

CONCIERTO ORACIÓN

Residencia María Inmaculada, Pamplona – 14 octubre 2016

Dice la Real Academia de la Lengua que la alegría es un sentimiento grato y vivo que suele manifestarse con signos exteriores, palabras, gestos o actos con los que se expresa júbilo. Una carcajada, una sencilla sonrisa, una sensación grande de satisfacción... vivimos muchos momentos así a lo largo de nuestra vida. Y está muy bien. La vida así es más agradable. Más feliz, solemos decir. Pero, ¿lo es de verdad? La cuestión es dónde se arraiga esa alegría. ¿Es de verdad un sentimiento vivo, como dice la definición? ¿Qué nos alegra? ¿Conseguir este o aquel trabajo? ¿Poder irnos más cerca o más lejos de vacaciones? ¿Conseguir que la gente me reconozca y alabe por lo que hago?. Todas esas cosas son alegrías y decimos que nos hacen felices... pero al final sólo nos hacen felices un rato, un año, dos o tres, a lo sumo. Sin embargo qué diferente es cuando la alegría que nos coge el corazón es un sentimiento vivo, limpio y desinteresado... Una vocación, una ilusión, un sueño... Entonces la alegría perdura para siempre y además se contagia. Como cuando se nos ocurre hacer un regalo o una fiesta a alguien a quien queremos. Nos alegra el corazón y pensamos y preparamos con mimo la sorpresa. Y encontramos que, cuando lo contamos, la gente se anima a participar contagiada por nuestra ilusión y de repente la fiesta se convierte en una gran bienvenida con globos y pancarta. Todo es más grande de lo que inicialmente nosotros habíamos pensado porque la alegría no solo se contagia sino que crece y se expande cuando nace del corazón, cuando es un sentimiento vivo. Y sucede además que curiosamente no nos importa llevarnos el mérito de esa fiesta. Solo queremos que el homenajeado sea feliz y disfrute de la bienvenida. Y también sucede que aunque el día de la fiesta pasa, al recordarlo, incluso años después, nos sigue llenando de alegría aquel momento. La alegría, como decíamos, perdura para siempre.



Todas esas cosas son alegrías y decimos que nos hacen felices... pero al final sólo nos hacen felices un rato, un año, dos o tres, a lo sumo. Sin embargo qué diferente es cuando la alegría que nos coge el corazón es un sentimiento vivo, limpio y desinteresado... Una vocación, una ilusión, un sueño... Entonces la alegría perdura para siempre y además se contagia. Como cuando se nos ocurre hacer un regalo o una fiesta a alguien a quien queremos. Nos alegra el corazón y pensamos y preparamos con mimo la sorpresa. Y encontramos que, cuando lo contamos, la gente se anima a participar contagiada por nuestra ilusión y de repente la fiesta se convierte en una gran bienvenida con globos y pancarta. Todo es más grande de lo que inicialmente nosotros habíamos pensado porque la alegría no solo se contagia sino que crece y se expande cuando nace del corazón, cuando es un sentimiento vivo. Y sucede además que curiosamente no nos importa llevarnos el mérito de esa fiesta. Solo queremos que el homenajeado sea feliz y disfrute de la bienvenida. Y también sucede que aunque el día de la fiesta pasa, al recordarlo, incluso años después, nos sigue llenando de alegría aquel momento. La alegría, como decíamos, perdura para siempre.

Esta tarde vamos a reflexionar sobre la alegría en nuestra vida: dónde la encontramos, dónde la sustentamos, cómo la contagiamos... qué tipo de alegría queremos y cuál se nos da al encontrarnos con Jesús. Acerquémonos pues, este rato de oración, a la verdadera alegría de Dios, esa que inunda el corazón, desborda y se contagia y dura incluso 100 años.

CANTO: DAME TUS OJOS

Dame tus ojos quiero ver dame tus palabras
quiero hablar dame tu parecer...
Dame tus pies yo quiero ir, dame tus deseos
para sentir dame tu parecer...
Dame lo que necesito para ser como tú

Dame tu voz, dame tu aliento toma mi tiempo es para ti.
Dame el camino que debo seguir.
Dame tus sueños, tus anhelos, tus pensamientos, tu sentir.
Dame tu vida para vivir.

