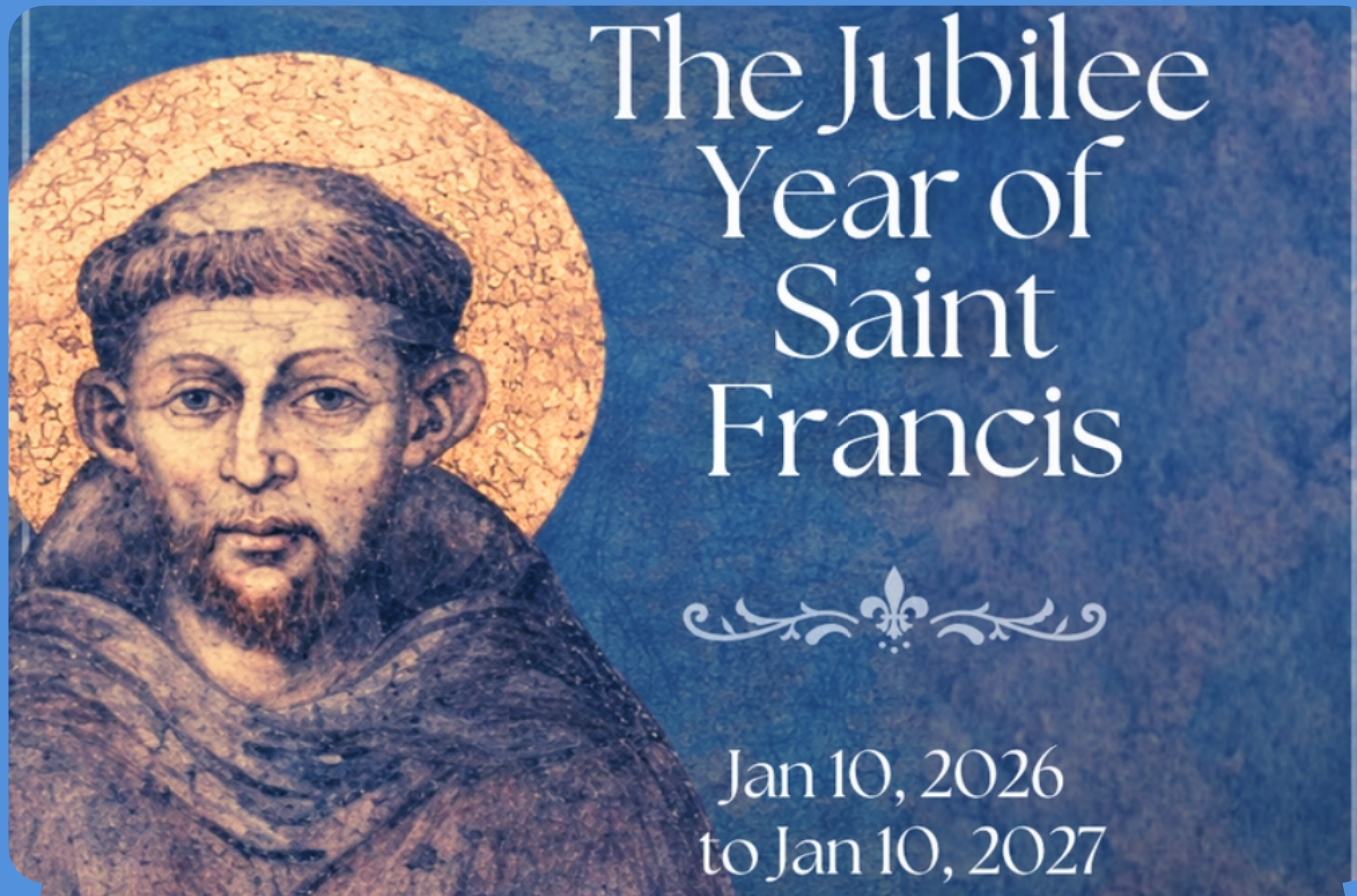


CELEBRACIÓN DE LOS 800 AÑOS DE SAN FRANCISCO

JUSTICIA



Como parte de esta celebración que durará todo el año y como preparación para el Transitus, TSSF Creation Justice Peace ofrece tres meses de reflexiones diarias centradas en la justicia, la paz y la creación. Este folleto contiene inspiraciones diarias para la contemplación y la acción, diseñadas para nutrirte y desafiarte al entretener nuestros Principios en cada reflexión.

