

***CUSTODIA DE LOS CORAZONES AFLIGIDOS***



***SILVANA MARIA LUISA BOSCHIERI***

## **PEQUEÑOS EJERCICIOS DE ADORACIÓN EUCARÍSTICA**

### **PARA LA CUSTODIA DE LOS CORAZONES AFLIGIDOS**

*Los pequeños ejercicios "Custodia de los corazones afligidos" tienen como fuente la Adoración Eucarística. Es desde el Corazón Eucarístico de Jesús que Custodia los corazones afligidos. El caminito se recorre en ser pequeños y en ponernos en relación delante de Jesús Eucaristía, confiándole la propia vida y en recibir su presencia, su acogida, su Amor y su Paz desde su Corazón Eucarístico. La Custodia se va realizando en la Alianza con Dios Trinidad en María de San José.*

*Los pequeños ejercicios de Adoración Eucarística para la "Custodia de los corazones afligidos" fueron elaborados desde la espiritualidad mariana y contemplativa del P. Bernardo Olivera ocs., en la Alianza con Dios en María de San José, y se integraron con la Gracia del Perdón en la pequeña Iglesiasita de la Porciúncula de San Francisco de Asís, en ser pequeños en el Padre nuestro. Los pequeños ejercicios recibieron la riqueza de los movimientos católicos del Espíritu Santo a través de los Seminarios participados de Sanación de las heridas del corazón (RnS Italia - suor Roberta Vinerba, Salvatore Martinez; Comunità Magnificat - Tarcisio, Daniele Mezzetti; Àgape - Famiglia della Luce; Sanación - P. Martín Lampa; Spiritherapy - Chiara Amirante).*

*En estos pequeños ejercicios de Adoración Eucarística para la "Custodia de los corazones afligidos" se ofrecen los medios para vivificar la presencia del Espíritu Santo recibido en el bautismo, con su Amor y Consolación en nuestras vidas, donándonos la Paz del Señor. Todo contribuye para la unidad e integridad de nuestro ser corporal y espiritual en que nos lleva a decir: "Abbá, Padre nuestro!" en su Hijo Jesús que vive en nosotros, que nos envuelve en su Amor y Paz. En estas simples páginas, se quiere poner la mirada en el alma espiritual en sus facultades que entran en relación con Jesús Eucarístico. En Cristo Resucitado presente y en el Espíritu Santo que obra en nosotros la filiación con el Padre Dios consolándonos, con el don de la Paz. Queda naturalmente abierto el camino de la Ciencia que con sus instrumentos son de sanación del cuerpo y la psique.*

*En La Alianza con Dios Trinidad en María de san José, se vive la Custodia. María y José son padres y Custodios de la Iglesia, que somos cada uno de nosotros, y nos acompañan a ponernos delante del Hijo Eucarístico Jesús, para que le entreguemos todas nuestras aflicciones, nuestra vida, y dejarlo en su Corazón Eucarístico, en Aquél que es Rey y Redentor de cada uno de nosotros, Presente, que en su Paz nos va cicatrizando las heridas de nuestro corazón afligido, en la voluntad de Dios Padre, para ser plenamente hijos suyos y hermanos en el Amor infinito de Dios.*

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

*A San José le confío estos pequeños ejercicios para el servicio de la Iglesia.*

*Silvana Maria Luisa Boschieri*

*Fiesta de Maria Inmaculada, 8 diciembre 2021*





***CUSTODIA DE LOS CORAZONES AFLIGIDOS***

***PEQUEÑOS EJERCICIOS DE ADORACIÓN***

***EUCARÍSTICA***

***1° ejercicio: Bajo la Custodia de la Alianza con Dios en María de la Anunciación***

***2° ejercicio: Bajo la Custodia de san José***

***3° ejercicio: La Custodia en la Alianza con Dios en María de san José en la Natividad***

***4° ejercicio: Bajo la Custodia de la Alianza con Dios Trinidad por el bautismo***

***5° ejercicio: Pequeños en Dios Trinidad para ser consolados en nuestro corazón afligido***

***6° ejercicio: La Nueva Alianza en Jesús Eucaristía y la Gracia del Perdón***

**7° ejercicio: Custodia de la Alianza con Dios Trinidad en María de san José**

*En cada ejercicio se invita a ponernos delante de Jesús Eucaristía el Hijo Predilecto de Dios Padre y en la acción del Espíritu Santo que nos llena y envuelve del Amor de Dios y de su PAZ*

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

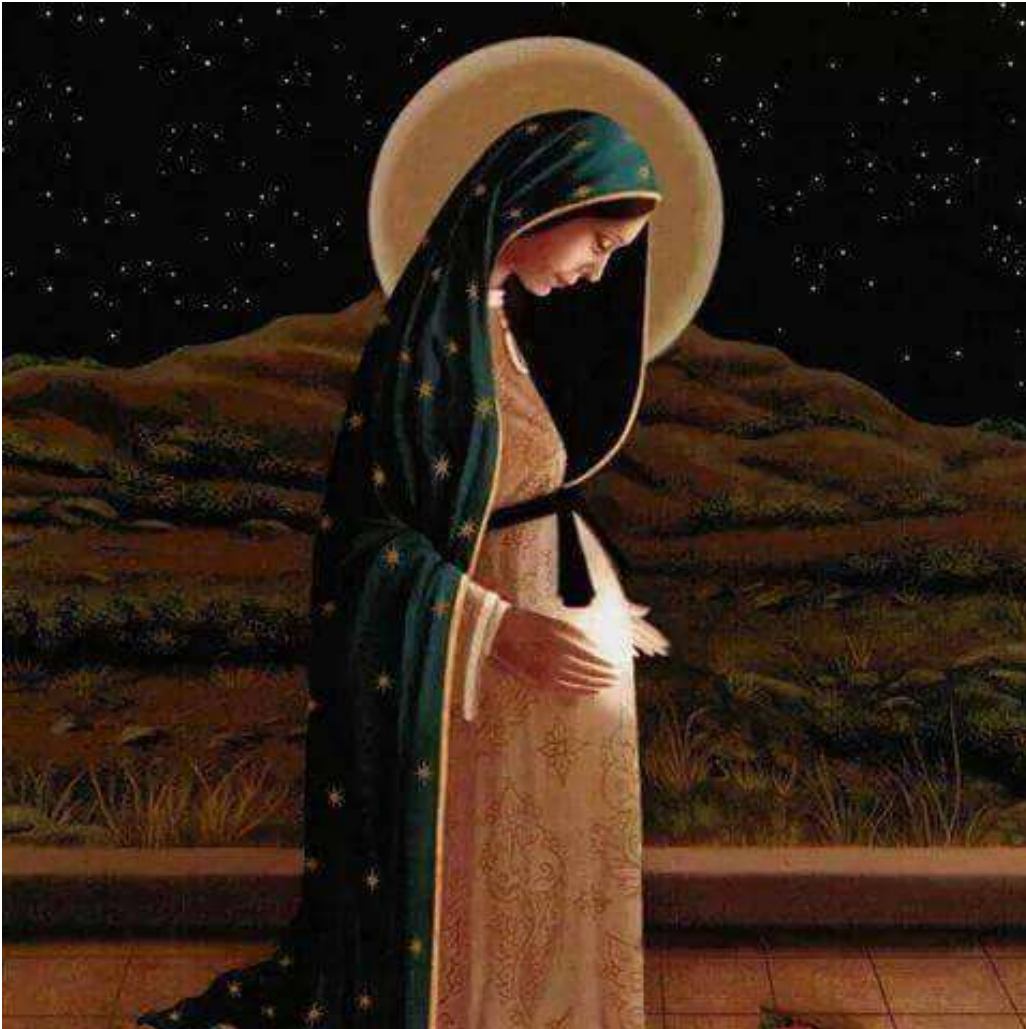


***" Vuela con tu espíritu hacia el Tabernáculo,  
cuando no puedes llegar con tu cuerpo,  
e desahoga allí tus deseos...habla, reza,  
abraza al dilecto de las almas "***

***San Pio de Pietrelcina***

## **1º ejercicio**

### **BAJO LA CUSTODIA DE LA ALIANZA CON DIOS EN MARÍA DE LA ANUNCIACIÓN**



*En este primer ejercicio se propone en LA ALIANZA CON DIOS EN MARÍA DE LA ANUNCIACIÓN en poner bajo su Custodia nuestra pequeña vida desde la concepción.*

*Nos acompaña el texto de la Anunciación con la explicación de la Alianza con Dios en María del P. Bernardo Olivera oco., al que seguirá una breve oración delante de Jesús Eucaristía o con el espíritu delante del Tabernáculo.*

## **PALABRA**



*GRUTA DE LA ANUNCIACIÓN, NAZARET*

### Evangelio según Lucas 1,26-38

"Al sexto mes fue enviado por Dios el ángel Gabriel a una ciudad de Galilea, llamada Nazaret, a una virgen desposada con un hombre llamado José, de la casa de David; el nombre de la virgen era María. Y entrando, le dijo: «Alégrate, llena de gracia, el Señor está contigo.» Ella se conturbó por estas palabras, y discurría qué significaría aquel saludo. El ángel le dijo: «No temas, María, porque has hallado gracia delante de Dios; vas a concebir en el seno y vas a dar a luz un hijo, a quien pondrás por nombre Jesús. El será grande y será llamado Hijo del Altísimo, y el Señor Dios le dará el trono de David, su padre; reinará sobre la casa de Jacob por los siglos y su reino no tendrá fin.» María respondió al ángel: «¿Cómo será esto, puesto que no conozco varón?» El ángel le respondió: «El Espíritu Santo vendrá sobre ti y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra; por eso el que ha de nacer será santo y será llamado Hijo de Dios. Mira, también Isabel, tu pariente, ha concebido un hijo en su vejez, y este es ya el sexto mes de aquella que llamaban estéril, porque ninguna cosa es imposible para Dios.» Dijo María: «He aquí la esclava del Señor; hágase en mí según tu palabra.» Y el ángel dejándola se fue."

