

ORACIONES DE LA MAÑANA

PARA REFLEXIONAR
Y ORAR
AL COMENZAR EL DÍA



Noviembre
2013

LUNES 4

Burros, más que burros

Dos burros estaban atados entre sí. a uno y otro lado, a cinco metros aproximadamente, su dueño había puesto dos montones de verde y rica alfalfa. torpes, como burros que eran, acuciados por el hambre, se empeñaron en comer cada uno del montón que tenían más cerca.

Tantas eran las ansias por comer, tanto el esfuerzo al tirar cada uno por su lado, tanta la obcecación y la cabezonería y tanto su egoísmo, que se agotaron sin probar bocado. a punto estuvieron, cada uno por su lado, de tocar con su hocico la hierba de enfrente pero no lo lograron. Eso aumentó más su sufrimiento, su angustia y su esfuerzo inútil. pasaron así una hora, hasta que, extenuados por el hambre, el trabajo y la rabia, cayeron al suelo a dos dedos (¡a dos dedos tan sólo!) de la alfalfa.

Dos vacas que pasaban por allí, en maravillosa camaradería, se pararon y, con parsimonia inteligente, liquidaron uno de los montones y, después, con idéntico entendimiento, acabaron con el segundo.

Este cuento pone de manifiesto una gran verdad, bueno quizás dos:

- La primera gran verdad es el tiempo y energías que gastamos en peleas y conflictos que no nos llevan a ningún lado. Tanto no nos llevan a ningún lado que perdemos lo esencial de la vida mientras estamos sometidos a estos conflictos. Que si mujeres y hombres, que si izquierdas o derechas, que si blancos o negros... guerras absolutamente innecesarias e irrelevantes.
- Y, lo segundo: ¿cuándo vamos a interiorizar que unidos a otros los objetivos serán más fácil de ser cumplidos? ¿por qué nos empeñamos en entender que el otro es una amenaza y no una oportunidad?



MARTES 5



ILUSIONES Y REALIDAD. Alejandro Jodorowski.

Un hombre que no sabía nada del campo, se hizo construir una casa en las afueras de la ciudad, junto a la carretera. Los fines de semana se encerraba ahí a descansar. Cierta vez un camión de carga dejó caer, por accidente, un saco de semillas. Nuestro ciudadano encontró los granos y sin saber que eran de manzanas, al verlos tersos, suaves, se imaginó que iba a nacer de ellos un árbol de ramas lisas, sin frutos, con hojas aterciopeladas. Lleno de entusiasmo enterró las semillas y cuando el árbol creció, gozó con la belleza de sus ramas tan suaves como brazos de mujer amada. La alegría le duró poco: creía que el árbol había llegado a la perfección, pero notó con disgusto que comenzaban a crecer unas protuberancias en el follaje. Exclamó: – “¡Se ha infectado! ¡Se está llenando de tumores!”

Pronto los bultos enrojecieron, comenzando a transformarse en manzanas. El hombre, enceguecido, siguió creyendo que eran excrecencias malignas y comenzó a vendarlas. En cada sitio que crecía un fruto, amarró con fuerza trozos de lino para impedir que la enfermedad se desarrollara. El árbol luchó con angustia tratando de crecer, pero estaba de tal manera comprimido que no pudo lograrlo. Como la savia no circulaba, ni las manzanas crecían, ni las hojas presentaban sus vientres al sol, el árbol fue languideciendo hasta secarse. Lleno de tristeza, el ciudadano abrió con mucha pena sus brazos junto al tronco ennegrecido y exclamó:

– “¡Pobre vegetal, hice lo que pude para salvarte de tu mal, pero el destino no quiso ayudarte! Justo cuando habías llegado a ser una planta de ramas lisas, sin frutos, con hojas aterciopeladas, intervino la peste y todo se malogró. ¡Descansa en paz!”

Cavó una gran fosa y sepultó los restos del manzano. Tomó otro puñado de semillas, las enterró y se puso a esperar que creciera un árbol liso y sin tumores. Para lo cual cubrió el sitio con una protectora campana de vidrio.