También organizaremos una reunión en línea a través de Zoom cada mes.

Esperamos que esto dé vida a tu Regla y, por tanto, te aporte mucha alegría mientras celebramos los 800 años de la visión de San Francisco.



Este folleto también está disponible en español y portugués
en TSSF.org/creation-justice-peace-cjp

Escrito para Creación, Justicia y Paz por Gordon Kubanek, TSSF
Julio de 2026

DÍA 1: «

¡Es hora de celebrar nuestro Año Jubilar!

«*Quien quiera servirme, que me siga*».

Principios de TSSF, Día 1

Reflexión: Oración del papa León para el Año Jubilar de San Francisco:

San Francisco, hermano nuestro, tú que hace ochocientos años te enfrentaste a la hermana Muerte como un hombre en paz, intercede por nosotros ante el Señor. Tú reconociste la verdadera paz en el Crucifijo de San Damián; enséñanos a buscar en Él la fuente de toda reconciliación que derriba todos los muros.

Tú, que desarmado cruzaste las líneas de la guerra y la incompreensión, danos el valor de tender puentes donde el mundo levanta fronteras.

En este tiempo afligido por el conflicto y la división, intercede por nosotros para que podamos convertirnos en artífices de paz: testigos desarmados y desarmadores de la paz que viene de Cristo.

Amén.



Vídeo:

¡El Año Jubilar de San Francisco (800 años después) es AHORA!

¿Por qué el mensaje de San Francisco desafía más que nunca al cristianismo moderno, al consumismo y a la negligencia medioambiental?

Acción:

Prometo seguir el camino de Jesucristo siguiendo el ejemplo de Francisco de Asís. Hoy haré un pequeño gesto cristiano inspirado en el ejemplo de San Francisco.

DÍA 2

Deleite

La vida tal y como es que se da libremente es eterna.

Principios de TSSF, día 2

Reflexión: «No es fácil estar siempre alegre, así que ten presente el deber de alegrarte». *Dorothy Day*

Todos somos santos en ciernes y hemos sido elegidos por Dios para ayudar a convertir la Tierra en un paraíso. Una forma de hacerlo es llevar la JUSTICIA de Dios, que es mucho más grande que nuestra versión humana.

He aquí a una de esas santas, Dorothy Day, que puede inspirarnos a encontrar nuestro camino para hacer realidad la justicia en nuestro mundo. Ella escribió la palabra JUSTICIA a lo grande en su vida, que fue más grande que la vida misma. Dorothy Day es quizás la activista política más conocida entre los católicos estadounidenses. La Iglesia católica ha iniciado un proceso de beatificación para Dorothy Day. Por ese motivo, la Iglesia se refiere a ella con el título de Sierva de Dios. La conversión de Day se describe en su autobiografía de 1952, **The Long Loneliness** (La larga soledad). Day también fue una periodista activa y describió su activismo social en sus escritos. En 1917 fue encarcelada como miembro de las «Silent Sentinels» (Centinelas Silenciosas), un grupo no violento de la sufragista Alice Paul. En la década de 1930, Day colaboró estrechamente con su compañero activista Peter Maurin para fundar el Movimiento de los Trabajadores Católicos, un movimiento pacifista que combina la ayuda directa a los pobres y las personas sin hogar con la acción directa no violenta en su defensa. Practicó la desobediencia civil, lo que le valió nuevas detenciones en 1955, 1957 y en 1973, a la edad de 75 años. Como parte del Movimiento de los Trabajadores Católicos, Day cofundó el periódico *Catholic Worker* en 1933.

