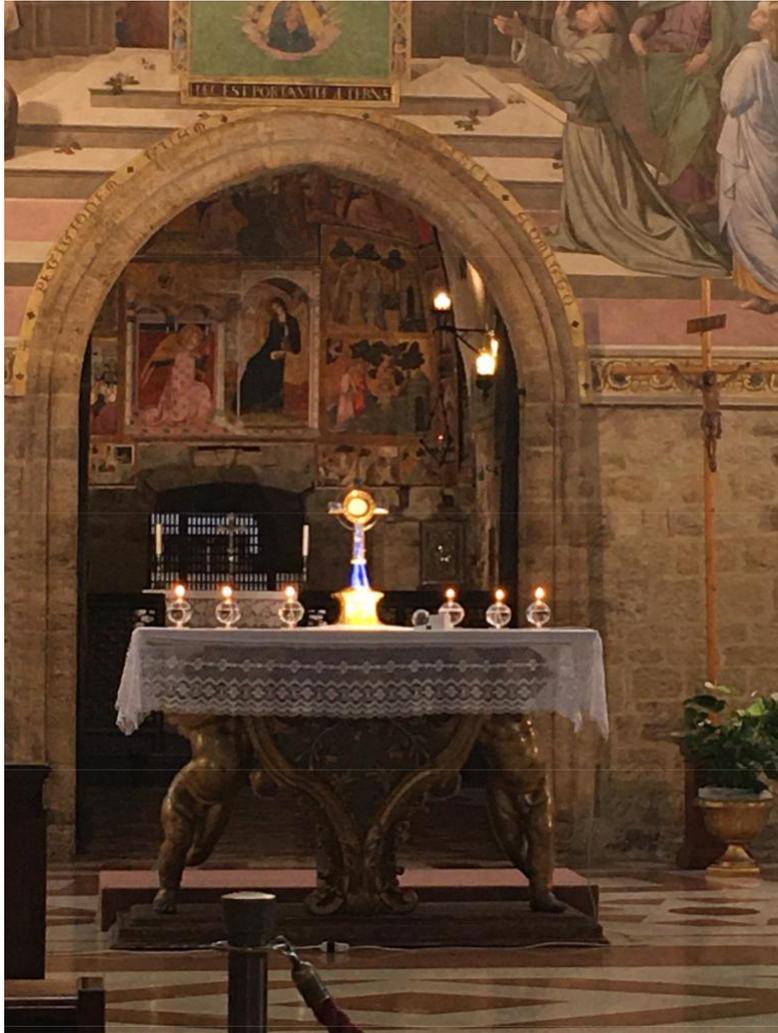


PEQUEÑOS Y LA TRINIDAD



Silvana Maria Luisa Boschieri

Camino de los pequeños en Dios Trinidad

y en María de San José

"En aquel momento Jesús se estremeció de gozo, movido por el Espíritu Santo, y dijo: «Te alabo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, por haber ocultado

estas cosas a los sabios y a los prudentes y haberlas revelado a los pequeños. Sí, Padre, porque así lo has querido. Todo me ha sido dado por mi Padre, y nadie sabe quién es el Hijo, sino el Padre, como nadie sabe quién es el Padre, sino el Hijo y aquel a quien el Hijo se lo quiera revelar"

(Lc 10, 21-22)

El caminito mariano y contemplativo experimentado con los niños y descrito en "Orantes pequeños" suscito la reflexión delante de Jesús Eucaristía que era también el camino de nosotros los adultos para ser pequeños en la Santísima Trinidad.

En efecto, surge la reflexión para nosotros adultos que Dios, Uno y Trino habita en nosotros, y se manifiesta en los pequeños, en ser pequeños en el Padre nuestro, en su voluntad, con la Palabra, en Jesús Eucaristía, y en el Amor del Espíritu Santo, para iniciar una vida en la Alianza con Dios Trinidad y en María de San José.

Los ejercicios "Pequeños y la Trinidad" tienen el fundamento teológico de la espiritualidad mariana y contemplativa del P. Bernardo Olivera ocso., y brotan desde la experiencia en la Porciúncula de San Francisco de Asís: de ser pequeños en el Padre nuestro para vivir en la Alianza con Dios Trinidad y en María de San José. En esta iglesita tan querida por San Francisco donde el Señor le concedió la Gracia del Perdón, para "i llevar todos al Paraíso!", como él decía en el lugar más querido de la Virgen María.

Estos pequeños ejercicios tomaron forma en los inicios de la "Piccola comunidad de la Porciúncula del corazón" online.

Colaboraron Massimo Liucci, Profesor y Director IRC de la Región Umbria, con las reflexiones sobre la vida Trinitaria, y Fiorella Chiara De Ferrari, Licenciada en Ciencias de la Comunicación Social en la Pontificia Universidad Gregoriana, con las reflexiones sobre los eslabones de amistad para ser Pequeños

Los ejercicios "pequeños y la Trinidad" iniciaron con la intuición delante de Jesús Eucaristía que los ejercicios de los niños en "Orantes pequeños" eran también el camino para nosotros adultos en ser pequeños en la Trinidad.

El día 8 de Diciembre del 2015 enviaba al P. Bernardo Olivera los ejercicios para que los revisara. Luego, con Massimo Liucci añadimos las introducciones y algunos contenidos. En Asís, nos reunimos Fiorella Chiara De Ferrari, Joe Cassar sj Massimo y yo, y decidimos en iniciar a dar los ejercicios. Una vez al mes nos reuníamos en Asís, Annalisa Persichetti, Massimo y yo para revisar la redacción de cada ejercicio, y luego los enviaba en el mail "In Maria" a los amigos de la "piccola comunidad de la Porciúncula del corazón", de diferentes países. A su vez, Fiorella daba los ejercicios a un grupito de Córdoba, Argentina. Una vez terminados todos los ejercicios, los revisamos Fiorella y yo. Varios de los integrantes hicieron vida estos ejercicios comunicándolos a través del mail (2016).

Por último, quise elaborar una síntesis lo más cercana posible a lo esencial de cada ejercicio. Desde esta simplicidad dio lugar a los pequeños ejercicios los "Pequeños y la Trinidad".

Los revisé con Thelma Caminos de Lastra y los envié al P. Bernardo Olivera, como siempre lo hacía. Estos "Pequeños y la Trinidad" fueron dados online en Soledad Mariana, el movimiento mariano y contemplativo, a un grupito del Perú y de Argentina y con algunos integrantes de la "piccola comunidad de la Porciúncula del corazón" quien Norma Smulevich, a su vez, los daba presencial a un grupito en Bs As.

En cada pequeño ejercicio los integrantes compartían la experiencia personal y comunicaban la riqueza que recibían en los "Pequeños y la Trinidad" (2023).

Estos ejercicios "Pequeños y la Trinidad" nos introducen a nosotros los adultos, a ser pequeños en Dios Trinidad y en María de San José.

El caminito es desde la pequeñez en el Padre nuestro, en vivir su voluntad, que se concretiza en la Alianza con Dios Trinidad y en María de San José.

El esquema de los ejercicios se delineó desde los pequeños ejercicios marianos y contemplativos para niños, porque quien es pequeño como uno de ellos le pertenece el reino de los cielos (cf. Mc 10,14). Los contenidos de los ejercicios son los siguientes:

1º "A imagen de Dios" (Gn 1, 27), somos personas seres en relación, imágenes vivas del Dios vivo, se necesita hacerse pequeños, humildes, para que el Altísimo pueda poner su morada en nosotros en el Hijo Jesús.

2º "Me has dado un cuerpo...Entonces dije: Aquí estoy, yo vengo –como está escrito de mí en el libro de la Ley– para hacer, Dios, tu voluntad" (Eb 10, 5b.7), iniciamos a comprender este misterio de la Santísima Trinidad.

3º *"El que me ama será fiel a mi palabra, y mi Padre lo amará; iremos a él y habitaremos en él" (Jn 14, 23), Dios nos ama y habita en nosotros, somos sus hijos amados.*

4º *"Porque el Espíritu del Señor está sobre mí" (Lc 4,18) "Enséñame a cumplir tu voluntad, porque tú eres mi Dios; tu espíritu que es bueno me guíe por una tierra llana" (Salmo 143,10), el Espíritu del Señor nos ayuda a cumplir su voluntad: Quiero hacer tu voluntad Señor, ayúdame a realizarla.*

5º *"Este es mi Hijo muy querido, en quien tengo puesta mi predilección: escúchenlo" (Mt 17, 5b) "Y la Palabra se hizo carne, y puso su Morada entre nosotros, y hemos contemplado su gloria, gloria que recibe del Padre como Hijo único, lleno de gracia y de verdad." (Jn 1,14), interiorizamos la Palabra de Jesús para actuar según la voluntad del Padre, y que habita en nosotros.*

Estos contenidos de los primeros ejercicios nos introducen a ser hijos del Padre nuestro para amarlo y en Hijo Amado amar a todos: "fratelli tutti".

6º *"Mientras comían, Jesús tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y lo dio a sus discípulos, diciendo: «Tomen, esto es mi Cuerpo». Después tomó una copa, dio gracias y se la entregó, y todos bebieron de ella. Y les dijo: «Esta es mi Sangre, la Sangre de la Alianza, que se derrama por muchos." (Mc 22-24), Jesús en su presencia Eucarística nos acompaña siempre en nuestro caminar (cf Lc 24,30).*

7º *"En aquel tiempo, tomando Jesús la palabra, dijo: «Yo te bendigo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has ocultado estas cosas a sabios e inteligentes, y se las has revelado a los pequeños. Sí, Padre, pues tal ha sido tu beneplácito. Todo me ha sido entregado por mi Padre, y nadie conoce bien al Hijo sino el Padre, ni al Padre le conoce bien nadie sino el Hijo, y aquel a quien el Hijo se lo quiera revelar" (Mt 11, 25-27). Presencia que nos acompaña y nos alimenta para vivir la consagración del bautismo en la Alianza*

con Dios Trinidad en María de San José, Custodios y Protectores de la Iglesia, que nos introducen a vivir en el Amor Trinitario. Humildemente en la pequeñez para cumplir su voluntad, la voluntad del Padre, para vivir como hijos y hermanos en el Amor que es Dios: Amor del Padre, Amor del Hijo y Amor del Espíritu Santo.

Estos ejercicios "Pequeños y la Trinidad" (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

Jubileo de la Misericordia, Fiesta de Maria Inmaculada, 8.12.2015 y revisado, Fiesta de Cristo Rey, 20.11.2022



PEQUEÑOS Y LA TRINIDAD



Iglesia de San José, Nazaret

1º EJERCICIO "SER PEQUEÑOS Y LA TRINIDAD"

2º EJERCICIO "TODO MI CUERPO ESTÁ ORIENTADO A DIOS"

3º EJERCICIO "LA INHABITACIÓN DE CRISTO EN LOS CORAZONES"

4º EJERCICIO "COOPERANDO CON DIOS"

5 º EJERCICIO "EL EVANGELIO: LA PALABRA SE HIZO CARNE Y PUSO SU MORADA ENTRE NOSOTROS"

6º EJERCICIO "LA EUCARISTÍA: YO ESTOY CON USTEDES"

7º EJERCICIO "SER PEQUEÑOS EN LA ALIANZA CON DIOS TRINIDAD Y EN MARÍA DE SAN JOSÉ "

PRIMER EJERCICIO

SER PEQUEÑOS Y LA TRINIDAD



Nuestra Señora de Guadalupe

"En aquel tiempo, tomando Jesús la palabra, dijo: «Yo te bendigo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has ocultado estas cosas a sabios e inteligentes, y se las has revelado a pequeños. Sí, Padre, pues tal ha sido tu beneplácito. Todo me ha sido entregado por mi Padre, y nadie conoce bien al Hijo sino el Padre, ni al Padre le conoce bien nadie sino el Hijo, y aquel a quien el Hijo se lo quiera revelar" (Mt 11, 25-27).

Este primer ejercicio de los pequeños y la Trinidad nos introduce a reconocer que somos "persona": seres en relación. Vamos siendo personas a imagen y semejanza de Dios que es Uno y Trino en relación de Amor.

Vamos siendo hijos y hermanos, nos relacionamos con Dios Padre, en el Hijo y en el Amor del Espíritu Santo para llevar a Dios a las personas. Vamos siendo personas creciendo en el amor verdadero de Dios para ser libres para amar en la verdad, que es la expresión de la madurez personal.

Cada persona que entra en relación con Dios encuentra su identidad de hijo y experimenta que el Padre está siempre presente que nos ama con Amor entrañable y Misericordioso "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! (Sal 139, 13-14). El Padre nunca nos abandona porque somos sus hijos amados aunque nos alejemos de Él (cf. Lc 15,11-32). Su Amor hacia nosotros nos lleva a vivir en manera armónica la relación con las personas, especialmente desde la humildad, la acogida, la comprensión, porque su Amor no tiene límites.

María Madre nos es modelo de esta confianza total de la Fe al Altísimo, al Padre, y nos es maestra en su humildad de la relación con Dios en la Anunciación y con las personas en la Visitación (cf. Lc 1, 26- 56). En María vamos siendo personas: hijos y hermanos en el Hijo Jesús, en Ella la llena de gracia, la hija predilecta del Padre nos lleva a vivir en el Amor Trinitario de Dios en su si eterno: «Yo soy la servidora del Señor, que se cumpla en mí lo que has dicho» (Lc 1,38), hágase en mí según tu voluntad Altísimo, según tu Palabra Señor. María Madre que vive eternamente en Dios Trinidad depositamos nuestra esperanza para ser personas plenas, para ser los pequeños del Reino de Dios, sus hijos tan amados del Padre nuestro.

El caminito por recorrer es el de ser pequeños para vivir en María de san José en el Misterio del Amor Trinitario. "A imagen de Dios" (Gn 1, 27) somos personas seres en relación, imágenes vivas del Dios vivo, necesitamos hacernos pequeños, humildes, para que el Altísimo pueda poner su morada en nosotros en el Hijo Jesús, para vivir en el Padre nuestro, en su Santo Espíritu.

SER PEQUEÑOS Y LA TRINIDAD

TRINIDAD E IMAGEN

P. Bernardo Olivera de la Orden Cisterciense en su libro "Conócete a ti mismo" en el primer capítulo "Trinidad e Imagen" nos introduce en la comprensión de Dios Uno y Trino y de nuestro ser persona que es ser en relación.

Basado en el libro "Conócete a ti mismo" (1)

"Los cristianos afirmamos que Dios es Amor. Y si es Amor ha de amar a alguien. Ese alguien, somos ciertamente, nosotros. Pero antes de que existiésemos, Dios ya era Amor, sin haber jamás comenzado a serlo.

- En todo amor hay tres realidades implicadas: uno que ama, uno que es amado y el amor que los relaciona y une.
- Dios es Amor pues siempre amó a Otro en cuanto Hijo y es amado por ÈL en cuanto Padre, y este amor mutuo es Otro, que llamamos Espíritu Santo.
- Un Dios Amor absoluto tiene que ser un Dios Trinitario que, si crea, crea según su imagen y semejanza" (op. cit., p. 27).

"El amor trinitario es participativo e implica sobreabundancia de delicia, goce de alegría incesante. Quienes saben qué es el amor llegan fácilmente a la Trinidad de las Personas, que es realmente la expresión "lógica" del hecho de que Dios es Amor: la experiencia humana enseña que dos amantes, sin un tercero a quien amar conjuntamente, se agotan y muere el amor" (ibid, pp. 27-28).

"Tres personas que son un solo Dios: el Padre es Amor, el Hijo es Amor y el Espíritu es Amor. Dios es todo Amor y solo Amor: amor purísimo,

infinito y eterno. Dios no vive en una espléndida soledad, sino que más bien es fuente inagotable de vida que se entrega y comunica incesantemente" (ibid, p. 32).

"La teología contemporánea afirma que Dios es persona (Inteligencia-Amor): tanto a nivel de su única esencia, cuanto a nivel de las trinitarias relaciones subsistentes" (ibid, p. 30).

"La Trinidad es una. No confesamos tres dioses sino un solo Dios en tres Personas: la Trinidad *consubstancial*. Las Personas divinas no se reparten la única divinidad, sino que cada una de ellas es enteramente Dios. Es decir, cada una de las Personas divinas es la substancia, la esencia o la naturaleza divina" (ibid, p. 29).

"Por esta unidad el Padre está todo en el Hijo, todo en el Espíritu Santo; el Hijo está todo en el Padre, todo en el Espíritu Santo; el Espíritu Santo está todo en el Padre, todo en el Hijo. Las tres Personas divinas, los tres Distintos, siendo puras Relaciones recíprocas, son el mismo Ser, la misma Vida, el mismo Dios" (ibid, p. 30).

"Las Personas divinas solo existen en relación: Ellas están eterna, original y esencialmente relacionadas entre Sí, se inhabitan e incluyen recíprocamente de modo que se unifican y son Un solo Dios Trinitario" (ibid, p. 30).

