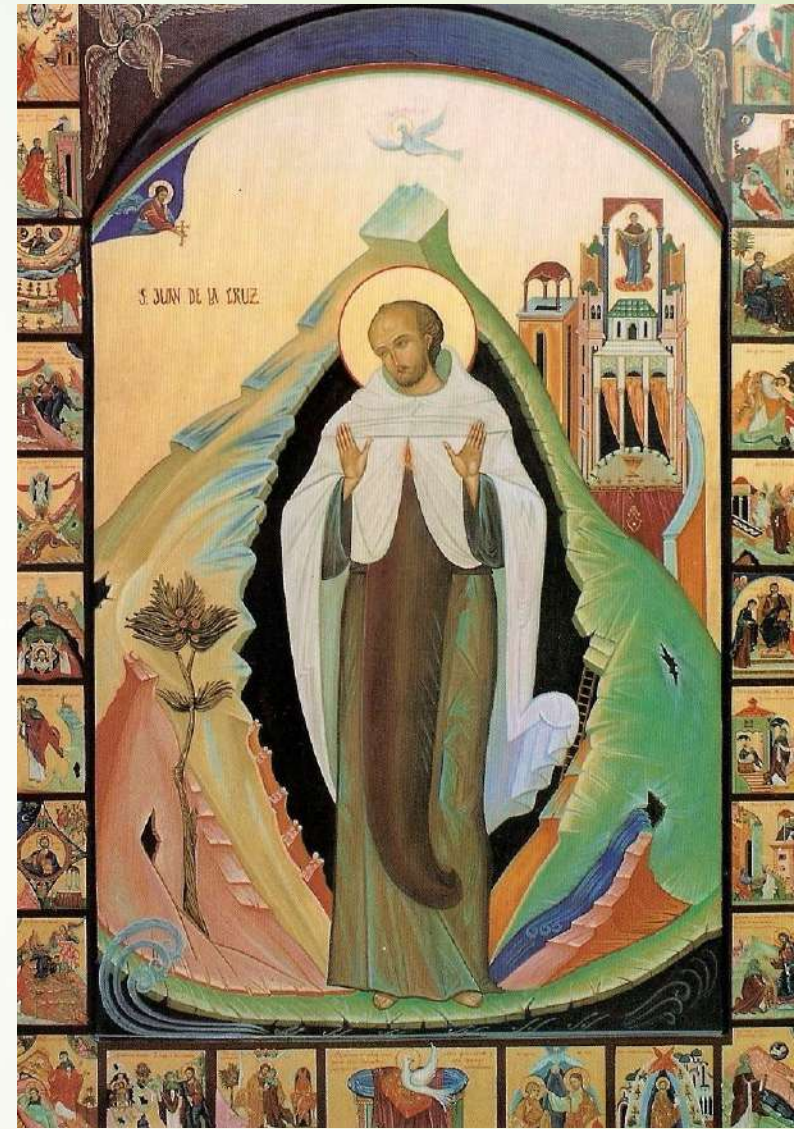


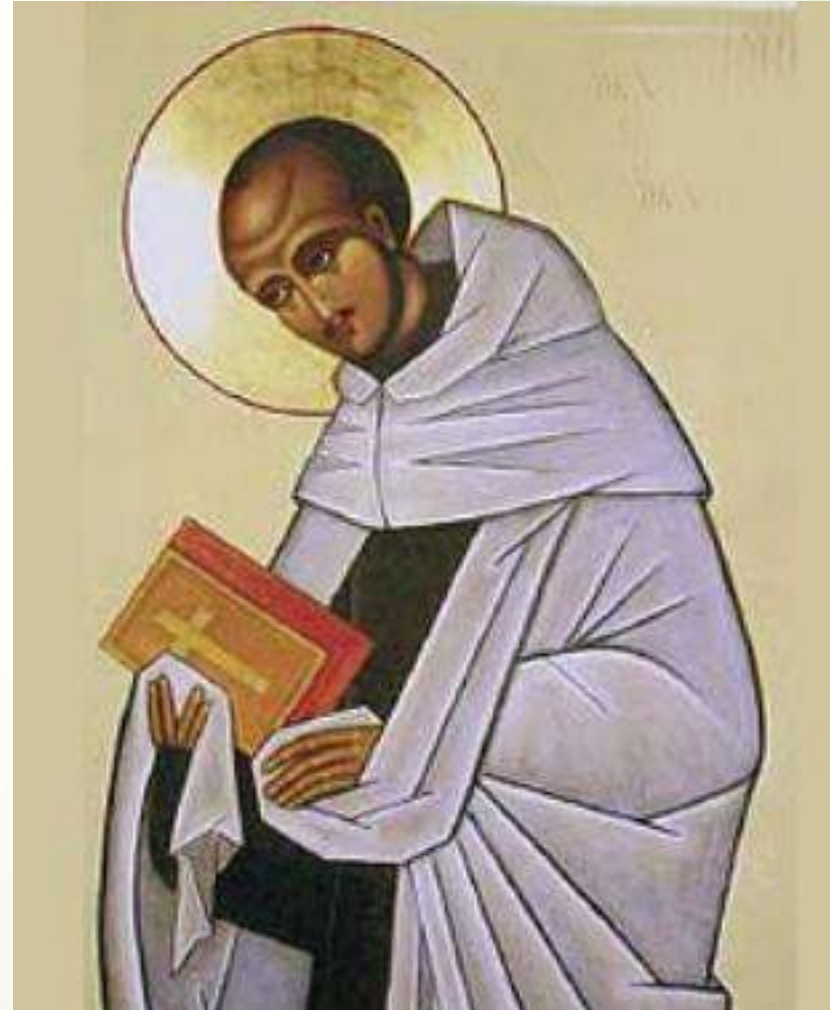
SEMANA DE ESPIRITUALIDAD CUARESMA 2026

**“Cristo es mío y todo para mí”
(San Juan de la Cruz)**



Día 23, lunes:

Abiertos al Espíritu Santo con San Juan de la Cruz



**CRISTO ES MÍO
Y TODO PARA MÍ.**





¿QUIÉN ERES
JUAN DE LA
CRUZ?



¿Quién eres?

**Un hombre pequeño de estatura,
moreno, místico, humano,
de un pueblo de Castilla: Fontiveros.**



DOS PROPUESTAS PARA EL CAMINO:

➤ LEE A SAN JUAN DE LA CRUZ

“Suele acontecer que estando desconsolados, desolados o distraídos y muy entretenidos en pequeñeces y diversiones, **al tomar por remedio leer un rato la Llama**, se te encienda y se te avive el deseo del servicio de Dios. Es posible que... vuelva a brotar esa planta débil y exótica del entusiasmo y de la fe”

(El "Doctor **Ambrosio de Villarreal (Pacho)**, el médico que asistió a **San Juan en sus últimos días** y a quien el santo le regaló un ejemplar de su obra).

➤ **UNA PÁGINA O DOS DE SAN JUAN DE LA CRUZ CADA DÍA
TE DESCANSARÍA EN TUS TRABAJOS TAN FATIGOSOS DE
MARRUECOS. SERÍA UN POCO DE AGUA FRESCA EN MEDIO
DE UNA JORNADA ARDIENTE DE VIAJE.**

(Carlos de Foucauld a un amigo).