*P. BERNARDO OLIVERA O.C.S.O., en sus escritos nos dice del significado de la Alianza con Dios en María y que nos lleva a profundizar la Gracia de la Custodia por del bautismo recibido en ser hijos de Dios y por ser María la*



*Madre de Jesús y Madre nuestra desde la Cruz de Jesús. Es por esto que podemos poner desde nuestra vida prenatal en Ella que siempre es la llena de Gracia, nos Custodia y nos acompaña en nuestro camino en el Amor de Dios hacia todos y cada uno.*

Basado en el libro "Siguiendo a Jesús en María" (1)

"La Virgen María es un instrumento personal, consciente y libre en las manos de Dios, su respuesta de amor al anuncio divino fue tan perfecta que la hizo Madre de Dios. Todo el ser de la Inmaculada Concepción estuvo ordenado. La acogida fiel y amorosa del Hijo de Dios en sus propias entrañas...(cf. Lc. 1, 26-38).

A partir de aquel momento María entabló con Dios una relación totalmente única y original;...María es la que tiene más afinidad con Dios, pues llegó con su maternidad hasta los confines de la divinidad. Recordemos aquello que nos decía hace ya años el papa Pio XII: " María está misteriosamente emparentada, en el orden de la encarnación, con toda la Trinidad Santísima" (radiomensaje del 13.05.46)." (op. cit., p. 81)

*La Alianza con Dios en María, implica ante todo reconocer la dimensión mariana de nuestra consagración bautismal.*

" María es toda relativa a Dios y a los hombres.

Dos aspectos de un único misterio: ella es María Soledad y María Solidaridad. María Soledad y Solidaridad se nos presenta como un modelo insuperable de *persona humana*.

Nos enseña san Bernardo de Claraval, podemos afirmar que Dios es soledad, por ser la raíz de sí mismo y de todos los seres. Pero esta soledad divina no es solitaria, pues su unidad es trinitaria, aunque al decir trinidad no se afirma multiplicidad ( Cf. Sobre la consideración, V, IV:13; V, VIII:19).

Ella es uno en relación. Su yo individual es único e irreplicable, tiene a Dios mismo como fuente y autor. Sin el Tú divino que la llama a la existencia, el yo de María no podría ser ni existir. Y desde el momento en que es y existe, ella misma se convierte en un tú para quien le dio el ser y la existencia. Por eso su yo individual es también un nosotros relacional....En su soledad de autopresencia, María encuentra la fuente de su presencia solidaria.

María goza una profunda armonía existencial entre las dimensiones de soledad y solidaridad de su ser personal. Ella desconoce esos desequilibrios, tan nuestros, causados por el individualismo y la dependencia, el aislamiento y la simbiosis, el ensimismamiento y el caos.

En fin, si aceptamos a María como cautivante modelo, ella nos hará participar de su gracia. Podremos así ver y unirnos a Dios con los ojos de María, latiendo con su corazón, obrando con sus manos y testimoniándolo con su vida.

De esta manera, María contempla y se une a Dios, Amor Salvador, en su intimidad y en su relacionabilidad. Lo encuentra en su yo individual y en el nosotros social... La soledad y solidaridad de María dicen también referencia al doble núcleo de la espiritualidad cristiana:

La fraternidad y el amor al prójimo como a uno mismo.

Y

La filiación y el amor a Dios por sobre todas las cosas.

La soledad y solidaridad de María es una total apertura al poder del Padre, a fin de que se haga carne en el Hijo y salvador de los hombres, por quien todos somos uno en el amor del Espíritu.” (ibid. pp. 275. 276. 277-278.279. 280)

## **ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA**



*Posible oración:*

*DELANTE DE TÍ JESÚS EUCARISTÍA  
QUE ESTÁS PRESENTE  
Y CONOCES TODO DE NUESTRA VIDA  
SOPLA CON TU SANTO ESPÍRITU PARA  
QUE COMPRENDAMOS  
Y TE CONFIAMOS TODO  
LO QUE VAYA  
SURGIENDO EN NUESTRO  
CORAZÓN: IMÁGENES,  
RECUERDOS, PALABRAS,  
SUEÑOS...  
TODO AQUELLO QUE NOS  
AFLIGE Y QUE LO CONFIAMOS  
EN TU SAGRADO CORAZÓN EUCARÍSTICO  
EN LA CUSTODIA DE LA ALIANZA CON DIOS EN MARÍA.*

*ENRAIZADOS EN LA GRACIA BAUTISMAL  
RENOVAMOS NUESTRA ALIANZA CON DIOS  
EN EL SENO MATERNO DE MARÍA  
Y LE ENTREGAMOS BAJO ESTA CUSTODIA,  
QUE ES SU SENO MATERNO,  
LLENA DEL ESPÍRITU SANTO,  
NUESTRA VIDA PRENATAL,*

NUESTRA VIDA EN EL SENO DE NUESTRA MAMÁ ,  
CON SUS GOZOS Y PREOCUPACIONES EMOTIVAS  
CONSCIENTES Y NO CONSCIENTES.  
TE ENTREGAMOS MARÍA TAMBIÉN  
EN TU CORAZÓN INMACULADO  
NUESTRA MATERNIDAD.  
TE ENTREGAMOS MARÍA TAMBIÉN  
LA PATERNIDAD AFECTIVA,  
QUE EL ESPIRITU SANTO EN TÍ MARÍA,  
MADRE MEDIADORA DE TODAS LAS GRACIAS,  
DERRAME LAS GRACIAS QUE EL SEÑOR QUIERA  
PARA SANAR NUESTROS CORAZONES AFLIGIDOS,  
NUESTRA PERSONA, ÚNICA E IRREPETIBLE,  
Y PODER ENTRAR ASÍ EN UNA RELACIÓN PROFUNDA  
DE AMOR AMANDO DIOS TRINO,  
CON TODO NUESTRO CORAZÓN Y  
A LAS PERSONAS CERCANAS AMARLAS  
CON TU AMOR ASÍ  
COMO TÚ NOS AMAS.

ABRÁZAME MARÍA MADRE  
EN MI PEQUEÑO SER  
EN EL AMOR INFINITO DE DIOS  
EN ESTA ESTRECHA ALIANZA CON DIOS EN TI MADRE.  
ABRÁZAME PADRE,  
ABRÁZAME JESUS,  
ABRÁZAME ESPÍRITU SANTO  
EN EL AMOR DEL PADRE Y DEL HIJO.  
ABRÁZAME .

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.*

### **Con la Palabra**

"Dijo María: «He aquí la esclava del Señor; hágase en mí según tu palabra.»  
Y el ángel dejándola se fue." (Lc 1, 38)

*Momentos de silencio, de Adoración*

"Eres tú ... quien me tejió en el seno de mi madre. Te doy gracias por  
tantas maravillas: un prodigio soy" "(Sal.139, 13-14)

*Momentos de silencio, de Adoración*

## **VISITACIÓN**

*DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA, PRESENTE, EN ESTE MISTERIO DE AMOR DEL PADRE Y DEL ESPÍRITU SANTO, CON EL SANTO ROSARIO JUNTO CON MARÍA SACAMOS LAS ESPINAS DE NUESTRO CORAZÓN CON LAS ROSAS DE CADA AVE MARÍA.*



*Que el Espíritu Santo con Jesús en el Padre nuestro, nos llene de su PAZ y Consuelo en nuestra persona, que es única e irrepetible, tan amada por Dios.*



Evangelio según Lucas 1, 46-55

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: ¡su 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».

## **DIARIO**

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



### *Bibliografía citada*

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

## 2º ejercicio

### **BAJO LA CUSTODIA DE SAN JOSÉ**



*En el segundo ejercicio se presenta "La anunciación a san José"\* el "padre" de Jesús y de cada uno de nosotros que somos la Iglesia, en el misterio de Dios que le concede la Custodia de Jesús a San José, del Hijo de Dios, y la custodia de la Iglesia como Protector junto con María, ejerciendo la paternidad espiritual.*

## **PALABRA**



Iglesia de San José, Nazaret

### Evangelio según Mateo 1, 18-25

"Este fue el origen de Jesucristo: María, su madre, estaba comprometida con José y, cuando todavía no han vivido juntos, concibió un hijo por obra del Espíritu Santo. José, su esposo, que era un hombre justo y no quería denunciarla públicamente, resolvió abandonarla en secreto. Mientras pensaba en esto, el Ángel del Señor se le apareció en sueños y le dijo: «José, hijo de David, no temas recibir a María, tu esposa, porque lo que ha sido engendrado en ella proviene del Espíritu Santo. Ella dará a luz un hijo, a quien pondrás el nombre de Jesús, porque él salvará a su Pueblo de todos sus pecados». Todo esto sucedió para que se cumpliera lo que el Señor había anunciado por el Profeta: "La Virgen concebirá y dará a luz un hijo a quien pondrán el nombre de Emanuel", que traducido significa: «Dios con nosotros». Al despertar, José hizo lo que el Ángel del Señor le había ordenado: llevó a María a su casa, y sin que hubieran hecho vida en común, ella dio a luz un hijo, y él le puso el nombre de Jesús."

*P. BERNARDO OLIVERA, nos presenta la sponsalidad de san José con la Virgen María y la paternidad de la Alianza de San José padre espiritual de Jesús a la Luz de la Alianza con Dios.*





Basado en el libro "*Siguiendo a Jesús en María*" (1)

"Según los relatos evangélicos (Mt 1:18,20,24; Lc 1:27), María concibe del Espíritu Santo después de los esponsales y antes de las bodas; es decir durante el año que mediaba entre uno y otro. María ya no se pertenecía a sí misma, Su asentamiento al misterio de la encarnación *presuponía el sí de José*, su señor. María asintió por los dos. La que dijo sí es María de José. San José coparticipa con María, desde el mismo comienzo, en la obra cristiana de la salvación del mundo." (op. cit., pp. 290-291)

"Si amar es, básicamente, afirmar, no hay duda que *José amó* a María. Amándola la afirmó y confirmó en lo más íntimo de su ser femenino, acogiéndola como esposa, como virgen y como madre.

...El sí de José rebosaba de:

- Cuidado: ocupación efectiva y afectiva por la vida y crecimiento de la virgen madre, que era su esposa.
- Responsabilidad: entendida como una respuesta libre, generosa y pronta ante las necesidades de María.
- Respeto: mirándola a ella en profundidad, tal como era y no como podría ser.
- Intimidad: traducida en acogida y donación del propio secreto.

De esta plenitud de afirmación amorosa, erótica y fraterna, subordinada a la divina, brotó un amor paterno y materno según la más pura imagen y semejanza de Dios. (ibid, pp. 296)

El amor de José hacia María quedó arrebatado y transformado- y José quiso que así fuera - por el apasionado y límpido amor de María hacia su Dios y Señor.

