

1. Tu Palabra Sanadora que empodera



ORACIÓN



“El Magnificat” es el espejo del alma de María. Y en el alma lleva grabadas la ternura y la compasión de Dios hacia los más pobres. La alegría la encontramos en lo más profundo del manantial, donde Dios es Dios. María se abre al Misterio de Dios y es tanta la alegría que siente al ver cómo es Dios que no puede hacer otra cosa que cantar con júbilo. Su canción es una gran noticia para toda persona.

La canción es como un resplandor de profecía para el mundo. Dios toca las heridas y las sana. A María Dios la ha mirado en su pequeñez, ha tocado y besado su pobreza. En ella se anuncia la buena nueva del Evangelio, en la que se adelantan las bienaventuranzas de Jesús.



CANTO

Hágase. Ain Karem

HÁGASE EN MÍ SEGÚN TU PALABRA,
HÁGASE EN MÍ SEGÚN TU SUEÑO,
HÁGASE EN MÍ SEGÚN TÚ QUIERAS,
HÁGASE EN MÍ TU AMOR.

En la luz o en la tiniebla,
en el gozo o el dolor,
en certezas o entre dudas,
¡HÁGASE!, SEÑOR.

En la riqueza o la nada,
en la guerra o en la paz,
en la fiesta o en el duelo,
¡HÁGASE!, SEÑOR.

Envuelta en miedo o sosiego,
en silencio o con tu Voz,
en risas o entre sollozos,
¡HÁGASE!, SEÑOR.

En la muerte o en la vida,
en salud o enfermedad,
frágil o fortalecida.
¡HÁGASE!, SEÑOR.

OBJETIVO

Escuchar las palabras de Jesús que me sanan e impulsan para ir cuidando las que salen de mi boca y a través de ellas pueda animar y consolar a los demás.

7.1 PALABRAS QUE LASTIMAN

TEMA



DESARROLLO

Las palabras tienen un poder tan fuerte que no solo hieren a la persona cuando son dichas, sino que pueden quedarse grabadas para siempre en el corazón y el alma, creando inseguridades y rompiendo relaciones.



Los seres humanos somos seres sociales, lo que implica que mantenemos comunicación con diferentes personas a lo largo del día. Esta comunicación puede darse en diferentes situaciones, perspectivas o estados de ánimo y no siempre resulta sencillo mantener una comunicación sana con quienes nos rodean.

Puede pasar que no somos buenos expresando nuestras ideas y sentimientos, que no sabemos comunicarnos con los otros o que simplemente no prestamos atención al momento de interactuar. Todo esto puede ocasionar que nos volvamos personas indeseables, personas tóxicas para quienes nos rodean, nadie nos quiere tratar, automáticamente nos alejamos de todos.

Críticas hacia los demás:

Está bien levantar la voz cuando está ocurriendo algo que no nos gusta o que nos afecta de alguna manera. El problema aparece cuando únicamente gastamos nuestro tiempo en recriminar y acusar a quienes nos rodean. Estas críticas siempre tratan de demostrar la inferioridad del otro y pueden iniciar con esto: Es que tú, eres, deberías, sería mejor que tú, tu familia, tus amigos. Aún cuando criticamos a alguien, para ayudarlo a darse cuenta de un error o de una conducta equivocada, debemos tener cuidado, ya que nuestras palabras pueden estar causando un daño mayor, que el beneficio que buscamos.

Llamamos declaraciones universales:

A cualquier tipo de frase que generalice o genere estereotipos sobre personas o conductas, por ejemplo: tú siempre, ustedes nunca, eres tan, todo el tiempo estás, otra vez.

Anulación de sentimientos:

Invalidamos sentimientos cuando no reconocemos emociones, los minimizamos, ignoramos o juzgamos negativamente. Por ejemplo: no me interesa lo que opines, me tiene totalmente sin cuidado lo que sientas, no seas tan dramático, no estés tan feliz, en realidad no hiciste nada sorprendente, etc.

La autoestima de cada persona, se forma en base a las relaciones que mantuvo de niño con sus seres queridos y con personas de su entorno. Si las personas que más tienen que quererle le tratan mal, si le insultan, humillan y le hacen sentir poco o nada querido; la autoestima de ese niño, su seguridad y su confianza en sí mismo se verán, muy probablemente, tremendamente dañadas.



