilante.*
- 6 · *Por los niños y las mujeres que padecen muchas formas de violencia.*
- 7 · *Por los que viven en la precariedad económica.*
- 8 · *Por los desempleados, los ancianos, los inmigrantes, los que carecen de hogar.*
- 9 · *Por los presos y cuantos experimentan la marginación.*
- 10 · *Que la Iglesia sea portadora de sentido de vida y de misericordia.*

En medio de poderosas tormentas de injusticia, avaricia y despilfarro, navega con dificultad pero decidida la navecilla de los esfuerzos por un mundo más fraterno y más justo. Importa no desanimar... Sirva esta súplica como resumen y compromiso final:

*“Concédeme, Señor, que pueda librarme  
de la avaricia y del egoísmo.  
Recuérdame que las mejores cosas de la vida son gratuitas,  
el compartir, la amistad, el cariño y la alegría.”*



### 13. Instrumentos de paz, la Navidad

Pequeño dios en la tierra  
sol recién amanecido  
desde su choza contempla  
gentes, niños en vela,  
luna de invierno  
espada sin luz  
noche fría de paz.  
El cielo llorando va  
llega calor de vida  
alegría, consuelo,  
su abrazo y un beso.

(‘Noche fría de paz’, No tardes más)

*- Hoy es la Navidad cristiana, los niños cantan la paz. El blog ‘nicodemo’ nos ofrece para la ocasión unos versos y una súplica popular para recitar ante el pequeño de Belén.*

*- Mis buenos deseos abrirán las puertas de la Navidad, adentrándome en el misterio de lo que parece imposible. Cada cual habrá de pensar, para que la luz de la espera no se apague ya.*

«Señor, haz de mí un instrumento de tu Paz.  
Donde hay odio, que yo ponga el Amor.  
Donde hay ofensa, que yo ponga el Perdón.  
Donde hay discordia, que yo ponga la Unión.  
Donde hay error, que yo ponga la Verdad.  
Donde hay duda, que yo ponga la Fe.  
Donde hay desespero, que yo ponga la Esperanza.  
Donde hay tinieblas, que yo ponga tu Luz.  
Donde hay tristeza, que yo ponga la Alegría.

Maestro, que yo no busque tanto ser consolado como Consolar,  
ser comprendido como Comprender,  
ser amado como Amar,  
porque es dándose como uno recibe,  
es olvidándose como uno encuentra,  
es perdonando como uno es perdonado,  
es muriendo como uno resucita a la vida eterna.»

*\* Esta "Oración de la paz", atribuida por muchos a san Francisco de Asís, es de autor francés desconocido, publicada en 1912 en la revista católica 'La Clochette'. En la actualidad es oración y programa de vida de los seguidores de la madre Teresa de Calcuta, asimismo forma parte del plan de recuperación en "Alcohólicos anónimos".*



#### 14. Adoro te devote, la comunión de los niñ@s

En pasados domingos hemos asistido a alguna Primera comunión. Es una fiesta para cada niño, feliz con su traje blanco y nuevo, con su pálida carita de misterio.

*- A los adultos, padres y padrinos, nos gustaría ese día ser también un poco niños, creer que todo es verdad y ocurre así.*

El 'misterio' forma parte de nuestra vida. Sin misterio religioso ni creencias al modo infantil no soy más que un adulto de baja talla, ajeno a otras dimensiones de la vida: lo 'místico' y poético, lo espiritual y trascendente.

*- Estos sentimientos me han llevado a recordar y buscar un antiguo poema, "Adoro te devote", que los jóvenes filólogos debíamos traducir y explicar.*

Publico aquí con curiosidad algunos versos traducidos, y animo a entrar en el misterio que presentan, resumen de una vieja teología del pan de la Comunión, en forma de himno litúrgico atribuido al teólogo dominico Tomás de Aquino (1225-1274).

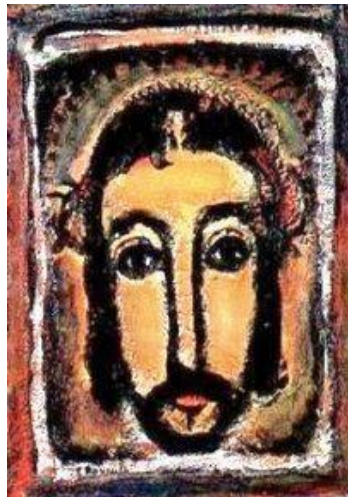
*Te adoro con devoción, Divinidad oculta,  
verdaderamente escondido bajo estas apariencias.  
A ti se somete mi corazón por completo,  
y se rinde totalmente al contemplarte.*

*La vista, el tacto, el gusto, se equivocan sobre ti,  
pero basta con el oído para creer con firmeza.  
Creo todo lo que ha dicho el Hijo de Dios:  
nada es más cierto que esta palabra de Verdad.*

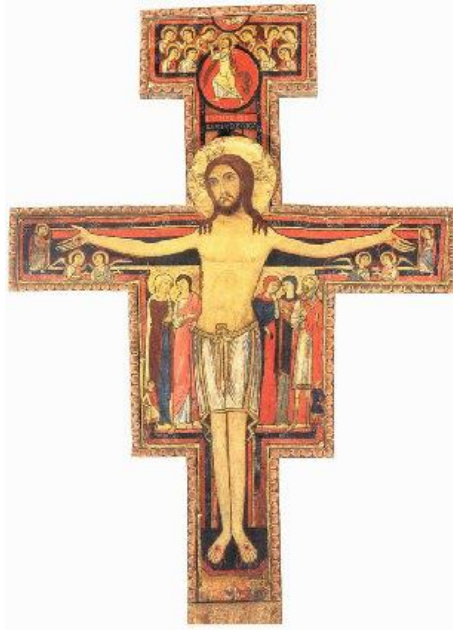
*En la Cruz se escondía sólo la divinidad,  
pero aquí también se esconde la humanidad.  
Creo y confieso ambas cosas,  
pido lo que pidió el ladrón arrepentido.*

*No veo las llagas como las vio Tomás,  
pero confieso que eres mi Dios.  
Haz que yo crea más y más en Ti,  
que en Ti espere; que te ame.*

*Jesús, a quien ahora veo oculto,  
te ruego que se cumpla lo que tanto ansío:  
Que al mirar tu rostro ya no oculto  
sea yo feliz viendo tu gloria. Amén.*



## 15. El Cristo de San Damiano



+ Quiero contar aquí una vieja historia medieval. Un día Francisco entró en una pequeña Ermita dedicada a San Damián, recostada en una loma cerca de Asís. La hiedra trepaba hasta cubrir los muros laterales, en ellos se veían hendiduras que ponían en peligro el lugar.