Por todo lo compartido, me gusta pensar y decir que Dios se valió de María para comunicarle a José el don de la virginidad." (ibid, p. 311)

"La paternidad de José no es física-natural ni legal-adoptiva, es la paternidad *de la Alianza*; José es padre según la promesa. Porque creyó ( en el hecho de la encarnación mesiánica) y acogió a María ( según la voluntad de Dios), José fue justo y padre ( Cf. Rom. 4). El Señor Dios selló con José de Nazaret una alianza en la paternidad." (ibid, p. 322)

"Sabemos que la mayor necesidad de cualquier niño es de tipo relacional. El amor paterno y materno dan el sentido básico de *seguridad* y confianza en la vida. El amor paterno de José, que tenía su fuente en la riqueza de su amor esponsal y la trascendencia de su amor divino, le permitió a Jesús llegar a ser alguien seguro de sí mismo y capaz de confrontar creativamente el mundo de los hombres y de la naturaleza." (ibid p. 325)

"A medida que el niño crece, va ganando independencia vital respecto a su madre y, al mismo tiempo, comienza a ganar más importancia la relación paterna. Pronto llega el momento en que el niño reconoce dos formas diferentes de amor, la de la madre y la del padre. La primera, caracterizada por la incondicionalidad, misericordia y afecto; y la segunda, que se caracteriza por ser condicional, veraz y efectiva. Aparece así la figura de la *autoridad* paterna con sus peculiares exigencias. Jesús respondió a la autoridad de José con sumisión y obediencia; y esta autoridad fue ejercida de tal manera que le permitió a Jesús formar su propia conciencia y madurar en libertad hasta alcanzar la autonomía de su propia personalidad.

El proceso educativo dura mientras dura la vida. Cambia con el crecimiento del hijo, pero nunca deja de existir. La educación paterna es un compromiso *de por vida*. Y así fue, exactamente, la relación educativa que José entabló con su hijo Jesús

Jesús comenzó amando a José, su padre, al igual que cualquier niño, porque se sentía amado por él. Llegado a la edad madura, el " te amo porque me amas" se transformó en un " me amas y yo también te amo". En esta reciprocidad de amor creció la mutua confianza que hizo del padre y del hijo dos sinceros *amigos*.

Toda genuina relación entre un padre y su hijo implica un *mutuo reconocimiento*. En este sentido, los hijos son también creadores de sus padres. José fue padre de Jesús porque este lo reconoció como tal y lo llamó *abbá*, papá. Asimismo, en esta intimidad vital y relacional con José, Jesús aprendió entrañablemente a decir Abba, en relación a su Padre eterno." (ibid, pp. 325-326)

## **ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA**



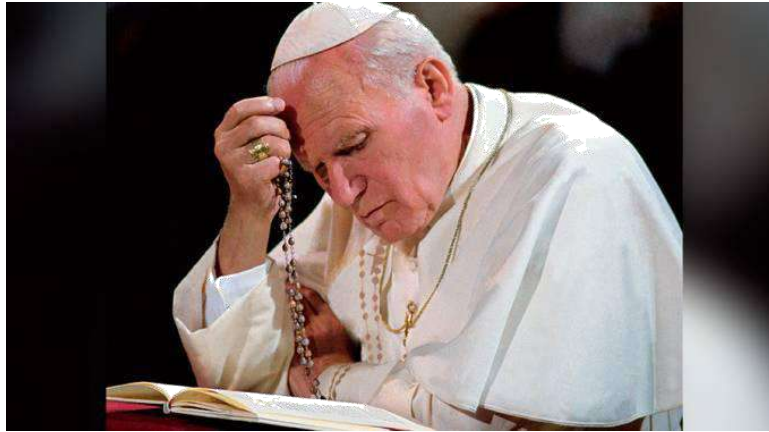
*Posible oración:*

*SAN JOSÉ  
PATRONO DE LA IGLESIA  
PADRE DE JESÚS  
LLÉNANOS DE TU AMOR QUE CUIDA,  
VIGILA, ENSEÑA,*

*TÚ QUE HAS TENIDO LA TAREA  
QUE EL PADRE DIOS TE CONFÍÓ  
DE REFLEJAR SU PATERNIDAD,  
AMOR Y VERDAD,  
ENSEÑANOS A DECIR SIEMPRE  
LA ORACIÓN QUE ENSEÑABAS A JESÚS:  
AQUI ESTOY PADRE DIOS  
PARA HACER TU VOLUNTAD,  
HÁGASE EN MI TU VOLUNTAD PADRE DIOS,  
A TRAVES DE TODA MI PERSONA, A TRAVES  
DE MI CUERPO.*

TE ENTREGAMOS CADA MOMENTO DE NUESTRA VIDA  
QUE NO NOS HEMOS SENTIDO AMADOS COMO HIJOS,  
CADA MOMENTO DE NUESTRA VIDA  
QUE NO NOS HEMOS SENTIDO  
AMADAS EN NUESTRO SER DE MUJER,  
QUE NO NOS HEMOS SENTIDO RESPETADAS,  
TRATADAS CON EL RESPETO QUE UNA MUJER MERECE  
DE SER TRATADA DELICADAMENTE.  
TE ENTREGAMOS SAN JOSÉ TODOS LOS TRATOS PATERNOS  
QUE NO HAN TRANSMITIDO LA PATERNIDAD DEL AMOR DE  
DIOS. TE ENTREGAMOS EN TU CORAZÓN DE PADRE  
TODO AQUELLO QUE NOS HACE DIFÍCIL DECIR  
PADRE, BENDÍCENOS SAN JOSÉ Y ENTREGA TODO  
AL SAGRADO CORAZÓN EUCARÍSTICO DE JESÚS,  
PARA QUE DERRAME EN NUESTROS CORAZONES  
TODO SU AMOR,  
TODA SU MISERICORDIA,  
TODO SU PERDÓN,  
Y PODAMOS VIVIR UNA VIDA LLENA EN EL AMOR DE DIOS.  
SAN JOSÉ CUSTODIANOS  
EN NUESTRO CAMINO DE LA VIDA  
JUNTO A MARÍA DE SAN JOSÉ.

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.*



### **Con la Palabra**

«José, hijo de David, no temas recibir a María, tu esposa, porque lo que ha sido engendrado en ella proviene del Espíritu Santo. Ella dará a luz un hijo, a quien pondrás el nombre de Jesús, porque él salvará a su Pueblo de todos sus pecados» (Mt 1, 20-21)

*Momentos de adoración*

“Aunque mi padre y mi madre me abandonen, el Señor me recibirá.  
Indícame, Señor, tu camino y guíame por un sendero llano” ( Sal 27, 10-11)

*Momentos de adoración*

“Yo te amé con un amor eterno, por eso te atraje con fidelidad. De nuevo te edificaré y serás reedificada” (Jer 31, 3-4)

*Momentos de adoración*



## **VISITACIÓN**

*Confiemos a san José nuestra vida*

*Oración a san José: ORACIÓN DEL PAPA FRANCISCO*

Salve, custodio del Redentor  
y esposo de la Virgen María.  
A ti Dios confió a su Hijo,  
en ti María depositó su confianza,  
contigo Cristo se forjó como hombre.

Oh, bienaventurado José,  
muéstrate padre también a nosotros y  
guíanos en el camino de la vida.  
Concédenos gracia, misericordia y  
valentía, y defiéndenos de todo mal.  
Amén.

*Nosotros dormimos y a san José le entregamos  
nuestros problemas.*

*Consejo de Papa Francisco*



### *Bibliografía citada*

(1) 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 permanecen en el corazón.*



### 3° ejercicio

## LA CUSTODIA EN LA ALIANZA CON DIOS EN MARIA DE SAN JOSÉ EN LA NATIVIDAD



*Grueta de Belén*

*La Natividad mensaje de esperanza y PAZ, en la noche de Navidad de nuestro corazón entregamos nuestra vida sobretodo infantil bajo la Custodia de Jesús , María y José, en la Alianza con Dios.*



## PALABRA



Gruta de Belén

### Evangelio según Lucas 2, 1-20

"En aquella época apareció un decreto del emperador Augusto, ordenando que se realizara un censo en todo el mundo.

Este primer censo tuvo lugar cuando Quirino gobernaba la Siria. Y cada uno iba a inscribirse a su ciudad de origen. José, que pertenecía a la familia de David, salió de Nazaret, ciudad de Galilea, y se dirigió a Belén de Judea, la ciudad de David, para inscribirse con María, su esposa, que estaba embarazada. Mientras se encontraban en Belén, le llegó el tiempo de ser madre; y María dio a luz a su Hijo primogénito, lo envolvió en pañales y lo acostó en un pesebre, porque no había lugar para ellos en el albergue. En esa región acampaban unos pastores, que vigilaban por turno sus rebaños durante la noche. De pronto, se les apareció el Ángel del Señor y la gloria del Señor los envolvió con su luz. Ellos sintieron un gran temor, pero el Ángel les dijo: «No teman, porque les traigo una buena noticia, una gran alegría para todo el pueblo: Hoy, en la ciudad de David, les ha nacido un Salvador, que es el Mesías, el Señor. Y esto les servirá de señal: encontrarán a un niño recién nacido envuelto en pañales y acostado en un pesebre». Y junto con el Ángel, apareció de pronto una multitud del ejército celestial, que alababa a Dios, diciendo: ¡Gloria a Dios en las alturas, y en la tierra, paz a los hombres amados por él!». Después que los ángeles volvieron al cielo, los pastores se decían unos a otros: «Vayamos a Belén, y veamos lo que ha sucedido y que el Señor nos ha anunciado». Fueron rápidamente y encontraron a María, a José, y al recién nacido acostado en el pesebre. Al verlo, contaron lo que habían oído decir sobre este niño, y todos los que los escuchaban quedaron admirados de que decían los pastores. Mientras tanto, María conservaba estas cosas y las meditaba en su corazón. Y los pastores volvieron, alabando y glorificando a Dios por todo lo que habían visto y oído, conforme al anuncio que habían recibido."

