

**FICHA DE ORACION: «SI NO VUELVES A NACER, NO PODRÁS VER EL REINO DE DIOS» (Jn 3, 3)
(Marzo 2022)**

El nacimiento es en sí mismo una especie de realización de la creación. A través de mi nacimiento, entro en el mundo. Así, a través de nuestro nacimiento espiritual, el bautismo, entramos en la Iglesia y comenzamos una nueva vida en Dios. Sin embargo, debido a la debilidad humana, seguimos cayendo en el pecado a pesar de haber sido limpiados por el agua del bautismo. Nicodemo es un judío que busca a Dios. Se acerca a Jesús y comienza una conversación con él. En esta conversación Jesús le dice que debe nacer de nuevo. A veces es difícil convencer a un anciano, a un cristiano comprometido, a un miembro activo, de que necesita iniciar una nueva vida espiritual. Nicodemo se asombra: ¿cómo puede nacer de nuevo un viejo? ¿Tiene que entrar en el vientre de su madre? El renacer, el nuevo comienzo, es inevitable para los que siguen a Jesús.

De hecho, es incluso un signo de madurez espiritual aceptar iniciar una nueva etapa de la vida con Jesús. De lo contrario, uno se instala en una rutina espiritual que carece de desafío. Se experimenta entonces una sequedad espiritual, cuyo origen parece ignorarse. Me llamó mucho la atención que Santa Teresa de Ávila decidiera, después de haber estado en un convento como monja durante casi 20 años, comenzar una nueva vida, para amar a Jesús con todo su corazón. El Papa Francisco, citándola, nos recuerda sus ricos escritos sobre este tema. "Encontré un gran deleite en las cosas de Dios, pero las cadenas del mundo aún me mantenían cautivo; quería, me parece, combinar estos dos opuestos, que son tan hostiles entre sí: la vida espiritual con sus dulces, y la vida de los sentidos con sus placeres. El resultado de este estado fue una profunda tristeza: "Me caía, me levantaba de nuevo, débilmente sin duda, ya que volvía a caer. Arrastrándome por los caminos más bajos de la perfección, apenas me preocupaban los pecados veniales, y en cuanto a los mortales, no tenía un horror suficientemente profundo hacia ellos, ya que no me alejaba de los peligros. Puedo decir que esta es una de las vidas más dolorosas que uno puede imaginar. No disfrutaba de Dios, y no encontraba la felicidad en el mundo. Cuando estaba en medio de los vanos placeres del mundo, el recuerdo de lo que debía a Dios venía a sembrar la amargura en mi alma; y cuando estaba con Dios, los afectos del mundo traían problemas a mi corazón. Muchos podrían descubrir en este análisis la verdadera razón de su insatisfacción y descontento, continúa el Papa Francisco. San Pablo les dice a las mujeres romanas: "No frenáis vuestro ímpetu, sino mantenederos en el fervor del Espíritu" (Rm 12,11).

Nosotros, también, por muy santos que seamos, por mucho tiempo que hayamos vivido con Cristo, por muy lejos que hayamos llegado en el Movimiento de la Encarnación o en cualquier otra asociación, debemos empezar una nueva vida con Él. ¿No sentimos a veces que somos como tornillos oxidados que necesitan lubricación? ¿No nos damos cuenta de que hacemos menos bien de lo que deberíamos? En una relación amorosa, no basta con decir que no hemos hecho nada malo al otro. Más bien, vemos lo que deberíamos hacer para hacer crecer el amor en la relación. A los que se les ha dado mucho, se les pedirá mucho. Cuanto más comprometido estoy, consagrado, más espera Dios de mí. En la vida espiritual, si soy estable, es porque he retrocedido. Si no avanzo, retrocedo: 'quien no está a favor de mí, está en contra mí'.

