

# FICHA DE ORACIÓN: *ES HORA DE DESPERTAR DE SU SUEÑO* (Marzo 2023)

Dios nos ama. Sea cual sea lo que haya hecho, las situaciones por las que haya pasado, Dios me ama. Por eso nos predestinó antes de la fundación del mundo a ser santos e irreprensibles ante Él. (Ef 1,4).

## **¿Qué evaluación le daré a Dios de mi vida?**

Nuestra vida es frágil. En cualquier momento puedo perder la vida. Qué haré si no he amado a Dios, si no le he servido. Si me llamara aun, ahora, ¿qué diría que he hecho con mi vida? Me ha dado 10, 15, 30, 40, 50, 80 años o más. ¿Qué le ofrecería? ¿Podría decirle: "Señor, me diste una vida, esto es lo que te apporto"? Entonces comprendo que lo esencial en mi vida es amar a Dios, remitirme a él, porque quien crea un aparato es quien mejor conoce sus prospectos. Si no respetas la dosis de un medicamento, corres el riesgo de envenenarte. Dios, que me crea, conoce mejor que nadie la finalidad de mi vida. Muchas personas ignoran este hecho. Hay mucha gente, incluso cristianos, que mueren sin haber vivido realmente bien. Muchas personas pasan así como el viento.

## **Amar a Dios: el propósito y lo más importante de la existencia**

Dios te creó para amarle, para servirle y para que tengas vida eterna. Este es el verdadero propósito por el que vives y deberías vivir, y sin embargo quizás lo haya incluso olvidado. Un día está hecho para amar a Dios. « *Amarás al Señor tu Dios con toda tu alma, con toda tu mente, con toda tu fuerza* » (Mc 12, 32).

## **La distracción como astucia del demonio para desviarnos de nuestro objetivo**

Uno de los trucos del diablo es distraernos de nuestro propósito principal. La distracción no sólo existe en la oración, sino también en la vida práctica. Conoces el objetivo de tu vida, por el que debes vivir, pero empiezas a buscar un objetivo secundario que conviertes en tu propósito principal.

## **El sueño como arma del demonio**

Uno de los mayores peligros de la vida espiritual es el sueño, contra el que hay que luchar. Quien se adormece al volante de un vehículo puede causar una tragedia. Sin embargo, muchos duermen en su vida espiritual, si es que no roncan; o dormitan espiritualmente, se distraen, no se centran en lo esencial, y así se pierden. « *Como sabéis qué hora es, es hora de que despertéis de vuestro sueño* » (Rom 13,11). El hoy de Dios demuestra que cada momento es oportuno para amarle; cada día es un día oportuno para amar a Dios. Con mayor razón en el período de Cuaresma. « *Esta es la hora de despertar de su sueño. Porque hoy la salvación está más cerca de nosotros que cuando creímos. La noche está lejos, el día está cerca; despojémonos, pues, de las obras de las tinieblas y vistámonos de la luz* » (ibid).

## **La falta de desafío espiritual como causa de nuestro sueño**

Generalmente, nos falta desafío espiritual. Jesús, después de su oración en Getsemaní, encuentra a sus discípulos dormidos. Le dice a Pedro: « Simón, ¿estás dormido? ¿No has tenido la fuerza de velar una hora? » (Mc 14, 37). Jesús puede hacernos ahora esta pregunta. "Tú, ¿estás durmiendo? ¿No has sido capaz de velar en tu vida espiritual? ¡Esto es deplorable! ¿Cómo es que ya estás cansado de amar a Jesús? A menudo la gente reza así: « Señor, mira al hijo tuyo que soy. Dios mío, yo que te amo, ¿qué te he hecho en la vida para que no me escuches? » ¡Despiértense, despiértate! Ya es hora, ¡sal de tu sueño!

## **Ser capaz de permanecer despierto, en oración**

¿Por qué dices que estás cansado de servir a Dios? ¿Por qué te duermes? El verdadero descanso es en el Paraíso. La verdadera tranquilidad para un estudiante es cuando aprueba su examen. Los santos trabajaron sin cansarse hasta el final de sus vidas. Baba Simón, en el norte de Camerún, se entregó, incluso caminando descalzo, por las montañas Kirdi, con un descanso reducido. Un verdadero hombre espiritual no se duerme, una verdadera mujer espiritual no se cansa. La Madre Teresa decía: "« Moriré de pie ». Para decir: "« Moriré trabajando para ti Señor ». « *Velad y rezad para no caer en el poder de la tentación. El espíritu está dispuesto, la carne es débil* ». La Cuaresma es una oportunidad para velar y no caer en un sueño espiritual.

