



# **CORAZONES AFLIGIDOS**

## **Citaciones**

***Salvatore Martinez RnS, P. Fernando Sulpizi o.s.a.,  
P. Bernardo Olivera o.c.s.o.***

***Editado por Silvana Maria Luisa Boschieri***

## **PEQUEÑOS EJERCICIOS DE ADORACIÓN PARA LOS CORAZONES AFLIGIDOS**

*Las siguientes páginas presentan siete pequeños ejercicios de Adoración Eucarística para los corazones afligidos, escritos durante el tiempo de Cuaresma y de pandemia. El deseo que el Señor consuele estaba presente en mi corazón desde hace tiempo.*

*Estas páginas se componen con los escritos de tres Autores que tienen en el corazón a Jesús Eucaristía y que se consuman por el Señor acogiendo a las personas, donando Gozo y Paz.*

*Los Autores de los escritos son:*

*- Salvatore Martinez, ex- Presidente del RnS Italia, en su libro "Cristoterapia della Gioia" nos presenta en los pasajes escogidos la experiencia del Resucitado y la Adoración Eucarística, especialmente en la oración del "Roveto Ardente".*

*- Padre Fernando Sulpizi o.s.a., en su experiencia transmitida en "La Guarigione Spirituale" y "Il Sacramento della confessione" pone palabras profundas y simples de su ministerio sacerdotal, agustiniano y exorcista, para aliviar el sufrimiento de las personas.*

*- Padre Bernardo Olivera o.c.s.o., en las ejercitaciones marianas y contemplativas de Soledad Mariana "Siguiendo a Jesús en María" nos forma a la vida cotidiana en María de san José, inmersos en Cristo Eucarístico, en una fe enamorada que anticipa la esperanza.*

*Unidos, componen una música Eucarística en el Espíritu, mariana y contemplativa, suave, dulce, misericordiosa y también fuerte en su potencia y en su Paz.*

*En estos siete pequeños ejercicios vienen presentados algunas estrofas escogidas de los escritos de los tres Autores centrados en la Adoración Eucarística para los corazones afligidos.*

*En estas simples páginas se quiere poner la mirada en el alma espiritual, en sus facultades que entran en relación con Jesús Eucarístico, el Resucitado y vivo en medio de nosotros y en el Espíritu Santo que obra en nosotros la filiación con el Padre Dios, Consolándonos en su Paz.*

*Queda naturalmente abierto el camino de la Ciencia que con sus instrumentos son de sanación del cuerpo y la psique.*

*La vida nos lleva también a descubrir en los momentos difíciles, que el dolor se puede llevar a Él, a Jesús Eucaristía, y en Él, recibéndolo sacramentalmente o espiritualmente, estamos unidos y permanecemos en Su Amor. Nos lleva a creer que todo converge hacia el bien, porque Dios es el Sumo Bien, y que se haga Señor tu voluntad (cfr. Rm 8, 28; Lc 1, 38). Es en la prospectiva de la vida eterna que podemos dar un significado a nuestro dolor, con Jesús Eucaristía unidos a Él y acompañados por las personas que nos sostienen en la Iglesia, el Cuerpo místico de Cristo.*

*Como dice el beato Carlo Acutis "La Eucaristía es mi autopista para el Paraíso".*

*Mi agradecimiento va al Primero y al Último, a Jesús Eucaristía, fuente de Amor y de Vida que con un Corazón de Niño delante del Padre viene siempre a consolar nuestros corazones afligidos donándonos su Paz.*

*Silvana Maria Luisa Boschieri*

*Fiesta de Maria Inmaculada, 8 diciembre 2021*



*Los Autores citados han dado su aprobación*

*Salvatore Martinez RnS Italia*



*P. Fernando Sulpizi o.s.a.*



*P. Bernardo Olivera o.c.s.o.*





***Pequeños ejercicios de Adoración Eucarística  
para los corazones afligidos***

- 1. Pentecostés hoy***
- 2. Jesús Eucaristía: vengan a Mí***
- 3. El bautismo: nacidos libres para construir en el Amor***
- 4. Cristoterapia de la Alegría***
- 5. Las bienaventuranzas: la alegría de ahora en adelante***
- 6. La Gracia del Perdón***
- 7. Cielos nuevos y tierra nueva con el Magnificat de María***

***Rosario delante de Jesús Eucaristía:  
Don de Paz para los corazones afligidos***

***Se aconseja profundizar este pequeño camino delante de Jesús Eucaristía y después compartirlo con un sacerdote y personas significativas del camino espiritual.***



***" Vuela con tu espíritu hacia el Tabernáculo,  
cuando no puedes llegar con tu cuerpo,  
y desahoga allí tus deseos...habla, reza,  
abraza al dilecto de las almas"***

***SAN P. PIO DE PIETRELCINA***

## 1º ejercicio

### PENTECOSTÉS HOY



*" Al llegar el día de Pentecostés, estaban todos reunidos en el mismo lugar. De pronto, vino del cielo un ruido, semejante a una fuerte ráfaga de viento, que resonó en toda la casa donde se encontraban. Entonces vieron aparecer unas lenguas como de fuego, que descendieron por separado sobre cada uno de ellos. Todos quedaron llenos del Espíritu Santo, y comenzaron a hablar en distintas lenguas, según el Espíritu les permitía expresarse." (At 2, 1-4)*

*Aquí se recibe todo...inicia todo.  
Aquí se manifiesta el Espíritu de Dios,  
el Amor en nuestros corazones,  
que nos acompaña también en los momentos difíciles.*

*Somos sus hijos, amados,  
profundamente amados,  
a tal punto que el Espíritu del Padre y del Hijo  
permanece en nosotros.  
Somos llamados a ser amados y amar:  
éste es el sentido de la vida,  
el Amor lo recibimos en su Santo Espíritu.*

SALVATORE MARTINEZ (ex-Presidente Rns Italia, Predicador, Musicólogo)  
En su libro "Cristoterapia della Gioia" ("Cristoterapia de la Alegría") nos hace partícipes de la intimidad del Corazón de Jesús que nos desvela su Amor y el Gozo del Espíritu Santo.

El Gozo interior del Espíritu Santo está también presente cuando se enfrentan las dificultades de la vida, cuando se ponen en el Corazón Eucarístico de Jesús, cuando su Amor siempre presente nos envuelve en la Paz, cumplimiento de su Palabra: "Vengan a mí todos los que están afligidos y agobiados, y yo los aliviaré. Carguen sobre ustedes mi yugo y aprendan de mí, porque soy paciente y humilde de corazón, y así encontrarán alivio. Porque mi yugo es suave y mi carga liviana" (Mateo 11, 28-30).

Basado en el libro "Cristoterapia della Gioia"<sup>(1)</sup>

"Permanezcan en mi amor" (Gv 15, 9), con estas palabras Jesús quería compartir el Amor del Padre en nosotros " Como el Padre me amó, también yo los he amado a ustedes. Permanezcan en mi amor" (Gv 15, 9).

Jesús nos pide de amarnos "al divino", con la misma sustancia e intensidad de amor que corre entre el Hijo de Dios y el Padre. ¡En un vértice en el cual sólo el Espíritu Santo sabe desenredarse!

Con esta frase nos invita a coger el Misterio de Amor en Dios (1 Gv 1).

Al hombre contemporáneo como al tiempo de los romanos, San Pablo nos recuerda que en el Espíritu Santo se supera el miedo del futuro con la filiación a Dios: "Y ustedes no han recibido un espíritu de esclavos para volver a caer en el temor, sino el espíritu de hijos adoptivos, que nos hace llamar a Dios: "Abbà, Padre" (Rm 8, 15)" (op. cit, pp. 19.21.136).

"¿Cuál es entonces la terapia para la angustia del mundo, al pecado tenebroso del mundo? La *Cristoterapia de la alegría!* Hacer de nuestra vida un himno a la alegría, de agradecimiento a la presencia de Jesús, el Señor, que siempre nos ama y nos salva" (ibid, p. 98).

"Nosotros somos amados *desmedidamente...* dado que la efusión del Espíritu Santo ha derribado cada límite, cada reserva o límite a la inmersión en este amor.

(Con la Pentecostés) este gozo se ancla en modo imborrable en el corazón de los apóstoles: el Evangelio no está más afuera sino dentro de ellos, bien anclado en sus vidas. Con el anuncio de Jesús - la Palabra que salva- los apóstoles contagiaron de gozo el mundo! "*Después de todo el Reino de Dios no es cuestión de comida o de bebida, sino de justicia, de paz y de gozo en el Espíritu Santo*" (Rm 14,17), (ibid., pp. 24. 92).

"San Juan Crisostomo habla de la gracia sobreabundante que se revierte en nuestras almas después de la Pentecostés "es aquello que San Pablo llama "gozo del Espíritu Santo" (1 Ts 1,6). Se trata de un estado interior que se concilia también con las aflicciones inevitables de nuestra vida en la tierra" (ibid, pp. 118-119).

*PADRE FERNANDO SULPIZI OSA., (sacerdote, exorcista, Músico y Compositor, ex-Director de la Orquesta de la coral Nacional RnS).*

*En sus escritos sobre "La guarigione spirituale" "La sanación espiritual", nos habla del amor y de la carencia de experimentación, de como el amor sobrenatural supera los límites de la naturaleza humana e del amor de algún otro.*

Basado en *"La guarigione spirituale" -Venite e Vedrete- Comunità Magnificat (2)*

*"Dios es amor,  
y el que permanece en el amor permanece en Dios, y Dios permanece en él"  
(1 Gv 4, 16)*

*"Es verdad que el amor sobrenatural, precisamente porque es tal, supera las posibilidades, los límites de la naturaleza humana y nos lleva donde no podríamos llegar con el amor natural, sana así aquello que ha sido herido por el odio, eleva aquello que ha sido humillado, consuela quien ha perdido vigor".*

*"Cuando hay la falta de experimentación del amor y el miedo causado por la maldad o por la violencia, somos puestos en una condición cerrada hacia los hombres y también hacia Dios. "Parece que esta falta de experimentación del amor debe ser de algún modo superada por el amor de alguno, de los parientes, de la madre, o della Iglesia (es decir de todos aquellos que advierten el problema), que vienen en ayuda de quien está abandonado a sí mismo".*

*En la esperanza hay la certeza de la resurrección, del Cristo Vivo y Presente; en los frutos de las primicias tenemos un signo de los nuevos tiempos: "...los ciegos ven, los paralíticos caminan, los leprosos son purificados y los sordos oyen, los muertos resucitan" (Lc 7,22), (op. cit., pp. 25-26).*

*PADRE BERNARDO OLIVERA OCSO, (monje Trapense, Autor de las ejercitaciones marianas contemplativas del movimiento Soledad Mariana). En su libro "Conócete a tí mismo" profundiza la antropología del Amor Trinitario y de nuestra identidad en ser "a imagen" suya: somos personas en relación.*

Basado en su libro *"Conócete a ti mismo"*(3)

*"Nosotros cristianos afirmamos que Dios es Amor. Y si es Amor amará a alguien. ese alguien somos nosotros, ciertamente, nosotros. Pero antes que existiéramos, Dios era ya Amor, sin nunca haber iniciado a serlo.*

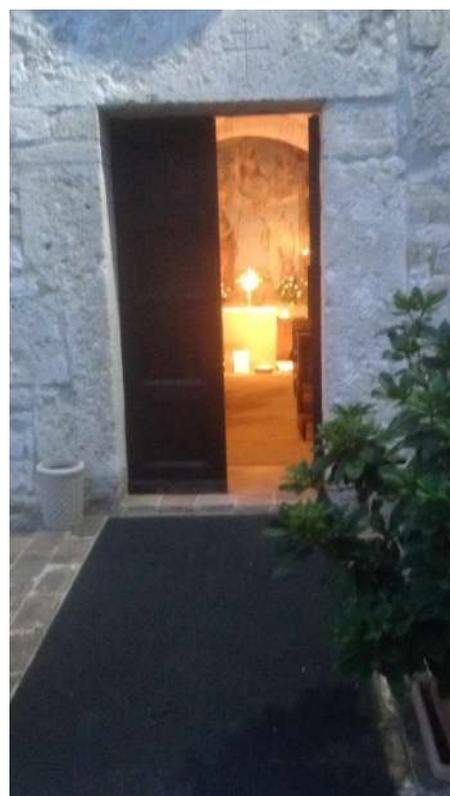
- *En cada amor hay tres realidades incluidas; uno que ama, otro que es amado y el amor que los relaciona y los une.*

- Dios es Amor porque siempre ha amado Otro en cuanto Hijo y es amado por El en cuanto Padre, y este mutuo amor es Otro, que llamamos Espíritu Santo.
- Un Dios Amor absoluto tiene que ser un Dios Trinitario que se crea, crea según su "imagen y semejanza"
- El amor trinitario es participativo e implica sobreabundancia de delicia, gozo, de alegría incesante. Aquellos que saben que cosa sea el amor llegan fácilmente a la Trinidad de las Personas." (op. cit., pp. 27-28)

## **ADORACIÓN EUCARÍSTICA**

*Posible oración:*

*Delante del Rey de la historia,  
Delante de Aquél que quita el pecado del mundo,  
en la cruz, permanecemos delante de Él en su Amor...  
Aquél que hoy está delante de nosotros,  
Amándonos,  
quiere solo que lo acogemos con el corazón  
para envolvernos en su AMOR y en su PAZ,  
en su Perdón sin juicio.  
Nos invita a regresar  
a la Fuente de la Vida  
Él que es Amor.  
El Espíritu Santo nos envuelve  
en el AMOR, nos envuelve en la PAZ.  
Dejemos, confiémosle el sufrimiento  
a Él, el Cristo Eucarístico  
y retomémonos, levantémonos  
en su Amor,  
abandonemos cada recuerdo,  
cada herida en el alma, terrible  
y entreguémosle al Padre nuestro.  
Gloria al Padre,  
Gloria al Hijo,  
Gloria al Espíritu Santo.*