Alejandro Jodorowsky: Si la realidad no corresponde a nuestras ilusiones, las que están mal son nuestras ilusiones y no la realidad. Cuando veas que no logras lo que esperas, analiza lo que antes has obtenido y venéralo.

Extraído del blog conSentido.

MIÉRCOLES 6

DIOS TE QUIERE A TI

Si observas, a las personas a las que llamamos "buenas personas" son personas:

- ✓ Que necesitan pocas cosas y las cosas no son su centro;
- ✓ Que no van por la vida quejándose de todo; aman su vida;
- ✓ Que aceptan lo que son y tienen y no se comparan con otros/as;
- ✓ Que no viven para sí, sino que están abiertas a los otros; tanto es así que llegamos a decir que "no piensan en sí", sino en los demás;

Convertirse no es ser como tal persona. Convertirse es ser tú: tú, con tu originalidad, con tu personalidad, con todo eso que puedes ser, si de verdad te decides a serlo. Los modelos que tenemos delante no son para compararnos, son para animarnos a ser como ellos/as se animaron a ser.

Buenos días y recuerda que lo que Dios quiere de ti es que seas tú mismo. Te quiere en toda la originalidad que eres. Sin añadidos, sin imitaciones.

***Apaga los ruidos de tu corazón
Y escucha los gritos de Dios:
Quejas de los hombres que piden un poco de amor.
¡Entra en sintonía!
Dios emite sin interrupción.***

JUEVES 7

AMAR LO QUE SOMOS

Los animales del bosque se dieron un cuenta un día de que ninguno de ellos era el animal perfecto: los pájaros volaban muy bien, pero no nadaban ni escarbaban; la liebre era una estupenda corredora, pero no podía volar ni sabía nadar... Y así todos los demás.

¿No habría una manera de establecer una academia para mejorar la raza animal? Dicho y hecho. En la primera clase de carrera, el conejo fue una maravilla, y todos le dieron sobresaliente; pero en la clase de vuelo subieron al conejo a la rama de un árbol y le dijeron: "¡Vuela, conejo!". El animal saltó y se estrelló contra el suelo, con tan mala suerte que se rompió dos patas y fracasó también en el examen final de carrera. El pájaro fue fantástico volando, pero le pidieron que excavara como el topo. Al hacerlo se lastimó las alas y el pico y, en adelante, tampoco pudo volar; con lo que ni aprobó la prueba de excavación ni llegó al aprobadillo en la de vuelo.



Convenzámonos: un pez debe ser pez, un estupendo pez, un magnífico pez, pero no tiene por qué ser pájaro. Un hombre inteligente debe sacarle punta a su inteligencia y no empeñarse en triunfar en deportes, en mecánica y en arte a la vez. Una mucha fea difícilmente llegará a ser bonita, pero puede ser simpática, buena y una mujer maravillosa... porque sólo cuando aprendamos a amar en serio lo que somos, seremos capaces de convertir lo que somos en una maravilla.



Anthony de Mello

ORACIÓN: *Te doy gracias, Señor.*

*Señor te doy gracias por lo que soy, por lo que tengo.
Aunque no me suela dar cuenta de tantas y tantas cosas.
Hoy señor te ofrezco mi trabajo y mi esfuerzo.
Porque hoy si sé lo que soy y lo que tengo.
Gracias, Señor.
Amen.*

VIERNES 8

EL VIENTO Y EL SOL. Fábula.

El sol y el viento discutían para ver quién era el más fuerte.

El viento decía:

¿Ves aquel anciano envuelto en una capa?. Te apuesto a que le haré quitar la capa más rápido que tú.

Se ocultó el sol tras una nube y comenzó a soplar el viento, cada vez con más fuerza, hasta ser casi un ciclón, pero cuanto más soplabo tanto más se envolvía el hombre en la capa.

Por fin el viento se calmó y se declaró vencido. Y entonces salió el sol y sonrió benignamente sobre el anciano. No pasó mucho tiempo hasta que el anciano, acalorado por la tibieza del sol, se quitó la capa.

El sol demostró entonces al viento que la suavidad y el amor de los abrazos son más poderosos que la furia y la fuerza.