Por eso respetar a los niños, hace que aprendan que tienen que tratar de respetar a los demás. Darles cariño y amor les hace sentirse queridos, plenos y los anima a ser más cariñosos y amorosos. Humillarles sólo puede ayudar a que aprendan a humillar a otros o que acaben viendo como normal que cualquiera les humille.

Las consecuencias de un niño maltratado verbalmente, tendrá como resultado una baja autoestima. La autoimagen de este niño se forma a partir de los mensajes que recibe de sus padres y sus allegados... teniendo, ansiedad, angustia e incapacidad de mostrar sus sentimientos. Y en muchos momentos repetirá lo mismo con las personas con quien convive. Cuando usamos palabras que lastiman, para dirigirnos a la gente que queremos o que es importante para nosotros, no sólo provocamos su sufrimiento, sino que dañamos la relación que tenemos con ellos.

Con frecuencia, muchos de nuestros problemas son causados o incrementados debido, precisamente, a problemas en este tipo. Problemas que surgen cuando utilizamos palabras que lastiman.

Dichas palabras pueden ser utilizadas de vez en cuando o pueden convertirse en una comunicación negativa que termina desencadenando un círculo vicioso entre dos personas que se atacan y lastiman o devalúan constantemente, con frecuencia por motivos equivocados y, en ocasiones, sin darse cuenta del origen de dicho círculo o del alcance de sus consecuencias.

En este sentido, podemos ver que son varios los elementos que pueden intervenir negativamente, en el uso y el tono de las palabras con las que nos dirigimos a las personas, como por ejemplo:

1. El dejarnos llevar por nuestras emociones y estado de ánimo, que afectan lo que decimos o la manera como lo decimos.
2. El desconocimiento de técnicas para tener una mejor comunicación.
3. La falta de empatía, para elegir el momento, forma y lugar adecuado para hablar.



Al hablar de palabras que lastiman, debemos tener en cuenta que una de las formas más negativas de utilizar la comunicación, es la crítica. Con frecuencia, cuando criticamos a una persona, tendemos a atacarla con palabras cuyo objetivo real es devaluarla, provocarle malestar y/o dolor o descargar nuestro coraje y disgusto..

Si bien es cierto que no tenemos que estar de acuerdo con todo lo que hacen los demás, cuando queremos expresar nuestro desacuerdo debemos tener cuidado con la manera de utilizar nuestras palabras.



MANOS A LA OBRA

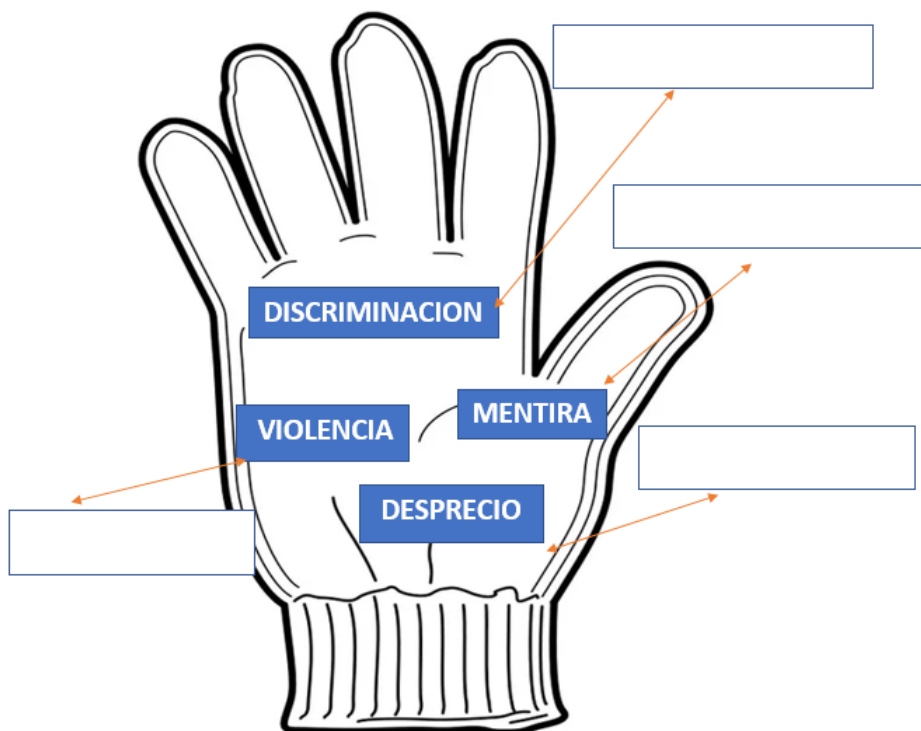
Reflexionar y *contestar*. Al final expresan con qué sentimientos se quedan.