Déjame ver lo que tú ves dame de tu gracia,
tu poder dame tu corazón...
Déjame ver en tu interior para ser cambiado
por tu amor dame tu corazón.
Dame lo que necesito para ser como tú...

Descubrir en el encuentro con Jesús razones para la verdadera alegría

Reencontrarse con un familiar, con un amigo, volver a verlos, volver a sentir el abrazo de aquellos a los que queremos es siempre un motivo de alegría verdadera. Incluso los encuentros más cotidianos – la vuelta a casa después de un largo día, un saludo cariñoso al llegar al trabajo – son capaces de sacarnos una sonrisa. Algo parecido nos puede suceder en nuestra relación con Jesús. Quizá llevamos un tiempo alejados de Él, quizá hace ya mucho que perdimos el contacto... O quizá lo encontramos cada día en la oración, en la Eucaristía, en el rostro de los demás, en su Palabra... Pero, de una forma u otra, salir a su encuentro y dejarse mirar por Él es llenarse de pronto de una inmensa alegría. Es encontrar mil razones para dar gracias por su presencia, para celebrar que Él sostiene nuestra vida y quiere transformarla en algo grande.

Ya cerca de la aldea, Él hizo ademán de seguir adelante, pero ellos lo apremiaron diciendo: "Quédate con nosotros porque atardece y el día va de caída." Y entró para quedarse con ellos. Sentado a la mesa con ellos tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y se lo dio. A ellos se les abrieron los ojos y lo reconocieron, pero entonces, Él desapareció. Ellos comentaron: "¿No ardía nuestro corazón mientras nos hablaba por el camino y nos explicaba las Escrituras?" Y, levantándose al momento, se volvieron a Jerusalén llenos de alegría. (Lucas 24)

CANTO: HOY SEÑOR TE DARÉ LAS GRACIAS

Hoy, Señor, te daré las gracias por mi vivir,
por la tierra y mis amigos, porque siempre fui feliz;
por el tronco en que nací y la savia que encontré,
y los brotes que nacieron portadores de tu fe.

Por las veces que caí y las que me levanté,
porque siempre en ellas vi el amor de tu poder,
por lo bueno que viví y en lo que sentí dolor
Siempre en todo yo te vi; te doy gracias, Señor.

La alegría del Evangelio llena el corazón y la vida entera de los que se encuentran con Jesús. Quienes se dejan salvar por Él son liberados del pecado, de la tristeza, del vacío interior, del aislamiento. Con Jesucristo siempre nace y renace la alegría". (Evangelii Gaudium)

Sucede con el reino de los cielos lo que con un tesoro escondido en el campo: el que lo encuentra lo deja oculto y, lleno de alegría, va, vende todo lo que tiene y compra aquel campo. (Mateo 13)

CANTO: ERES

¡Oh, Señor!, en ti he confiado, pongo en tus manos mi espíritu.
¡Oh, Señor!, me has redimido y en ti se alegra mi corazón.

Eres mi fuerza y mi morada,
eres la voz de mi madrugada,
eres mi roca y mi torre fuerte, eres, Señor.
Eres amor Dios bueno y justo,
eres mi canto y mi refugio,
eres hermoso y luz del mundo, eres, Señor.

¡Oh, Señor!, bendito siempre, alfa y omega, principio y fin.
¡Oh, Señor!, mi ser te adora y en tu presencia quiero vivir.

Sostener la propia vida desde la alegría aun en momentos difíciles

Tenemos muchos motivos de alegría en nuestro día a día y a nuestro alrededor. Somos afortunados simplemente por el regalo mismo de la vida. La alegría debería invadir nuestro corazón. Y sin embargo, a veces vemos nuestra realidad sin luz. Épocas negras y oscuras. Problemas que nos parecen túneles sin final. Momentos en el que el desánimo nos ciega. ¿Cómo vivir esos momentos con alegría? Si dejamos que la luz de Jesús guíe nuestra vida, si aprendemos a mirar con sus ojos, cambiará nuestra mirada y podremos vivir desde la alegría aún en momentos difíciles. Cambiemos la mirada, intentemos darle la vuelta:

De la "alegría" de tener a LA ALEGRÍA DE SER (Hijos de Dios)

«Tu Dios está en medio de ti, poderoso salvador. Él exulta de gozo por ti, te renueva con su amor, y baila por ti con gritos de júbilo» (Sofonías 3,17). Es la alegría que se vive en medio de las pequeñas cosas de la vida cotidiana, como respuesta a la afectuosa invitación de nuestro Padre Dios: «Hijo, en la medida de tus posibilidades trátate bien [...] No te prives de pasar un buen día» (Si 14,11.14). ¡Cuánta ternura paterna se intuye detrás de estas palabras! (Evangelii Gaudium)

CANTO: ME PONGO EN TUS MANOS

Me pongo en tus manos, oh Señor
Te entrego toda mi vida.
No me sueltes nunca Señor
Mi fuerza eres tú y mi alegría.