LUNES 11

LA MUÑECA DE SAL

Una muñeca de sal recorrió miles de kilómetros de tierra firme hasta que, por fin, llegó al mar. quedó fascinada por aquella móvil y extraña masa, totalmente distinta de cuanto había visto hasta entonces. "¿quién eres tú?", le preguntó al mar la muñeca de sal. con una sonrisa, el mar respondió: "entra y compruébalo tú misma".

Y la muñeca se metió en el mar. pero, a medida que se adentraba en él, iba disolviéndose, hasta que apenas quedó nada de ella. antes de que se disolviera el último pedazo, la muñeca exclamó asombrada: "¡ahora ya sé quién soy!".

- Siempre, o casi siempre, estamos empeñados en reivindicar nuestra propia identidad. nos avergüenza que nos confundan con otros. Queremos ser nosotros mismos. es una necesidad vital: ser yo.
- Pero ¿quiénes somos? ¿cuál es nuestra identidad? ¿cómo y dónde podemos descubrirla?
- Quizás el camino sea, no siempre separarnos del mundo, sino a veces identificarnos con todo aquello que me recuerda quién soy. mi familia, mis amigos, mi dios... estar indisolublemente unidos a ellos me permitirán ser yo en la más auténtica verdad.
- ¿Con qué personas te sientes más tú?
- ¿En qué situaciones te sientes más tú?
- ¿En la relación con dios sientes que tu identidad se expande?



MARTES 12

CON EL MARGINADO

DEL EVANGELIO DE LUCAS (4, 17, 21)

"Le entregaron el libro del profeta Isaías, desenrolló el volumen y encontró el pasaje en el que está escrito: "El Espíritu del Señor está sobre mí, porque me ha ungido. Me ha enviado a llevar la buena noticia a los pobres, a anunciar la libertad a los presos, a dar la vista a los ciegos, a liberar a los oprimidos y a proclamar un año de gracia del Señor" Enrolló el libro, se lo dio al ayudante de la sinagoga y se sentó; todos tenían sus ojos clavados en él; y él comenzó a decirles: "Hoy se cumple ante vosotros esta Escritura".

Oración.

Señor... Hoy quisiera pedirte por esos hombres y mujeres que no tienen donde permanecer. Te pido por ellos, por los que van de pueblo en pueblo; de ciudad en ciudad; de albergue e albergue; de portal en portal, con todo su ajuar a cuestas estrujado en un miserable saco.

Te pido por esos hijos de nadie, por esos, porque precisamente por eso son más hijos tuyos... Te pido por todos los desencajados de la sociedad. Que encuentren cobijo cuando lo necesiten.

Ellos son también tus hijos, Padre. Mueren como si buscaran la muerte; mueren y se les llora poco, algunos, incluso, se alegran con su muerte. Hazles descubrir que esta vida nuestra es hermosa. Que encuentren amor y comprensión y no personas que les juzgan y condenan.

Te pedimos, Señor, por los ancianos olvidados, por tantos niños explotados, y por quienes no han conocido un padre, por los que se ven obligados a vender su cuerpo, por quienes sólo conocen la calle como hogar. Que encuentren alguien que les ame totalmente. Que encuentren.

Gloria al Padre...

MIÉRCOLES 13

Oración.

Si puedo hacer, hoy, alguna cosa,
si puedo realizar algún servicio,
si puedo decir algo bien dicho,
dime cómo hacerlo, Señor.

Si puedo arreglar un fallo humano,
si puedo dar fuerzas a mi compañero,
si puedo alegrarlo con mis palabras,
dime cómo hacerlo, Señor.

Si puedo ayudar a quien me necesite,
si puedo aliviar algún dolor,
si puedo dar más alegría,
dime cómo hacerlo, Señor.

JUEVES 14

LA NUBE Y LA DUNA. Paulo Coelho.

Una joven nube nació en mitad de una gran tempestad en el mar Mediterráneo. Pero ni siquiera tuvo tiempo de crecer allí: un fuerte viento empujó todas las nubes hacia África. Sólo que, al llegar al continente, el clima cambió: un sol generoso brillaba en el cielo y debajo se extendía la arena dorada del desierto del Sáhara.

