

TEMAS PARA MEDITAR



PASIÓN DE JESÚS, Nº 2

INSTRUCCIONES PARA USAR ESTE CUADERNO

- 1.-Este cuaderno no es para leer. Es para orar.
- 2.-Todas las palabras aquí escritas quieren ser una ayuda para tu oración.
- 3.-Las mejores palabras de este libro no son las que están escritas en él sino las que tu mismo dirás a Dios en tu oración.

¿CÓMO SE HACE LA MEDITACIÓN?

PRIMER PASO

Busca un lugar retirado y en silencio donde puedas hacer la meditación (normalmente tu habitación o una sala habilitada para esto)

Necesitarás un tiempo de entre 15-20 minutos para hacer bien la meditación.

SEGUNDO PASO

Escoge el tema que vas a meditar (solo uno por cada rato de meditación). Puedes repetir los temas pasados unos días pues cada vez te dirán cosas nuevas.

TERCER PASO

Ponte en presencia de Dios. Sé consciente de que Él te está mirando. (Esto se hace en unos breves segundos)

Puede servirte la "oración de preparación" (para mayor comodidad está colocada en la parte de atrás del cuaderno).

CUARTO PASO

Tiene dos partes:

PRIMERO: Lee el texto evangélico tranquilamente, fijándote en los detalles. ¿Qué dice? ¿Qué te dice a ti?

SEGUNDO: Lee la “composición de lugar” y ve imaginando lo que va diciendo (pues la composición de lugar tiene como finalidad que imagines la escena del Evangelio que has leído y te metas en ella, como si fueras un personaje más).

QUINTO PASO

Lee los puntos de meditación y habla con el Señor según estos te inspiren.

Aquí está la clave de la meditación: habla con Jesús, cuéntale tus dificultades, problemas, situaciones, proyectos. Usa tus propias palabras, habla como hablarías con el mejor de tus amigos. Insiste mucho en hacer actos de amor al Señor, de fe en Él, de confianza, de abandono, de pedirle fuerzas y ayuda....

No leas todos los puntos de golpe. Ve uno a uno, dedicándole un tiempo a cada uno de ellos. No hace falta que hagas todos los puntos. Si no los terminas no pasa nada. Detente allí donde más devoción halles.

Saca propósitos concretos de mejorar tu vida cristiana y termina siempre dirigiéndote a la Santísima Virgen María. Puedes terminar con la “oración de conclusión” (está en la parte de atrás de este cuaderno).

ORACIÓN EN EL HUERTO

(Lc 22, 39-46)

Salió y se encaminó, como de costumbre, al monte de los Olivos, y lo siguieron los discípulos. Al llegar al sitio, les dijo: «Orad, para no caer en tentación». Y se apartó de ellos como a un tiro de piedra y, arrodillado, oraba diciendo: «Padre, si quieres, aparta de mí este cáliz; pero que no se haga mi voluntad, sino la tuya». Y se le apareció un ángel del cielo, que lo confortaba. En medio de su angustia, oraba con más intensidad. Y le entró un sudor que caía hasta el suelo como si fueran gotas espesas de sangre. Y, levantándose de la oración, fue hacia sus discípulos, los encontró dormidos por la tristeza, y les dijo: «¿Por qué dormís? Levantaos y orad, para no caer en tentación».



COMPOSICIÓN DE LUGAR

Observa a Jesús en el huerto de los olivos. Está en oración. Una oración angustiosa, terrible. Algo extraño le ocurre. Él, siempre lleno de paz y serenidad, se encuentra totalmente abatido.

Mira su rostro. Pequeñas gotas de sangre salen de su sudor. Este rarísimo fenómeno sólo ocurre cuando una persona de extrema sensibilidad está sometida a una presión psicológica tremenda, hasta el punto de reventar los pequeños capilares bajo la piel.

La presión que Jesús soporta es el peso de nuestros pecados. Míralo: Él, Dios eterno hecho hombre, uno junto al Padre y al Espíritu Santo, está permitiendo que todos los pecados de la humanidad caigan encima suya, se identifiquen con Él...

