



## Cuaresma:

Buenos Días del 18 al 22 de marzo

### Lunes 18- Cuaresma: un viaje inesperado. Segunda parada

En el nombre del Padre...

#### Ambientación



En la imagen se puede ver como Jesús llegó a la cima y fue llamado “Hijo”, pero... ¿Qué pasó en el Monte Tabor?

En estos pasajes, Jesús y tres de sus apóstoles, [Pedro](#), [Santiago](#) y [Juan](#) se dirigen a una montaña ([Monte Tabor](#) o Monte de la Transfiguración) a orar. En la montaña, Jesús empieza a brillar. Entonces los profetas [Moisés](#) y [Elías](#) aparecen al lado de él y habla

con ellos. Entonces Jesús es llamado "[Hijo](#)" por una voz en el cielo, que es [Dios Padre](#).

Monte....(pongamos cada uno el nombre que elijamos, ya que será un monte que subiremos nosotros solos en compañía de Dios): sitio de paso para algunos, misterioso lugar para otros. Muchos acuden aquí para pensar, orar y meditar. Quien se atreve a subir por algunos de sus senderos corre el riesgo de encontrarse consigo mismo. Y hay quien dice que aquellos valientes que deciden ir aún más allá, escalan hasta la cima y entran en la cueva de la Revelación...descubren algo o a alguien que les cambia sus vidas para siempre y les hace verlo todo con ojos nuevos.

#### Para comprender mejor:

Hacemos la segunda parada. Vamos a ir subiendo por una pendiente que nos llevará a nuestra mejor versión.

[https://www.youtube.com/watch?v=Zy\\_iokwJDM8](https://www.youtube.com/watch?v=Zy_iokwJDM8)

Subamos a lo alto y descubramos que es lo que hay al otro lado, salgamos de nuestra zona de confort y continuemos en camino.





### Palabra de Dios:

*Lectura de la carta del apóstol san Pablo a los Filipenses 3, 17—4, 1*

Seguid mi ejemplo, hermanos, y fijaos en los que andan según el modelo que tenéis en nosotros.

Porque, como os decía muchas veces, y ahora lo repito con lágrimas en los ojos, hay

muchos que andan como enemigos de la cruz de Cristo: su paradero es la perdición;

su Dios, el vientre; su gloria, sus vergüenzas. **Sólo aspiran a cosas terrenas.**

Nosotros, por el contrario, somos ciudadanos del cielo, de donde aguardamos un Salvador: el Señor Jesucristo.

Él transformará nuestro cuerpo humilde, según el modelo de su cuerpo glorioso, con esa energía que posee para sometérselo todo.

### Reflexión

Como dice la Palabra, sigamos en el camino de encuentro con Dios, donde no importan las cosas terrenales, sino, algo más, algo más profundo que nos llenará nuestra vida y nos hará llegar a la FELICIDAD.

### Oración



Amén





María Auxiliadora de los Cristianos...

## **Cuaresma: un viaje Contigo.**

Buenos Días del 18 al 22 de marzo

**Martes 19 - Cuaresma: Dios Padre.**

En el nombre del Padre...

**Ambientación**

<https://www.youtube.com/watch?v=uon4w1FJGZg>

**Para comprender mejor:**

Hoy, 19 de marzo, celebramos el día del padre. Es un día donde le damos el protagonismo que se merece. Él está a nuestro lado y nos ayuda a levantarnos si nos caemos, es amor incondicional; esto también lo hace nuestro Padre Dios. Nos acompaña en este largo camino de Cuaresma que hemos iniciado, va a nuestro lado guiando nuestros pasos, dejando que seamos nosotros los que saquemos lo mejor que tenemos y se lo ofrezcamos a Él y a los demás.