Vídeo:

Escucha a su nieta, Kate Hennessy, hablar sobre su vida y su obra.

Acción:

Cuando te enfrentes a la próxima injusticia, busca ese lugar en tu corazón donde puedas encontrar la manera de transformar este momento oscuro en un camino hacia la alegría.



DÍA 3

Sacrificio

Jesús llama a quienes quieran servirle a seguir su ejemplo y a elegir por sí mismos el mismo camino de renuncia y sacrificio.

Principios de la TSSF, día 3

Reflexión:

¿Qué es la justicia? Decir la verdad al poder. Uno de los caminos cristianos ha sido el martirio. Francisco buscaba y esperaba el martirio cuando fue a predicar la paz durante la quinta cruzada en Egipto. El primer mártir franciscano fue Berardo de Carbio, un fraile franciscano del siglo XIII que fue ejecutado en Marruecos por intentar promover el cristianismo. Él y sus compañeros, Pedro, Odo, Acurio y Adjutio, son venerados como santos católicos y considerados los protomártires franciscanos. Expulsados del reino en dos ocasiones, regresaron cada vez y continuaron predicando. Su festividad es el 16 de enero.

Vídeo:

[El martirio de San Berardo](#)

Acción:

¿Qué sacrificios estás haciendo en tu vida que te permiten seguir mejor el camino de Jesús?



DÍA 4

Sé amable

Cuando San Francisco impulsó la creación de la Tercera Orden, reconoció que muchos están llamados a servir a Dios con espíritu de pobreza, castidad y obediencia en la vida cotidiana.

Principios de la TSSF, día 4

Reflexión: «Dios ha enviado a otros, a otros misteriosos, para que caminen con nosotros... para ayudarnos a ver con claridad». —Allan Levi

Un amigo muy amable me recomendó que leyera **Theo of Golden**. Lo hice. Tú también deberías hacerlo. Nunca antes había experimentado una inmersión tan profunda en la bondad y, al mismo tiempo, en el dolor de la condición humana. Hay quien ve la bondad como un signo de debilidad, pero este libro —y probablemente tus propias experiencias vitales— dejan claro que ser bondadoso es un reto y una elección deliberada y meditada.

«Para que algo sea bueno, verdaderamente bueno, debe haber amor en ello». —Allan Levi



Vídeo:

[Reseña del libro Theo of Golden](#)

Acción: Practica un acto de bondad aparentemente sencillo, pero deliberado y sanador.

Antes de saber qué es realmente la bondad,
debes perder cosas,
sentir cómo el futuro se disuelve en un
instante como la sal en un caldo diluido.
Lo que tenías en la mano, lo que
contabas y guardabas con cuidado,
todo esto debe desaparecer para
que sepas lo desolado que puede ser
el paisaje entre las regiones de la
bondad.