UN ANAWIN PEREGRINO DEL HAMBRE

- Tomó conciencia de lo que es ser pobre. Escogió ser pobre como verdad de su vida. Expuesto a ser mirado únicamente por Jesús (Lc 21,1-4). Esto explica su vida.
- Creció viendo a su madre Catalina luchar, llorar, reír, trabajar sin descanso, sacando adelante a su familia con más coraje que medios.



Canto:

**Haz de mí un anawin,
hazme pobre, un anawin.
Un anawin, un pobre,
haz de mí, mi Dios,
un anawin.**



UN MUDEJARILO

- Quebrantado...
Cárcel, incomprensiones...
Todo ello vivido
en un abandono en Dios.



En la prisión de Toledo, oye el sonido del Tajo
y le brota el canto.

*Que bien sé yo la fonte
que mana y corre,
aunque es de noche.
Aquella eterna fonte está escondida,
que bien sé yo do tiene su manida,
aunque es de noche.*



ENAMORADO DE MARÍA

- Se decidió por la orden de los carmelitas por la presencia de María.
- Cuando tuvo que decir quién era María para él, la definió como aquella que “siempre su moción fue por el Espíritu Santo” (3S 2,10).
- Ahondó en el asombro de María en la Encarnación:

***Y la Madre estaba en pasmo
de que tal trueque veía:
el llanto del hombre en Dios,
y en el hombre la alegría.***



SILENCIO Y COMUNICACIÓN

- Conjugó el silencio y la soledad con la comunicación.
- Con la Madre Teresa en Medina, Valladolid, Ávila...
- Con laicos: Ana de Peñalosa, doctor Villarroel...
- Regala gratuitamente la luz y amor recibidos.



- Un solo pensamiento del hombre vale más que todo el mundo, por eso sólo Dios es digno de él.
- A la tarde te examinarán el amor
- ¡Oh dulcísimo amor de Dios, mal conocido!
El que halló sus venas descansó.
- Adonde no hay amor, pon amor y sacarás amor.

Dichos de luz y amor.

Se entrega un dicho a cada participante.

Podríamos aprender de memoria alguno de ellos.

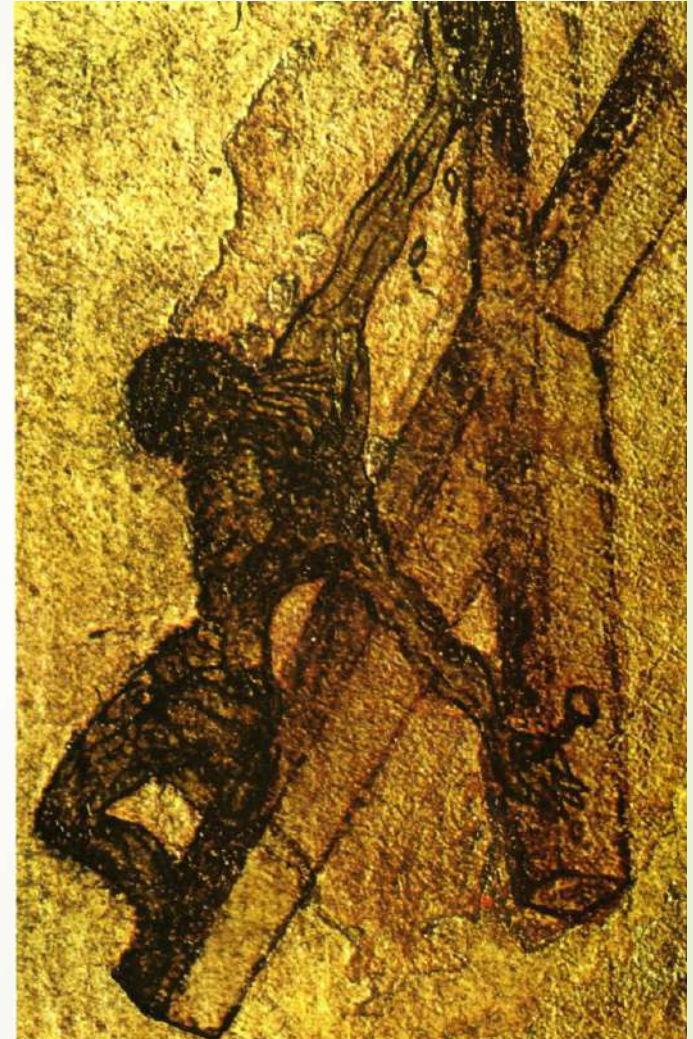
ATRAPADO POR EL ABSOLUTO

❖ Con la experiencia de Dios, que se comunica:

«Comuníquese Dios en esta interior unión al alma con tantas veras de amor, que no hay afición de madre que con tanta ternura acaricie a su hijo, ni amor de hermano ni amistad de amigo que se le compare... como si Él fuese su siervo y ella fuese su señor; y está tan solícito en la regalar, como si Él fuese su esclavo y ella fuese su Dios. ¡Tan profunda es la humildad y dulzura de Dios!»

❖ Con la experiencia de Jesús, como Amado:

Mi Amado, las montañas,
los valles solitarios nemorosos,
las ínsulas extrañas,
los ríos sonorosos,
el silbo de los aires amorosos,
la noche sosegada
en par de los levantes de la aurora,
la música callada,
la soledad sonora,
la cena que recrea y enamora.



❖ Con la experiencia del Espíritu Santo como fuego:

- Es como el fuego que embiste un madero. Primero expulsa de él las humedades e impurezas y el madero parece gemir y se pone negro y feo. Pero, una vez que el fuego ha purificado el madero, lo transforma en llama luminosa.



Andando siempre enamorado

*Pues ya si en el ejido,
de hoy más no fuere vista ni hallada,
diréis que me he perdido,
que andando enamorada,
me hice perdidiza y fui ganada.*

En Úbeda se fue a cantar maitines al
cielo.



UN DESAFÍO

"Oh almas criadas para estas grandezas
y para ellas llamadas
¿qué hacéis?, ¿en qué os entretenéis?"

(Juan de la Cruz, *Cántico espiritual* 39, 7).



UN RESUMEN PRECIOSO

Un hermano de mi comunidad, Eulogio Pacho, que dedicó muchas horas a estudiar a Juan de la Cruz, dibujó este esbozo inigualable.

Hombre de mirar suave y apacible conversación.

Amigo de silencio y soledad, pero abierto a la comunicación honda con las personas.

Afectuoso y comprensivo con los demás.

Conjugaba la firmeza con la afabilidad y hasta con la ternura.

Su sensibilidad vibraba con fuerza ante el bien y la belleza.

Humilde, pacífico y obediente, reaccionaba sin miedo ante la falsedad, la incoherencia, la insidia.

Maestro en los caminos del espíritu.

Acompañante fiel de muchas personas que le pidieron luz para el camino.

Quienes se acercaron a él en busca de consuelo, encontraron en él entrañas de madre.

Perdonó con amor heroico cuando lo marginaron y persiguieron.

Siguió amando, fiel a su lema:

“donde no hay amor, pon amor y sacarás amor”.

A la unión con Dios lo subordinó todo.

Cristo fue su Amado. “Cristo es mío y todo para mí”, gritó con gozo.

En esta tarde le pedimos que se siente a nuestro lado y nos acompañe con su palabra amorosa. Le pedimos que nos convide a un nuevo amor.

