

FICHA DE ORACION: *NUESTRA ALEGRÍA ESTA EN EL AMOR* (Octubre 2020)

Somos creados para la alegría. "Quiero que mi gozo esté en vosotros y que vuestro gozo sea completo" (Jn 15, 11). He experimentado esta alegría especialmente en Dios. Dios quiere que seamos felices. "Desde la mañana, llénanos de tu fidelidad y gritaremos de alegría todos nuestros días" (Sal 90, 14). Si no estamos alegres, se debe a un disfuncionamiento de nuestro amor por Dios. "Enséñanos a contar nuestros días, y obtendremos la sabiduría de corazón" (Sal 90, 12). El amor da la alegría. Ha habido momentos en los que he hecho un acto de amor hacia alguien y he experimentado una gran alegría. Comprendí que si uno quiere experimentar la alegría, debe amar, hacer actos de amor. El amor puede costar, pero tendrás alegría, paz. Dios nos creó para una sola cosa: el amor.

San Pablo dice: "Cuando era niño, hablaba como un niño, pensaba como un niño, razonaba como un niño. Cuando me hice hombre, puse fin a lo que era propio de un niño" (1Cor 13:11). Un adulto espiritual es capaz de amar. Lo que a menudo nos falta no es tanto "el hacer" como "el ser". Si SOY amor, mis acciones serán AMOR. No amamos lo suficiente, tenemos dificultades en el amor porque no somos completamente AMOR. No amamos porque nuestra naturaleza, que es *amor*, está alterada. Todo lo que Dios quiere de mí es que sea AMOR y que ame; porque cuando no amo, no soy nada (cf. 1Cor 13). "El que no ama permanece en la muerte. El que odia a su hermano es un asesino" (1Jn 3, 14-15). ¿Por qué no actuar diciendo a menudo en el corazón: "Es por amor a ti, Jesús, y a mi hermano, y a mi hermana"? La única cosa que Dios quisiera que hiciéramos es que amemos. Esto es también lo que significa tener vida en abundancia. "He venido a daros vida en abundancia" o "He venido a daros amor en abundancia".

Este amor crece a través de los ejercicios. Los niños se fortalecen a través de juegos que son ejercicios físicos. Amar supondrá prestar atención a los demás. "Que cada uno considere al otro como superior" (Fil 2:4). Esto también significa: "Que cada uno dé preferencia al otro". En el amor, el otro es el primero. Se trata de buscar lo mejor para el otro. Así pues, no podemos pecar de ninguna manera en nuestras relaciones con los demás, porque buscaremos primero su bien y no el nuestro.

"En verdad, en verdad os digo que gemiréis y os lamentaréis mientras el mundo se regocije; seréis afligidos pero vuestra aflicción se convertirá en alegría. Cuando una mujer da a luz, está afligida, porque ha llegado su hora; pero cuando ha dado a luz al niño, no recuerda su dolor, sino que se alegra de haber traído al mundo a un hombre. Ahora, pues, estáis afligidos; pero volveré a veros, y se alegrará vuestro corazón, y nadie os quitará ese gozo" (Jn 16, 20-22). Este es el origen de nuestra alegría; la misma alegría de Dios. No se trata de una alegría basada principalmente en el dinero (aunque sea necesario y lo busquemos), en vivir con un hombre o una mujer, en el éxito, en el seguro de salud o bancario. Porque en un momento todo esto puede desaparecer. El ser humano puede decepcionarnos. Puede morir. Nuestra alegría se basa en el amor, en Dios que es amor. Esta alegría, nada ni nadie puede quitársela. "¿Quién puede separarnos del amor de Cristo? Sí, estoy seguro de ello: ni la muerte ni la vida, ni los ángeles ni los gobernantes, ni el presente ni el futuro, ni las potencias, ni las fuerzas de arriba ni las fuerzas de abajo, ni ninguna otra criatura, nada puede separarnos del amor de Dios manifestado en Jesucristo, nuestro Señor" (Rm 8, 38-39).

Dios mismo es la alegría de nuestro corazón. Esta es nuestra recompensa. "Después de estos eventos, la palabra del Señor vino a Abram en una visión, y le dijo: Abram, no temas; yo soy tu escudo, y tu recompensa será muy grande" (Gen 15:1). Si vivimos en el amor, Dios hará que su alegría abunde en el mundo. Y nosotros mismos nos beneficiaremos de esta alegría. Recemos a la Virgen María para que nos ayude a amar.