"Las Personas divinas son *relativas* unas a otras. La distinción entre las Personas divinas es real, aunque no divide la unidad divina y reside únicamente en las relaciones que las refieren unas a otras. En los nombres relativos de las Personas, el Padre es referido al Hijo, el Hijo lo es al Padre, el Espíritu Santo lo es a los dos" (ibid, p. 29).

"La Uni-Trinidad mora en nosotros, nos inhabita y posibilita una relación íntima y fecunda con una de las Personas divinas, esta relación con Él es fecunda en relaciones con los demás" (ibid, p. 35).

“Encontramos en la Trinidad el análogo supremo de la sponsalidad. Esa sponsalidad que es: amor recíproco, donado y acogido, en comunión fecunda. A esto se refieren tantos místicos cristianos cuando hablan del Espíritu Santo como “Abrazo” y “Beso” que une a las dos otras Personas trinitarias” (ibid, pp. 34-35).

JESÚS EL CRISTO NUESTRO PUNTO DE PARTIDA

“Jesús, el Cristo, es nuestro punto de partida para nuestro conocimiento de Dios. Y Él nos enseñó que Dios es Amor y nos dejó en la escuela de su Espíritu para que nos llevara a la verdad completa. Dios es Amor, pero, no en la unidad de una sola persona, sino en la Trinidad de una sola substancia, tanto en la eternidad del misterio cuanto en su manifestación en la historia. En efecto, Dios Amor es:

- Rico en misericordia (*Dives in misericordia*) y Padre.
- Redentor del hombre (*Redemptor hominis*) e Hijo.
- Señor y Vivificador (*Dominum et Vivificatem*) o Espíritu Santo” (ibid, p. 32).

“El misterio de la Santísima Trinidad es el misterio central de la fe y de la vida cristiana. Este misterio se refiere a Dios en sí mismo y a su relación con nosotros” (ibid, p. 28).

“La historia de la salvación no es otra cosa que la historia del camino y los medios por los cuales el Dios verdadero y único, Padre, Hijo y Espíritu Santo, se revela, reconcilia consigo a los seres humanos apartados por el pecado y se une en comunión con ellos” (ibid, p. 28).

“Jesucristo como imagen de Dios:

- El ser humano debe ser *conformado* con Cristo, por medio de la potencia del Espíritu Santo, a fin de llegar a ser hijo del Padre.

- La conformación transformadora en la imagen de Cristo se actúa por medio de los *sacramentos*, sobre todo, el sacramento del bautismo, coronado con el sacramento de la Eucaristía" (ibid, pp. 38-39).

"La espiritualidad cristiana es una vida en el Espíritu Santo, por Cristo y hacia el Padre. Vida acogida con fe, actuada por la caridad y anticipada con la esperanza" (ibid, p. 35).

"El Creador y su criatura son dialogales, el ser humano es *capax Dei*, capaz de relación y comunión con Dios" (ibid, p. 40).

En definitiva, la Trinidad nos creó a su imagen por dos motivos básicos; porque deseaba que una Persona divina se hiciera hombre y para que los seres humanos pudiéramos llegar a ser dioses" (ibid, p. 43).

ANTROPOLOGÍA DEL AMOR

"La antropología cristiana, se funda en la revelación de la Trinidad comunicada por Cristo. Y la fe nos dice que el hombre es creado a imagen de Dios, lo que quiere decir que participa en la íntima esencia de Dios que es relación de amor entre el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo" (ibid, p. 42).

"Solo el ser humano, por ser persona, es capaz de establecer relaciones con Dios, con el prójimo y con el mundo, y participa así en la dimensión personal y relacional de Dios. Creada a imagen de Dios, la persona humana es, esencial y creaturalmente, lo que a nivel increado, son el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo, en su mismísima esencia divina, es decir: Amor" (ibid. p. 43).

"La imagen de Dios en la criatura humana es la siguiente: fuimos creados a imagen de Dios porque Dios nos ha compartido su comunión trinitaria de Personas en el Amor.

Creados a imagen de Dios, somos espirituales y corporales, mujeres y varones en relación recíproca, heridos por el pecado, necesitados de salvación, destinados a ser conformados con Cristo, imagen perfecta del Padre en la Potencia del Espíritu Santo” (ibid, p. 42).

“Toda la vida cristiana está basada en un hecho fundamental: Dios se nos ha entregado y nos invita a responder a su entrega. La Trinidad nos ha creado y recreado, nos invita así a participar de su misma Vida: en el futuro plenamente y ahora anticipadamente” (ibid, p. 35).

“La Trinidad Santísima se nos ofrece como modelo y nos capacita para vivir cristianamente, es decir: en el amor.

. Ninguna de las Personas divinas existe sin las Otras, cada Una es con las Otras, cada Una es distinta y cada Una coopera para que así sea; esta diferencia es una riqueza en la unidad de la naturaleza divina.

. Nosotros tampoco podemos ser ni existir sin los otros, esta complementariedad es una perfección, vivir aisladamente es una carencia.

Ser con los otros, que son diferentes, cooperando para que lo sean, en el seno de la comunión, es lo que llamamos amor: ese amor que une y diferencia.

En esto consiste nuestra máxima plenitud según el modelo trinitario de vida y amor” (ibid, p.36).

“Este misterio, invisible y visible, de donaciones o entregas - que podemos contemplar también en la resurrección de Jesús (iniciativa del Padre, acontecimiento del Hijo y acción del Espíritu)- nos está diciendo que el Dios Amor es: Relación, Comunión, Esponsalidad, Familia, Comunidad, Solidaridad, Amistad... La Trinidad es: un Amante, un Amado y un Amor que son asimismo Uno solo aunque Tres En-Amor-Dados” (ibid, p. 34).

“(Asimismo) en la comunión de amor familiar, al igual que en el Amor Trinitario, las personas se compenetran recíprocamente: cada uno es con el

otro, en el otro y por el otro sin mezcla ni confusión (perijóresis)” (ibid, p.35).

“La Trinidad se refleja en nosotros, creados según su imagen, como amor intrapersonal e interpersonal, comunitario y social. Esta Trinidad increada y divina se refleja y hace presente, en forma totalmente original, en la trinidad creada y humana que es la sagrada familia de Nazaret: Jesús, María y José” (ibid, p. 37).

“Relación y comunión, persona y amor, amistad y esponsalidad son formas de hablar, con diferentes acentuaciones, de la imagen de Dios en la criatura humana creada por el Dios Trino y Uno” (ibid, p. 42).

“Así como Dios es Amor- Relación, de forma semejante, nosotros, creados a imagen de Dios, somos alteridad de amor.

Somos y existimos como relación de amor” (ibid, p.187).

“La prueba más convincente de que los seres humanos hemos sido creados a imagen de la Trinidad es esta: solo la relación de amor nos hace felices, vivimos para amar y ser amados” (ibid, p. 40).

SER PEQUEÑOS Y LA TRINIDAD

"En aquel momento, se llenó de gozo Jesús en el Espíritu Santo, y dijo: «Yo te bendigo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has ocultado estas cosas a sabios e inteligentes, y se las has revelado a pequeños.

Sí, Padre, pues tal ha sido tu benedictio. Todo me ha sido entregado por mi Padre, y nadie conoce quién es el Hijo sino el Padre; y quién es el Padre sino el Hijo, y aquel a quien el Hijo se lo quiera revelar.”

(Lc 10, 21-22)

Vivir en la Trinidad es posible para quien se vuelve pequeño, humilde, delante del Padre nuestro.

Ser pequeños significa ser humildes, como María, viviendo la Palabra de Dios, recibiendo su Cuerpo Eucarístico, Amando como Él nos ha Amado, para acoger la vida Trinitaria que pone su morada en nuestro corazón. Es vivir humildemente en el Amor Trinitario: hijos en el Hijo, en la Corriente del Amor del Santo

Espíritu con el Padre nuestro, construyendo la historia en esta fraternidad toda Suya.

DIALOGO DE COMPRENSIÓN

Preguntas, reflexiones, explicaciones...

ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA

"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*



"En aquel momento, se llenó de gozo Jesús en el Espíritu Santo, y dijo: «Yo te bendigo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has ocultado estas cosas a sabios e inteligentes, y se las has revelado a pequeños. Sí, Padre, pues tal ha sido tu beneplácito. Todo me ha sido entregado por mi Padre, y nadie conoce quién es el Hijo sino el Padre; y quién es el Padre sino el Hijo, y aquel a quien el Hijo se lo quiera revelar"
(Lc 10, 21-22).

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía

Porciúncula Casa del Padre

*En nuestro corazón
el Padre
quiere ser Amado,
llamado Papá
gracias a su Hijo Jesús
en el Espíritu Santo.
Jesús, con su Cuerpo y Sangre
Eucarístico
nos estrecha en el abrazo
del Padre,
en su Luz
que nos envuelve
en su Paz,
en su Espíritu de Amor.
El camino
de los pequeños en la Trinidad
es de los "pequeños" y "pobres
en el mundo.*

*"Pequeños"
porque es Dios
quien obra
y construye
nuestras vidas,
nuestra casa,
día a día,
y humildemente
vamos siendo
hijos y hermanos,
amigos,
diferentes,*

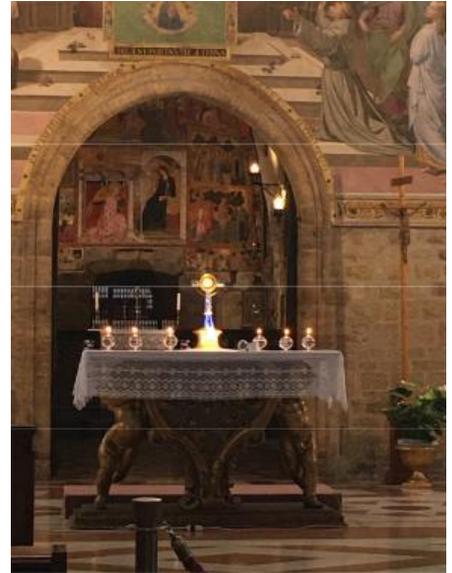


*en la comunión,
en su Amor
Trinitario.*

*El camino
de la Porciúncula
es "pobre" porque
ponemos nuestra
confianza en Dios,
Uno y Trino,
sabiendo que el Padre
todo lo hace concurrir
para el Bien
de nosotros,
en nuestro corazón.*

*Porciúncula
Casa del Padre,
Puerta de la Gloria de Dios,
misterio de Amor Trino
en María Madre
y San José,
en nuestro corazón.*

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía



PALABRA

Salmo 139, 1- 6. 13-15

“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.
(...) 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 delante de Jesús Eucaristía



Basílica de la Anunciación, Nazaret

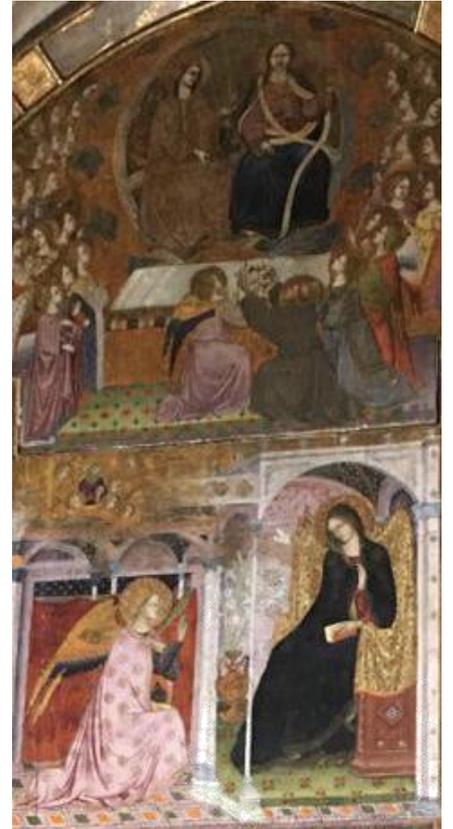
Lc 1, 26-38

“En el sexto mes, el ángel Gabriel fue enviado por Dios a una ciudad de Galilea, llamada Nazaret, a una virgen que estaba comprometida con un hombre perteneciente a la familia de David, llamado José. El nombre de la virgen era María. El Ángel entró en su casa y la saludó, diciendo: «¡Alégrate!, llena de gracia, el Señor está contigo». Al oír estas palabras, ella quedó desconcertada y se preguntaba qué podía significar ese saludo. Pero el Ángel le dijo: «No temas, María, porque Dios te ha favorecido. Concebirás y darás a luz un hijo, y le pondrás por nombre Jesús; él será grande y será llamado Hijo del Altísimo. El Señor Dios le dará el trono de David, su padre, reinará sobre la casa de Jacob para siempre y su reino no tendrá fin». María dijo al Ángel: «¿Cómo puede ser eso, si yo no tengo relaciones con ningún hombre?». El Ángel le respondió: «El Espíritu Santo descenderá sobre ti y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra. Por eso el niño será Santo y será llamado Hijo de Dios. También tu parienta Isabel concibió un hijo a pesar de su vejez, y la que era considerada estéril, ya se encuentra en su sexto mes, porque no hay nada imposible para Dios». María dijo entonces: «Yo soy la servidora del Señor, que se cumpla en mí lo que has dicho». Y el Ángel se alejó.”

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía

DIARIO

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



Bibliografía citada

(1) Olivera Bernardo ocso., *Conócete a ti mismo - Speculum Humanitatis Antropología del Amor*, ed. talitakum, Bs. As., 2014.

SEGUNDO EJERCICIO

TODO MI CUERPO ESTÁ ORIENTADO A DIOS



*"Por eso, al entrar en este mundo,
Cristo dice:*

*Sacrificio y oblación no quisiste;
pero me has formado un cuerpo.*

Entonces dije:

"¡He aquí que vengo

- pues de mí está escrito en el

rollo del libro -

a hacer, oh Dios, tu voluntad!"

(Heb 10,5.7)

San José, conocedor de la Palabra de Dios, posiblemente enseñó a Jesús la oración al Padre con todo su cuerpo: "Heme aquí, que vengo... hacer tu voluntad" (Sal 40, 7-8).

Es así que en la humildad de nuestra pequeñez, nos relacionamos con nuestro cuerpo para hacer la voluntad de Dios Padre, el cuerpo deviene un instrumento del Amor de Dios.

En la unidad cuerpo y alma espiritual, el cuerpo representa el templo dentro del cual está conservada la filiación divina, como usaban afirmar los Padres que el cuerpo es el templo del Espíritu Santo.

El ser persona, hijos de Dios, estamos constituidos por tres dimensiones de unidad: biológica, psicológica, espiritual, es decir, bio- psico- espiritual.

Nuestra configuración según la imagen de Cristo nos lleva a establecer cuatro tipo de relaciones fundamentales que se interrelacionan: la relación filial con Dios, la relación fraterna con los otros seres humanos, la relación soberana con la creación y la relación servicial en el Reino de Dios. De este modo participamos en la dimensión personal y relacional de Dios Uno y Trino.

Como vimos en el ejercicio anterior, así como Dios es Amor- Relación, nosotros creados a imagen de Dios somos alteridad de amor, somos y existimos como relación de amor.

En ese amor que une y diferencia, es ser con los otros que son diferentes, cooperando para que lo sean, en el seno de la comunión.

Es el modelo trinitario de vida y amor que es nuestra plenitud.

El pequeño camino por recorrer consiste en descubrir y valorizar el propio cuerpo en su unidad con el alma espiritual, reconociéndolo como instrumento del amor de Dios. "Me has dado un cuerpo...Entonces dije: Aquí estoy, yo vengo -como está escrito de mí en el libro de la Ley- para hacer, Dios, tu voluntad" (Eb 10, 5b.7), iniciamos a comprender este misterio de la Santísima Trinidad.

TODO MI CUERPO ESTÁ ORIENTADO A DIOS

CUERPO Y ALMA

P. Bernardo Olivera en el libro "Conócete a ti mismo" nos comunica que así como Dios es Amor-Relación nosotros que somos creados a imagen de Dios somos alteridad de amor. Somos y existimos como relación de amor (cf. p.187), somos una unidad cuerpo y alma.

Basado en el libro "Conócete a ti mismo" (1)

"La persona humana, creada individualmente a imagen y semejanza de Dios es a la vez corporal y espiritual, es alma y cuerpo.

El alma es el principio espiritual y vital del ser humano.

El alma creada por Dios es inmortal, no muere cuando se separa del cuerpo a causa de la muerte, se unirá nuevamente al mismo en la resurrección final.

El Redentor Resucitado, además y sobre todo, transformará este cuerpo mortal en un cuerpo espiritual" (op. cit, p.80).

"Somos cuerpo, alma y espíritu, tan inconfusamente unidos, que resulta difícil establecer la frontera. Mi espíritu y mi alma se hacen visibles y vulnerables en mi cuerpo, mi cuerpo se interioriza hasta hacerse espíritu.

Yo- cuerpo- alma- espíritu soy relación a todos los niveles: cuando como, cuando hablo, cuando amo, cuando resucite en el último día" (ibid, p. 67).