## **PALABRA**

*" Al llegar el día de Pentecostés, estaban todos reunidos en el mismo lugar. De pronto, vino del cielo un ruido, semejante a una fuerte ráfaga de viento, que resonó en toda la casa donde se encontraban. Entonces vieron aparecer unas lenguas como de fuego, que descendieron por separado sobre cada uno de ellos. Todos quedaron llenos del Espíritu Santo, y comenzaron a hablar en distintas lenguas, según el Espíritu les permitía expresarse" (At 2, 1-4)*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

*"Y ustedes no han recibido un espíritu de esclavos para volver a caer en el temor, sino el espíritu de hijos adoptivos, que nos hace llamar a Dios: "Abbá, Padre" (Rm 8, 15)*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

*"Vengan a mí todos los que están afligidos y agobiados, y yo los aliviaré. Carguen sobre ustedes mi yugo y aprendan de mí, porque soy paciente y humilde de corazón, y así encontrarán alivio. Porque mi yugo es suave y mi carga liviana" (Mateo 11, 28-30).*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

*"Nosotros hemos conocido el amor que Dios nos tiene y hemos creído en él. Dios es amor, y el que permanece en el amor permanece en Dios, y Dios permanece en él" (1 Gv 4, 16)*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

## **MEDITACIÓN**

**PAPA FRANCISCO**

*"Invitemos a Jesús en las barcas de nuestras vidas. Entreguémosle nuestros miedos, para que Él los venzas. Como los discípulos experimentemos que, con Él a bordo, no se naufraga. Porque esta es la fuerza de Dios: cambiar al bien todo aquello que nos sucede, también las cosas feas. Él trae el sereno en nuestras tempestades, porque con Dios la vida nunca muere".*

*Homilia, Plaza de San Pedro (27 Marzo 2020)*



## DIARIO

*Frases significativas, reflexiones  
que han quedado en el corazón, oraciones....*



### BIBLIOGRAFÍA CITADA

- (1) Martinez Salvatore, *Cristoterapia della gioia - Per riscoprire il potere della preghiera*, (2019), Roma, ed. Rinnovamento nello Spirito Santo.
- (2) Sulpizi P. Fernando, *La guarigione spirituale -Venite e Vedrete - speciale animatori*, Comunità Magnificat (anni '80), Perugia.
- (3) Olivera Bernardo, *Conócete a ti mismo*, (2014), Bs As, ed.Talitakum.

## 2º ejercicio

### **JESÚS EUCARISTÍA: VENGAN A MÍ**

*"Vengan a mí todos los que están afligidos y agobiados, y yo los aliviaré. Carguen sobre ustedes mi yugo y aprendan de mí, porque soy paciente y humilde de corazón, y así encontrarán alivio. Porque mi yugo es suave y mi carga liviana" (Mt 11, 28-30)*



*PAPA FRANCISCO*

*"¿Qué quiere decir entonces adorar Dios?"*

*Significa aprender a estar con Él, a pararnos a dialogar con Él, sintiendo que su presencia es la más verdadera, la más buena, la más importante de todas... Adorare el Señor quiere decir darle el puesto que tiene que tener; adorar el Señor quiere decir afirmar, creer, pero no simplemente con las palabras, que Él sólo guía verdaderamente nuestra vida; adorar al Señor quiere decir que estamos convencidos delante de Él que es el solo Dios, el Dios de nuestra vida, el Dios de nuestra historia."*

*Homelía, Basilica de San Pablo "Fuori le Mura" (14 Abril 2013)*

*SALVATORE MARTINEZ, nos presenta el Corazón Eucarístico de Jesús , que continúa a latir en la historia de la humanidad: el Cristo histórico, hoy, es el Cristo Eucarístico que extiende su Amor para todos desde la celebración en el altar Eucarístico.*

Basado en el libro "*Cristoterapia della Gioia*" "*Cristoterapia de la Alegría*" (1)

"El corazón de Dios, siendo uno y sin división, pulsa al único sonido con la multitud de corazones de los hombres que están en la tierra y para cada uno de ellos es capaz de donar un caudal de una extingüible *fantasía de la caridad*.

Cada gesto de Jesús es una prolongación de su corazón: La eucaristía es un sacramento de amor, porque contempla y compone en sí toda la humanidad compasiva del Dios hecho carne. Por esto toda la vida de Jesús ha sido, permanece y permanecerá sacramento de amor. Afecto, cuidado, piedad, protección, misericordia, solidaridad, justicia de Dios se han manifestado en medio de los hombres: ¡Todo habla de su amor!

Esta ternura en el Hijo de Dios que todavía vive en medio a los suyos y que en la presencia real eucarística puede ser adorado por todos!" (op.cit, pp. 25. 78).

"Hoy, en cambio, el Cristo histórico es el Cristo Eucarístico. Tenemos que volver a partir de la Eucaristía, donde el Cristo vive en toda su humanidad y divinidad. Cosa que aún hoy hace Jesús vivo en la Eucaristía. Con su fascinación: ¡llama, llama, llama! Ninguno como él sabe usar el idioma del verdadero amor" (ibid, pp. 68-69).

"Aquella "*habitación al piso superior*" (Lc 22, 12) el Cenáculo, es el lugar *eucarístico y pentecostal* al mismo tiempo...Protagonista es el Espíritu Santo: Él convierte el *pan* en el *Cuerpo viviente* del Hijo de Dios, y un conjunto *de hombres y de mujeres en el Cuerpo místico* ( la Iglesia) del mismo Hijo de Dios" (ibid, p. 154).

*PADRE BERNARDO OLIVERA, en su libro "Siguiendo a Jesús en María" nos habla de la Eucaristía como Sacramento de sacrificio, comunión y de la presencia de Jesús, fuente de vida para todos nosotros.*

Basado en el libro "Siguiendo a Jesús en María"<sup>(2)</sup>

“ Cada vez que *celebramos* la Eucaristía, es decir, la santa misa, actualizamos algo célebre, festejamos un acontecimiento importante: la Pascua de Jesús. Y, al mismo tiempo, cumplimos un mandato del Señor: “Haced esto en memoria mía” (Lc 22,19). No se trata de una ocurrencia nuestra, sino de un pedido suyo. Y la Iglesia ha sido siempre fiel a esta palabra de su Maestro.

La Eucaristía es un memorial de la muerte redentora de Cristo.

La Eucaristía es la actualización (puesta en acto) y representación (puesta en presente) de la muerte salvadora de Jesucristo, bajo los signos del pan y del vino consagrados y comidos. En ella se renueva sacramentalmente e incruentamente el mismo sacrificio de la cruz.

La eucaristía es un sacrificio de *comunión* : comulgando participamos del sacrificio. Comulgando nos unimos al Salvador y a todos los salvados. La eucaristía construye la Iglesia como comunidad mediante el sacrificio que conmemora” (op.cit, pp. 26-27).

“Lo que antecede no tendría sentido si Cristo no estuviera verdadera, real y sustancialmente *presente* en el pan y en el vino consagrados: “Esto es mi cuerpo...Esta es mi sangre” (Mt 26, 26.28); lo cual en arameo, lengua que hablaba Jesús: es como decir: Esto soy yo y ofrezco mi vida en sacrificio.

La fe, sólo la fe, nos dice que es efectivamente así. San Juan de la Cruz pone en labios del alma que se alegra de conocer a Dios para la fe, esta cristalina canción:

*"Aquesta.eterna fonte está escondida  
en este vivo pan por darnos vida,  
aunque es de noche.*

*Aquesta viva fonte que deseo,  
en este pan de vida yo la veo,  
aunque es de noche”.*

( San Juan de la Cruz “Cántico del alma que se alegra de conocer a Dios por la fe, estrofas 9 y 11), (ibid, pp. 26-27).

*PADRE FERNANDO SULPIZI, desde su carisma sacerdotal completa el significado de la Eucaristía también como fuente de sanación espiritual.*

Basado en “La guarigione spirituale”<sup>(3)</sup>

*"Mi comida es hacer la voluntad de aquel que me envió y llevar a cabo su obra” ( Gv 4,34) además:*

*"Pero que no se haga mi voluntad, sino la tuya” (Lc 22,42)*

“En la siguiente declaración de Cristo encontramos la llave del conocimiento de la perfecta, libre determinación de Su voluntad:

*“ El Padre me ama porque yo doy mi vida para recobrarla. Nadie me la quita, sino que la doy por mí mismo. Tengo el poder de darla y de recobrarla: este es el mandato que recibí de mi Padre”.*(Gv 10, 17-18) (op.cit, p. 3).

“Sabemos de haber sido sanados por las llagas de Cristo. Sabemos que la muerte ha sido vencida por la muerte de Cristo. El pecado, consecuencia de la muerte, ha sido destruido por la muerte y la resurrección de Cristo. Este misterio viene actualizado en la historia de cada hombre mediante el sacrificio eucarístico.

Nos lo recuerda el Concilio Vaticano II:

“La liturgia mediante la cual, especialmente en el divino sacrificio de la Eucaristía, “se actúa la obra de nuestra redención” (Constitución *Sacrosanctos Concilium*, 2).

( Hay) una serie de experiencias (de liberación y de sanación) hechas mediante la celebración de la Eucaristía con las personas que trataban de salir de ciertas dificultades, junto a las personas capaces de participar a la liturgia con fuerte espíritu de oración (por ej.) Fuente de sanación de los aspectos de nuestra personalidad heridos por el pecado del otro y personales” (op. cit., pp. 14-15).

“Experimentar personalmente las sanaciones, significa entrar siempre más con plenitud en el contenido del Evangelio, es decir de la “buena noticia” que nos habla de libertad para los prisioneros, de alivio para los opresos, sanación de todo aquello que compromete la integridad del hombre”(ibid, p. 7).

## **ADORACIÓN EUCARÍSTICA**

*Posible oración:*

*Jesús, tu conoces todo de mí,  
y no me juzgas  
porque eres Amor,  
Luz, Bondad.  
Estoy delante de Tí,  
te entrego todos mis pensamientos  
que ahora me adoloran,  
te entrego todas las situaciones...  
los pongo en tu Corazón  
y permanezco así en tu Amor.  
que me envuelve.*

*Mi Dios, mi Rey,  
mi Señor.  
Sagrado Corazón Eucarístico  
de Jesús  
en Tí Confío.*



## PALABRA

"Vengan a mí todos los que están afligidos y agobiados, y yo los aliviaré. Carguen sobre ustedes mi yugo y aprendan de mí, porque soy paciente y humilde de corazón, y así encontrarán alivio. Porque mi yugo es suave y mi carga liviana." (Mt 11, 28-30)

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristia*

## MEDITACIÓN

S. JUAN PABLO II

*"Hemos venido a adorarlo" (Mt 2, 2)*

"Los Reyes Magos encontraron a Jesús en "Bêt-lehem", que significa "casa del pan". En la humilde cueva de Belén yace, sobre un poco de paja, el "grano de trigo" que muriendo dará "mucho fruto" (cfr. Jn 12,24). Para hablar de sí mismo y de su misión salvífica, Jesús, en el curso de su vida pública, recurrirá a la imagen del pan. Dirá: "Yo soy el pan de vida", "Yo soy el pan que bajó del cielo", "El pan que yo le daré es mi carne, vida del mundo" (Jn 6,35.41.51).

Recorriendo con fe el itinerario del Redentor desde la pobreza del *Pesebre* hasta el abandono de la *Cruz*, comprendemos mejor el misterio de su amor que redime a la humanidad. El Niño, colocado suavemente en el pesebre por María, es el Hombre-Dios que veremos clavado en la Cruz. El mismo Redentor está presente en el sacramento de la Eucaristía. En el *establo de Belén* se dejó adorar, bajo la pobre apariencia de un neonato, por María, José y los pastores; en la *Hostia consagrada* lo adoramos sacramentalmente presente en cuerpo, sangre, alma y divinidad, y Él se ofrece a nosotros como alimento de vida eterna. La *santa Misa* se convierte ahora en un verdadero encuentro de amor con Aquel que se nos ha dado enteramente.

¡Sed adoradores del único y verdadero Dios, reconociéndole el primer puesto en vuestra existencia! La adoración del Dios verdadero constituye un auténtico acto de resistencia contra toda forma de idolatría. Adorad a Cristo: Él es la Roca sobre la que construir vuestro futuro y un mundo más justo y solidario. Jesús es el Príncipe de la paz, la fuente del perdón y de la reconciliación, que puede hacer hermanos a todos los miembros de la familia humana".



*Mensaje del Papa Juan Pablo II para la XX Jornada Mundial de la Juventud* (n. 3 y 5, 6 agosto 2004).

