



### Experiencia Significativa:

El gozo de sentirme PERDONADO por Dios, me lleva a reparar mis relaciones con los demás.

### Iluminación Bíblica:

"Si al presentar tu ofrenda en el altar te acuerdas de que un hermano tiene algo contra ti, deja tu ofrenda delante del altar, y vete primero a reconciliarte con tu hermano..." Mateo 5,20-26

La cuaresma es un tiempo ideal para ponerle **PAUSE** al corazón y restablecer aquellas relaciones rotas o que por nuestra pobreza humana se han debilitado. Es una buena contribución a esa PAZ que queremos construir.

Trabajar por la PAZ es de antemano, destruir las barreras, las divisiones, la indiferencia y esforzarnos por establecer relaciones no violentas, pese a la diferencia que es inherente a los seres humanos. Pero como en esta semana de Cuaresma se trata de RESTABLECER, aquí te presentamos algunas reflexiones.

**PERDÓN:** Si hacemos una separación de la palabra Perdón, nos encontramos con: **PER: Persona DON: Donar, entregar, regalar.**

Perdón es entonces "Donar la persona". En este sentido, el perdón supone dos dimensiones: Pedir Perdón y ofrecer Perdón. Ambas son acciones separadas e independientes (puedo pedir perdón sin que el otro me perdone o puedo perdonar, sin que aquel a quien estoy perdonando me lo solicite).

✚ Todos tenemos experiencia de relaciones familiares, de amistad o de pareja que en un momento dado se han roto, muchas veces por falta de una auténtica y sincera comunicación. No olvidemos que la diferencia lejos de ser una dificultad en nuestras relaciones, es una gran oportunidad de crecimiento personal y espiritual. Cuando se presentan dificultades en las relaciones interpersonales es importante tener en cuenta para poder PERDONAR.



**HABLA CON DIOS ANTES QUE CON LA OTRA PERSONA:**

Conversa con Dios acerca del problema. Si oras acerca del conflicto antes de ir a comentar con otros; descubrirás que tú o la otra persona cambian de parecer sin la ayuda de nadie, pues a Dios le interesa y quiere ayudarte. Nuestras relaciones serían mejores si sólo oráramos más por ellas. Cuéntale a Dios tus frustraciones, sabes Él nunca se sorprende ni se disgusta por nuestro enojo, dolor, inseguridad o cualquier otra emoción. Vamos cuéntale exactamente cómo te sientes. Muchos conflictos se originan en necesidades insatisfechas. Algunas de ellas sólo pueden ser satisfechas por Dios.



**TOMA LA INICIATIVA SIEMPRE:**

No importa quién haya sido el ofendido o quién ofendió a quien: Es el deseo de Dios que des el primer paso. No esperes por la otra persona. Preséntate ante ella. Cuando tu relación sea tirante o se rompa, planifica inmediatamente una conferencia de paz. No la postergues, no pongas excusas o prometas. Fija una fecha para tener una reunión personal tan Pronto como sea posible. La demora sólo sirve para aumentar el resentimiento y complicar las cosas.



**SÉ COMPRENSIVO:**

Usa tus oídos más que tu boca. Antes de intentar resolver un desacuerdo, escucha atentamente los sentimientos de la otra persona y solo en los hechos; Comienza con la compasión, no con las soluciones. Al principio, no discutas con las personas acerca de sus sentimientos. Sólo escucha y permite que se desahoguen emocionalmente sin ponerte a la defensiva. Es importante escuchar a la otra persona allí le estamos diciendo: "valoro tu opinión, me interesa nuestra relación y me importas tú".



**CONFIESA TU PARTE:**

Si realmente te interesa restaurar una relación, debes comenzar admitiendo tus propios errores o reacciones que contribuyeron al conflicto. Es necesario identificar nuestra parte de culpa en el conflicto, pídele a Dios te lo muestre. Cuando comenzamos por reconocer con humildad nuestras equivocaciones, el enojo de la otra persona se apaga y la desarmas porque posiblemente esperaba que estuvieras a la defensiva. La confesión es una herramienta muy poderosa para la reconciliación.





#### ATACA EL PROBLEMA NO LA PERSONAS:

No es posible arreglar el problema si lo que te interesa es encontrar quién tuvo la culpa. Debes optar por una u otra. Si estás enojado nunca lograrás persuadir a la otra persona; elige tus palabras con mucho cuidado. Una respuesta amable es siempre mejor que el sarcasmo. Al resolver conflictos, la manera en que se dicen las cosas es tan importante como lo que se dice. Si eres agresivo, tus palabras se recibirán a la defensiva. Destruyamos la desaprobación, el menosprecio, las comparaciones, las etiquetas, los insultos, la condescendencia y el sarcasmo; para poder salvar nuestras relaciones.



#### HAS INCAPÍÉ EN LA RECONCILIACIÓN, NO EN LA SOLUCIÓN:

No es realista esperar que todos nos pongamos de acuerdo en todo. La reconciliación se enfoca en la relación, mientras que la resolución se concentra en el problema. Cuando nos concentramos en la reconciliación, el problema pasa a un segundo plano de importancia y hasta puede tornarse irrelevante. Podemos restablecer una relación incluso sin haber podido resolver nuestras diferencias.

Para reflexionar: ¿Qué no es el perdón?