*Henri Bayemi*

## PALABRAS DIARIAS Y EJERCICIOS DE LA PALABRA VIVIDA

(Marzo 2023)

1. **Miércoles :** Lc 11, 29-32: **Orar la intención del Papa:** *Oremos por todos los que sufren a causa del mal cometido por miembros de la comunidad eclesial: para que encuentren en la Iglesia misma una respuesta concreta a su dolor y sufrimiento. Leer un extracto del Catecismo de la Iglesia Católica (CIC) N° 703.*
2. **Jueves :** Mt 7, 7-12 : Ayudar material o espiritualmente a alguien y rezar por uno mismo. **Leer CIC N° 704.**
3. **Viernes :** Ez 18, 21-28 : Orar por una conversión radical para beneficiarse de las bendiciones del Señor. **Leer CIC N° 705.**
4. **Sábado:** Mt 5, 43-48 : Orar para ser santo y rezar regularmente: « Señor, haz de mí un (a) santo (a) » **Leer CIC N° 706.**
5. **Domingo :** Mt 17, 1-9: Esforzarse por hacer feliz a Dios haciendo 12 pequeños actos de amor aunque cueste. **Leer CIC N° 707.**
6. **Lunes :** Lc 6, 36-38 : Apiadarse de alguien que le haya decepcionado y rezar por él. **Leer CIC N° 708.**
7. **Martes :** Mt 23, 1-12: Para evitar el orgullo, rezar por aquellos que usted envidia o con los que usted está en competición interna. Prepararse también para la Jornada de la Reconciliación del 25 de marzo. **Leer CIC N° 709**
8. **Miércoles :** Mt 20, 17-2 : Prestar un servicio gratuitamente a alguien y hacer un censo de los trabajos en el grupo, en su comunidad, etc. que usted ha menospreciado por no tener un interés personal en ello. Rezar por las mujeres y hacer el bien a una mujer. **Leer CIC N° 710.**
9. **Jueves :** Lc 16, 19-31 : Ponerse en contacto con un miembro pobre de su familia o comunidad y, si es posible, ofrecerle un pequeño donativo. **Leer CIC N° 711.**
10. **Viernes :** Mt 21, 33-43. 45-46 : Rezar al Señor por una buena administración de los bienes y las personas que le rodean. Rezar también para que los que tienen deudas tengan los medios para pagarlas. **Leer CIC N° 712.**
11. **Sábado:** Lc 15, 1-3. 11-32: Ser paciente y no recriminar contra los demás. Hacer un acto de perdón poniéndose en contacto con alguien con quien usted tiene un desacuerdo o que le haya hecho daño, como preparación para la Jornada de la Reconciliación del día 25, o reza por él. **Leer CIC N° 713.**
12. **Domingo :** Jn 4, 5-15. 19b-26. 32a. 40-42: Prestar especial atención a un miembro de nuestra familia o de nuestra comunidad para descubrir los tesoros que esconde esa persona y darle alegría. **Leer CIC N° 714.**
13. **Lunes :** Lc 4, 24-30 : Rezar por su párroco y si es posible ofrecerle un regalo o planear hacerlo. **Leer CIC N° 715.**
14. **Martes :** Mt 18, 21-35: No enfurruñarse y perdonar las ofensas espontáneas que usted pueda sufrir durante el día. **Leer N° 716.**
15. **Miércoles :** Mt 5, 17-19: Poner el amor en el centro de su día y realizar 12 pequeños actos de amor. **Leer CIC N° 717.**
16. **Jueves :** Lc 11, 14-23 : Rezar por la unidad de su familia biológica y espiritual. Realiza un acto que fortalezca la unidad. **N° 718.**
17. **Viernes :** Mc 12, 28b-34 : Repetir 24 veces durante el día (para simular las 24 horas del día): « Amarás al Señor Dios con todo tu corazón y con toda tu mente ». Esforzarse por amar a Dios durante el día. **Leer CIC N° 719.**
18. **Sábado:** Lc 18, 9-14: Repetir regularmente el versículo 13: « Ten piedad del pecador que soy, Señor » y hablar hoy con dulzura sea cual sea las situaciones desagradables. **Leer CIC N° 720.**
19. **Domingo :** Jn 9, 1-6. 9. 13-17. 34-38: Hacer el bien de manera concreta a alguien haciéndole un favor o haciéndole un regalo. Rogar también al Señor por los ciegos y por la propia ceguera espiritual. **Leer CIC N° 721.**
20. **Lunes :** Mt 1, 16. 18-21. 24a : **San José.** Hablar con moderación para no hablar mal de los demás. Y obedecer a Dios. Rogar a San José por todas sus dificultades **Leer CIC N° 722.**
21. **Martes :** Jn 5, 1-16 : Repasar sus propósitos cuaresmales y lucha por cumplir por lo menos uno de ellos. **Leer CIC N° 723.**
22. **Miércoles :** Jn 5, 17-30: Salpicar alegremente su día con pequeños actos de bondad, ofreciéndolos por su salvación. **Leer N° 724.**
23. **Jueves :** Jn 5, 31-47 : No buscar que se le alabe o que se le felicite, actuar más bien en la discreción. Tener un acto de perdón poniéndose en contacto o rezando por alguien con quien usted tiene problemas o que le haya hecho daño, como preparación para la Jornada de la Reconciliación del día 25. **Leer CIC N° 725.**
24. **Viernes :** Sab 2, 1a. 12-22: Hablar poco y evitar ser malo en sus palabras y acciones. **Leer CIC N° 726.**
25. **Sábado:** Lc 1, 26-38: **Anunciación del Señor.** Jornada de Reconciliación del Movimiento de la Encarnación. Perdonar a alguien. Presentar el perdón ya ofrecido o rezar por alguien que le haya ofendido **Leer CIC N° 727.**
26. **Domingo :** Jn 11, 1-45: Agradecer a Dios por sus bendiciones; repetir a menudo: « si crees, verás la Gloria de Dios ». **Leer N° 728**
27. **Lunes :** Jn 8, 1-11: Ofrecer el perdón a alguien que uno ha juzgado duramente incluso en su corazón: y meditar el versículo 7: « El que no haya pecado que tire la primera piedra. » **Leer CIC N° 729.**
28. **Martes :** Jn 8, 21-30 : Buscar la presencia de Dios esforzándose por agradarle respetando su oración íntima y realizando 3 pequeños actos de amor. **Leer CIC N° 730.**
29. **Miércoles :** Jn 8, 31-42 : Actuar con amor y justicia dondequiera que estemos y marcar la diferencia como cristianos. **Leer N° 731.**
30. **Jueves :** Gn 17, 3-9: Dedicar tiempo y hacer un rosario o un avemaría para consagrar a toda su familia a Dios y pedirle que cada miembro se convierta y se beneficie de sus bendiciones. **Leer CIC N° 732.**
31. **Viernes :** Jn 10, 31-42: Evitar ser injusto con alguien y reparar la injusticia cometida. **Leer CIC N° 733.**