Observa como Jesús se ve revestido de lo único que no puede aguantar ni aprobar: el pecado. Y no uno ni cien. Todos, todos los pecados de toda la humanidad, cayeron sobre Él. Robos, asesinatos, violaciones, injusticias, corrupciones, manipulaciones, odios.... Lo grave y lo leve, lo público y lo oculto.

Ese peso tremendo es el que lo agobia y lo hunde. El peso del pecado. También están allí tus pecados. También ellos participan en su Pasión.

PUNTOS

*Te veo hundido en el suelo del huerto de los Olivos y te pregunto con todo mi corazón: “¿Por qué has querido Señor soportar ese tremendo peso? ¡Los pecados de toda la humanidad! ... ¿Por qué?... “. Ahora observo que levantas tu cabeza, me miras con una mezcla de tristeza y de compasión, y me respondes bajito, casi sin poder articular las palabras: “Por amor.... porque os quiero salvar.... Porque te amo quiero cargar con tus pecados y liberarte de ellos”..

*Quiero reflexionar el amor de Dios.... un amor capaz de hacer semejante sacrificio por criaturas que Dios no necesita y que, además, continuamente nos rebelamos contra Él.... ¡Amor infinito, amor tremendo, amor extremo!....

*¡Y pensar que mis pecados estuvieron allí, haciendo más dolorosa la Pasión del Señor...! Nunca más pecar. Lucha fuerte contra el pecado. ¡Señor, fortalece mi alma y mi voluntad para evitar aquello que te ofende!

PEDIR UN ODIO PROFUNDO AL PECADO

LA FLAGELACIÓN

(Jn 19, 1)

Entonces Pilato tomó a Jesús y lo mandó azotar.



COMPOSICIÓN DE LUGAR

Observa a Jesús siendo colocado en la columna, a la que se le ata con grilletes. Se le quitan sus ropas mientras dos verdugos se colocan a sus espaldas con los temibles flagelos: látigos formados con bolas de plomo, huesos y otros materiales preparados para desollar al condenado.

Comienza la flagelación. No hay límite de golpes. Los verdugos han recibido una única indicación: no deben matar al reo.

Observa como es golpeado el sagrado cuerpo de Jesús. Ese cuerpo asumido por la segunda persona de la Santísima Trinidad. Ese cuerpo que nació milagrosamente de la Virgen María. Ese cuerpo inocente, puro, por medio del cual la divinidad ha realizado milagros.... Ese cuerpo es ahora destrozado.

A los primeros latigazos siguen los demás, abriendo cada vez más heridas. La sangre, poca al principio, va brotando luego en mayor cantidad.

La escena es terrible. El dolor inaguantable. Y sin embargo observa a Jesús, aguantando los golpes, uno tras otro, en unos minutos que se hacen interminables.

PUNTOS

*Te miro atado a la columna, flagelado y humillado, y te pregunto: “¿De donde sacas tantas fuerzas para mantenerte firme en medio de tanta violencia, oh Señor?”. Veo como levantas la vista hacia donde estoy para decirme: “El amor... el amor que te tengo es el que me da fuerzas para soportarlo todo”.... ¡Señor Jesús! Yo quiero vivir ese amor. Yo quiero que el amor divino sea el motor y la fuerza de mi vida cristiana.

*Mira el cuerpo destrozado de Jesús... así pagó los pecados de impureza sexual, el uso ofensivo de la sexualidad contraria al plan de Dios.... ¡Me avergüenzo, Señor, de las veces que me he dejado arrastrar por un uso impuro de la sexualidad! ¡Te pido perdón! ¡Te pido fuerzas para vivir en mi vida la santa pureza y así glorificarte con mi cuerpo!

*Si tanto sufriste para pagar el pecado... ¿cómo no veo con claridad que todo pecado, por pequeño que sea, es el verdadero y único mal de la humanidad?.

