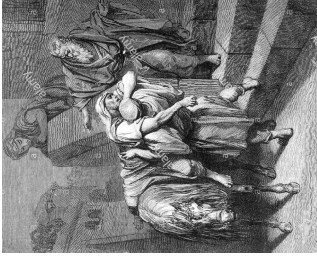




La Palabra

Comparte la bendición del día del Señor



El amor no hace mal al prójimo. Por lo tanto, el amor es la plenitud de la Ley.

El temor es la ausencia de Amor, como la sombra es la ausencia de luz, y el frío la carencia de calor. Si el Amor del Padre Nuestro y Jesucristo está presente en el Espíritu Santo que alienta tu espíritu. Entonces abre la puerta de tu conciencia que es tu espíritu.

Medita

El temor es un puente al futuro, por eso es necesario que regreses al presente donde si puedes transformar con el Amor. Con la oración invocas al amor y con la meditación regresas al presente para acunarte en el Amor: Detén tu pensamiento que alienta el temor, manda a tu mente que repita una jaculatoria como "Señor mío y Dios mío". Calma tu emoción respirando suavemente y a inhalar que tu mente diga "Señor mío" y al exhalar "y Dios mío". Controla a tu cuerpo poniéndolo de forma cómoda: sentado, espalda recta, plantas de los pies bien apoyadas, manos sobre tus piernas, de tal manera que no te distraiga tu cuerpo mientras te acunas en el Amor del Señor. Diez minutos serán suficientes para comenzar a disipar el temor, pues comenzarás a tomar conciencia del Amor del Señor.

¿Cómo quitar el temor?

Alma mía, si el Amor es el Camino, la Verdad y la Vida, entonces sólo podremos resolver una crisis al creer en el Amor. El Amor está siempre presente pues Dios es Amor, para resolver los temores hazlo invocando al Amor.

Dios es amor (Juan Juan 4:7-9)

Amados, amémonos unos a otros, porque el amor es de Dios, y todo el que ama es nacido de Dios y conoce a Dios. El que no ama no conoce a Dios, porque Dios es Amor. En esto se manifestó el amor de Dios en nosotros: en que Dios ha enviado a su Hijo unigénito al mundo para que vivamos por medio de El.

Haz oración

Cuando haces de la oración un dialogo con Dios, necesariamente lo estás invocando, estás poniendo en tu conciencia el Amor que te creó, el camino y el destino. Amar y orar es la misma acción, pues al orar estás confiándote al Amor del Señor. Amor presente en la creación del Padre Nuestro. Amor presente en los misterios Sacramentales donde Jesucristo está alimentándonos como fuente de agua viva. Amor presente en nuestro espíritu con el Espíritu Santo, Amor del Padre y el Hijo en nuestra existencia.

Alma mía imagina que en tus manos ha llegado una carta de San Pablo (13,8-10), tú estás con los Romanos y escuchas que comienza diciendo:

Hermanos:

Que la única deuda con los demás sea la del amor mutuo: el que ama al prójimo ya cumplió toda la Ley.

Porque los mandamientos: No cometerás adulterio, no matarás, no robarás, no codiciarás, y cualquier otro, se resumen en este: Amarás a tu prójimo como a ti mismo.

pausadamente mientras invocas al Señor. Medita así una y otra vez hasta que te mires dialogando con el Señor, que te aguarda para acunarte en sus brazos y curar tu debilidad, rencores y temores, el duelo y las limitaciones.

Para levantarte de los hechos, las palabras o las omisiones que te han arrojado a la tierra Invoca su presencia al menos 10 minutos al día. Mira hacia tu espíritu y verás su Espíritu Santo en ti. Siente como es uno contigo, recibe su Espíritu en comunión con tu espíritu y en la pena sentirás su presencia que te levanta y para que andes en sus brazos.

I. Descansa

Por la noche, así como desanudas los zapatos para descansar, desanuda toda ofensa y deuda perdonando. Así como iluminas con una lampara el camino en la oscuridad, recibe el perdón del Padre, el Hijo y el Espíritu Santo y extiéndelo en la oscuridad del camino del egoísmo.

Todo cuanto te rodea ha sido dispuesto por la divina providencia del Señor, abre tu conciencia para mirarte inmerso en sus bendiciones y laborar como administrador digno de confianza y capaz. Trabaja bendiciendo las dolencias, carencias, desorden. Alma mí escucha al Espíritu Santo que te guía en las sombras, el conflicto y el valle de la muerte, para llevarte a la paz y el amor que tanto deseas.

