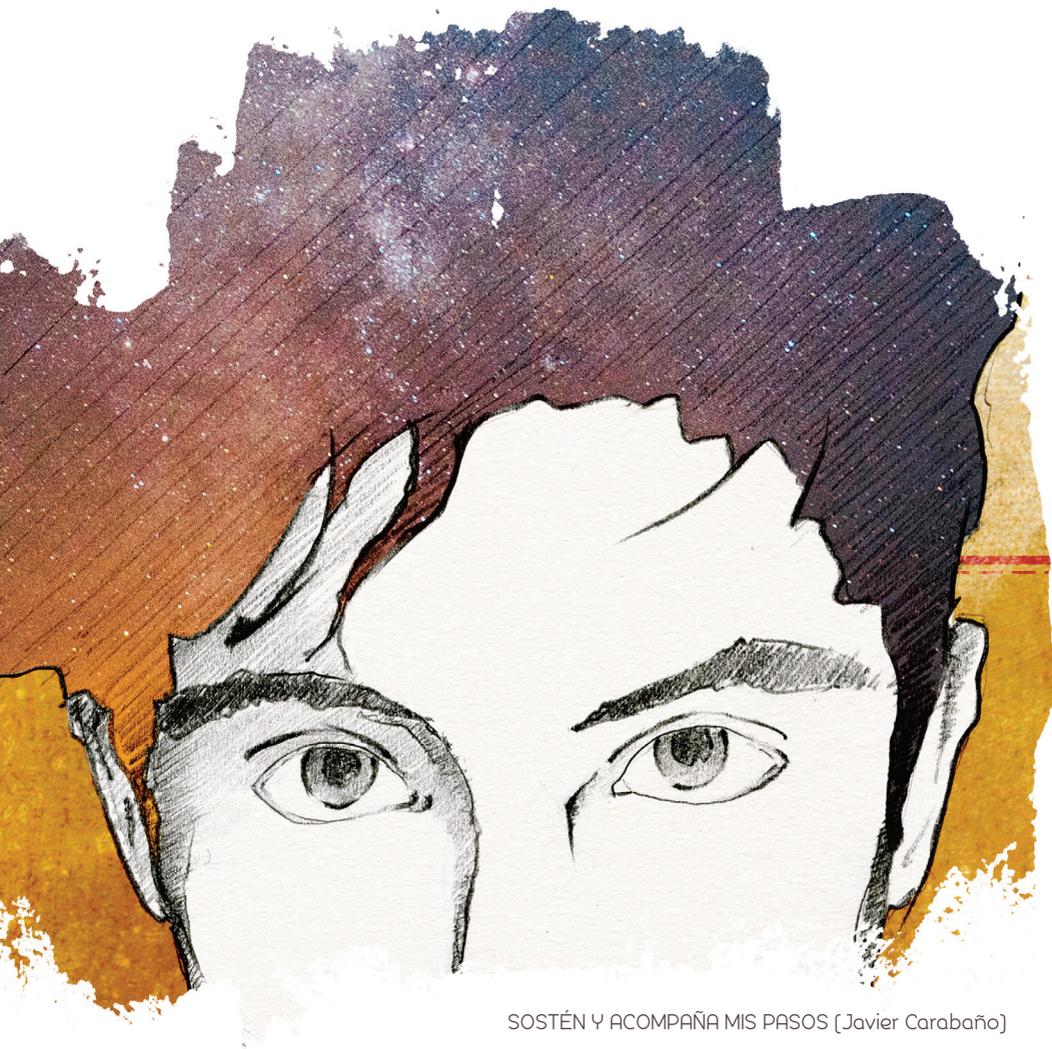
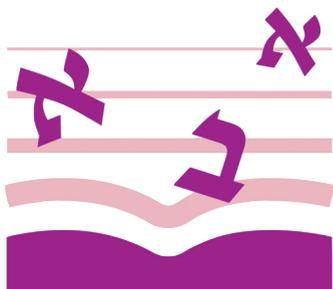


Tú sabes que
TE QUIERO



SOSTÉN Y ACOMPAÑA MIS PASOS [Javier Carabaño]

Maestro, enséñanos



No basta rezar con las palabras. Palabras y palabras que se acumulan y llenan el tiempo pero no dicen mucho porque son superficiales. Es necesario que esas palabras sean sinceras y salgan del corazón. La oración auténtica es un diálogo de tú a tú con el Señor. Es un tiempo de charla que brota del corazón, de lo más íntimo y del afecto que sentimos hacia Jesús.