Fragmento del poema «Kindness», de Naomi Shihab Nye

DÍA 5

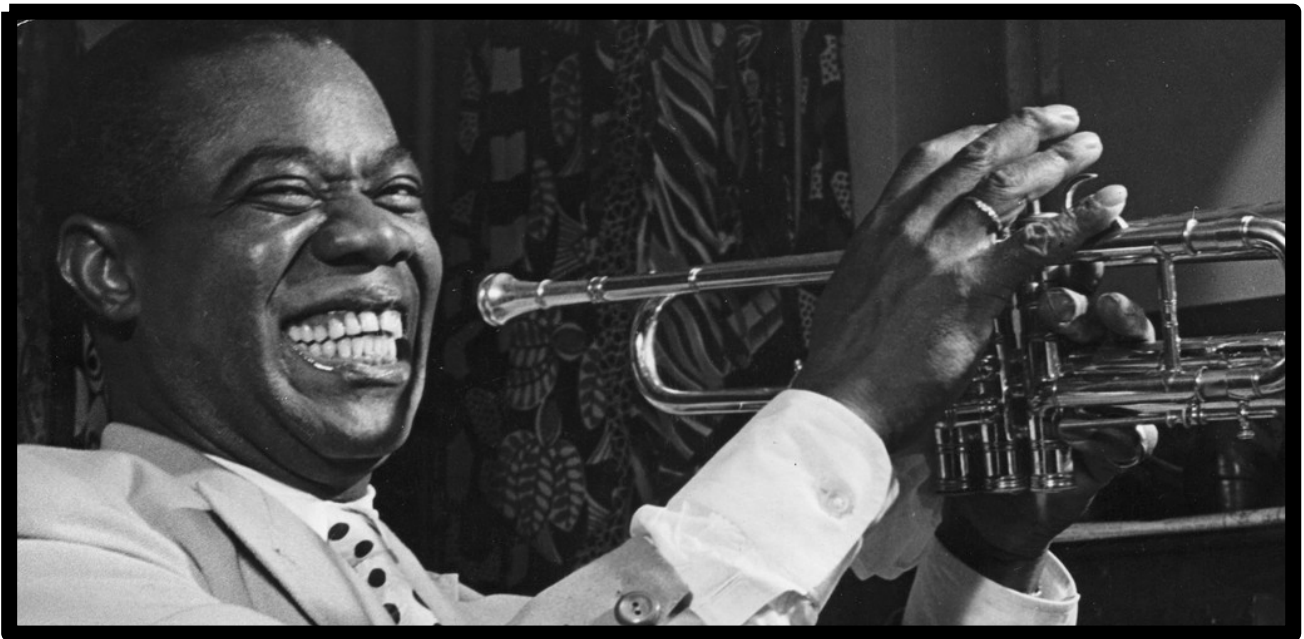
Eres un santo

La Orden se basa en la convicción de que Jesucristo es la revelación perfecta de Dios.

Principios de la TSSF, día 5

Reflexión:

Estuve en un concierto de Jazz Vespers organizado por nuestro párroco, amante del jazz y la poesía, en el que se interpretó la música de Louis Armstrong. Entre sus muchos éxitos, acumulados a lo largo de más de 40 años, se encontraba la alegre «When the Saints Come Marching In». El público cantó el estribillo y todos nos sentimos un poco más cerca del cielo. La música puede, y siempre debe, hacer eso. Ese fue el regalo de Louis para nosotros: música que nos acercaba a Dios y nos acercaba unos a otros, pues estos dos son como compañeros de baile: bailan juntos como Fred Astaire y Ginger Rogers. Entre las canciones más conocidas de Armstrong se encuentran «What a Wonderful World», «La Vie en Rose», «Hello, Dolly!», «On the Sunny Side of the Street», «Dream a Little Dream of Me», «When You're Smiling» y «When the Saints Go Marching In». ¿Te has dado cuenta de que todas estas canciones están llenas de alegría y felicidad?



Vídeo:

Louis Armstrong «When the Saints Go Marching In»

Acción:

Se nos dice que somos santos: demuéstalo. Haz algo que esté fuera de tu zona de confort. Hazlo en silencio. Sin alboroto. Dios sabrá que eres un siervo bueno y fiel.

DÍA 6

No juzgues

Damos testimonio de Cristo en nuestro entorno más cercano y oramos y trabajamos para cumplir su mandato de hacer discípulos de todas las naciones.

Principios de la TSSF, día 6

Reflexión: No juzguéis, y no seréis juzgados; no condenéis, y no seréis condenados; perdonad, y seréis perdonados. Lucas 6:37

Somos los pies y las manos de Cristo en el mundo. Él no juzgaba, sanaba. No condenaba, salvaba. No creaba división, sino que unía a las personas. El ejemplo más famoso en la literatura de un personaje que no juzga y es amado por ello es el hijo menor, Aliocha, en la novela de Dostoievski Los hermanos Karamázov. La descripción introductoria de él transmite con fuerza el poder de no juzgar y el Amor implícito que lo acompaña.