En su interior había un sencillo altar de madera y, a modo de retablo, un Crucifijo bizantino. La imagen del Crucificado penetró en el alma de Francisco, que con los ojos elevados oró así:

*¡Glorioso y gran Dios, mi Señor Jesucristo! Tú eres la luz del mundo, pon claridad, te suplico en los abismos oscuros de mi espíritu.*

*Dame tres regalos: la fe, firme como una espada; la esperanza, ancha como el mundo; el amor, profundo como el mar.*

*Además, mi querido Señor, te pido un favor más: que todas las mañanas*

*al rayar el alba, amanezca como un sol ante mi vista tu santísima voluntad para que yo camine siempre a su luz. Y ten piedad de mí, Jesús.*

+ De pronto, nadie podría decir cómo, se oyó una voz que al parecer procedía del Cristo: “¡Francisco, ¿no ves que mi casa amenaza ruina? Corre y trata de repararla!”.

Francisco observó la ermita por fuera, y se dio cuenta del mal estado de la construcción. Se acercó al anciano capellán y entregándole el dinero que tenía le pidió que comprara lámparas de aceite y que las encendiera en su nombre frente al Crucificado.

No bastaba. Según supo más tarde se trataba de ‘reparar’ la Iglesia romana, la religión y el papado de aquellos años, también la sociedad y sus gobiernos, que precisaban un cambio urgente y una reforma. Amenazaban ruina por el mal estado y la corrupción generalizada en que se encontraban aquellas viejas instituciones.

El joven Francisco de Asís (1182-1226) decidió contribuir él mismo al cambio con su renuncia a todo, su amor a la verdad, su opción por la pobreza y su dedicación a los más pobres.

\* Imagen: *Crucifijo de San Damiano. Ver más sobre este icono en [‘franciscanos.org’](http://franciscanos.org)*

# Oraciones

## 16. La oración de Gandhi



**:: Mi calendario dice** que GANDHI oraba con estas palabras, donde pide mantenerse libre, exigente consigo mismo y generoso con los demás.

*Señor, ayúdame a decir la verdad delante de los fuertes  
y a no decir mentiras para ganarme el aplauso de los débiles.  
Si me das fortuna, no me quites la razón,  
si me das éxito, no me quites la humildad,  
si me das humildad, no me quites la dignidad.  
Ayúdame siempre a ver la otra cara de la medalla,  
no me dejes inculpar de traición a los demás  
por no pensar igual que yo.*

*Enséñame a querer a la gente como a mí mismo  
y a no juzgarme como a los demás,  
no me dejes caer en el orgullo si triunfo,  
ni en la desesperación si fracaso.  
Enséñame que perdonar  
es un signo de grandeza y que la venganza  
es una señal de bajeza.*

*¡Señor, si yo me olvido de tí,  
nunca te olvides de mí!*

## **17. Creo, M. Luther King**

Les ofrezco este bello texto de Luther King, cuya fuente ignoro. Será como su "credo", lo que mueve su esperanza en medio de grandes contradicciones.

"Hoy, en la noche del mundo, con la esperanza de la Buena Nueva, afirmo con audacia mi fe en el porvenir de la Humanidad.

- Rechazo la idea de que en las actuales circunstancias las personas estén incapacitadas para hacer una Tierra mejor.
- Rechazo la opinión de quienes consideran que las personas están de tal manera prisioneras en la noche sin estrellas de la guerra y el racismo, que nunca podrá llegar a ser realidad la aurora luminosa de paz y fraternidad.
- Rechazo la predicción según la cual los pueblos descenderán uno tras otro por el torbellino del militarismo hasta el infierno de la destrucción atómica.
  
- Creo que la verdad y el amor sin condiciones tendrán efectivamente la última palabra, pues la vida -aunque provisionalmente derrotada- es siempre más fuerte que la muerte.
- Creo firmemente que aun en medio de las bombas que estallan y los cañones que truenan, permanece la esperanza de un mañana luminoso.

- Tengo el coraje de creer que un día todos los habitantes de la Tierra tendrán sus tres comidas por día para la vida de su cuerpo, educación y cultura para la salud de su espíritu, igualdad y libertad para la vida de sus corazones.
- Creo igualmente que un día toda la humanidad reconocerá en Dios la fuente del amor, que la bondad salvadora y pacífica será algún día la Ley, que el lobo y el cordero reposarán juntos, que toda persona se sentará bajo su higuera en su propia viña y que nadie tendrá motivo para tener miedo.
- Creo firmemente que obtendremos la victoria.”





## 18. Buscar a Dios, la creación

*Transcribo esta vez unos fragmentos más extensos de la célebre oración de San Anselmo de Canterbury. Es algo más que una oración, revela su obsesión por comprender a Dios con una certeza inexpugnable. Algo muy difícil de conseguir según los entendidos. Este monje filósofo (1033-1109), italiano de origen, defendió las posibilidades del intelecto para llegar a la fe. Parece sincera la inquietud, y un buen comienzo será buscar el encuentro personal más afectivo.*

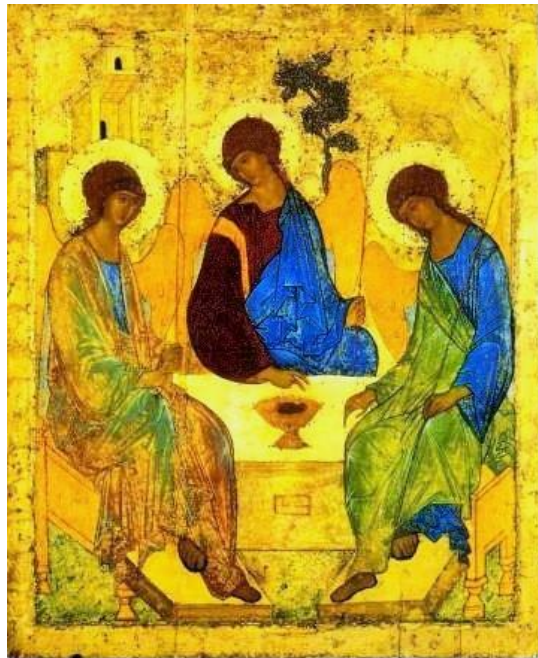
«Deja un momento tus ocupaciones habituales; entra un instante en ti mismo, lejos del tumulto de tus pensamientos. Arroja fuera de ti las preocupaciones agobiantes; aparta de ti tus inquietudes trabajosas. Dedicáte un rato a Dios y descansa siquiera un momento en su presencia. Excluye todo, excepto Dios y lo que pueda ayudarte a buscarle.

- Ahora di a Dios: Busco tu rostro, Señor, anhelo ver tu rostro. Enseña a mi corazón dónde y cómo buscarte, dónde y cómo encontrarte... Si no estás aquí, ¿dónde te buscaré? Si estás por doquier, ¿cómo no descubro tu presencia? Nunca jamás te vi, Señor, Dios mío; no conozco tu rostro.

- ¿Qué hará tu desterrado lejos de ti? ¿Qué hará tu servidor, ansioso de tu amor y tan lejos de tu rostro? Anhela verte, y tu rostro está muy lejos. Desea acercarse a ti, y tu morada es inaccesible. Arde en el deseo de encontrarte, e ignora dónde vives. No suspira más que por ti, y jamás ha visto tu rostro.