**Oración**

*“Dios es un Padre bueno, que nos ha elegido y bendecido antes de la creación del mundo. Un Padre que no abandona, sino que nos sostiene, ayuda y salva con una fidelidad que sobrepasa infinitamente la de los hombres, para abrirse a dimensiones de eternidad. Nosotros, podemos afrontar todos los momentos de dificultades y de peligro, la experiencia de la oscuridad, de la crisis y del tiempo del dolor, sostenidos por la confianza en que Dios no nos deja solos y está siempre cerca, para salvarnos y conducirnos a la vida.”*

**Benedicto XVI**

María Auxiliadora de los Cristianos...





## ***Cuaresma: un viaje Contigo.***

Buenos Días del 18 al 22 de marzo

### **Miércoles 20: Cuaresma: aligerar peso**

En el nombre del Padre...

#### **Ambientación**

El camino es duro; ya tenemos un buen calzado y ahora debes deshacerte de aquello que te suponga un gran peso, aquello que no te sirve, que no te deja avanzar, ¿PERO DE QUÉ?



#### **Para comprender mejor:**

Pensemos un momento con los ojos cerrados qué es aquello que nos impide avanzar, que nos hace ir más despacio y sin fuerzas para alcanzar la meta, el cambio, la mejor versión de mí.

Mientras escuchamos la música con los ojos cerrado pensamos en qué es aquello en lo que puedo mejorar, ¿estoy ofreciendo lo mejor de mí?

Actitudes como: egoísmo, envidia, pereza, malas contestaciones, apatía, falta de compañerismo, ... son las que impiden que avance en el camino. Si ya llevo el calzado adecuado, ¿por qué no aligero un poco la mochila y elimino aquellas actitudes que me hacen no crecer como persona?





**Continuemos el camino** siendo NOSOTROS, ofreciendo lo mejor.

### Oración

Yo le había pedido a Dios poder para ser amado... y me he encontrado con el amor para no necesitar ser poderoso.

Yo le había pedido a Dios la salud para hacer grandes cosas... y me he encontrado con la enfermedad para hacerme grande.

Yo le había pedido la riqueza para ser feliz... y me he encontrado con la felicidad para poder vivir la pobreza.

Yo le había pedido a Dios leyes para dominar a los otros... y me he encontrado con la libertad para liberarlos.

Yo le había pedido a Dios admiradores para estar rodeado de gente... y me he encontrado amigos para no estar solo.

Yo le había pedido a Dios ideas para convencer... y me he encontrado espacio para convivir.

Yo le había pedido dinero para comprar cosas... y me he encontrado personas para compartir mi dinero.

Yo le había pedido milagros para creer... y él me ha dado fe para hacer milagros.

Yo le había pedido una religión para ganarme el cielo... y él sólo me ha dado su Hijo para acompañarme por la tierra.

Yo le había pedido todo para gozar en la vida... y él me ha dado la vida para que goce de todo.

Yo le había pedido ser un dios... y él sólo pudo hacerme un hombre.

**María Auxiliadora de los Cristianos...**





## Cuaresma: un viaje Contigo.

Buenos Días del 18 al 22 de marzo

### Jueves 21: todo es cuestión de actitud

En el nombre del Padre...

#### Ambientación

<https://www.youtube.com/watch?v=hJLkmzVOc9A>

#### Reflexión:

A veces, la forma en la que uno afronta el camino marca la diferencia entre felicidad o desdicha, entre satisfacción o frustración. Porque **a veces, lo que nos pasa, o al menos cómo lo percibimos, es una cuestión de actitud.**

**Muchas personas tienen una mirada muy pesimista** y no encuentran sentido al camino, andan cansadas, piensan que para qué, que seguro que tropiezan o que se pierden... De esta forma evitan asumir la responsabilidad ante los acontecimientos que les suceda durante el trayecto, evitan la responsabilidad del cambio.

Estas personas, generalmente, **ponen toda la responsabilidad de sus “desgracias” fuera de su órbita de acción.** Siempre es el otro el responsable o “culpable” de toda situación negativa en su vida.

**El otro grupo es el que ve la vida con más optimismo.** Saben que el camino es duro, que les trae desafíos para crecer, pero que no están solos. Dios, los acompaña y guía. Por ello viven menos estresadas, más felices y sonrientes.