P. BERNARDO OLIVERA, *nos habla del significado de nuestra Alianza con Dios por el bautismo y que es profundamente mariana. María la llena de gracia, Madre de Jesús y Madre nuestra intercede ante Dios por nosotros.*

Basado en el libro "Siguiendo a Jesús en María" (1)

"La alianza es el elemento central y propiamente constitutivo del plan de salvación. Su origen radica en Dios mismo, en su vida trinitaria que Dios quiere compartir con sus criaturas. El fin de la alianza es introducir a los hombres en la comunión de vida con Dios.

La alianza en María implica ante todo *reconocer* la dimensión mariana de nuestra consagración bautismal.

La santificación, pertenencia e incorporación a Cristo y a su Cuerpo que es la Iglesia, obrada por la consagración bautismal, es asimismo una santificación en la Inmaculada y una pertenencia e incorporación filial a la Madre de Cristo y de la Iglesia. Esta afirmación no es gratuita, se basa en este hecho: el Mediador de la nueva alianza es Jesucristo, el Hijo de María ofrecido en la cruz con ella por el Espíritu Santo.

Además, la exigencia de vivir y obrar santamente como cristianos encuentra en María la Mediadora de toda gracia y el Modelo perfecto en la fe, esperanza y caridad.

Este doble reconocimiento nos permite recalcar una importante afirmación: la alianza con Dios en María es la perfecta renovación de la consagración y alianza bautismal.

La *entrega* a María constituye propiamente el acto de la alianza. El reconocimiento de la particular misión de María en la historia salvífica reclama e invita a un acto de entrega filial como aceptación del plan divino de salvación y en función de la total donación a Dios.

La entrega es mutua. Implica presencia recíproca, unión, participación en la vida divina de la Madre y acción de ella en nuestras vidas de hijos. Todo esto es lo que queremos expresar al decir "en María". (op. cit., pp. 69.73)

"Acercarnos a él mismo, a José, el santo más grande del cristianismo, pues después de María fue quien estuvo más cerca de Cristo y, además, a su extraordinaria misión correspondió una santidad proporcionada ( Cf. León XIII, Quamquam pluries; Pio XI, Alocución del 19-III-28).

José siempre se hace a un lado para que sobresalgamos Jesús, María y nosotros.

Con un abrazo grande en la soledad solidaria de José de santa María." (ibid, p. 282. 332)

## **ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA**

*Posible oración:*

*EN UNA NOCHE DE NAVIDAD DE NUESTRO  
CORAZÓN, LES ENTREGAMOS JESÚS, MARÍA Y JOSÉ  
TODA NUESTRA INFANCIA,  
TODA NUESTRA VIDA,  
PARA PODER CAMINAR Y CRECER  
BAJO LA CUSTODIA DE USTEDES,  
VIVIENDO EN EL AMOR DE DIOS.  
BAJO LA CUSTODIA DEL AMOR SANTO DE  
MARÍA POR EL CUIDADO DE SAN JOSÉ,*

*EN LA PEQUEÑEZ DE NUESTRAS VIDAS.  
SEAN JESÚS, MARÍA Y JOSÉ  
MODELOS DEL AMOR TRINITARIO,  
TÚ MARIA CON LA PRESENCIA CONSTANTE  
DEL AMOR DEL ESPÍRITU SANTO,  
TÚ SAN JOSÉ CON EL REFLEJO  
DEL AMOR DEL PADRE NUESTRO,  
Y AMBOS CONTEMPLANDO  
EL AMOR HECHO VIDA, HECHO CARNE,  
JESÚS.*

*AHORA JESÚS TE CONTEMPLAMOS  
PRESENTE EN LA EUCARISTÍA,  
NUESTROS OJOS ESTÁN FIJOS EN TÍ  
PARA EMPEZAR A CAMINAR POR EL SENDERO DE LA VIDA,  
YA NO SOLOS,  
SINO ACOMPAÑADOS  
POR TÍ,  
Y BAJO LA CUSTODIA  
Y PROTECCIÓN DE  
MARÍA Y JOSÉ.*

*GRACIAS PADRE POR ESTE DON  
INMENSO QUE NOS DAS.*

*EMPEZAMOS A VIVIR  
EN TÍ,  
EN ESTA ALIANZA CONTIGO PADRE  
EN JESÚS, MARÍA Y JOSÉ  
EN EL ESPÍRITU SANTO DE AMOR.*



*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.*

## **Con la Palabra**

"En aquella época apareció un decreto del emperador Augusto, ordenando que se realizara un censo en todo el mundo.

Este primer censo tuvo lugar cuando Quirino gobernaba la Siria. Y cada uno iba a inscribirse a su ciudad de origen. José, que pertenecía a la familia de David, salió de Nazaret, ciudad de Galilea, y se dirigió a Belén de Judea, la ciudad de David, para inscribirse con María, su esposa, que estaba embarazada. Mientras se encontraban en Belén, le llegó el tiempo de ser madre; y María dio a luz a su Hijo primogénito, lo envolvió en pañales y lo acostó en un pesebre, porque no había lugar para ellos en el albergue. En esa región acampaban unos pastores, que vigilaban por turno sus rebaños durante la noche. De pronto, se les apareció el Ángel del Señor y la gloria del Señor los envolvió con su luz. Ellos sintieron un gran temor, pero el Ángel les dijo: «No teman, porque les traigo una buena noticia, una gran alegría para todo el pueblo: Hoy, en la ciudad de David, les ha nacido un Salvador, que es el Mesías, el Señor. Y esto les servirá de señal: encontrarán a un niño recién nacido envuelto en pañales y acostado en un pesebre». Y junto con el Ángel, apareció de pronto una multitud del ejército celestial, que alababa a Dios, diciendo: ¡Gloria a Dios en las alturas, y en la tierra, paz a los hombres amados por él». Después que los ángeles volvieron al cielo, los pastores se decían unos a otros: «Vayamos a Belén, y veamos lo que ha sucedido y que el Señor nos ha anunciado». Fueron rápidamente y encontraron a María, a José, y al recién nacido acostado en el pesebre. Al verlo, contaron lo que habían oído decir sobre este niño, y todos los que los escuchaban quedaron admirados de que decían los pastores. Mientras tanto, María conservaba estas cosas y las meditaba en su corazón. Y los pastores volvieron, alabando y glorificando a Dios por todo lo que habían visto y oído, conforme al anuncio que habían recibido.” (Lc 2, 1-10)

### *Momentos de silencio, de Adoración*



*el pesebre, Belén.*



*Capilla sobre la gruta de la leche, Belén*

## VISITACIÓN

*ALIANZA CON DIOS EN MARÍA Y SAN JOSÉ :  
LE ENTREGAMOS NUESTRA INFANCIA  
NUESTRA VIDA  
EN UNA NOCHE DE NAVIDAD DE NUESTRO CORAZÓN*

*- Carta de la Alianza con Dios en María y san José  
en la Noche de Navidad de nuestro corazón.*



*Santuario de Greccio, Italia  
San Francisco y el primer pesebre viviente*

### *Bibliografía citada*

(1) 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 permanecieron en el corazón*



\*

## 4° ejercicio

### **BAJO LA CUSTODIA DE LA ALIANZA CON DIOS TRINO POR EL BAUTISMO**



Río Jordán, Israel

*La renovación de la Alianza Bautismal con Jesús en el misterio Trinitario, acompañados de María y san José en los recuerdos afectivos de nuestra adolescencia, juventud y vida adulta en el Amor Misericordioso del Padre nuestro que nos abraza.*

*El Espíritu Santo es Persona, es presencia del Amor Consolador del Padre y del Hijo, es presencia es persona, a Él nos encomendamos en nuestro actuar. En el bautismo recibimos el Espíritu Santo, gracias al Bautismo de la sangre de Jesús, la Redención. Vivimos en Él. El Espíritu Santo obra haciéndonos llamar a Dios Padre y en Jesús somos hermanos de todos, porque todos somos hijos de Dios en el Hijo Predilecto Jesús.*

*Vivificados con la unción del Bautismo del Espíritu Santo, en este despertar del hoy, entramos en la presencia del Espíritu Santo que nos hace decir Abba, Papito a Dios y el Espíritu Santo con sus carismas nos hace vivir en Cristo, nos hace vivir la Iglesia.*

*El primer efecto que acompaña el despertar del Espíritu Santo es el cambio de los pensamientos como nos decía san Agustín. Nos indica los pensamientos que no provienen del Amor de Dios y nos hace recibir toda la Consolación del Amor de Dios. Es volver a nacer desde lo alto como decía Jesús a Nicodemo. Es Amar con el corazón de Dios, amarnos, amar a los otros en ese Amor infinito y misericordioso del Amor de Dios.*

*El Espíritu Santo, acogiéndolo en María, nos lleva a vivir nuestra misión cotidiana, en el Amor del Padre y del Hijo Jesús .*

*El Amor Trinitario habita en nosotros en la simplicidad del Amor, en María Madre y en San José que nos custodian.*

## **PALABRA**



*Río Jordán*

### Evangelio según san Mateo 3, 13-17

" Entonces Jesús fue desde Galilea hasta el Jordán y se presentó a Juan para ser bautizado por él. Juan se resistía, diciéndole: «Soy yo el que tiene necesidad de ser bautizado por ti, ¡y eres tú el que viene a mi encuentro!». Pero Jesús le respondió: «Ahora déjame hacer esto, porque conviene que así cumplamos todo lo que es justo». Y Juan se lo permitió. Apenas fue bautizado, Jesús salió del agua. En ese momento se abrieron los cielos, y vio al Espíritu de Dios descender como una paloma y dirigirse hacia él. Y se oyó una voz del cielo que decía: «Este es mi Hijo muy querido, en quien tengo puesta toda mi predilección».





P. BERNARDO OLIVERA *nos transmite el significado del bautismo que nos introduce en la Nueva Alianza segregándonos del pecado e introduciéndonos a la vida de la gracia, a la vida en el Amor de Dios, en María modelo nuestro.*

Basado en los libros "*Siguiendo a Jesús en María*" (1)

"El *bautismo*, nos establece en la nueva alianza de la pascua de Jesús, nos consagra a Dios Padre como hijos y hermanos e incorpora a la Iglesia de Cristo. esta consagración es una segregación del pecado para ser santos en el amor y pertenecer al padre en su único Hijo.

El bautismo nos regala la gracia o vida de Dios y esta vida se expresa y desarrolla por medio de la fe, esperanza y caridad alimentadas por la eucaristía y la Palabra.

