

Camino hacia la Pascua Cuaresma 2008



Te damos Gracias, Señor,
porque siempre eres grande con nosotros.
En estos días tú nos convocas
para que reconozcamos nuestra realidad
y volvamos a los caminos de tu Amor.
Confesamos, Señor, que, como niños pequeños,
queremos vivir de antojos a nuestra medida
y caminar por caminos que no son los tuyos.
Tú, Dios de bondad.
gritas y sales a nuestro encuentro
para que volvamos sobre nuestros pasos.
Gracias te damos, Señor, Dios Santo,
fuente de toda santidad
que quieres que todos seamos santos.
Gracias, te damos, Señor, Dios Santo,
por tus continuas invitaciones
para que seamos santos como tú eres santo.
En esta Cuaresma, damos gracias
de seguir el camino de tu Hijo Jesús,
que vive y reina por los siglos de los siglos. Amén

Días de ceniza

Una mirada

Una presencia

Una caricia

Un Dios rico en misericordia y esperanza

Una alegre invitación: El Padre ve en lo escondido

✠ Miércoles de Ceniza – día 6



“Dejaos reconciliar con Dios. Ahora es tiempo de la gracia; ahora es el día de la salvación”

Me das una oportunidad, Señor. Me llamas a la conversión. No me faltan ganas, me faltan fuerza. Si tú me ayudas lograré seguir tu camino, y vivir una vida auténtica.

_____ Sugerencia _____

- Para caer en la cuenta de tu deseo de conversión, deja una Biblia en un lugar visible, para que te lo recuerde.
- Puedes llevar una piedra en el bolsillo recordándote que desees cambiar tu corazón de piedra.

✠ Jueves después de Ceniza – día 7



“Te pongo delante vida y muerte, bendición y maldición”

Contigo elijo la vida, Señor. Quiero vivir amándote, gastar mi tiempo en los hermanos, disfrutar de lo que me regalas. Tú me alegras el corazón y me llenas de fortaleza.

_____ Sugerencia _____

- Recordar ocasiones en las que el Señor me ha salido al encuentro
- Hacer una lista de verbos en los que el Evangelio me invita a elegir.

✠ Viernes después de Ceniza – día 8



“El ayuno que yo quiero es este; Abrir las prisiones injustas... dejar libres a los oprimidos... partir tu pan con el hambriento, hospedar a los pobres sin techo, vestir al que ves desnudo...”

Me sugieres amar más en esta Cuaresma. Me pides que salga al encuentro del hermano desvalido, necesitado, triste... Hazme estar atenta al que está necesitado a mi lado, compílcame la vida en la construcción de tu Reino.

_____ Sugerencia _____

* Anota las veces que te “pillas” a ti misma mejorando la vida de los demás, (esto contentará a tu corazón y el de los demás)

✠ Sábado después de Ceniza – día 9



“Cuando destierres de ti la opresión, el gesto amenazador y la maledicencia... brillará tu luz en la oscuridad”

Tú, Señor, reparas mis fuerzas, sólo quieres que me convierta a ti para saciar mi sed, reconstruir mis ruinas y ser tú mi delicia. Tú me haces fuerte cuando amo

_____ Sugerencia _____

- Párate a reconocer tus “parcelas enfermas” y déjate sanar por Dios

Primera semana de Cuaresma

Desierto:

¿Quién eres tú?

¿Qué desea tu corazón?

¿Qué te hace vivir?

¿Qué te hace morir?

¿Qué, Quién te da consistencia?

✠ **Primer Domingo de Cuaresma – día 10**



“Así como por la desobediencia de uno todos fueron constituidos pecadores, así también, por la obediencia de uno sólo, todos serán constituidos justos”

Señor, tú te las arreglas para salvarnos, no te fijas en los fallos de cada uno, sino que es la grandeza de tu Amor, la que nos salva y da otra nueva oportunidad. Contigo siempre estamos salvados, contigo comenzamos de nuevo.

_____ Sugerencia _____

- Imagina que comienzas el día estrenando página nueva, escribe en ella tus dificultades, tus gozos, o tus momentos con el Señor.