.....

- ⇒ ¿Qué sentimiento surge en su corazón?
- ⇒ ¿Cómo uso las palabras?
- ⇒ Cuando críticas, ¿Te has preguntado por qué lo haces?
- ⇒ Cuando hablas ¿Estás de alguna manera, descargando tu enojo, mal humor o frustración?
- ⇒ ¿Estás consciente de tu forma de hablar?

Dibujan su mano y ponen palabras que han herido, lastimado a los demás. ¿Por cuáles palabras las cambiarías?



Lastimar a quien amamos, sin la intención de hacerlo. La vida en pareja, o estar dentro de una relación, implica, poder dar, saber recibir, ser capaz de ceder. etc.

Confianza y sinceridad distorsionadas. Cuando estamos en una relación con una persona amada, no somos necesariamente groseros, pero sí menos cuidadosos en la forma de actuar, decir y pedir las cosas.

Mecanismos de defensa. Negación, represión, ley del hielo, actitud pasivo agresiva o sumisión, reprimir las emociones y tragarse el enojo y la frustración, en vez de hablarlo, y actuar de maneras agresivas.





7.2 Jesús y sus Palabras de Vida

ORACIÓN



CANTO: Tu modo. Cristobal Fones sj

<https://youtu.be/LuL4vWEMkxg>

TU MODO

Jesús al contemplar en tu vida
El modo que tú tienes de tratar a los demás
Me dejo interpelar por tu ternura
Tu forma de amar nos mueve a amar
Tu trato es como el agua cristalina
Que limpia y acompaña el caminar
Jesús enséñame tu modo
De hacer sentir al otro más humano
Que tus pasos sean mis pasos
Mi modo de proceder
Jesús hazme sentir con tus sentimientos
Mirar con tu mirada
Comprometer mi acción
Donarme hasta la muerte por el reino
Defender la vida hasta la cruz
Amar a cada uno como amigo
Y en la oscuridad llevar tu luz
Jesús enséñame tu modo
De hacer sentir al otro más humano
Que tus pasos sean mis pasos
Mi modo de proceder.
Jesús yo quiero ser compasivo con quien
sufre.
Buscando la justicia, compartiendo nuestra
fe

Que encuentre una auténtica armonía
Entre lo que creo y quiero ser
Mis ojos sean fuente de alegría
Que abrace tu manera de ser
Jesús enséñame tu modo
De hacer sentir al otro más humano
Que tus pasos sean mis pasos
Mi modo de proceder
Quisiera conocerte, Jesús tal como
eres
Tu imagen sobre mi es lo que
transformará
Mi corazón en uno como el tuyo
Que sale de sí mismo para dar
Capaz de amar al padre y los
hermanos
Que va sirviendo al reino en libertad
Jesús enséñame tu modo
De hacer sentir al otro más humano
Que tus pasos sean mis pasos
Mi modo de proceder
Enseñame tu modo Señor.

TEMA



DESARROLLO

¿A quién comenzó Jesús a hablar? El evangelio dice que «paseando junto al mar de Galilea vio a dos hermanos que estaban echando la red en el mar, pues eran pescadores. Les dijo: “Vengan en pos de mí y los haré pescadores de hombres” (Mt 4,18-19). En este sentido, el Papa Francisco, recordó que los primeros destinatarios de la llamada fueron pescadores; “no personas cuidadosamente seleccionadas en base a sus habilidades, ni hombres piadosos que estaban en el templo rezando, sino personas comunes y corrientes que trabajaban” y los convocó de una manera particular.