## DIARIO

*Frases significativas, oraciones, reflexiones que han quedado en el corazón.*

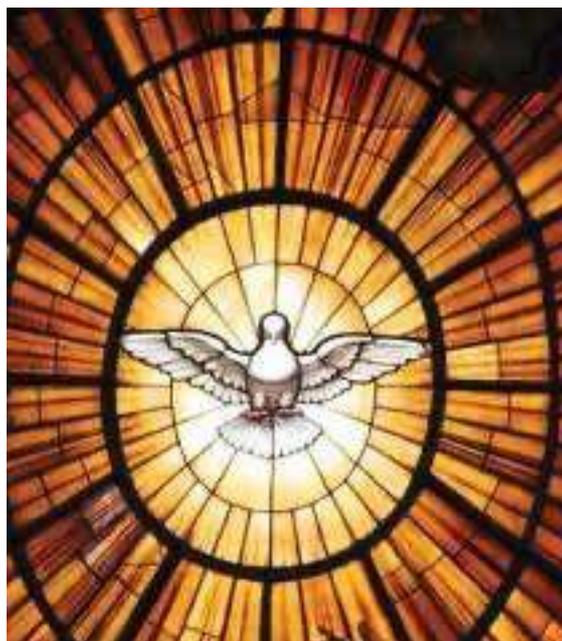


### BIBLIOGRAFÍA CITADA

- (1) Martinez Salvatore, *Cristoterapia della gioia - Per riscoprire il potere della preghiera*, (2019), Roma, ed. Rinnovamento nello Spirito Santo.
- (2) Olivera Bernardo, *Parole dal Silenzio*, (1999), Mi, ed Ancora
- (3) Sulpizi P. Fernando, *La guarigione spirituale -Venite e Vedrete - speciale animatori*, Comunità Magnificat (anni '80), Perugia.

## 3° ejercicio

### **EL BAUTISMO: NACIDOS LIBRES PARA CONSTRUIR EN EL AMOR**



*"Todo el pueblo se hacía bautizar, y también fue bautizado Jesús. Y mientras estaba orando, se abrió el cielo y el Espíritu Santo descendió sobre él en forma corporal, como una paloma. Se oyó entonces una voz del cielo: "Tú eres mi Hijo muy querido, en quien tengo puesta toda mi predilección"  
(Lc 3, 21-22)*

*"Yo rogaré al Padre, y él les dará otro Paráclito para que esté siempre con ustedes: el Espíritu de la Verdad, a quien el mundo no puede recibir, porque no lo ve ni lo conoce. Ustedes, en cambio, lo conocen, porque él permanece con ustedes y estará en ustedes. No los dejaré huérfanos, volveré a ustedes. Dentro de poco el mundo ya no me verá, pero ustedes sí me verán, porque yo vivo y también ustedes vivirán. Aquel día comprenderán que yo estoy en mi Padre, y que ustedes están en mí y yo en ustedes. El que recibe mis mandamientos y los cumple, ese es el que me ama; y el que me ama será amado por mi Padre, y yo lo amaré y me manifestaré a él" (Jn 14, 16-21)*

*Permanecer en Jesús, permanecer en su Palabra, permanecer en la voluntad del Padre, permanecer en su Amor, es vivir la consagración bautismal, para ser libres para Amar en la Verdad.*

*SALVATORE MARTINEZ nos dice cuánto es inmenso el amor de Dios en nosotros, basta sólo recibir esta consciencia, acoger el Amor y hacer experiencia de vida. Dios nos dona en el bautismo el Espíritu Santo para cumplir su voluntad en el mandamiento del Amor.*

Basado en el libro "*Cristoterapia della Gioia*" (1)

"Nosotros hemos sido amados "desmesuradamente", como nos recuerda Juan el Bautista (cf Gv 3,34), porque la efusión del Espíritu Santo ha derribado cada límite, cada reserva en la inmersión en este amor.

Somos empujados por el Espíritu a aprender *Jesús*, porque sólo él es Amor y nos pone en relación con Aquél que *tiene* el amor (el Padre) y *dá* el amor (el Espíritu).

"Nosotros hemos conocido y hemos creído en el amor que Dios tiene por nosotros" (cf.1 Jn 4,16).

Una maravillosa profesión de fe solicitada a todos aquellos que, con la ayuda del Espíritu, han descubierto el amor verdadero y han tenido acceso al corazón de Dios. Solo en esta óptica puede desplegarse y vivirse la fe cristiana.

"El Espíritu Santo no toma el sitio de nuestro espíritu humano, sino lo asume para elevarlo a la vida, trinitaria" (Sant' Ireneo)" (op.cit. pp. 24.17.170).

"Nuestras soledades a menudo no nacen del aislamiento de los otros, sino de nuestra incapacidad de atravesar el umbral de nuestro yo y abrirnos plenamente a nosotros mismos. Solo así inicia el proceso del amor; así se retoma amar a si mismos y a los otros, porque se encuentra Dios-amor dentro de nosotros.

Quien es amado por Dios no puede no amar; quien es amado por Dios tiene la capacidad de amor que fue de Jesús, mediante la asistencia del Espíritu Santo. Es el Espíritu Santo que nos conduce hacia la "vida eterna" (ibid, pp. 28. 30-31).

" Es el Espíritu Santo que pone en el íntimo del hombre *el deseo* de buscar Dios. Cuando alimentamos esta tensión en nosotros, a través de la oración, hacemos experiencia de un gozo jamás probado, de una alabanza filial que brota espontánea en los labios" (ibid, pp. 82-83).

"Tenemos que quitar cada obstáculo a este amor del Señor, para que fluya como *corriente de gracia*.

"*Si nuestro corazón no está habitado por el Espíritu Santo - el maestro interior-* (San Agustín) y no obedecemos a sus mociones, sucede que satanas- el "mentiroso y padre de la mentira" (cf Jn 8,44)- pone en nosotros "*deseos contrarios al Espíritu*" (cf. Gal 5,17) (ibid, pp. 24. 34).

"*Jesús afirma: "El mundo no puede conocer y no puede recibir mi alegría"* (Jn 14, 17), porque ha sido la acción de un espíritu opuesto al Espíritu Santo, satanas, un espíritu mentiroso que camufla las tinieblas en alegría, que dona

alegrías momentáneas que se transforman rápido en lágrimas amargas e inconsolables.

Sucede así, que los *deseos del corazón* vengan purificados, en común acuerdo con el pensamiento de Dios y por esto *esaudibili exaudibile*, es decir- según los modos y los tiempos queridos por Dios- también *auditi* escuchados" (*ibid.*, pp. 95.83).

Decía San Agustín:

"Tú habitas en la caridad y esta habitará en ti; permanece en ésta y ésta permanecerá en ti."

(*Comento a la Primera Lectura de San Juan, 7,10*) (*ibid*, p. 18).

*P. FERNANDO SULPIZI habla del bautismo y de las facultades del alma, como la inteligencia, los sentimientos, la voluntad y la libertad, que se potencian con la acción de la gracia y con la Luz de la Palabra de Dios, espada del Espíritu Santo.*

Basado en "*La guarigione spirituale*" (2)

" *Quien ha creado a ti sin ti,  
no te salvará sin ti*" (S. Agustín)

"La voluntad de Dios de salvar el hombre pasa a través de la libertad del hombre.

Frente a nuestra libertad, Su don, Dios se detiene, y -"con infinita paciencia"- espera que suscribamos el pacto de la alianza" (op. cit, p.12).

"La Iglesia, en el rito del bautismo, durante la vigilia pascual - y en otras circunstancias-, ha puesto en luz la importancia del acto de voluntad a la elección de Dios, renunciando a todo lo que se opone a Él: acto de voluntad que en el bautismo los padres y los padrinos cumplen para el niño, en las otras ocasiones todos, porque el pacto de la Nueva Alianza sea verdaderamente tal: es decir un acuerdo entre dos" (*ibid*, pp. 11-12).

"Escribe S. Pablo:

"*Por la culpa de uno solo causó la condenación de todos los hombres en todos*" (Rm 5,18).

Perdida la relación amigable con Dios, el hombre pierde también las ventajas que la familiaridad con Él le procuraba.

Todo en él ha sido trastornado:

- la mente no logra más a controlar las inclinaciones de los sentidos;
- el deseo insaciable del placer sensible le hace confundir la felicidad con el placer;
- el gozo interior con la satisfacción de los sentidos.

La mente está ofuscada:

- encuentra dificultad a conocer la verdad;

- la voluntad sigue más fácilmente los instintos de los sentidos que las razones de la mente;
  - el ánimo entra en la angustia, prueba miedo, tristeza, abatimiento.
- El cuerpo subyace al dolor y a la muerte" (ibid, pp. 3-4).

"El misterio de la iniquidad" que en la narración bíblica entra en la historia del hombre desde su aparición en la tierra, acompañará el hombre hasta el final de los tiempos.

El hombre libremente - con la ayuda de la gracia- puede salir del "misterio de iniquidad" para entrar en el misterio de la "salvación" (ibid, p. 6).

"Con la operación de la redención de Cristo, Dios pone a nuestra disposición Su gracia para que el proyecto de Dios resplandezca más glorioso, porque donde ha abundado el pecado sobreabunde la gracia.

La inteligencia es ayudada por la fe, don sobrenatural que Dios infunde en nosotros en el bautismo.

La voluntad es rendida capaz por la caridad: amar a Dios con amor sobrenatural y, con el mismo amor, al prójimo.

Además la mente que la voluntad son reforzadas por los varios dones del Espíritu Santo.

La gracia, los dones, las virtudes morales, se obtienen, y aumentan, con la oración y los sacramentos" (ibid, p.7).

"La luz que viene del "Verbo" "*luz verdadera que ilumina cada hombre*" es otro tanto indispensable como la potencia de la gracia porque nuestra voluntad se mueva hacia Dios.

Ésa es como la "*espada del Espíritu*" (Ef 6,17) porque:

*"la Palabra de Dios es viva y eficaz, y más cortante que cualquier espada de doble filo: ella penetra hasta la raíz del alma y del espíritu, de las articulaciones y de la médula, y discierne los pensamientos y las intenciones del corazón"* (ibid, p. 13).

*BERNARDO OLIVERA nos explica que nosotros mismos somos: "Persona", somos en relación, somos únicos e irrepetibles, con una historia de vida única. Ser persona significa crecer en la verdad y en el amor. Significa ser libres para amar en la verdad que es expresión de la madurez religiosa. En esta unidad el cuerpo representa el templo dentro cual está conservada la filiación divina, por lo tanto como usaban afirmar los Padres de la Iglesia: el cuerpo es templo del Espíritu Santo.*

Basado en el libro "*Siguiendo a Jesús en María*" (3)

" La oración es sencillamente comunicación o relación con Dios, lo cual significa que la oración es una actividad *teologal*, pues sólo mediante las virtudes teologales (fe, esperanza y caridad -recibidas en el bautismo-) podemos relacionarnos con Dios.

El orante en estado de gracia, en amistad con Dios, ora con fe y amor. Su comunicación con Dios es ya contemplación. Y cuanto más amor, cuanto más amistad con Dios, más contemplación, más participación en la visión de los ojos y el latir del corazón de Dios.

Bien dijo santa Teresa que la oración es amistad con Dios, tratar amigablemente con él largos e íntimos ratos. De lo cual ella concluye que la contemplación es amistad estrecha con el Señor" (op. cit., p. 21).

Basado en el libro "*Conócete a ti mismo*" (4)

"La persona humana, creada a imagen de Dios, es un ser simultáneamente corporal y espiritual, constitutivamente formado de cuerpo y alma. Esta alma, en cuanto ordenada a un fin sobrenatural, puede ser llamada espíritu.

Somos personas corporales y cuerpos personales.

Hablamos así de un cuerpo animado por un alma espiritual.

Cada persona se deja contemplar en su cuerpo: el cuerpo es único, singular, personal" (op.cit, pp. 63.67.79).

"Para los autores medievales y los Cistercienses, la *voluntas* es el centro de gravedad de la identidad psicológica y ontológica del individuo. Como centro dinámico del ser, ella integra en sí a las otras facultades. Esta centralidad se refuerza cuando se afirma que ella es sede del amor y de la imagen y semejanza con el Creador.

Los autores místicos consideran la esencia del alma como "lugar" de encuentro con Dios. Más allá de cómo la denominen -ápice de la mente, vértice del espíritu, fondo del afecto, corazón- se refieren al punto de confluencia de las facultades y de su apertura trascendente, el lugar de la experiencia de Dios en forma más plena, sutil y delicada" (ibid, pp. 82.83).

La teología espiritual nos enseña que la llamada divina a la conversión libera nuestra libertad, no hay conversión sin liberación y libertad: ser liberados, creer y optar libremente se identifican. Y además:

- la libertad nos *religa* con Dios y nos desliga de todo para poder ligarnos a todos. Cuánto más dependientes de Dios seamos más interdependientes seremos.

La teologia spirituale ci insegna che la chiamata divina alla conversione libera la nostra libertà, non c'è conversione senza liberazione e libertà: essere liberati, credere e optare liberamente coincidono. Inoltre:

- La libertà ci lega con Dio e ci slega di tutto per legarci a tutti. Quanto più siamo dipendenti di Dio saremo più interdipendenti.
- La libertad nos *filializa y fraternaliza*. La libre dependencia de Dios nos hace hijos e hijas para ser hermanos y hermanas. Cuánto más filiales y fraternos, más libres seremos. La libertad, en última instancia es la filiación.
- La libertad nos hace *servidores*. El libre servicio a los demás nos hace filiales servidores de Dios. Cuánto más libres seamos más liberales para el servicio seremos" (ibid, p. 109).