Oración

Señor Dios, Padre bueno,
te damos gracias por san Juan de la Cruz,
hermano nuestro en el camino de la fe,
hombre pobre, silencioso y luminoso,
testigo de que tu Espíritu transforma nuestra vida.
Tú lo condujiste por caminos de humildad,
de despojo, de noche y de fuego,
lo fuiste haciendo dócil a tu amor.
Haznos disponibles, abiertos a tu acción,
discípulos que no teman ser purificados para amar más.

Señor Jesucristo,
Amado del alma,
Tú que fuiste el centro de la vida de san Juan de la Cruz,
atráenos a tu corazón.
Que no vivamos dispersos,
ni nos dejemos gobernar por lo inmediato y pasajero.
Llévanos a la hondura de tu Evangelio,
a la verdad de la entrega,
a la libertad de los que sólo quieren agradarte a Ti.

Espíritu Santo,
fuego vivo del amor de Dios,
entra en nosotros como entraste en María,
con delicadeza y poder.
Arranca lo que impide amar,
purifica lo que está mezclado,
sana lo que está herido,
enciende lo que está apagado,
y haz de nuestra pobreza una llama para la gloria del Padre.

Santa María,
mujer plenamente disponible al Espíritu,
enséñanos a guardar la Palabra,
a caminar con humildad y perseverancia.

San Juan de la Cruz,
maestro en los caminos del espíritu,
enséñanos a buscar en fe y amor a Dios,
a vivir la noche con esperanza,
y poner amor donde falte amor.
Te lo pedimos a ti, Padre, por Jesucristo nuestro Señor. Amén.

INVOCACIÓN AL ESPÍRITU SANTO



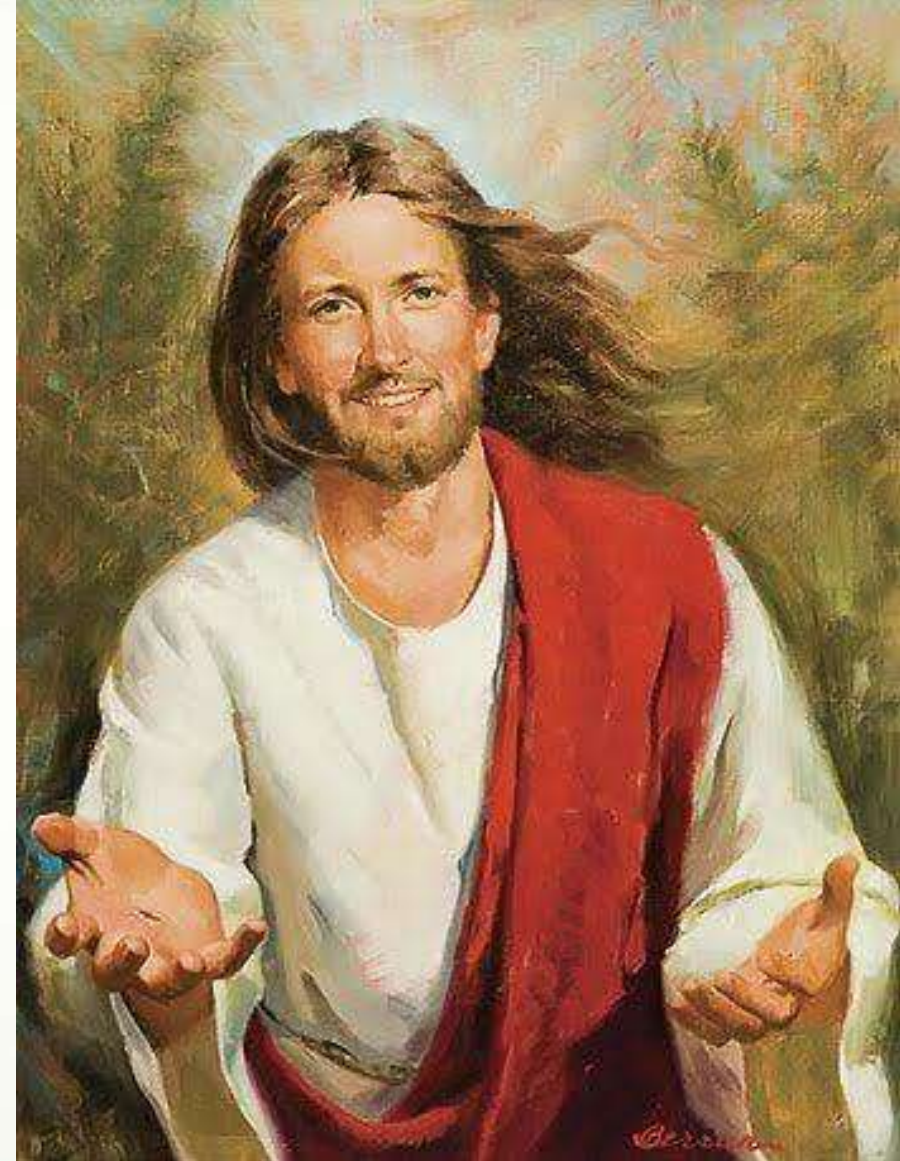
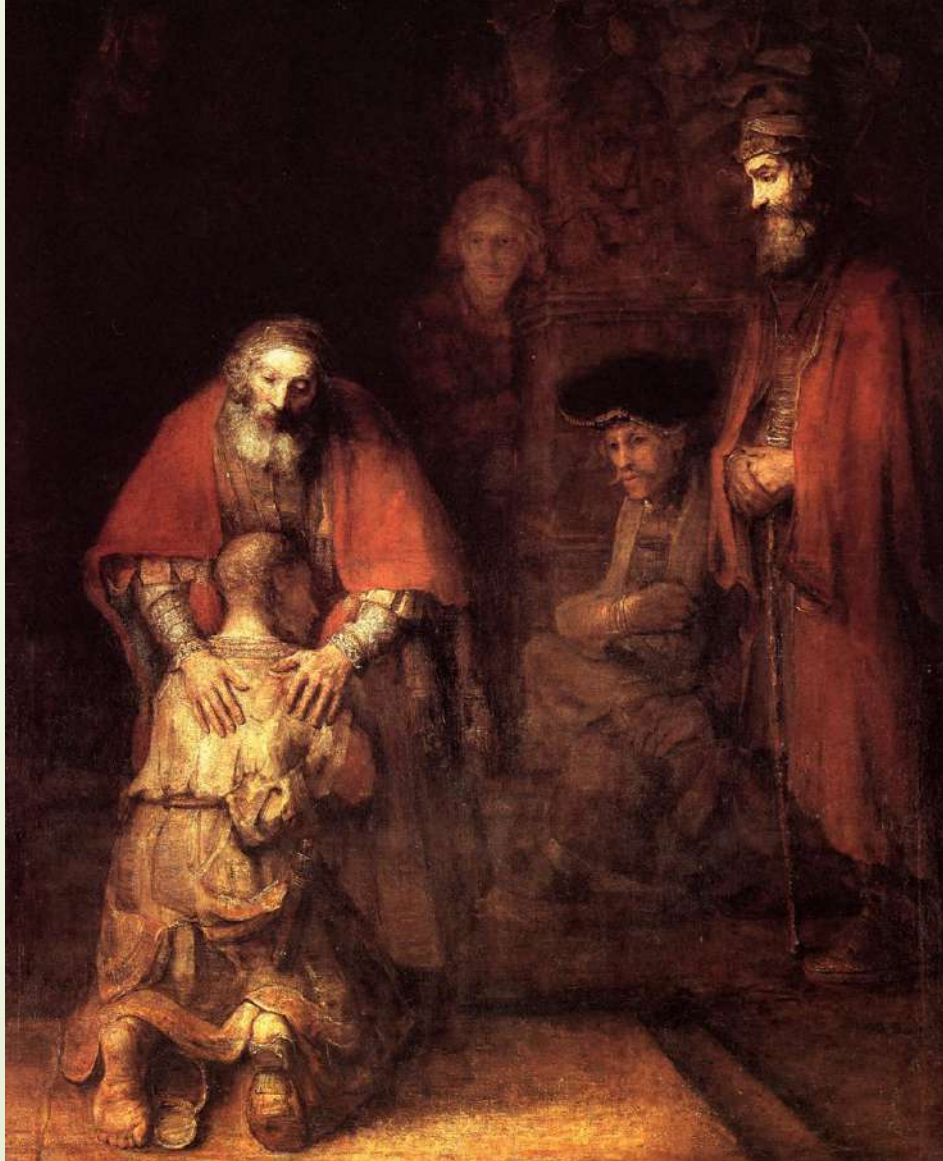