Por medio del bautismo toda nuestra vida queda consagrada y santificada por Cristo, en el Amor del Espíritu, que nos establece en la nueva alianza y nos hace miembros de la Iglesia. El don de la santificación se despliega mediante las virtudes teologales, la eucaristía y la Escritura, en la exigencia de vivir santamente siempre tendiendo hacia el Padre nuestro. Solo falta María y tenemos todas las realidades constitutivas de la espiritualidad cristiana. Y le agregamos la fe enamorada y la búsqueda continua en el amor fiel." (op. cit., p. 70)

"Después de la infusión del Espíritu, el seguimiento y el discipulado adquieren una nueva configuración: los seguidores y los discípulos de Jesús pasan a ser los "fieles" o los "creyentes" ( Hch. 2:44; 4:32, 5:14). Es precisamente así como Lucas nos había presentado a María desde los inicios de su evangelio. La Madre es la primera creyente, los hijos heredamos su fe." (ibid, p. 273)

"En fin, si aceptamos a María como cautivante modelo, ella nos hará participar de su gracia. Podremos así ver y unirnos a Dios con los ojos de María, latiendo con su corazón, obrando con sus manos y testimoniándolo con su vida. La soledad y solidaridad de María es una total apertura al poder del Padre, a fin de que se haga carne en el Hijo y salvador de los hombres, por quien todos somos uno en el amor del Espíritu."(ibid, pp. 279-280)

## **ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA**



*Posible oración:*

*PADRE, PAPITO, ABBÁ.  
TE DAMOS GRACIAS POR EL ESPÍRITU SANTO QUE NOS  
DAS, TE DAMOS GRACIAS JESÚS REDENTOR  
POR HABERNOS ENVIADO CON EL PADRE EL SANTO ESPÍRITU.*

*TE DAMOS GRACIAS ESPÍRITU DE  
DIOS PORQUE NOS CONSUELAS  
EN LA PROFUNDIDAD DE NUESTROS  
SER, NOS DAS VIDA,  
LA DEL PADRE Y LA DEL HIJO,  
NOS HACES VIVIR EN TU AMOR,  
NOS ENSEÑAS A VIVIR EN TU AMOR,  
ESPÍRITU DEL PADRE Y DEL HIJO  
FUENTE DE AMOR QUE NOS SANAS  
EN LA PROFUNDIDAD DE NUESTRO SER,  
TE ENTREGAMOS NUESTRAS VIDAS  
SUFRIDAS, HERIDAS, Y GOZADAS,  
TE ENTREGAMOS NUESTROS RECUERDOS,  
NUESTRO DOLOR, NUESTRA TRISTEZA, NUESTROS  
LLANTOS, NUESTROS GOZOS,  
PADRE NUESTRO TE ENTREGAMOS NUESTRA  
VIDA ASÍ COMO ES,  
CON NUESTROS FRACASOS Y  
ALEGRÍAS, TODA NUESTRA VIDA QUE  
TÚ, PADRE, CONOCES  
Y DELANTE DE TU HIJO JESÚS  
EUCARÍSTICO SE LA ENTREGAMOS,  
QUIEN CONOCE TODO DE NOSOTROS,  
PORQUE ES DIOS HECHO HOMBRE,*

SE LA ENTREGAMOS  
EN SU CORAZÓN EUCARÍSTICO  
PARA QUE EL YUGO SE HAGA  
LIGERO. YA NO NOS OPRIME EL  
PASADO, AHORA VIVIMOS EL  
PRESENTE, CADA PRESENTE  
PARA QUE PODAMOS VIVIR EN TU AMOR,  
EL PRESENTE VIVIDO EN TU AMOR  
Y EN LA FUENTE DEL AMOR DEL ESPÍRITU SANTO.  
PADRE HAZ QUE VIVIAMOS SIEMPRE EN TU  
AMOR, EN TU VOLUNTAD,  
CONSTRUYENDO EN TÍ, EN EL AMOR DE JESÚS,  
CON EL PODER DEL AMOR DEL ESPÍRITU  
SANTO NUESTRA VIDA COTIDIANA, NUESTRA  
PEQUEÑA MISIÓN  
AMÁNDOTE,  
AMANDO COMO TÚ PADRE ME AMAS,  
Y AMANDO LAS PERSONAS QUE CADA  
DÍA ENCONTRAMOS. GRACIAS PADRE  
POR TU INMENSO AMOR  
MISERICORDIOSO,  
LLENO DE PAZ LLENO DE BONDAD,  
GRACIAS PADRE ETERNO  
Y TE PEDIMOS QUE EN ESTA OFRENDA  
DE NUESTRAS VIDAS,  
NOS CUSTODIEN SIEMPRE MARÍA Y  
JOSÉ, PROTECTORES DE LA IGLESIA,  
HAZ NOS PADRE PLENAMENTE HIJOS  
TUYOS Y HERMANOS EN JESÚS. GRACIAS  
PADRE BUENO.  
PADRE NUESTRO QUE ESTÁS EN EL CIELO.

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía*



*Papa Francisco en la Plaza San Pedro, 27 marzo 2020*

## **Con la Palabra**

" Entonces Jesús fue desde Galilea hasta el Jordán y se presentó a Juan para ser bautizado por él. Juan se resistía, diciéndole: «Soy yo el que tiene necesidad de ser bautizado por ti, ¡y eres tú el que viene a mi encuentro!». Pero Jesús le respondió: «Ahora déjame hacer esto, porque conviene que así cumplamos todo lo que es justo». Y Juan se lo permitió. Apenas fue bautizado, Jesús salió del agua. En ese momento se abrieron los cielos, y vio al Espíritu de Dios descender como una paloma y dirigirse hacia él. Y se oyó una voz del cielo que decía: «Este es mi Hijo muy querido, en quien tengo puesta toda mi predilección» ( Mateo 3, 13-17)

*Momentos de silencio, de Adoración*

Sal 139, 1-14

“Señor, tú me sondeas y me conoces  
tú sabes si me siento o me levanto;  
de lejos percibes lo que pienso,  
te das cuenta si camino o si descanso,  
y todos mis pasos te son familiares.  
Antes que la palabra esté en mi lengua,  
tú, Señor, la conoces plenamente;  
me rodeas por detrás y por delante  
y tienes puesta tu mano sobre mí;  
una ciencia tan admirable me sobrepasa:  
es tan alta que no puedo alcanzarla.  
¿A dónde iré para estar lejos de tu espíritu?  
¿A dónde huiré de tu presencia?  
Si subo al cielo, allí estás tú;  
si me tiendo en el Abismo, estás presente.

Si tomara las alas de la aurora  
y fuera a habitar en los confines del mar,  
también allí me llevaría tu mano  
y me sostendría tu derecha.  
Si dijera: «¡Que me cubran las tinieblas  
y la luz sea como la noche a mi alrededor!»,  
las tinieblas no serían oscuras para ti  
y la noche será clara como el día.  
Tú creaste mis entrañas,  
me plasmaste en el seno de mi madre:  
te doy gracias porque fui formado  
de manera tan admirable.  
¡Qué maravillosas son tus obras!

*Momentos de silencio, de Adoración*

“Ustedes oren de esta manera: Padre nuestro,  
que estás en el cielo,

santificado sea tu Nombre, que venga tu Reino, que  
se haga tu voluntad en la tierra como en el cielo.

Danos hoy nuestro pan de cada día. Perdona  
nuestras ofensas, como nosotros perdonamos a los  
que nos han ofendido.

No nos dejes caer en la tentación, sino líbranos  
del mal.” (Mt 6, 9-13)

*Momentos de silencio, de Adoración.*



## VISITACIÓN

### Sugerencias

. Puede ser el rezar la oración del Padre nuestro



*Monasterio Pater noster, Jerusalén*

. Puede ser rezar el Rosario pidiendo la Gracia a María del agua de Vida en nosotros. Lourdes

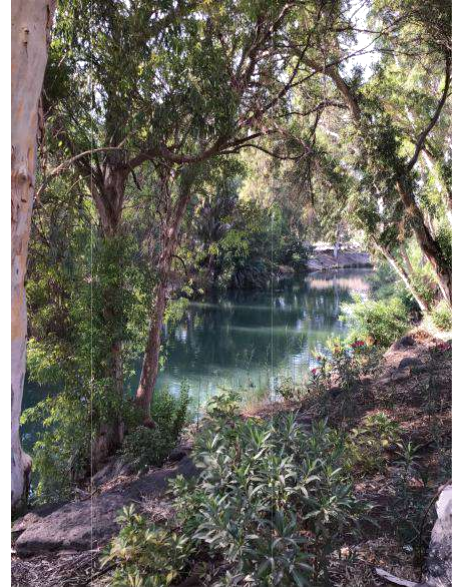


*San Martín de Porres  
que interceda ante Jesús  
para que limpie con el Espíritu Santo  
cada pensamiento que no viene del  
Amor Verdadero de Dios*



## **DIARIO**

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



### *Bibliografía citada*

(1) 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

### PEQUEÑOS EN DIOS TRINO PARA SER CONSOLIDADOS EN NUESTRO CORAZÓN AFLIGIDO



*Iglesia de las Bienaventuranzas, Tierra Santa*

*Las Bienaventuranzas nos conducen a ser pequeños en el Padre nuestro. La vida y misión de Jesús que sana, nos envuelve en ser pequeños entregándole toda nuestra vida, nuestra juventud, nuestra vida adulta, nuestra vejez, con los ojos puestos en Jesús Presente en la Eucaristía, para que Él haga todo por añadidura.*

*Por el Santo Espíritu que el Padre nos llene de su Amor para que vivamos así en el Don de la Presencia Eucarística hasta el final de nuestro días, amando llenos de su Amor, en la caridad, don suyo de su Espíritu y podamos gozar eternamente de su Presencia. Bajo la custodia de María y San José, que llevemos a todos al Padre, a la dicha Eterna de la presencia del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo, Dios Trino en nosotros y en cada uno, Gozo celeste de la Ciudad de Dios.*

*Es ser pequeños en Dios Trino para vivir la Bienaventuranza de ser consolados en nuestro corazón afligido.*



## PALABRA



*Monte de las Bienaventuranzas*

Evangelio según Mateo 5, 1-12

Al ver a la multitud, Jesús subió a la montaña, se sentó, y sus discípulos se acercaron a él.

