

# La conversión del corazón

## La conversión del corazón

Cuaresma 2008  
Preparado por Monjas Mínimas  
de Daimiel



**La Cruz lo llena todo, no es un adorno, es el Amor que atraviesa la humanidad.**

**La Cruz de Jesús no es un signo de fracaso sino Misterio de Amor salvador, señal de esperanza y de vida, es el final de un recorrido humano limpio y transparente.**

**"Padre, a tus manos encomiendo mi espíritu"**

## **¡Reconciliaos con DIOS!**

Reflexiones Mínimas al comienzo de la cuaresma

***"Os exhortamos a no echar en saco roto la gracia de Dios. Porque El dice: <En el tiempo de la gracia te escucho; en el día de la salvación te ayudo>. Pues mirad: Ahora es el tiempo de la gracia; ahora es el día de la salvación" (2Co 6, 1-2)***

**Cuaresma es tiempo penitencial en el que se debe ir acrecentando el deseo de la Pascua. Cuanto mayor es el deseo, se recibe con tanta mayor alegría, y tanto más si este deseo nace del profundo de nuestro corazón.**

**Este deseo no basta por sí solo, es necesario un trabajo y un esfuerzo personal serio: "no echéis en saco roto la gracia de Dios". La cuaresma es el tiempo propicio para ir tejiendo ese saco roto con esmero para recibir esa gracia que nos trae la Pascua.**

**Tres cosas para tejer ese saco, imprescindibles para nuestra conversión:**

**ORACIÓN — AYUNO — LIMOSNA**

**Preparemos nuestra alma para acercarnos a Dios. Se hace no sólo con esfuerzo sino principalmente con el alma; por eso Jesús nos pide hacer las cosas verdaderamente, con el corazón:**

***"Tú, en cambio, cuando ayunes, perfúmate la cabeza y lávate la cara, para que tu ayuno lo note, no la gente, sino tu Padre, que está en lo escondido; y tu Padre, que ve en lo escondido, te recompensará" (Mt 6, 17-18)***

**Preparemos un alma fuerte y forjada en el gimnasio espiritual de la cuaresma para que presentándola al Señor, Él pueda llenarla con su gracia en el tiempo de Pascua.**

# Lectura de la Palabra

Lc 9, 22-26

“Dijo Jesús: el Hijo del hombre debe sufrir mucho, y ser reprobado por los ancianos, sumos sacerdotes y letrados, ser ejecutado y resucitar al tercer día.

Decía a todos: <si alguno quiere venir en pos de Mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz cada día y sígame. Porque quien quiera salvar su vida, la perderá; pero quien pierda su vida por Mí, ése la salvará. Pues, ¿de qué le sirve al hombre haber ganado el mundo entero, si él mismo se pierde o se arruina?

Porque quien se avergüence de Mí y de mis palabras, de ése se avergonzará el Hijo del hombre, cuando venga en su gloria, en la de su Padre y en la de los santos ángeles”

## Una mínima reflexión

Sólo ante el Crucificado que vive, puede brotar del corazón creyente un poema bello que enardece el corazón; porque contemplándole a El uno se siente bendecido desde lo más profundo de su ser y experimenta la libertad, el amor, palpa lo que dice la Palabra y le parece tener alas de águila para lanzarse en el abismo insondable del Amor infinito de Dios, hecho carne en el Amado, en quien encuentra su descanso y su más honda fecundidad. Y no puede dejar de decir que al mismo tiempo que se siente agraciado en El, desde esta misma conciencia de la bendición de Dios, asiente en la serena certeza de que ‘el creyente que así lo vive, se convierte en bendición para los demás y en gloria del Padre’

*Olimpia Mejía, madre de cinco hijos, - dos son Monjas Mínimas,- nos ofrece el poder adentrarnos en el Misterio de la Cruz desde la sencillez, hondura y profundidad cristiana de su corazón.*

### 1- LLAMADA

Mírame, hijo, y di  
si algo te he negado.  
Mírame aquí clavado...  
que muero pensando en ti...

Oye atento el latir...  
estoy agonizando...  
¿Algo están hablando?  
¡Yo sólo pienso en ti!

Treinta y tres años viví,  
todo se acababa...  
la vida yo daba,  
¡y que te amaba sentí!