Como a las nubes jóvenes les ocurre lo mismo que a los jóvenes humanos, nuestra nube decidió separarse de sus padres y de sus amigos de infancia para correr mundo.

– ¿Qué estás haciendo? –se quejó el viento–. ¡El desierto es siempre igual! ¡Vuelve a la formación y vamos al centro de África, donde hay montañas y árboles deslumbrantes!

Pero la joven nube, rebelde por naturaleza, no obedeció; después de mucho pasear, se dio cuenta de que una de las dunas le sonreía. Vio que también ella era joven, recién formada por el viento que acababa de pasar. En ese mismo instante se enamoró de su cabellera dorada.

– Buenos días –le dijo–. ¿Cómo es la vida allí abajo?

– Tengo la compañía de las otras dunas, del sol, del viento y de las caravanas que de vez en cuando pasan por aquí. A veces hace mucho calor, pero se puede aguantar. ¿Y cómo se vive por ahí arriba?

– También están el viento y el sol, pero la ventaja es que puedo pasear por el cielo y conocer muchas cosas.

– Para mí, la vida es corta –dijo la duna–. Cuando el viento regrese de los bosques, desapareceré.

– ¿Y eso te entristece?

– Me da la impresión de que no sirvo para nada.

– A mí me pasa lo mismo. En cuanto sople un viento nuevo, me marcharé hacia el sur y me transformaré en lluvia. En cualquier caso, ése es mi destino.

La duna caviló un poco y, al cabo, dijo:

– ¿Sabías que, aquí en el desierto, nosotros llamamos a la lluvia "el Paraíso"? He escuchado varias leyendas de las que cuentan las viejas dunas. Ellas dicen que, después de la lluvia, nosotras nos quedamos cubiertas de hierba y de flores. Pero nunca sabré lo que es eso, porque en el desierto es muy raro que llueva.

– Si quieres, yo puedo cubrirte de lluvia. Aunque acabo de llegar, ya estoy enamorada de ti, y me gustaría quedarme aquí para siempre.

– Nada más verte por primera vez en el cielo, yo también me enamoré –dijo la duna–, pero si transformas tu linda cabellera blanca en lluvia, acabarás muriendo.

– El amor nunca muere –dijo la nube–. Apenas se transforma; y yo quiero mostrarte el Paraíso.

Y se puso a acariciar a la duna con pequeñas gotas, durante mucho tiempo, hasta que apareció el arco iris. Al día siguiente, la pequeña duna estaba cubierta de flores. Otras nubes que pasaban en dirección al centro de África pensaban que eso era parte del bosque que estaban buscando y dejaban caer más lluvia. Veinte años más tarde, aquella duna se había transformado en un oasis, donde los viajeros se refrescaban a la sombra de los árboles. Todo porque, un día, una nube enamorada no había tenido miedo de dar su vida por amor.

Paulo Coelho

VIERNES 15

UNO DE TANTOS

**Te doy gracias, Señor
porque soy como los demás,
tan lleno de poder y debilidad,
tan movido por anhelos
y sepultado por miedos,
tan dispuesto a lo más divino
y a lo más rastrero.**

**Te doy gracias porque mi corazón
late unos días con fuego,
con pobre rescoldo otras veces,
porque miro en el espejo de dentro
y descubro cicatrices sanadas por ti,
y heridas que aún supuran.**

**Por los errores
que atemperan la tentación
de erigirme en juez de veredictos ajenos.
Por los aciertos, escuela de posibilidades.**

**Por la ternura y el amor,
que a veces doy y siempre pido,
por saberme tan de barro,
y tan de Ti...**

José María Rodríguez Olaizola

LUNES 18

LO GRANDIOSO DE LO COTIDIANO

Siento que Dios está en la cotidianidad de mi vida. Tengo que referirme al momento presente, ya que la experiencia de la fe es para mí absolutamente dinámica y cambiante.

Siento que Dios está en lo cotidiano de mi vida. No me espera a un hora fija, sino que simplemente está en mí y en todo lo que me rodea haciéndose notar más o menos.

