

## **Para Orar en Cuaresma**

### **Nuevas formas Penitenciales**

Las profundas transformaciones sociales y culturales de nuestro tiempo, hacen prácticamente anacrónicos y superados, usos y costumbres de vida hasta ayer... Las comunidades eclesiales, al igual que cada cristiano, están comprometidos en encontrar los modos más adaptados para practicar el ayuno y la abstinencia según el auténtico espíritu. Estos modos consisten en la privación y, en general, en una más radical moderación no sólo del alimento, sino también de todo obstáculo para la relación con Dios y la disponibilidad para el servicio desinteresado al prójimo. Recordemos algunos comportamientos que pueden hacernos esclavos de lo superfluo y cómplices de la injusticia:

- ? El consumo alimenticio sin medida.
- ? El uso excesivo de alcohol y tabaco.
- ? La búsqueda incesante de lo superfluo, aceptando acríticamente modas y reclamos publicitarios
- ? Los gastos anormales en fiestas populares y religiosas.
- ? Diversiones que no ayudan a la recuperación física y psíquica, que evaden de la realidad y de las propias responsabilidades.
- ? El activismo que no deja espacio para el silencio, la reflexión y la oración.
- ? El recurso exagerado a los medios de comunicación, que impide el diálogo familiar.

(Conferencia Episcopal Italiana).

### **¿que ayuno quieres, Señor?**

- ? Que no haga gastos superfluos.
- ? Que sea beneficioso para los que tienen menos que yo
- ? Que ofrezca mi tiempo al que me lo pida.
- ? Que prefiera servir a ser servido.
- ? Que tenga hambre y sed de justicia.
- ? Que me comprometa en la lucha con marginación.
- ? Que vea en cada ser humano a un hermano.
- ? Que vea menos TV y video, y dedique tiempo a la oración.
- ? Que ayune de tanta palabra superficial y tanta discusión inútil.
- ? Que no me considere dueño de nada
- ? Que ponga mis cualidades a disposición de los demás.
- ? Que prescinda de miedos y añoranzas, depresiones y cobardías.
- ? Que prefiera pasar necesidad, antes que la pase mi hermano.

? Que procure ser cada día más libre y sólo El sea mi Señor.

## **Dios mío ¿Por qué me has abandonado?**

Dios mío, Dios mío,  
¿por qué me has abandonado?  
A pesar de mis gritos, mi oración  
no te alcanza.  
¿Porqué me han abandonado  
incluso quienes dicen ser tus hijos?  
Más que hombre, soy gusano  
que pisan sin mirar los poderosos  
y una legión anónima de complacientes  
cómplices.  
En Ti confiaban nuestros padres,  
confiaban y los ponías a salvo  
Se alza hasta Ti  
como un clamor el hambre de los pobres,  
pero sus largos gritos no  
atraviesan las nubes.  
Tú eres quien me sacó del vientre,  
me tenías confiado en los pechos de  
mi madre;  
desde el seno pasé a tus manos,  
desde el vientre materno tú eres mi Dios.  
No te quedes lejos, que el peligro está cerca  
y nadie me socaie.  
Me acorrala un tropel de novillos.  
un cerco de leones que a mi costa  
rugen y descuartizan.  
Me devora en festín de dentelladas  
la fiera indiferencia,  
le asaltan a mi carne una jauría humana  
de mastines humanos.  
Lejos, al parecer, quedan sus dientes;  
queda su corazón, bien tapiados sus ojos,  
sordos como la muerte sus oídos.  
Pero Tú, Señor; no te quedes lejos;  
fuerza mía, ven corriendo a ayudarme.  
Librame de la miseria que degrada  
de la pobreza extrema que aniquila.  
Prefieren no mirar, pues, si miran,  
se les revolverán en el estómago  
las del último banquete.  
Cuando llamo a tu puerta,  
prefieren no mirar, ni ver sus perros

mientras me lamen de piedad las yagas.  
Apiádate de mí, que hasta me barren  
las migajas que caen de la mesa.  
Sálvame, Señor, de las fauces del león,  
salva en la noche a este pobre de las  
astas ciegas  
de una feroz manada.  
Pues se te rompe el corazón de Padre  
por el pobre y el hambriento  
mucho antes de que te grite y te pida auxilio.  
Te alabaré, Señor, llorando mientras muero.  
Te alabaré delante de tus fieles.  
Te gritaré, les gritaré llorando  
que los hambrientos quedarán saciados.  
Socórreme, Señor, en mi agonía.  
Socórrelos. Con tus mejores hijos e hijas  
cambia, Señor, la cara de esta tierra  
para que hablen de Ti a la generación futura  
y canten tu justicia a un pueblo nuevo  
que al fin ha de nacer.