- Tú me has creado y me has concedido todos los bienes que poseo, y aún no te conozco. Me creaste para verte, y todavía nada he hecho de aquello para lo que fui creado. Enséñame a buscarte y muéstrate a quien te busca porque no puedo ir en tu busca a menos que tú me enseñes, y no puedo encontrarte si tú no te

manifiestas. Deseando te buscaré, buscando te desearé, amando te hallaré y hallándote te amaré.»



## 19. Bautismo de espíritu, nacer de nuevo

### “SERÁN BAUTIZADOS CON ESPÍRITU SANTO”

Conversar con Jesús siendo noche cerrada fue para el discípulo Nicodemo como un amanecer, un verdadero ‘bautismo de luz y de vida’.

*Nicodemo le preguntó a Jesús: – ¿Cómo un hombre puede nacer de nuevo siendo ya viejo? ¿Acaso puede entrar por segunda vez en el seno de su madre y volver a nacer?*

*Jesús le respondió: – Te aseguro que el que no nace del agua y del Espíritu no entrará en el Reino de Dios.*

*– Serán bautizados con Espíritu Santo, una fuerza descenderá para ser testigos míos.*

*– Vayan y hagan discípulos de todas las naciones, bautizándolos en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo.*

Pasados ya muchos inviernos, Nicodemo rezó así a cada una de las tres personas divinas:

– PADRE mío, Creador y Señor, quiero alabarte y darte gracias como Jesús nos enseñó, hablándote con toda **confianza**, como un niño con su papá. Eres Padre porque eres creación continua de vida. Gracias por llamarme a la existencia y por darme unos padres tan buenos ya contigo en el cielo. Gracias por las demás personas y las otras cosas, por la variedad y belleza de la creación. Eres Padre nuestro, Padre de todos. Es hijo tuyo preferido el enfermo sin esperanza, el niño y el anciano abandonados, el que nos hiere o repudia sin compasión. Amarte y servirte a ti, dejarnos querer por ti, es fuente de libertad y de alegría. Que yo conozca y

haga siempre tu voluntad, quiero agradarte en todo y ponerme en tus manos.

- HIJO del Padre, Jesús mi Señor, me dirijo a ti para manifestarte mi deseo de ser discípulo tuyo todos los días de mi vida. Necesito progresar en tu conocimiento y en tu **amistad**. Dame tiempo para que tu corazón y tus sentimientos sean ya los míos.

Maestro, que yo prefiera como tú encarnación y escondimiento, **servicio**, pobreza y humildad, contradicción y cruz, aunque me resista a aceptarlas. Quiero que mi mayor placer y mejor alimento sea glorificar al Padre y llevar adelante su Reino. Toma, Señor, y recibe todo mi afecto y mi libertad, y no permitas que nunca me separe de ti.

- ESPIRITU Santo, Amor increado y Luz interior, necesito nacer de nuevo: configúrame con Cristo Jesús, cambia mi mente y mi corazón, ordena mi vida y conviérteme, hazme dócil a tus inspiraciones y valiente en mi testimonio. Quiero caminar en la verdad y vivir en la autenticidad. Aparta de mí todo miedo, no me dejes caer en la tentación, en el orgullo, la adulación y la mentira. Señor, que con tu gracia sienta amor confianza con el Padre, amor **fraternidad** con mis hermanos, y amor compasión con los que sufren soledad o desaliento. Haz de mí un instrumento de **paz**, trabajador de comunión y buena noticia de consolación, en el mundo y en mi Iglesia.

*\* Imagen: "Icono de la Trinidad", Andrei Rublev. Data del año c.1410, ahora en la Galería Tetriakov de Moscú. Representa la visita a Abraham de los tres ángeles junto al encinar de Mambré (Génesis c.18). La mesa en que los ángeles son atendidos por el patriarca se vuelve simbólicamente altar que vincula a las personas sagradas: el ángel del centro corresponde a Cristo mientras que los que lo circundan, dibujando con su silueta la forma de un cáliz, corresponden al Padre y al Espíritu Santo. Además de las tres personas de la Trinidad, recuerda a los dos*

*dicípulos de Emaús sentados a la mesa con Jesús al que reconocieron partiendo el pan (Lucas c.24). No se trata tanto de un icono para ver como espectador, sino para contemplar y vivir, reposando uno mismo en la vida trinitaria de Dios, que reposará asimismo en nosotros.*

## **20. Oración a Jesucristo, dime tu nombre**

+ Así habló a su amigo Jesucristo mi amigo Vicente. Me gustó la súplica y la escribiré con su permiso, porque quiero decirla aquí y prestarla a más gente. Como tiempo atrás en el blog, cuando María Magdalena cantó sus versos al amado que halló en el camino.

*Pregunté quién tú eras  
dónde moras amigo  
a dónde tú vas  
y si me amas.  
Soñé tu llamado  
imaginé qué yo hago  
voy ahora contigo  
sé que te amo.*

+ Texto dedicado a cuantos preguntaron entonces y ahora por Jesús de Nazaret, si existió realmente, quién fue, cómo creer en él y cuál es su mensaje.

Él mismo preguntó a sus seguidores, ¿qué piensan de mí?, si creían en sus palabras, si planeaban dejarlo, y quiso saber, ¿qué dice la gente de mí?

Unos y otros soñarán que él los escucha y a todos comprende, le rezarán así:

*Quiero conocerte como tú eres.  
Dime, Jesús, tu nombre verdadero.  
No he de buscarte, tú me buscas, tú no estás lejos.  
Tú tan grande y tan conmigo, tan Dios y tan humano.*

*Tú, mi alegría, mi ansia sin descanso,  
mi llaga más íntima, mi destino inevitable y deseado,  
mi meta y fundamento;  
mi fe y mi confianza; mi fuerza, mi roca,  
mi refugio y mi defensa;  
mi verdad también, la clave de mi historia.*

*Tú mi norma única y mi ley, el aire que respiro;  
la luz con la que mis ojos ven el mundo y su grandeza;  
el corazón con el que amo el mundo y su miseria.*

*Dime tu nombre verdadero, ser de mi ser,  
para que yo se lo diga  
a los que buscan y no saben qué;  
a los que sienten la muerte en el corazón mismo de la vida y piden  
prodigios, demostraciones;  
a los que te arrinconan, pieza de museo  
o ilustre personaje histórico;  
a los que te reducen a una idea.  
Quiero conocerte como tú eres, Jesucristo,  
dime tu nombre.*

## 21. Dime quién eres

En el marco de una velada poética alguien que primero escuchaba se levantó luego, y con el corazón encendido sobrecogió a todos por el calor y la verdad de su poema. Que sobre Dios y otros temas las creencias y las palabras no acaban nunca de decirlo todo, 'dime quién eres', la teología cede el paso a la poesía y el rezo.