Cuando cada mañana voy al trabajo, por una carretera preciosa, hago treinta kilómetros de acción de gracias por el nuevo día, por la vida, por la alegría de la luz, porque me siento privilegiada al poder admirar la belleza del amanecer, de la creación que despierta.

Durante el día son las personas, en el trabajo, en la familia, en los diferentes grupos con los que comparto alguna actividad, las que me obligan a ser consecuente con lo que creo.

Nunca puedo aparcas valores como el respeto, la justicia o la solidaridad. Considero que cada encuentro con otra persona es muy importante y no puedo referirme a momentos más significativos. Sí que es especial el pequeño espacio de la noche, cuando se va haciendo silencio y repaso el día que termina, todo lo que he recibido, los aciertos y los errores.

Es la hora de la reconciliación y de la paz, aunque dure sólo unos minutos.

Oración.

Hoy, Señor, al comenzar este nuevo día
te ofrezco todo lo que soy y lo que tengo.

Te ofrezco las pequeñas cosas que suelo hacer cada día:
el esfuerzo que supone levantarse,
la rutina de vestirse, desayunar e ir al colegio,
la monotonía de las clases
y la satisfacción de estar con mis amigos.

Te presento el tiempo de estudio y el descanso,
la relación con mis padres
y el sacrificio de colaborar en las cosas de casa.

Gracias, Señor,
porque todo, aún lo más ordinario y cotidiano,
es una oportunidad que me das para vivir intensamente,
poniendo amor en todo lo que hago.

Que al final del día, sienta la cercanía de tu presencia
y la satisfacción de saber que en este día
he hecho lo que a ti te agrada.

MARTES 19

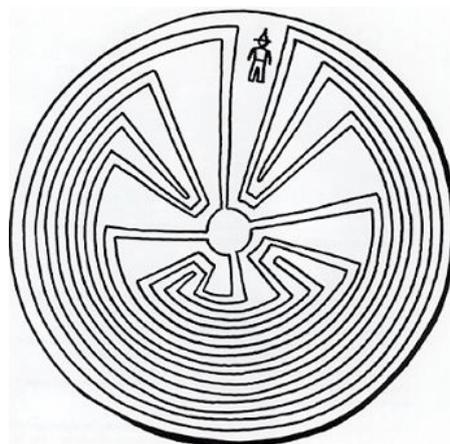
El ser humano siembra un pensamiento y recoge una acción.

Siembra una acción y recoge un hábito.

Siembra un hábito y recoge un carácter.

Siembre un carácter y recoge un destino”

- Hay gente que se consideran personas de buena suerte y otras como personas de mala suerte.
- Pero si lo analizamos bien tanto unos como otros viven, en general, los mismos avatares de la vida... entonces, ¿qué cambia? La actitud con la que se enfrentan a las situaciones difíciles.
- No es lo mismo vivir el dolor de una manera resignada, sino como una nueva posibilidad para aprender.
- No es lo mismo vivir la soledad como una condena, sino como una oportunidad para mejorar como ser humano.
- No es lo mismo vivir un desencuentro como un destino, o como una oportunidad para crecer.
- LA ACTITUD la ponemos nosotros. En tus manos está cómo quieres vivir la vida que te toca vivir.
- **¿Te consideras una persona con buena suerte o con mala suerte?**
- **¿Has tenido muchas dificultades en la vida?**
- **¿Cuál es tu actitud ante la vida, la de sentirte un afortunado o un desgraciado?**



MIÉRCOLES 20

DECLARACIÓN DE LOS DERECHOS DEL NIÑO

Este día, en 1959, se firmo la Declaración de los Derechos del niño. Son 10 principios básicos que sirven de guía a todos los países para elaborar leyes sobre el menor. Artículo 1º: "Estos derechos serán reconocidos a todos los niños sin excepción alguna por motivos de raza, color, sexo..."