"Dado que la persona se hace visible en un cuerpo, este conlleva valores simbólicos: el cuerpo es la modalidad en la que la persona se hace presente. Cada persona se deja contemplar en su cuerpo; el cuerpo es único, singular, personal" (ibid, p. 79).

"La unidad del alma y del cuerpo es tan profunda y de tal índole que podemos afirmar con la gran tradición filosófica cristiana que el alma es la "forma" del cuerpo, es decir: mediante el alma espiritual, la materia que integra el cuerpo es un cuerpo viviente, humano y personal.

El cuerpo es la materia informada por el alma, el alma no preexiste a la materia informada, sin alma no hay verdaderamente cuerpo, sino materia. El alma no es el ser humano ni la persona, sin el cuerpo no hay persona humana" (ibid, p. 66).

"Somos personas corporales y cuerpos personales. Nuestra corporalidad nos afecta totalmente, tanto en nuestra condición relacional cuanto en nuestra intimidad. Mediante mi corporalidad transformo la creación, me manifiesto ante los demás o me escondo. Mi cuerpo me individualiza en forma permanente, mi cuerpo lleva las huellas del paso del tiempo, mi cuerpo testimonia que la vida me ha curtido con su experiencia" (ibid, p. 67).

"Cuando hoy día hablamos de "corporeidad" como identificadora de la persona humana queremos decir: los humanos somos y existimos (sentimos, queremos, conocemos, nos relacionamos y comunicamos, hacemos...) corporalmente" (ibid, p. 67).

"Los cinco sentidos corporales u órganos sensoriales permiten relacionarnos y recibir una doble información: desde el exterior o mundo circundante y desde nuestros órganos o interior; (ojos-vista, oídos-audición, piel-tacto, nariz-olfato, lengua-gusto).

Son fundamentales en el orden del conocimiento sensitivo" (ibid, p.69).

"Nuestra existencia corpórea alcanza su ápice y su epifanía en los gestos de amor" (caricia, beso, abrazo, unión, éxtasis) (ibid, p.71).

"Nuestros cuerpos sexuales-sexuados y personales están ordenados a la mutua donación y comunión interpersonal fecunda, es decir, son esponsales." (ibid, p.69).

"La Biblia considera al hombre de modo sintético, y lo presenta como un ser múltiple en la unidad. Las tres afirmaciones más representativas de la antropología bíblica del Primer Testamento, respectivamente para la lengua hebrea y la griega son: *nefesh- psyche* (alma), *ruah- pneuma* (espíritu), *basar- sarx* (carne).

Nefesh, ruah, basar, son simplemente aspectos del ser humano, unidad global, basada en ser imagen de Dios, realizada en el varón y mujer.

El Nuevo Testamento matiza esta concepción con aportes de la cultura helénica, pero sobre todo la radicaliza por el hecho de que Jesucristo es la imagen original de Dios, los seres humanos somos, pues, imágenes de esta imagen de Dios" (ibid, p. 64-65).

“La obra redentora de Cristo, Dios encarnado, permite que el Espíritu Santo nos habite como en un templo y nos devuelve la pureza de corazón para comprender nuevamente el lenguaje del cuerpo que nos habla de Dios. También el cuerpo será espiritualizado: la única prueba y experiencia histórica del cuerpo espiritualizado es el cuerpo glorioso de Jesús después de la Resurrección: los hombres son por lo tanto seres metahistóricos, destinados a trascender la historia (ibid, p.80).

LAS FACULTADES Y FUNCIONES DEL ALMA

“El alma es el principio espiritual y vital del ser humano.

La vida humana se manifiesta en tres niveles: vegetativo, sensitivo, y espiritual. Las funciones vitales en el nivel espiritual, se llaman conocimiento y volición” (ibid, pp.80-81).

"A causa de la excelencia del alma en relación con el cuerpo, los autores medievales y los Cistercienses entre ellos se interesaron por estudiar la estructura del alma y cuál facultad tiene la primacía en la unión con Dios.

Para estos autores 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" (ibid, p. 82).

"El término *affectus* se refiere a todo lo que concierne a la voluntad- afectiva en distinción con la razón- intelecto. En el siglo XII el término *affectus* deviene una palabra clave para expresar la relación amorosa entre el alma y Dios. Es decir: el amor es el más importante de todos los afectos" (ibid, p.82).

“Los cistercienses así acordaban una máxima importancia a la voluntad, es la sede del amor y, en consecuencia, el lugar en donde obra el Espíritu Santo. La voluntad así comprendida incluye la afectividad y el deseo.

Toda su doctrina y experiencia espiritual está centrada en el amor” (ibid, p. 101).

“La voluntad nos permite amar, desear y gozar lo que la inteligencia ha aprendido como bueno.” (ibid, p. 101) Es decir, La voluntad es movida en primer lugar por el deseo y el fin es: Dios y nuestra bienaventuranza en Él. Éste es el objeto de nuestra esperanza.”

DIALOGO DE COMPRENSIÓN

Preguntas, reflexiones, explicaciones

ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA

*"Heme aquí, que vengo...
a hacer, oh Dios tu voluntad"
(Heb 10,7)*

Todo mi cuerpo está orientado a Dios.

*Esta es la ascesis:
mi cuerpo está orientado hacia Dios.*

*Él me ha dado un cuerpo para amar, para
trabajar, para querer a las personas.*

Con mi cuerpo puedo cooperar con Dios Creador.



Esto permite crecer en gracia y santidad:

y respetar el propio cuerpo y el espíritu, la acción.

Nosotros hemos nacido

para ser imágenes vivas del Dios vivo.

Es la gracia que actúa por acción del Espíritu Santo:

el de considerar el propio cuerpo

como un instrumento de Dios hecho para amar.

En la simplicidad y en la humildad

de nuestra pequeñez,

podemos iniciar en este misterio

de la Santísima Trinidad:

"Aquí estoy Padre

para hacer tu santa voluntad"

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía

PALABRA

"Me has dado un cuerpo...Entonces dije: Aquí estoy, yo vengo –como está escrito de mí en el libro de la Ley– para hacer, Dios, tu voluntad"

(Eb 10, 5b.7)

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía

Oración a San José de Santa María

*José, joven en quien Dios se 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:
iacógenos en María y nombra a Jesús en mi vida!*

P. Bernardo Olivera



DIARIO

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



Bibliografía citada

- (1) Olivera Bernardo ocso., *Conócete a ti mismo - Speculum Humanitatis Antropología del Amor*, ed. talitakum, Bs. As., 2014.
- (2) Olivera Bernardo ocso., *Siguiendo a Jesús en María - Orientaciones pra una espiritualidad cotidiana*, ed. Soledad Mariana Movimiento de Espiritualidad Mariano y Contemplativo, Bs. As., 1997.

TERCER EJERCICIO

LA INHABITACIÓN DE CRISTO EN LOS CORAZONES

*"Si alguno me ama, guardará mi Palabra,
y mi Padre le amará, y vendremos a él, y
haremos morada en él."*

(Jn 14,23)



Gruta de la Anunciación, Nazaret

En el presente ejercicio iniciamos a vivir la dinámica de la encarnación desde la simplicidad y humildad de nuestra pequeñez, podemos introducirnos, por don de Dios en Su Misterio de Amor Trinitario, a reconocer en nosotros mismos nuestra alma espiritual inmortal en nuestra dimensión corporal que constituye nuestra persona, un ser en relación y comunión, única e históricamente irrepetible, que puede entrar en relación de Comunión con Dios Trinidad.

Misterio de Amor. El Padre se acerca y nos Ama en su Hijo Eucarístico, en Su Palabra, nos Ama, gratuitamente, sin pedir, tan solo desea que permanezcamos en su Amor, en su voluntad que es Amor. Y nuestra esperanza es Amor, nuestra fe es Amar, por eso que se cumple en nosotros el Padrenuestro así en la tierra como en el Cielo: una única voluntad la Suya, un único Amor el Suyo, todos unidos y diferenciados, en su Amor. Ya desde aquí el Padre nos sorprende en su infinita Bondad y Misericordia, sabiendo qué cosa necesitamos antes de pedírselo, y nos lo regala en su deseo que transforma el nuestro. Nos Ama y nos atrae a Él para amarLo y en Su Amor para amar a

cada uno que encontramos en nuestra vida cotidiana. "El que me ama será fiel a mi palabra, y mi Padre lo amará; iremos a él y habitaremos en él" (Jn 14, 23), Dios nos ama y habita en nosotros, somos sus hijos amados.

LA INHABITACIÓN DE CRISTO EN LOS CORAZONES

ALMA Y CUERPO

El descubrimiento y la valorización del alma espiritual va de igual paso con la del cuerpo, evitando la dicotomía en la identidad de la persona, cada persona permanece siempre hija, hijo del Padre.

En el libro "Conócete a ti mismo" P. Bernardo Olivera trata sobre el alma con sus facultades operativas, en esa unidad con el cuerpo y nos explica sobre la realidad espiritual y el punto de confluencia de las facultades del alma y en su apertura trascendental: el lugar del encuentro con Dios.

Basado en el libro "Conócete a ti mismo" (1)

"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 " (op. cit., p. 63).

"La Biblia presenta al hombre como un ser múltiple en la unidad.

Las tres afirmaciones más representativas de la antropología bíblica del Primer Testamento son:(en la lengua hebrea y griega)

nefesch-psyche (alma), *ruah-pneuma* (espíritu), *basar-sarx* (carne)" (ibid, p. 64).

"Llamamos alma al principio vital del ser humano.

Para obrar el alma necesita de sus facultades o potencias, llamadas también capacidades o habilidades. La actividad de las facultades del alma rara vez se dan en estado puro y el alma obra siempre como una totalidad.

Esta vida humana se manifiesta en tres niveles: vegetativo, sensitivo y espiritual.

Las funciones vitales del alma en el nivel espiritual, se llaman conocimiento y volición, funciones que residen en las facultades intelectivas y volitivas respectivamente" (op cit., p. 81).

“Los autores medievales, y los Cistercienses entre ellos, se interesaron por estudiar la estructura del alma y cual facultad tiene la primacía en la unión con Dios. Hablan básicamente de una facultad de conocimiento y otra facultad de tendencia: *ratio-intellectus* y *voluntas-affectus*.

Para estos autores 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. El término *affectus* se refiere todo lo que concierne a la voluntad-afectividad en distinción con la razón- intelecto.

En el siglo XII el término *affectus* se convierte en palabra clave para expresar la relación amorosa entre el alma y Dios. Es decir: el amor es el más importante de todos los afectos” (ibid, p. 82).

“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.

Con este lenguaje, a mi entender, se está refiriendo al tercer aspecto de la tríada bíblica: la *ruah-pneuma* (espíritu)” (ibid, p. 83).

“*Ruah-pneuma* es el aliento de vida insuflado por Dios en el ser humano. Los seres humanos viven mientras Dios no retira su *ruah*. El término marca fuertemente la relación entre criatura y creador, la dependencia absoluta de ella en relación con Él. Indica la realidad “espiritual” del ser humano” (ibid, p.64). Cuando el hombre expira, emite el último respiro, él pierde el soplo vital para entrar en la dimensión de la eternidad donde el alma vive del Espíritu de Dios.

“La distinción entre “espíritu” y “alma” sirve para afirmar dos cosas:

que la criatura humana está destinada desde su origen a un fin sobre-natural, y que el alma puede elevarse por gracia divina, a la comunión con Dios” (ibid, p.80).

LA ORACIÓN CONTEMPLATIVA

De cómo el alma puede entrar en comunión con Dios el P. Bernardo Olivera nos habla de la relación con Dios a través de la oración contemplativa.

Basado en el libro "Siguiendo a Jesús en María" (2)

"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 (recibidas en el bautismo: fe, esperanza y caridad) podemos relacionarnos con Dios.

La contemplación cristiana es fe enamorada en anticipo de esperanza, con otras palabras: unión con Dios de mente y corazón.

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, cuanta más amistad con Dios, más contemplación, más participación en la visión de los ojos y el latir del corazón de Dios.

Por eso, bien dijo santa Teresa que la oración es amistad con Dios, tratar amigablemente con él largos e íntimos ratos. Concluye que la contemplación es amistad estrecha con el Señor" (cf. *Vida*, VIII:5; *Camino de perfección*, XXVIII:3)" (op cit., p 21).

"La oración contemplativa es:

-Toda relación personal, es decir, consciente y libre, basada en la fe viva, e n vista a la más íntima comunión con el Padre por Cristo y en el Espíritu.

Comprende:

Tiempos fuertes de amistad con Dios a fin de estrechar dicha amistad; tiempos fuertes de fe y amor para que la fe se enamore y anticipe lo esperado.

Diferentes modos y formas de ejercitar la fe en el amor, abiertos al infinito de Dios y a su presencia salvadora.

La liturgia y la Escritura son los pilares de cualquier oración contemplativa. Cristo está presente y actúa mediante ellas de manera imponderable.

También se da lugar a tiempos fuertes y a otros modos y formas de fe enamorada.

Nuestra relación con Dios evoluciona a lo largo de nuestro peregrinar en su búsqueda. La progresión va en la línea de la simplificación e interiorización. Lo importante es que todo ayude y nada impida la simplicidad y libertad del niño que está abierto a lo que su Padre le quiere dar.

Las dificultades no faltan en la vida de contemplación.

Les doy la receta: determinar con sencillez el posible origen, poner medios para extirpar las causas voluntarias, perseverar con paciencia y esperanza, recordando que perseverancia y éxito van siempre de la mano.

“No tengo tiempo”. La oración contemplativa es asunto de amor más que de tiempo. Los suspiros de amor, que yo sepa, toman unos pocos segundos.

La experiencia me ha enseñado que siempre tengo tiempo para lo que amo y quiero.

“ No siento nada”. Pero, acaso ¿amar se reduce a sentir? Amar es querer. El que persevera, aunque juzgue que no pasa nada, sólo porque Dios lo quiere, para agradecerle a él, tenga por cierto que pasa mucho. Quien ama por amar, ama. ¿No sientes nada y perseveras? Feliz de ti, llegarás a esa contemplación perfecta que, por ser plenitud de amor, exige olvido total de sí mismo e implica transformación en el Amado. ¡Deja dormir tranquilo al Señor! Él ya despertará y te despertará cuando despunte el alba” (ibid, pp. 22-23).

“Sobre todo cuando se trata de contemplación Santa Teresa de Avila, que de esto entendía bastante, aconsejaba que debemos pedir a San José que nos enseñe a orar: “Quien no hallare maestro que le enseñe oración, tome este glorioso santo por maestro, y no errará en el camino” (*Vida*, VI:7) (ibid, p.20).

“Nunca olvidemos que nadie ora y contempla por propia cuenta y riego. Jesús con su Espíritu es el Maestro que siempre nos asiste. Aún más, nuestra oración contemplativa es participación en la de Jesús, único orante y único contemplativo. Más aún, siempre oramos y contemplamos en el ámbito sonoro y luminoso de la Iglesia, Cuerpo místico de Cristo resucitado. Y también María,

la llena del Espíritu y Madre de Jesucristo y la Iglesia. Todo lo nuestro, cristianos, es en ella.

Cuánto alegraríamos al Señor si hiciéramos, cada uno en su propia casa, un oratorio o contemplatorio donde escuchar y responder, mirar y ser mirado por el Padre. No sería más que un rinconcito donde la Iglesia doméstica se une a María de san José para participar la Palabra y glorificar al Padre, por Cristo, en el Espíritu" (ibid, pp 23-24).

DIALOGO DE COMPRENSIÓN

Preguntas, reflexiones, explicaciones...

ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA

*La inhabitación de Cristo en los corazones,
se puede vivir en una forma muy simple,
con mucho amor.*

*Él está en cada uno,
necesitamos sólo descubrirlo
y aceptarlo,
porque Dios nos ha dado la capacidad
para entender su Misterio el Misterio
de todos
y en todos,
el Misterio de cada uno: que
Dios habita en nosotros, y
somos sus hijos amados,
predilectos,
que Él nos ama y
habita en nosotros.*

*"Aquí estoy Padre que vengo
a cumplir tu voluntad" (Heb 10, 7)
en tu misterio Trinitario,*



*Tu estás en mí,
yo estoy en Tí.
En mi cuerpo Tú estás.
Quiero alabarte y bendecirte,
decirte cuánto te amo,
en mi trabajo, en mi oración,
quiero hablarte como tú me hablas
en el silencio de la oración.*

*Enséñame a rezar, no lo sé,
si cierro los ojos
y contemplo mi corazón,
Tú te acercarás
y me dirás hijo,
y yo te diré Padre,
y juntos haremos morada en Tí,
en el Espíritu que está en mí,
porque Tú me lo has regalado
en el Bautismo
para cumplir tu voluntad,
con toda tu Creación.
"No deseo otra cosa Padre
que cumplir tu voluntad
en mí y en todas tus criaturas."*



Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.