Entonces tomó la palabra y comenzó a enseñarles, diciendo:

«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.

Felices ustedes, cuando sean insultados y perseguidos, y cuando se los calumnie en toda forma a causa de mí.

Alégrese y regocíjense entonces, porque ustedes tendrán una gran recompensa en el cielo; de la misma manera persiguieron a los profetas que los precedieron." ( Mt 5, 1-12)

### Evangelio según Lucas 11, 27-28

Cuando Jesús terminó de hablar, una mujer levantó la voz en medio de la multitud y le dijo: «¡Feliz el seno que te llevó y los pechos que te amamantaron!». Jesús le respondió: «Felices más bien los que escuchan la Palabra de Dios y la practican».

P. BERNARDO OLIVERA *nos presenta a María con una fe que la hace bienaventurada porque cree y obra.*

Basado en el libro "*Siguiendo a Jesús en María*" (1)

"Nos es fácil constatar que toda la vida de nuestra Madre fue un continuo progreso en la fe que conoce y obra por el amor.

María creció en la fe, no pese a las pruebas y crisis, sino gracias a ellas. Fue probada en todo, igual que nosotros, excepto en el pecado; nos dejó así su ejemplo para que sigamos sus huellas ( Cf. Heb. 5:15; 1 Ped. 2:21).

María tuvo que pasar muchos años de su vida en la obscuridad de lo cotidiano con la esperanza puesta en el anuncio y la promesa. Sólo recibió un signo para guiar sus pasos: un signo de contradicción. La espada de la palabra de su hijo atravesó repetidamente su alma para que pudiera pasar de una maternidad natural a otra en el Espíritu. Por todo esto, ayer y siempre, la proclamamos bienaventurada por haber creído.

María colabora como Madre en el nacimiento de nuestra fe, nos asiste con su mediación y se nos presenta como cautivante modelo de creyente contemplativa.

Todos nosotros, comenzando por san José, el primero que confió en Dios y en ella, participamos de la fe de María ( Cf. *Redemptoris mater*, 27)." (op. cit, pp. 274-275)

## **ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA**



*Posible oración:*

*SEÑOR HAZNOS PEQUEÑOS  
EN LA HUMILDAD DE NUESTRO SER,  
NOS CUESTA VIVIR EN TU AMOR INFINITO  
AMÁNDONOS , AMÁNDOTE  
AMANDO A LOS DEMÁS COMO A NOSOTROS MISMOS.  
EN ESTA HUMILDAD DE NUESTRA PEQUEÑEZ  
TE DECIMOS:*

*SÍ PADRE, HÁGASE TU SANTA VOLUNTAD,  
ES ASÍ QUE CRECEMOS EN TU AMOR  
MISERICORDIOSO, NOS CONSUELAS EN TU AMOR,  
NOS HACES VIVIR LAS BIENAVENTURANZAS  
EN NUESTRA VIDA COTIDIANA, NOS  
LLAMAS A AMAR  
COMO TÚ PADRE NOS AMAS  
Y NOS HACES SER CONSUELO DE AMOR PARA  
LOS QUE ESTÁN CERCA DE NOSOTROS. TU  
CONSUELO EN TU SANTO ESPÍRITU NOS  
CONSUELA EN LA PROFUNDIDAD  
DE NUESTRAS ALMAS,  
NOS CICATRIZA LAS HERIDAS  
QUEDANDO TU AMOR INFINITO  
QUE CONSUELA NUESTROS CORAZONES AFLIGIDOS.*

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.*



**Con la Palabra**

“Al ver a la multitud, Jesús subió a la montaña, se sentó, y sus discípulos se acercaron a él.

Entonces tomó la palabra y comenzó a enseñarles, diciendo:

«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.

Felices ustedes, cuando sean insultados y perseguidos, y cuando se los calumnie en toda forma a causa de mí.

Alégrese y regocíjense entonces, porque ustedes tendrán una gran recompensa en el cielo; de la misma manera persiguieron a los profetas que los precedieron.” ( Mt 5, 1-12)



*Iglesia de las Bienaventuranzas, Tierra santa*

*Momentos de silencio, de Adoración*

Lucas 11, 27-28

Cuando Jesús terminó de hablar, una mujer levantó la voz en medio de la multitud y le dijo: «¡Feliz el seno que te llevó y los pechos que te amamantaron!». Jesús le respondió: «Felices más bien los que escuchan la Palabra de Dios y la practican» ( Lc 11, 27-28)

*Momentos de silencio, de Adoración*

*"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 y Adoración*



## VISITACIÓN

. Siendo pequeños en el Padre nuestro,  
en la Porciúncula de nuestro corazón.

**Señor, haz de mí un instrumento de tu paz:  
donde haya odio, ponga yo amor,  
donde haya ofensa, ponga yo perdón,  
donde haya discordia, ponga yo unión,  
donde haya error, ponga yo verdad,  
donde haya duda, ponga yo la fe,  
donde haya desesperación, ponga yo  
esperanza,  
donde haya tinieblas, ponga yo luz,  
donde haya tristeza, ponga yo alegría.  
Oh Maestro, que no busque yo tanto  
ser consolado como consolar,  
ser comprendido como comprender,  
ser amado como amar.  
Porque dando se recibe,  
olvidando se encuentra,  
perdonando se es perdonado,  
y muriendo se resucita a la vida eterna.**



*San Francisco de Asís*



*Santa Madre Teresa y  
San Juan Pablo II  
pequeños y grandes en  
el Amor Misericordioso  
de Jesús*



*. Santa Teresita del Niño Jesús,*

*del caminito pequeño en el  
Corazón Misericordioso de Jesús decía:*

*" El amor todo lo puede: las cosas más  
imposibles no le parecen difíciles. Jesús no  
mira tanto la grandeza de las obras, ni  
siquiera su dificultad, sino el amor con  
que tales obras se hacen..."*

*"Voy a pasar mi cielo  
haciendo el bien en la tierra"*

*"... haré caer una lluvia de rosas"*



*Bibliografía citada*

(1) 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 permanecen en el corazón.*





## 6° ejercicio

### **LA NUEVA ALIANZA EN JESÚS EUCARISTÍA Y LA GRACIA DEL PERDÓN**



*Jesús con nosotros en la Nueva Alianza Eterna que nos abraza con su cuerpo donado en la cruz y con su sangre derramada por nosotros, para llevarnos todos al Padre en su infinito Amor Misericordioso que reconcilia y envuelve de Amor y de Paz nuestras vidas.*

## PALABRA



*Basílica del Santo Sepulcro Jerusalén*

### Evangelio según Juan 19, 25-35

"Junto a la cruz de Jesús, estaba su madre y la hermana de su madre, María, mujer de Cleofás, y María Magdalena. Al ver a la madre y cerca de ella al discípulo a quien el amaba, Jesús le dijo: «Mujer, aquí tienes a tu hijo». Luego dijo al discípulo: «Aquí tienes a tu madre». Y desde aquel momento, el discípulo la recibió en su casa. Después, sabiendo que ya todo estaba cumplido, y para que la Escritura se cumpliera hasta el final, Jesús dijo: Tengo sed. Había allí un recipiente lleno de vinagre; empaparon en él una esponja, la ataron a una rama de hisopo y se la acercaron a la boca. Después de beber el vinagre, dijo Jesús: «Todo se ha cumplido». E inclinando la cabeza, entregó su espíritu. Era el día de la Preparación de la Pascua. Los judíos pidieron a Pilato que hiciera quebrar las piernas de los crucificados y mandara retirar sus cuerpos, para que no quedaran en la cruz durante el sábado, porque ese sábado era muy solemne. Los soldados fueron y quebraron las piernas a los dos que habían sido crucificados con Jesús. Cuando llegaron a él, al ver que ya estaba muerto, no le quebraron las piernas, sino que uno de los soldados le atravesó el costado con la lanza, y en seguida brotó sangre y agua. El que vio esto lo atestigua: su testimonio es verdadero y él sabe que dice la verdad, para que también ustedes crean."

P. BERNARDO OLIVERA *en sus escritos nos habla de María al pie de la Cruz de su Hijo Jesús.*

Basado en los libros "*Siguiendo a Jesús en María*" (1)

"El Mediador de la nueva alianza es Jesucristo, el Hijo de María ofrecido en la cruz con ella por el Espíritu Santo." (op. cit., 73)

"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 mia" (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 del Maestro. La eucaristía es un *memorial* de la muerte redentora de Cristo... no se trata simplemente de un recuerdo simbólico. La eucaristía es 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 sacramental 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... Sacramento-sacrificio, sacramento-comunión, sacramento-presencia... Todo esto e insondablemente más es el misterio eucarístico." (ibid, pp. 26-27.28)

"El día del Calvario María creyó en la muerte redentora de su hijo y en su resurrección como regreso a la casa del Padre. Creyó también cuando todo parecía perdido, en la extensión de su maternidad como don de su hijo hacia los hombres. Su fe no vaciló, se mantuvo firme como sobre una roca; aún más, creció mediante el más hondo despojo y abatimiento que jamás haya experimentado criatura alguna. El día del calvario, María aprendió como nunca la sabiduría de Dios que reside en Cristo Crucificado." (ibid, p.271)

"Para el profeta Simeón, Jesús es el Siervo sufriente de Yahvéh, pero su palabra será como una espada que discernirá los corazones; nadie podrá permanecer indiferente ante su enseñanza y su persona." (ibid, p.265)

"Mirando "al que atravesaron", María creyente, también ella atravesada, da testimonio para que nosotros creamos: su hijo es el verdadero cordero pascual que quita el pecado del mundo (Jn 19, 33-37; 1, 29).

El discípulo amado acoge a María entre los propios bienes de la fe: el pan del cuerpo de Jesús (6:51), su amor (13:1), su paz (14:27), su palabra (17:8) y su Espíritu (20:22). María es don de Jesús y parte de nuestra herencia cristiana." (ibid, p. 270-271).