## **ADORACIÓN EUCARÍSTICA**

*Posible oración:*

*Ven Espíritu Santo  
ven a colmarnos  
con tus dones.  
Consolador,  
huésped dulce del alma,  
don del Bautismo,  
ven con tu Luz  
e invade en el íntimo del corazón.  
Sana aquello que sangra,  
enderece aquello que está desviado,  
ven Luz de los corazones,  
ven con tu fuerza  
y dona la Paz.*



## **PALABRA**

*"Yo rogaré al Padre, y él les dará otro Paráclito para que esté siempre con ustedes: el Espíritu de la Verdad, a quien el mundo no puede recibir, porque no lo ve ni lo conoce. Ustedes, en cambio, lo conocen, porque él permanece con ustedes y estará en ustedes. No los dejaré huérfanos, volveré a ustedes. Dentro de poco el mundo ya no me verá, pero ustedes sí me verán, porque yo vivo y también ustedes vivirán. Aquel día comprenderán que yo estoy en mi Padre, y que ustedes están en mí y yo en ustedes. El que recibe mis mandamientos y los cumple, ese es el que me ama; y el que me ama será amado por mi Padre, y yo lo amaré y me manifestaré a él" (Jn 14, 16-21)*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristia*

*"Todo el pueblo se hacía bautizar, y también fue bautizado Jesús. Y mientras estaba orando, se abrió el cielo y el Espíritu Santo descendió sobre él en forma corporal, como una paloma. Se oyó entonces una voz del cielo: "Tú eres mi Hijo muy querido, en quien tengo puesta toda mi predilección"  
(Lc 3, 21-22)*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristia*

## **MEDITACIÓN**

*PAPA FRANCISCO*

"El Espíritu Santo es quien te hace permanecer en el Señor, es la garantía, la fuerza para permanecer en el Señor.

La vida cristiana es permanecer en Dios, siguiendo el Espíritu Santo y no el espíritu del mundo, que lleva a la corrupción, a no distinguir el bien del mal.

El Espíritu Santo te lleva hacia Dios y si tu pecas el Espíritu Santo te protege y te ayuda a levantarte, pero el espíritu del mundo te lleva hacia la corrupción, a tal punto que tú no sabes distinguir qué cosa es bueno y qué cosa es malo: es todo lo mismo, todo es igual.

¿Cual es el espíritu que se movió en mi corazón? El Espíritu de Dios, el don de Dios, el Espíritu Santo que me lleva siempre adelante al encuentro con el

Señor o el espíritu del mundo que me aleja del Señor suavemente,  
lentamente; es una resbaladera lenta, lenta, lenta.

Permanecer en el Señor rezamos al Espíritu Santo para que nos haga  
permanecer en el Señor.”

*(Homilia, Casa Santa Marta, 7 enero 2020)*

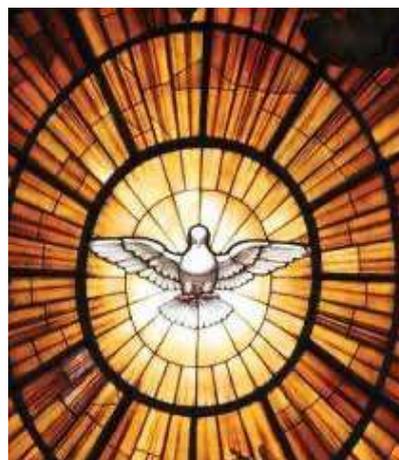


#### BIBLIOGRAFÍA CITADA

- (1) Martinez Salvatore, *Cristoterapia della gioia - Per riscoprire il potere della preghiera*, (2019), Roma, ed. Rinnovamento nello Spirito Santo.
- (2) Sulpizi P. Fernando, *La guarigione spirituale -Venite e Vedrete - speciale animatori*, Comunità Magnificat (anni '80), Perugia.
- (3) Olivera Bernardo, *Siguiendo a Jesús en María - Orientaciones para una espiritualidad cotidiana*, ed. Soledad Mariana Movimiento de Espiritualidad Mariano y Contemplativo, Bs. As., 1997.
- (4) Olivera Bernardo, *Conócete a ti mismo*, (2014), Bs As, ed.Talitakum.

## **DIARIO**

*Frases significativas, oraciones, reflexiones  
que permanecieron en el corazón.*



## 4º ejercicio

### CRISTOTERAPIA DE LA ALEGRÍA



*“El fruto del Espíritu es: amor, alegría y paz,  
magnanimidad, afabilidad, bondad y confianza,  
mansedumbre y temperancia” (Gal 5, 22-23)*

*“ La alegría es el mejor camino para alcanzar la perfección.  
Hasta que seamos peregrinos en esta tierra,  
a nuestra alegría solo se opone el pecado”  
San Felipe Neri*

*SALVATORE MARTINEZ nos revela el significado de la Cristoterapia de la alegría.*

*Basado del libro "Cristoterapia della Gioia" (1)*

“¿Cuál es, entonces, la terapia a la angustia del mundo, al pecado tenebroso del mundo?

*¡La Cristoterapia de la Alegría!*

“Hacer de nuestra vida un himno de alegría, de agradecimiento a la presencia de Jesús, el Señor que siempre nos ama y nos salva! Muestran de ser hombres y mujeres que no se descomponen delante del mal, que sepan esperar la intervención salvadora de Jesús” (op. cit, pp. 98-99).

“Tenemos verdaderamente que pasar del temor a la alegría: ¡no estamos solos, y Cristo no está lejos! ¡Todavía está vivo y presente en la historia, como hace dos mil años! En el día de la crucifixión y muerte de Jesús, los apóstoles se resignaron a la idea de haber perdido el Señor. Cuando el Resucitado se les apareció en el Cenáculo, estaban “Atónitos y llenos de temor, creían ver un fantasma”(cf Lc 24, 36-43). Pero esa fue su Pascua: pasaron del temor a la alegría, de la incertidumbre a la certeza, de la incredulidad a la fe, de la idea de un Jesús “pasado” a la experiencia sensible de un Jesús “presente”. Todo cambia. La Iglesia entra en el registro de la alegría!” (ibid, pp. 96-97).

San Pablo por esto dirá: “*el fruto del Espíritu es la alegría*” (cf Gal 5,22).

“La alegría de Dios es un fruto que no se pudre: es divina, dura para siempre! La alegría de Dios es un fruto que tiene siempre el mismo sabor al paladar: aunque conozca *el sabor amargo*, tiene el *sabor dulcísimo* de Cristo, el fruto bendito del seno de María!”

Dejemos brotar esta semilla de amor que Jesús ha depositado en el corazón de cada hombre. No hay regalo de Dios que más convenga a la condición humana que hacer fructificar el amor en gozo, porque esta alegría es un don del amor, que refleja amor.

No es fruto de una aplicación mental, ni de procesos psicológicos el testimoniar esta alegría: es Dios, que como un río en crecida, arrolla, conduce, lleva y comporta cada expresión de bien” (ibid, pp. 84. 86).

“A quien, se aleja de Cristo en busca de las alegrías exteriores del mundo, cansado y probado regresa a la fe, el Señor dice:

“ *No hay mayor felicidad que la alegría del corazón...Un corazón alegre es la vida del hombre*” (cf Sir 30, 16b.22a).

La sede de la vida del hombre es el corazón. La fuente de cada obra humana es el corazón. El criterio de discernimiento para *autenticar* el bien del mal es el corazón.

Un corazón finalmente capaz de amar es, por eso mismo, colmado de alegría" (ibid., pp. 100-101).

" El corazón es: la verdadera sede de la inteligencia...de la voluntad...de la memoria.

Así el corazón del hombre: en la misma *carne* conviven dos substancias, un "corazón natural" (*el dolor*) y un "corazón sobrenatural" (*la alegría*).

El más grande beneficio del cual se hace experiencia, mediante la gracia sobreabundante que se derrama en nuestras almas después de la Pentecostés es aquello que Juan Pablo llama " la alegría del Espíritu Santo"(cf 1 Ts 1,6). *Se trata de un estado interior que bien se concilia también con las aflicciones inevitables de nuestra tierra.*

*"Dos disposiciones tienen que estar presentes en quien ama; la generosidad y la alegría" San Juan Crisostomo.*

La alegría es una consecuencia del amor del Espíritu en nosotros" (ibid, pp. 77. 118-119. 139. 138).

*PADRE FERNANDO SULPIZI nos explica el proyecto de Dios para nuestra vida.*

Basado en el escrito "*La guarigione spirituale*" (2)

"Conocemos el proyecto de Dios que nos concierne, sabemos que este proyecto está atravesado (por eso estropeado, comprometido) por el pecado. Con la obra de la redención de Cristo, Dios pone a nuestra disposición Su gracia para que el proyecto resplandezca más glorioso, porque donde ha abundado el pecado sobreabunde la gracia" (op. cit, p 7).

*" Les digo y les recomiendo en nombre del Señor: no procedan como los paganos, que se dejan llevar por la frivolidad de sus pensamientos y tienen la mente oscurecida. Ellos están apartados de la Vida de Dios por su ignorancia y su obstinación, y habiendo perdido el sentido moral, se han entregado al vicio, cometiendo desenfrenadamente toda clase de impurezas."*  
(Ef 4,17-19)

Desviación del proyecto de Dios: "Un primer impulso para desviar de la voluntad de Dios, el hombre la recibe de la concupiscencia, es decir de aquellas conciencias irracionales que entran en nosotros a través de los sentidos.

El uso de los sentidos provoca agrado, pero la fugacidad del placer provoca ansia por su pérdida y el deseo de prolongar la sensación.

La carrera hacia el placer empuja a un comportamiento irracional hasta salir de la voluntad de Dios" (ibid, pp 4. 5-6).

"El conocimiento del que habla Juan es la fe que impregna el modo de actuar: "Su mandamiento es este: que creamos en el nombre de su Hijo Jesucristo, y nos amemos los unos a los otros como él nos ordenó" (1 Gv 3,23), y el modo de actuar se vuelve el criterio que hace reconocer la vida en Cristo" (ibid, p. 9).

*PADRE BERNARDO OLIVERA nos explica que la contemplación cristiana es ver el Cristo con los ojos del corazón, con la fe y el amor de María y de no perder este camino con san José.*

*En el camino de la vida de Jesús nos sana y nos salva: Jesús nos hace caminar siempre en el Bien, cuando se ofrece el sufrimiento a Él, tenemos la fuerza para afrontarlo. En este camino de la vida Jesús nos acompaña con el Don de su Presencia Eucarística.*

Basado en el libro "Siguiendo a Jesús en María" (3)

"Los discípulos iban a Emaús, Cleofás y el otro, a causa de la muerte del Maestro estaban desesperanzados, sin fe y sin amor, con ojos legañosos, caras largas y corazones fríos. Pero el fondo del problema consistía en que no creían en la resurrección. Entonces Jesús les salió al paso; no obstante, no lo reconocieron. Y les explicó las Escrituras y ya en la casa partió el pan y, finalmente, se les abrieron los ojos, latió el corazón y lo conocieron plenamente (cf. Lc 24, 13-35).

La fe es participación en el conocimiento divino así como el amor es participación en la vida de Dios, que es Amor. Pero nadie es hijo de Dios sino en el Hijo, Jesucristo.

En efecto, en Jesús están todo los regalos de Dios. Aún más, Jesús es el gran Don del Padre a los hombres. La contemplación cristiana es visión con los ojos del corazón de Jesús resucitado.

Y Jesús quiere que a él y todo lo suyo lo recibamos en el Espíritu Santo y en María. Queremos contemplar a Dios con la fe y el amor de María, con los ojos de su corazón.

Podría ya concluir aquí, ipero resulta que María estaba casada! Sería una imperdonable falta de tacto dejar de lado a san José. Y sobre todo cuando se trata de contemplación. Teresa, la de Ávila, que de esto entendía bastante, aconsejaban "Quien no hallare maestro que le enseñe oración, tome este glorioso santo por maestro, y no errará en el camino" (Vida, VI. 8) (op. cit, pp. 9-10).

*" José joven en quien Dios confió,  
esposo de nuestra Madre Virgen, María:  
idame parte en la intimidad de tu secreto!  
Silencioso y oyente, servicial y presente...  
El de ojos admirados, deseos confirmados,  
corazón inflamado, brazos arremangados...  
Justo esposo creyente, fiel padre obediente...  
Por la soledad de tus noches y la solidaridad de tus días:  
acógenos en María y nombra a Jesús en mi vida!*

*P. Bernardo Olivera*

## **ADORACIÓN EUCARÍSTICA**

*Posible oración:*

*Alabanza y Gloria a ti Señor Jesús,  
cada rodilla se doble  
delante de Tí, tu nombre es Santo, Jesús.  
Te agradezco Jesús por tu amor,  
que nos acoge siempre  
sin juicio  
con un infinito amor misericordioso,  
y quieres sanar nuestras heridas,  
de nuestro corazón,  
los miedos de nuestras vidas.  
Tú que nos invitas  
"a venir a Tí",  
fatigados y opresos,  
Tú que nos reconfortas,  
venimos a Tí oh Señor,  
porque Tú tienes Palabras de Vida,  
eres Verdad,  
estás Vivo en medio de nosotros.  
Gracias Padre,  
dónanos el Santo Espíritu,  
así que obre en nuestros corazones,  
que es Bálsamo de vida,  
Consolador,  
Huésped dulce del alma,  
Dulcísimo alivio.  
Dónanos Señor  
tu PAZ.*



### **PALABRA**

*"Vengan a mí todos los que están afligidos y agobiados, y yo los aliviaré.  
Carguen sobre ustedes mi yugo y aprendan de mí, porque soy paciente y  
humilde de corazón, y así encontrarán alivio. Porque mi yugo es suave y mi  
carga liviana" (Mt 11, 28-30)*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

*"Por eso, Dios lo exaltó  
y le dio el Nombre que está sobre todo nombre,  
para que al nombre de Jesús,  
se doble toda rodilla  
en el cielo, en la tierra y en los abismos,  
y toda lengua proclame para gloria de Dios Padre:  
«Jesucristo es el Señor»" (Fil 2, 9-11)*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

*"El fruto del Espíritu es: amor, alegría y paz, magnanimidad, afabilidad,  
bondad y confianza, mansedumbre y temperancia" (Gal 5, 22-23)*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

## **MEDITACIÓN**



### El Zarzal Ardiente

" En el *Zarzal Ardiente* (en la Adoración Eucarística) todos nuestros *sentidos espirituales* - aquellos que distinguen el hombre nuevo creado por el Espíritu- se encienden y un gran amor despierta en todos los corazones: Jesús, "*el pan vivo bajado del cielo*" (cf Jn 6;51), regresa habitar con potencia en medio a los suyos, restablece su gloria contestada y controversia por el mundo".