*«Ahora que la noche es tan pura,  
y que no hay nadie más que tú,  
dime quién eres.*

*Dime quién eres y por qué me visitas,  
por qué bajas a mí que estoy tan necesitado  
y por qué te separas sin decirme tu nombre.*

*Dime quién eres tú que andas sobre la nieve;  
tú que, al tocar las estrellas, las haces palidecer de hermosura;  
tú que mueves el mundo tan suavemente,  
que parece que se me va a derramar el corazón.*

*Dime quién eres; ilumina quién eres;*

*dime quién soy también, y por qué la tristeza de ser hombre;  
dímelo ahora que alzo hacia ti mi corazón,  
tú que andas sobre la nieve.  
Dímelo ahora que tiembla todo mi ser en libertad,  
ahora que brota mi vida y te llamo como nunca.  
Sosténme entre tus manos, sosténme en mi tristeza,  
tú que andas sobre la nieve.»*

Reflexión:

- Señor, en la noche limpia noto tu presencia, en el silencio percibo el acento de tu voz. El corazón sueña verte mejor y conocerte.
- Tú sabes que yo creo en ti, aunque no te sienta cercano. Te veo como alguien conocido y amado. Que reciban el aliento de mi súplica los que te buscan.
- Tú que andas por la nieve, la pureza de los cielos y de los inocentes, dame la transparencia que quiero. Que yo camine en el día y la noche por sendas de luz y de verdad pura.

*\* Himno litúrgico. Poema de Leopoldo Panero Torbado (1909-1962), fragmento.*



## 22. La confianza, Teilhard de Chardin

Buscando una oración para pedir la confianza en días grises y tristes, encontré este texto del Padre Teilhard, muy apreciado en el blog. Me he dado cuenta que si confiamos mucho, recibimos mucho. Si confiamos poco, recibimos poco. Debemos confiar, no importa que tan oscuro se vea el panorama. Confianza es el lado amable de la fe y fuente cierta de paz.

### ADORA Y CONFIA

No te inquietes por las dificultades de la vida,  
por sus altibajos ni por sus decepciones,  
por su porvenir más o menos sombrío.  
Quiere lo que Dios quiere.  
Piérdete confiado ciegamente en ese Dios  
que te quiere para sí.

Piensa que estás en sus manos,  
tanto más fuertemente agarrado,  
cuanto más decaído y triste te encuentres.

Vive feliz. Vive en paz. Que nada te altere.  
Que nada sea capaz de quitarte tu paz.  
Conserva siempre sobre tu rostro  
una dulce sonrisa, reflejo de la que el Señor  
continuamente te dirige.  
Por eso, cuando te sientas apesadumbrado, triste,  
adora y confía.

### 23. Envejecer bien, orar con Teilhard de Ch.

Traigo hoy aquí una oración que el religioso y científico francés Pierre Teilhard de Chardin (1881-1955) escribió en su madurez, un texto cargado de realismo y de confianza. Una apuesta fuerte del creyente por poner en las manos de Dios la vida toda y su después, con sus fragilidades e incertidumbres.



«Cuando los signos de la edad marquen mi cuerpo,  
y más aún cuando afecten a mi mente,  
cuando la enfermedad que vaya a disminuirme  
o a causarme la muerte  
me golpee desde fuera o nazca en mi interior;  
cuando llegue el doloroso momento de tomar conciencia de pronto  
de que estoy enfermo o envejeciendo;  
y sobre todo en ese último momento en que siento que pierdo el control de mí mismo  
y que estoy absolutamente inerte en manos de las grandes fuerzas desconocidas  
que me han formado;  
en todos esos oscuros momentos, oh Dios, concédeme comprender que eres tú  
-supuesto que mi fe sea lo bastante fuerte-  
quien está separando dolorosamente todas y cada uno de las

fibras de mi ser  
para penetrar hasta la médula misma de mi esencia y llevarme  
contigo».

\* Imagen: Albrecht Dürer, Study of an Apostle's Hands, Praying Hands, c.1508.

## 24. Oración, un programa de vida

*Les hago llegar esta larga oración que me pasaron días atrás.  
Contrariamente a mi gusto y costumbre es muy extensa. Es una oración  
al Padre Dios que resume todo lo que vale la pena creer. La súplica es casi  
una excusa para expresar lo que uno piensa y desea; un modo creyente de  
entender la vida, que me pareció sencillo y hondo a la vez. Al leerla uno  
se da cuenta qué reconfortante es decir lo que uno cree y creer lo que uno  
dice. Por eso la traigo aquí tal cual, para tomar a pequeños sorbos.  
Gracias.*

«Te damos gracias, Padre misericordioso, por Jesucristo, tu Hijo  
muy amado.  
En Él, tú nos muestras tu misericordia, nos reconcilias, nos  
renuevas,  
haces posible 'el hombre nuevo', la humanidad nueva.  
Señor, Tú eres el Dios que nos salva y nos va guiando,  
siempre en tu corazón hay un sitio para nosotros.  
Nos has hecho hijos tuyos, por medio de tu Hijo Jesús,  
has establecido el vínculo de la fe y la caridad entre nosotros  
para que seamos todos hermanos, presencia tuya en medio de este

mundo.

Tú has querido que seamos signo de tu misericordia  
y de reconciliación en esta humanidad.

Un mundo que sufre la violencia, la soledad,  
el individualismo, las divisiones,  
la indiferencia, el egoísmo, el afán de venganza...



Padre Nuestro, nos llamas a buscar el bien de los que nos rodean.  
Vivir amando, sirviendo, no buscando nuestro interés o beneficio.  
Que todos lleguen a experimentarte y tratarte como Padre:  
éste es el tesoro que has puesto en nuestras manos.  
El encuentro contigo me lleva a mirar en profundidad,  
a ver con misericordia cada situación, cada persona.  
Tu presencia, Señor, me agujonea, me remueve por dentro  
y me lleva a conmoverme ante el sufrimiento que veo.  
Ayúdanos, Padre misericordioso,  
a dejarnos modelar cada día por tu amor y tu Palabra.  
Que podamos mirar a cada persona con tu misma mirada de  
misericordia  
y amar a cada uno con el mismo amor, fiel y gratuito de Jesús.»

- Texto, Dabar, 40, 2012.

- Imagen: Rafael, Madonna Sixtina, detalle.

## 25. Bendición para una mujer fiel

*Llegó a mis manos esta bendición, una cascada de buenos deseos inspirada en personajes bíblicos femeninos. Fue escrita para una amiga cooperante, mujer fiel, en sus bodas de oro como misionera. Ahora, en este tiempo preciso, preparando la Navidad que ya asoma, pienso en la dignidad de la mujer y en la fidelidad de much@s.*

«Que el Señor te conceda  
la audacia de Débora  
y la valentía de Ester y de Judit.  
Que te colme de alegría como a Ana,  
de lealtad y de amor fiel como a Rut.