PALABRA

"Si alguno me ama, guardará mi Palabra, y mi Padre le amará, y vendremos a él, y haremos morada en él" (Jn 14,23)

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.

"Dijo María: «He aquí la esclava del Señor; hágase en mí según tu palabra»" (Lc 1, 38)

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía

Santa Madre Teresa y San Juan Pablo II



DIARIO

Frases significativas, reflexiones

que quedaron en el corazón, oraciones...

Bibliografía citada

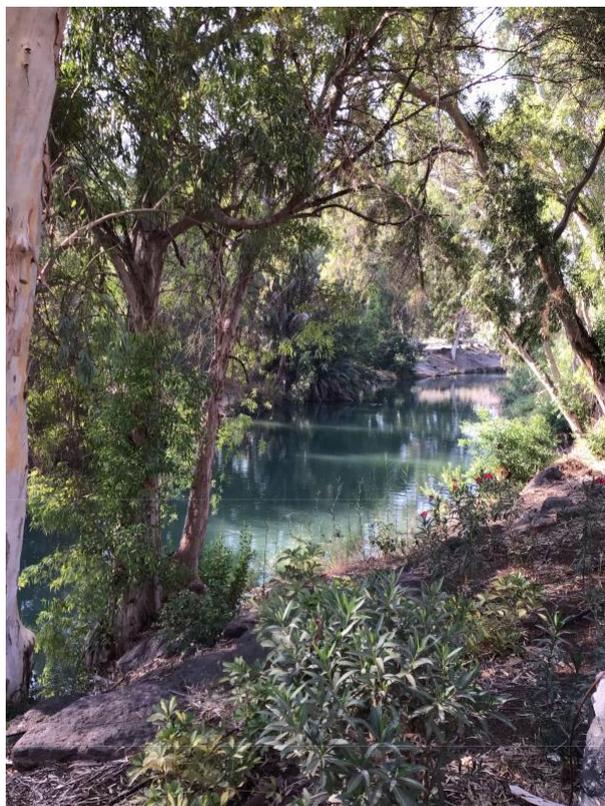
- (1) Olivera Bernardo ocso., *Conócete a ti mismo - Speculum Humanitatis Antropología del Amor*, ed. talitakum, Bs. As., 2014.
- (2) Olivera Bernardo ocso., *Siguiendo a Jesús en María - Orientaciones para una espiritualidad cotidiana*, ed. Soledad Mariana Movimiento de Espiritualidad Mariano y Contemplativo, Bs. As., 1997

CUARTO EJERCICIO

COOPERANDO CON DIOS

*"Enséñame a cumplir tu
voluntad, porque tú eres
mi Dios;
tu espíritu que es
bueno me guíe por
una tierra llana"*

(Salmo 143,10)



Río Jordán

El presente ejercicio trata sobre la libertad y el servicio a los demás. Es entrar en la estrecha relación con el Padre a través de la oración, y es en la fe audaz de los pequeños que queremos habitar en el Amor del Padre, porque es en la humildad que Él nos acoge, nos Ama y derrama sobre nosotros el Espíritu de Amor, nos ayuda a realizar el servicio hacia los demás en nuestra cotidianidad.

Hacer la voluntad del Padre nuestro nos lleva a ser responsables de nuestro actuar, al ser sus hijos predilectos. El ama nuestra libertad cuando ésta reposa en su Amor: "Permanezcan en mi Amor!" (Jn 15,9).

Vivir en la voluntad del Padre, es vivir en su Verdad. En Dios, Verdad y Voluntad coinciden. Y Él es en sí mismo Trinidad: la Voluntad del Padre es Verdad, revelación del Hijo, unidos al Espíritu Santo.

En la humildad se unifica la voluntad propia con la voluntad de Dios, en la humildad se vive la Verdad de Dios. En la humildad reside la filiación con el Padre nuestro, en la corriente de Amor que une el Padre con su Hijo Jesús. Nosotros, injertos en este vínculo Trinitario decimos: ¡Abba, Padre nuestro! Y en esto reside su deseo: cumplir su voluntad en nosotros y en todas sus criaturas. "Porque el Espíritu del Señor está sobre mí" (Lc 4,18) "Enséñame a cumplir tu voluntad, porque tú eres mi Dios; tu espíritu que es bueno me guíe por una tierra llana" (Salmo 143, 10), el Espíritu del Señor nos ayuda a cumplir su voluntad: Quiero hacer tu voluntad Señor, ayúdame a realizarla.

COOPERANDO CON DIOS

LA INTELIGENCIA, LA VOLUNTAD Y LA LIBERTAD

P. Bernardo Olivera nos habla de las facultades superiores del alma de la inteligencia y la voluntad que dan lugar a la libertad. En la relación filial con el Padre y en la libertad donde se realiza la voluntad de Dios que siempre nos libera y nos lleva hacia la hermandad de los hijos de Dios.

Basado en el libro "Conócete a ti mismo" (1)

"El alma, según la doctrina tradicional, necesita para obrar de sus facultades o potencias. Ahora bien, las facultades espirituales o "inorgánicas" son dos: la inteligencia y la voluntad, y ellas dan lugar al libre albedrío o acción deliberada y querida.

Pero tengamos siempre presente que la psique humana obra siempre desde un soporte orgánico (el cerebro) y como una totalidad: en cualquier acto se ponen en acción, aunque con diferente intensidad y primacía, todas las capacidades o facultades humanas" (como la afectividad y el deseo) (op. cit. p. 85).

“La voluntad es la capacidad personal de determinar el propio obrar. Está íntimamente ligada a la libertad, a la virtud y al pecado” (ibid, p. 104).

“Los monjes cistercienses de las primeras generaciones acordaban una máxima importancia a la voluntad. La razón es esta: ella es la sede del amor y, en consecuencia, el lugar en donde obra el Espíritu Santo.

La voluntad así comprendida incluye la afectividad y el deseo; toda su doctrina y experiencia espiritual está centrada en el amor” (ibid, p. 101).

“La libertad es la capacidad de discernir inteligentemente la verdad y abrazar volitivamente el bien, sabiendo y gustando que lo verdadero es bueno y lo bueno es verdadero” (ibid, p. 106).

“Una decisión libre es lo mismo que una volición deliberada.

Cabe distinguir cuatro pasos esenciales en el proceso de toma de decisiones:

- Primer paso: algo o alguien me atrae.
- Segundo paso: juicio intuitivo sobre la conveniencia de la realidad atractiva.
- Tercer paso: deliberación intelectual examinando el valor ético de la atracción, los motivos y medios a favor o contra de la misma.
- Cuarto paso: tomo una decisión y me adhiero o no al bien atractivo” (ibid, p. 105).

“La persona humana más libre es aquella que mejor sabe buscar, encontrar y optar correctamente” (ibid, p. 106).

“Con mucha facilidad, los deseos derivados, ofuscan y aplastan el deseo fuente de Dios. Peor aún cuando estos deseos son desordenados, Nacen así los tradicionalmente llamados “pecados capitales”, que son secularmente referidos como “vicios morales”, y que la psicología estudia como “sentimientos autodestructivos”. Pueden nombrarse de la siguiente manera:

- Gula: deseo desordenado de alimentos.
- Lujuria: deseo desordenado de placer sexual.

- Avaricia: deseo desordenado de bienes materiales.
- Ira: reacción activa ante la frustración causada por deseos incumplidos.
- Acedia: falta de deseo o desidia respecto a Dios o a las cosas espirituales.
- Vanagloria: deseo desordenado de aparecer o sobresalir.
- Orgullo: deseo desordenado de la propia excelencia.

Los deseos se desordenan cuando sus fines son malos. La dinámica del desorden suele seguir este proceso: los deseos desordenados mueven la afectividad y esta, a su vez, suscita pensamientos apasionados. Los pensamientos, cerrando el círculo, pueden incentivar los deseos.

- El libre albedrío, en cuanto consentimiento voluntario y racional, permite movilizar y encauzar el deseo hacia metas honestas y eficaces, plenas y beatificantes (ibid, pp.126-127).

“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. Cuanto más dependientes de Dios seamos más interdependientes seremos.

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).

DESEO, ESPERANZA Y VOLUNTAD

En el libro: "Afectividad y deseo" del P. Bernardo nos hace descubrir la importancia del deseo y la esperanza que mueven nuestra voluntad hacia el fin último que es Dios en su Misterio Trinitario, en el gozo que nos espera en la beatitud eterna en Él.

Basado en el libro de P. Bernardo *"Afectividad y Deseo para una espiritualidad integrada"* (2)

"La virtud de la esperanza corresponde al deseo de felicidad que Dios, al crearnos, ha puesto en nuestro corazón.

Esta esperanza dilata el corazón en espera de la bienaventuranza eterna.

San Agustín lo expresa así: "Toda la vida del buen cristiano es un santo deseo. Mas lo que deseas no lo ves; pero deseando, das anchura a tu alma para que quede henchida cuando llegue el tiempo de la visión" (Sobre La Carta de Juan 4,6).

Pero mientras llega el tiempo de la visión hay que saber ordenar los deseos a fin de que sean un camino de esperanza hacia la gloria futura.

Esta doctrina la encontramos en santo Tomás de Aquino cuando comenta el Padrenuestro en su Suma Teológica (II-II, 83:9).

Según Tomás de Aquino, nuestros deseos se ordenan cuando nuestro deseo se convierte en esperanza orientándose decididamente hacia el fin último: la Gloria de Dios y nuestra felicidad en Él.

Nuestro libre albedrío, en cuanto consentimiento voluntario y racional, permite movilizar y encauzar el deseo hacia metas siempre más plenas y beatificantes.

Los deseos dispersos solo se unen cuando se unifica su objetivo y su fin. Además se entrelazan cuando se integran en el deseo fuente de Dios, que nos constituyen como seres humanos.

Este deseo de Dios se concreta y se concentra en la persona de Jesucristo y de su reino. Por lo tanto podemos decir: el deseante muriente, que es cada uno de nosotros, regresa a la vida y restaura la imagen divina en sí mismo acogiendo al amor y restituyendo amor por amor.

Somos cristianos porque hemos encontrado Dios en Jesucristo. El encuentro con Él convierte nuestro corazón y nuestros deseos desorientados. Todo aquello que encuentro, en el presente y en el futuro, con Él continúa a producir frutos de conversión e integración de nuestros deseos en el deseo fuente de Dios.

La presencia de Jesucristo, resucitado en el seno de la Iglesia y del mundo es la fuente de nuestra esperanza.

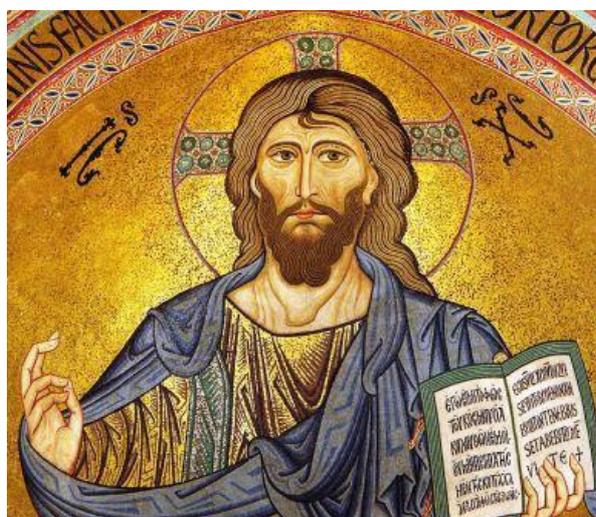
Esta presencia nos mueve a desear con gemidos la gloriosa manifestación del Señor y a trabajar con ganas por un mundo mejor" (op. cit., pp. 107-109).

LA PALABRA DE DIOS

Es la Palabra de Dios que nos ayuda a ser libres en la voluntad de Dios para amar en la verdad, es un camino de discernimiento que ordena nuestros deseos en el Deseo de Dios. Es en la filiación con el Padre, en Cristo Jesús que somos libres para Amar en la Verdad.

Basado en el libro del P. Bernardo "Siguiendo a Jesus en Maria" (3)

El que ama guarda la Palabra, la guarda convirtiéndola en vida. *Ascenderás al Padre, en el Espíritu, por el camino del que Él se valió para descender y salvarnos: la Palabra eterna, hecha carne y libro" (op. cit., p.38).*



DIALOGO DE COMPRESIÓN

Preguntas, reflexiones, explicaciones...

ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA

Posible oración:

*En la humildad de la pequeñez,
significa comprender que no todo se puede
hacer, que hay un Bien que se puede hacer
y que hay un mal que está en
nosotros y que no es bueno que lo
hagamos, significa reconocer
que hay un bien y un mal,
y que hagamos aquello que está bien.*

El Espíritu del Señor nos ayuda a cumplir su voluntad.

*Es importante que descubramos aquello que
Dios quiere hacer de nosotros, que seamos
sanos y santos.*

*"Quiero hacer tu voluntad Señor, ¡ayúdame a realizarla!"
Así descubrimos y conocemos las cosas, los
animales, las personas...*

*Dios las ha creado por amor, por el servicio de todos
y de cada uno.*

*"No deseo otra cosa Padre que cumplir tu voluntad
en mí y en todas tus criaturas."*

Es la Vida encerrada en todas sus criaturas.

Esta es la imagen de Dios que está en nosotros.

*San José nos enseña
a querer a través de nuestro
cuerpo que es imagen de Él de
Dios Creador
que ha creado la creación.*



*"No deseo otra cosa
Padre que cumplir tu
voluntad
en mi y en todas las criaturas."*

*Es hermoso sonreír,
ver y agradecer a Dios,
con todo el corazón,
con todo el alma,
por la belleza de la creación.*

*"No deseo otra cosa Padre
que cumplir tu voluntad en mí
y todas las criaturas."*

*Momentos de silencio
delante de Jesús Eucaristía.*



PALABRA

*"Enséñame a cumplir tu voluntad, porque tú eres mi Dios; tu espíritu que
es bueno me guíe por una tierra llana"*

(Sal 143,10)

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.

*"No hay árbol bueno que dé frutos malos, ni árbol malo que dé frutos buenos:
cada árbol se reconoce por su fruto" (Lc 6, 43- 44a)*

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía

DIARIO

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



San Ignacio De Loyola

Bibliografía citada

- (1) Olivera Bernardo ocso., *Conócete a ti mismo - Speculum Humanitatis Antropología del Amor*, ed. talitakum, Bs. As., 2014.
- (2) Olivera Bernardo ocso., *Afectividad y Deseo para una espiritualidad integrada*, e. Lumen, Bs As, 2007.
- (3) Olivera Bernardo ocso., *Conócete a ti mismo - Speculum Humanitatis Antropología del Amor*, ed. talitakum, Bs. As., 2014.

QUINTO EJERCICIO

EL EVANGELIO: LA PALABRA SE HIZO CARNE Y PUSO SU MORADA ENTRE NOSOTROS

"Y la Palabra se hizo carne, y puso su Morada entre nosotros, y hemos contemplado su gloria, gloria que recibe del Padre como Hijo único, lleno de gracia y de verdad" (Jn 1,14)

"Este es mi Hijo muy querido, en quien tengo puesta mi predilección: escúchenlo" (Mt 17, 5b)



Capilla del campo de los pastores Belén

Con el presente ejercicio con el Verbo de Dios que se hizo carne y habitó entre nosotros, inicia nuestra ascensión con Él para subir al Padre nuestro y el Padre nuestro desciende para morar en nosotros, en su Hijo Predilecto, en el Espíritu de Amor "Si alguno me ama, guardará mi Palabra, y mi Padre le amará, y vendremos a él, y haremos morada en él" (Jn 14, 23).

"Este es mi Hijo muy querido, en quien tengo puesta mi predilección: escúchenlo" (Mt 17, 5b) "Y la Palabra se hizo carne, y puso su Morada entre nosotros, y hemos contemplado su gloria, gloria que recibe del Padre como Hijo único, lleno de gracia y de verdad" (Jn 1,14).

Interiorizamos así la Palabra de Jesús para actuar según la voluntad del Padre, y que habita en nosotros.

El camino a seguir nos lleva a un estilo de vida cotidiano de vivir la Palabra que culmina luego con la Eucaristía. Y trae como fruto el vivir la relación con el Padre y con los hermanos en el amor, realizando los mandamientos: "El que tiene mis mandamientos y los guarda, ése es el que me ama; y el que me ame, será amado de mi Padre; y yo le amaré y me manifestaré a él." (Jn 14, 21). La Palabra nos introduce a ser hijos del Padre nuestro para amarlo en el Hijo Jesús y amar a todos: "fratelli tutti" (Papa Francisco).

EL EVANGELIO: LA PALABRA SE HIZO CARNE Y PUSO SU MORADA ENTRE NOSOTROS

LA LECTIO DIVINA

El P. Bernardo Olivera en su libro "Lectio divina" nos dice la importancia de la amistad con el Señor a través de su Palabra. Nos explica la profundidad de los pasos con la oración bíblica la lectio divina para entrar en comunión con Él.