“Como no recordar el testimonio de la mujer samaritana, después que había contemplado Jesús: *“conoce todo lo que hice”* (Jn 4,29).

Carguemos sobre nosotros los *miedos* que están en el mundo (miedo de Dios, miedo de si mismo, miedo de los otros, miedo de las diferencias, miedo del futuro, miedo de sufrir y de morir) y recemos con fe, para que sean *terapizadas* por la irrupción de la alegría que la amistad del Cristo resucitado nos provee.”

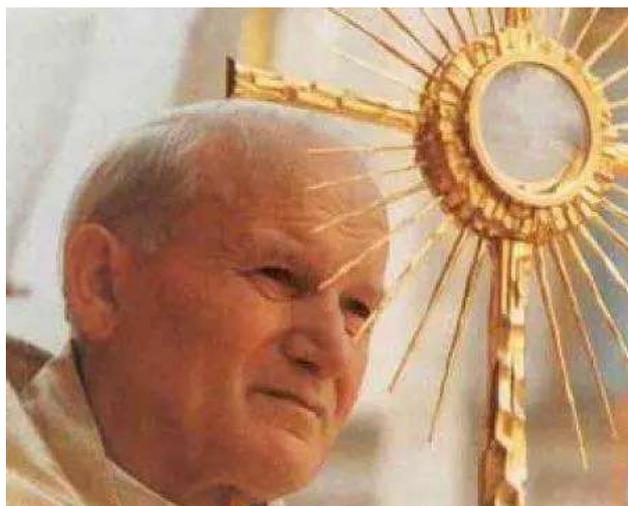
Salvatore Martinez (*“Cristoterapia della Gioia”*, pp. 176. 69. 105)

### *PAPA SAN JUAN PABLO II*

*“ ¡No tengan miedo! ¡Abran, más todavía, abran de par en par las puertas a Cristo!*

*Abran a su potestad salvadora los confines de los Estados, los sistemas económicos y los políticos, los extensos campos de la cultura. de la civilización y del desarrollo. ¡No tengan miedo! Cristo conoce «lo que hay dentro del hombre». ¡Sólo El lo conoce!”*

*Homilia del Papa Juan Pablo II, Plaza de San Padre, 22 de octubre 1978*



## **DIARIO**

*Frases significativas, oraciones, reflexiones que quedaron en el corazón*



### BIBLIOGRAFÍA CITADA

- (1) Martinez Salvatore, *Cristoterapia della gioia - Per riscoprire il potere della preghiera*, (2019), Roma, ed. Rinnovamento nello Spirito Santo.
- (2) Sulpizi P. Fernando, *La guarigione spirituale -Venite e Vedrete - speciale animatori*, Comunità Magnificat (anni '80), Perugia.
- (3) Olivera Bernardo, *Siguiendo a Jesús en María - Orientaciones para una espiritualidad cotidiana*, ed. Soledad Mariana Movimiento de Espiritualidad Mariano y Contemplativo, Bs. As., 1997.

## 5° ejercicio

### **LAS BIENAVENTURANZAS:**

### **LA ALEGRÍA DE AHORA EN ADELANTE**



*Iglesia de las Bienaventuranzas, Tierra Santa*

*"Felices los que tienen alma de pobres, porque a ellos les pertenece el Reino de los Cielos.*

*Felices los pacientes, porque recibirán la tierra en herencia.*

*Felices los afligidos, porque serán consolados.*

*Felices los que tienen hambre y sed de justicia, porque serán saciados.*

*Felices los misericordiosos, porque obtendrán misericordia.*

*Felices los que tienen el corazón puro, porque verán a Dios.*

*Felices los que trabajan por la paz, porque serán llamados hijos de Dios.*

*Felices los que son perseguidos por practicar la justicia, porque a ellos les pertenece el Reino de los Cielos" (Mt 5, 3-10)*

*SALVATORE MARTINEZ nos habla de las Bienaventuranzas como consolación del Espíritu en la alegría.*

Basado en el libro "*Cristoterapia della Gioia*" (1)

" Las Bienaventuranzas son las "*modalidades*" a través de las cuales la consolación del Espíritu produce en nosotros el milagro de la alegría.

Sólo quien ha tocado el fondo del abismo del dolor humano, como Jesús, ha ya subido con él en la cumbre de las Bienaventuranzas, elevado por el Espíritu Santo al máximo grado de la alegría.

Dejemos que Cristo nos tome de la mano: hasta cuando estemos en la tierra, su mano será el brazo de la cruz.

Sí, el brazo de la cruz, porque la alegría de Jesús no es ausencia del mal, sino la capacidad de vencer el mal. Quien tiende su mano hacia el *brazo crucificado de Jesús*, y la tiene estrecha a él sin dudar, sabe que cada *cruc* del Señor será rendida gloriosa y con él reencontrará la alegría. Porque breve es el dolor, eterna es la alegría" (op. cit, pp. 109-110).

" Las Bienaventuranzas no son solo el rostro de Jesús, sino también del hombre que se deja renovar por el Espíritu y transformar en Cristo.

La Bienaventuranzas no describen solamente la vida terrena de Jesús, sino también la mejor forma de vida posible, en la tierra, para ser verdaderamente felices.

Para Jesús, alegría y sufrimiento son todo uno, porque son reconciliadas en el amor" (ibid, pp. 111-112).

Santa Teresa de Calcuta dice: "Yo soy solo una pobre mujer que reza.

Rezando, el Señor Jesús me ha llenado el corazón de amor y así he podido amar a los pobres con el amor de Dios, sin Dios somos demasiado pobres para amar a los pobres" (ibid, p,147).

*PADRE FERNANDO SULPIZI nos descubre el significado profundo de la caridad.*

Basado en "*La guarigione spirituale*" (2)

"*Él (el Espíritu Santo) es más íntimo de mi íntimo*" - San Agustín

"La voluntad es rendida capaz de amar por la caridad. Amar a Dios con amor sobrenatural y, con el mismo amor, al prójimo" (op. cit, p. 7).

"Me parece que curando este aspecto del sufrimiento de los más débiles y olvidados, nos acercamos al pensamiento de Madre Teresa de Calcuta que se preocupaba de los moribundos abandonados porque, al menos por un momento, sientan que cosa significa "amor" (ibid, p. 27).

*P. BERNARDO nos presenta María, Madre de Dios y nuestra, a fin que podamos vivir la Bienaventuranzas junto a Ella, en su Maternidad.*

*María nos enseña a vivir en el Espíritu Santo, Ella que ha acogido la voluntad de Dios en la Anunciación y se volvió fuente de Vida para los otros en la Visitación.*

*Nosotros somos personas en relación, tenemos la capacidad de establecer relaciones con los otros con el amor que el Señor derrama en nuestros corazones por acción del Espíritu Santo, que nos rinde constructivos, creativos y misericordiosos hacia todos.*

Basado en el libro "Siguiendo a Jesús en María" (3)

"El día de la anunciación en Nazaret, Maria es saludada con su nombre más propio: Llena de gracia. Y ella responde desde la plenitud de su ser inmaculado: ¡Hágase! Aceptando con fe la palabra divina, fue hecha Madre del Salvador en su corazón y en su seno; obedeciendo, fue causa de la salvación propia y de todo el genero humano (cf. *Lumen gentium*, 56).

Hace algunos anos leí un texto de San Bernardo en sus *Alabanzas a la Virgen Madre*, que ,e conmovió e iluminó el corazón. Se lo comparto a ustedes: "Oíste que concebirás y darás a luz un hijo; oíste que no será por obra de varón, sino por obra del Espíritu Santo. Mira que el ángel aguarda tu respuesta, porque ya es tiempo que se vuelva al que lo envió. Esperamos también nosotros. Señora esta palabra de misericordia...Mira que se pone en tus manos el precio de nuestra salud; inmediatamente seremos liberados si consientes...Virgen, da pronto tu respuesta. Señora, responde aquella palabra que esperan la tierra, el infierno y también los ciudadanos del cielo. El mismo Rey y Señor de todos, cuanto deseó tu hermosura tanto desea ahora la respuesta de tu consentimiento, en la cual, sin duda, se ha propuesto salvar el mundo...Si le haces oír tu voz, te hará ver nuestra salud... Cree, di que si y recibe... Abre el corazón a la fe, Virgen bienaventurada, los labios al consentimiento, las extrañas al Creador. Mira el deseado de todas las gentes está llamando a tu puerta... ¡Levántate, corre, abre! Levántate por la fe, corre por la devoción, abre por el consentimiento" (IV,8).

María, avanzando en la peregrinación de la fe llega María al pie de la cruz el día del Calvario. Ese día el Hijo y su Madre padecieron juntos. Ese día María:

- . Se condolió vehementemente con su Hijo único.
- . Se asoció con corazón maternal a su sacrificio.
- . Consintió amorosamente en la inmolación de la víctima por ella engendrada.
- . Y, en consecuencia, Jesus moribundo nos la dio por Madre diciendole: "¡Mujer, he ahí a tu hijo!" (Jn 19, 26; *Lumen gentium*, 58).

María se asoció y consintió, como ya lo había hecho en Nazaret, ofreciendo a su Hijo como Hostia al Padre.

Luego del Calvario encontramos María en el Cenáculo, el día de Pentecostés, implorando el don del Espíritu para la Iglesia naciente. Finalmente, la Madre inmaculada fue asunta a los cielos en cuerpo y alma para que se asemejara más plenamente a su Hijo.

La maternidad de María trasciende el tiempo y el espacio; su "sí" a Dios perdura hasta la "consumación perfecta de sus elegidos" (*Lumen gentium*, 62)

El influjo de María en la Iglesia actual es una "realidad sobrenatural operante y fecunda" que penetra en lo más profundo de los corazones (Paolo VI, *Marialis cultus*, n. 57)" (op cit., pp. 87- 90).

" El pueblo fiel confesaba, ya desde el siglo III o IV, a María como Madre de Dios al orar: " Bajo tu amparo nos refugiamos, ¡oh Madre de Dios!; no desprecies nuestras súplicas en la necesidad, sino líbranos del peligro, sola pura, sola bendita" (ibid, p.79).

## **ADORACIÓN EUCARÍSTICA**

*Posible oración:*

*En tu Corazón Inmaculado  
María, llena de Gracia,  
te entregamos  
nuestra valle de lágrimas  
Madre de misericordia,  
vida, dulzura y  
esperanza nuestra,  
preséntanos a Jesús,  
el fruto bendito  
de tu vientre,  
para que nos llenes de Alegría,  
de la Bienaventuranza,  
porque nos quiere beatos,  
nos quiere felices  
en su Paz.*



*En tu Sagrado Corazón Eucarístico,  
nos acoges Jesús  
y te Adoramos con tu Palabra.*

## **PALABRA**

*"Felices los afligidos,  
porque serán consolados" (Mt 5, 5)*

*"Vengan a mí todos los que están afligidos y agobiados, y yo los aliviaré"  
(Mt 11, 28)*

*Momentos de silencio, de Adoración Eucarística*

*" Y yo rogaré al Padre, y él les dará otro Paráclito para que esté siempre con ustedes" (Jn 14, 16)*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

*"El fruto del Espíritu es: amor, alegría y paz, magnanimidad, afabilidad, bondad y confianza, mansedumbre y temperancia" (Gal 5,22-23).*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

## **MEDITACIÓN**



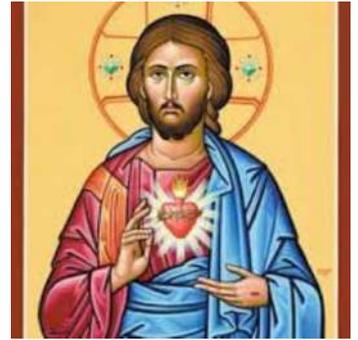
### **PAPA FRANCISCO**

*"Al atardecer» (Mc 4,35). Así comienza el Evangelio que hemos escuchado. Desde hace algunas semanas parece que todo se ha oscurecido. Densas tinieblas han cubierto nuestras plazas, calles y ciudades; se fueron adueñando de nuestras vidas llenando todo de un silencio que ensordece y un vacío desolador que paraliza todo a su paso: se palpita en el aire, se siente en los gestos, lo dicen las miradas. Nos encontramos asustados y perdidos.*

*Al igual que a los discípulos del Evangelio, nos sorprendió una tormenta inesperada y furiosa. Nos dimos cuenta de que estábamos en la misma barca, todos frágiles y desorientados; pero, al mismo tiempo, importantes y necesarios, todos llamados a remar juntos, todos necesitados de confortarnos mutuamente. En esta barca, estamos todos. Como esos discípulos, que hablan con una única voz y con angustia dicen: "perecemos" (cf. v. 38), también nosotros descubrimos que no podemos seguir cada uno por nuestra cuenta, sino sólo juntos" (Momento extraordinario de oración en tiempos de epidemia, atrio de la Plaza de San Pedro, 27 noviembre 2020).*