En este camino de perdón y de sanar el corazón, para abrir campo a la reconciliación y la paz, es oportuno reconocer lo que no es el perdón, para evitar frustraciones o equivocaciones:

- Creer que cuando uno perdona le hace un favor a su enemigo.
- Creer que perdonar significa justificar.
- Creer que el perdón implica olvidar
- Creer que perdonar significa volver necesariamente las cosas como estaban antes del enojo
- Creer que para perdonar a alguien, tengo que esperar a que él se arrepienta y me pida perdón

Hay que tener en cuenta que el amor divino es la base de la reconciliación a la que todos somos llamados” es El quien perdona todas tus culpas, quien redime su vida desde la tumba



Las manos son como una prolongación de lo más íntimo del ser humano. Representan una admirable fusión del cuerpo y del espíritu.

A veces unidos a la palabra, y otras veces sin ella, los gestos de una mano pueden expresar, con su lenguaje no-verbal e intuitivo, una idea, un sentimiento, una intención.

En nuestra vida social todos llegamos a entender la "gramática" de unas manos que se tienden para pedir, que amenazan, que mandan parar el tráfico, que saludan, que se alzan con el puño cerrado, que hacen con los dedos la V de la victoria, que cogen en silencio la mano de la persona amada, que se tienden abiertas al amigo, que ofrecen un regalo, que dibujan en el aire una despedida...



En esta semana te invitamos a hacer con tus manos gestos de reconciliación. Cada día harás el ejercicio de reconciliarte con alguna persona (amiga/o, familiar, vecino, compañera de clase) a la que sientes que has ofendido o que te ha ofendido. Tú serás la primera en dar paso. Presta mucha atención, el gesto irá acompañado de lo que te pide el itinerario cuaresmal para ese día. (Se sugiere que aparezca en una parte visible los dibujos de los gestos y la explicación). Recuerda: "RECONCILIARTE... ESTÁ EN TUS MANOS".

# RECONCILIARTE... ESTÁ EN TUS MANOS

	Gesto	Significado
	ENTREGA	Manos disponibles para donarse, dispuestas a restaurar el corazón.
	ABRAZA	Manos que abrazan, y sanan el dolor causado, que nos ofrecen una segunda oportunidad, que demuestran el amor de amigo.
	ORA	Manos abiertas, que piden, que reconocen su propia pobreza, que esperan, que muestran su receptividad ante el don de Dios.
	FORTALECE	Manos palma contra palma. Es la actitud de fortaleza, de encuentro, de hermandad.
	REGALA PAZ	Manos llenas que se parten y reparten para ofrecer con gratuidad lo que gratis han recibido

**NOTA:** sería bueno que para esta semana a las jóvenes se les pueda ofrecer el sacramento de la reconciliación, realizando la siguiente motivación...



## Sacramento de la **Reconciliación**

Recuerda momentos en que te hayas podido sincerar, qué hayas podido comunicar cosas personales e íntimas con alguien. Y los momentos en que hayas podido escuchar a alguien y consolarlo.

¡Así es el Sacramento de la reconciliación, del perdón, de la confesión! ¡Qué hermoso regalo que nos sana de nuestras heridas, que nos hace sentirnos en paz con Dios y con nosotros mismos! Si Dios es grande por crear el universo entero, es más grande todavía por su gran misericordia capaz de perdonar nuestros pecados. Haz la prueba de la confesión y verás cómo al sentirte perdonado por Dios, tendrás fuerzas y valor para perdonar a tus familiares, amigos y demás personas que te han ofendido.

La Iglesia es sacramento de paz. Los cristianos entonces somos instrumentos de paz y de reconciliación. Por eso es importante que descubramos que la reconciliación entre hermanos y la reconciliación sacramental van íntimamente unidas. No dudes de la fuerza de la Confesión, pero para ello es necesario revestirse de humildad. Lee con atención y saca tus propias conclusiones:

### **El Rey** Misericordioso Para Orar

"Había una vez un rey que cada año, al acercarse el aniversario de su coronación, acostumbraba a liberar un prisionero. Cuando se acercaba el día del aniversario, como ya era costumbre, se dirigió a la prisión y comenzó a entrevistar a los prisioneros para decidir quién iba a ser el afortunado este año.

Uno a uno, fueron desfilando ante él todos los prisioneros: "Soy inocente. A mí me acusaron falsamente y estoy aquí por un crimen que no cometí", dijo el primero. "El jurado me condenó injustamente, yo no hice nada", dijo el segundo. Así, uno tras otro fueron proclamando su inocencia y la situación injusta de su estancia en prisión. Hasta que llegó el último: un hombre pequeño de estatura, que sin levantar la vista declaró: "Yo he matado a un hombre. Estaba fuera de quicio porque él había matado a mi padre y, ciego de la ira, perdí el control de mis actos y le disparé. No merezco ser liberado: soy un criminal".

Inmediatamente el rey ordenó que este último hombre fuera liberado. "Pero ¿por qué lo liberas a él y no al resto que han declarado ser inocente?", reclamaron indignados los guardias. Y el rey respondió: Precisamente, yo cada año libero a un delincuente, no a hombres inocentes. Además, es mejor que se vaya, si no va a arruinar al resto que son todas buenas personas".

Conversando acerca del cuento, podemos deducir que lo que motivó que el prisionero fuera liberado, fue su actitud sincera de reconocerse un delincuente y mostrarse arrepentido. El resto de los prisioneros negaron su responsabilidad en los actos cometidos y fingieron ser inocentes, lo cual les valió el precio de no ser liberados.

En algún día de la semana se le puede proyectar el siguiente video

CANCIÓN: Goza: <https://www.youtube.com/watch?v=aZmv104DZp0>