Basado en el libro "Lectio divina - Il bacio di Dio al suo popolo credente" (1)

"Hay diferentes formas de experimentar y de estrechar nuestra amistad con el Señor...Todos y cada uno son una encarnación concreta y definitiva de la fe enamorada.

Los modos y las formas pueden ser muchos, pero hay sólo dos que son fundamento de todos y que por este motivo no pueden nunca faltar: la Liturgia y la Escritura, pilares de cualquier relación personal con Dios. Cristo está presente y actúa por medio de ellos en modo imponderable.

Deseo compartir con ustedes esta forma de oración basada en la Escritura que la Iglesia, desde los primeros tiempos ha convenido llamar lectio divina.

La lectio divina es una forma de lectura contemplativa, sigue las huellas de la tradición patristica y monástica. Nos permite de participar al dialogo de salvación, asimilando la verdad salvífica contenida en la Escritura y poniéndonos en comunión con el Salvador.

Non se trata de una simple lectura espiritual. Tiene que ser una lectura en el espíritu de la palabra inspirada por el mismo Espíritu. Será siempre una lectura de Dios, con los ojos de Esposa, con ojos de Iglesia, con los ojos de

Maria. La lectio divina es hija del espíritu que fecunda la palabra. En definitiva es una lectura meditada, prolongada en una oración contemplativa (op. cit., pp 19-20).

"Decimos que en la lectio divina podemos distinguir un prólogo y una sucesión de momentos compenetrados, naturales y espontáneos, de experiencias espirituales: lectura, meditación, oración, contemplación. En cada uno de esos tu fe se irá enamorando siempre más y tu lograrás asimilar la palabra en creciente intimidad.

De hecho corresponden a la naturaleza íntima de cualquier dialogo en el sentido verdadero:

Acogida, Don y Comunión.

- Acogida: escucha (lectura) y reflexión (meditación)
- Don: respuesta (oración).
- Comunión: encuentro (contemplación) (ibid, pp.21-22)

La Escritura, San Agustín decía por experiencia: "no es cosa hecha para los soberbios" (Confesiones III, V,9), y el abad Nesteros sostenía: "Solo la pureza del alma, iluminada por la luz del Espíritu Santo, permite penetrar hasta el corazón de las palabras celestiales y contemplar con la mirada pura del alma los misterios más profundos y escondidos" (Conferencia XIV,10).

Al evangelista Lucas le gusta presentar a María como una fiel escuchadora de la Palabra: "Maria dijo : se haga en mí según tu palabra" (Lc 1,38)...y "custodia todas estas cosas meditándolas en su corazón" (Lc 2,19. 51). En esta apertura y cumplimiento de la Palabra de Dios reside el misterio más profundo de la maternidad de María (Lc 8,19-21).

Quien ama custodia la Palabra, la custodia traduciéndola en vida. San Girólamo, de quien bien se conoce su irascibilidad, escribía a la joven Eustaquia: "¿Rezas? Hablas con el Esposo. ¿Lees? El te habla" (Carta, XXII: 25) . Y esta amante virgen de quince años, llena de amor, no solo escuchaba, también practicaba la Palabra.

Pido a María de hacernos partícipes de su maternidad virginal. Que la Palabra tome de nuevo la forma del Hijo también en nuestros corazones. Y será así en la medida de nuestra acogida y de nuestra perseverancia" (ibid, pp. 27-28).

NATIVIDAD Y ALIANZA CON DIOS EN MARÍA DE SAN JOSÉ

Es la oración la que pone en relación el hijo con el Padre y tiene en María su modelo, porque Ella es la elegida por el Padre para hacer entrar en la historia humana el Verbo encarnado de la Vida: el Hijo Jesucristo. Por lo tanto es importante para cada hijo seguir el camino de la Alianza en María que ha tenido con el Padre. Por Jesús estamos enraizados en la Maternidad de María. María es la hija predilecta del Padre, Virgen Madre, esposa de San José así la llamaban a Nazaret. Ellos vivían en el Misterio cotidiano con el Hijo de Dios.

A Ella, María de san José, le rezamos y nos entregamos en la Alianza con Dios en "una noche de Navidad" de nuestro corazón.

LA ALIANZA CON DIOS EN MARIA

El P. Bernardo Olivera en el libro "Siguiendo a Jesús en María" nos explica en la carta "Alianza en María " el significado de nuestra entrega a María.

Basado en el libro "Siguiendo a Jesús en María" (2)

"La Alianza es el elemento central y propiamente constitutivo del plan de salvación. Su origen está 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.

El bautismo nos establece en la nueva alianza de la pascua de Jesús, nos consagra a Dios Padre como hijos y hermanos y nos incorpora a la Iglesia de Cristo (op. cit., pp. 69-70).

Por voluntad de Dios, María tiene parte en nuestra salvación, en nuestra santificación y pertenencia a Dios, en nuestra consagración. Consagrarnos a María es acogerla y dejar que nos acoja y obedezca así a Jesús que le dijo: "He ahí a tu hijo" (Jn 19,25-27).

Les explico por qué prefiero hablar de alianza y no simplemente de consagración a María. El motivo fundamental es éste: expresar la consagración en todas sus dimensiones, ubicándola en el contexto del plan de salvación. No olvidemos que la alianza es el corazón de la historia de salvación, así como el corazón de la alianza es la consagración.

La santificación, es pertenencia e incorporación a Cristo y a su Cuerpo que es la Iglesia, obrada por la consagración bautismal, y es asimismo una santificación en la Inmaculada y una pertenencia e incorporación filial a la Madre de Cristo y de la Iglesia (ibid, pp. 71.73).

En la carta "Matrimonio y virginidad" del mismo libro el P. Bernardo nos dice de María y san José:

“En los umbrales del Nuevo Testamento, como en el dintel del Antiguo, se yergue un matrimonio único y original. Jesús, el Salvador, comenzó su obra desde este matrimonio virginal. Maria y José han encontrados en esta alianza y en su fruto la misión que daría sentido a toda su existencia. De este matrimonio se puede afirmar que fue expresamente querido por Dios: “José, hijo de David, no temas tomar contigo a Maria tu mujer, porque lo engendrado en ella es del Espíritu Santo” (Mt 1,20).

Se los puedo asegurar, nunca me canso de contemplar la maravilla de gracia obrada por Dios en el matrimonio de Maria y José. Encierra en si, al mismo tiempo, el misterio de la perfecta comunión de personas, de un hombre y de una mujer en la alianza conyugal, y el misterio del peculiar don de la virginidad por el reino de los cielos. Virginidad y matrimonio que sirvieron, en la historia de salvación, a la más sublime fecundidad del Espíritu Santo.

han sido puestos al servicio de la más sublime fecundidad del Espíritu Santo. En el mutuo amor entre Maria y José, la realidad significada por todo matrimonio, el amor de Cristo a su Iglesia, se hizo presente en forma

patente: ¡el mismo Cristo, encarnado, amando a María y José, la primera Iglesia doméstica!” (ibid, p. 211).

MARÍA DE SAN JOSÉ

El P. Bernardo finaliza la presentación de la carta “María” con una hermosa expresión:

“Y soy Esposa de José

Mujer, Madre, Virgen y Esposa.

Dios se me dio y me dio,

pues confió en el joven José.

Nuestra comunidad de vida y amor,

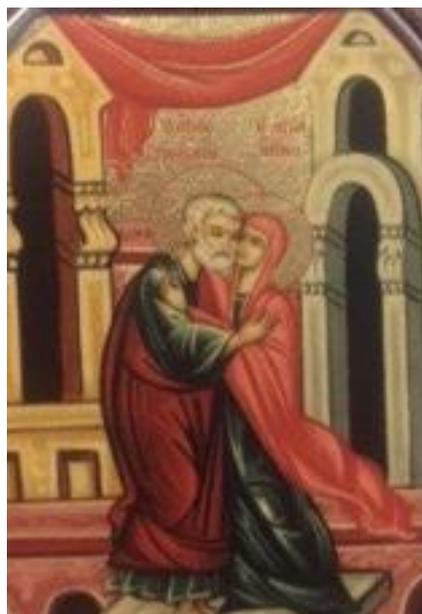
estable y definitiva,

aun dura hoy,

Por eso él es padre de la Iglesia

y yo soy María de san José.

(ibid, p. 68)



ALIANZA EN MARÍA DE SAN JOSÉ

Por esta razón en "una noche de Navidad" de nuestro corazón, podemos renovar nuestra alianza bautismal con una oración de entrega a María de san José, para vivir nuestra Alianza con Dios en la pequeñez de la humildad en el Padre nuestro.

Basado en la carta "Alianza en Maria" del libro "Siguiendo a Jesús en María":

"Esta alianza, según nuestra concepción, consiste en tres momentos claves:

- de la dimensión mariana de nuestra consagración bautismal.
- Donación: el acto de la alianza en reconocer la particular misión de María en la historia salvífica, por lo tanto llama e invita a un acto de donación filial como aceptación del plan divino de la salvación, en función de la total donación a Dios. La donación es mutua. Implica presencia recíproca, unión, participación, en la vida divina de la Madre y su actuar en nuestra vida de hijos. Todo esto es aquello que nosotros queremos decir con "En María".
- Vivencia: La donación es sostenida por la vivencia cotidiana.

He encontrado el mejor camino para que todos podamos llegar juntos al Padre, por Cristo en el Espíritu; por esto los tomo de la mano, y me dono en la Eucaristía cotidiana a la Madre, diciéndole: "Todo y siempre en María de san José" (ibid p 73).

DIALOGO DE COMPRENSIÓN

Preguntas, reflexiones, explicaciones...

ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA

Posible oración:

*" Padre he venido a cumplir tu
voluntad en mí y en todas tus
criaturas,
no deseo otra cosa,*

*te doy mi cuerpo, mi
espíritu, para que habites
en mí*

*y me enseñes a vivir según tu
voluntad. No deseo otra cosa Padre".*

*Se descubre la gracia que hay en nosotros,
en nuestra pequeñez, para llevarla hacia
Dios. Dios nos ha creado a su imagen y
semejanza.*

*Esto es el Bien Supremo,
hacer la voluntad del Padre
que ha venido a sanar los justos y
pecadores, los humildes y los pequeños del
reino, es por la gracia del bautismo
que se cumple su voluntad.*

*En María de San José:
María, quiere que la amemos
desde nuestra realidad en el silencio,
que quiere que vivamos en su Hijo Jesús,
y ella nos enseñará cómo quererle,
come amarle.*

*También José
es importante conocerlo
como el padre de Jesús*



*que ha sabido hacer de Jesús
un hombre
delante de los ojos de Dios
y es importante que,
confiándonos a su guía,
lo amemos,
él actuará, él nos enseñará
amar como Jesús,
a respetar nuestro cuerpo
según la Ley del Señor.*

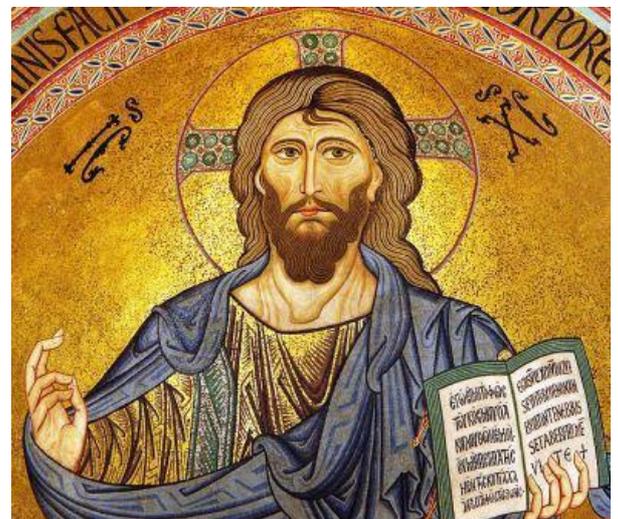
Greccio



*Dios nos ha dejado los mandamientos:
el Amor a Dios y de Dios hacia todos
nos manda amarnos a todos,
los unos a los otros
como Él nos ha amado.
Es la Ley mesiánica
de Jesús al Padre.
Así interiorizamos Su Palabra
haciendo morada en Él,
actuando la Palabra del Padre
en nosotros y en todas sus criaturas.
En la humildad de la pequeñez,
lo Amamos así como Jesús lo ha Amado.*

PALABRA

*"Y la Palabra se hizo carne, y puso su
Morada entre nosotros, y hemos
contemplado su gloria, gloria que recibe del
Padre como Hijo único, lleno de gracia y de
verdad" (Jn 1,14).*



Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.

*"Este es mi Hijo muy querido, en quien tengo puesta mi predilección:
escúchenlo" (Mt 17, 5b)*

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía

"Por eso, al entrar en este mundo, Cristo dice: Sacrificio y oblación no quisiste; pero me has formado un cuerpo. Entonces dije:

*"¡He aquí que vengo
- pues de mí está escrito en el rollo del libro -
a hacer, oh Dios, tu voluntad!" (Heb 10,5.7)*

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía



ORACIÓN CON EL EVANGELIO

*Rezamos así, con la Palabra del Evangelio,
de cada día,
en este modo interiorizaremos Su Palabra
y haremos morada en Él, para actuar el
Reino de Dios
según la voluntad del Padre
que habita en nosotros,
en la humildad de nuestra pequeñez,
en Su Amor,
y en todas sus criaturas
en el deseo del Padre.*

LECTIO DIVINA con el Evangelio según Lc 1, 26-38

Siguiendo el esquema de la Lectio divina: Acogida, Don y Comunión

Acogida: escucha (lectura) y reflexión (meditación)

Don: respuesta (oración).

Comunión: encuentro (contemplación)

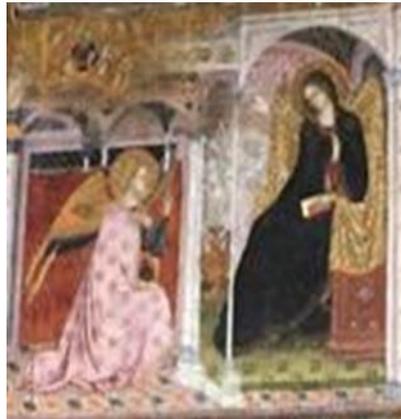
“En el sexto mes, el ángel Gabriel fue enviado por Dios a una ciudad de Galilea, llamada Nazaret, a una virgen que estaba comprometida con un hombre perteneciente a la familia de David, llamado José. El nombre de la virgen era María. El Ángel entró en su casa y la saludó, diciendo: «¡Alégrate!, llena de gracia, el Señor está contigo». Al oír estas palabras, ella quedó desconcertada y se preguntaba qué podía significar ese saludo. Pero el Ángel le dijo: «No temas, María, porque Dios te ha favorecido. Concebirás y darás a luz un hijo, y le pondrás por nombre Jesús; él será grande y será llamado Hijo del Altísimo. El Señor Dios le dará el trono de David, su padre, reinará sobre la casa de Jacob para siempre y su reino no tendrá fin». María dijo al Ángel: «¿Cómo puede ser eso, si yo no tengo relaciones con ningún hombre?». El Ángel le respondió: «El Espíritu Santo descenderá sobre ti y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra. Por eso el niño será Santo y será llamado Hijo de Dios. También tu parienta Isabel concibió un hijo a pesar de su vejez, y la que era considerada estéril, ya se encuentra en su sexto mes, porque no hay nada imposible para Dios». María dijo entonces: «Yo soy la servidora del Señor, que se cumpla en mí lo que has dicho». Y el Ángel se alejó.”

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.

- *La oración de la Lectio divina sería importante hacerla con el Evangelio del día en comunión con la Iglesia que lo reza. Es recomendable escoger un lugar y un tiempo diario dedicado al Señor que nos permite entrar en esa relación estrecha con Dios que nos lleva a ser amados y amarlo, que va mas allá del sentimiento.*

ALIANZA EN MARÍA DE SAN JOSÉ

- *En una Noche de Navidad del corazón, renovamos nuestra alianza bautismal en la Alianza con Dios en Maria de san José.*
- *Redactamos un texto personal.*



DIARIO

Frases significativas, reflexiones que quedaron en el corazón



San Antonio de Padua

Bibliografía citada

- (1) Olivera Bernardo ocso., *Lectio divina - Il bacio di Dio al suo popolo credente*, ed. Lindau, Torino, 2014.
- (2) 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

SEXTO EJERCICIO

LA EUCARISTÍA: YO ESTOY CON USTEDES

" He aquí que yo estoy con vosotros todos los días hasta el fin del mundo" (Mt 28,20)



Plaza S. Pedro el 27.03.2020

"Mientras comían, Jesús tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y lo dio a sus discípulos, diciendo: «Tomen, esto es mi Cuerpo». Después tomó una copa, dio gracias y se la entregó, y todos bebieron de ella. Y les dijo: «Esta es mi Sangre, la Sangre de la Alianza, que se derrama por muchos" (Mc 22-24) "Y estando a la mesa, tomó el pan y pronunció la bendición; luego lo partió y se lo dio" (Lc 24,30)



Cenáculo, Jerusalén

Dios no nos abandona, no nos deja solos. Él nos nutre y nos da vida a nosotros sus hijos, está con nosotros todos los días hasta el final del mundo. Sin este Pan no tendríamos vida. Su Alimento nos sostiene. Jesús se hace continuamente presente en su Iglesia donándose constantemente en el sacramento de la Eucaristía, el Pan de la Vida que está a la mano de todos, es para todos, Dios lo hace todo en todos.