Día 24, martes:

Las profundas cavernas del sentido: Sed, hambre, deseo



Enseñanza: **EL GOZO DE DIOS ES DARNOS EL REINO**



**CRISTO ES MÍO
Y TODO PARA MÍ.**



“Todos los que se dejan guiar por el Espíritu de Dios, son hijos de Dios”
(Rm 8,14).

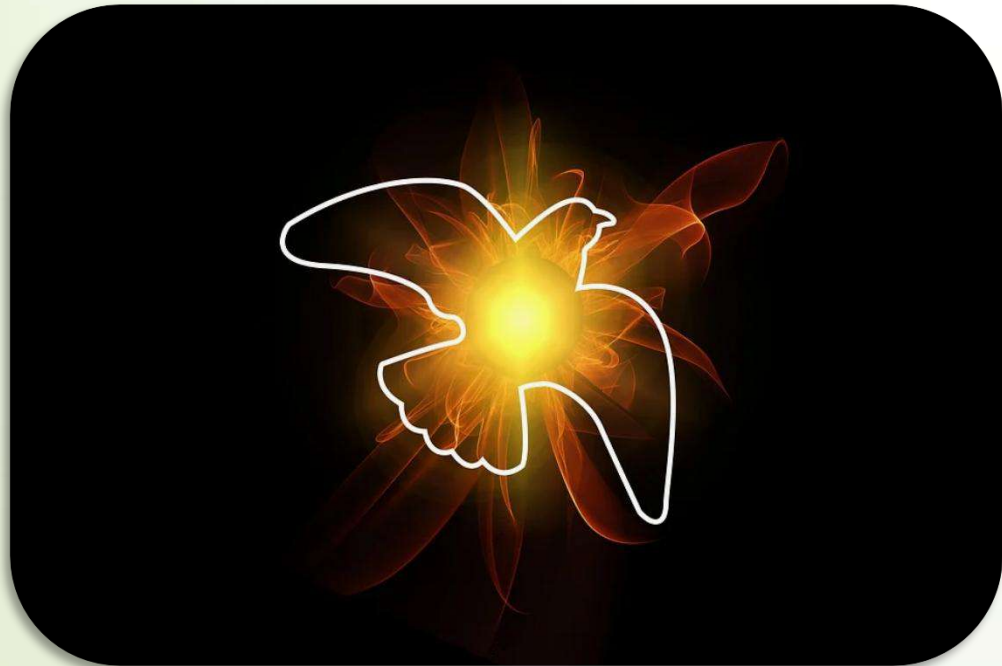
Espíritu Santo nos ayuda a decir y vivir:
CRISTO ES MÍO Y TODO PARA MÍ.



“¡OH LÁMPARAS DE FUEGO!”

El Espíritu nos hace entender esto tan hermoso:

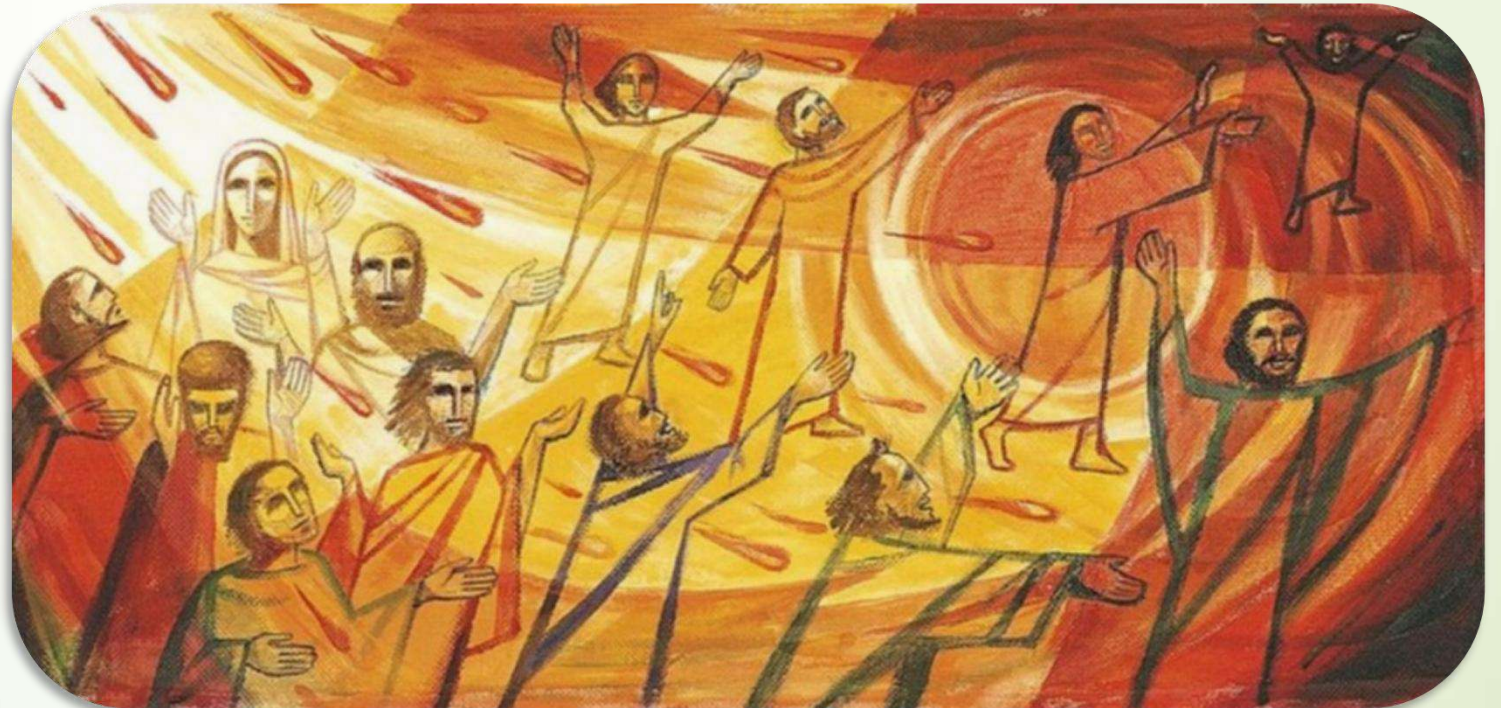
“Yo soy tuyo y para ti, y gusto de ser tal cual soy por ser tuyo y para darme a ti” (LB 3,6).