Henri Bayemi

PALABRAS DIARIAS Y EJERCICIOS DE LA PALABRA VIVIDA (Octubre 2020)

1. **Jueves:** Lc 10, 1-12: **Rezar por la intención del Papa:** Para que en virtud del Bautismo, los fieles laicos, especialmente las mujeres, puedan participar más en las instancias de responsabilidad de la Iglesia. Rezar esta intención varias veces durante el día y haz un pequeño acto de amor. Fiesta de Santa Teresa del Niño Jesús. **Lea un extracto del Catecismo de la Iglesia Católica (CIC) N° 2677.**
2. **Viernes:** Mt 18, 1-5. 10: No termines el día sin hacer un pequeño acto de humildad. Hazle el bien a un niño y riéte con él. O reza por los niños amenazados por el aborto. Reza 10 *Ave María* o un rosario. **Leer CIC N° 2678.**
3. **Sábado:** Lc 10, 17-24 : Agradezca a Dios por el don de la Iglesia y ofrézcale todas las dificultades por las que Ella ha pasado en los últimos tiempos; rece también por las actividades del Movimiento de la Encarnación o de su comunidad; cante dos cantos de alabanza. Rezar 10 *Ave María* o un Rosario. **Leer CIC N° 2679.**
4. **Domingo:** Mt 21, 33-43: Dar 12 pequeños frutos para complacer a Jesús (en palabras, sonrisas, pensamientos, etc. **Leer CIC N° 2680.**
5. **Lunes:** Lc 10, 25-37: Haz un pequeño gesto de amor a tu vecino, colega, compañero de clase, miembro de la familia, etc. (No descuides este gesto porque parece pequeño). Reza por los profesores. **Leer CIC N° 2681.**
6. **Martes:** Ga 1, 13-24: Reza por la conversión de alguien cercano a tu corazón. Reza 10 *Ave María*. **Leer CIC N° 2682.**
7. **Miércoles:** Lc 11, 1-4: Tómese un buen momento de oración íntima y charle con Jesús sinceramente y rece el "Padre Nuestro" lentamente meditando las palabras. Reza 10 *Ave María* o un rosario. **Leer CIC N° 2683.**
8. **Jueves :** Lc 11, 5-13: Pide en tu oración de hoy algo con insistencia y fe. **Leer CIC N° 2684.**
9. **Viernes:** Ga 3, 6-14 : Rezar para crecer en su fe y poner en práctica un versículo bíblico. **Leer CIC N° 2685.**
10. **Sábado:** Lc 11, 27-28: Repetir regularmente en su corazón: "Bendito el que pone en práctica la Palabra de Dios". **Leer CIC N° 2686.**
11. **Domingo:** Mt 22, 1-14: Dar gracias a Dios por haberle llamado a Él cantando una canción de agradecimiento. Para "Llevar el traje de novia", repase el ejercicio que no ha hecho desde principios de mes y planee hacerlo; Rezar 10 *Ave María* o un rosario. **Leer CIC N° 2687.**
12. **Lunes:** Lc 11, 29-32 Ir a la Adoración del Santísimo Sacramento aunque sea por unos segundos y pedirle a Dios que le dé sabiduría para amarle siempre y hacer su voluntad (o incluso hablar con Jesús en su corazón cada vez que pase al lado de una Iglesia consagrada). Rezar 10 *Ave Marías* o un Rosario. **Leer CIC N° 2688.**
13. **Martes:** Lc 11, 37-41: Hacer un donativo a un pobre o planear hacerlo y huir del pecado en todas sus formas. **Leer CIC N° 2689.**
14. **Miércoles:** Ga 5, 18-25: Elija un fruto del Espíritu mencionado en esta lectura y vívalo hoy. **Leer CIC N° 2690.**
15. **Jueves:** Lc 11, 47-54: Ayudar a alguien en su fe y no comprometerse con el pecado. **Leer CIC N° 2691.**
16. **Viernes:** Lc 12, 1-7: Evita el pecado. **Leer CIC N° 2692.**
17. **Sábado:** Lc 12, 8-12: Para evitar avergonzarse de Dios, invita a alguien a la misa o a una actividad espiritual; o comparte un ejercicio, un versículo de la Biblia o la tarjeta de oración. Reza al menos 10 *Ave María* durante el día. **Leer CIC N° 2693.**
18. **Domingo:** Mt 22, 15-21: Haz lo correcto y repite regularmente en tu corazón: "Es para ti, Señor". Reza al menos 10 *Ave María* durante el día. **Leer CIC N° 2694.**
19. **Lunes:** Ef 2, 1-10: Pedir perdón a Dios por sus faltas y planear ir a confesarse. **Leer CIC N° 2695.**
20. **Martes:** Lc 12, 35-38: En su oración íntima, haga un balance de su vida para ver si ella agrada a Dios tal como la vive y tome resoluciones para "estar en vela". Reza 10 *Ave María* o un rosario. **Leer CIC N° 2696.**
21. **Miércoles:** Lc 12, 39-48: Vuelva a leer su cuaderno de oración, una vieja enseñanza, una homilía, una vieja tarjeta de oración y haga un pequeño gesto de amabilidad hacia alguien. Haz al menos 10 *Ave María* durante el día. **Leer CIC N° 2697.**
22. **Jueves:** Ep 3, 14-21: Para que el Señor le arme con su poder; tener al menos 30 minutos de buena conversación con Jesús y lee un capítulo de la Biblia. **Jornada de oración para el Centro de Retiro Palabra de Dios.** Por ello, Rezar a San Juan Pablo II hoy y si es posible planear una acción para su construcción. Haz al menos 10 *Ave María* durante el día. **Leer CIC N° 2698.**
23. **Viernes:** Lc 12, 54-59: Reflexionar sobre su juicio final y hacer resoluciones. Reza al menos 10 *Ave María*. **Leer CIC N° 2699.**
24. **Sábado:** Lc 13, 1-9: Lea este pasaje al menos dos veces, y tome la resolución de renunciar a lo que no le hace dar fruto. Reza 10 *Ave María* o un rosario. **Leer CIC N° 2700.**
25. **Domingo:** Mt 22, 34-40: Recitar 24 veces el versículo 37 (Para significar las 24 horas del día): "Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu mente" y dejarse guiar por este versículo durante el día. Rezar al menos 10 *Ave María*. **Leer CIC N° 2701**
26. **Lunes:** Lc 13, 10-17: Dar limosna a los pobres (programar) y rezar por los minusválidos. Rezar 10 *Ave María*. **Leer CIC N° 2702.**
27. **Martes:** Lc 13, 18-21: Para familiarizarse con la Palabra de Dios, reza las Letanías de la Palabra de Dios, primera Parte. Para preparar el fin de semana de los novios o solteros (diciembre de 2020 en Alemania y enero de 2021 en Camerún). Reza 10 *Ave María* o un rosario. **Leer CIC N° 2703.**
28. **Miércoles:** Lc 6, 12-19: Tómese un buen tiempo para rezar y escriba en su cuaderno de oración. **Leer CIC N° 2704.**
29. **Jeudi:** Lc 13, 31-35: Reza por la Iglesia y también por su diócesis. Rezar 10 *Ave María* o el Rosario. **Leer CIC N° 2705.**
30. **Viernes:** Lc 14, 1-6: Hazle el bien a un enfermo o a un pobre. Reza 10 *Ave María* de camino a la escuela, al trabajo, al campo o a la iglesia. **Leer CIC N° 2706.**
31. **Sábado:** Lc 14, 1. 7-11: Haz un acto de humildad. Reza 10 *Ave María* o un rosario. **Leer CIC N° 2707.**