PEDIR VIVIR LA SANTA PUREZA EN MI CUERPO

LA CORONACIÓN DE ESPINAS

(Mc 15, 16-20)

Los soldados se lo llevaron al interior del palacio -al pretorio- y convocaron a toda la compañía. Lo vistieron de púrpura, le ponen una corona de espinas, que habían trenzado, y comenzaron a hacerle el saludo: «¡Salve, rey de los judíos!». Le golpearon la cabeza con una caña, le escupieron; y, doblando las rodillas, se postraban ante él. Terminada la burla, le quitaron la púrpura y le pusieron su ropa.



COMPOSICIÓN DE LUGAR

Observa a Jesús siendo objeto de burla. Han oído que le llaman “Rey de los judíos”. Así que le hacen una corona de espinas y lo visten de forma burlesca.

Golpes, risas, burlas, humillaciones.... y Jesús calla, aguanta, no dice nada, no mira con odio, no responde con insultos... Mira su serenidad, su paz.....

El que está siendo humillado es el Creador de todo el universo. El mismísimo Dios, Aquel a quien se le debe todo honor y toda gloria, Aquel sin el cual nada podría subsistir, Aquel sin el cual no habría vida, ni belleza, ni verdad, ni amor, ni libertad... Aquel es quien está siendo humillado.

PUNTOS

*Te miro coronado de espinas, burlado, perseguido... ¿y yo buscando aplausos, fama y gloria?... Te miro humillado, ¿y yo buscando vanidad, soberbia, protagonismo, que todos se admiren de mi, que mi opinión sea la más tenida en cuenta, ser el centro de atención...?

*¿Con cuánto interés me preocupo a veces de que todos me aplaudan, me acepten, piensen bien de mí...! ¡Cuántas veces me esclavizo a la opinión de los demás hablando y actuando cómo creo que ellos esperan que haga para conseguir su aprobación! ¡Cuántas veces he preferido quedar bien, ganar más fama y honor de este mundo, ganarme la aprobación de los hombres, antes que defender tu verdad, tu Evangelio...! ¡Cuántas veces he pretendido que mi vida cristiana sea aceptada por todos sin problemas, que nunca hablar del Evangelio provoque confrontación!... ¿Qué clase de cristianismo quiero vivir si no soy consciente de que hablar de Jesús y de su verdad trae problemas, persecuciones, ataques, furia...?

*¿Qué falsos pueden llegar a ser los juicios de este mundo! ¡Cómo se puede humillar y atacar con burlas e insultos, con mentiras y manipulaciones, al justo y honrado, y ensalzar en cambio al mentiroso y pecador! ¡Señor, dame la luz del Espíritu Santo para no dejarme manipular por tantos intereses políticos, ideológicos, económicos que mueven continuamente los medios de comunicación y la educación!

PEDIR VIVIR LA HUMILDAD

JESÚS PRESENTADO AL PUEBLO

(Jn 19, 4-6)

Pilato salió otra vez afuera y les dijo: «Mirad, os lo saco afuera para que sepáis que no encuentro en él ninguna culpa». Y salió Jesús afuera, llevando la corona de espinas y el manto color púrpura. Pilato les dijo: «He aquí al hombre». Cuando lo vieron los sumos sacerdotes y los guardias, gritaron: «¡Crucificalo, crucificalo!». Pilato les dijo: «Lleváoslo vosotros y crucificadlo, porque yo no encuentro culpa en él».



COMPOSICIÓN DE LUGAR

Mira la escena. Jesús lleno de las heridas de la flagelación, con la corona de espinas... es presentado por Pilato ante el pueblo.

Sabemos que también se les presentó a un asesino, Barrabás, igualmente apresado como Jesús.

El inocente y el culpable puestos en igualdad. El pueblo debe decidir. Un pueblo manipulado por el sanedrín judío, un pueblo llevado por las emociones del momento, por el sentimiento y no por la verdad objetiva.

Observa como la gente grita: "¡Crucificalo, crucificalo!". Miras sus rostros. No es la justicia, ni el bien, ni la verdad, ni el amor quien les guía... Es la mentira, la manipulación, el odio de sus dirigentes quién les hace gritar así.