## DIARIO

*Frases significativas, oraciones, reflexiones  
que quedaron en el corazón*

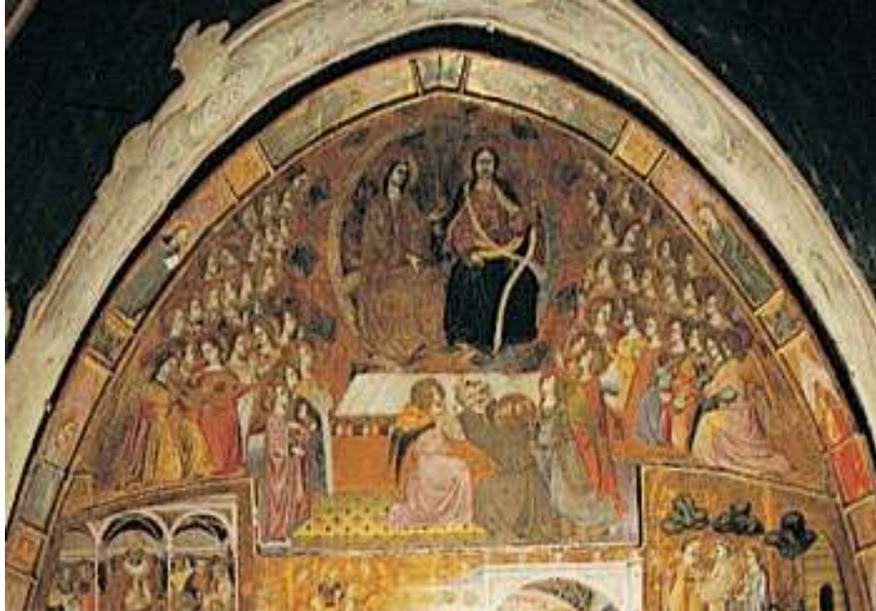


### BIBLIOGRAFÍA CITADA

- (1) Martinez Salvatore, *Cristoterapia della gioia - Per riscoprire il potere della preghiera*, (2019), Roma, ed. Rinnovamento nello Spirito Santo.
- (2) Sulpizi P. Fernando, *La guarigione spirituale -Venite e Vedrete - speciale animatori*, Comunità Magnificat (anni '80), Perugia.
- (3) Olivera Bernardo, *Siguiendo a Jesús en María - Orientaciones para una espiritualidad cotidiana*, ed. Soledad Mariana Movimiento de Espiritualidad Mariano y Contemplativo, Bs. As., 1997.

## 6º ejercicio

### LA GRACIA DEL PERDÓN



#### COMO S. FRANCISCO PIDIÓ Y OBTUVO LA INDULGENCIA DEL PERDÓN

*"Una noche del año 1216, Francisco estaba en oración y contemplación en la iglesita de la Porciúncula, cuando de improviso la iglesita se llenó de una vivísima luz, y Francisco vio sobre el altar a Cristo revestido de luz y a su derecha a su Madre Santísima, rodeados de una multitud de Ángeles. Francisco con el rostro en tierra adoró a su Señor en silencio.*

*Ellos le preguntaron entonces qué deseaba para la salvación de las almas. La respuesta de Francisco fue inmediata: "Santísimo Padre, aunque yo soy un pobre pecador, te ruego que a todos los que, arrepentidos de sus pecados y confesados, vengan a visitar esta iglesia, les concedas amplio y generoso perdón, con una completa remisión de todas las culpas".*

*"Lo que pides, Hermano Francisco, es grande -le dijo el Señor- pero de mayores cosas eres digno, y mayores tendrás. Por lo tanto accedo a tu petición, pero con la condición de que pidas de mi parte a mi vicario en la tierra esta indulgencia". Y Francisco se presentó de inmediato al Pontífice Honorio III que en aquellos días se encontraba en Perugia, y con el candor le contó la visión que había tenido. El Papa lo escuchó con atención y después de algunas objeciones, le dio su aprobación. Luego dijo: "¿Cuántos años de indulgencia quieres?". Francisco al punto le respondió: "Padre Santo, no pido años, sino almas!". Y se dirigió feliz hacia la puerta, pero el Pontífice lo llamó de nuevo: "Cómo, ¿no quieres ningún documento?". Y Francisco le dijo: "¡Santo Padre, me basta su palabra!".*

*"Si esta indulgencia es obra de Dios, Él verá cómo dar a conocer su obra; yo no necesito ningún documento: el papel debe ser la Santísima Virgen María, Cristo el notario y los Ángeles los testigos". Y algunos días después, juntos con los Obispos de la Umbria, dijo con lágrimas al pueblo reunido en la Porciúncula:*

***"¡Hermanos míos, quiero mandar a todos al Paraíso!"***

(*"Il Diploma di Teobaldo"*, FF 3391-3397)

## **EL PERDÓN EN EL AMOR MISERICORDIOSO DE MADRE ESPERANZA**

*“Hoy, 5 de noviembre del 1927, me he distraído, es decir he pasado parte de la noche fuera de mi y muy unida al buen Jesús, y Él me dijo que yo tengo que hacer en modo que los hombres lo conozcan, no como un padre ofendido por la ingratitud de sus hijos, sino como un Padre bueno que busca con todos los medios de consolar, ayudar a hacer felices sus hijos, y que les sigue y les busca con amor incansable como si no pudiese ser feliz sin de ellos” (Madre Esperanza, Diario, p. 9).*

*El perdón es un Don del Señor que toca nuestras heridas de la vida, para no vivir más en el rencor que esas producen sino en la Paz que el Señor dona. El Espíritu Santo nos ayuda a ver nuestras heridas para reiniciar una nueva vida en el Amor Misericordioso de Dios, hacia si mismos y hacia los otros, en el tiempo de la vida.*

*SALVATORE MARTINEZ, nos habla del perdón que dona amor.*

Basado en *“Cristoterapia della Gioia” (1)*

*“¿Qué cosa sería del Evangelio sin la pasión y muerte de Jesús? Nuestra es la *religión de la cruz*, de la cruz gloriosa que regala alegría. Es la religión de la cruz y, al mismo tiempo, la *religión de la alegría*, porque son dos en uno -natural y sobrenatural, humano- divino el rostro del amor! “Las obras de nuestro Señor son amarguras, luces seguidas de tinieblas, alegrías seguidas de tristezas. Conocerá la verdad aquél que habrá gustado estas cosas por experiencia personal y no por sentirlo decir” Isacco il Sirio.” (op. cit, pp 120, 122-123).*

*“La alegría de Cristo Resucitado es propia de quien sabe, porque ha visto y ha tocado con mano el amor (1Gv 1,1 ss.).*

*No es la alegría exterior, ruidosa, que olvida los dramas del mundo; es el bálsamo que da vigor a los cuerpos cansados y a las mentes ofuscadas” (ibid, p. 124).*

*“Aquí abajo, en la tierra, la aleluya del Espíritu incluirá siempre, de algún modo, el doloroso tormento de la experiencia humana.*

*La alegría está al dolor como la resurrección está a la cruz de Jesús” (ibid, p. 118).*

*“Para volver a encontrar el camino del amor perdido, no queda otra que “regresar a la casa” (Lc 1, 5. 18, la parábola del “hijo perdido”)” (ibid, p. 29).*

"Cuando Jesús vuelve a ver a Pedro, que por tres veces lo había renegado. No preguntó al apóstol: "¿Te arrepientes? sino más sencillamente: "¿Ma amas?" (cf. Jn 21,15)" (ibid, p. 36).

*PADRE FERNANDO SULPIZI, nos presenta el rostro de Jesús sufriente y redentor y nos habla de la conversión y del perdón.*

Basado en "La guarigione spirituale" (2)

*"Pero él soportaba nuestros sufrimientos y cargaba con nuestras dolencias, y nosotros lo considerábamos golpeado, herido por Dios y humillado.*

*Él fue traspasado por nuestras rebeldías y triturado por nuestras iniquidades. El castigo que nos da la paz recayó sobre él y por sus heridas fuimos sanados."*  
(Is 53,4-5)

"Jesucristo nos ha enseñado a pedir:

*"libéranos del mal" ( Mt 6,13)*

Frente a nuestra libertad, Su don, Dios se para, y -"con infinita paciencia"- espera que suscribamos el pacto de la alianza.

A menudo - como en muchos casos en el acto de dolor durante la confesión- la renuncia es solo una formula que a tientas se vuelve una verdadera elección ... cumplir actos de voluntad para poner a Dios al primer puesto.

Esta elección puede ser hecha siempre, sea en los momentos fuertes ( como durante la confesión, o después de la comunión) sea en el momento en el cual surgen las sugerencias, que sabemos que pueden llevar a la persona a cometer un nuevo pecado del cual se ha librado" (op. cit, pp 10.12).

"Cuando nosotros hablamos de conversión tenemos que tener presente el reprender de Dios que encontramos en Jeremías:"*Porque ellos me vuelven la espalda, no la cara" ( Jr 2,27) Esto significa que a la soberbia tenemos que oponer la humildad, a la avaricia la separación, a la lujuria la pureza, a la ira el perdón, a la gula la templanza, a la envidia la alegría por el bien de los otros, a la acidia el amor por aquello que respecta Dios" ( ibid, p.21).*

"Durante la confesión el ministerio de sanación viene ejercitado por los sacerdotes solos, pero en este caso es verdad que el sacerdote opera en la Iglesia, es decir está unido espiritualmente a toda la Iglesia" (ibid, p.13).

Basado en "Il sacramento della confessione" (3)

"Quien está herido puede recorrer cuatro caminos:

### **Oración, Palabra de Dios, Eucaristía, Confesión.**

He usado este orden porque entiendo detenerme sobretodo en el Sacramento que estamos hablando. Pero podemos citar:

Oración: "Recen para ser curados" (cf. Stgo 5, 16);

Palabra de Dios: "Envió su palabra y los sanó" (Sal 107,20), hace eco el libro de la Sabiduría a propósito de aquellos que fueron mordidos por los serpientes venenosos "Y no los sanaron las hierbas ni los ungüentos sino tu palabra, Señor, que todo lo cura" (Sap 16,12).

Eucaristía: la presencia de Jesucristo resucitado es advertida sobretodo en la Eucaristía; en esa nosotros podemos revivir los momentos históricos de la vida de Cristo, sintiéndolos actuales y personales en la historia de cada uno de nosotros. La fe en Él sana, como fue sanada aquella mujer que deseó ardientemente tocar el manto de Cristo (Mt 9,21), y tantos otros enfermos que sintieron la frase, frecuente en la boca del Cristo: "anda en paz, tu fe te ha salvado". Jesús sana con un gesto, con una mirada, sin hacer aparentemente nada, porque de sus llagas nosotros hemos sido sanados (cf. 1Pt 2,25; Is 53,5).

La Confesión: la sanación está vinculada a la conversión. Esta verdad ha sido anunciada por Isaias y nosotros podemos testimoniar cada día que la verdad se trata:

*"Ve, me dijo; tú dirás a este pueblo: "Escuchen, sí, pero sin entender: miren bien, pero sin comprender. Embota el corazón de este pueblo. endurece sus oídos y cierra sus ojos, no sea que vea con sus ojos y oiga con sus oídos, que su corazón comprenda y que se convierta y sane" ( Is 6, 9-10).*

La confesión solicita la conversión (metánoia), cambio de pensamiento y de vida, volver a poner a Dios al centro de la vida, encima de otra componente de nuestra historia (opción fundamental), la fe en el nombre de aquél que solo invocándolo, puede salvarnos. Él solo, basta que lo quiera ( y lo quiere si nosotros se lo pedimos) puede limpiarnos, basta que imponga Sus manos y sana los enfermos. Él reenvía en paz, recomendando de no pecar más, y la paz de Dios que supera cada inteligencia (cf Fil 4,7) y que Cristo solo la puede dar, queda en nosotros.

Solo aquél que ha pensado y querido nuestra personalidad, puede reparar las deformaciones de las cuales hemos sido dañados con el pecado, en este acercamiento de nuestra realidad a la idea que Él ha tenido de nosotros puede acontecer solo a través del Único Mediador de la Nueva Alianza, que nos invita: "Vengan a mí todos los que están afligidos y agobiados, y yo los aliviaré."

(Mt 11,28) y "El que tenga sed, venga a mí; y beba el que cree en mí" (Jn, 37-38). Él, en efecto: "cuando yo sea levantado en alto sobre la tierra, atraeré a todos hacia mí" (Jn 12,32).

Él es el buen samaritano que no pasa más allá, a la vista de aquél que ha sido depredado, golpeado y herido por los bandidos, pero lo cura, lo unge, lo faja y lo confía a la Iglesia, a la cual le da un dinero (los Sacramentos) para que cuide del herido, y si el dinero no bastará, cuando pasará de nuevo, Él añadirá lo que falta. **La acción de Dios pasa a través de la Iglesia**, pero alcanza la persona cuando se abre a Él; en esta apertura viene añadido ese resto que falta y que Él, a su regreso, da con libertad, porque el Padre dona Su Espíritu

sin medida y con el Espíritu cada bien, sanaciones comprendidas (op. cit, pp. 18-20).