## **ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA**



*Posible oración:*

*JESÚS CON TU SANTA CRUZ  
HAS REDIMIDO EL MUNDO,  
CON TU SANTA SANGRE  
HAS LAVADO NUESTRAS CULPAS,  
CON TU INFINITO AMOR  
JESÚS HAS DADO TU VIDA,  
ME HAS AMADO.*

*CADA VEZ QUE ME SIENTA SOLO, DESOLADO,  
JESÚS QUE PONGA MI MIRADA EN TU CRUCIFIJO,  
QUE RECIBA TODA LA GRACIA DE TU AMOR QUE  
LAVA MIS HERIDAS  
CON EL BÁLSAMO DE TU SANGRE,  
Y ME INVITAS A PERDONAR  
Y A SER PERDONADO.  
MI MIRADA PUESTA EN TÍ,  
JESÚS EUCARÍSTICO, SIEMPRE PRESENTE,  
ME CONSUELAS Y ME LLENAS DE TU  
AMOR, Y DE TU PAZ, YA NO ESTOY MÁS  
SOLO, ESTÁS TÚ DELANTE DE MÍ.*

CON TU VIDA SACRAMENTAL QUE  
DERRAMA MUCHA GRACIA,  
EN EL SACRAMENTO DE LA RECONCILIACIÓN  
LAS HERIDAS QUEDAN ENTREGADAS.  
EN TU GRACIA DERRAMADA DESDE LA  
CRUZ NOS INVITAS A QUE NO PONGAMOS  
NUESTRA MIRADA ATRÁS,  
EL PASADO TE LO ENTREGAMOS,  
NOS INVITAS A PONER NUESTRA  
MIRADA EN TÍ JESÚS EUCARISTÍA,  
LUZ QUE GUÍA NUESTRA VIDA,  
Y TU FUERZA JESÚS RESUCITADO  
NOS LEVANTAS  
Y NOS INVITAS A CAMINAR CONTIGO  
TODOS LOS DÍAS DE NUESTRA VIDA.  
NOS DICES QUE ESTARÁS CON  
NOSOTROS HASTA EL FINAL DE LOS  
TIEMPOS, PALABRAS VERDADERAS,  
NI LA SOLEDAD, NI LAS AFLICCIONES DE LA VIDA,  
NOS SACARÁN DE TU AMOR JESÚS, SIEMPRE  
PRESENTE, EN CADA CELEBRACIÓN EUCARÍSTICA, CON  
TU CUERPO Y TU SANGRE,  
CON LA COMUNIÓN EUCARÍSTICA,  
CON LA ADORACIÓN EUCARÍSTICA  
Y LA COMUNIÓN ESPIRITUAL,  
Y CUANDO DOS O MÁS ESTÁN REUNIDOS  
EN TU NOMBRE, JESÚS ESTÁS PRESENTE CON NOSOTROS  
Y JUNTO A LOS MÁS NECESITADOS QUE NOS LLAMAN AL SERVICIO.

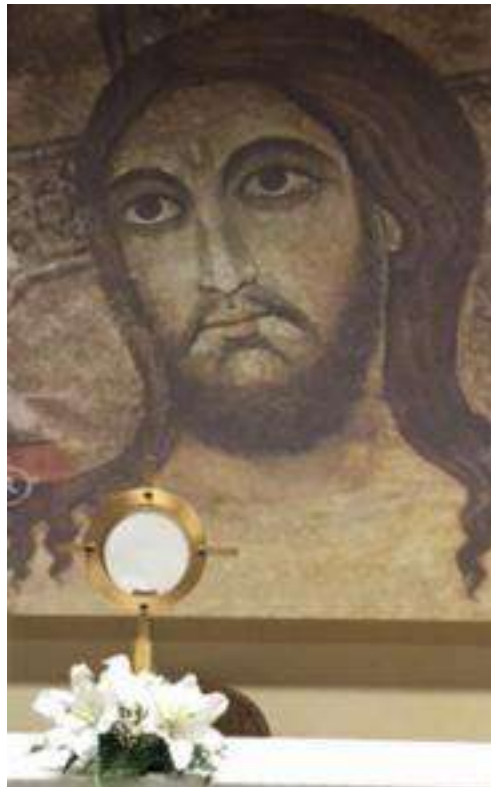
JESÚS NOS LLAMAS A BENDECIR  
SIEMPRE, PORQUE ES LA BENDICIÓN QUE  
SANA EL CORAZÓN HERIDO,  
ES LA BENDICIÓN QUE SANA A QUIEN  
NOS HA HECHO MUCHO DAÑO,  
ES LA BENDICIÓN LA QUE PERMITE A  
DIOS HACER NUEVAS TODAS LAS COSAS.  
ES EN EL PERDÓN DONDE DERRAMAS, DIOS,  
TU AMOR MISERICORDIOSO.  
PONEMOS NUESTROS OJOS EN TÍ JESÚS CRUCIFICADO,  
TE ADORAMOS JESÚS RESUCITADO, PRESENTE EN LA  
EUCARISTÍA, PERDONAMOS Y PEDIMOS PERDÓN EN EL  
SACRAMENTO DE LA RECONCILIACIÓN,  
TE DAMOS GRACIAS DIOS EN NUESTRA VIDA COTIDIANA,  
AMANDO CON TU CORAZÓN JESÚS EUCARÍSTICO, EL  
CORAZÓN DEL PADRE Y DEL ESPÍRITU SANTO.  
AMÉN.

*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.*

## **Con la 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 y Adoración*



*Padrenuestro "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 y Adoración*

## **VISITACIÓN**

*. PODEMOS REZAR EL ROSARIO DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA EL MISTERIO DOLOROSO, Y BAJO LA CUSTODIA DE MARÍA QUE NOS AYUDE A SACAR LAS ESPINAS DE NUESTRO CORAZÓN AFLIGIDO...*



*. PODEMOS REZAR LA CORONILLA A LA DIVINA MISERICORDIA.*

*. PODEMOS HACER LA INDULGENCIA PLENARIA, Y SI FUESE POSIBLE EN LA PORCIÚNCULA O EL 2 DE AGOSTO EN UNA IGLESIA FRANCISCANA DESIGNADA.*

. Santuario del Amor Misericordioso, Colleva Italia

*La beata Madre Esperanza de Jesús*

*"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"*

*( Beata Madre Esperanza, Diario, p. 9)*

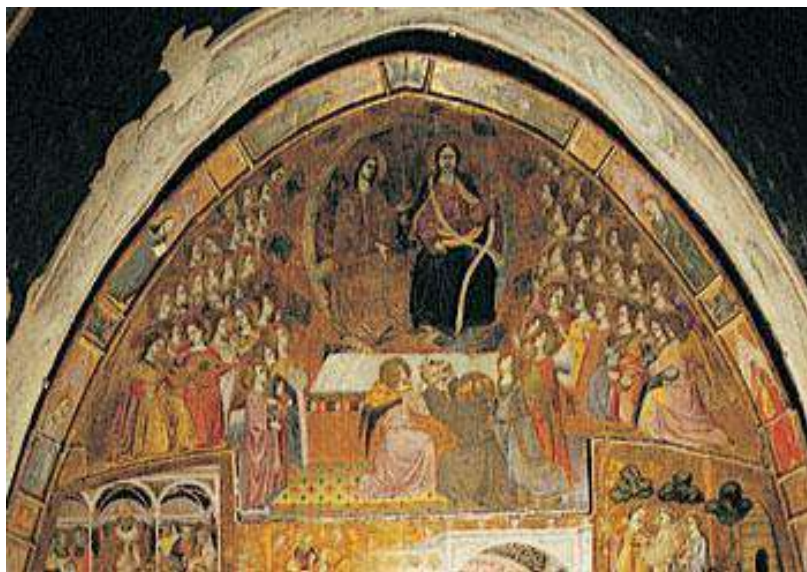


*Que los ríos de agua viva del Amor  
Misericordioso de Jesús  
rieguen nuestro corazón afligido*





## LA GRACIA DEL PERDÓN CONCEDIDA A SAN FRANCISCO EN LA PORCIÚNCULA



### CÓMO SAN 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 improvviso 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!”**

# El Perdón de Asís

2 Agosto

Indulgencia Plenaria

Porziuncula de Nuestra Señora de  
los Ángeles



## CONDICIONES PARA GANAR ESTA INDULGENCIA

- Estar en gracia (recién confesados)
  - Visitar un Templo Franciscano.
  - Comulgar y hacer oración por las intenciones del Romano Pontífice
- \* Esta indulgencia la puedes ganar por ti o por un difunto.

La indulgencia plenaria es el perdón total de la culpa originada por el pecado, es decir perdona las culpas que pagaremos en el purgatorio regresandonos la pureza bautismal.

*Con la visita a la iglesia de la Porciúncula ( la indulgencia plenaria es cotidiana) o en una iglesia franciscana o parroquial a partir de las 12 am del 1 da agosto hasta las 12pm del 2 de agosto 2 de agosto, y se reza el Credo , el Padrenuestro, y una oración por las intenciones del Papa(Cf. "Portiunculae sacra aedes", Penitenciaría, Roma, 1988).*

## **DIARIO**

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



### *Bibliografía citada*

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

## 7º ejercicio

### **CUSTODIA DE LA ALIANZA CON DIOS TRINIDAD EN MARÍA DE SAN JOSÉ**



*La Porciúncula*

*El misterio Trinitario en nosotros abraza nuestras vidas en la Alianza con Dios Trinidad en María de San José, entreguémosle nuestras vidas en esta Custodia y que Dios la Bendiga, que obre en la docilidad de nuestro corazón, transformándolo en el Amor de Dios bajo la custodia de María de san José.*

*Llenos de Dios vamos al encuentro de las personas y se realiza en nosotros la Nueva Alianza con Dios somos hijos y hermanos en Jesús Resucitado Eucarístico. El mal ha sido vencido por la cruz de su sangre derramada. Ahora solo queda permanecer en Él. En el Amor Eucarístico confiamos en su Palabra: "Yo estoy con ustedes todos los días hasta el final del mundo" (Mt 28, 20) que nos acompaña para ser personas en relación desde la madurez del Amor de Dios.*

*Jesús nos acompaña siempre: "Venid a mí todos los que estáis fatigados y sobrecargados, y yo os daré descanso. Tomad sobre vosotros mi yugo, y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón; y hallaréis descanso para vuestras almas. Porque mi yugo es suave y mi carga ligera.»*

*(Mt 11, 28-30)*

*La Custodia de la Alianza con Dios Trinidad en María de San José de nuestra vida nos lleva a ser pequeños en el Padre nuestro para ser hijos y hermanos.*

## **PALABRA**



El Cenáculo, Jerusalén



## Evangelio según Mateo 26, 26-29

Mientras comían, Jesús tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y lo dio a sus discípulos, diciendo: «Tomen y coman, esto es mi Cuerpo». Después tomó una copa, dio gracias y se la entregó, diciendo: «Beban todos de ella, porque esta es mi Sangre, la Sangre de la Alianza, que se derrama por muchos para la remisión de los pecados. Les aseguro que desde ahora no beberé más de este fruto de la vid, hasta el día en que beba con ustedes el vino nuevo en el Reino de mi Padre».