Palabras de Jesús

- ⇒ No son ustedes los que me han elegido, soy yo quien los ha elegido a ustedes. Jn. 15,16
- ⇒ Tu limosna quedará en secreto y tu Padre que ve lo secreto te lo premiará. Mt.6:4
- ⇒ El Espíritu Santo vendrá sobre ti y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra. Lc. 1,35
- ⇒ “Animo, hija; tu fe te ha salvado”. Mt. 9,22
- ⇒ También ustedes, ahora están tristes, pero yo los volveré a ver, y tendrán una alegría que nadie le podrá quitar. Jn. 16:22
- ⇒ Yo no los llamo siervos, porque no sabe los planes de su amo, les digo amigos. Jn. 15,15
- ⇒ ¿Que quieres que haga por ti? Mc. 16,51

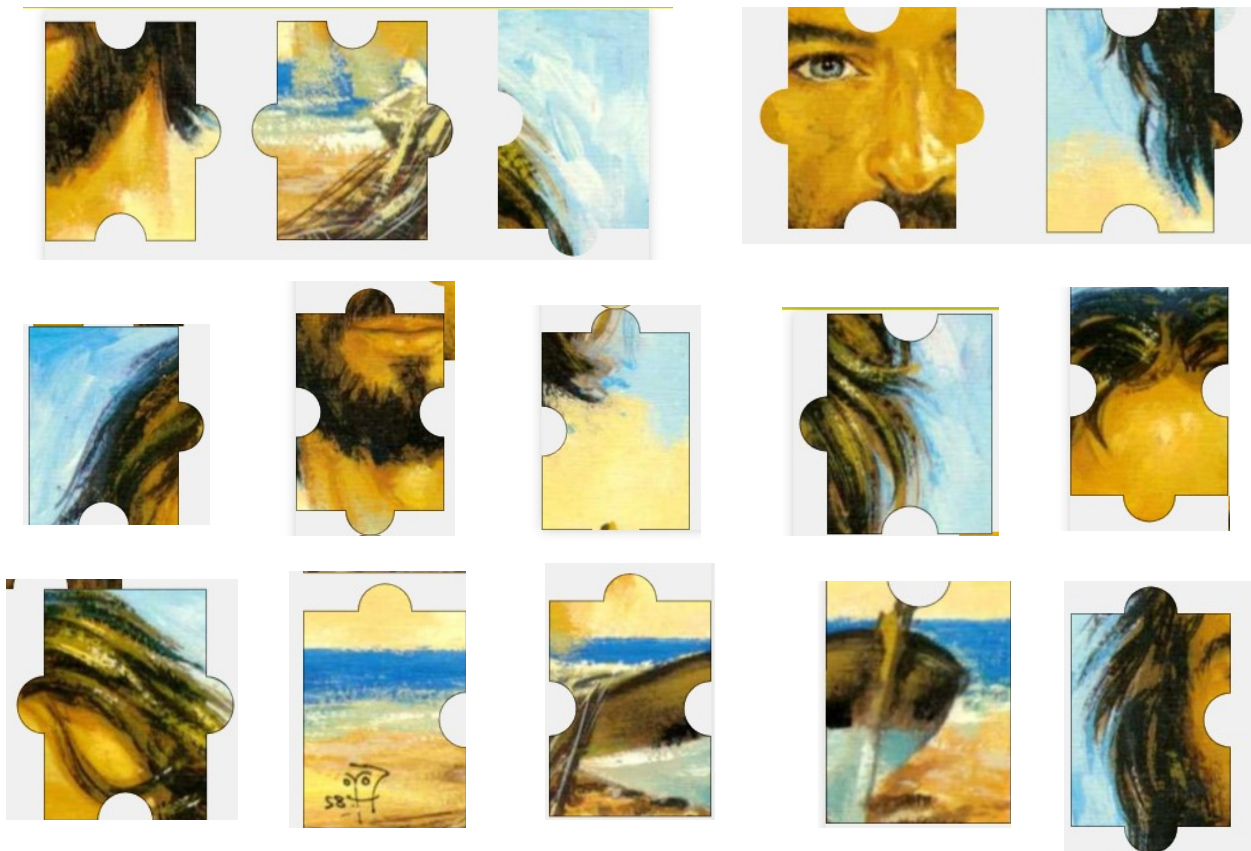
Seguir a Jesús, creer en él, escuchar y guardar su palabra.