La vida espiritual es una peregrinación hacia la Tierra Prometida. El Catecismo de la Iglesia Católica dice que la vida espiritual se expresa de principio a principio con comienzos que no tienen fin. Hay veces que, a pesar de mis propósitos, me doy cuenta de que durante el día no he hablado con Jesús como Él esperaba. Entonces tiendo a desanimarme creyendo que nunca podré amarlo. Pero luego me recompongo y me doy cuenta de que a Dios le encanta que empieces de nuevo con Él. Es un abismo de misericordia. Él conoce nuestra debilidad. Cuando le pedimos perdón y decidimos empezar una nueva vida, Él se alegra de nosotros y siempre nos acoge. Dios no se cansa de acogernos cuando volvemos a Él. Es cierto que no nos anima a vivir en la mediocridad. Cuando Jesús dice que hay que perdonar 70 veces 7 veces, es decir, sin cesar, quiere expresar su corazón; lo que él mismo hace: nos acoge sin cesar. Así que no pienses que has decepcionado demasiado a Jesús. No te crees que molestes a Jesús echándote en sus brazos. No pienses que estás molestando a Jesús al lanzarte a sus brazos de nuevo. No te crees que como no vives como Él lo espera, te reniega.

Henri Bayemi

PALABRAS DIARIAS Y EJERCICIOS DE LA PALABRA VIVIDA

(Marzo 2022)

1. **Martes :** Mc 10,28-31 : **Rezar la intención del Papa:** *Para que, ante los nuevos retos de la bioética, los cristianos promuevan siempre la defensa de la vida mediante la oración y el compromiso social.* Rezar esta intención varias veces durante el día. Anota tus propósitos cuaresmales en tu cuaderno de oraciones. **Lea un extracto del Catecismo de la Iglesia Católica (CIC) N° 339**
2. **Miércoles:** Mt 6, 1-6. 16-18 : **Miércoles de Ceniza:** Participar en la ceremonia del Miércoles de Ceniza, si es posible ayunar de una comida (excepto los niños, los enfermos y las mujeres embarazadas) y evitar el pecado. Reflexionar sobre la realización de muchos actos de amor durante este período de Cuaresma. **Leer CIC N° 340.**
3. **Jueves :** Lc 9, 22-25 : Repetir a menudo durante el día a Jesús: "El que quiera seguirme, que renuncie a sí mismo, tome su cruz y me siga". Preparar la jornada de reconciliación del 25 de marzo. **Leer CIC N° 341**
4. **Viernes :** Mt 9, 14-15 : Evita juzgar a los demás y reza por alguien. **Leer CIC N° 342.**
5. **Sábado :** Lc 5, 27-32 : Presta especial atención a un familiar o a un (a) amigo (a). **Leer CIC N° 343**
6. **Domingo:** Lc 4, 1-13 : La Palabra de Dios ayuda a combatir las tentaciones. Leer un capítulo de la Biblia de tu elección. **Leer CIC N° 344.**
7. **Lunes:** Mt 25, 31-46: Meditar sobre el propio juicio final y realizar un acto de amor. **Leer CIC N° 345.**
8. **Martes :** Mt 6, 7-15 : Repetir la oración del "Padre Nuestro" tres veces al día, recitando las palabras lentamente y meditándolas. Rezar también por las mujeres o hacer el bien a una mujer. **Leer CIC N° 346.**
9. **Miércoles:** Lc 11, 29-32: No se cansa de servir a Dios y pedirle la gracia de servirle con más celo. . **Leer CIC N° 347.**
10. **Jueves :** Mt 7, 7-12: Pídele a Dios algo con fe y hacer el bien a alguien . **Leer CIC N° 348.**
11. **Viernes :** Ez 18, 21-28: Evitar la maldad y revisar las cosas buenas que hacíamos y que ya no hacemos. **Leer CIC N° 349.**
12. **Sábado :** Dt 26, 16-19 : En su oración consagrar su día a Dios; reflexionar sobre los medios para vivir su Palabra. **Leer N° 350.**
13. **Domingo:** Lc 9, 28b-36: **Transfiguración:** Rezar las letanías de la Palabra de Dios. 1ª parte. **Leer CIC N° 351.**
14. **Lunes:** Lc 6, 36-38: Para vivir la Palabra de Dios, ofrecer generosamente un pequeño regalo a alguien. Preparar un retiro de cuaresma. **Leer CIC N° 352.**
15. **Martes :** Mt 23, 1-12: Ser humilde y servir a su sirviente, a su hijo o a alguien más joven que uno mismo. **Leer CIC N° 353.**
16. **Miércoles:** Jer 18, 18-20 : No hables mal de alguien aunque usted se sienta ofendido, y pedirle a Dios que le proteja de cualquier complot contra usted. . **Leer CIC N° 354.**
17. **Jueves :** Lc 16, 19-31 : Identificar a una persona pobre en su familia o comunidad y hacerle el bien por Jesús. **Leer CIC N° 355**
18. **Viernes :** Mt 21, 33-43. 45-46: Dedicar tiempo a Dios en la oración y actuar para construir su Reino. **Leer CIC N° 356.**
19. **Sábado :** Mt 1, 16-18. 21-24a: **San José:** Rezar por su padre y mostrarle mucha ternura, ofrecerle un regalo generoso o pedir una misa para él. . **Leer CIC N° 357**
20. **Domingo:** Lc 13, 1-9: Reflexionar sobre los frutos que uno da y hacer propósitos de conversión. **Leer CIC N° 358.**
21. **Lunes:** Lc 4, 24-30: Encontrar o planear hablar con un consejero espiritual para compartir su vida espiritual. **Leer CIC N° 359**
22. **Martes :** Mt 18, 21-35: Realizar un acto de perdón poniéndose en contacto con alguien con quien usted tiene problemas o que le haya hecho daño para preparar la Jornada de la Reconciliación del día 25 o rezar por él. **Leer CIC N° 360.**
23. **Miércoles:** Mt 5, 17-19: Dar buenos consejos según la Palabra de Dios y tratar de agradar a Jesús. **Leer CIC N° 361.**
24. **Jueves :** Lc 11, 14-23: Orar por alguien que le haya calumniado o hacer un acto de unidad en su familia o comunidad. **Leer N° 362.**
25. **Viernes :** Lc 1, 26-38: **Anunciación del Señor.** Día de la Reconciliación del Movimiento de la Encarnación. Rezar un "Ave María" o un rosario. Rezar por el Movimiento de la Encarnación; perdonar a alguien o presenta a Dios un perdón ya ofrecido a causa de este día. **Leer CIC N° 363**
26. **Sábado :** Lc 18, 9-14: Rezar por el don de la humildad y ejercerse en ser humilde.. **Leer CIC N° 364**
27. **Domingo:** Lc 15, 1-3. 11-32: Tener un gesto especial de cariño para un familiar o amigo que lo esté pasando mal estos días. O compartir un acto de perdón realizado para el Día de la Reconciliación. **Leer CIC N° 365.**
28. **Lunes:** Jn 4, 43-54 : Rezar por la conversión radical de toda su familia o de sus amigos. **Leer CIC N° .366**
29. **Martes :** Jn 5, 1-16 : Presentar a Jesús una enfermedad que usted arrastra desde hace tiempo para que le cure; o presentarle un pecado del que usted no se puede librar a pesar de su deseo y sus pequeños esfuerzos **Leer CIC N° .367**
30. **Miércoles:** Is 49, 8-15 : Evitar un pecado que se reitera durante la Cuaresma y rogar al Señor para que le libre de ello. **Leer N° 368**
31. **Jueves :** Jn 5, 31-47 : Tener 12 pequeños actos de amor para testimoniar de su amor para con Dios. **Leer CIC N° .369**