✠ **Lunes de la Primera semana de Cuaresma – día 11**



“Seréis santos... no juraréis ni engañaréis, no explotarás a tu prójimo... no andarás con cuentos no declararás en falso... no te vengarás ni guardarás rencor, sino que amarás al prójimo como a ti mismo”

Tú eres salud para mi vida, Señor, me limpias de desamor, me invitas a la justicia, me alejas de la venganza y me haces una persona auténtica. ¡Contigo estoy salvado!

_____ Sugerencia _____

- Trae a tu oración nombres de personas que te necesitan

✠ **Martes de la Primera semana de Cuaresma – día 12**



“Como bajan la lluvia y la nieve del cielo... a fecundar la tierra, así será mi palabra.”

Me alimentas con tu palabra y refrescas mi espíritu, haciendo que brote de mí lo mejor para alimentar a otros y generar mejor vida, como es tu voluntad.

_____ Sugerencia _____

- Ora sintiéndote tierra reseca, fecundada con la palabra del Señor. Recuerdas textos del evangelio que sean significativos para ti.

✠ Miércoles de la Primera semana de Cuaresma – día 13



“Y vio Dios sus obras, su conversión de la mala vida; se compadeció...”

Señor; ¡cuantas veces te has compadecido, de mi fragilidad e incoherencias. Aquí me tienes, una vez más, intentando dejar la vida que no es Vida... Sólo vuelvo a caer y a distraerme, pero contigo, todo lo puedo porque tú me sostienes.

_____ Sugerencia _____

- Sé especialmente paciente, tolerante y cálido con las personas que hoy te rodeen.
- Recuerda situaciones en las que Dios ha ablandado tu corazón reseco y compártelo.

✠ Jueves de la Primera semana de Cuaresma – día 14



“Protégeme, Dios mío... Muéstrate en la tribulación. Pon en mi boca un discurso acertado... que no tengo otro auxilio fuera de ti”

Vengo ante ti, Señor, para que me protejas, cuando estoy desvalida o asustada, cada vez que la vida se complica, porque estoy segura en tu presencia, ya que tú eres mi auxilio y protección. Tú me haces hablar adecuadamente y me llenas de tu seguridad.

_____ Sugerencia _____

- Cae en la cuenta de tu necesidad de Dios y fragilidad a lo largo del día e hoy.
- Siéntete una persona habita y disfruta de la presencia del Señor

✠ Viernes de la Primera semana de Cuaresma – día 15



“... si practicas el derecho y la justicia, salvará su vida. Si recapacita y se convierte vivirá y no morirá”

Tú siempre me quieres dar otra oportunidad, Señor. Me tiendes la mano para que vuelva a ti, y en cuanto quiero reflexionar un poco, tú me envuelves en tu abrazo y me llenas de tu alegría y de tu optimismo desbordante.

_____ Sugerencia _____

- Cae en la cuenta de lo diferente que es tu hermano y lo bien que te sienta
- Ora y agradece al Señor ocasiones concretas en que te has sentido perdonada por personas o por él.

✠ Sábado de la Primera semana de Cuaresma – día 16



“Hoy te has comprometido a aceptar lo que el Señor te propone. Que él sea tu Dios, que tú iras por sus caminos”

Me invitas, Señor a seguirte, a que no me distraiga con otros dioses que se me ofrecen. A cambio, tú me guardarás, me llenarás de gloria, darás esplendor a mi nombre y llenarás de sentido mi vida.

_____ Sugerencia _____

- Intenta vaciar tu memoria de todo resentimiento ante el Señor y siente la salud del perdón.

Segunda semana de Cuaresma

Dios ilumina nuestra noche.

Dios resplandece cuando no lo esperamos o desesperamos.