“Por la gracia de Dios soy lo que soy. Si algún bien tengo, de Dios es. Si en mí hay buenos deseos y me empleo en alguna cosa de su servicio, es porque el Señor se ha dignado poner en mí los ojos y ha querido valerse de mí como un artífice se vale de sus instrumentos.” (De los Ejercicios Espirituales de Santa Vicenta María)

CANTO: ME PONGO EN TUS MANOS

De la “alegría” de triunfar a LA ALEGRÍA DE COMPARTIR

También recuerdo la genuina alegría de aquellos que, aun en medio de grandes compromisos profesionales, han sabido conservar un corazón creyente, desprendido y sencillo. (Evangelii Gaudium)

CANTO: ME PONGO EN TUS MANOS

Señor, todo cuanto tengo y soy lo he recibido de ti. ¡Qué cosa más justa, pues, Señor, sino que del todo y sin reserva lo devuelva todo a ti, dedicándome enteramente a tu servicio. Aquí me tienes, Dios mío, porque el amor no se corresponde sino amando y el amor no consiste en palabras sino en obras. (De los Apuntes de Ejercicios de Santa Vicenta María)

CANTO: ME PONGO EN TUS MANOS

De la “alegría” de lo efímero, del placer a LA ALEGRÍA DE LO ETERNO

“Mucho gozo causa contemplaros resucitado, y ver cómo las penas se convierten en gloria. Mucho anima a los flacos y miserables como yo la esperanza del premio de los trabajos. Dadme, Dios mío, constancia para serviros y llegar después a veros triunfante en la gloria.” (De los Ejercicios Espirituales de Santa Vicenta María)

CANTO: ME PONGO EN TUS MANOS

Cuando una mujer va a dar a luz, siente tristeza, porque le ha llegado la hora; pero cuando el niño ha nacido, su alegría le hace olvidar el sufrimiento pasado y está contenta por haber traído un niño al mundo. Pues lo mismo vosotros: de momento estáis tristes; pero volveré a veros y de nuevo os alegrareis con una alegría que nadie os podrá quitar (Juan 16)

CANTO: ME PONGO EN TUS MANOS

Cambiar la mirada y hacer ese giro del tener al ser, del triunfar al compartir, de lo efímero a lo eterno se nos puede hacer una tarea difícil. Estamos muy arraigados a lo nuestro y aunque sepamos que en ese viraje está la clave para vivir con alegría en los momentos difíciles, ya sólo eso mismo se nos puede hacer cuesta arriba. Dios lo sabe. Nos conoce y nos quiere. Cuenta con nuestras dificultades y se adelanta a ellas.

«Él nos amó primero» (1 Jn 4,19) y «Es Dios quien hace crecer» (1 Co 3,7). Esta convicción nos permite conservar la alegría en medio de una tarea tan exigente y desafiante que tome nuestra vida por entero. Nos pide todo, pero al mismo tiempo nos ofrece todo. (Evangelii Gaudium)

CANTO: AL AMOR MÁS SINCERO

Al amor más sincero, al amor sin fronteras,
al amor que dio su vida por amor,
encontré un día cualquiera.
Y a ese amor sin fronteras, ese amor más sincero,
ese amor que dio su vida por amor,
le entregué mi vida entera

Vivir, contagiar y compartir la alegría desde el compromiso con la realidad presente

A veces sentimos la tentación de ser cristianos manteniendo una prudente distancia de las llagas del Señor. Pero Jesús quiere que toquemos la miseria humana, que toquemos la carne sufriente de los demás. Espera que renunciemos a buscar esos cobertizos personales o comunitarios que nos permiten mantenernos a distancia del nudo de la tormenta humana, para que aceptemos de verdad entrar en contacto con la

existencia concreta de los otros y conozcamos la fuerza de la ternura. Cuando lo hacemos, la vida siempre se nos complica maravillosamente y vivimos la intensa experiencia de ser pueblo. (Evangelii Gaudium)

CANTO: TUYA Y NUEVA

Enséñame a confiar en tu palabra,
enséñame a creer, enséñame a darte gracias.
Enséñame a vivir contigo,
a no vivir de espaldas, a ver vida en la muerte.
Enséñame a ser fiel en lo pequeño,
a compartir la vida que me das, que sólo en ti será Tuya y Nueva.