“EN CUYOS RESPLANDORES”

Ya es hora de caminar juntos; las cosas de uno ya son del otro.

“Él y el alma juntos, moviendo él al alma” (LB 3,10).



Sin Dios, todo es demasiado poco. Con Él, todo nos sabe a vida.

- Me ha quitado el novio, me ha quitado la casa, me ha quitado el trabajo.
- ¿Te has quedado sin nada?
- No. Me he quedado con Él (Pía).



“LAS PROFUNDAS CAVERNAS DEL SENTIDO”.

El Espíritu Santo dilata nuestra interioridad para acoger a Jesús.

Nuestra capacidad de recibir es infinita, “porque lo que en él puede caber, que es Dios, es profundo e infinito” (LB 3,22).



Nuestra primera caverna es el entendimiento.

- ➡ **“Su vacío es sed de Dios”** (LB 3,19).
- ➡ **Tenemos sed de ti, Señor,** como el ciervo que acude a las fuentes (cf. Sal 41,1).
- ➡ **“Dame de tu agua”** (Samaritana).



Nuestra segunda capacidad **es la voluntad.**

“El vacío es hambre de Dios” (LB 3,20).

Tenemos hambre de tu pan, Señor (cf. Jn 6,35).

Danos tu pan.



Nuestra tercera capacidad es la memoria.

- “El vacío es el deshacimiento del alma (el deseo) por la posesión de Dios” (LB 3,21).
- Siento pasión de amarte, Señor
- Dame tu fuego, Espíritu Santo.



EL ESPÍRITU SANTO

- Es el principal agente y el mozo de ciego que la ha de guiar por la mano a donde ella (la persona) **no sabría ir**” (LB 3,29).



LA ADVERTENCIA AMOROSA

- Simple y sencilla, como quien abre los ojos con advertencia de amor” (LB 3,33)
- **“Muy pasiva y tranquilamente”, para que “se junte amor con amor”** (LB 3,34).
- **Sin ruido que altere “el profundo silencio”, “para tan profunda y delicada audición”** (LB 3,34).
- **“Porque la contemplación pura consiste en recibir”** (LB 3,36),
y “el lenguaje de Dios se recibe en espíritu callado” (LB 3,37).

“QUE ESTABA OSCURO Y CIEGO”

El Espíritu es maestro de interiores. Sin él estamos a oscuras.

El Espíritu alumbra con su riqueza nuestras ignorancias (cf. Eclo 51,26),
nos lleva de “un abismo de luz a otro abismo de luz” (LB 3,71).

El Espíritu nos crea con materiales pobres.



“CON EXTRAÑOS PRIMORES CALOR Y LUZ DAN JUNTO A SU QUERIDO”.

El Espíritu Santo se asoma por los ojos.

Hay muchas personas con muchos años encima que siguen soñando grandes sueños. Que dicen verdades sin miedo. Llevan dentro profecías de un mundo nuevo. Son personas que huelen a Dios, que desnudan el tiempo de prisas y alborotos. Son milagros del Espíritu, la mística de ojos abiertos.



Oración Señor Dios nuestro,
te damos gracias por tu presencia en medio de nosotros,
y por la luz que derramas en nuestros corazones.

Tú, que enciendes tus lámparas de fuego
en las cavernas oscuras de nuestra alma,
ilumina lo que aún permanece en sombra,
caldea lo que se ha enfriado en nosotros
y despierta en nuestro interior un deseo más vivo de
buscarte, amarte y seguirte.

Purifícanos, Señor.

Haznos humildes en la oración,
firmes en la esperanza,
generosos en la caridad
y fieles en el seguimiento de tu Hijo.

Señor Jesús,
que tu luz nos acompañe al volver a nuestra vida cotidiana,
y que la gracia recibida en este encuentro
permanezca viva en nosotros
como llama que alumbra, transforma y sostiene.

Santa María, Mujer del silencio y de la escucha,
guárdanos en tu corazón.

San Juan de la Cruz,
enséñanos a dejarnos tocar
por el fuego vivo del amor de Dios.

A Ti, Padre,
por Cristo, en el Espíritu Santo,
todo honor y toda gloria
por los siglos de los siglos. Amén.

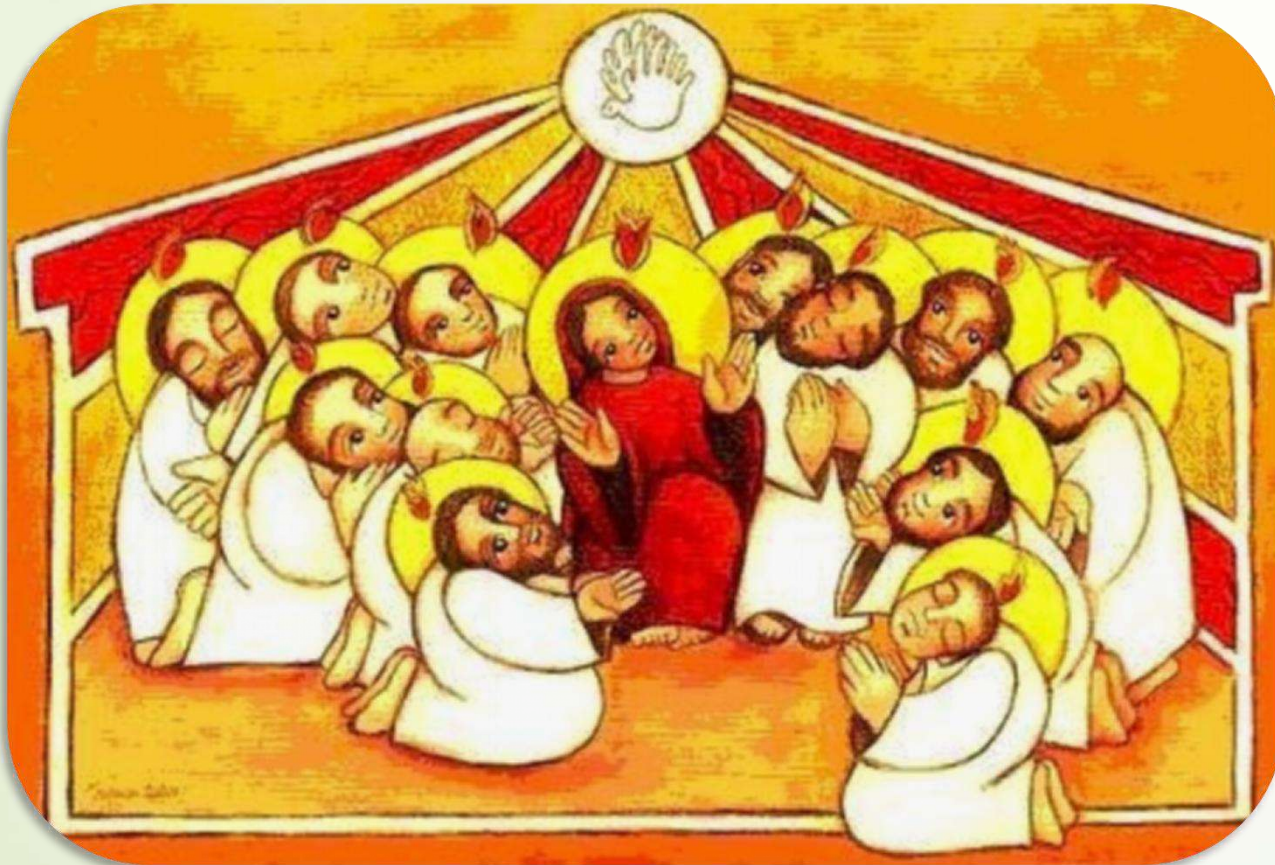
Día 25, miércoles:

El desafío del Espíritu Santo con la luz del corazón



Enseñanza: **LA CARICIA ES EL LENGUAJE DE DIOS**

“¿No sabéis que sois templo de Dios y que el Espíritu habita en vosotros?” (1Cor 3,16).



**CRISTO ES MÍO
Y TODO PARA MÍ.**



¡CUÁN MANSO Y AMOROSO RECUERDAS EN MI SENO!



El Espíritu Santo, dentro de nosotros, nos recuerda a Jesús, su gozo es mostrarnos a Jesús



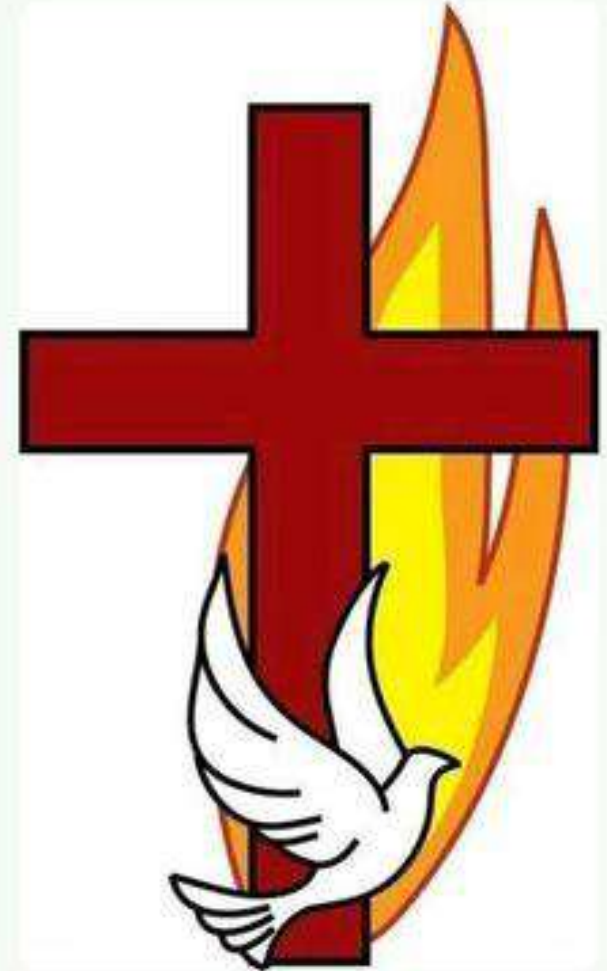
Este recuerdo de Dios es como un movimiento de Dios; **“al alma le parece que se mueve”** (LB 4,6), como si Dios, haciéndose presente, dijera: **“Aquí estoy”**.

¡Qué lejos de esta experiencia estamos cuando, **por estar nosotros lejos de Dios, pensamos que Dios lo está de nosotros, y cuando, por estar nosotros dormidos para Dios, pensamos que es Dios quien está dormido!**



La distancia tan infinita entre Dios y la criatura la ha roto el amor,
**“habiéndose aquí el Rey del cielo desde luego con el alma
amigablemente, como su igual y su hermano, desde luego no teme
el alma”** (LB 4,13).

**Allí me dio su pecho,
allí me enseñó ciencia muy sabrosa,
y yo le di de hecho
a mí sin dejar cosa;
allí le prometí de ser su esposa.**



DONDE SECRETAMENTE SOLO MORAS.

Dios, en unas mora como en su casa, mandándolo y rigiéndolo todo, y en otras mora como extraño en casa ajena, donde no le dejan mandar nada ni hacer nada” (LB 4,14).



**La interioridad, cual otra nueva Betania,
es lugar de descanso para Dios.**

**“¡Oh, cuán dichosa es esta alma que
siempre siente estar Dios descansando
y reposando en su seno! Esa persona
se convierte en lugar de descanso para
los demás”.**



Y EN TU ASPIRAR SABROSO.

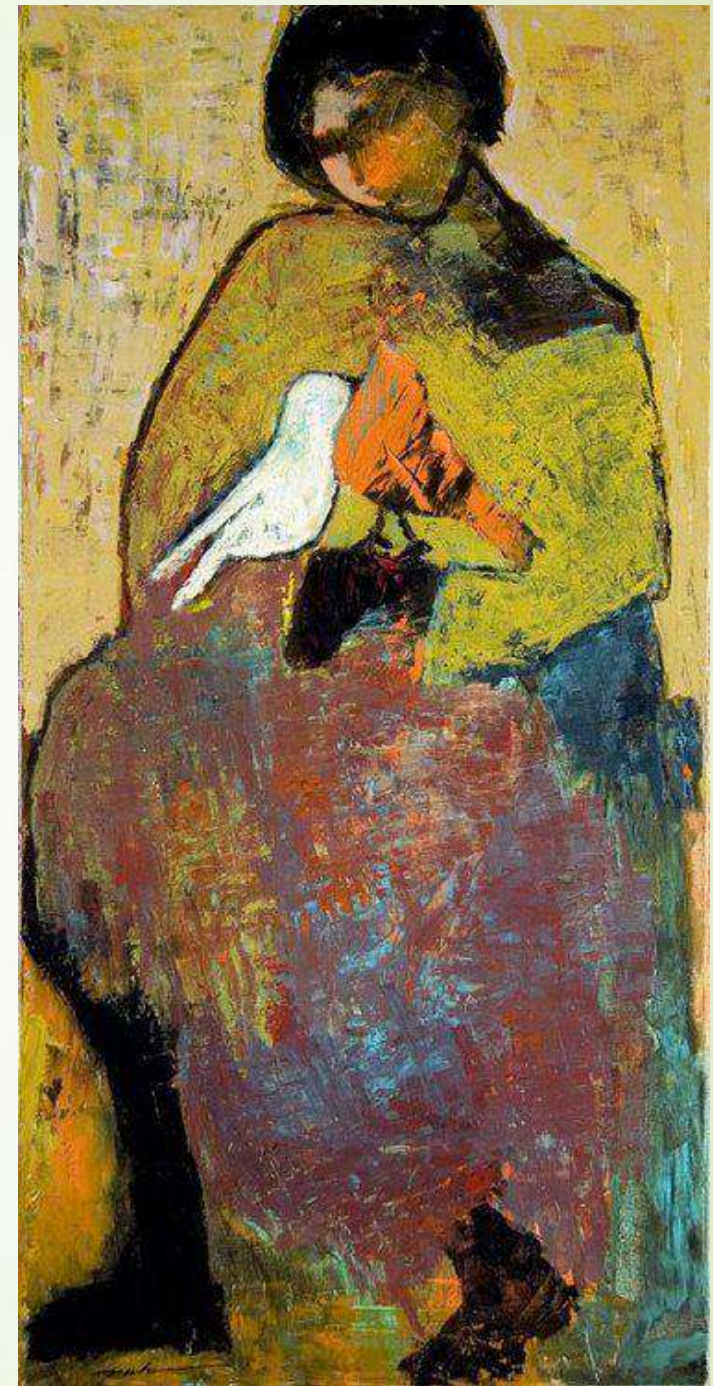
El Espíritu Santo nos transmite su aliento (ruaj)
para caminar al aire de Jesús.