Dios alumbra nuestro caminar para que le descubramos:

“Hijo amado del Padre”

✠ Segundo Domingo de Cuaresma – día 17



“Soportar conmigo los sufrimientos por el Evangelio, con la fuerza de Dios, que nos ha llamado a una vocación santa, no por nuestras obras, sino por su propia decisión”

Dios elige primero y nos va dando la fortaleza adecuada para salir airoso de las situaciones cotidianas con su presencia y con su Espíritu

_____ Sugerencia _____

- Sé fiel a tiempo diario de encuentro con el Señor

✠ Lunes de la Segunda semana de Cuaresma – día 18



“No hemos escuchado a los profetas. La medida que uséis, la usarán. El Señor es compasivo y perdona”

Señor, aunque me distraiga de ti, aunque abandone tus cosas, aunque apenas te recuerde... tú estás siempre esperándome y no me respondes con la misma moneda. Ayúdame a tratar a los otros con tanto amor como tú.

_____ Sugerencia _____

- Cae en la cuenta de la frecuencia con que juzgas a los otros. Proponte no hacerlo.

✠ Martes de la Segunda semana de Cuaresma – día 19



“Aprended a obrar bien; enderezad al oprimido, defended al huérfano, proteged a la viuda. ... Lo ha dicho el Señor”

Tú me guías por el camino de la vida, me sugieres acciones concretas, me invitas a amar a los que están mal, a involucrarme en carencias y me empujas a vivir buscando la justicia

_____ Sugerencia _____

- Intenta ser veraz y auténtica durante todo el día, pídele a Dios que te ayude.

✠ Miércoles de la Segunda semana de Cuaresma – día 20



“Señor, oye cómo me acusan. El Hijo del Hombre va a ser entregado”

A veces somos nosotros, los que maquinamos contra la gente, los que ponemos zancadillas al otro para sentirnos valiosos o superiores. No me dejes herir con la lengua, ayúdame a tratar al otro con ternura, con amor y comprensión.

_____ Sugerencia _____

- Pasa el día hoy atenta a servir más que a ser servida
- Reflexiona sobre tus “tentaciones” de poder y prestigio

✠ Jueves de la Segunda semana de Cuaresma – día 21



“Bendito el que confía en el Señor. Será un árbol plantado junto al agua, que junto a la corriente echa raíces”

Hoy me abandono en ti, mi Dios. Así mi alma se llena de gozo y tu amor me recorre como el agua, que hace brotar en mí el manantial de tu Amor.

_____ Sugerencia _____

- Analiza tu tiempo y tu manera de vivir y agradece al Señor tus beneficios

✠ Viernes de la Segunda semana de Cuaresma – día 22



“Lo vendieron por veinte monedas de plata. Lo empujaron fuera de la viña y lo mataron”

No permitas nunca, Señor, que haga daño a ninguna persona. Mantenme viviendo con amor, con los ojos atentos a las necesidades, con los oídos abiertos al grito del otro, con las manos dispuestas para construir fraternidad.

_____ Sugerencia _____

- En diálogo con el Padre, reconoce si hay en tu vida personas a las que minimizas o excluyes, como los labradores al hijo del propietario.

✠ Sábado de la Segunda semana de Cuaresma – día 23



“¿Qué Dios hay como tú que perdonas el pecado y absuelves la culpa? Celebremos fiesta porque este hijo estaba perdido y lo hemos encontrado.”

Gracias, buen Padre Dios. Siempre estás dispuesto a perdonarme, a buscarme cuando ando perdido, a salir a mi encuentro por todos los rincones, cuando me distraigo con los trajines de la vida. Por más que me esconda, siempre me encuentras.

_____ Sugerencia _____

- *Siente durante el día de hoy la fidelidad y el perdón de Dios en tu vida*

Tercera semana de Cuaresma

**Hay aguas que dan sed...
Y un agua que sacia toda sed...
Hay dioses que te tiranizan...
Hay un Dios que te da la Vida**

✠ Tercer Domingo de Cuaresma – día 24



“¿Nos has sacado de Egipto para hacernos morir de sed? La esperanza no defrauda. Soy yo, el que habla contigo”

El Señor nos rescata de las dificultades de la vida, o nos da los recursos para poder superarlas. Si esperamos en él, nunca nos defraudará.