Que puedas cantar y danzar junto al mar,  
como María la profetisa.  
Que con María de Nazaret  
proclames la grandeza del Señor,  
en el triunfo de los hambrientos  
y de los humildes.

Que llegues a encontrarte  
con Jesús, el Señor,  
como lo encontraron María Magdalena y la Samaritana;  
él les devolvió la dignidad, la libertad  
y les dio un nombre nuevo.

Y que como aquella mujer encorvada a la que él se acercó y  
enderezó,  
puedas tú vivir erguida y ayudar a enderezarse a otros.  
Que sigas tendiendo la mano, manteniendo la llama,  
sirviendo de una manera nueva.

Que tú, nosotros y todos, mujeres y hombres,  
estamos llamados a ponernos en pie y glorificar a nuestro Dios.»

(Dolores Aleixandre, en “Mujeres en la hora undécima”, S.Terrae)

## 26. Dios de paz, oración



*Algunos en el blog preguntaron por la oración de la paz durante el encuentro reciente de Roma. Tras su visita a Jerusalén, el **Papa Francisco** rezó esta oración el pasado 8 de junio en los jardines del Vaticano. Explicó el motivo y leyó una invocación por la paz para Oriente Medio, con los presidentes israelí y palestino, **Simon Peres y Mahmud Abbas**.*

«Señor, Dios de paz. Hemos intentado muchas veces resolver nuestros conflictos con nuestras fuerzas y con nuestras armas; tantos momentos de hostilidad y tanta sangre derramada; tantas vidas destrozadas y tantas esperanzas abatidas...

- Ahora, Señor, ayúdanos tú. Danos la paz, guíanos tú hacia la paz. Abre nuestros corazones y danos la valentía para decir: "¡Nunca más la guerra!". Infúndenos el valor de llevar a cabo gestos concretos para construir la paz.

- Señor, Dios de Abraham y de los Profetas, Dios amor que nos has creado y nos llamas a vivir como hermanos. Nuestros ciudadanos nos piden transformar nuestras armas en instrumentos de paz, nuestros temores en confianza y nuestras tensiones en perdón. Mantén en nosotros encendida la llama de la esperanza para tomar opciones de diálogo y reconciliación.

Señor, desarma la lengua y las manos, renueva los corazones y las mentes, para que la palabra que nos lleva al encuentro sea siempre «hermano», y el estilo de nuestra vida se convierta en Shalom, Paz, Salam. Amén»



## 27. Bendición de Pascua

+ *Para este tiempo de luna llena y primavera, una bendición en la alborada de la vida nueva, en las primeras luces de esta Pascua que comparte ya algo de lo mucho que esperamos.*

*Que esta sencilla oración de **Sabine Naegel** nos recuerde tanto de bueno para sembrar y mucho de humanidad por cosechar. Pascua es nueva humanidad, resurrección, estreno de luz y de espíritu, todavía en los comienzos.*

- Bendice, Señor, mis MANOS para que sean delicadas y sepan tomar sin jamás aprisionar.
- Bendice mis OJOS, Señor, para que sepan ver la necesidad y no olviden nunca lo que a nadie deslumbra.
- Bendice, Señor, mis OIDOS para que sepan oír tu voz y perciban el grito de los afligidos, las voces que llaman, aunque turben mi comodidad.
- Señor, bendice mi BOCA para que dé testimonio de Ti y no diga nada que hiera o destruya, que sólo pronuncie palabras que alivian, que consiga despertar sonrisas.
- Señor, bendice mi CORAZON para que sea templo vivo de tu espíritu, que sepa dar calor y refugio, que sea generoso en perdonar y comprender.
- Dios mío, que puedas disponer de mí con TODO lo que soy, con todo lo que tengo; que mi vida sea de verdad como el pan y el vino, buenos para darse, agradables al compartir.

+ *Algo así debieron suplicar a **Jesús de Nazaret** aquellos discípulos que primero caminaron cabizbajos y desanimados hacia Emaús.*



“Cuando llegaron cerca del pueblo adonde iban, ellos le rogaron:  
- Quédate con nosotros, porque ya es tarde y el día se acaba.  
- Él entró y se quedó con ellos. Y estando a la mesa, tomó el pan y pronunció la bendición; luego lo partió y se lo dio. Entonces los ojos de los discípulos se abrieron y lo reconocieron, pero él había desaparecido de su vista.”



# Orar con Nicodemo



## EL PERDÓN DE PEDRO

*Con algunos pequeños retoques recuperaré por entregas unos viejos papeles del personaje evangélico que fue uno mismo hace ya mucho. Los papeles brotaron de una espiritualidad de la confianza. Los deseos personales de Nicodemo serán los mismos, las expresiones fueron otras pero la amistad permanecerá para siempre. Eso es oración, un diálogo sincero de amistad. Retomaré el estilo apretado de otras ocasiones, todo seguido sin puntos y aparte. Un modo de cuidar menos el cómo ni el paisaje. En el texto de hoy verán que el buen discípulo, aun cobarde o negador, encontrará siempre al Maestro bien dispuesto para el abrazo. Así lo contó esta vez Nicodemo, el viejo discípulo de la última hora.*

«Antes de los sucesos, hablé con Pedro y Juan: les parecía imposible conseguir que te echaras atrás, aunque tu vida corriera peligro. Te conocían bien, Señor, sabían tu determinación de mostrar a todos que la injusticia mata a los inocentes y que el **Padre** quería explicar así el gran amor que nos tiene, no ahorrando la vida de su propio hijo querido. A mí me pareció excesivo tanto sufrimiento y también tanto amor. Quedamos después tan asombrados y a la vez asustados por todo cuanto ocurrió. Todavía me parece oír las palabras dichas desde la cruz: -'¡No saben lo que hacen, Padre, perdónales, ellos no saben!' Siempre disculpando, tus propios verdugos y los crucificados contigo, como tú, fueron los primeros rescatados. ¿Sabes? Después de tu muerte y tu resurrección, **Pedro** siempre va inquieto buscándote, queriendo saber qué piensas, qué quieres, cómo hacer para agradarte. Él quiso recordar tus mismas palabras y no podía. Su pecado y tu perdón le cambió su manera de ser, ahora más comprensivo y bondadoso con todos. Se sentía inseguro, en la orilla y en la barca, con su mala suerte en el trabajo.

Cuando algo salía mal lo atribuía a su pecado, -'Es por mí, yo negué al Maestro, fui un cobarde, fue mi culpa'. Mas tú no quieres, Señor, la culpa oscura sino la gracia luminosa; tú no quieres el abismo del resentimiento sino el abrazo de la paz y la fiesta del perdón. Perdona también mi falta de fe y sana la herida de mi cobardía en seguirte. Todos nos parecemos un poco a Pedro, muertos de miedo nos cuesta responder por tí; al tú mirarnos recobramos la vida y la palabra. ¡Una mirada tuya, Jesús, bastará para sanarme! Señor, tú quisiste que Pedro no sintiera tu rechazo. Recuerdo sus mismas palabras repetidas entre sollozos aquel día junto al lago: -'Señor, tú sabes cuánto te quiero'. Al recordar la escena de su curación, también yo te digo ahora en verdad y de corazón: **Jesús**, amigo, tú sabes que Nicodemo también te quiere. Si inconstante y poco consecuente, yo me comprometo a no dejarte nunca aun si me costara, cuidaré con tu ayuda mi poca fe y cobardía. Ten piedad de mí, Señor, y de nosotros tan frágiles y temerosos, solo pobres pecadores, mas por ti enamorados.»