(J. Mauleón. Salmos de ayer y hoy.)

### **Ir de jornalero por la vida**

Uno de los grandes retos de la vida espiritual es recibir el perdón de Dios. Hay algo en nosotros que nos hace aferrarnos a nuestros pecados y nos previene de dejar a Dios que borre nuestro pasado y nos ofrezca un comienzo completamente nuevo. A veces parece como quisiera demostrar a Dios que mi oscuridad es demasiado grande como para vencerla. Mientras Él quiere devolverme toda la dignidad de su condición de hijo suyo, yo sigo insistiendo en que me contentaría con ser un jornalero. Pero ¿Realmente quiero que se me devuelva toda la responsabilidad del hijo? ¿Realmente deseo que se me perdone totalmente y que me sea posible vivir de otra forma? ¿Tengo la suficiente fe en mi mismo y en una encomienda tan radical? ¿Deseo romper con mi tan arraigada rebelión contra Dios y rendirme a su amor tan absoluto que puede hacer que surja una persona nueva? Recibir el perdón implica voluntad de dejara Dios ser Dios de dejarle hacer todo el trabajo de situación, restauración y renovación de mi persona. Siempre que intento hacer yo solo parte del trabajo termino conformándome con soluciones del tipo «convertirme en jornalero».

(Henry JM Nouen)

Te pido que bendigas mi humana fragilidad  
Cura mis heridas y que no sangren más.  
Dame un amor que supere mi dolor, que sea capaz de amar  
a quienes me han causado tal dolor.  
Porque sólo perdonando encontramos nuestra naturaleza humana.  
Un amor que sepa perdonar y curar nos muestra quiénes somos:

frágiles vasos de arcilla, llenos de poder y aroma divino.  
Hazme más profundamente humano y acércame más hacia Ti,  
para que pueda conocer la alegría de perdonar de corazón.

(Joe Mannath)

### **Para Pedir Perdón**

Padre  
como el hijo pródigo,  
vuelvo otra vez sobre mis pasos  
y llamo a tu puerta.  
Sé que eres tú quien me atraes hacia ti  
y que he sido yo quien se ha marchado de  
tu casa.  
Acepto mi responsabilidad.  
¡Ya ves cuál ha sido el fruto de mi vida:  
estoy deshecho, abatido, roto!  
Y lo reconozco en tu presencia.  
Tú, Padre, lo sabes todo,  
pero quiero contarte quién soy yo:  
Soy pecador.  
Éste es el estado de mi vida...  
*(narrar mi situación ante Dios).*  
Te he manifestado mi intimidad, Padre,  
porque confío en Ti,  
porque te amo de nuevo con todo mi ser  
y quiero emprender la tarea de  
una vida nueva.  
Sí, Padre,  
he aquí mi corazón decidido a todo.  
¡Colabora conmigo  
para que llegue a transformarme!  
Te pido perdón en medio de mi Comunidad  
y unido a Jesucristo,  
tu hijo y mi hermano  
que vive contigo por los siglos.  
Amén.

(J. Burgaleta)

### **LITURGIA DE LAS HORAS**

Hoy que sé que mi vida es un desierto  
en el que nunca nacerá una flor  
vengo a pedirte, Cristo jardinero,

por el desierto de mi corazón.

Para que nunca la amargura sea  
en mi vida más fuerte que el amor,  
pon, Señor, una fuente de alegría  
en el desierto de mi corazón.

Para que nunca ahoguen los fracasos  
mis ansias de seguir siempre tu voz,  
pon, Señor, una fuente de esperanza  
en el desierto de mi corazón.

Para que no me busque a mí cuando te busco  
y no sea egoísta mi oración,  
pon tu cuerpo, Señor, y tu palabra  
en el desierto de mi corazón.

Enrique Martínez de la Lama, cmf

---

Publicado en Ciudad Redonda

[www.ciudadredonda.org/articulo/para-orar-en-cuaresma](http://www.ciudadredonda.org/articulo/para-orar-en-cuaresma)