

Comenzamos una nueva Cuaresma. ¿Te animas a recorrer también esta vez este camino de 40 días, con nosotros, de la mano de San Francisco? Ya sabes, cada día una frase, una pequeña reflexión y un desafío asequible. Empezar paso a paso, con algo sencillo, día a día, para prepararnos para la Pascua. Juntos es más fácil...no tenemos que caminar solos.

DÍA 18 DE MARZO

“Una vez, el bienaventurado padre Francisco, separándose de la gente, se retiró a un lugar tranquilo, secreto y solitario, para darse allí a Dios. Era costumbre suya distribuir el tiempo que le había sido otorgado para merecer la gracia, empleando parte, según lo creía conveniente, en bien del prójimo, y consagrando el resto al gozoso silencio de la contemplación.” (1Cel. 91)

Necesitamos hacer silencio. Hoy más que nunca es necesario parar el ritmo frenético que llevamos. Tenemos demasiado “ruido” alrededor, mucha actividad, demasiada información.

Hay quien no es capaz de estar consigo mismo en silencio... y se rodea de todo esto. No tengas miedo de estar a solas contigo. Piensa que en tu interior mora también Él. No vas a tener miedo de encontrarte a solas con Él, ¿no?

HOY:

Busca el silencio. Reduce en lo que puedas todo el “ruido” externo e interno.

Puedes empezar por bajar el volumen del teléfono. Hacer o contestar las llamadas estrictamente necesarias. Si puedes, habla poco hoy.

Así te vas entrenando, y al final del día, o en el momento del día que mejor te cuadre, dedica un rato a estar a solas y en silencio. No hables tampoco interiormente. Solo contéplale. Escúchale.

Tu cabeza y tu espíritu saldrán ganando.