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

PLANEAR PARTICIPAR A UN RETIRO PALABRA DE DIOS CUARESMA

TEMA: « ¿Quién habitará en tu casa, Señor?? » (Ps 15, 1)

FECHA	LUGAR	EMAIL
1. Del viernes 18 a las 17H al Domingo 20 de FEBRERO a las 14H	CAMERÚN Centro Pastoral Jean Pasquier, Obispado de N'Gaoundéré	incarnationparolededieu@yahoo.com
2. Del 2 a las 17H al 4 de Marzo a las 14 H	EXERZITHIENHAUS HIMMELSPFORTEN Mainaustrasse 42, 97082 Würzburg, Alemania	https://docs.google.com/forms/d/1Qju58yw6VfgQJuPIRdR1apb8Y-5q-G9SeJJ43PC91iA/viewform?edit_requested=true
3. Del 11a las 18H al 13 de MARZO a las 14H	USA, Centro espiritual Maria Stein, Montezuma, Ohio	wordofgodusa@gmail.com
4. Del 18 à 17H al 20 de MARZO a las 14H	CAMERÚN Centro espiritual Mbalmayo	incarnationparolededieu@yahoo.com
5. Del 25 à 17H al 27 de MARZO a las 14H	CAMERÚN Centro Saint François Melong II	incarnationparolededieu@yahoo.com
6. Del 8 à 17H al 10 de ABRIL a las 14H	CAMERÚN Collège Notre Dame des Nations Yassa	incarnationparolededieu@yahoo.com