



Hablamos con el Señor
sábado, 12 mayo

**Alegre la mañana,
que nos habla de Ti.
Alegre la mañana.**

En nombre del Dios Padre, del Hijo y del Espíritu,
salimos de la noche y estrenamos la aurora,
saludamos el gozo de la luz que nos llega,
resucitada y resucitadora.

Alegre la mañana...

Tu mano acerca el fuego a la sombría tierra
y el rostro de las cosas se alegra en tu presencia.
Silabeas el alba igual que una palabra.
Tú pronuncias el mar como sentencia.

Alegre la mañana...

Regresa, desde el sueño, el hombre a su memoria,
regresa del descanso el pueblo en la mañana,
acude a su trabajo, madruga a sus dolores;
le confías la tierra, y a la tarde la encuentra
rica de pan y amarga de sudores.

Alegre la mañana...

Y Tú te regocijas, oh Dios, y Tú prolongas
en sus pequeñas manos tus manos poderosas.
Y están de cuerpo entero los dos así creando,
los dos así velando por las cosas.

Alegre la mañana...

Bendita la mañana que trae la gran noticia
de tu presencia joven, en gloria y poderío;
la serena certeza con que el día proclama
que el sepulcro de Cristo está vacío.

El Papa Francisco en su carta “Alegraos y regocijaos” (Gaudete et exultate)
nos habla de

“cinco grandes manifestaciones del amor a Dios y al prójimo que considero de particular importancia, debido a algunos riesgos y límites de la cultura de hoy”
(n. 111)

Durante los sábados de mayo y junio vamos a meditar sobre estas manifestaciones de santidad en nosotros (amor a Dios y al prójimo) y nos vamos a preguntar cómo las vivimos.

El sábado pasado meditamos un poco sobre la primera manifestación de amor a Dios y al prójimo: “**aguante, paciencia y mansedumbre**”.

Esta forma de ser consiste en ... “*estar centrado, firme en torno a Dios que ama y que sostiene*”.

Hoy meditamos sobre la segunda manifestación de amor a Dios y al prójimo que el Papa nos presenta: **Alegría y sentido del humor**

Dice el Papa

122. Lo dicho hasta ahora no implica un espíritu apocado, triston, agriado, melancólico, o un bajo perfil sin energía. El santo es capaz de vivir con alegría y sentido del humor. Sin perder el realismo, ilumina a los demás con un espíritu positivo y esperanzado. Ser cristianos es «gozo en el Espíritu Santo» (Rm 14,17), porque «al amor de caridad le sigue necesariamente el gozo, pues todo amante se goza en la unión con el amado [...] De ahí que la consecuencia de la caridad sea el gozo» (Sto Tomás). Hemos recibido la hermosura de su Palabra y la abrazamos «en medio de una gran tribulación, con la alegría del Espíritu Santo» (1 Ts 1,6). Si dejamos que el Señor nos saque de nuestro caparazón y nos cambie la vida, entonces podremos hacer realidad lo que pedía san Pablo: «Alegraos siempre en el Señor; os lo repito, alegraos» (Flp 4,4).

¿Qué me causa tristeza y me hace mantenerme en ella?

Tener en mí el Espíritu de Dios es causa de gozo...

Que Dios me ama, me llena de alegría...

Tener la Palabra de Dios me hace caminar en alegría...

(suplico al Señor ...)

123. Los profetas anunciaban el tiempo de Jesús, que nosotros estamos viendo, como una revelación de la alegría: «Gritad jubilosos» (Is 12,6). «Súbete a un monte elevado, heraldo de Sión; alza fuerte la voz, heraldo de Jerusalén» (Is 40,9). «Romped a cantar, montañas, porque el Señor consuela a su pueblo y se compadece de los desamparados» (Is 49,13). «¡Salta de gozo, Sión; alégrate, Jerusalén! Mira que viene tu rey, justo y triunfador» (Za 9,9). Y no olvidemos la exhortación de Nehemías: «¡No os pongáis tristes; el gozo del Señor es vuestra fuerza!» (8,10).

Los profetas anunciaban lo que parecía imposible: Dios se acerca a salvarnos...

Dios estará con nosotros... Dios caminará con nosotros...

Esta promesa se ha hecho realidad...

Le pido al Señor que no viva como si El no se hubiera acercado a mí...

(suplico al Señor ...)