La persona visitada por el Espíritu
**“siente nueva primavera en libertad
y anchura y alegría de espíritu”**
(CB 39,8).



¡CUÁN DELICADAMENTE ME ENAMORAS!

“Las aguas torrenciales no podrán apagar el amor ni anegarlo los ríos” (Cant 8,7).



**Con tu mirada de amor nos has enamorado, Espíritu Santo.
Comunicándonos tus misterios de salvación nos has enamorado.
Nos has descubierto los secretos de Dios como a amigos.
Nos has sentado a la mesa para la cena que recrea y enamora.
Nos has enamorado más de lo que estábamos.
Nos has hecho hombres y mujeres que rompen moldes y no repiten
la historia.**

Invoca al Espíritu Santo.

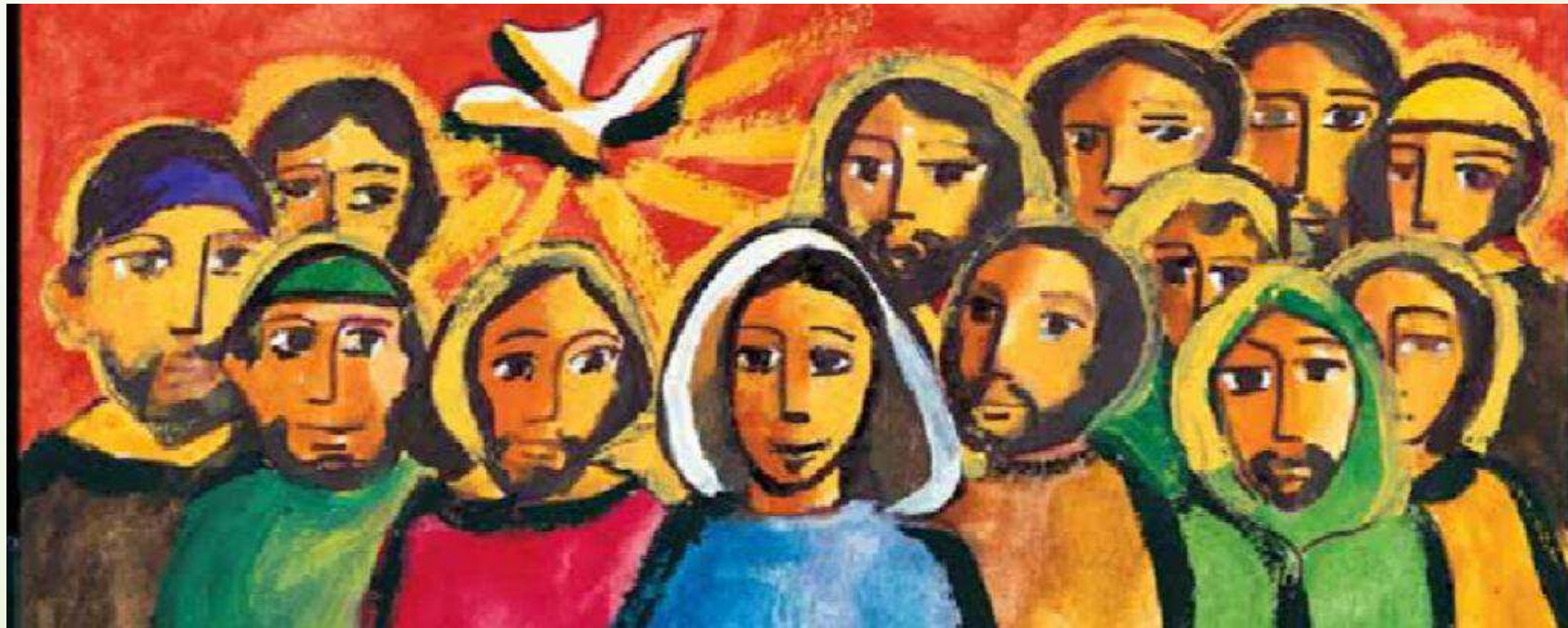
Dialoga con el Espíritu Santo.

Alégrate con el Espíritu Santo.

Vive en la Iglesia, la comunidad en el Espíritu Santo.

No dejes que nadie quede a un costado de la vida.

Sé amigo del Espíritu y serás hacedor de sueños.



ORACIÓN Ven, Espíritu Santo.

Amor vivo de Dios.

Tú nos miras con amor
y nos enamoras el corazón.

Nos comunicas tus misterios de salvación,
nos descubres los secretos de Dios como a amigos,
y nos sientas a la mesa de la vida y de la gracia,
en la cena que recrea, fortalece y enamora.

Haznos vivir con alegría tu presencia.