Para recibir el Pan de la Vida basta tener las disposiciones necesarias para poderlo acoger y nutrirse, ya que Dios se hizo nutrición de vida en la vida concreta de sus hijos. Él es Dios vivo que se hace Alimento, y como Persona inhabita y se vuelve todo uno en la vida de cada uno.

Desde la celebración del sacrificio Eucarístico brota la Adoración, que es el rendimiento de gracias y reconocimiento que solo Dios salva, que solo Dios reina en los corazones, que es Sumo Bien, es Amor, es Luz, es Verdad, es Conocimiento total de nuestra persona, es Dios, es Rey que reina en eterno. Desde este amor de Dios y por Dios nace el amor para los hermanos.

Es estar en su Presencia, acompañando, Amando, Adorando...vivir en el Padre en la corriente de Amor en el Hijo, ser abrazados en su Paz y Amor.. en el Espíritu Santo, el Cielo se une a la tierra...en Comunión... Eucaristía... silencio en la escucha de la Palabra del Padre en Jesús....e intercesión por cada uno...

en un abrazo en el Amor Trinitario. Es amar a nuestros hermanos, es construir el Reino de Dios.

Carlo Acutis el joven santo que con una frase simple nos dice el corazón de la Eucaristía: "La Eucaristía es mi autopista para el Cielo".

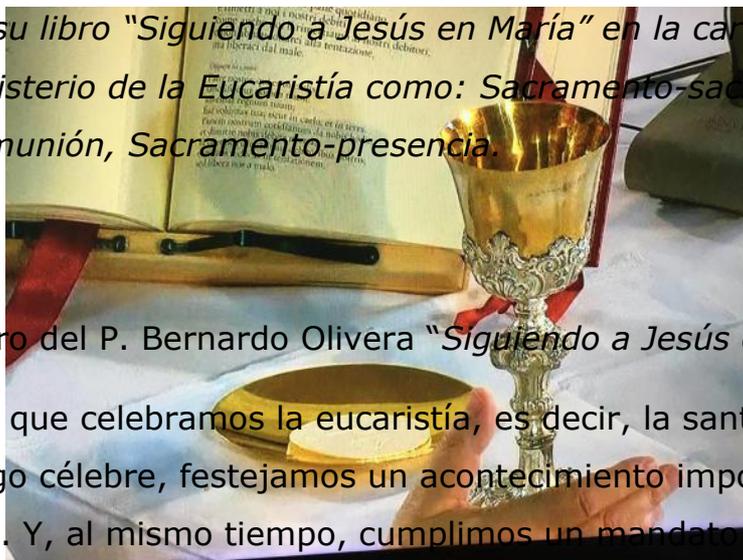
"Mientras comían, Jesús tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y lo dio a sus discípulos, diciendo: «Tomen, esto es mi Cuerpo». Después tomó una copa, dio gracias y se la entregó, y todos bebieron de ella. Y les dijo: «Esta es mi Sangre, la Sangre de la Alianza, que se derrama por muchos.»

(Mc 22-24), Jesús en su presencia Eucarística nos acompaña siempre en nuestro caminar (cf Lc 24,30).

LA EUCARISTÍA: YO ESTOY CON USTEDES

EUCARISTÍA

P. Bernardo en su libro "Siguiendo a Jesús en María" en la carta "Eucaristía" nos habla del misterio de la Eucaristía como: Sacramento-sacrificio, Sacramento-comunión, Sacramento-presencia.



Basado en el libro del P. Bernardo Olivera "Siguiendo a Jesús en María" (1)

"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).

La Iglesia ha sido siempre fiel a esta palabra de su Maestro.

La eucaristía es un memorial de la muerte redentora de Cristo. Quede claro que no se trata simplemente de un recuerdo simbólico para acordarnos de algo importante del pasado. La Eucaristía es actualización (puesta en acto) y representación (puesta en presente) de la muerte salvadora de Jesucristo bajos los signos del pan y del vino consagrados y comidos. En ella se renueva sacramental e incruentamente el mismo sacrificio de la cruz. Y durante ella Jesús desea que tengamos sus mismos sentimientos: ofrezcámonos entonces con él como hostias vivas y completemos así lo que falta a su pasión!.

La Eucaristía no es sólo un sacrificio sacramental. Es también un banquete, una comida y una bebida espiritual: "Tomad y comed...Tomad y bebed" (Mt 26, 26-29). Recordemos, además, aquello otro que dijo Jesús un día en la sinagoga de Cafarnaún: "Yo soy el pan vivo bajado del cielo, Si uno come de

este pan, vivirá para siempre...Porque mi carne es verdadera comida y mi sangre verdadera bebida" (Jn. 6, 51-55).

La eucaristía es, pues, 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.

Lo que antecede no tendría sentido si Cristo no estuviera verdadera, real y sustancialmente presente en el pan y vino consagrados:" Esto es mi cuerpo...Esta es mi sangre" (Mt 26, 26.28), lo cual en arameo, lengua que habla 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 por 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 lo veo,
aunque de noche"

(*"Cántico del alma que se alegra de conocer Dios por la fe"*, estrofas 9 y 11).

Y Teresa de Jesús, la Grande, basándose en su propia experiencia, aconseja:
"Acabando de recibir al Señor, teniendo la misma persona delante, procurad cerrar los ojos del cuerpo y abrir los del alma, y miraos al corazón. Que yo os digo que si tomáis esta costumbre de estar con él y procurar tener tal conciencia, que sea lícito que gocéis a menudo de este bien, que no viene tan

disfrazado que de muchas maneras no se da a conocer conforme al deseo que vos tenéis de verle; y tanto lo podeis desear que os descubra del todo" ("Camino de perfección", XXXIV, 12).

Juan, el evangelista santo, hijo de Maria en el Calvario nos dice:

"El que no ama no ha conocido a Dios, pues Dios es amor. Si nos amamos unos a otros, Dios está entre nosotros y su amor da todos sus frutos entre nosotros. Quien no ama al hermano que ve, no puede amar a Dios que no ve. Este es el mandamiento que recibimos de él: el que ama a Dios, ame también a su hermano" (1 Jn 4, 8-12; 20-21).

Intercedamos unos por otros. Los encuentros en la fiesta diaria de la misa, ella es fuerza en el peregrinar y en el obrar para que venga el reino" (op. cit., pp. 16-20).

LA MISERICORDIA DE DIOS EN EL SACRAMENTO DE LA RECONCILIACIÓN

Para prepararnos a recibir la santa Eucaristía el P. Bernardo nos habla del sacramento de la Reconciliación en su libro "Siguiendo a Jesús en María". La oración del Padrenuestro que nos enseñó Jesús de cómo orar al Padre nos invita a perdonar ya que Dios nos perdona siempre. Jesús en la cruz perdonó a toda la humanidad "Jesús decía: «Padre, perdónales, porque no saben lo que hacen.» " y nos dice del Padre "que hace salir su sol sobre malos y buenos, y llover sobre justos e injustos" (Mt 5,43) porque su Amor es total para todos. El sacramento de la Reconciliación nos libera de permanecer en la rabia o más aún en el rencor y nos invita siempre a Bendecir, igualmente en su infinita Misericordia nos perdona y nos quita de todo sentimiento de culpa que tortura para dejarnos libres para iniciar una nueva vida en el amor de Dios.

Luz en las tinieblas: La oración del Padre nuestro concluye con "libéranos del mal". El corazón del Padre late en el Amor, las tinieblas esconden Su Luz, pero Su trono que resplandece está. Sólo el Amor puede quitar estas tinieblas, sólo el Amor que perdona puede restituir la Luz del Padre, en el Cordero Inmolado en el Banquete Eucarístico Él se Dona.

Podemos recibir la Luz de Su Amor sólo viviendo en su Amor, humildemente, y la vida cotidiana se vuelve Luz que quita la noche de las tinieblas. En el querer del Padre, en el Amor que perdona del Hijo, en el mismo Amor del Espíritu, el Padre construye su historia en la nuestra, cuando dejamos que su Corazón nos guíe en el camino de la Misericordia y de la Paz profunda.

Basado en el libro del P. Bernardo "Siguiendo a Jesús en María" en la carta "Reconciliación sacramental"

"La reconciliación, es dicha también confesión o penitencia, en el contexto del aspecto penitencial de la ascesis cristiana.

He aquí algunas palabras sobre este sacramento:

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

. La penitencia es el arrepentimiento, contrición, dolor por el pecado u ofensa a Dios. El que se arrepiente, se convierte, vuelve al Padre riquísimo en Misericordia.

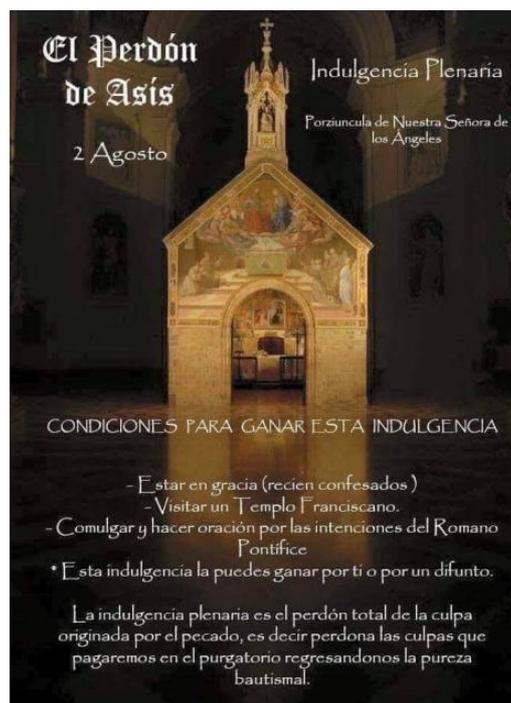
. En este sacramento, Cristo y su Iglesia asumen con un beso divino nuestra vida de conversión y penitencia.

Una confesión comprende los siguientes elementos: contrición, confesión, satisfacción de las culpas cometidas, propósito de enmienda o corrección, reparación de las consecuencias, absolución del sacerdote. La absolución es la manifestación del perdón del Padre.

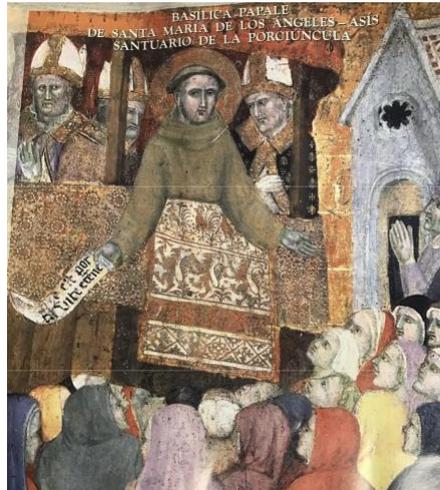
Mediante este signo sensible tenemos plena seguridad de la reconciliación con Dios.

La alianza rota por nuestra infidelidad queda así renovada: volvemos a ser hijos y hermanos (op. cit., pp. 49-50.52).

Poner todo lo que este 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. ¡Su perdón solo podemos recibirlo a condición de darlo! (ibid., p 52).



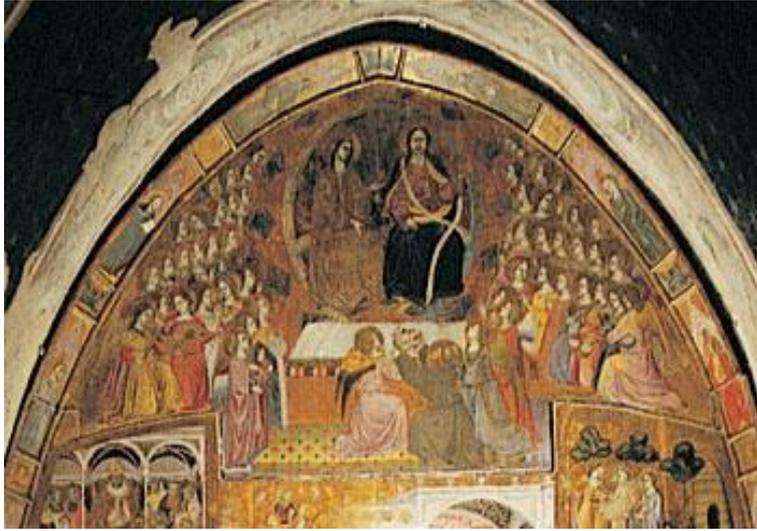
LA GRACIA DEL PERDÓN CONCEDIDA A SAN FRANCISCO EN LA PORCIÚNCULA



No podemos terminar este ejercicio sin la belleza del amor que nos regala San Francisco con la indulgencia del Perdón en la Porciúncula, cumpliendo los pasos de la indulgencia plenaria para sí mismo o para un difunto: la confesión en los ocho días precedentes o siguientes, la participación a la Misa y Comunión Eucarística, 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. "Portiunculæ sacra aedes", Penitenciaria, Roma, 1988).

La indulgencia plenaria de la Gracia del Perdón en la Porciúncula nos lleva a una purificación, reparación de los residuos de los pecados gracias al misterio de la solidaridad por la Santidad de Cristo y concedida a san Francisco que nos quiso llevar a todos al Paraíso.

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 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.

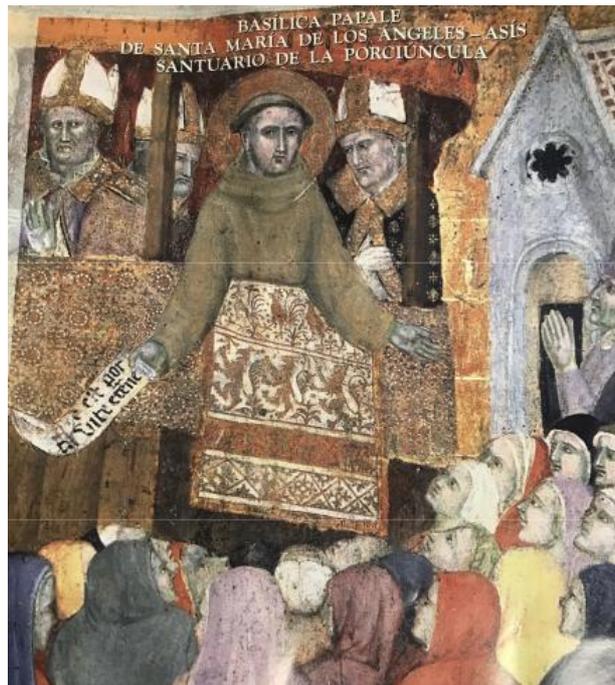
Ellos le preguntaron entonces qué deseaba para la salvación de las almas. La respuesta de Francisco fue inmediata: “Santísimo Padre, aunque yo soy un pobre pecador, te ruego que a todos los que, arrepentidos de sus pecados y confesados, vengan a visitar esta iglesia, les concedas amplio y generoso perdón,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



DIALOGO DE COMPRENSIÓN

Preguntas, reflexiones, explicaciones...

ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA

PÁLABRA

LA PASCUA DEL CORDERO DE DIOS

"Mientras estaban comiendo, tomó Jesús pan y lo bendijo, lo partió y, dándoselo a sus discípulos, dijo: «Tomad, comed, éste es mi cuerpo.» Tomó luego una copa y, dadas las gracias, se la dio diciendo: «Bebed de ella todos, porque ésta es mi sangre de la Alianza, que es derramada por muchos para perdón de los pecados" (Mt. 26, 26-29)

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.



«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.»

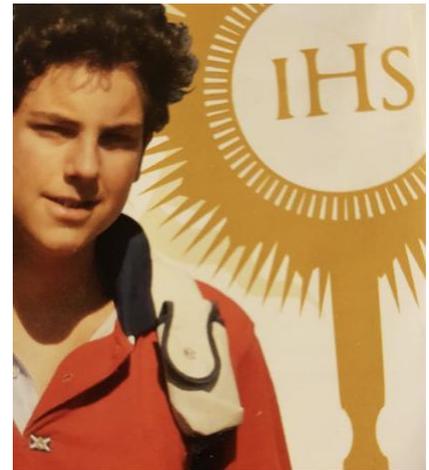
(Mt 11, 28-30)

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.

Se recomienda:

-La Comunión cotidiana o frecuente: dedicando un poco de tiempo para consumarnos en acción de gracias delante el Padre, por Cristo, en el Espíritu y en Maria.

- El Sacramento de la Reconciliación: se aconseja una vez al mes.