¿Cómo es mi actitud ante la Cuaresma?, ¿cómo recorro el camino?

¿Cómo se puede cambiar de actitud? Simplemente **hay que cambiar una actitud negativa por una positiva**, cambiando la queja por la acción. Ponte las zapatillas, coge la mochila, desecha lo que pese y SAL. Sal en busca de un Tú Renovado, un Tú pleno. Y recuerda que no estás solo; Él está siempre contigo.

“Una actitud positiva provoca una reacción en cadena de pensamientos, eventos y resultados. Es un catalizador y desata extraordinarios resultados.”

-Wade Boggs-





La vida es muchas veces cuestión de actitud y la que hemos visto es **una manera simple de empezar a procesar un cambio de una visión negativa a otra positiva** y ayudar a cambiar el modo de ver y de enfrentarse a la vida.

Todo es cuestión de arrancar. Una vez que se empieza, la rueda empieza a girar, y de esta forma, **ese pequeño cambio comienza a tomar todas las áreas de la vida.**

### Reflexión

Para tener un cambio de actitud y sacar lo mejor de nosotros, es necesario un momento de reflexión, de pausa, de desierto. El día a día nos va comiendo y evita que tengamos ese momento con una de las personas más importantes: Tú. Dedícate tiempo a ti mismo para poder ver que hay dentro, para cambiar y seguir el camino de la mano de Dios.

### Oración

Padre Nuestro...

María Auxiliadora de los Cristianos...





## Cuaresma: un viaje Contigo.

Buenos Días del 18 al 22 de marzo

### Viernes 22: A oscuras

En el nombre del Padre...

#### Ambientación

<http://www.notodofilmfest.com/film/a-oscuras/>

#### Para comprender mejor:

Hay ocasiones en la vida en la que estamos perdidos e inseguros, sin saber que hacer o qué camino seguir, la sensación que tenemos es similar a lo que se nos pasa por la cabeza cuando estamos a oscuras. ¿Qué sientes cuando estás a oscuras en un sitio que no te es familiar? Seguro que intuitivamente recurrirías a la linterna de tu móvil, que te va a iluminar y te va a dar seguridad; pues siempre te vas a sentir más tranquilo si eres capaz de ver lo que pasa a tu alrededor.

En el camino que estamos recorriendo, ya con buen calzado y con la mochila ligera, ocurre que puede haber momentos en los que sientas perdido, a oscuras. Pero no tienes que olvidar que Dios es nuestra luz, nuestra linterna, siempre va a estar ahí para iluminar el camino que debemos seguir.

Esta cuaresma es tiempo de emplear la herramienta de la linterna interior para iluminar nuestra vida. ¿Y eso como se hace? Pues dedicando todos los días unos minutos al silencio. Trata de conectarte a Dios y de enfocar, dar luz a alguna de las partes de tu vida.

#### Palabra de Dios

*Vosotros sois la luz del mundo; una ciudad asentada sobre un monte no se puede esconder. Ni se enciende una luz y se pone debajo de un almud, sino sobre el candelero, y alumbra a todos los que están en casa. Así alumbre vuestra luz delante de los hombres, para que vean vuestras buenas obras, y glorifiquen a vuestro Padre que está en los cielos. (Mateo 5:14-16)*

#### Reflexión

Escuchemos con esta canción para ser Luz dejándonos guiar por la Luz de Jesús.

<https://www.youtube.com/watch?v=mS1uEITYS-Y>







### Oración

El Señor es mi luz y mi salvación, ¿a quién temeré?

El Señor es la defensa de mi vida, ¿quién me hará temblar?

Si un ejército de enemigos está contra mí, mi corazón no tiembla; cuando me insultan y hablan mal de mí, me siento tranquilo.

Buscaré: habitar en la casa del Señor por los días de mi vida; gozar de la dulzura del Señor. Él me protegerá en el camino; me esconderá en lo escondido de su morada, me alzará sobre la roca

### María Auxiliadora de los Cristianos...