*Hoja de oración del Movimiento de la Encarnación (Movimiento de la Iglesia Católica)*

*Henri Bayemi*

### PLANEAD PARTICIPAR EN UN RETIRO DE CUARESMA PALABRA DE DIOS

TEMA: «Yo tampoco te condeno: vete y de ahora en adelante, no peques más» (Jn 8, 11)

FECHA	LUGAR	E-MAIL
1. Del 10 a las 17H al 12 de MARZO a las 14 Horas.	CAMERÚN Centro Saint François Melong II	<a href="mailto:incarnationparolede Dieu@yahoo.com">incarnationparolede Dieu@yahoo.com</a>
2. 17 a las 17H al 19 MARZO a las 14H	CAMERÚN Centre de Retraite Parole de Dieu, Yaoundé	<a href="mailto:incarnationparolede Dieu@yahoo.com">incarnationparolede Dieu@yahoo.com</a>
3. Del 24 a las 17H al 26 de MARZO a las 14H	CAMERÚN Centre de Retraite Parole de Dieu, Yaoundé	
4. Del 31 de MARZO a las 17 H. al 2 de ABRIL a las 14H	CAMERÚN Centre de Retraite Parole de Dieu, Yaoundé	
5. del 10 a las 17H al 12 de MARZO a las 14H	Estados Unidos (EE.UU), Fayetteville, Subiaco Abey	wordofgodusa@gmail.com
6. Del 17 a las 18H a 19 MARZO a las 14H	EE.UU., Centro espiritual, the retreat House, 2365, st Johns Road, POBox 95, Maria Stein Ohio, EE.UU.	wordofgodusa@gmail.com
7. Del 24 a las 17H al 26 de MARZO a las 14H	Canadá, Centre des Pères Trinitaires de Granby (Quebec)	<a href="mailto:incarnationparolede Dieu@yahoo.com">incarnationparolede Dieu@yahoo.com</a>