## ¡PAZ A USTEDES!

*Recuerdan que pensé rescatar y traer aquí unos viejos papeles de la oración de Nicodemo, exfariseo y luego discípulo, el que fue de noche a interesarse por Jesús de Nazaret. Esta vez lo vemos todavía en la noche participando de la misma incertidumbre y desolación de los discípulos más cercanos al Señor. A pesar del testimonio del resucitado y de los testigos, las dudas prosiguen, la fragilidad de la razón y la dureza de corazón todavía no han sido vencidas. Con el estilo apretado del texto, todo seguido sin puntos y aparte. Urge pedir ayuda y abrir las puertas y ventanas del grupo y del propio corazón; conseguir un modo nuevo de verlo todo, levantar el vuelo al viento del Espíritu de Dios sin perder de vista la vida nuestra de cada día, habrá que atreverse a lo imposible. Nicodemo ya anciano nacerá hombre nuevo, renace valiente y decidido; así oró esta vez el discípulo de la última hora.*

«Así estaba escrito: “Al llegar la noche de aquel mismo día, el primero de la semana, los discípulos se habían reunido con las puertas cerradas por miedo a los judíos. Jesús entró, se puso en medio y los saludó diciendo: ¡Paz a ustedes!”. En aquella noche cerrada Nicodemo suplicó con fe a Jesús resucitado: ‘Entra tú, Señor, aunque encuentres cerradas las puertas, entra sin llamar y danos tu paz. Despierta con tu palabra resucitadora ‘Paz’, nuestra esperanza adormecida y temblorosa’. Señor, muchos te seguimos dispuestos a todos los trabajos que tú nos pidas, pero a veces nos vemos cansados, sin fuerzas y con miedo, nos encerramos. Nos encerramos en nosotros mismos, en nuestras casas o en nuestros templos. El Reino de Dios no llega, y Tú nos dices: ¡No teman, ábranse al mundo! Tus discípulos más valientes han sentido miedo. Miedo al ridículo y a la ineficacia, miedo a ser rechazados y

juzgados, miedo incluso a la cárcel y la muerte. Tú nos lo anunciaste “el mundo les odiará”. Muchos, a lo largo de estos años, enviados por ti, optaron por abrirse a los demás, nada pudo detener su camino solidario, tampoco la amenaza de muerte. Hombres libres, fuertes, amando sin fronteras, entregados a los más débiles, ¡varones y mujeres fuertes, vengan en nuestra ayuda! ‘Entra tú, Señor, aunque encuentres cerradas mis puertas, entra sin llamar y danos tu paz. Despierta con tu palabra resucitadora ‘Paz’, nuestra esperanza adormecida y temblorosa’. Tú nos dices: ¡No teman, ábranse al mundo! Es la Buena Noticia ¡Cristo vive! Saquen las consecuencias. Seguirte a ti, Señor, resulta en ocasiones difícil y arriesgado, según cuándo y según dónde. Pero cómo dejarte, cómo desandar todo un camino de fe contigo y con mucha gente, a dónde iremos si te dejamos. Muchas personas confían en ti y confían en nosotros, no podemos defraudarlas. Te queremos, Señor, amigo nuestro. Aleja de nosotros toda inquietud, porque tú nos acompañas siempre. Sabemos que tú vives, comunícanos cada día, Señor, tu misma vida, tu Espíritu Santo, tu amor divino. Tu Reino llegará y nuestra suerte cambiará, ¡Varones y mujeres fuertes, vengan en nuestra ayuda! ‘Entra tú, Señor, aunque encuentres cerradas mis puertas, entra sin llamar y danos tu paz. Despierta con tu palabra resucitadora ‘Paz’, nuestra esperanza adormecida y temblorosa’.»

## NUESTRO BUEN PASTOR

*En la serie de Nicodemo que estamos publicando, en el tercero encontraremos la confesión humilde del seguidor de edad avanzada: cambió de maestro y deberá cambiar sus ideas, reconoce sus muchas dudas y temores, con el tiempo habrá de 'nacer de nuevo'. El discípulo busca hacerse comprender, confiado en la infinita misericordia del Buen pastor. Él lo ha llamado y no lo dejará tirado. En verdad el texto refleja la buena relación de amistad entre Nicodemo y Jesús de Nazaret, a pesar del trato poco frecuente, si hemos de creer el testimonio del discípulo amado, su principal valedor. Mas todo pudo ocurrir de otro modo, Jesús mismo como catequista de Nicodemo, en frecuentes encuentros... Creció así tal vez una mutua simpatía y relación más allá de la Pasión.*

«Jesús dijo: 'Yo soy el buen pastor. Yo conozco a mis ovejas y ellas me conocen a mí. El buen pastor da su vida por las ovejas. Mis ovejas reconocen mi voz, yo las conozco y ellas me siguen. Yo les doy la vida eterna y nunca perecerán'. Señor, queremos seguirte a ti que eres nuestro PASTOR bueno, sabiendo bien lo que esto significa. Seguirte significa conocerte y amarte, no perderte nunca de vista, ser valiente e imaginar lo que tú harías y cómo tú lo harías. Mucho más no sabemos. Seguirte como 'oveja' a ti que eres 'pastor', no significa negar la propia libertad ni renunciar a pensar ni a tomar las propias decisiones. Significa ser discípulo, aprender de ti, saber que tú eres el Maestro y el Señor, que a ti te lo debemos todo. Yo soy persona ya madura, bien formada en la gran escuela farisea de Jerusalén. Sin embargo estoy dando mis primeros pasos en este nuevo camino, necesito tu guía. Quiero seguirte con humildad, apoyado en ti que eres mi fuerza principal. El camino del Evangelio es para personas libres y enamoradas. Tú quieres que te sigan

personas convencidas. Yo quiero seguirte de verdad y con todo mi ser, espero hacerlo bien. Tú sólo invitas, nunca violentas a creer en ti ni a ser discípulo. Tú quieres que te siga con otras personas, en comunidad, con amigos, contigo. A veces hablamos de que deberemos tomar el relevo en ese trabajo tuyo de enseñar, conducir y acompañar, vigilando para que nadie se pierda. Seguirte será también continuar tu tarea de acoger, curar y perdonar. Oficios necesarios, para los que yo mismo me he ofrecido a Pedro, disponible para ayudar y consolar. Toma mi vida, Señor, mi nueva vida, tú me la diste, a ti te la entrego. Seguirte a ti, Jesús, es una dicha completa. ¿Cómo acompañar y ayudar a otros? Aprendí de ti a conversar, a escuchar sin final, cuando de noche te hacía muchas preguntas, mis dudas e indecisiones. Me veo a mí mismo mayor pero no anciano; el conocerte abrió mi mente y mi corazón. He acumulado experiencias, algunas contradictorias, pero estoy naciendo de nuevo. Soy feliz con mi nueva vida, con este nuevo camino que tú me ofreces y que eres tú, Señor. Si yo te abandonara, Jesús, es posible que me perdiera o cayera, ciego ante la puerta estrecha del Reino. Tú eres, Señor, una puerta siempre entreabierta que comunica con el Padre y abre al Espíritu, la puerta que comunica con todos y que nos abre al mundo. No nos dejes, Pastor bueno, cabeza y guía nuestro, te echamos de menos y te necesitamos.»