Por eso necesitamos evaluar diariamente si realmente amamos o no a Jesús. Tratar de descubrir si para mí ser discípulo de Jesús es estar apuntado a un "grupo cristiano", si Jesús es una idea, un personaje histórico o es una presencia viva a la que quiero y con la que me relaciono vitalmente. Si Jesús es ese amigo con el que consulto, río, lloro, escucho y oriento mi vida.

Hoy tomaremos conciencia de ello. Necesitarás un globo y, como siempre, la Biblia.

Cuando vayas a orar...

Nos centramos

Nos ayudará a centrarnos un sencillo ejercicio de respiración consciente.

Respira profundamente, sin hacer ruido. Toma el aire dejando que entre lentamente por la nariz y que llene tus pulmones. Después, lentamente, deja que salga por los labios, también lentamente.

Hazlo varias veces, sin prisa.

Al llenarte de aire, reza mentalmente estas palabras: Ven, Espíritu Santo.

Al expulsar el aire, reza mentalmente: Ven, Espíritu de Amor.

Repítelo varias veces.

Puedes encender una vela. Comenzamos con la señal de la cruz y un canto meditativo que repetimos varias veces: En momentos así levanto mi voz.



Contempla el globo que tienes en tu manos

Un corazón desinflado, deformado, vacío...

¿En qué se parece a tu vida?

Ahora inflalo y haz un nudo.

¿Has podido inflarlo de una sola vez?

¿Cuántas veces has tenido que soplar para inflarlo?

¿Dos, tres, cuatro.... diez?

Recibimos el aire de la atmósfera y con él llenamos este globo con forma de corazón.

Así es nuestro amor por Jesús.

Recibimos el amor de Él y con ese amor llenamos nuestro corazón.

¡Pero no basta una sola vez! ¡Hay que hacer el esfuerzo de hacerlo varias veces!

Podemos dejar nuestros globos alrededor de la Palabra.

Volvemos a serenarnos y leemos atentamente.

Como la lluvia



Después de comer, dice Jesús a Simón Pedro: «Simón, hijo de Juan, ¿me amas más que estos?». Él le contestó: «Sí, Señor, tú sabes que te quiero». Jesús le dice:

«Apacienta mis corderos». Por segunda

vez le pregunta: «Simón, hijo de Juan, ¿me amas?». Él le contesta: «Sí,

Señor, tú sabes que te quiero». Él le dice: «Pastorea mis ovejas». Por

tercera vez le pregunta: «Simón, hijo de Juan, ¿me quieres?». Se

entristeció Pedro de que le preguntara por tercera vez: «¿Me quieres?» y le

contestó: «Señor, tú conoces todo, tú sabes que te quiero». Jesús le dice:

«Apacienta mis ovejas».

[Juan 21, 15-17]



Arde el corazón

Jesús llama a Pedro por su nombre de nacimiento, el de su familia.

A ti también te llama por tu nombre para hacerte esta pregunta: ¿Me amas?

Respóndele con serenidad y sinceridad [breve pausa]

En la sesión anterior reconocíamos nuestro pecado. En este fragmento, posterior a las tres negaciones de Pedro, Jesús Resucitado no acusa a Pedro de nada.

No le echa en cara sus mentiras, su miedo, su traición... ¡nada!

Jesús quiere que Pedro no quede esclavo de la culpa y descubra que en el fondo hay amor.

A ti, ahora, te vuelve a preguntar: ¿Me amas? [breve pausa]

Jesús quiere que la persona que va a guiar la Iglesia, que la va a acompañar, se preocupe de una sola cosa: ¡amarle!

A ti, que vives tu día a día en mil asuntos, Jesús, antes que nada, te pregunta: ¿Me amas? [breve pausa]

Puedes responderle en oración con las mismas palabras de Pedro:

¡Señor, tú lo sabes todo, tú sabes que te quiero!

[Breve silencio]

Padre nuestro, que estás en el cielo...

Sois la luz

Escribe en el globo: Señor, tú lo sabes todo.

Tú sabes que te quiero.

Puedes colgarlo en algún sitio visible de la casa.

Cuando se vaya desinflando, puedes revisar si tu amor también se ha ido desinflando y si quieres volver a llenarlo de aire.



Ora con este salmo

Salmo 23(22)

**El Señor es mi pastor, nada me falta:
en verdes praderas me hace
recostar; me conduce hacia fuentes
tranquilas y repara mis fuerzas me
guía por el sendero justo.**