Alma mía, el tiempo de descanso es cuando el Señor te acuna en sus brazos, dale tu tiempo y tu voluntad para estar consciente al menos diez minutos a lo largo de tu día.

Dios te bendice, acúmate en sus brazos.

Somos como una gota de agua que recorre el lecho del río, levanta el vuelo en las nubes, que se expande por toda la tierra, que se une a la creación para bendecir y ayudar a dar frutos y semillas. El capullo del egoísmo se aferra a una piedra, al fondo del río, del océano, no alcanza la altura de la nube o el horizonte de la tierra misma. Por eso vivir en el egoísmo paraliza y cubres al Amor.

Alma mía, el ánimo que corre en nuestra vida es el Amor que da vida. pues el Espíritu Santo encarnado es la Vida, el Camino y la Verdad. Es Amor, Espíritu del Padre y Cristo. Viene a nuestro encuentro para que dejemos de aferrarnos al egoísmo y vivamos vida que viene del amor, por los siglos de los siglos, en la eternidad de su presencia.

j. Acepta el Amor

Cristo al mirarnos enclavados y paralizados en la tierra, con la fuerza del perdón de su misericordia, va más allá de decir "tus pecados son perdonados". Dice "¡levántate y anda!". Así pues Alma mía, con el Amor que te confiere el Espíritu del Señor: ¡levántate de esa culpa y anda! ¡Levanta a quien ofende y tiene deuda para que ponga el pie en la tierra y la mirada en el cielo! Levantar y andar es perdonar. Así la verdad te hace libre, pones pie en el camino del amor y amas la vida del Amor.

k. Invoca al Señor

Alma mía, invoca su presencia, que u mente se centre en llamarlo una y otra vez diciéndole: "Señor mío y Dios mío". Detén tu paso, pon cómodo a tu cuerpo y que respire profunda y

Responsable: **Juan Manuel D'Acosta L.**

Consejero terapeuta en Misión de Amor.

Mi labor es acompañarte de forma confidencial, para ordenar y entender tus sentimientos y problemas, así aprender cómo manejarlos en tu vida diaria apoyada en tu espiritualidad.

Consulta por cel/Whatsap +52 1 734-1295-201



Facebook @misiondeamor, Youtube: @misiondeamormx o juanmanuel@misiondeamor.com.mx

Perdona

Insiste en descubrirte en el Amor, sólo el temor de Dios es verdadero, temor de perder la vida que viene del Amor, temor de contrariar el camino de la voluntad de Dios, temor de mentirnos, que es el amor es el camino, la verdad y la vida. Cristo viene a que vivas la voluntad del Amor, deja que tu espíritu sea guiado por su Espíritu. Si equivocas, descubre el perdón, el Perdón es encontrarla la bendición y la lección de Amor que se oculta tras la ofensa. El perdón es vivir el Amor que dice “levantate, toma tu camilla y anda”.

El temor anuncia lo que “no es”, pero “Dios es y basta” (Poema de Santa Teresa de Ávila)

*Nada te turbe,
nada te espante, todo se pasa,
Dios no se muda,
la paciencia todo lo alcanza,
quien a Dios tiene nada le falta
sólo Dios basta.*

Contempla

Ante el temor contempla. Deja todo para encontrar el Amor:

*Mira a Dios,
mírate en Él,
mira a Dios en Ti.
Ama a Dios,
ama su amor hacía ti,
ama el amor en ti,
ama con su Amor.*

Un día de ejercicio para tu espíritu

Este es un día para ejercitar tu espíritu, puedes repetirlo durante varios días hasta que descubras en tu alma la luz del Espíritu Santo.

Haré comer a tus opresores su propia carne, Y como si fuera vino dulce, con su sangre se embriagarán. Y toda carne (todo ser humano) sabrá que Yo, el SEÑOR, soy tu Salvador Y tu Redentor, el Poderoso de Jacob. ”(Isaías 49:26)

a. Diálogo preparatorio

Alma mía deja de estar condenando con tus juicios, pues así sólo logras vivir el mundo de la condena. Buscas el gozo del cielo, lo encontrarás en tu espíritu, pues el gozo viene del Espíritu Santo que anima la vida.

“Y les daré un corazón para que me conozcan, porque yo soy el SEÑOR; y ellos serán mi pueblo y yo seré su Dios, pues volverán a mí de todo corazón.(Jeremías 24:7)

La buena noticia

Alma mía, escucha en el eco del silencio lo que el Señor te expresa. Imagina y que estás en el momento que relata San Lucas (14,25-33):

Junto con Jesús iba un gran genito, y él, dándose vuelta, les dijo:

“Cualquiera que venga a mí y no me ame más que a su padre y a su madre, a su mujer y a sus hijos, a sus hermanos y hermanas, y hasta a su propia vida, no puede ser mi discípulo.