Jesús es el Buen Pastor, está atento a cada uno de nosotros, nos busca y nos ama, nos dirige su Palabra, conoce en profundidad nuestro corazón, nuestros deseos y nuestras esperanzas, como también nuestros errores y nuestras decepciones. Además, nos acoge y nos ama como somos, con nuestros méritos y nuestros defectos. Por cada uno de nosotros Él da la vida eterna: nos ofrece la posibilidad de vivir una vida plena, sin fin. También nos custodia y nos guía con amor, ayudándonos a atravesar los senderos inaccesibles y las rutas a veces peligrosas que se nos presentan en el camino de la vida.

Escuchar y reconocer su voz, implica intimidad con Él, que se consolida en la oración, en el encuentro de corazón a corazón con el divino Maestro y Pastor de nuestras almas.

“Esta intimidad refuerza en nosotros el deseo de seguirlo, saliendo del laberinto de recorridos erróneos, abandonando los comportamientos egoístas para encaminarse sobre caminos nuevos de fraternidad y de entrega de nosotros mismos, a imitación de Él”.

Nos va poniendo en marcha para que reconociendo su voz que nos ama, nos atrevamos a cambiar de vida, a ir transformando nuestra manera de actuar, de hablar, de cómo nos dirigimos a los demás, teniendo como referencia, el modo de ser, del Señor Jesús. “No olvidemos que Jesús es el único Pastor que nos habla, que nos conoce, que nos da la vida eterna y nos custodia. Nosotros somos su rebaño y sólo debemos esforzarnos en escuchar su voz, mientras con amor Él escruta la sinceridad de nuestros corazones”.



Arma el siguiente rompecabezas

7.3 El hágase de María que Julia hace suyo

ORACIÓN



Escuchar canto.



Hágase.



TEMA



DESARROLLO

La fiesta de la Pureza de María es una exaltación de su virginidad, de su entrega total a Dios al recibir el anuncio del Ángel en la Visitación. El Sí de la Madre que resuena como un eco del sí del Verbo: **“He aquí que vengo a hacer, oh Dios, tu voluntad”** (Hb. 10, 7; cf. 5-10; Sal 40,7-9). Un Sí que Madre Julia ha-

ce suyo en el momento de su Ofrecimiento y que nos da algunas pistas sobre su espiritualidad mariana, sobre el modo en el que contempla a la Virgen.

El camino a Cristo pasa por el amor y la presencia de María en la vida personal y ella sostiene en los momentos de dificultad: La Santísima Virgen es para Julia recurso invencible, siempre que el enemigo la atormenta, de su mano se siente segura, capaz de alejarlo y contradecir los malos espíritus con los que la combate; él trata de alejarla de la mano protectora de María: “El demonio se me presenta cuando más y con más fervor descanso en el seno de mi madre María, diciéndome con sarcasmo que soy una hipócrita, que estoy abandonada de Dios”, pero Julia no cede, sabe que su mayor defensa es la Madre de Dios: Clamo al Señor. pero no me responde.

A ciegas llamo a la Virgen, mi Madre. Que me vea con ojos de piedad. Con serenidad y confianza, responderá a uno de los últimos ataques del enemigo: ¡Vete a tu infierno, desgraciado! ¡Apártate de mí! ¡Yo soy de Cristo! ¡Tengo a mi Madre Santísima!... Descanso—revela al final de la carta, ya serena— en el corazón misericordioso de mi Madre, la Virgen.

En definitiva, María se convierte para la Madre Julia en el ancla segura a la cual aferrarse en los momentos de dificultad.

Misión centro de su vida: ser una con Jesús, imitando el sí incondicional de María Virgen.

Recomendación del P. Mir a Julia, *“Mucho también me encargó que guardara la Congregación de la influencia del mundo y me rigiera en todo por la fe, la razón y la prudencia divino-humana”*.

Madre Julia es muy parca en palabras, muy caritativa a la hora de exponer la situación real que ha de enfrentar.

El papa Francisco, en el discurso inaugural del Sínodo de los obispos sobre la familia, decía a los participantes: *«una condición general de base es esta: Hablad claro. Que nadie diga: Esto no se puede decir: pensarán de mí esto o lo otro»* Hay que decir todo lo que se siente con valentía, con franqueza, sinceridad, audacia, libertad y respeto.