Reflexión para este día: LOS NIÑOS APRENDEN LO QUE VIVEN

- Si un niño vive criticado,
aprenderá a criticar,
- Si un niño vive con hostilidad,
aprenderá a pelear,
- Si un niño vive avergonzado,
aprende a sentirse culpable,
- Si un niño vive con tolerancia,
aprende a ser tolerante,
- Si un niño vive con estímulo,
aprender a confiar,
- Si un niño vive apreciado,
aprende a apreciar
- Si un niño vive con equidad,
aprende a ser justo,
- Si un niño vive con seguridad,
aprende a tener fe,
- Si un niño vive con aprobación,
aprende a quererse,
- Si un niño vive con aprobación y amistad,
aprende a hallar amor en el mundo



JUEVES 21

SU MAYOR FORTALEZA. Fábula.

Marcos, un niño de 10 años, decidió estudiar judo a pesar de haber perdido su brazo izquierdo en un terrible accidente.

Comenzó a tomar clases con un anciano maestro japonés. Marcos se esforzaba tanto como podía y no podía entender por qué después de tres meses, el maestro sólo le había enseñado un movimiento de esta disciplina.

–Maestro –dijo el niño– ¿No debiera estar aprendiendo más movimientos?

–Este es el único movimiento que sabes, pero es el único que necesitaras saber.

Sin comprenderlo bien, pero creyendo en su maestro, Marcos siguió entrenando y confiando en su buen criterio, repitiendo una y otra vez, con constancia el movimiento.

Meses más tarde, el maestro llevó a Marcos a su primer campeonato. Para su sorpresa, ganó fácilmente sus dos primeros encuentros. El tercero resultó ser más difícil, su contrincante se impacientó y atacó; el niño usó hábilmente su único movimiento para ganar el encuentro. Marcos ya estaba en las finales.

Esta vez, su contrincante era mayor, más fuerte y con más experiencia. Al principio parecía que el niño estuviera a punto de perder. Preocupado de que Marcos fuese lesionado, el árbitro pidió un receso. Iba a detener el encuentro cuando el maestro dijo:

–Déjelo continuar, él puede.

Poco después de recomenzar el encuentro, su contrincante cometió un error crítico y bajó la guardia. Instantáneamente, Marcos empleó su movimiento para inmovilizarlo. El niño había ganado el encuentro y el campeonato.

De regreso a casa, el niño y el maestro repasaban cada movimiento. Entonces el niño se llenó de valor y preguntó:

–¿Maestro, cómo es que gané el campeonato con un solo movimiento?

–Ganaste por dos razones, primero casi dominas a la perfección uno de los movimientos más difíciles del judo. Segundo, la única defensa conocida para este movimiento es que tu contrincante te agarre por el brazo izquierdo.

La mayor flaqueza del niño se había convertido en su mayor fortaleza.

Jaume Soler y M. Mercé Conangla

"Aplicáte el cuento". Editorial Planeta

VIERNES 22

DONDE NO PUEDEN LAS FUERZAS... LLEGA EL CORAZÓN

Comprometerse a construir algo nuevo no es fácil. Se requiere constancia, esfuerzo, sacrificio... y cantidad de palabras que cada día, lamentablemente, van desapareciendo del vocabulario de nuestra vida. Quizás esta historia, que escuché hace unos años, te haga reflexionar esta mañana:

"En cierta ocasión, una anciana fue en peregrinación a un lejano santuario situado en una montaña, en plena estación de lluvias.

De camino, se detuvo en una posada para pedir alojamiento y pasar la noche antes de comenzar el ascenso a la montaña sagrada.

No podrá trepar por el resbaladizo barro de la montaña con este tiempo. Es imposible, -le dijo el posadero.

Será muy fácil -contestó la anciana-. **Mi corazón lleva años allí. Ahora sólo es cuestión de llevar mi cuerpo."**

PIÉNSALO:

Ningún esfuerzo, ningún sacrificio es grande... cuando te lleva a la meta que siempre has soñado; cuando sabes que vas a alcanzar el objetivo que siempre has tenido en el corazón.

LUNES 25

LA ORACIÓN DEL ALFABETO

Un pobre campesino que regresaba del mercado a altas horas de la noche descubrió de pronto que no llevaba consigo su libro de oraciones. Se hallaba en medio del bosque y se le había salido una rueda de su carreta, y el pobre hombre estaba muy afligido pensando que aquel día no iba a poder recitar sus oraciones.