Amaba a las personas; vivió toda su vida, al parecer, con una fe absoluta en ellas, y sin embargo nadie lo consideró jamás ingenuo ni simplón. Había algo en él que te decía, que te convencía, de que él asumiría el juicio y no condenaría a nadie por nada. Parecía, incluso, que lo aceptaba todo sin la menor condena, aunque a menudo con profunda tristeza.

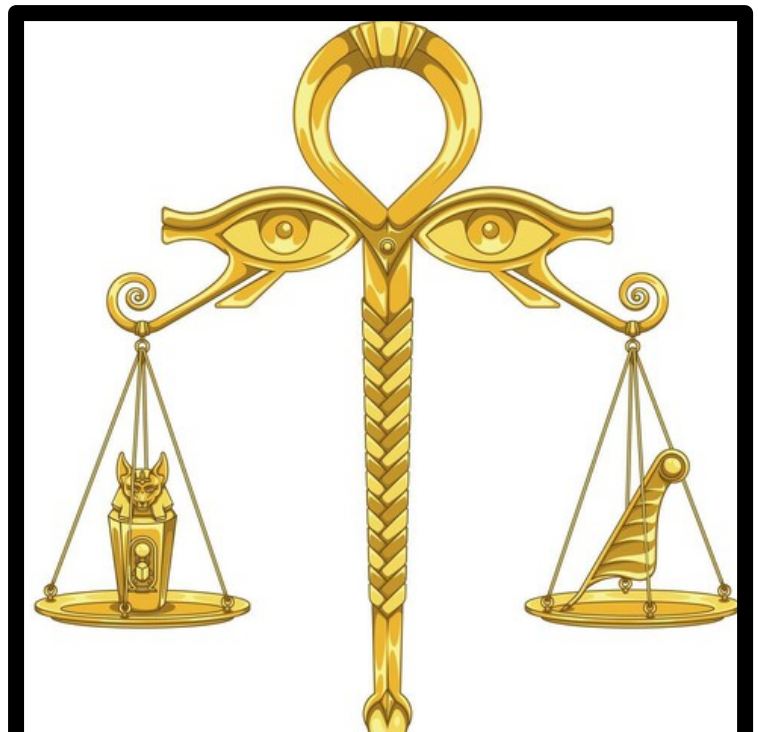
Todo el mundo amaba a este joven allá donde aparecía.

Vídeo:

Un breve extracto sobre Aolysha de [Los hermanos Karamázov](#)

Acción:

No juzgues, y sobre todo no juzgues a aquellos con quienes estás en total desacuerdo. Puede que estén equivocados, pero la mejor manera de cambiarlos es el amor, no el odio, que es hermano del juicio.



La balanza de la justicia: Antiguo Egipto

DÍA 7

Ama a quienes el mundo desprecia

Aceptamos como nuestro segundo objetivo la difusión de un espíritu de amor y armonía entre todas las personas.

Principios de la TSSF, día 7

Reflexión:

Me encanta esta historia porque es muy humana. Ese fue el momento de conversión interior de Francisco, cuando su antigua visión de la justicia se hizo añicos y comprendió que, mientras no amara a aquellos a quienes el mundo despreciaba, su amor a Dios no era real, sino simplemente un hermoso espejismo.