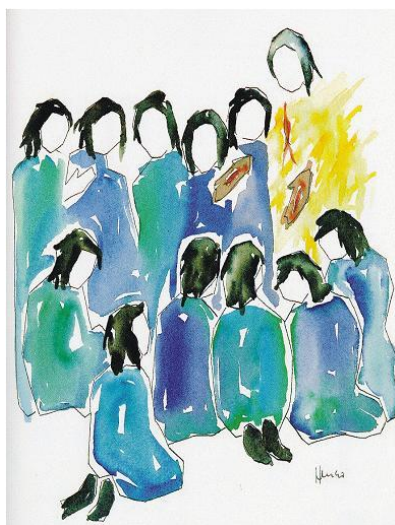
## JESÚS AMA SIEMPRE

*Prosiguen las reflexiones y súplicas de Nicodemo rescatadas del olvido y puestas aquí en estilo apretado. Él agradecerá a Jesús la capacidad nueva de amar que nota en los discípulos y en sí mismo, antes cobardes y retraídos, ahora valientes y decididos. Nacer de nuevo sí es posible, gracias a ese amor llegado de lo alto que ha rejuvenecido su corazón. Todos querrán imitar literalmente la entrega en cruz del Maestro. Durante un buen número de años y en muchos lugares, todos los seguidores y seguidoras del Galileo estarán amenazados de muerte, muchos serán sacrificados, por causa de Jesús y del nuevo camino, insoportable para algunos porque denunció la corrupción y mentira del mundo político y religioso de aquel tiempo.*

«Los discípulos supieron pronto que los dirigentes habían acordado quitar de en medio a Jesús de Nazaret. Judas fue excusa y trampa. Por eso él será el primer redimido, porque en ese momento fue el último y más necesitado. Jesús bajó hasta los infiernos, según una antigua tradición, para rescatar a los hijos de Dios expectantes, perdidos en las sombras de la muerte. Allí Jesús

besó a Judas, allí lo tomó de la mano y cargó sobre su espalda, llevándolo al reino de la luz y de la vida. No pudo ser de otra manera para los que conocieron bien al Maestro, incluido el mismo Judas. 'Tan pronto como Judas salió, Jesús dijo: Ahora ha sido glorificado el hijo del hombre y Dios en él. Hijos míos, voy a estar ya muy poco tiempo con ustedes. Les doy un mandamiento nuevo: ámense los unos a los otros, así como yo los he amado'. No resultará fácil en lo concreto AMAR a todos sin distinción ni discriminación, incluyendo a los que nos desprecian. Señor, el nivel de amor que tú nos dejaste es muy alto y exigente. Tú sabes cuánto nos costó perdonar a Judas. Juan el joven discípulo se resistió impaciente a perdonar. Solo pudo recuperar la paz cuando oyó en su interior tus mismas palabras: ¡Amen como yo les amé! Su deseo fue salir corriendo para abrazar a Judas. En verdad Judas solo encontró la paz junto a ti, Señor, en el paraíso, gozoso y recuperado. Conociéndote, ya nadie podía dudarlo. Qué pensar y qué hacer de cuantos te despreciaron y maltrataron con tanta crueldad, y de aquellos que hacen ahora la vida imposible a tus valientes seguidores y seguidoras. Esta es mi súplica, Jesús, dame a entender cómo tú me acoges, me amas y me perdonas, para que yo ame, acoja y perdone como tú. Juan el joven discípulo contó de tu modo de ser que tu amor era "ciego", solo veías al niño bueno que todos llevamos dentro, era ciego porque sólo atendía a razones para amar más, que sólo veías el bien olvidando el mal de cada uno. Enséñame, Señor, un amor que no falle nunca. El manantial inagotable de donde tú sacas tanto amor es el PADRE. Juan me contó que tú les hablabas del Padre con mucho calor y confianza, les confesaste que el Padre te llenaba continuamente de amor y de atenciones, que estar con Él al atardecer quitaba tus temores, y que al amanecer ponía en tu corazón un afán infinito por darte del todo a todos. Cuando los discípulos te veían conmovido hasta las lágrimas por el dolor o la pena de alguna persona, comentaban: 'Es

el Padre'. El viejo Nicodemo nacerá de nuevo si puede imitarte amando sin distinción.»



## EL AMOR VENCÍÓ AL ODIO

*Nicodemo explicó el secreto del gran amor de Jesús por todos: es el Padre Dios quien nos ama así con un amor eterno, desde siempre y para siempre, como de grande es el corazón del hijo Jesús. La preocupación del viejo discípulo será esta vez que no queden archivados el mensaje y la persona del Salvador. Nicodemo recuerda su primer encuentro con el Cristo ya resucitado, pero teme asimismo olvidar y perder ánimo. Nicodemo quiere ser un hombre que proceda "en espíritu y en verdad", de fe honda y personal. Le da confianza pensar en la promesa de Jesús: "El Padre y yo viviremos con ustedes".*

«Señor, gracias por tu repetida invitación a que tengamos paz, tu primer regalo tras la resurrección, la paz que tú nos das vale un tesoro. Cada día al levantarme, cuando amanece el Sol luminoso, te recuerdo. Temo olvidar tu aspecto y tus palabras cuando te dirigiste a mí viéndome triste por tu ausencia: -'Nicodemo, anímate, la Paz contigo. No olvido tu presencia y ayuda junto a la cruz y en el sepulcro. No temas, amigo, la Vida ha superado a la Muerte, el Amor al Odio. Sé feliz, sé valiente, que mi amor y mi Paz te acompañen siempre. Nicodemo, no me olvides, cuento contigo'. La Paz, el AMOR, la Esperanza, la Vida, cuatro fuertes columnas para reconstruir mi vida y mantenerla firme. Al recordar tu rostro transfigurado, confieso que tú eres la fuente de toda consolación, tú curas mi pena y desespero junto a la cruz y en la cruz de cada día. Señor, yo creo en ti, quiero vivir de ti. Pasaré de la muerte a la vida si amo de verdad, más con las obras que solo de palabra. ¿Amar? Es generosidad, paz, confianza, libertad, alegría y bondad. Que tus discípulos trabajemos juntos en lo que tú quieres: un mundo nuevo de paz y fraternidad. La fuerza de tu Espíritu que nos prometes vencerá nuestros miedos y egoísmos, amansará nuestro afán de poseer y de dominar. Viviremos juntos, el Espíritu, el Padre, tú mismo y nosotros, en una casa común donde todos tendremos un lugar, calor y alimento. La casa donde habitaremos, Dios y nosotros, es el mundo, será ya Reino de Dios, el sueño del Creador por fin realizado. Contigo será posible, porque has vencido a la muerte, sin ti no podemos nada. No nos dejes solos.»