El que no carga con su cruz y me sigue, no puede ser mi discípulo.

¿Quién de ustedes, si quiere edificar una torre, no se sienta primero a calcular los gastos, para ver si tiene con qué terminarla?

No sea que una vez puestos los cimientos, no pueda acabar y todos los que lo vean se rían de él, diciendo:

‘Este comenzó a edificar y no pudo terminar’.

¿Y qué rey, cuando sale en campaña contra otro, no se sienta antes a considerar si con diez mil hombres puede enfrentar al que viene contra él con veinte mil?

Por el contrario, mientras el otro rey está todavía lejos, envía una embajada para negociar la paz.

De la misma manera, cualquiera de ustedes que no renuncie a todo lo que posee, no puede ser mi discípulo.” ,

b. Despierta

Cada mañana reserva un tiempo para tomar la mano del Señor y perdonar aquellas deudas que arrastras de los días del pasado. Ilumina con el perdón que te entrega Su Espíritu los juicios del pensamiento, los resentimientos anidados en las emociones, los dolores del cuerpo y los rencores que encuentres en relaciones con los demás.

c. Lávate

Cuando laves tus manos, preparándote para comer, observa como eliminas toda impureza que pudiera dañarte y piensa en la limpieza que el perdón hace en aquello que te daña. El Señor te entrega siempre el perdón para que lo apliques y camines limpiando de culpa, pues muchas veces caminamos con las culpas de los otros negando la reconciliación. Descubre como brilla la misericordia del Señor cuando lavas con compasión tu corazón y el mundo que enfrentas.

d. Mírate

Cuando mires el espejo, observa en el fondo de tu mirada y pregúntale a tu conciencia donde y como está buscando el Animo que anima tu espíritu. Cuando camines observa ¿tu conciencia mira hacia la tierra? o bien, tu visión está en el horizonte que une la tierra y el cielo.

El egoísmo tiene la cabeza baja y no deja de contemplar el gozo del cielo transformando la tierra. Tal vez, has olvidado que los frutos del Espíritu Santo están presentes en tu existencia y vienen desde el cielo y tienen raíces en la profundidad de tu espíritu.

El egoísmo te muestra una vida centrada en ti. Las demandas que haces, se centran en aquello que afecta tus intereses y derechos. La ley parece el sostén de tu tranquilidad. El perdón del quien mira con la cabeza baja significa: “si yo concedo un beneficio al otro, el otro me debe un favor”. “Perdono pero no olvido”... se mantiene la esclavitud sobre la ofensa y la deuda.

e. Levanta tu rostro

Si levantas la cabeza al perdonar verás que el perdón viene del Amor y en el perdón descubre la posibilidad de salvar al otro de ofensas y deudas, de ayudarlo en su debilidad con la fuerza del Amor. Así es el perdón que recibes del cielo. Del cielo recibes el Amor que te anima, el Amor que es tu camino, el amor que es tu vida y tu destino. Perdón del Amor significa, encontrar la bendición y salvar al otro, quitar el juicio que condena y esclaviza. Al perdonar descubres el Amor del que está hecha la creación del Padre Nuestro.

f. Ten compasión

Perdonar es un acto de misericordia, de compasión, de caridad o Amor, para salvar a nuestro prójimo y salvarte, para acunarnos en los brazos del Padre, para encaminarnos en la plenitud, para levantarnos de las caídas, para descubrir la bendición que somos en nombre de Dios.

g. Se libre

El perdón del Amor libera al próximo de nuestros juicios y a nosotros de la esclavitud de nuestras condenas, de convertimos en verdugos y guardianes de quienes nos ofenden.

h. Recibe al Señor

Cristo ha venido a perdonarnos a liberarnos de nuestros juicios del egoísmo que nos esclavizan. Somos seres y expresiones del Amor, templo donde habita el Espíritu Santo, creados a imagen y semejanza del Creador. Somos Amor encarnado para bendecir la creación, para crear una bendición que transforme la ofensa. Somos una bendición de Amor para extender el Amor. El egoísmo es tan frágil ante el Amor, es sólo el capullo que cubre nuestra presencia. Cuando mires una mariposa descubre como dejó el capullo que limita el vuelo en el cielo. Suavemente libérate del capullo de tu egoísmo y vuela en el Amor.

i. Contempla el Amor

Contempla el Amor, mírate en el Amor, mira el Amor en ti. Somos Amor del Amor.