Entonces se le ocurrió orar del siguiente modo:

«He cometido una verdadera estupidez, Señor: he salido de casa esta mañana sin mi libro de oraciones, y tengo tan poca memoria que no soy capaz de recitar sin él una sola oración. De manera que voy a hacer una cosa: voy a recitar cinco veces el alfabeto muy despacio, y tú, que conoces todas las oraciones, puedes juntar las letras y formar esas oraciones que yo soy incapaz de recordar».

Y el Señor dijo a sus ángeles:

«De todas la oraciones que he escuchado hoy, ésta ha sido la mejor, porque ha brotado de un corazón sencillo y sincero».

(Anthony de Mello)

ORACIÓN

Enséñanos, Señor,
el valor de lo sencillo,
el valor de los pequeños detalles.
Que no pensemos hacer grandes
cosas el día de mañana,
descuidando las pequeñas cosas
que podemos hacer hoy.

Queremos prestar atención
a los que nos rodean,
sobre todo a los que pasan
alguna necesidad.

Ayúdanos a comprometernos
con los que están más cerca:
la familia, los amigos,
los compañeros de clase,... .AMÉN

MARTES 26

BENDITO SEAS, POR TANTAS PERSONAS BUENAS

Bendito seas por tantas personas sencillas y buenas que viven y caminan con nosotros haciéndote presente cada día con rostro amigo de padre y madre.

Bendito seas por quienes nos aman sinceramente, y nos ofrecen gratuitamente lo que tienen y nos abren las puertas de su amistad, sin juzgarnos ni pedirnos cambiar.

Bendito seas por las personas que contagian simpatía y siembran esperanza y serenidad aún en los momentos de crisis y amargura que nos asaltan a lo largo de la vida.

Bendito seas por quienes creen en un mundo nuevo aquí, ahora, en este tiempo y tierra, y lo sueñan y no se avergüenzan de ello y lo empujan para que todos lo vean.

Bendito seas por quienes aman y lo manifiestan y no calculan su entrega a los demás, por quienes infunden ganas de vivir y comparten hasta lo que necesitan.

Bendito seas por las personas que destilan gozo y paz y nos hacen pensar y caminar, y por las que se entregan y consumen por hacer felices a los demás.

Bendito seas por las personas que han sufrido y sufren y creen que la violencia no abre horizontes, por quienes tratan de superar la amargura y no se instalan en las metas conseguidas.

Bendito seas por quienes hoy se hacen cargo de nosotros y cargan con nuestros fracasos y se encargan de que no sucumbamos en medio de esta crisis y sus ramalazos.

Bendito sea por tantos y tantos buenos samaritanos que detienen el viaje de sus negocios y se paran a nuestro lado a curarnos, y nos tratan como ciudadanos y hasta hermanos.

Bendito seas por haber venido a nuestro encuentro y habernos hecho hijos queridos, que podemos contar contigo y con tantos hermanos a pesar de nuestra torpeza y orgullo.

Florentino Ulibarri

MIÉRCOLES 27

UNOS OJOS PARA MIRAR

¿Por qué nos fijamos tanto en los ojos de las personas? Cuando alguien te dice: "Qué ojos más bonitos tienes", te sientes feliz. Se suele decir que "Los ojos son el espejo del alma", y nada hay tan hermoso como los ojos de un niño pequeño porque en ellos se transparentan claridad e inocencia. Agradece hoy a Dios que te haya dado unos ojos. Dale gracias porque puedes ver la luz del sol cada amanecer y porque puedes contemplar los ojos de los demás. Pídele unos ojos limpios para que puedas ver todo lo bello que hay a tu alrededor.

Salmo

A ti levanto mis ojos, Padre Dios,
a ti elevo mi corazón y mis manos al comenzar el día.
A ti encomiendo mi ser, mi vida entera.

Como los ojos del niño pequeño
están pendientes del padre y de la madre,
así están mis ojos puestos en ti, Señor,
esperando tu amor, recibiendo la vida,
seguros del perdón de quien ama.