## QUÉDATE CON NOSOTROS, PORQUE OSCURECE

*Recordando y celebrando la Ascensión del Señor, Nicodemo rezará en su comunidad. Unido al resto de los creyentes, pedirá con insistencia: "Quédate con nosotros". Jesús dejó el lugar de Dios para hacerse hombre y siervo de todos, ahora tras su Muerte y Resurrección, se le confiesa "sentado a la derecha del Padre", será su señorío y su relación privilegiada con Dios nuestro Padre. Su desplazamiento no es alejamiento, sino presencia y trabajo por nosotros y con nosotros. Los discípulos pudieron quedar mirando al cielo, pero son invitados a mirar a la tierra, mirar al futuro y salir en misión. En esa cita misteriosa de Galilea, imaginaremos con los apóstoles a otros muchos, a José de Arimatea, a la Magdalena y Nicodemo, los amigos de Emaus. En la montaña de Galilea vieron a Jesús resucitado resplandeciente por su bondad y belleza, mas a punto de ocultarse ya, como el sol, para no deslumbrarnos más.*

«Inspirado en aquellos discípulos temerosos de la noche, pero ávidos de tu presencia, quiero rezar por todos los pueblos de donde llegan a nosotros la presencia de tantas tinieblas, muerte y violencia, pueblos lejanos de mucha necesidad de evangelio. Diré con fe: Quédate con nosotros, Señor, acompáñanos aunque no siempre hayamos sabido reconocerte. Quédate con nosotros, porque nos rodean densas sombras, tú eres la Luz, y en nuestros corazones se insinúa la desesperanza. Nos cuesta mucho reconocerte en el pan partido, en el hermano de cerca y en el enemigo. Cansados del camino, tú nos recomfortarás, queremos ser testigos de la vida resucitada. Quédate con nosotros, Señor, cuando nos surgen las nieblas de la duda o del cansancio. Quédate en nuestras comunidades, sostenlas en sus dificultades, dales consuelo en su cruz y sus sufrimientos, en la fatiga de cada día. Tú que eres

la Vida, quédate en nuestros hogares, que se ame y respete siempre generosamente la vida de todos. Quédate, Señor, con nosotros entre los más vulnerables, los más pobres y los enfermos incurables, los emigrantes, los ancianos abandonados. Quédate, Señor, con nuestros niños y con nuestros jóvenes, esperanza del Reino y del mundo. Fortalece en todos nosotros la fe en ti para que seamos tus discípulos y tus misioneros.»

## **NACER DE NUEVO DEL ESPIRITU**

*Los discípulos recibieron una fuerza divina, el Espíritu Santo, que les dio confianza y empujó a la misión. Deberán salir del Templo y de las casas. Es hora ya de dar a conocer el nuevo Camino de Jesús. La víspera de cada domingo al anochecer, los primeros cristianos se reunirán en la casa de uno de ellos. Temen las denuncias y se ocultan. Las autoridades políticas y religiosas los amenazan y obligan al silencio, les impondrán penas de cárcel. Nicodemo pudo encontrarse en aquella reunión de apóstoles y discípulos. Su presencia les dio ánimo a todos. Él mismo amenazado e inseguro, pedirá fortaleza y más decisión por el Reino de Dios. Recordó la recomendación de Jesús “Nicodemo, deberás nacer de nuevo, del agua y del Espíritu que el Padre enviará”. El discípulo de la última hora oró así:*

«Envía, Señor, tu Espíritu que sustente y refuerce nuestro propio espíritu que es de natural frágil y cobarde. Que el Espíritu de Dios encienda en nosotros una LUZ interior, suave pero firme, que quite las sombras de la duda y las tinieblas de la desesperanza. Que nos

ilumine cuando en verdad no sabemos qué hacer. Espíritu Santo, amor infinito e increado, manantial inagotable de amor, derrama en el corazón de tus discípulos el amor que todo lo puede, que todo lo disculpa, que siempre ama, que ama sin ser amado, que comprende aunque sea incomprendido. Que por tu gracia, el nombre y el rostro de nuestro amado JESUCRISTO queden imborrables en nuestra mente, que sus palabras y modo de ser permanezcan por siempre impresos en nuestro corazón. Que nuestra fe en Jesús sea amistad, que no olvidemos su vida y su muerte por nosotros. Envía, Señor, tu Espíritu que renueve la vida de las personas y los grupos que habitan nuestra tierra, que acabe toda violencia y malos tratos, que no veamos más niños abandonados o explotados, que desaparezca el sufrimiento injusto de tantos. Espíritu Santo, dame valentía para anunciar la buena noticia y para denunciar los males que rebrotan sin cesar. Por los nuevos cristianos, la nueva Iglesia, por los que buscan algo diferente, por los jóvenes en la noche cansados de esperar un amanecer que no llega. Que todos veamos pronto signos de un mundo nuevo en paz, lleno de humanidad y bendiciones para todos.»



## MANOS AMIGAS

Manos de alfarero  
trabajan mi arcilla tierna  
acariciando dan forma y belleza,  
fragilidad y pobreza.  
Me dejaré hacer a su imagen,  
trabajador incansable  
haciéndome suyo.

Manos de padre  
dan la mano y acompañan.  
Mi vida en sus manos.  
Él me levanta y abraza  
me recibe en la casa,  
me lleva de su mano  
a la mesa que prepara.

Manos que abrazan mi indigencia y mi pecado,  
padre y madre que reconforta.

Manos de pastor guían mis pasos  
por un camino llano,  
él va conmigo, no temo.  
Si me pierdo me toma en su brazo,  
cura mis heridas;  
si cansado  
me acaricia y consuela.

Él me anima a seguir el camino y vigila mis pasos,  
dejándome libre.



Manos de viñador,  
que cuidan su viña y mi vida,  
que esperan los frutos.  
Él riega la tierra con el sudor de su frente  
y su agua buena;  
su mano podará lo reseco, limpiará lo que estorba.  
Con él, sarmiento en la vid, correrá por mis venas  
su misma vida.

Manos amigas  
estrechan las nuestras,  
acarician y sanan.  
Manos heridas que sufren y rezan  
deseos y menosprecios.  
Manos que tiemblan y hablan  
en silencio.

N.M.

07. 2014

