



## Parroquia San Ignacio de Loyola

Una experiencia no reflexionada  
es una experiencia no vivida.  
(Pedro Arrupe, SJ)

### QUINTO DOMINGO DE LA CUARESMA

*“Pues aunque no florezca la higuera ni den las viñas uva en adelante; aunque falte el producto del olivo y se niegue la tierra a darnos pan; aunque no tenga ovejas el corral y se queden sin bueyes los establos; yo seguiré alegrándome en Yavé, lleno de gozo en Dios, mi Salvador. Yavé, que es mi Señor, es mi fuerza el da a mis pies la agilidad de un ciervo y me hace caminar por las alturas...” (Habacuq 3:17-19)*

La oración es uno de los pilares de la Cuaresma. Es bueno recordarnos que cada costumbre cuaresmal busca fortalecer nuestra relación con Dios y con los demás, y la oración es, a fin de cuentas, un compartir con Dios, en silencio, mirándole a Dios quien me mira a mí. Pedro Arrupe escribe lo siguiente: *“Es todo un proceso de acallar ruidos, la propia palabra, hasta llegar a la escucha en el hombre interior del mensaje de todos los seres y del Señor de todos los seres. Es un vacío, no lleno de nada, lleno de presencias que están allí aunque no les prestemos atención. No es una evasión de la realidad y de la dureza de la vida diaria por domesticarla. Es un entrar en lo más profundo de la realidad misma. Es un viaje al interior de las cosas, de las personas, de la vida. Un renunciar, siquiera temporalmente, a revolotear en la superficie de las mismas...La libertad personal se reconquista desde el interior de uno mismo palmo a palmo. El silencio es atmósfera imprescindible para soldar fracturas de personas descoyuntadas entre decisiones y contradicciones. La extroversión hecha hábito, hace que dé miedo y vértigo el vacío del silencio y se rebuscan dosis de ruido y acción, como el drogadicto las busca de droga. Nos debe mover la voluntad de ser libres y de experimentar esta libertad. Es necesaria la familiaridad con el silencio de la contemplación para alcanzar amor, para ser apóstol capaz de acoger, educar y redimir a las personas. Es distancia necesaria para quien ha de cambiar en la historia haciéndola, no a ciegas, sino discerniéndola iluminadamente. **Una experiencia no reflexionada es una experiencia no vivida.** Hace falta a la vez presencia y distancia de la realidad para contemplarla en su contexto de relaciones con otras realidades humanas y divinas. Hay que descubrir todas sus dimensiones y la presencia de Dios en la historia. Silencio como acogida necesaria del don de Dios que se nos hace en la vida... Cuando damos la vida no damos nada, desenvolvemos. Por eso hay que darla cada día gratuita y generosamente. Es un reducto de desierto interior portátil, lugar de encuentro personal entre Dios y el hombre. No es un lujo, es el derecho de ser persona. Esta dimensión personal la purifica del peligro de convertirse en dimensión individualista...Es el silencio del que discierne sobre la acción de Dios y la suya en el mundo, del apóstol comprometido por misión con el hombre y su historia. ¡No malgastemos la Buena Nueva en palabras que no han nacido del silencio!”* (Pedro Arrupe, SJ) —P. Larry

“Nada te turbe, Nada te espante, Todo se pasa, Dios no se muda,

La paciencia Todo lo alcanza; Quien a Dios tiene Nada le falta: Sólo Dios basta.

Eleva el pensamiento, al cielo sube, por nada te acongojes, Nada te turbe.

A Jesucristo sigue con pecho grande, y, venga lo que venga, Nada te espante.

¿Ves la gloria del mundo? Es gloria vana; nada tiene de estable, Todo se pasa.

Aspira a lo celeste, que siempre dura; fiel y rico en promesas, Dios no se muda.

Ámala cual merece Bondad inmensa; pero no hay amor fino una conversación Sin la paciencia.

Confianza y fe viva mantenga el alma, que quien cree y espera Todo lo alcanza.

Del infierno acosado aunque se viere, burlará sus furores Quien a Dios tiene.

Vénganle desamparos, cruces, desgracias; siendo Dios su tesoro, Nada le falta.

Id, pues, bienes del mundo; id, dichas vanas, aunque todo lo pierda, Sólo Dios basta.” (Santa Teresa de Jesús)

*Preguntas para ayudar con la reflexión*

—¿Tengo una vida de oración?

—¿Lleno mi oración, como lleno mi vida, con ruido, o puedo simplemente “perder mi tiempo” con el Señor como dos enamorados pierden su tiempo en una mirada sielnciosa, pero llena de significancia?

—¿Confío en que Dios, sí, quiere comunicarse conmigo, y que lo que recibo en la oración es de Dios y no de mi humana imaginación exclusivamente?

—¿Mi oración me hace salir de mi zona de confort a una acción que pueda costarme?

## El Peregrino Ruso

“El peregrino ruso” es una obra de espiritualidad oriental sencilla, llena de vida, con un objetivo preciso: enseñar el camino de la oración.