ORACIÓN

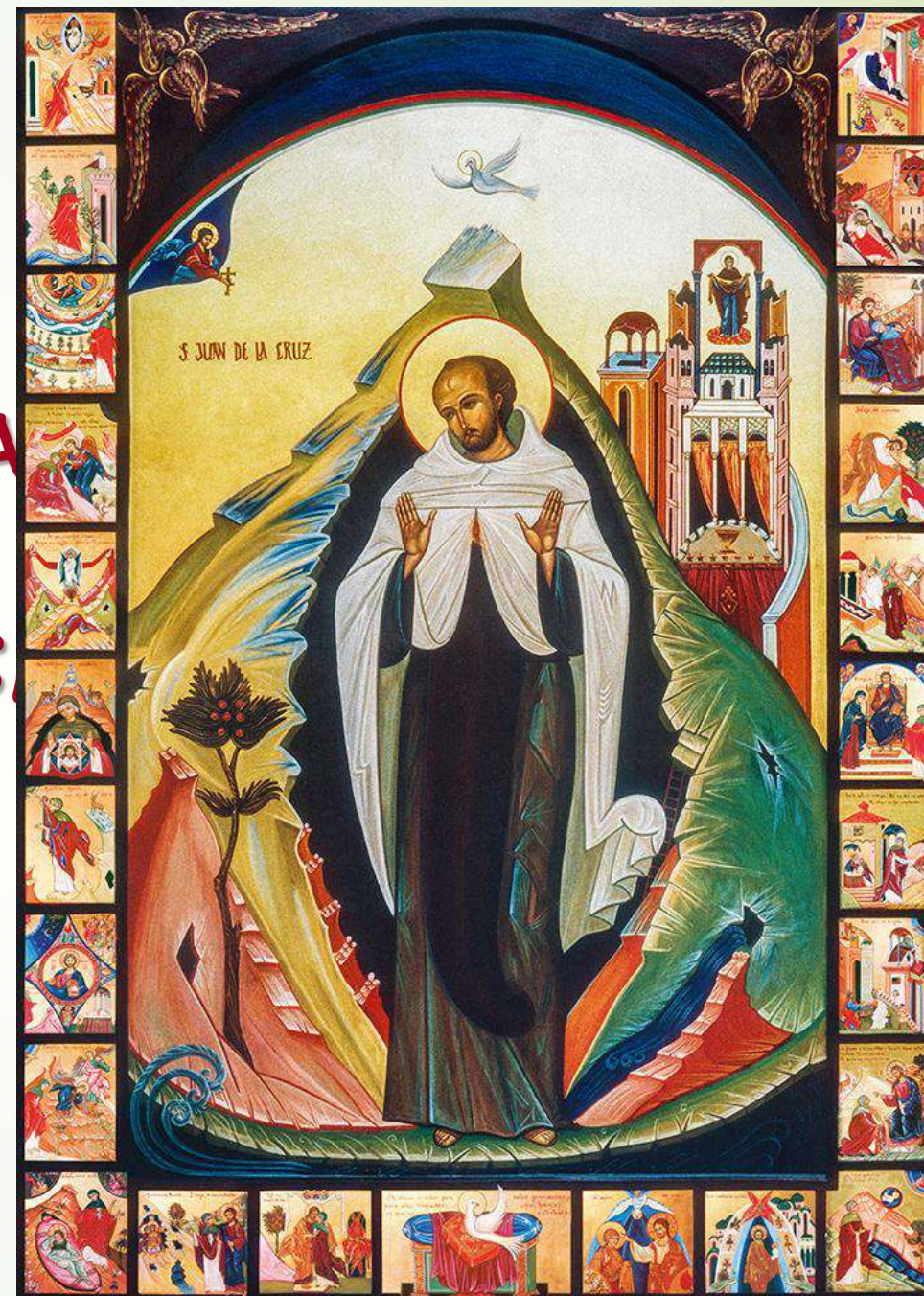
Que en la Iglesia, comunidad nacida de tu aliento,
aprendamos a caminar juntos.

Haznos hombres y mujeres nuevos,
capaces de sembrar comunión, esperanza y paz.

Espíritu Santo, amigo del alma,
haznos amigos tuyos
y conviértenos en hacedores de sueños,
servidores del Evangelio
y testigos alegres del amor de Dios.
Amén.

Día 26, jueves:

ORACIÓN DE ALMA ENAMORADA
¿QUÉ TALES HABREMOS DE S



Amigo Juan, que te haces el contradicho de cada uno de nosotros, danos lo que te hizo vivir así.

**Maestro de contemplación,
enséñanos a orar con profundidad y sencillez,
a habitar en el silencio interior
donde se escucha la suave voz de Dios.**



¡Señor Dios, amado mío!

Hombres y mujeres enamorados.

Juan de la Cruz lo llama Amado mío.

Mío, la entrada en la oración:
Dios es mío, es **mío** y yo soy **suyo**.
A la oración se entra por esta
puerta: nos amamos y nos
pertenece, es **mío** y soy **suyo**.
El amor mutuo es la puerta,
la condición de la oración.



Gesto: Manos en el pecho



J. de la Cruz



Si todavía te acuerdas de mis pecados para no hacer lo que te ando pidiendo, haz en ellos, Dios mío, tu voluntad, que es lo que yo más quiero, y ejercita tu bondad y misericordia y serás conocido en ellos.

Hombres y mujeres pecadores.

Con gemido hondo.

Dios ejercita su bondad y misericordia en nuestros pecados.

Conocemos a Dios en ellos, por cómo se comporta.

Canto: Cantaré eternamente la misericordia del Señor, anunciaré tu fidelidad por toda las edades.

Y si es que **esperas a mis obras**
para por ese medio concederme **mi ruego**,
dámelas tú y óbramelas,
y las **penas que tú quisieras aceptar**,
y **hágase**.

Hombres y mujeres llamados a obrar.

¿Serán mis obras las que impiden
el encuentro contigo?

Pues **dámelas y óbramelas**.

Y **hágase**. En toda oración hay un *fiat*.

Gesto: Manos abiertas.



Y si a las obras **mías** no **esperas**,
¿qué **esperas**, clementísimo **Señor mío**?;
¿por qué **te tardas**?

Hombres y mujeres de esperanza.

¿Qué esperas de mí?
¿Por qué te tardas?
Para que aprenda a esperarte.
Gesto: Manos levantadas



Porque **si**, en fin, ha de ser gracia y misericordia
la que en tu Hijo te pido,
toma mi cornadillo,
pues le quieres,
y dame este Bien,
pues que tú también lo quieres.

Hombres y mujeres que dan su pequeñez.

Te pedimos a tu Hijo, Jesús.

Te damos nuestro cornadillo (moneda pequeña)

Tú quieres lo inapreciable.

Gesto: Manos abiertas, que ofrecen.



¿Quién **se** podrá librar de los modos y términos **bajos**
si no le **levantas tú a ti** en pureza de **amor**, Dios mío?

¿Cómo se **levantará a ti** el hombre,
engendrado y criado en **bajezas**,
si no le **levantas tú, Señor**,
con la mano que le hiciste?

**Hombres y mujeres que caen
y son levantados.**

Talita Kum. Levántate.
Levántame con tu mano creadora,
con tu mano salvadora.
Gesto: Una mano levantada.



No me quitarás, Dios mío,
lo que una vez me diste en tu único Hijo Jesucristo,
en que me diste todo lo que quiero.
Por eso me holgaré que no te tardarás si yo espero.

Hombres y mujeres que saben que Dios es fiel.

No me quitarás lo que me diste en tu Hijo.

Cristo es mío.

Me lo diste y es todo lo que quiero.

Gesto: Actitud confiada.





¿Con qué dilaciones **esperas**,
pues desde **luego** puedes **amar a Dios**
en tu corazón?

**Hombres y mujeres que pueden amar
desde ahora.**

Canto:

El alma que anda en amor ni cansa ni se cansa

Míos son los cielos y **mía** es la tierra;
mías son las gentes, los justos son **míos** y
míos los pecadores;
los ángeles son **míos**,
y la Madre de Dios [**es mía**] y todas las
cosas son **mías**;
y el mismo Dios es **mío** y **para mí**,
porque **CRISTO ES MÍO**
Y TODO PARA MÍ.

Hombres y mujeres de plenitud.

Frente a la polarización e ideología:
TODO ES MÍO. Gozo exultante.

Entrega de una cruz





Pues, ¿qué pides y buscas, alma mía?
Tuyo es **todo** esto, y **todo** es para ti.

Hombres y mujeres sabedores de que
TUDO ES DON.

El Amado *gusta de ser tal cual es*
por ser tuyo
y para darse a ti.

Gesto: Manos en el pecho.



No te pongas en menos ni repares en **meajas**
que se caen de la mesa de tu Padre.
Sal fuera y **gloríate** en tu gloria,
escóndete en ella y goza,
y **alcanzarás** las peticiones de tu corazón.

Hombres y mujeres felices.

No ponernos en menos.
Salir de nuestras esclavitudes.
Gloriarnos en la gloria del Señor.
Gesto: Manos levantadas





Centro de Iniciativas de Pastoral de Espiritualidad
www.cipecar.org * *cipe@cipecar.org*