Muchas veces siento que soy como el ciego del camino: tengo los ojos cerrados a la luz y siento duras escamas que me impiden ver lo bello que hay a mi alrededor.

Señor, ábreme los ojos a tu vida.
Enséñame a descubrir y a mirar
las cosas bellas que has puesto en mi vida.
Enséñame a ver lo bueno y bello
que has puesto en las personas que viven a mi lado.
Queremos ver el mundo con ojos limpios. Queremos abrir nuestros ojos a la luz de
tu evangelio. Queremos mirar la vida de frente y con sentido.

JUEVES 28

LA IMPORTANCIA DE UNA SONRISA

“Me estrecha la mano cordialmente y sonrío. Sonríe y ríe con espontaneidad, como un niño. Una sonrisa serena, amplia, liberadora. Experimento que la suya es una alegría contagiosa y sutil, una alegría que le sale de dentro, del alma, una alegría afable, apacible, que te hace olvidar las congojas que llevas entre pecho y espalda. Su alegría me hace sentir bien y ya nada me pesa...” Así describe un periodista el encuentro con un amigo a quien iba a pedir consejo.

Hay quien dice que en nuestro mundo no hay alegría. Si no la hubiera, ya habría estallado o se habría resecado. Hay alegría y personas que saben comunicarla. Simplemente tenemos que poner en práctica un pequeño gesto que siempre es agradable cuando lo vemos en los demás: **una sonrisa.**

Una sonrisa no cuesta nada pero vale mucho. Enriquece a quién la recibe sin empobrecer a quién la da. Dura sólo un instante, pero el recuerdo de esa sonrisa dura para siempre. Nadie es tan rico que puede vivir sin ella, ni tan pobre que no la merezca. Es la señal externa de la amistad profunda.

Una sonrisa alivia el cansancio. Da fuerzas al alma, y es consuelo en la tristeza. Una sonrisa puede ser un tesoro desde el momento que se da. Si crees que a ti la sonrisa no te aporta nada, sé generoso y da una de las tuyas, porque nadie tiene tanta necesidad de una sonrisa como quién no sabe recibir.

VIERNES 29

ALEGRÍA EN MEDIO DE TRISTEZA

Para terminar la semana me gustaría que conocieras a uno de los grandes artistas de la historia de la humanidad: Mozart. Aparte de ser uno de los grandes compositores de música fue una persona sencilla, que vivía en la pobreza pero creaba música para alegrar la vida de los demás. Apenas si tenía seis años y ya iba de la mano de su padre recorriendo ciudades y dando conciertos al clavecín de piano. Mozart era "el niño prodigio de la música".

A los diez años dejó asombrados a los holandeses, dando un insuperable concierto con el órgano más grande y complicado del mundo. A los catorce años fue llevado por su padre al Vaticano para que escuchase cantar un largo Miserere cuyas partituras guardaban con gran secreto, y estaba penado con excomuniación hacer copias de las mismas. Al joven Mozart le bastó escuchar una sola vez la larga obra para escribir luego la partitura con sólo tres errores.

De mayor trabajó toda su vida como compositor y músico de la corte. Pero su vida fue un continuo sucederse de miserias e infortunios. Vivió siempre entre estrecheces, pasando hambre y frío junto a su esposa Constanza, una muchacha joven de salud delicada. Tuvieron siete hijos de los que sólo sobrevivieron dos.

Sin embargo en su música nunca deja que aparezca la pena o la tristeza. En medio de tantas desgracias fue capaz de escribir melodías alegres y llenas de vida. El día de su entierro descargó una terrible tormenta. Tan sólo dos amigos suyos acompañaron el féretro, que fue enterrado en la fosa común destinada a los pobres.

Pero Mozart triunfó sobre las envidias, la enfermedad, las deudas y la misma muerte. En vez de dejarse vencer por la tristeza, fue capaz de componer las más bellas y alegres composiciones musicales que han perdurado hasta nuestros días.

REFLEXIÓN

En medio del trabajo del día a día, la alegría y el optimismo que manifestemos nos ayudarán a vivir mejor.