Sinceridad y claridad sin reticencias serán las armas que usará Madre Julia para defender la obra que el P. Mir había puesto en sus manos en el nombre de Dios. Valentía. Veámoslo con algunos ejemplos:

Respecto al P. Rougier: “Yo, tímida y calmada por temperamento y además, acostumbrada a la prudencia y mesura de Nuestro Padre Mir, sentí mal el desmedido entusiasmo del Padre Rougier y, puesta en la presencia de Dios, opté por no dejarme dominar de la influencia del Padre y dar carpetazo a todo lo que decían él y la Señora que Dios revelaba. Obrando así, me conservaba en paz y orden; haciendo lo que ellos sugerían se venía abajo todo lo establecido en la comunidad”.

Pero el ánimo de Julia no cesa, su valentía brota de su vida de oración, de su compromiso con Cristo de crucificarse con Él y con el P. Mir de defender la esencia de la Congregación, modo visible y material de cumplir la misión espiritual que es el centro de su vida: ser una con Jesús, en absoluta fidelidad, imitando el “Sí” incondicional de María Virgen.

¡Qué sencillo hubiera sido para la Madre Julia plegarse a los caprichos de la señora y su Padre espiritual para poder permanecer tranquila, segura, afirmada en su cargo!

¡Cuántas veces en la vida nosotros optamos por el camino más fácil, por los compromisos, cuando vemos amenazado nuestro prestigio o nuestra posición, nuestro buen lugar ante los otros!

Julia lo arriesga todo. No entiende de fariseísmos, de alabanzas gratuitas y vacías; no puede permitir la corrupción de la obra del P. Mir, porque la entiende como obra de Dios a ella entregada para su custodia.

Madre Julia se pone ante Dios antes de tomar cualquier decisión, *“Acudí a Nuestro Señor, y vi claramente que Él quería que la Congregación continuara con el Espíritu del Padre Mir y que, si la señora y el Padre querían dar otra dirección a la Congregación, me apartara de allí. Esta separación sería la única manera de evitar que lo hecho por el Padre desapareciera”*. (Mi camino)

“Nunca podré dar gracias a Dios Nuestro Señor por todos los favores que recibimos en esos días. Nuestro Padre, con un espíritu completamente sereno, lamentó lo sucedido; más en vista de las circunstancias que discutimos, llegamos a determinar lo siguiente: ir a Aguascalientes, presentarnos al Obispo, hablarle con claridad, diciéndole nuestros propósitos de fundar una Congregación bajo el título de: *«Congregación de la Pureza de María»*, dedicándonos a la enseñanza y educación de la Juventud, para formar a las niñas en un espíritu de pureza y sacrificio, con el fin de dar un consuelo al Corazón de Jesús” . (Mi camino)

La ayuda de la Providencia divina salva así la obra del P. Mir y el carisma confiado por él a la Madre Julia, que no es empresa humana, sino del Señor.

Las grandes líneas de fuerza de la espiritualidad de la Madre que hemos ido viendo hasta ahora están contenidas en el nombre de la nueva Congregación y en su propósito: Pureza, de la mano de María, que es entrega absoluta al plan de Dios, asumiendo el sacrificio personal que ello supone; deseo de consolar al Corazón de Jesús, ultrajado por tantos –no olvidemos el contexto histórico mejicano en el que se están desarrollando estos hechos de la vida de Julia-, del modo más eficaz posible: formando almas en la fidelidad a los sentimientos de Cristo, obediente al Padre, servidor de todos, Príncipe de la Paz y Rey de Amor.

De todo ello hace el Padre depositaria a la joven Julia, con la seguridad de quien bien conoce su espíritu. Se despiden, ella arrodillada junto a la Madre Virginia ante el crucifijo del P. Mir, quien le hace una pregunta que, aún hermosa, se nos antoja innecesaria:

“¿Me prometes tomar la Congregación como tuya y fundarla y formarla y defenderla cueste lo que cueste? Sí, Padre, respondí. Nos dio la bendición y nos despedimos”.

Innecesaria pues: ¿Quién podría dudar de que el P. Mir conocía perfectamente la respuesta?



MANOS A
LA OBRA

Meditar y compartir espontáneamente las frases, expresando a que se comprometen.

- ⇒ YO SOY LA LUZ DEL MUNDO
- ⇒ SI ALGUNO ME AMA GUARDARÁ MI PALABRA
- ⇒ QUÉ QUIERES QUE HAGA POR TI
- ⇒ SEAN COMPASIVOS COMO SU PADRE ES COMPASIVO



Canto: Hágase