Beato Carlo Acutis

DIARIO

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

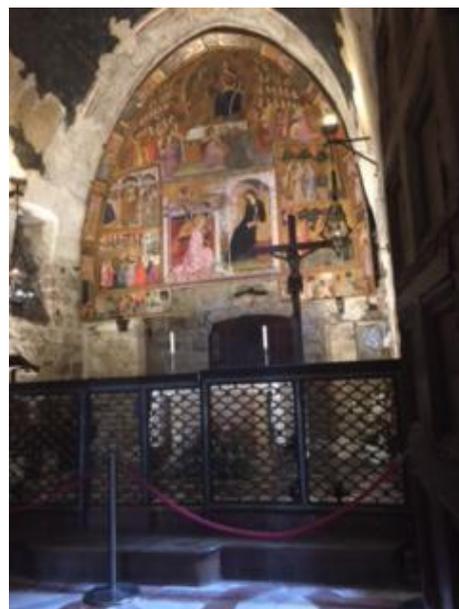
Bibliografía citada

(1) 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

SÉPTIMO EJERCICIO

SER PEQUEÑOS EN LA ALIANZA CON DIOS TRINIDAD Y EN MARIA DE SAN JOSÉ

"En aquel tiempo, tomando Jesús la palabra, dijo: «Yo te bendigo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has ocultado estas cosas a sabios e inteligentes, y se las has revelado a pequeños. Sí, Padre, pues tal ha sido tu beneplácito. Todo me ha sido entregado por mi Padre, y nadie conoce bien al Hijo sino el Padre, ni al Padre le conoce bien nadie sino el Hijo, y aquel a quien el Hijo se lo quiera revelar" (Mt 11, 25-27)



La Porciúncula

Anticipamos en la pequeñez de la vida, la experiencia de Vida en Cristo Resucitado. Todos somos llamados por el Cordero Inmolado Jesús el Cristo a Vivir en el Amor de Dios Trino y Uno. Todos somos llamados a vivir en el Amor que es Dios. Así nace y se desarrolla la fraternidad universal. Esta es la riqueza de la espiritualidad cristiana: vivir en el Padre, en el Amor del Espíritu Santo, en el Hijo Jesús.

Por eso desde nuestra pequeñez en María de san José podemos vivir en la Alianza con Dios Trinidad, podemos vivir en el Padre nuestro en su Misterio de Amor Trinitario. "En aquel tiempo, tomando Jesús la palabra, dijo: «Yo te bendigo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has ocultado estas cosas a sabios e inteligentes, y se las has revelado a pequeños. Sí, Padre, pues tal ha sido tu beneplácito. Todo me ha sido entregado por mi Padre, y nadie

conoce bien al Hijo sino el Padre, ni al Padre le conoce bien nadie sino el Hijo, y aquel a quien el Hijo se lo quiera revelar" (Mt 11, 25-27).

Presencia que nos acompaña y nos alimenta para vivir la consagración del bautismo en la Alianza con Dios Trinidad en María de San José, Custodios y Protectores de la Iglesia, que nos introducen a vivir en el Amor Trinitario, humildemente, a vivir como hijos y hermanos en el Amor que es Dios: Amor del Padre, Amor del Hijo y Amor del Espíritu Santo.

SER PEQUEÑOS EN LA ALIANZA CON DIOS TRINIDAD EN MARIA DE SAN JOSÉ

EN EL MISTERIO TRINITARIO

Con Jesús, en la humildad de ser pequeños cumpliendo su voluntad, nos introducimos en el Misterio Trinitario, en el seno del Padre. Y el Padre nos lleva poco a poco hacia Él, amando y respetando nuestra identidad personal, nuestra historia de vida, curándola con el bálsamo del Amor de su Espíritu, cicatrizando nuestros estigmas del alma por la gracia del perdón. Nos une a su Hijo Jesús, para ser instrumentos de Su Amor Misericordioso con todos sus hijos. Nos hace participar y vivir en Su Amor Trinitario desde la pequeñez en María de San José.

El P. Bernardo en el libro "Siguiendo a Jesús en María" en las cartas "Oración abreviada" nos habla sobre la inhabitación de Cristo en los corazones para luego tratar en el libro "Conócete a ti mismo" la mística cristiana.

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

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

En mi corazón me integro y trasciendo, pues en el fundamento de mi ser cruza la frontera entre lo creado e increado (cf. Pablo VI, *Evangelica testificatio*, 34).

En el corazón, además, es "sembrada la palabra" y derramado el amor del Espíritu que nos inhabita (Mt 13,19; cf. Rm 5,5; 2Co 1,22; Ga 4,6). Pero lo más importante es esto: los puros de corazón verán a Dios (Mt 5,8).

Retornar al corazón es reencontrarse con uno mismo, reencuentro no carente de fatiga y, en definitiva de paz. Paz, por la vivencia de identidad; fatiga, por la experiencia de maldades por elaborar. Pero, sobre todo, experiencia de maravilla y sorpresa, pues en el corazón cruzamos el umbral que nos lleva a lo desconocido y presente: Dios.

"San Gregorio del Sinaí decía: "La oración es manifestación del bautismo" (Capítulo 113).

En fin, la verdad es ésta: cuando he desandado el camino de mis facultades hasta alcanzar su fuente, el corazón, y, por gracia divina, cruzo el umbral hasta alcanzar su centro, podré exclamar: vivo, pero no yo, sino que es Cristo quien vive en mí, pues él, por la fe, inhabita en mi corazón" (cf. Ga 2,20; Ef 3,17) (op. cit., pp.112-114).

A continuación ponemos las palabras escritas por el P. Bernardo, quien concluye su libro "Conócete a ti mismo" con el capítulo "Trascendentes y Místicos" que nos habla de la mística cristiana y de Maria contemplativa en la vida cotidiana desde el libro "Siguiendo a Jesús en María".

Basado en el libro "Conócete a ti mismo" (2)

"La mística es una experiencia del Misterio de Dios, revelado en el Cristo pascual, actuada en nosotros por una peculiar moción del Espíritu Santo.

En términos amplios, dicha experiencia es una toma de consciencia de la unión con Dios, Uno y Trino, unión realizada por un don sobrenatural del Espíritu Santo, en Jesucristo.

La mística cristiana se refiere siempre a la fe y a la libre comunicación personal de Dios en Cristo por don de su Espíritu; es esencialmente cristológica, pneumatológica, trinitaria y, en consecuencia, eclesial y servicial.

El origen de la mística cristiana reside en Jesucristo mismo: el primer místico "cristiano". Su experiencia en el Tabor, en Getsemaní, en el Calvario y, sobre todo, en su propia resurrección tendría mucho por enseñarnos sobre el sentido de la experiencia mística.

En efecto, la experiencia de los testigos del Resucitado es una experiencia místico-profética.

La experiencia de nuestros místicos y místicas consiste en una penetración y apropiación del Misterio cristiano que encuentra su plenitud en Cristo muerto y resucitado.

Los místicos y místicas relativizan su experiencia por un triple motivo: la fe les dice que lo importante es la caridad, aun no han llegado a la plenitud del más allá y experimentan lo inefable que no es comunicable.

A continuación ponemos las palabras escritas por el P. Bernardo, quien concluye su libro "Conócete a ti mismo" con el capítulo "Trascendentes y Místicos" que nos habla de la mística cristiana y de María contemplativa en la vida cotidiana desde el libro "Siguiendo a Jesús en María".

Basado en el libro "Conócete a ti mismo" (2)

"La mística es una experiencia del Misterio de Dios, revelado en el Cristo pascual, actuada en nosotros por una peculiar moción del Espíritu Santo.

En términos amplios, dicha experiencia es una toma de consciencia de la unión con Dios, Uno y Trino, unión realizada por un don sobrenatural del Espíritu Santo, en Jesucristo.

La mística cristiana se refiere siempre a la fe y a la libre comunicación personal de Dios en Cristo por don de su Espíritu; es esencialmente cristológica, pneumatológica, trinitaria y, en consecuencia, eclesial y servicial.

El origen de la mística cristiana reside en Jesucristo mismo: el primer místico "cristiano". Su experiencia en el Tabor, en Getsemaní, en el Calvario y, sobre todo, en su propia resurrección tendría mucho por enseñarnos sobre el sentido de la experiencia mística.

En efecto, la experiencia de los testigos del Resucitado es una experiencia místico-profética.

La experiencia de nuestros místicos y místicas consiste en una penetración y apropiación del Misterio cristiano que encuentra su plenitud en Cristo muerto y resucitado.

Los místicos y místicas relativizan su experiencia por un triple motivo: la fe les dice que lo importante es la caridad, aun no han llegado a la plenitud del más allá y experimentan lo inefable que no es comunicable.

Como todo creyente viven insertos en la historia salvífica que alcanza su cumbre en Jesucristo, se alimentan de la Palabra revelada y de los sacramentos en el seno de la comunidad creyente o Iglesia. Los místicos se viven como interlocutores de Dios en el contexto de la Alianza.

Las experiencias místicas se ubican en el desarrollo posible de la vida de gracia y de las virtudes teologales. En este sentido, todo bautizado es, al menos, un místico en potencia.

Por eso, el místico y la mística no son personas especiales, experimentan las mismas realidades que cualquier otro cristiano, aunque la experimentan de un modo distinto.

La gracia de Dios actúa en el místico, al igual que en cualquier otro, pero el místico sabe que la gracia obra" (op. cit., pp 271-273).

"Una mirada atenta a la historia nos permite detectar tres tipos característicos de experiencia mística cristiana. En forma sintética pueden presentarse así:

La Mística esponsal:

Representada por la corriente monástica medieval (a partir del siglo XII). Se funda en el misterio de la Alianza y la simbología esponsal que la expresa. Se trata de una donación y comunión plenas como respuesta a un Amor precedente y gratuito. Más que "ser uno", "se está unido" en un mismo querer y no querer, la comunión con el Amor transforma y posibilita amar (via afirmativa o kataphática).

La Mística de la esencia:

Representada por la corriente renana-flamenca (a partir del siglo XIII). La unión se concibe como unidad por participación del ser creado en el Ser Creador. La unidad se da entre el hondón del espíritu humano y la naturaleza divina más allá de todo modo personal (vía negativa o apophática).

Tanto la mística de la esencia-unidad (unión con Dios en la integración profunda de la propia alma), cuanto la mística de la comunión-relación (unión con el Tú divino en términos de amor esponsal y de alianza), encuentran su fuerza en el deseo y amor.

La Mística apostólica:

Representada por la corriente mística ignaciana y de los clérigos regulares (a partir del siglo XVI). Se funda en el envío por parte del Señor a anunciar el evangelio y al hecho de evangelizar en comunión experiencial con ese mismo Señor. Se puede así hablar de contemplativos en la acción y por la acción.

Las tres corrientes típicas de la mística cristiana no se excluyen mutuamente. Por el contrario, se alimentan, equilibran y reenvían entre sí.

La distinción corresponde a la realidad y a la preferencia y gracia subjetiva de numerosos místicos y místicas" (ibid, pp. 273-274).

"La experiencia mística cristiana se caracteriza:

es un aspecto concreto y particular de la religión cristiana; es como un proceso y camino de vida, mas que una experiencia aislada de Dios; es un proceso experiencial de comunión con Dios es transformativo y divinizante.

Sería mejor que hablar de experiencia mística hablar de experiencia del Misterio. Por último, mejor aún sería hablar de experiencia de Cristo Resucitado, vivo y operante" (ibid, p. 286).

EN EL MISTERIO TRINITARIO EN MARÍA DE SAN JOSÉ

Pero el camino de la contemplación cristiana se hace pequeño y fácil de recorrer gracias a la vida contemplativa en María. Por la gracia que hemos recibido en el bautismo: la fe, la esperanza y la caridad (las virtudes teologales) con las cuales podemos conocer y amar a Dios, y la presencia del Espíritu Santo en nuestra alma espiritual. Podemos vivir una vida contemplativa en María, en el Misterio Trinitario que la habita, en esa síntesis toda suya que es la contemplación cristiana en la cotidianidad de su vida: sola en Dios y solidaria con todos, María de san José que el P. Bernardo la expresa de este modo:

*"En Dios para los hombres
y con los hombres para Dios.
Cara a cara con El,
hasta en el codo a codo con ellos.
Virgen madre de la Anunciación
Madre Virgen de la Visitación "*

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

"Nuestra concepción de la *espiritualidad cristiana* es bien sencilla:

*Vida filial y fraterna en el Espíritu, por Cristo, hacia el Padre;
vida acogida con fe, obrada en el amor y anticipada por la esperanza.*

La espiritualidad cristiana es de por sí *mariana*:

- porque María es Madre de Cristo y Madre de su Cuerpo que somos nosotros, la Iglesia,
- de lo cual se desprende que la vida divina, la gracia, nos llega por intermedio de María,
- y también que ella es modelo perfecto de la vida cristiana.

Ser contemplativos en María significa tener parte en su fe, esperanza y caridad; contemplando la vida y el obrar de Dios con los ojos de María;

contemplando el misterio de Cristo con su fe enamorada, con su fe iluminada por el fuego del amor, en su luz caliente que ilumina y enamora. Esto nos lo mostró y comenzó a enseñar la Guadalupana: contemplar con la luz de los ojos fieles de María, amando en el fuego de su corazón en llamas.

Nos lo enseñó y enseña María y nos lo confirman los obispos reunidos en Puebla: "Toda de Cristo y, con Él, toda servidora de los hombres..., contemplación y adoración, que originan la más generosa respuesta al envío, la más fecunda evangelización de los pueblos" (294; cf. 251)" (op cit., pp. 13-15).

"María, llena del Espíritu Santo, es presencia sacramental de los rasgos maternales de Dios.

Nuestras vidas están como extrañadas en María. El niño cobijado en el seno de su madre vive por ella y de su misma vida. De igual modo, nosotros vivimos en María.

Nuestra vida sobrenatural es participación de la vida de Dios en María; no en vano es ella la Plena de gracia.

Y como la gracia está ordenada a la actividad por medio de las virtudes teologales, se sigue que nuestra vida teologal implica una participación en la fe, esperanza y caridad de María.

Ahora bien, dado que la contemplación es fe enamorada, se comprende por qué deseamos ser contemplativos en María y, en definitiva, por qué la invocamos y experimentamos como Madre.

Les aseguro que, si algo he aprendido en veinte años de búsqueda y encuentro con Dios en la fidelidad del amor, es esto: La vida contemplativa es un vivir en la Inmaculada Madre de Cristo Dios.

Todo y siempre en ella, la de san José" (ibid, p.63).

VIVIR EN MARIA DE SAN JOSÉ

“Es vivir la unidad de su Misterio:

En Dios para los hombres y con los hombres para Dios”. (P.Bernardo)

VIVIR EL TIEMPO DE LA ORACIÓN EN EL TIEMPO DE LA VIDA COTIDIANA

María es quien nos lleva por este caminito cada vez más simple y hermoso porque Dios es Suma Bondad, Paz, y nos da la fuerza para seguir amando en nuestro diario andar con Jesús Resucitado, contemplando las cruces de nuestros hermanos y sus alegrías en el Padre nuestro quien conoce todas nuestras necesidades.

En María exclamamos: ¡somos todos tuyos Padre nuestro!

Vivir en la Trinidad es ser pequeños en este Misterio de Amor desde el seno Trinitario en María de san José.

¡Es el deseo de San Francisco el de querer “llevar a todos al Paraíso!” y con santa Clara nos enseñan este pequeño cántico contemplativo de adoración y evangelización en la simplicidad de la vida en el Padre nuestro.

La Porciúncula, Casa del Padre, es como una ermita en el corazón, como un lugar de encuentro con la Santísima Trinidad, en María de San José. Es el lugar de nuestra vida contemplativa. Y que nos lleva a vivir como en un monasterio invisible, un Pater noster, como lugar de encuentro y comunión con la comunidad formada por eslabones de amistad para amar a todos.

A continuación transcribimos algunos pensamientos del P. Bernardo sobre la soledad y el silencio.

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

"Sólo el hombre es capaz de soledad y de silencio, dado que sólo el hombre puede decir "yo"; sólo el hombre es consciente, libre y capaz de hablar.

El hombre es persona: uno en relación. Nuestra soledad tiene que ser comunión y nuestro silencio comunicación. Cuando no son solidales, sea el uno que el otro, no son humanos.

Dios es soledad por el hecho de ser Uno, es comunión por el hecho de ser Trino, es silencio que genera la palabra, es comunicación plena de todo su amor. Creados a imagen de Dios, tenemos que ser símiles a él.

José y Jesús me dejan solo con Maria: hemos nacido en la soledad de su sí, el sí de Nazaret y el sí del Calvario. De este silencio suyo han nacido el Verbo y la Iglesia que lo proclama.

Es Maria de san José: virgen y esposa, sola y solidal.

Madre de Dios: enteramente en relación con Él y proyectada hacia nosotros.

La siento mujer: Maria no vive para sí, comunica aquello que es, crea comunión.

Es la Madre de la reconciliación!" (op. cit., pp.147 162).