¿Perderé el sacrificio?  
¿Te acordarás de mí...?  
Tus deudas yo cubrí.  
¡Tuyo es el beneficio!



### 2- REFLEXIÓN

Si supiéramos comprender  
lo que en la Cruz se nos da  
supiéramos sobrelevar  
nuestra pequeña cruz también.

Toda su vida oculta  
poco a poco nos la dio  
y perdona y disculpa  
a quien tanto le ofendió.

¿Hay acaso más amor?...  
¿Puede alguien darnos más?  
¡Sólo El, que siendo Dios,  
también supo perdonar!

### 3- RESPUESTA

Sólo hay una respuesta,  
caminar tras de Ti,  
que esa Cruz que Tú llevas  
yo sólo merecí.

Y tan cerca sentiré  
esas ‘ansias’ y ese ‘amor’,  
que por Ti sólo seré  
lo que quieras Tú y no yo.

Con los ojos vendados  
caminamos los dos,  
ni Tú ves mis pecados,  
ni Tu grandeza yo.

*Olimpia Mejía  
Dai miel,*

# ¡Alza tu súplica confiada!

## Salmo 32 (31) El reconocimiento del pecado obtiene su perdón, Dios no lo tiene en cuenta y lo suprime

¡Dichoso el que es perdonado de su culpa,  
y le queda cubierto su pecado!  
Dichoso el hombre a quien Yahveh  
no le cuenta el delito,  
y en cuyo espíritu no hay fraude.  
Cuando yo me callaba, se sumían mis huesos  
en mi rugir de cada día,  
mientras pesaba, día y noche,  
tu mano sobre mí;  
mi corazón se alteraba como un campo  
en los ardores del estío.  
Mi pecado te reconocí  
y no oculté mi culpa;  
dije: "Me confesaré  
a Yahveh de mis rebeldías."  
Y tú absolviste mi culpa,  
perdonaste mi pecado

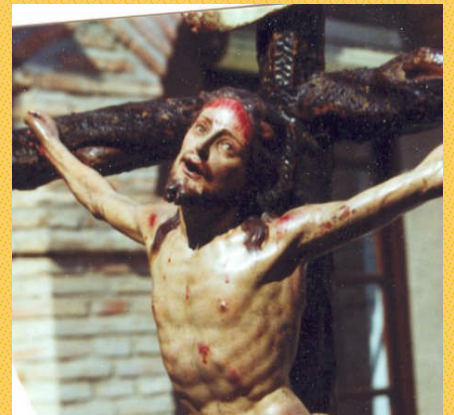
Por eso te suplica todo el que te ama  
en la hora de la angustia,  
Y aunque las muchas aguas se desborden,  
no le alcanzarán.  
Tú eres un cobijo para mí.  
de la angustia me guardas,  
estás en torno a mí para salvarme.  
Voy a instruirte,  
a mostrarte el camino a seguir;  
fijos en ti los ojos, seré tu consejero.  
Al que confía en Yahveh  
el amor le envuelve.  
¡Alegraos en Yahveh,  
oh justos, exultad,  
gritad de gozo,  
todos los de recto corazón!

No me mueve, mi Dios, para quererte  
el cielo que me tienes prometido;  
ni me mueve el infierno tan temido  
para dejar por eso de ofenderte.

Tú me mueves, Señor; muéveme el verte  
clavado en esa cruz y escarnecido;  
muéveme el ver tu cuerpo tan herido;  
muévenme tus afrentas y tu muerte.

Muéveme, al fin, tu amor, y en tal manera  
que, aunque no hubiera cielo, yo te amara,  
y, aunque no hubiera infierno, te temiera.

No me tienes que dar porque te quiera;  
pues, aunque lo que espero no esperara,  
lo mismo que te quiero te quisiera. Amén.



# “¿Cómo cambiar mi vida?: ¡Por dentro! Es un corazón nuevo el que hace falta pedir, y el resto se realiza sin dificultad

## ¡METANOIA!

“La primera condición -y la primera respuesta, por parte del hombre- para recibir el reino es la conversión, entendida en su sentido más original, como metanoia. Esta palabra desborda, con mucho, el contenido de la palabra penitencia, que venía siendo, hasta hace poco, su traducción más corriente. Supera también toda forma de austeridad corporal. Más aún, es la raíz, el motivo profundo de esas mismas mortificaciones corporales. Expresa la mente de quien las realiza, poniendo de manifiesto su nueva actitud interior, su nuevo estilo de vida.