Aquel pueblo tan favorecido por Jesús con tantas señales de amor, por tantos milagros, por tanta entrega personal (Jesús caminando de un sitio a otro, a veces sin comer con tal de atender a todos los que se le acercaban) pagan de forma tan ingrata todos los servicios de amor del Señor.

PUNTOS

*Viendo como fuiste injustamente condenado, Señor, pienso en la de veces que yo “condeno” a los demás sin pruebas, basado en lo que he oído, lo que me parece o mis propios sentimientos.... Cuantas veces caigo en juicios sobre los demás... cuantas veces hablo de los demás, critico, murmuro, levanto sospechas.... Ahora voy a pedirte uno a uno perdón por esas personas que me he atrevido a juzgar sin conocerlas....

*¡Qué paz tienen aquellos que siempre aman a todos, que procuran pensar bien de todos, que odian el pecado pero aman al pecador...! Dame esa caridad hacia los demás, en mis pensamientos, palabras y acciones, para que ame realmente y de corazón a toda persona humana...

*¡Señor mío! ¡Con qué facilidad me pueden manipular apelando a mis sentimientos, levantando mis pasiones...! ¡No dejes, Señor, que la mentira ni el odio me apartan del camino de la justicia, el bien, la verdad...!

PEDIR EL AMOR AUTÉNTICO AL PRÓJIMO

CARGANDO CON LA CRUZ

(Mc 15, 20-21)

Terminada la burla, le quitaron la púrpura y le pusieron su ropa. Y lo sacan para crucificarlo. Pasaba uno que volvía del campo, Simón de Cirene, el padre de Alejandro y de Rufo; y lo obligan a llevar la cruz.



COMPOSICIÓN DE LUGAR

Observa como Jesús recibe la cruz. Sabe que se está acercando el momento decisivo, la hora de culminar su entrega por nosotros. No se echa atrás. A pesar de todo el dolor, las heridas y el cansancio sigue adelante. Va a llegar hasta el final.

Obsérvale andar con trabajo con la pesada cruz. Su cuerpo chorrea sangre. Sus fuerzas están muy disminuidas. Apenas puede tenerse en pie. Pero piensa en la voluntad del Padre. Piensa en tu salvación. Piensa en que su sacrificio te liberará del pecado... y sigue adelante. Eras tú quien estaba en sus pensamientos y en su corazón en ese momento.

Mira la cara de preocupación de los soldados. Les ha encargado que este hombre sea ejecutado pero temen que Jesús no pueda más. Por eso deciden obligar a uno que volvía del campo para que lo ayude a llevar la cruz.

Simón se encontró, de pronto, ayudando a Jesús a cargar la cruz. Observa como al principio no quiere, como acepta a regañadientes... luego va mirando el rostro de Jesús, su paz, su firmeza, su determinación... percibe que aquel hombre no es como los demás. No insulta, no grita, no se rebela.

Finalmente Simón quedará tocado y transformado por aquella experiencia. ¡Ayudó a llevar la cruz salvadora del Señor! Sus hijos, nombrados en el Evangelio como personas conocidas para los primeros cristianos, nos revela la gracia que él y su familia recibieron a raíz de este acontecimiento.

PUNTOS

*Tu llevaste tu cruz por amor a mi.... Yo no sé llevar mi cruz por amor a Ti... Tengo cruces, Señor (nómbrales, cuéntaselas...) quiero que me ayudes a verlas con ojos sobrenaturales, a saber ofrecerlas en unión contigo por la salvación del mundo.

*¿Quieres que colabore contigo en el plan de salvación de la humanidad?... ¿Quieres que te ayude a llevar la cruz, Señor?... ¡Qué privilegio tan grande la de que aquellos que asocias a tu Pasión salvadora! Voy a mirarte con la cruz auestas, voy a cruzar mi mirada con la tuya... voy a decirte: “¿Te puedo ayudar de alguna manera?”. Si quieres darme algo de tu cruz, aquí estoy Señor. Por amor a ti me ofrezco. Por amor al Padre. Para salvación de las almas.