Ficha de Oración del Movimiento de la Encarnación (Movimiento de la Iglesia Católica) :

Camerún: Arquidiócesis de Bamenda; Arquidiócesis de Yaundé; Arquidiócesis de Douala; Arquidiócesis de Bertoua; Arquidiócesis de Garoua; Diócesis de Buea; Diócesis de Kumba; Diócesis de Obala; Diócesis de Edéa; Diócesis de Nkongsamba; Diócesis de Bafoussam; Europa: Diócesis de Maroua; Diócesis de Bafang; Diócesis de Ebolowa; Diócesis de Sangmelima; Diócesis de Ngaoundéré; Diócesis de Kribi; **Túnez:** Túnez; Ghana; **Alemania:** Arquidiócesis de Berlín; Arquidiócesis de Paderborn-Dortmund; Arquidiócesis de Munick y Freising; Diócesis de Hildesheim; Diócesis de Fulda; Diócesis de Friburgo; **Francia:** Arquidiócesis de París; **Inglaterra:** Diócesis de Westminster, Londres, Diócesis de Namur Bélgica, Londres; **Canadá :** Arquidiócesis de Montreal, Diócesis de Quebec ; **EE.UU. :** Diócesis de Litte Rock Arkansas ; Diócesis de Arlington, Virginia, **Asia :** China ; **Italia :** Grupo ! Virtual; **Suiza.**

Sitio web del Movimiento: www.incarnationpd.org; Correo electrónico: incarnationparolededieu@yahoo.com