**La conversión es algo mucho más hondo y comprometido que la simple penitencia.** Y, desde luego, algo mucho más radical que todas las posibles ‘penitencias’. Es un cambio interior, que afecta a toda la persona. Supone una ruptura total, desde dentro, no sólo con el pecado, sino también con una mentalidad pagana o simplemente racionalista, para iniciar un nuevo modo de pensar, de querer y de vivir, teniendo como suprema norma de conducta -interior y exterior- la voluntad y el pensamiento de Dios, manifestados en Jesucristo. Es, literalmente, un cambio de mente o de mentalidad. Un reajuste progresivo y permanente con Jesús en sus criterios, en su lógica, en su escala de valores, en sus actitudes vitales, en sus “sentimientos” (Flp 2, 5), en sus estados interiores. “¿Cómo cambiar mi vida?”, pregunta Julien Green. Y contesta: “**Por dentro.** Es inútil quemar libros y manuscritos: el desasimiento no se consigue así; **es un corazón nuevo el que hace falta pedir, y el resto se realiza sin dificultad**”.

Y ésta es la condición primera, exigida por el reino. Y exigida por Jesús. “*Vino Jesús a Galilea, predicando el evangelio del reino de Dios y diciendo: se ha cumplido el tiempo, el reino de Dios ha llegado: convertíos y creed*” (Mc 1, 15). “*Desde entonces, comenzó Jesús a predicar y a decir: convertíos porque se está acercando el reino de Dios*” (Mt 4, 17).

La conversión está en conexión inmediata con el reino y con la fe. Y esta conexión se advierte en todo el nuevo testamento. Se predica la conversión “porque el reino de Dios viene y para que el reino de Dios venga”. Cuando Jesús comenzó a predicar el evangelio del reino, los judíos sabían ya con qué espíritu y disposiciones debían recibirlo. **El primer fruto del reino**, que es, al mismo tiempo, la primera disposición interior a recibirlo, **es la reconciliación con Dios que obra y supone un cambio interior: LA CONVERSIÓN**”

## La conversión es un proceso.

“En todas las formas y estados de vida, **la conversión no es un acto**, que se realiza de una vez para siempre, **sino un verdadero proceso, que ha de durar la vida entera.** Por eso, no puede darse nunca por terminado o concluido, sino que debe proseguirse ininterrumpidamente, sin posible cansancio. Y es que, en realidad, nunca se está del todo convertido. Y sería un grave síntoma de necesitar urgente conversión, llegar a creer que uno ya está convertido de veras. Aunque sería más grave todavía ‘no necesitar’ conversión. Porque, no tiene realmente salvación, quien no la necesita de verdad.

La verdadera conversión -metanoia, en sentido bíblico- es una transformación radical, es decir, un cambio de toda la persona por dentro: de su mentalidad, de su lógica interna, de su escala de valores, de sus actitudes vitales. En realidad, es un permanente y progresivo reajuste con la mentalidad, la lógica, la escala de valores y las actitudes vitales de Jesús...

... **La vida consagrada, por su misma naturaleza, es una forma especialmente radical de entender y de vivir la conversión evangélica.** Por eso, se consideró siempre la *conversio morum* -el cambio de costumbres-, como nota característica de este modo de vida cristiana. Se trata de cambiar de estilo, adoptando uno de mayor sencillez y austeridad, marcado por la oración y el ayuno y, sobre todo, por la actitud de servicio en una comunidad de vida espiritual, fraterna y apostólica. Ya no se trata, propiamente, de pasar de la incredulidad a la fe, o del escándalo a una vida ejemplar, y ni siquiera del pecado a la gracia, sino **de un grado de fidelidad a otro de mayor fidelidad todavía, progresando ininterrumpidamente en real configuración con Jesús, en “su modo de existir y de actuar, como Verbo encarnado, ante el Padre y ante los hermanos” (cf VC 22). Este proceso no admite dilación, ni tiene verdaderos límites.**

La vida consagrada supone y exige una **actitud permanente de conversión.** Por eso, debe ser un ejemplo constante de crecimiento en el Espíritu, en fidelidad ascendente y progresiva.”