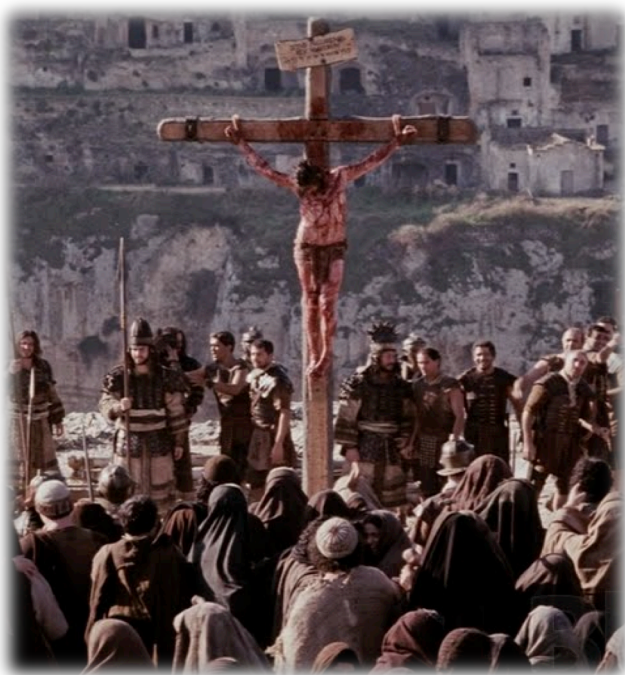
*Hay tanta gente sufriendo... hay tanta gente necesitada... ¡Señor, dame la gracia de ser como Simón de Cirene para esas personas y ayudarlas a llevar su cruz!... ¿Cómo puedo llamarme discípulo tuyo si no soy consuelo, ayuda y auxilio del pobre y necesitado?

PEDIR SABER LLEVAR LA CRUZ

LA CRUCIFIXIÓN

(Mc 15, 24-32)

Lo crucifican y se reparten sus ropas, echándolas a suerte, para ver lo que se llevaba cada uno. Era la hora tercia cuando lo crucificaron. En el letrero de la acusación estaba escrito: «El rey de los judíos». Crucificaron con él a dos bandidos, uno a su derecha y otro a su izquierda. Los que pasaban lo injuriaban, meneando la cabeza y diciendo: «Tú que destruyes el templo y lo reconstruyes en tres días, sálvate a ti mismo bajando de la cruz». De igual modo, también los sumos sacerdotes comentaban entre ellos, burlándose: «A otros ha salvado y a sí mismo no se puede salvar. Que el Mesías, el rey de Israel, baje ahora de la cruz, para que lo veamos y creamos». También los otros crucificados lo insultaban.



COMPOSICIÓN DE LUGAR

Observa el lugar de la crucifixión: el pequeño montículo llamado "Calvario". Allí echan a Jesús al suelo, sobre la cruz, y con gran rapidez clavan sus muñecas al leño. El dolor es terrible. Jesús padece mucho. Pero sigue sin insultar a nadie.

Luego vienen los pies. A continuación todo el conjunto es elevado.

Todos se burlan de Jesús. Se ríen de Él. Lo provocan. Sin embargo Dios permanece en la cruz entregándose por todos: amigos y enemigos. Es el triunfo del amor y el perdón sobre el pecado y el odio.

Mira a Jesús crucificado. Toda su figura es una invitación a que te acerques con confianza a Él. Sus brazos abiertos parecen estar deseosos de abrazarte. Sus manos y pies agujereados parecen decirte: "Ven, refúgiate aquí. Echa tus pecados en estas heridas para que sean perdonados y olvidados. Límpiame en esta sangre preciosa".

PUNTOS

*¡Misterio increíble! Dios crucificado por ti. Dios sufriendo por ti. Dios expiando tus pecados por ti. Dios muriendo por ti.