A través de las preguntas y aventuras de un peregrino, el autor, anónimo, afronta diversos temas y ofrece caminos para introducir a la oración.

Una de las propuestas más presente de esta obra consiste en la “oración de Jesús”. ¿De qué se trata? En repetir continuamente, con acentuaciones diversas, una jaculatoria sencilla.

Hay varias formulaciones para la “oración de Jesús”. Una es bastante breve: “Señor Jesús, ten piedad de mí”. Otra resulta un poco más desarrollada: “Señor Jesús, Hijo de Dios Padre, ten piedad de mí, pecador”. En “El peregrino ruso” se ofrece esta alternativa: “Señor Jesucristo, ten piedad de mí, pecador”.

La invitación a orar continuamente surge de las enseñanzas del mismo Cristo. En el Evangelio de san Lucas, la parábola de la viuda que pide justicia sirve para explicar que “era preciso orar siempre sin desfallecer” (Lc 18,1). La idea aparece también en los escritos de san Pablo, con sus muchas indicaciones sobre la oración, entre las que encontramos la siguiente: “Quiero, pues, que los hombres oren en todo lugar” (1Tm 2,8).

No resulta fácil resumir las numerosas ideas y experiencias que están recogidas en “El peregrino ruso”. Hacia el final, desde el famoso texto de san Agustín (“Ama y haz lo que quieras”) el autor explica cinco lemas que pueden servir como invitación a orar sin cesar.

¿Cuáles son esos cinco lemas? Los recogemos en sus formulaciones:

—“Reza, y piensa lo que quieras”.

—“Reza, y haz lo que quieras”.

—“Reza, y no te afanes mucho en dominar tus pasiones por tus propias fuerzas”.

—“Reza, y no temas nada”.

—“Reza de un modo u otro, pero reza siempre y no te inquietes por nada”.

El cristiano no puede vivir sin oración. “El peregrino ruso” invita a recorrer, desde lo más íntimo del corazón, caminos que permitan orar continuamente. Vale la pena descubrir y seguir aquellos modos de orar que Dios inspire en nuestras almas para acoger su Amor y para difundirlo entre quienes viven cerca o lejos.

(Por Fernando Pascual: <https://elobservadorenlinea.com/2015/03/la-oracion-y-el-peregrino-ruso/>)

## LECTURAS DE LA SEMANA

Dom 29: Ez 37:12-14; Sal 130; Rm 8:8-11; Jn 11:1-45

Lun 30: Dn 13:1-9,15-17,19-30, 33-62; Sal 23; Jn 8:1-11

Mar 31: Nm 21:4-9; Sal 102; Jn 8:21-30

Miér 1: Dn 3:14-20, 91-92, 95; Sal Dn 3; Jn 8:31-42

Jue 2: Gen 17:3-9; Sal 105; Jn 8:51-59

Vier 3: Jer 20:10-13; Sal 18; Jn 10:31-42

Sáb 4: Ez 37:21-28; Sal Jer 31; Jn 11:45-56

## La Oración

Lo central de la Cuaresma es que oremos lo más frecuente y profundamente que podamos. Lo que sigue son algunas maneras en que se puede incorporar la oración a lo largo del día. Elige las que te ayuden a alcanzar esa meta.

El **agradecimiento** es una forma de oración. Cada día, ante el Señor, haz una lista de cosas por qué te sientes agradecido: personas con nombre y apellido (de manera especial por las personas que han tenido un impacto positivo en su vida), y bendiciones recibidas. Luego, haz una oración agradeciéndole a Dios por todo.

Un **acto de caridad** puede reemplazar una penitencia de la Cuaresma, incluso una actividad amorosa que hagas por los demás. Por ejemplo, cuando sacas la basura de la casa, cambias el rollo de papel higiénico o le ayudas a alguien a hacer una tarea, si lo haces de todo corazón, esa acción se convierte en oración.

La oración debe ser “apostólica”, o sea dirigida hacia el **servicio** a Dios o a nuestro mundo. Ora por las víctimas de malos acontecimientos de que te enteras por las noticias, e invita a familiares a orar también por ellas. Cuando estás en el mercado, ora por todas aquellas personas que hacen posible que los alimentos lleguen hasta tu mesa. Ora por la persona desconocida quien, en este preciso momento está al borde del suicidio, para que Dios tranquilice a esa alma desolada. Al momento de acostarse, toma un momento para orar por aquellas personas que no tienen hogar y que esa noche dormirán en la calle.

El **Rosario** es un arma potente en contra de la tentación y del pecado, y es además una oración de intercesión poderosa. Reza diariamente el rosario.

La **reconciliación** es la meta principal del Sacrificio de Cristo y debe ser la meta también de nuestra oración cuaresmal. Haz oración por las personas que necesitas perdonar y que te cuesta mucho perdonar, pidiendo que disfruten las bendiciones que tú mismo esperas recibir de Dios, y, pide a Dios que te ayude a pedir perdón a las personas que has herido de alguna manera.

La **Santa Misa** es la oración de la Iglesia por excelencia. Asiste a misa diariamente, si puedes.