_____ Sugerencia _____

- Pregúntate de qué tienes sed. Qué es lo que buscas con más ansiedad

✠ Lunes de la Tercera semana de Cuaresma – día 25



“Yo imaginaba... Ningún profeta es bien recibido en su tierra”

“Señor, ayúdame a ser valiente, aunque sienta rechazos o bromas cuando hablo de tus cosas. Tampoco a ti te entendieron los tuyos. Dame fuerza para manifestarme como quiero ser y como creo.

_____ Sugerencia _____

- Recuerda las veces que no te has sentido entendida o rechazada, preséntaselo al Señor

✠ Martes de la Tercera semana de Cuaresma – día 26



“No rompas tu alianza, no apartes de nosotros tu misericordia. Somos el más pequeño de todos los pueblos.”

Tú, Señor, te sirves de nuestra fragilidad, para hacernos fuertes; te quedas con nuestra incoherencia, para hacernos humildes; aprovechas nuestra tristeza para llenarnos de tu alegría.

_____ Sugerencia _____

- Ora por los defectos de los que viven contigo, aceptándolos y reconciliándote con cada uno de ellos.
- Lee el periódico o escucha la televisión con la mirada misericordiosa de Dios.

✠ Miércoles de la Tercera semana de Cuaresma – día 27



“¡Cuídate muy mucho de olvidar las obras del Señor! Los mandatos que me enseñó el Señor son nuestra sabiduría e inteligencia. Cuéntaselos a tus hijos y nietos.”

La Cuaresma nos enseña a seguir a Cristo, que es nuestro camino, nuestro programa y nuestra ley. Su vida entera es nuestra norma de conducta ¡Contémoslo a los otros!

_____ Sugerencia _____

- Reflexiona en tu oración sobre la propuesta de plenitud que ofrece Jesús.

✠ Jueves de la Tercera semana de Cuaresma – día 28



“Yo seré vuestro Dios y vosotros seréis mi pueblo. Caminad por el camino que os mando, para que os vaya bien”

Señor, no me dejes despistarme de ti, no permitas que siga otros dioses, reclama mi atención inmediata, atráeme a tus fuentes, que son las únicas que sacian mi sed.

_____ Sugerencia _____

- Ora por tus hermanos, reza por sus debilidades.
- Busca en tu interior lo que te separa de él

✠ Viernes de la Tercera semana de Cuaresma – día 29



“Yo curaré sus extravíos. Los amaré sin que lo merezcan. Rectos son los caminos del Señor: los justos andan por ellos...”

Cuando volvemos a ti, Dios nuestro ,nos haces caer en la cuenta de a plenitud que dejamos pasar y de la grandeza que tenemos por dentro, esperando florecer

_____ Sugerencia _____

- *Siente cómo el Señor cura tus extravíos y vuelve a reencontrarte*
- *En la oración, escucha la sabiduría del Evangelio que ilumina tu vida.*

✠ Sábado de la Tercera semana de Cuaresma – día 1



“ ¡Ea, volvamos al Señor! ¡Oh Dios! Ten compasión de este pecador”

Corramos todos al encuentro del Señor. Él nos llenará de vida, nos levantará el ánimo, nos llenará de misión y de sentido, nos invitará a amar y a construir justicia.

_____ Sugerencia _____

- Haz la cura de humildad, de escuchar más, aplaudir más a los otros y reconocer todo lo positivo.
- Cae en la cuenta de cómo Jesús hacía sentirse importante al que estaba con él.

Cuarta semana de Cuaresma

¡Queremos ver!

¡Me muero por ver lo que pasa!

Hace falta mucho tiempo para ver con profundidad,

Hace falta mucho tiempo

Para aprender a ver lo esencial

✠ **Cuarto Domingo de Cuaresma – día 2**



“La mirada de Dios no es como la mirada del hombre, pues el hombre mira las apariencias, pero Yahvé el corazón”

Tu mirada, Señor, no es como la nuestra, crítica y estructuradota, cruel incluso ,a veces; sino que la tuya está llena de Esperanza y Misericordia, de comprensión hacia cada uno de nosotros.