*Observa la mirada de Jesús desde la cruz. Te mira a ti. Una mirada llena de cariño, compasión, misericordia.... imagínate al pie de la cruz de Jesús.... Ve y agárrate con dulzura a sus pies crucificados... Pídele perdón de tus pecados.... pídele luz... pídele tener mirada sobrenatural.... pídele fuerzas.... Pide todo aquello que quieras y necesites..... Habla con Él. Desahógate con Él.

*Póstrate ante la cruz del Señor y desde lo más profundo de tu corazón pide que su sangre preciosa caiga sobre ti, te cubra, te proteja de los ataques de los demonios y las tinieblas, te limpie de las culpas.... ¡Sangre preciosa de Cristo, cordero inocente, derramada por mi salvación, cúbreme, protégeme, límpiame...!

PEDIR VIVIR SIEMPRE EL SANTO AMOR A JESÚS

SEPULTURA

(Jn 19, 38-42)

Después de esto, José de Arimatea, que era discípulo de Jesús aunque oculto por miedo a los judíos, pidió a Pilato que le dejara llevarse el cuerpo de Jesús. Y Pilato lo autorizó. Él fue entonces y se llevó el cuerpo. Llegó también Nicodemo, el que había ido a verlo de noche, y trajo unas cien libras de una mixtura de mirra y áloe. Tomaron el cuerpo de Jesús y lo envolvieron en los lienzos con los aromas, según se acostumbra a enterrar entre los judíos. Había un huerto en el sitio donde lo crucificaron, y en el huerto, un sepulcro nuevo donde nadie había sido enterrado todavía. Y como para los judíos era el día de la Preparación, y el sepulcro estaba cerca, pusieron allí a Jesús.



COMPOSICIÓN DE LUGAR

Mira a Jesús muerto en la cruz. Es el momento de bajarlo. Dos de sus discípulos en secreto se ocupan de todo. Los que públicamente decían ser amigos de Jesús se han ido. En cambio estos dos, a la hora de la verdad, cuando las cosas se han puesto feas, son los que dan la cara por Él.

Bajan el sagrado cuerpo de Jesús de la cruz. Allí están esperándolo las primeras manos que lo abrazaron cuando llegó a este mundo: las manos de su madre.

Observa a la Santísima Virgen María. Con que reverencia acoge el cuerpo rasgado de su hijo, de su Dios. Ella es la única que en ese momento comprende todo lo que ha pasado en realidad. Con todo su amor besa las llagas de Jesús, en nombre de toda la humanidad, agradeciendo su sagrado sacrificio para salvarnos. Está rota por el dolor pero une todo su sufrimiento a la Pasión de su Hijo ofreciéndolo por la misma intención salvadora que Él tuvo en la cruz. Ella también se ofrece por nosotros, también sufre por nuestra salvación.

PUNTOS

*José de Arimatea y Nicodemo... que fidelidad al Señor cuando aparentemente ya no puede hacer nada por ellos... cuando todos se han ido... cuando estar con Él es quedarse solo y en el fracaso... ¡Así quiero que sea mi fidelidad a ti, Señor!

*Voy a imaginarme durante unos momentos al pie de la cruz... recibiendo yo también el cuerpo de Cristo... voy a tocar con reverencia ese sagrado cuerpo sacrificado por mí... voy a besar reverentemente sus sagradas llagas... voy a postrarme ante Él con todo mi amor, mi agradecimiento y mi adoración hacia Jesús, mi Salvador, mi Vida, mi Camino, mi Verdad....

*¡Oh Santísima Virgen María! ¡Madre mía! Déjame acompañarte junto al cuerpo de tu hijo.... déjame consolarte y decirte lo mucho que te quiero.... déjame estar a tu lado y decirte lo fiel que voy a ser al amor de Jesús, a su Evangelio, a sus mandamientos, a su Alianza, para consolar así tu Inmaculado Corazón tan herido por la Pasión del Señor..

PEDIR LA FIDELIDAD AL SEÑOR EN TODO MOMENTO Y OCASIÓN