"Salir hacia los demás para llegar a las periferias humanas no implica correr hacia el mundo sin rumbo y sin sentido. Muchas veces es más bien detener el paso, dejar de lado la ansiedad para mirar a los ojos y escuchar, o renunciar a las urgencias para acompañar al que se quedó al costado del camino." (Evangelii Gaudium) Quien ha sentido en su corazón la alegría de saberse amado por Dios, no puede ocultarla. Es un regalo que necesita ser compartido. Y cada persona lo hace a su manera; cada uno con sus capacidades, con sus cualidades, cada uno a su medida, ofreciendo humildemente los dones que el Señor le ha dado y poniéndolos a su servicio. Se necesita valentía, empeño y constancia para responder a un Amor tan grande. Como la tuvo Santa Vicenta María, que supo darse a los demás y consagrar su vida al servicio de otras mujeres. Una alegría santa que, cien años después, pervive y se renueva en su Congregación y se contagia a todo su alrededor.

Vosotros sois la sal de la tierra; pero si la sal se desvirtúa, ¿con qué se salará? Para nada vale ya, sino para tirarla fuera y que la pisen los hombres. Vosotros sois la luz del mundo. No puede ocultarse una ciudad situada en la cima de un monte. Tampoco se enciende una lámpara para tapanla con una vasija de barro; sino que se pone sobre el candelero para que alumbre a todos los que están en la casa. Brille de tal modo vuestra luz delante de los hombres que, al ver vuestras buenas obras, den gloria a vuestro Padre que está en los cielos. (Mateo 5)

CANTO: OGNI MIA PAROLA

Come la pioggia e la neve
scendono giù dal cielo
e non vi ritornano senza irrigare
e far germogliare la terra,
così ogni mia Parola non ritornerà a me
senza operare quanto desidero,
senza aver compiuto ciò per cui l'avevo mandata.
Ogni mia Parola,
ogni mia Parola ...

(Como la lluvia y la nieve caen del cielo
y no vuelven otra vez allí hasta haber empapado
y haber germinado la tierra,
así será mi Palabra, que no volverá hasta mí
sin haber cumplido mi voluntad,
sin haber cumplido
lo que yo le había mandado.
Así será mi Palabra.)



En esta sociedad globalizada todo se transmite con una velocidad vertiginosa. Cuando alguna noticia se propaga muy deprisa y a un número muy grande de personas, se dice que esa noticia se ha hecho viral. Sí, viral. Porque los virus se propagan así, deprisa y a mucha gente. Y ese es el contagio que queremos para la alegría. Queremos una alegría viral que se propague muy deprisa y se extienda a muchísimas personas. Así es la alegría de aquel que encontró el tesoro, o de aquellos discípulos que iban a Emaús y se encontraron con Jesús. Esa fue la alegría de Santa Vicenta María y la de tanta gente anónima y sencilla que trabaja con alegría por la construcción del Reino de Dios desde hace cien y mil años y también aquí y ahora. Esa puede ser nuestra alegría si nos dejamos contagiar y esa puede ser la alegría que contagiemos nosotros a nuestro alrededor. Mientras suena la siguiente canción pasamos por el altar a recoger el virus de la alegría.

Cuando el Señor cambió la suerte de Sión, nos pareció que estábamos soñando. Entonces nuestra boca y nuestros labios se llenaron de risas y gritos de alegría; entonces los paganos decían: "¡El Señor ha hecho grandes cosas por ellos!" Sí, el Señor ha hecho grandes cosas por nosotros, y estamos alegres. (Salmo 126)

CANTO: ALELUYA

Aleluya, aleluya, aleluya, aleluya, aleluya.
Si sientes que Cristo en ti vivo está
grita fuerte en tu alma ¡Aleluya!
Si piensas que el mundo aún puede cambiar
grita fuerte en tu alma ¡Aleluya!