*PADRE BERNARDO OLIVERA, nos explica el sacramento del Perdón, y nos presenta el corazón de María a los pies de la cruz de Jesús Redentor.*

Basado en el libro "*Siguiendo a Jesús en María*" (4)

"El sacramento de la reconciliación nos lleva a poner todo lo que esté de nuestra parte para hacer vida la petición del padrenuestro: "Perdonamos a nuestros deudores". Si Jesús no nos hubiera perdonado, nosotros no existiríamos; el pecado es negación de la vida. Sus manos sangraron, sus labios perdonaron y así nosotros tenemos vida. Su perdón solo podemos recibirlo a condición de darlo. Cuántas víctimas y cuantos verdugos resucitan con un perdón.

En el sacramento de la reconciliación o penitencia nunca olvidemos que en este sacramento Cristo y su Iglesia asumen con un beso divino nuestra vida de conversión y penitencia.

El *pecado* es negación, a sabiendas y queriendo, del amor de Jesús.

El que se arrepiente, se convierte, vuelve al Padre riquísimo en misericordia, como nos lo recordaba nuestro querido Juan Pablo II en su carta encíclica sobre el amor de Dios por el hombre (*Dives in misericordia*).

*Quien confiesa a Jesús* como Salvador se confiesa a si mismo pecador y necesitado de salvación. No conozco otra forma de amor que el amor arrepentido y en espera de perdón.

Si observamos lo que sucede en una confesión bien hecha, podemos distinguir varios actos diferentes: contrición; confesión de los pecados; satisfacción de las culpas; propósito de enmiendas; reparación del daño; y absolución del sacerdote" (op. cit., pp. 52. 49-50).

" Jesús moribundo nos dio María por Madre diciéndole: ¡Mujer, he ahí a tu hijo!". Se condolió, dice el texto, y lo dice todo. No que María se haya solo compadecido de Jesús elevado en la cruz, sino que padeció con él: la pasión fue com-pasión. Sufrió hasta tal extremo que con-murió con su Hijo crucificado y moribundo de tal manera, que podemos decir que redimió al género humano junto con Cristo (cf. Benedicto XV, *Inter sodalica*; Leon XIII *Iucunda semper*)" Se asoció y consintió, como ya lo había hecho en Nazaret, ofreciendo a su Hijo como Hostia al Padre, sacrificando conjuntamente el amor y los derechos maternos, en favor de todos nosotros.

Y fue así proclamada, por un nuevo motivo de dolor y de gloria, Madre de los miembros de Cristo. Madre nuestra, en efecto, pues las palabras de Jesús dirigidas al discípulo Juan están dirigidas a todos los hombres, especialmente a

aquellos que habían de estar ligados por los lazos de la fe (cf. Leon XIII, *Adiutricem populi*, 4; Pablo VI, *Signum magnum*,6)" (ibid, p. 89).

*Este camino del perdón en el Señor lleva consigo la Paz interior. Los sentimientos de culpa no caben mas. Las heridas creadas por la falta de amor, del miedo, se cicatrizan con el don del Amor recibido del Señor. El perdón se traduce con la Bendición del Señor, también sin acercamiento a la persona que nos ha herido y/o hemos herido, una bendición del corazón del Señor, y desde este don de gracia, luego se puede alargar con la mirada de comprensión compasiva, sabiendo que quien nos ha herido tiene también sus propias heridas de la vida, y que todos somos hijos de Dios amados.*

### **ADORACIÓN EUCARÍSTICA**

*"Estando quietos y silenciosos, posiblemente un tiempo largo, delante de Jesús Eucaristía ...la luz de Dios penetra poco a poco en el corazón. Y lo sana".*

*Card. Raniero Cantalamessa*

*Entregamos a Jesús Presente en la Eucaristía  
nuestro corazón afligido*



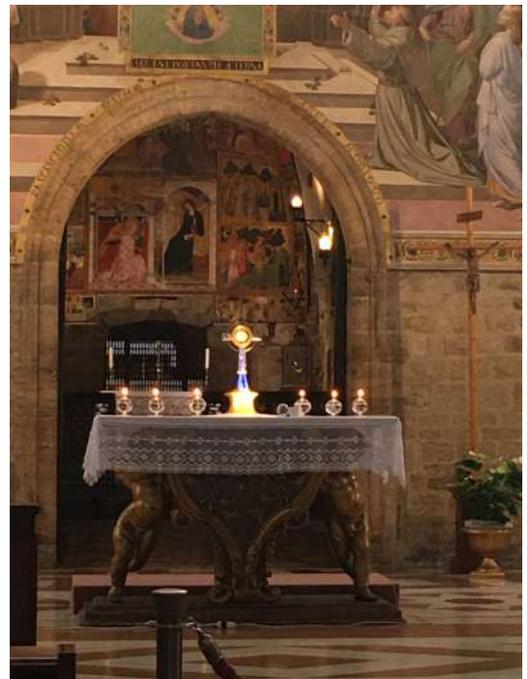
*Posible oración:*

*Jesús, tú estás Presente  
en el Santísimo Sacramento,  
estás ahí, delante mío,  
y mis ojos no pueden verte,  
pero con el corazón y el alma,  
sé que tu estás,  
y estás Presente ahí  
en mi corazón.*

*Recibe Jesús mis heridas,  
toda la rabia que tengo,  
para que no se transforme más  
en resentimiento,  
veneno que desgasta el alma.  
Dóname Señor tu PAZ,  
fruto de tu Amor,  
que envuelve el alma,  
que sana,  
porque un Amor  
grande como el Tuyo  
puede hacer brotar  
ríos de agua viva  
en nuestro corazón.  
Gracias Jesús  
porque nos perdonas,  
perdonas nuestras ofensas  
como también  
nosotros perdonamos  
a quien nos ofende  
en nuestro corazón.*

*Tu vida Señor es  
vivir siempre  
en tu Amor.*

*Ven Espíritu santo  
en nuestro corazón,  
brota desde nuestro corazón.  
Eres Don del bautismo,  
ven Espíritu Santo  
y dona tus frutos,  
ven Espíritu Santo  
y dona el Amor,  
ven Espíritu Santo  
y dona de vivir en la Alegría,  
ven Espíritu Santo  
y dona de vivir en la Bondad,*



*ven Espíritu Santo  
y dona de vivir en la Fidelidad,  
ven Espíritu Santo  
y dona de vivir en la mansedumbre,  
ven Espíritu Santo  
y dona de vivir en la paciencia,  
ven Espíritu Santo  
y dona de vivir en el autocontrol,  
ven Espíritu Santo  
para que podamos vivir siempre  
en el misterio de la vida,  
del agua viva  
que es el Amor,  
en la voluntad del Padre nuestro.*

*Es en nuestra fragilidad  
que Tú , oh Padre,  
nos haces fuertes.  
Ven Espíritu Santo.*

*Gracias Padre nuestro.*



## **PALABRA**

*" El llevó sobre la cruz nuestros pecados, cargándolos en su cuerpo, a fin de que, muertos al pecado, vivamos para la justicia. Gracias a sus llagas, ustedes fueron curados." (1Pe 2,24)*

### *Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

*Padre nuestro "Perdona nuestras ofensas, como nosotros perdonamos a los que nos han ofendido." ( Mt 6, 12)*

*"Jesús decía: «Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen»  
(Lc 23, 34)*

### *Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

*"Él me respondió: «Te basta mi gracia, porque mi poder triunfa en la debilidad». Más bien, me gloriaré de todo corazón en mi debilidad, para que resida en mí el poder de Cristo. Por eso, me complazco en mis debilidades, en los oprobios, en las privaciones, en las persecuciones y en las angustias soportadas por amor de Cristo; porque cuando soy débil, entonces soy fuerte"  
(2 Co, 9-10)*

### *Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

"El fruto del Espíritu es: amor, alegría y paz, magnanimidad, afabilidad, bondad y confianza, mansedumbre y temperancia" (Gal 5,22-23).

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

## **MEDITACIÓN**

**PAPA FRANCISCO:**

" Adorar en silencio con toda la historia encima y así pedir:  
"Escucha y perdona".

Nos hará bien, hoy, tomar un poco de tiempo de oración,  
con la memoria de nuestro camino  
la memoria de las gracias recibidas, la memoria de la elección, de la promesa,  
de la alianza y buscar de ir arriba, hacia la adoración,  
y en medio de la adoración con mucha humildad decir  
solo esta pequeña oración:  
"Escucha y perdona".

*Homilia, Casa Santa Marta ( 5 febrero 2018)*



## **BIBLIOGRAFÍA CITADA**

- (1) Martinez Salvatore, *Cristoterapia della gioia - Per riscoprire il potere della preghiera*, (2019), Roma, ed. Rinnovamento nello Spirito Santo.
- (2) Sulpizi P. Fernando, *La guarigione spirituale -Venite e Vedrete - speciale animatori*, Comunità Magnificat (anni '80), Perugia.
- (3) Sulpizi P. Fernando, *Il Sacramento della Confessione - I quaderni di Venite e Vedrete*, (anni '80), Perugia, Comunità Magnificat.
- (4) Olivera Bernardo, *Siguiendo a Jesús en María - Orientaciones para una espiritualidad cotidiana*, ed. Soledad Mariana Movimiento de Espiritualidad Mariano y Contemplativo, Bs. As., 1997.

## **DIARIO**

*Frases significativas, oraciones, reflexiones  
que quedaron en el corazón.*



## 7° ejercicio

### **CIELOS NUEVOS Y TIERRA NUEVA CON EL MAGNIFICAT DE MARÍA**



*"Después el Angel me  
mostró un río de agua de vida, claro como el cristal, que brotaba del trono de  
Dios y del Cordero,*

*en medio de la plaza de la Ciudad. A ambos lados del río, había arboles de vida que fructificaban doce veces al año, una vez por mes, y sus hojas servían para curar a los pueblos.*

*Ya no habrá allí ninguna maldición.*

*El trono de Dios y del Cordero estará en la Ciudad,  
y sus servidores lo adorarán.*

*Ellos contemplarán su rostro y llevarán su Nombre en la frente.*

*Tampoco existirá la noche,  
ni les hará falta la luz de las lámparas ni la luz del sol,  
porque el Señor Dios los iluminará,  
y ellos reinarán por los siglos de los siglos.*

*(Ap 22, 1-5)*

*SALVATORE MARTINEZ, nos presenta la alabanza como fruto de la oración en el Espíritu Santo y la Adoración .*

Basado en el libro "*Cristoterapia della Gioia*" (1)

"La voz gloriosa que se escucha oda en los Cielos- el canto del *Aleluya* dirigida al Cordero, sentado en el trono, en la revelación que el teólogo Juan tiene del mundo futuro (cf Ap 19, 1-9)- es la voz *gozosa* del Espíritu en la tierra, del Espíritu de Dios que en Cristo renueva y recrea incesantemente la historia y los hombres"

"*Aleluya: es la alabanza de Dios, para nosotros, fatigados, que contraseña la nuestra actividad que será en el reposo...la plenitud del aleluya incesante será solo después de este mundo, después de esta fatiga... arriba el aleluya será la actividad de nuestro reposo, toda nuestra actividad será un aleluya, es decir alabanza a Dios* (San Agustín en "Discorsi") (op. cit., pp. 151-152).

"Espíritu Santo es el maestro de nuestra conversación con el Padre. Cristo, nos lo ha mandado porque en su lugar sugiriese y dirigiese nuestras oraciones" (San Ambrosio).

La alabanza es una oración *desinteresada*, ofrecida en pureza de gratuidad al Señor. Es verdadero canto, es verdadera alabanza a Dios si es ofrecida en pura gratuidad, como amante de su Nombre (*ibid*, pp. 146.148-149).

"*Te bendeciré hasta que yo viva, en tu nombre levantare mis manos. Yo exulto de alegría en la sombra de tus alas*" (Sal 63, 5.8b).

" *El mismo Espíritu viene en ayuda de nuestra debilidad porque no sabemos orar como es debido; pero es Espíritu intercede por nosotros con gemidos inefables* (Rm 8, 26).

“En el Espíritu Santo se encuentra el “lugar” propio de la verdadera adoración. Esta verdadera adoración, que nosotros dirigimos a Dios en el Espíritu, no es otro que un reconocimiento de nuestros límites y de nuestra debilidad”  
(San Basilio Magno).

Jesús respondió a la samaritana, que se encontraba en el pozo de Jacob:  
“ Créeme, mujer, llega la hora en que ni en esta montaña ni en Jerusalén se adorará al Padre. Pero la hora se acerca, y ya ha llegado, en que los verdaderos adoradores adorarán al Padre en espíritu y en verdad, porque esos son los adoradores que quiere el Padre. Dios es espíritu, y los que lo adoran deben hacerlo en espíritu y en verdad (Gv 4,21.23-24)” (ibid, p. 166)

*PADRE FERNANDO SULPIZI, nos habla de la presencia de Cristo en la oración comunitaria y en la Alabanza por su Bendición.*

*Basado en “La guarigione spirituale” (2)*

“Es Cristo que reza para que sus discípulos sean una cosa sola, es El que nos asegura que donde dos o tres (o mas) personas son reunidas en Su nombre El esta en medio de ellos, y donde esta El el mal no nos puede tocar. Cristo ha prometido que “...las puertas del infierno no prevalecerán”( Mt 16,18) en la Iglesia.”(op. cit, pp. 13-14)

Es a través de la Revelación, nosotros conocemos el misterio escondido en Dios, inaccesible a la inteligencia humana:

*“ Bendito sea Dios, el Padre de nuestro Señor Jesucristo,  
que nos ha bendecido en Cristo  
con toda clase de bienes espirituales en el cielo,  
y nos ha elegido en él, antes de la creación del mundo,  
para que fuéramos santos  
e irreprochables en su presencia, por el amor.  
El nos predestinó a ser sus hijos adoptivos  
por medio de Jesucristo,  
conforme al beneplácito de su voluntad,  
para alabanza de la gloria de su gracia,  
que nos dio en su Hijo muy querido.  
En él hemos sido redimidos por su sangre  
y hemos recibido el perdón de los pecados,  
según la riqueza de su gracia (Ef 1, 3-7)” (ibid, pp. 1-2).*

*PADRE BERNARDO OLIVERA, nos introduce a la inhabilitación de Cristo en nuestros corazones y de algunas formas de oración como: el nombre de Jesús, potencia que nos salva, los salmos, las alabanzas y la Liturgia de las horas. Nos ponemos en la presencia de Jesús Vivo y Resucitado, y le entregamos*

*nuestros pesos de la vida, los dolores y las alegrías. Con su Palabra y con el Magnificat de María alabamos al Señor.*

Basado en el libro "Siguiendo a Jesús en María" (3)

"Cuando digo "corazón", me refiero algo de muy concreto: a la fuente de la vida personal, allí donde mis pensamientos, mis elecciones y mis sentimientos se unifican, formando un todo único.