(Sentido teológico de la cuaresma: Convertirse, porque el reino viene y para que el reino venga  
entresacado del libro “Pasión de amor” del P. Severino M<sup>a</sup> Alonso, CMF)

**La dinámica de la *conversión* consiste principalmente en *mirar a Jesús*, empaparse de su obrar, de sus actitudes vitales, y en consecuencia, vivirle a Él.  
*¡Méditalo en tu corazón, pero sobre todo inténtalo VIVIR!*  
*¡Contempla la Palabra!***

“Cristo padeció por nosotros, dejándonos un ejemplo para que sigamos sus huellas. El no cometió pecado ni encontraron engaño en su boca; cuando lo insultaban, no devolvía el insulto; en su pasión no proferí amenazas; al contrario, se ponía en manos del que juzga justamente. Cargado con nuestros pecados subió al leño, para que, muertos al pecado, vivamos para la justicia. Sus heridas nos han curado.”

**1P 2, 21-24**

**Repite desde tu corazón: ¡Sus heridas nos han curado...!  
Déjate invadir por el asombro y la gratitud, gasta tus energías en contemplar tanto amor traspasado y ora en tu interior.  
Si haces silencio, escucharás su voz.**

### *Una mínima reflexión*

En el camino, cuando todo parece que va bien, que nada ni nadie puede interferir la plenitud que una siente en su entrega a Dios y a los hermanos, me encuentro con momentos que intentan arrebatarme tal dicha, o simplemente, quieren nublar la paz y la serenidad honda del alma. Y es en estos momentos, cuando una se sumerge en la oración y sólo le consuela contemplar a Cristo en Getsemaní, en la Cruz, en su Misterio Pascual, pero con la impotencia suma de quien no entiende y con la única salida del rendimiento total; y en medio de tanto desbarajuste interior, una palpa nuevamente la libertad de quien se sabe amado y muy amado, y es esta experiencia amorosa quien vuelve a sacar del abismo de la nada, del sinsentido, a quien sólo busca seguir el camino de Dios y unirse a Aquel a quien contempla traspasado de Amor.

Las palabras amigas del hermano compañero de camino, nos introducen en el Misterio y nos sitúan en el camino de Jesús:

*“Gracias a la muerte del Hijo, el hombre es un **ser para la entrega**. ¡este es el anhelo de nuestro corazón! Nuestras vidas están llamadas a tomar la cruz y seguir a Jesús. Estamos llamados a entregar la vida como el Hijo, con el Hijo, en el Hijo... Jesús ha convertido el destino de la muerte de los hombres en posibilidad de ofrenda”*

*(Manuel Pérez Tendero, Carpetas BETANIA)*

### **Oración :**

**Te rogamos, Señor Dios nuestro, que tu gracia nos ayude, para que vivamos siempre de aquel mismo amor que movió a tu Hijo a entregarse a la muerte por la salvación del mundo. Por Jesucristo nuestro Señor.**

# San Francisco de Paula nos dice:

## **¡Convertíos con corazón sincero!**

Que nuestro Señor Jesucristo, que premia con suma generosidad, os dé la recompensa de vuestras fatigas.

Huid del mal, rechazad los peligros. Nosotros, y todos nuestros hermanos, aunque indignos, pedimos constantemente a Dios Padre, a su Hijo Jesucristo, y a la Virgen María, que estén siempre a vuestro lado, y os ayuden en la salvación de vuestras almas y vuestros cuerpos.

Hermanos, vivamente os exhorto a que os preocupéis, con prudencia y diligencia, de la salvación de vuestras almas. La muerte es segura, la vida breve, y se desvanece como el humo.

**Centrad vuestro pensamiento en la pasión de nuestro Señor Jesucristo**, que por el amor que nos tenía bajó del cielo para redimirnos; que por nosotros sufrió toda clase de tormentos de alma y cuerpo, y no evitó suplicio alguno. Con ello nos dejó un ejemplo soberano de paciencia en las adversidades.