## Evangelio según Juan 14, 19-21.25-27

"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 14,19-21)

"Yo les digo estas cosas mientras permanezco con ustedes. Pero el Paráclito, el Espíritu Santo, que el Padre enviará en mi Nombre, les enseñará todo y les recordará lo que les he dicho. Les dejo la paz, les doy mi paz, pero no como la da el mundo. ¡No se inquieten ni teman!" ( Jn 14, 25-27)



## Evangelio según Juan 15,12-17

"Este es el mandamiento mío: que os améis los unos a los otros como yo os he amado. Nadie tiene mayor amor que el que da su vida por sus amigos. Vosotros sois mis amigos, si hacéis lo que yo os mando. No os llamo ya siervos, porque el siervo no sabe lo que hace su amo; a vosotros os he llamado amigos, porque todo lo que he oído a mi Padre os lo he dado a conocer. No me habéis elegido vosotros a mí, sino que yo os he elegido a vosotros, y os he destinado para que vayáis y deis fruto, y que vuestro fruto permanezca; de modo que todo lo que pidáis al Padre en mi nombre os lo conceda. Lo que os mando es que os améis los unos a los otros.»"



P. BERNARDO OLIVERA *nos presenta el significado profundo de la Eucaristía y de la profundidad de la Alianza con Dios Trino en María de san José.*

Basado en el libro "*Siguiendo a Jesús en María*" (1)

"El misterio está en que es Jesús quien nos come a nosotros. En vez de cambiar el pan en nuestro cuerpo, nosotros somos cambiados en el cuerpo de Cristo. Y como el Espíritu Santo habita plenamente en el cuerpo de Cristo, así también habitará en plenitud en quienes son asimilados por este cuerpo. La Eucaristía nos llena del Espíritu y nos une a todos en el único Espíritu. La Eucaristía edifica la Iglesia como Cuerpo del Resucitado!" (op. cit., p. 26)

"No tendría sentido si Cristo no estuviera verdadera, real y sustancialmente presente en ese pan y 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. La eucaristía es la principal fuente de la gracia de Dios, contiene al mismo autor de la gracia." (ibid, pp. 27-28)

"He encontrado el mejor camino para que todos lleguemos juntos al Padre, por Cristo y en el Espíritu; por eso los tomo de la mano y me entrego en la eucaristía de cada día a la Madre, diciendo : "Todo y siempre e María de San José ". (ibid. p.76)

## ***ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARÍSTÍA***



*Posible oración:*

***LAS HERIDAS QUE TENEMOS  
EN NUESTRO CORAZÓN AFLIGIDO  
QUE NOS CAUSAN DOLOR  
SE LAS ENTREGAMOS  
EN SU CORAZÓN EUCARÍSTICO,***



Y CADA GOZO QUE TENGAMOS  
LO CUSTODIAMOS  
EN SU CORAZÓN EUCARÍSTICO  
CON PROFUNDO AGRADECIMIENTO.

" SABEMOS QUE EN TODAS LAS  
COSAS INTERVIENE DIOS PARA BIEN  
DE LOS QUE LE AMAN" (Rm 8,28),  
AUNQUE A VECES NUESTROS OJOS  
NO LOGREN VER, COMPRENDER, LA  
LUZ DEL SEÑOR.

VIVIMOS INMERSOS  
EN ESTE MISTERIO TRINITARIO  
COTIDIANO,  
DESDE LA FE, LA ESPERANZA Y LA  
CARIDAD, VIVIMOS PARA ÉL,  
PERMITIENDO QUE LA PALABRA DE JESÚS  
SE HAGA VIDA EN NUESTRA VIDA: "SI  
ALGUNO ME AMA,  
GUARDARÁ MI PALABRA,  
Y MI PADRE LE AMARÁ,  
Y VENDREMOS A ÉL,  
Y HAREMOS MORADA EN ÉL" (Jn 14,23).

ES LA FIESTA DE LA RESURRECCIÓN  
EN NUESTRA VIDA  
YA NO HAY HERIDAS  
QUE NO SEAN LLEVADAS A  
ÉL Y SEAN ALIVIADAS,  
CICATRIZADAS,  
CONSOLADAS.  
NUESTROS CORAZONES  
AFLIGIDOS COBRAN VIDA  
EN EL AMOR DE DIOS, FUENTE  
DE VIDA DERRAMADA EN  
NUESTROS CORAZONES,  
VIDA QUE ABRE NUEVOS  
HORIZONTES EN EL REINO DE DIOS,  
QUE ANTICIPAN PEQUEÑOS GOZOS  
DE VIDA ETERNA.  
AMÉN.



*Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.*

## **Con la Palabra**

"Mientras comían, Jesús tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y lo dio a sus discípulos, diciendo: «Tomen y coman, esto es mi Cuerpo». Después tomó una copa, dio gracias y se la entregó, diciendo: «Beban todos de ella, porque esta es mi Sangre, la Sangre de la Alianza, que se derrama por muchos para la remisión de los pecados. Les aseguro que desde ahora no beberé más de este fruto de la vid, hasta el día en que beba con ustedes el vino nuevo en el Reino de mi Padre». (Mateo 26, 26-29)

### *Momentos de silencio y de Adoración*

"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 14,19-21)

### *Momentos de silencio y de Adoración*

"Yo les digo estas cosas mientras permanezco con ustedes. Pero el Paráclito, el Espíritu Santo, que el Padre enviará en mi Nombre, les enseñará todo y les recordará lo que les he dicho. Les dejo la paz, les doy mi paz, pero no como la da el mundo. ¡No se inquieten ni teman!" ( Jn 14, 25-27)

### *Momentos de silencio y de Adoración*

"Felices los afligidos, porque serán consolados"

( Mt 5, 5)

*"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 y Adoración*



## VISITACIÓN

*Delante de Jesús Eucarístico con pequeñas palabras personales renovamos nuestra Alianza con Dios Trinidad, por la gracia recibida en el bautismo, bajo la custodia de María y san José, entregando toda nuestra vida para vivir en su Amor por el Espíritu Santo siendo hijos del Padre y hermanos en el Hijo Jesús.*

. PEQUEÑO TEXTO:

***La vida bajo la Custodia de la Alianza con Dios Trinidad  
en María de San José***

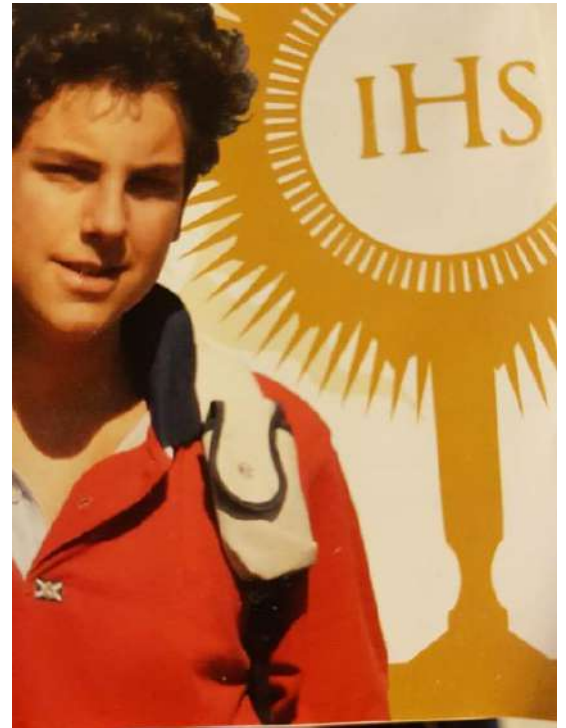
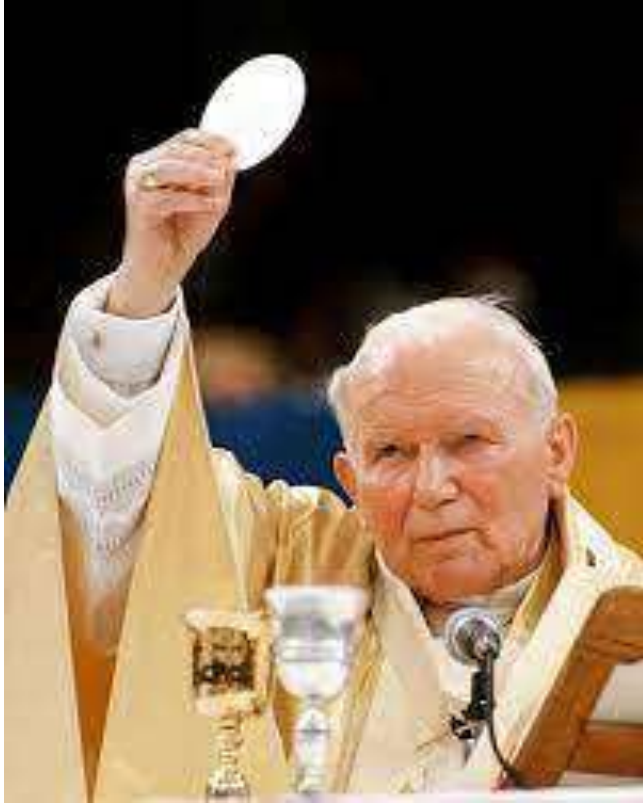


*Gruta Iglesia de San José, Nazaret.*



. "LA EUCARISTÍA ES LA AUTOPISTA PARA EL PARAISO"  
B. CARLO ACUSTIS

*San Juan Pablo II*



*Bibliografía citada*

(1) 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 permanecen en el corazón.*

## FUENTE

*Los pequeños ejercicios marianos y contemplativos de adoración Eucarística "Custodia de los corazones afligidos", "Corazones afligidos" y "Madres adorantes", fueron elaborados desde la espiritualidad mariana y contemplativa del P. Bernardo Olivera ocsso., 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, Progetto 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.