Gruta en el monasterio Pater Noster, Jerusalén

Ser pequeños en la Trinidad es vivir en el HOY DE DIOS, es vivir la "eternidad del presente" en la casa del Padre nuestro en nuestro corazón. Es vivir la novedad de Dios en cada momento del diario vivir. Es dejar hacer a Dios permanentemente, "dejarnos hacer" por Dios. Nuestro tiempo se vuelve su tiempo desde nuestra soledad y solidaridad en María, la llena de gracia que vive siempre en la voluntad del Padre: "hágase en mi según tu voluntad" (Lc 1,38), el Magnificat del corazón.

El P. Bernardo, nos presenta la oración de la Iglesia: la Liturgia de las Horas, desde la pequeñez de lo que podamos en nuestro diario vivir.

Basado en el libro "Siguiendo a Jesús en María" en la carta "Oración de las Horas" (1)

"Cristo, Sumo Pontífice de la Nueva Alianza, tendido como un puente entre Dios y nosotros, tributa gloria al Padre y efectúa nuestra salvación (cf. Hb 5). Nuestra Liturgia terrena es prego y participación en la liturgia celestial; allí, Cristo, sentado a la derecha del Padre, intercede por nosotros, y canta con María y todos los ángeles y santos el himno de gloria y alabanza sin fin (cf. OGLH, 15-17).

La Iglesia es comunidad orante por su misma naturaleza. Y la unidad de la Iglesia orante la realiza el Espíritu Santo, que es el mismo en Cristo, en toda la Iglesia y en cada uno de los bautizados.

El mismo Espíritu ayuda nuestra debilidad y ruega por nosotros con gemidos inefables. Como Espíritu del Hijo nos infunde el espíritu de adopción filial por el que clamamos: ¡Abba, Padre!

Por eso no puede darse ninguna oración cristiana sin la acción del Espíritu Santo que uniendo a toda la Iglesia nos dirige al Padre por el Hijo" (cf. OGLH, 8) (op cit., pp. 336.339).

"María está presente como aquella en quien el misterio pascual, celebrado en el Oficio Divino, ha logrado su mas pleno cumplimiento; ella es la

Inmaculadamente redimida que respondió con todo su ser a la obra de la gracia divina.

La Liturgia de las Horas es la extensión, a lo largo del día, de la Eucaristía cotidiana.

Dos cosas para concluir: concordar con la Voz del único Orante para que haya en verdad un solo Orante. ¿Y la segunda? ¡Dios lo sabe!" (ibid, pp. 341.345).

VIVIR AMANDO PARA QUE SE HAGA LA VOLUNTAD DEL PADRE

Es así que se abre una vida nueva, donde el Padre nos hace ser plenamente nosotros mismos: nuestra identidad no se pierde, sino se plenifica en Él, porque en Él descubrimos quiénes somos, sus hijos amados. Dios es Padre que provee, Él en su Amor nos conoce mejor de cuanto nosotros mismos podamos conocernos y en el encuentro con su Amor descubrimos nosotros mismos, que somos plenamente amados, Él ordena todo para el Bien aunque no lo sepamos y en esa confianza vivimos las dificultades de la vida, porque Dios es Amor.

Todo lo vivimos en el Hijo Amado, Cristo Jesús Resucitado, en nosotros cada día y velado en la Eucaristía, en Él vivimos, amamos en el Espíritu Santo de Amor que nos vivifica y nos hace ser Iglesia.

En María de san José vivimos en el Misterio del Amor Trinitario.

Francisco experimentó con sus amigos de los inicios la alegría de la amistad en Dios, igualmente con Santa Clara, en la llama del Amor de Dios, cerca de la Porciúncula narrado en las Florecillas de San Francisco. La amistad en Dios Trino es bálsamo de vida, eslabones de amistad, para amar a todos en Dios. Se componen también en la gracia del Perdón, en toda relación interpersonal. El Señor nos bendiga para bendecir siempre. "¡El Señor nos de la Paz!"

“El amor humano es relativo, por eso conoce diferentes configuraciones: amor esponsal, materno, paterno, fraterno, amor de amistad... El Amor divino es absoluto, por eso encierra en sí todas las configuraciones posibles del amor y las supera. Este amor es el único que satisface por completo, el único que es pleno y nos lleva a la plenitud. Quienes devuelven amor por amor, aman divinamente” (*Conócete a ti mismo*, p. 208).

Basado en el libro del P. Bernardo “*Conócete a ti mismo*” (2)

“La amistad es un tipo de comunión interpersonal que, muchas veces, prolonga y ahonda otras relaciones ya existentes. En este sentido, agrega estabilidad y creatividad, familiar, laboral, vecinal, etc, etc. La amistad teje una red de contactos entre las personas en el seno de los grupos y sociedades. El fundamento de esta red es el encuentro y reconocimiento recíproco entre dos personas. La semilla de la amistad es un encuentro o una sucesión de encuentros. La amistad es algo que se cultiva.

La amistad “cristiana” y espiritual es una forma de amor ordenado, que une afecto y razón, se funda sobre el amor de Dios a nosotros y de nosotros a Él, y que comienza, progresa y se perfecciona en Jesucristo, a quien reconocemos agradecidos sabiéndonos reconocidos por Él.

La amistad, como toda realidad humana, implica un camino o proceso: los amigos se van haciendo amigos. Y este quehacer no está exento de crisis. Todo proceso implica progreso y no hay progreso sin superación de dificultades.

Las siete notas que permiten delinear más acabadamente la fisonomía de la amistad auténtica y cabal son las siguientes: convergencia; coincidencias: igualdad, valores compartidos, proyectos comunes y creativos, circunstancias o situaciones de vida semejantes o parecidas; inmanencia; confianza; clarividencia; gaudencia; paciencia” (op. cit., pp. 204.206).

SER PEQUEÑOS EN LA ALIANZA CON DIOS TRINIDAD EN MARÍA DE SAN JOSÉ

Ser pequeños en la Trinidad es vivir la vida contemplativa en el Misterio Trinitario de Amor en María de san José.

Ser pequeños es vivir en el seno del Padre, en el Hijo y en el Espíritu Santo, para Amar con el Corazón de Dios desde la soledad solidaria de la vida cotidiana en María de san José.

Basado en el libro "Conócete a ti mismo" (2)

"Dios es Amor pues es:

Donación (Padre), Acogida (Hijo) y Encuentro (Espíritu) totales y eternos.

Sabemos que Dios es Amor porque Jesucristo nos lo ha revelado en su propia persona, palabra y hechos y, además, nos lo enseña la experiencia del Espíritu Santo y el amor de unos con otros verificado en el amor de Cristo.

Así como Dios es Amor-Relación, de forma semejante, nosotros, creados a imagen de Dios, somos alteridad de amor. Somos y existimos como relación de amor" (ibid, p. 187).

El P. Bernardo finaliza la presentación de la carta "María" con una hermosa expresión sobre María de san José:

" Y soy Esposa de José

Mujer, Madre, Virgen y Esposa.

Dios se me dio y me dio,

pues confió en el joven José.

Nuestra comunidad de vida y amor,

estable y definitiva,

aún dura hoy,

Por eso él es padre de la Iglesia

y yo soy María de san José”

(Siguiendo a Jesús en María, p. 68)

Es vivir en María de San José, siendo humildemente pequeños en el Misterio del Amor Trinitario. Es vivir siendo hijos y hermanos en el Padre nuestro, es vivir en su santa voluntad.

El Reino de Dios empieza a crecer cuando nos hacemos pequeños, es Dios quien guía en este caminito ahondando en la fe, en la esperanza y en la caridad, que nos hace conocer y amar a Dios como se conoce y como quiere manifestarse a cada uno de nosotros con una historia personal toda suya.

Dios en nosotros.

El caminito de los pequeños en la Trinidad es posible vivirlo por la gracia que Dios derrama en nuestra Madre María de san José, la santidad es hacer la voluntad del Padre y María y san José la vivieron. Se compone así este pequeño caminito en el Padre nuestro.

La Alianza en María de San José hecha en una "Noche de Navidad", se renueva en la gracia bautismal, con la Alianza con Dios Trinidad en María de San José, para ser pequeños en Él. María de San José nos acompañan, nos enseñan, nos guían a vivir en el Padre nuestro para hacer su voluntad.

"En aquel tiempo, tomando Jesús la palabra, dijo: «Yo te bendigo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has ocultado estas cosas a sabios e inteligentes, y se las has revelado a pequeños. Sí, Padre, pues tal ha sido tu beneplácito. Todo me ha sido entregado por mi Padre, y nadie conoce bien al Hijo sino el Padre, ni al Padre le conoce bien nadie sino el Hijo, y aquél a quien el Hijo se lo quiera revelar" (Mt 11, 25-27).



DIALOGO DE COMPRENSIÓN

Preguntas, reflexiones, explicaciones.

ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA PALABRA



"En aquel tiempo, tomando Jesús la palabra, dijo: «Yo te bendigo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has ocultado estas cosas a sabios e inteligentes, y se las has revelado a pequeños. Sí, Padre, pues tal ha sido tu beneplácito. Todo me ha sido entregado por mi Padre, y nadie conoce bien al Hijo sino el Padre, ni al Padre le conoce bien nadie sino el Hijo, y aquel a quien el Hijo se lo quiera revelar" (Mt 11, 25-27).

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.

"No ruego sólo por éstos, sino también por aquellos que, por medio de su palabra, creerán en mí, para que todos sean uno. Como tú, Padre, en mí y yo en ti, que ellos también sean uno en nosotros, para que el mundo crea que tú me has enviado" (Juan, 17, 20-21)

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía.

“Mira que hago un mundo nuevo”

(Ap 21,5)



LA CIUDAD DE DIOS.

"No vi en ella templo alguno, porque su templo es el Señor, el Dios Todopoderoso, y el Cordero.

La ciudad no tiene necesidad de sol ni de luna que la iluminen, porque la gloria de Dios la ilumina, y el Cordero es su lumbrera. Las naciones andarán a su luz y los reyes de la tierra traerán a ella su gloria.

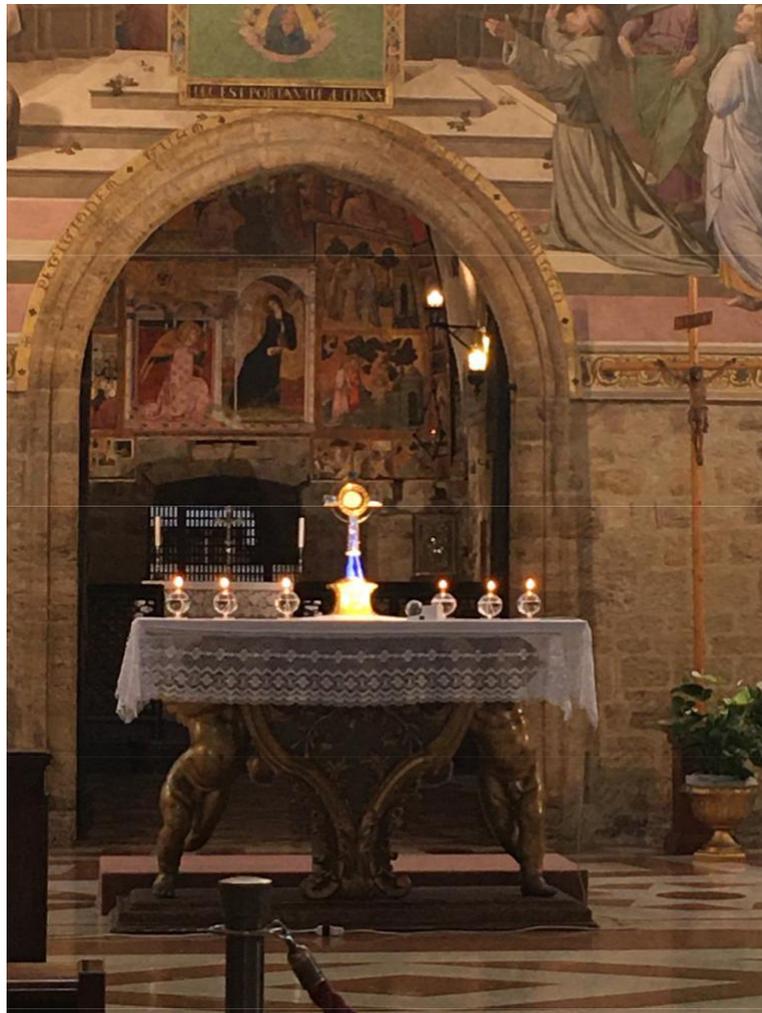
Sus puertas nunca se cerrarán de día (pues allí no habrá noche); y traerán a ella la gloria y el honor de las naciones.

Jamás entrará en ella nada inmundo, ni el que practica abominación y mentira, sino sólo aquéllos cuyos nombres están escritos en el Libro de la Vida del Cordero" (Ap 21, 22-27)

Momentos de silencio delante de Jesús Eucaristía

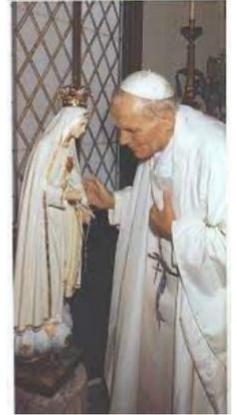
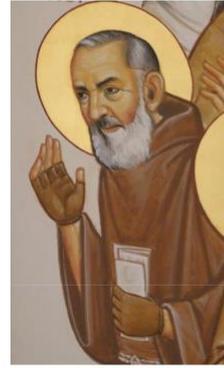


- *ORACIÓN DELANTE DE JESÚS EUCARISTÍA PARA ESCRIBIR LA ALIANZA CON DIOS TRINIDAD EN MARÍA DE SAN JOSÉ.*
- *ESCRIBIR UN SIMPLE ESQUEMA PERSONAL DEL PLAN DE VIDA COTIDIANO PARA SER PEQUEÑOS EN LA ALIANZA CON DIOS TRINIDAD EN MARÍA DE SAN JOSÉ.*



Bibliografía citada

- (1) 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.
- (2) Olivera Bernardo ocso., *Conócete a ti mismo - Speculum Humanitatis Antropología del Amor*, ed. talitakum, Bs. As., 2014.



DIARIO

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

CITACIONES

Los pequeños ejercicios "*Orantes pequeños*" fueron desarrollados con la propuesta de una Programación educativa de la Fe para niños de 3 a 6 años, y luego fue aplicado a un grupo de niños peruanos (cf. Tesis para Bachiller de Educación - Pontificia Universidad Católica del Perú, 1983; cf. Tesina per il Magistero - Istituto Superiore di Scienze Religiose di Assisi, 1992).

Las Pautas de orientación para los padres, como modelos de experiencia religiosa para niños de 0 a 6 años, en los pequeños ejercicios "Orantes bebés y en "Orantes pequeños" fueron desarrollados en la exposición de las Tesis (cf. Tesi di Licenza in Psicologia - Pontificia Università Salesiana di Roma, 1996; Tesis para la Licenciatura de segunda especialidad en Orientación Educativa - Pontificia Universidad Católica del Perú, 2000).

Los pequeños ejercicios fueron elaborados siguiendo las indicaciones del Directorio Catequístico General (1971), en Perú, Educación Religiosa Católica para la Educación Inicial, Currículum (ONDEC, 1982).

Los ejercicios " Orantes bebés" y "Pequeños Orantes" fueron compartidos con el equipo de Catequesis del Arzobispado de Lima y en la cátedra dictada de Educación en la Fe del Nivel Inicial en el Departamento de Educación de la Pontificia Universidad Católica del Perú (1983-84).

Los pequeños ejercicios "*Pequeños y la Trinidad*" tienen como fundamento la espiritualidad mariana y contemplativa del P. Bernardo Olivera OCSO., y se integran con la Gracia del Perdón de la Porciúncula de San Francisco de Asís, y en ser pequeños en el Padre nuestro, en la Alianza con Dios Trinidad en María de San José.

Estos pequeños ejercicios "*Pequeños y la Trinidad*" (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.

FUENTE BIBLIOGRÁFICA

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.

Olivera Bernardo ocso., *Conócete a ti mismo - Speculum Humanitatis Antropología del Amor*, ed. talitakum, Bs. As., 2014.

Olivera Bernardo ocso., *Lectio divina - Il bacio di Dio al suo popolo credente*, ed. Lindau, Torino, 2014.
Conferenza Episcopale Italiana, CEI, *Catechismo degli adulti (1995)*.

Boschieri Silvana M.L., Tesis de Bachiller de Educación "*Iniciación del niño al encuentro con Dios*" - *Intento de una Síntesis Programática que inicie a un grupo de niños de cuatro años al encuentro con Dios*, Pontificia Universidad Católica del Perú (1983). Licenciado en Educación con especialidad en Educación Inicial (1983).

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., 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 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).

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., Diploma di Psicoterapia cognitivo-comportamentale ed Intervento Psicosociale CRP, *Progetto di prevenzione "Vida": la forza d'animo"- La promozione della Resilienza negli studenti adolescenti*, di Roma, 2015.