124. *María, que supo descubrir la novedad que Jesús traía, cantaba: «Se alegra mi espíritu en Dios, mi salvador» (Lc 1,47) y el mismo Jesús «se llenó de alegría en el Espíritu Santo» (Lc 10,21). Cuando él pasaba, «toda la gente se alegraba» (Lc 13,17). Después de su resurrección, donde llegaban los discípulos había una gran alegría (cf. Hch 8,8). A nosotros, Jesús nos da una seguridad: «Estaréis tristes, pero vuestra tristeza se convertirá en alegría. [...] Volveré a veros, y se alegrará vuestro corazón, y nadie os quitará vuestra alegría» (Jn 16,20.22). «Os he hablado de esto para que mi alegría esté en vosotros, y vuestra alegría llegue a plenitud» (Jn 15,11).*

¿Me alegro por la novedad de vida que trae Jesús?

¿Me alegro por la resurrección de Jesús?

¿Me alegro porque el Espíritu de Dios está en mí?

¿Me doy cuenta que la tristeza no triunfará en mí?

(suplico al Señor ...)

125. *Hay momentos duros, tiempos de cruz, pero nada puede destruir la alegría sobrenatural, que «se adapta y se transforma, y siempre permanece al menos como un brote de luz que nace de la certeza personal de ser infinitamente amado, más allá de todo» (Evangellii Gaudium). Es una seguridad interior, una serenidad esperanzada que brinda una satisfacción espiritual incomprensible para los parámetros mundanos.*

¿En medio de la cruz vivo con la serena certeza de que Dios me ama sin medida?

¿Experimento esta serena certeza como gozo espiritual, alegría que provoca el Espíritu en mí?

(suplico al Señor ...)

126. *Ordinariamente la alegría cristiana está acompañada del sentido del humor, tan destacado, por ejemplo, en santo Tomás Moro, en san Vicente de Paúl o en san Felipe Neri. El mal humor no es un signo de santidad: «Aparta de tu corazón la tristeza» (Qoh 11,10). Es tanto lo que recibimos del Señor, «para que lo disfrutemos» (1 Tm 6,17), que a veces la tristeza tiene que ver con la ingratitud, con estar tan encerrado en sí mismo que uno se vuelve incapaz de reconocer los regalos de Dios.*

¿Me dejo llevar por el enfado porque las cosas, las personas o los acontecimientos no van como espero?

(suplico al Señor ...)

127. Su amor paterno nos invita: «Hijo, en cuanto te sea posible, cuida de ti mismo [...]. No te prives de pasar un día feliz» (Si 14,11.14). Nos quiere positivos, agradecidos y no demasiado complicados: «En tiempo de prosperidad disfruta [...]. Dios hizo a los humanos equilibrados, pero ellos se buscaron preocupaciones sin cuento» (Qo 7,14.29). En todo caso, hay que mantener un espíritu flexible, y hacer como san Pablo: «Yo he aprendido a bastarme con lo que tengo» (Flp 4,11). Es lo que vivía san Francisco de Asís, capaz de conmoverse de gratitud ante un pedazo de pan duro, o de alabar feliz a Dios solo por la brisa que acariciaba su rostro.

¿Sé vivir la alegría de tantos dones, regalos que tengo cada día?

¿Me alegro y gozo con las cosas y experiencias sencillas de cada día?

¿Me domina la ansiedad del tener (cosas, personas, fama, apariencias...)

¿Me dejo dominar por las preocupaciones?

(suplico al Señor ...)

128. No estoy hablando de la alegría consumista e individualista tan presente en algunas experiencias culturales de hoy. Porque el consumismo solo empacha el corazón; puede brindar placeres ocasionales y pasajeros, pero no gozo. Me refiero más bien a esa alegría que se vive en comunión, que se comparte y se reparte, porque «hay más dicha en dar que en recibir» (Hch 20,35) y «Dios ama al que da con alegría» (2 Co 9,7). El amor fraterno multiplica nuestra capacidad de gozo, ya que nos vuelve capaces de gozar con el bien de los otros: «Alegraos con los que están alegres» (Rm 12,15). «Nos alegramos siendo débiles, con tal de que vosotros seáis fuertes» (2 Co 13,9). En cambio, si «nos concentramos en nuestras propias necesidades, nos condenamos a vivir con poca alegría». (Amoris laetitia)

La alegría consumista es empacho de cosas... pero nunca se alegra por los otros y con los otros...

A la alegría consumista le sobra gente, le sobran personas, excluye a las personas...

¿Tengo mas alegría en dar que en recibir?

¿Me alegra el bien de otros?

¿Me doy cuenta que mientras más me encierro en mi, pierdo mas capacidad de alegría?

Suplica

Señor, concédeme la alegría que viene de ti...

dame un corazón grande para amar...

que mi vida sea causa de alegría para otros...