_____ Sugerencia _____

- Observa como miras a las personas, si con ternura y misericordia o exigencia e intolerancia.
- Al comenzar el día cae en la cuenta de tu capacidad de ver y contemplar

✠ **Lunes de la Cuarta semana de Cuaresma – día 3**



“Mirad, yo voy a crear un cielo y una tierra nueva. ... habrá gozo y alegría perpetua por lo que voy a crear.”

Tú nos ofreces, Señor, otra manera de estar en el mundo que nos producirá una alegría autentica. Conseguiremos la felicidad que todos andamos buscando. No nos dejes vivir de forma gris ni ser personas mediocres.

_____ Sugerencia _____

- Celebra la diversidad y la diferencia de las personas
- Proponte “biendecir” de los otros y de las situaciones

✠ **Martes de la Cuarta semana de Cuaresma – día 4**



“Por donde pase el agua, todos los seres tendrán vida, y crecerán toda clase de frutales dando cosecha cada luna”

Tú eres el agua viva, Dios mío, que apaga toda sed y ansiedad. Tú haces brotar la vida dentro del que te encuentra. Contigo uno vive una vida feliz y da el fruto del cariño, la acogida, la amistad, la justicia y la paz.

_____ Sugerencia _____

- Cae en la cuenta de cómo los miedos te roban solidaridad, naturalidad y osadía, y óralos un rato.

✠ Miércoles de la Cuarta semana de Cuaresma – día 5



“Exulta, cielo; alégrate, tierra; romped a cantar porque el Señor consuela a su pueblo y se compadece de los desamparados. ... ¿Puede una madre olvidarse de su criatura?”

Señor, tú eres nuestro Padre, nos cuidas como a las niñas de tus ojos, nos proteges de todo mal llenándonos el alma de risas y la boca de cantares. Tendríamos que estar continuamente cantando la alegría de tenerte, celebrando la fiesta de la vida.

_____ Sugerencia _____

- Date un paseo por tu entorno; cae en la cuenta de las diferencias sociales que existen

✠ Jueves de la Cuarta semana de Cuaresma – día 6



“Multiplicaré vuestra descendencia como las estrellas del cielo, y toda la tierra se la daré a los vuestros, para que la posean por siempre”

Tu paciencia, buen Padre Dios, es infinita. Por más que te fallemos tus hijos, tú siempre estás dispuesto a perdonarnos, a comenzar de nuevo, poniendo tú todo de tu parte. Gracias, Señor, por tu bondad y comprensión, desde el principio de los tiempos y hoy en día con cada uno de nosotros.

_____ Sugerencia _____

- Ora por el mundo, especialmente por las personas que viven sin Dios

✠ Viernes de la Cuarta semana de Cuaresma – día 7



“Decían los impíos: Acechemos al justo que nos resulta incómodo y se opone a nuestras acciones... y se gloria por tener Padre a Dios.”

A veces, Señor, nos decimos cristianos y actuamos en contra de los hermanos y al contrario de lo que tú nos propones, de amar y compartir, de perdonar al enemigo, de comprender al diferente y de seguir tus sendas de paz y misericordia. Conviértenos a ti, Señor, de todo corazón.

_____ Sugerencia _____

- Ora por las personas que han triunfado más que tú en los distintos ámbitos de la vida, con respeto y ternura

- Reconoce las capacidades y dones que Dios te ha dado y agrádeclos, al tiempo que caes en la cuenta de si los utilizas al máximo o los minimizas

✠ Sábado de la Cuarta semana de Cuaresma – día 8



“El Señor me instruyó, juzgando rectamente, probando mis entrañas y el corazón, porque a él he encomendado mi vida”

Señor, aunque me ocurran cosas difíciles, yo sé que tú estás conmigo en todos los momentos de mi vida. Por eso nada temo y siento felicidad y alegría desbordante, en la medida en que vivo consciente de tu presencia.

_____ Sugerencia _____

- Haz una relación de las actividades, personas y cosas que te acercan a Dios.
- Recuerda cómo te ha ido instruyendo Dios en sus sendas.

Quinta semana de Cuaresma

¡Si hubieras estado aquí mi hermano viviría!

Al lado de Dios, sólo hay vida...

El Señor habrá los candados de la muerte.