En el corazón viene "sembrada la Palabra" y vertido el Amor del Espíritu que nos inhabita (cf. Mt 13,19). Pero la cosa más importante es esta: *los puros de corazón verán a Dios*" (Mt 5,8).

Regresar al corazón es reencontrar a si mismo, un reencontrarse no sin fatiga, pero también definitivamente de paz, pero sobretodo de una experiencia de maravilla y sorpresa porque en el corazón atravesamos el umbral que nos conduce Aquel que no conocemos y está presente: Dios.

Es ser manifiestamente aquello que en forma velada somos por haber sido creados a imagen de Dios y recreados por el Hijo en el espíritu: ser lo que somos! (op. cit, p. 78).

Según la concepción bíblica el nombre es inseparable de la persona.

El nombre es el lugar de la presencia de Dios y el corazón humano, es el lugar privilegiado de la manifestación de tal presencia.

El nombre de Jesús, el que ha recibido en su resurrección, es el "nombre que está encima de otro nombre", el nombre hasta ahora reservado a Dios: ¡Jesús es el Señor! La invocación del nombre de Jesús evoca la presencia y el poder de su persona. Es el fundamento de la fe "quien invocara el nombre del Señor será salvado" (At 2,21), (op. cit, p. 318).

"Los salmos son para san Agustín "los cánticos divinos que hacen las delicias de nuestro espíritu"( *Narraciones de los salmos*; CXLV.1)

Inmersos por el bautismo en la pascua del Señor (Rom 6:2-13), hacemos nuestro el misterio pascual, a través de las principales oraciones: celebrando la Eucaristía y la liturgia de las horas que se extiende en las diferentes horas del día la presencia del Cristo Eucarístico. Es amar a Cristo orante y unirse a Él en su Iglesia que ora. Es recibir su Voz y prestarle la nuestra para alabar la gloria del Padre y interceder por todos los hombres.

Todo esto por primera lo vivió María y sin ella no podemos vivirlo: " Grandes cosas hizo en mí el Omnipotente y Santo es su nombre" (Lc 1,49) ( *ibid*, pp. 343. 353. 345. 354).

### *Alianza con Dios en María*

" La alianza con Dios en María expresa la consagración en todas las dimensiones, colocándola en el contexto del plan de salvación. No nos

olvidemos que la alianza es el corazón de la historia de salvación así como el corazón de la alianza es la consagración.

La alianza en María implica sobretodo reconocer la dimensión mariana de la consagración bautismal.

La santificación e incorporación a Cristo y a su Cuerpo que es la Iglesia, es obrada por la consagración bautismal, es al mismo tiempo una santificación en la Inmaculada y una pertenencia e incorporación filial a la Madre de Cristo y de la Iglesia. Esta afirmación se basa en el hecho que el Mediador de la nueva alianza es Jesucristo. Hijo de María ofrecido en la cruz con ella por el Espíritu Santo (op. cit., pp. 73). Hemos encontrado el mejor camino para que podamos llegar juntos al Padre, por Cristo y en el Espíritu Santo, por esto les tomo de la mano y me entrego en la eucaristía de cada día a la Madre diciéndole: ¡Todo y siempre en María de San José! (ibid, p. 76).

## **ADORACIÓN EUCARÍSTICA**

*Posible oración:*

*María y San José,  
Padres de la Iglesia,  
Enséñanos alabar  
al Altísimo  
como ustedes lo alaban,  
enséñanos a nombrar a  
Jesús en nuestra vida  
con el Amor  
que habita en nosotros,  
enséñanos a vivir siempre  
en el Espíritu de Dios,  
enseñamos a vivir  
con una fe enamorada  
que anticipa lo esperado,  
rezando en la Iglesia de Cristo.*



## **PALABRA**

*"Así te bendeciré mientras viva y alzaré mis manos en tu Nombre...y soy feliz a la sombra de tus alas" ( Sal 63, 5. años 8b)*

*"Igualmente, el mismo Espíritu viene en ayuda de nuestra debilidad porque no sabemos orar como es debido; pero es Espíritu intercede por nosotros con gemidos inefables" ( Rm 8, 26)*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

*"Después el Ángel me mostró un río de agua de vida, claro como el cristal, que brotaba del trono de Dios y del Cordero,*

*en medio de la plaza de la Ciudad.*

*A ambos lados del río, había árboles de vida que fructificaban doce veces al año, una vez por mes, y sus hojas servían para curar a los pueblos.*

*Ya no habrá allí ninguna maldición.*

*El trono de Dios y del Cordero estará en la Ciudad,  
y sus servidores lo adorarán.*

*Ellos contemplarán su rostro y llevarán su Nombre en la frente.*

*Tampoco existirá la noche,  
ni les hará falta la luz de las lámparas ni la luz del sol,  
porque el Señor Dios los iluminará,  
y ellos reinarán por los siglos de los siglos.*

*(Ap 22, 1-5)*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*



### EL MAGNIFICAT

*"María dijo entonces: «Mi alma canta la grandeza del Señor,  
y mi espíritu se estremece de gozo en Dios, mi salvador,  
porque el miró con bondad la pequeñez de tu servidora.  
En adelante todas las generaciones me llamarán feliz,  
porque el Todopoderoso he hecho en mí grandes cosas: isu Nombre es santo!  
Su misericordia se extiende de generación en generación sobre aquellos que lo temen.*

*Desplegó la fuerza de su brazo, dispersó a los soberbios de corazón.*

*Derribó a los poderosos de su trono y elevó a los humildes.*

*Colmó de bienes a los hambrientos y despidió a los ricos con las manos vacías.*

*Socorrió a Israel, su servidor, acordándose de su misericordia,*

*como lo había prometido a nuestros padres, en favor de Abraham y de su descendencia para siempre» ( Lc 1, 46-55).*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*

## **MEDITACIÓN**

PAPA FRANCISCO

“Este es un punto importante para nosotros: vivir una relación intensa con Jesús, una intimidad de diálogo y de vida, así de reconocerlo como “el Señor”. ¡Adorarlo!

El párrafo, nos habla de la adoración: las miríadas de ángeles, todas las criaturas, los seres vivientes, los ancianos, se postran en adoración delante del Trono de Dios y del Cordero inmolado, que es Cristo, a quien va la alabanza, el honor y la gloria (cf Ap 5,11-14).

*Homilia*, Basilica de San Pablo Fuera de las Murallas (14 abril 2013)



### **BIBLIOGRAFIA CITADA**

- (1) Martinez Salvatore, *Cristoterapia della gioia - Per riscoprire il potere della preghiera*, (2019), Roma, ed. Rinascimento nello Spirito Santo.
- (2) Sulpizi P. Fernando, *La guarigione spirituale -Venite e Vedrete - speciale animatori*, Comunità Magnificat (anni '80), Perugia.
- (3) Olivera Bernardo, *Siguiendo a Jesús en María - Orientaciones para una espiritualidad cotidiana*, ed. Soledad Mariana Movimiento de Espiritualidad Mariano y Contemplativo, Bs. As., 1997

## **DIARIO**

*Frases significativas, oraciones,  
reflexiones que quedaron en el corazón.*



## **ROSARIO DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA:**

### **DON DE PAZ PARA LOS CORAZONES AFLIGIDOS**

*Con tu corazón de Niño, Jesús Eucarístico,  
vives en la unidad del Amor con el Padre.  
Tu Sagrado Corazón  
palpita en la Eucaristía, Ama, silenciosamente,  
es todo del Padre,  
es todo nuestro,  
nos acoge, nos Ama,  
en su santa voluntad.*

*A María, la Mujer, la hija predilecta del Padre,  
que en su Corazón Inmaculado  
custodia cada uno de nosotros, sus hijos,  
en el Hijo Jesús,  
le pedimos con el Rosario  
de quitar  
cada espina de nuestros corazones afligidos,  
con el Ave María.*

*En el Sagrado Corazón de Jesús Eucaristía,  
en su Corazón de Niño  
ante el Padre nuestro,  
le entregamos cada sufrimiento  
de nuestra vida,  
y que extienda esta gracia  
para que sea don para otros.*

*Por la acción del Espíritu Santo,  
nos done Consolación y Paz.*



**S. JUAN PABLO II**

"El Rosario, parte de la experiencia de María, es una oración contemplativa que sobresale. Su naturaleza en el rezo del Rosario exige un ritmo tranquilo y casi un condescendiente pensamiento, que favorezcan en el orante la meditación de los misterios de la vida del Señor, vistos a través del Corazón de Aquella que al Señor le estuvo cerca, y abrir las insondables riquezas.

Se pone Jesús al centro, se comparte con él las alegrías y los dolores, se ponen en sus manos las necesidades y los proyectos, se saca de él la esperanza y la fuerza para el camino"

*Rosarium Virginia Mariae, n.12.49 ( 6 ctubre 2002)*

*PAPA FRANCISCO*

“Al vuelto luminoso y transfigurado de Jesucristo y de su Corazón nos conduce Maria, Madre de Dios, salud de los enfermos, a la cual nos dirigimos con la oración del Rosario, bajo la mirada amorosa de San José, Custodio de la Santa Familia y de nuestras familias”.

*Audiencia General (18 marzo 2020)*



## **FUENTE**

*Los pequeños ejercicios marianos y contemplativos de adoración Eucarística "Corazones afligidos", "Custodia de los corazones afligidos", y "Madres adorantes", fueron elaborados desde la espiritualidad mariana y contemplativa del P. Bernardo Olivera ocso., en la Alianza con Dios en María de San José, junto con la Gracia del Perdón de la Porciúncula de San Francisco de Asís, en ser pequeños en el Padre nuestro. En estos pequeños ejercicios, la Adoración Eucarística es la fuente donde se recibe la Paz del Señor que nos envuelve en su Amor. Es desde el Corazón Eucarístico de Jesús, que Custodia los corazones afligidos.*

*Los pequeños ejercicios de Adoración Eucarística para los corazones afligidos, recibieron la riqueza de los movimientos católicos del Espíritu Santo. Esta composición fue hecha gracias a los aportes de los Seminarios participados de Sanación de las heridas del corazón, de los diferentes movimientos católicos (RnS Italia - suor Roberta Vinerba, Salvatore Martinez; Comunità Magnificat - Tarcisio, Daniele Mezzetti; Àgape - Famiglia della Luce; Sanación - P. Martín Lampa; Spiritherapy - Chiara Amirante).*

*Los pequeños ejercicios "Corazones afligidos", "Custodia de los corazones afligidos" y " Madres adorantes" (ad experimentum) están en sintonía con el Catecismo de los adultos de la " Conferenza Episcopale Italiana" CEI (1995), especialmente con el Misterio creído, celebrado, vivido y rezado, "Por Cristo, en el Espíritu, al Padre".*

## **FUENTE BIBLIOGRÁFICA**

Boschieri Silvana M.L., Diploma di Psicoterapia cognitivo-comportamentale ed Intervento Psicosociale CRP, Proyecto de Prevención "*Vida*": *la forza d'animo*", *La promozione della Resilienza negli studenti adolescenti*, 2015.

Boschieri Silvana M.L., *Progetto di prevenzione "Resilienti si diventa: la forza d'animo"- per studenti adolescenti; Progetto di Prevenzione "Resilienti si diventa: la forza delle relazioni" - per studenti adolescenti*, en "*La mente che cura*" anno IV, ottobre, 2018.

Boschieri Silvana M.L., Tesi di Licenza in Psicologia "*Figure genitoriali e formazione dell'immagine di Dio in bambini di quattro anni*" - *Studio illustrativo di casi con tecniche semiproiettive*, Pontificia Università Salesiana, Roma (1996).

Boschieri Silvana M.L., Tesina per il Magistero in Scienze Religiose "*Dalla Educazione della Fede all'Educazione Religiosa nella Scuola Materna*" - *Dall'analisi di un'esperienza ad una proposta operativa*, Istituto Superiore di Scienze Religiose di Assisi collegato con la Facoltà di Teologia della Pontificia Università Lateranense (1992).

Boschieri Silvana M.L., Tesina de Licenciatura de segunda especialidad en Orientación Educativa "*Relación padres-hijo y papel de los padres como mediadores de la imagen de Dios en el hijo*"– *Pautas de orientación para los padres*, Pontificia Universidad Católica del Perú (2000).

Conferenza Episcopale Italiana, CEI, *Catechismo degli adulti* (1995).

Olivera Bernardo OCSO., "*Siguiendo a Jesús en María*" - *Orientaciones para una espiritualidad cotidiana*, ed. Soledad Mariana Movimiento de Espiritualidad Mariano y Contemplativo, Bs. As., 1997.