Deponed toda clase de odio y de enemistades; tened buen cuidado de que no salgan de vuestra boca palabras duras y, si alguna vez salen, no seáis perezosos en pronunciar aquellas que sean el remedio saludable para las heridas que ocasionaron vuestros labios; por tanto, perdonaos mutuamente, y olvidad para siempre las injurias recibidas. Porque el recuerdo del mal recibido es una injuria, complemento de la cólera, conservación del pecado, odio a la justicia, flecha oxidada, veneno del alma, distracción del bien obrar, gusano de la mente, motivo de distracciones en la oración, anulación de las peticiones que hacemos a Dios, enajenación de la caridad, espina clavada en el alma, iniquidad que nunca se acaba, y muerte cotidiana.

Amad la paz, que es el mayor tesoro que se puede desear. Ya sabéis que nuestros pecados provocan la ira de Dios; arrepentíos para que El os perdone por su misericordia. Lo que ocultamos a los hombres, es manifiesto a Dios; **convertíos, pues, con sinceridad**. Vivid de tal manera que obtengáis la bendición del Señor, y la paz de Dios nuestro Padre esté siempre con vosotros.

De las cartas de San Francisco de Paula

## Orando con Sor Consuelo



*¡Jesús mío, cuánta misericordia!  
¡qué bondad tan grande la tuya!*

*Tú lo sabes todo:  
mis flaquezas, mis miserias  
y el abismo de mi nada,  
y aún así, Tú me amas.*

*Si pudiera amarte  
con tu mismo amor,  
como Tú me quieres  
te quisiera yo.  
Pequé, perdón, Dios mío;  
piedad, Señor, piedad.  
Si grandes son mis culpas,  
mayor es tu bondad.*



“El fin específico de la Orden Mínima es la práctica constante de la ‘mayor penitencia’ propiamente cuaresmal, como particular forma evangélica de ascesis que se extiende a toda una vida más austera en orden a conseguir una mayor perfección de la caridad..

Esta forma de vida se expresa concretamente en el esfuerzo constante de la más sincera **conversión a Dios**, en el dominio de sí mismo y en una más íntima participación en la expiación de Cristo”  
(Constituciones de las Monjas Mínimas)

Este el mensaje de la Familia Mínima: vivir en continua conversión por la salvación del mundo en unión con Cristo Redentor. Un encuentro personal con Cristo en su Misterio Pascual, participando de su Pasión-Muerte-Resurrección.

*<<Si la vida de Cristo estuvo toda ella orientada hacia la Pascua, también toda la vida del Mínimo está orientada hacia la eternidad e iluminada por los resplandores de la luz pascual.*

*El Mínimo crucifica sus miembros, se despoja, se humilla, se anonada, y se inserta así plenamente en el Misterio Pascual del Redentor. Vive constantemente y en la máxima intensidad que le es posible, la dinámica bautismal por la cual, muriendo al pecado, vive ya en esta tienda mortal de la vida de Cristo, que estallará algún día gloriosa cuando se vea liberada de las ataduras de la existencia mortal. La vida del Mínimo es plenamente cuaresmal sólo si está penetrada de la esperanza pascual y si ya, de hecho produce cada día frutos de resurrección*

*El Mínimo es por vocación un resucitado. Desde el momento mismo de ser ‘Mínimo’ se arranca de las categorías temporales para situarse en el plano de la fe... comienza a ser transformado por la comunión con el Misterio Pascual de Cristo.*

*Peregrino y forastero en este mundo, humilde siervo del Señor, asiduamente entregado a la contemplación y comunión con Dios...*

*El Mínimo resucita cada día a la vida nueva de Cristo. Por eso se distingue por su serena y gozosa alegría; por eso su Regla rigurosa, que comenzó arrancándolo del mundo y termina presentando ante sus ojos el premio de la eterna bienaventuranza, no es para él una carga pesada, sino ‘suave y santa’>>*

*(Líneas Maestras de espiritualidad Mínima)*



*“Esta es, queridísimas hermanas, la ley y Regla suave y santa, que os exhortamos a acoger humildemente y a guardar con fidelidad y perseverancia, de tal modo que, al final, por su observancia consigáis felizmente de la mano del Señor, como bendición perenne, la gracia y la gloria”*

*(Regla de las Monjas Mínimas)*