✠ Quinto Domingo de Cuaresma – día 9



“Yo os sacaré de vuestras tumbas, os infundiré mi espíritu, y viviréis; os estableceré en vuestra tierra y sabréis que yo soy Dios”.

Tú, Señor, nos sacas de todo lo que es muerte en nuestra vida, nos llenas de tu fuerza y cambias nuestra forma de estar en el mundo. Tú eres quien llenas de sentido nuestro vivir cotidiano.

_____ Sugerencia _____

- Viven el día de hoy en el momento presente, sin otros miedos ni preocupaciones

✠ Lunes de la Quinta semana de Cuaresma – día 10



“¡Ven, siéntate con nosotros y explícate, porque Dios mismo te ha nombrado anciano!”

Señor, que no juzguemos a la ligera, que sepamos sentarnos a escuchar, que todo el mundo merece su defensa y somos muy ligeros en condenar. Danos tu misericordia infinita para entender a los hermanos con amor.

_____ Sugerencia _____

- Pon tu corazón en actitud fraterna y ve un hermano en cada persona con la que trates hoy

✠ Martes de la Quina semana de Cuaresma – día 11



“El Señor mira la tierra para escuchar los gemidos de las gentes y liberar a los condenados a muerte”

Señor, menos mal que tú te ocupas de nosotros, que echas una mirada amorosa al mundo, que está pasando uno de sus peores momentos. Guerras, hambre, inmigración, lujo, consumismo, vacíos... Ayúdanos a salir de esta situación, Señor, que hagamos la revolución de los hermanos.

_____ Sugerencia _____

- Agradece al Señor, en oración, el haberte llamado para ser su discípula.
- Estate atenta todo el día para sentir a Dios como compañero de tu día.

✠ Miércoles de la Quina semana de Cuaresma – día 12



“No adoraremos a becerros de oro, no queremos adorar a otro Dios más que a ti, Señor”

No permitas, Señor, que adoremos los dioses que nos seducen, las ofertas de nuestra sociedad, el prestigio, el poder y el dinero... Céntranos en ti Señor, y sugiérenos el modo y la manera de vivir una vida en ti y para los demás.

_____ Sugerencia _____

- Comparte tu fe con alguien, para valorarla y celebrarla

✠ Jueves de la Quina semana de Cuaresma – día 13



“Te haré crecer sin medida... Mantendré mi pacto contigo. Yo seré tu Dios y el de tus descendientes”

Señor, tú sabes bien cuanto nos preocupan las gente que todavía no te conoce. Aunque hayamos fallado al transmití la fe, haz que las próximas generaciones crean en ti, que vivan acompañados de tu presencia, que sientan tu dinamismo en su historia. Abraza la gran familia humana, Señor.

_____ Sugerencia _____

- Mantente en oración constante, recordando a los hermanos que viven sin Dios

✠ Viernes de la Quina semana de Cuaresma – día 14



“El Señor está conmigo y nadie podrá contra mí. Tú que examinas al justo y sondeas lo íntimo del corazón... a ti encomendé mi causa.”

Contigo, señor, no vacilo ante nada, porque tú me das la fortaleza interior, y me vuelves seguro y adulto, aunque en el fondo me sienta como un niño, pero en ti, Dios mío, me crezco y dinamizo

_____ Sugerencia _____

- Ora y reflexión sobre tu opción de vida y lo que supone vivir contracorriente

✠ Sábado de la Quina semana de Cuaresma – día 15



“Ellos serán mi pueblo y yo seré su Dios. No se contaminarán más con sus ídolos porque yo les libraré y purificaré”

El mundo entro es tu pueblo, Señor, no olvides a ningún hermano sobre todo a los que se han dejado lleva por falsos dioses. Te necesitamos Señor, no nos dejes que caigamos en las tentaciones del mundo

_____ Sugerencia _____

- Comparte lo que eres, tienes y sabes con especial interés esta cuaresma que acaba

FELIZ Y SANTA CUARESMA

Adaptación de “La Oración en Cuaresma” de Mari Patxi Ayerra y Álvaro Ginel

Tmye