A los veintidós o veinticuatro años, Francisco intentaba encontrar su camino en la vida mientras cabalgaba por las colinas que rodeaban Asís. Una mañana, en el valle, oyó una tos y vio una figura que se acercaba a él, arrastrando los pies y encorvada. A medida que amanecía, Francisco distinguió los signos de la lepra: una lesión violácea sobre el labio, extremidades delgadas, el olor a enfermedad. El miedo se apoderó de él. Quería dar media vuelta con su caballo y huir. Pero algo en su interior le dijo: «Quédate». En aquella época y cultura, el caballo de Francisco era más que un medio de transporte; era un símbolo de riqueza y clase. Siempre obligaba a los pobres a mirar hacia arriba, hacia el jinete. Así que Francisco desmontó. Primero, le dio al hombre todas las monedas que tenía, pero el hombre seguía temblando. Entonces Francisco se quitó la capa y se la envolvió alrededor. Aun así, los ojos del hombre le decían que tenía una necesidad más profunda. «Dios, ¿y ahora qué?», se preguntó Francisco. Y entonces, Francisco hizo lo único que siempre había temido: abrazó al leproso y lo besó. Algunas biografías tempranas dicen que en ese momento el leproso desapareció. Esas versiones de la historia a menudo me recuerdan la historia de Emaús, cuando Jesús se desvaneció tan pronto como los discípulos lo reconocieron al partir el pan. Fuera o no eso exactamente lo que ocurrió, Francisco sabía que algo profundo en él había cambiado. Hacia el final de su vida, Francisco describió este encuentro como el punto de inflexión clave de su conversión. En el Testamento escribió: «El Señor me concedió a mí, fray Francisco, comenzar a hacer penitencia de esta manera: mientras estaba en pecado, me resultaba muy amargo ver a los leprosos. Y el Señor mismo me llevó entre ellos y tuve misericordia de ellos. Y cuando me alejé de ellos, lo que me parecía amargo se transformó en dulzura de alma y cuerpo; y después me demoré un poco y dejé el mundo». Lo que antes era insoportable para Francisco se convirtió en la puerta de entrada a la gracia. -Charlie McCarron, Ministro Provincial

Vídeo:

[San Francisco abraza al leproso](#)

Acción:

Abraza a alguien que REALMENTE necesite un abrazo. O abraza un árbol. Simplemente abraza.



DÍA 8

Amor, justicia

Los miembros de la Tercera Orden luchan contra toda injusticia en nombre de Cristo, en quien no hay judío ni griego, ni esclavo ni libre, ni hombre ni mujer; pues en él todos somos uno.

Principios de la TSSF, día 8

Reflexión: Seguirás la justicia, y solo la justicia, para que vivas y heredes la tierra que el Señor tu Dios te da.

Deuteronomio 16:20

Cuando leo estas palabras antiguas, lo que me llama la atención es que solo heredamos la tierra si hay justicia. En otras palabras, no tenemos futuro sin justicia. Estas palabras también establecen un vínculo claro entre cómo tratamos a los demás y nuestra capacidad para vivir en la tierra, y así veo cómo la justicia y el cuidado de la Creación son uno: pues solo cuando nos cuidamos unos a otros tenemos una buena tierra en la que vivir. Así vemos que la justicia entre nosotros implica que también hay justicia para la tierra, un tema que exploraremos más a fondo en nuestros terceros 30 días durante nuestro Amor por la Creación.



Vídeo:

Vivir una vida de justicia es algo más que principios: se trata de elecciones diarias que reflejan equidad, misericordia y humildad. ¿Qué significa encarnar la justicia en nuestras relaciones, comunidades y como líderes?

Acción:

Identifica alguna injusticia que veas a tu alrededor y que sea de tal magnitud que tú, o tú junto con otros, podáis hacer algo al respecto. No hay acción demasiado pequeña, pues así como un pequeño pecado sigue siendo un pecado, también cualquier pequeño acto de justicia sigue siendo justicia, y Dios lo notará.

DÍA 9

Practica la justicia

Estamos preparados no solo para alzar la voz en favor de la justicia social y la paz internacional, sino también para poner en práctica estos principios en nuestras propias vidas.

Principios de la TSSF, día 9

Reflexión: Francisco sigue inspirando a la gente. He aquí la historia de una mujer, Satoko Kitahara, de Japón, que dedicó su vida a los pobres gracias a un monje franciscano.

Satoko adoptó a Santa Isabel de Hungría como su santa patrona porque su alma ardiente se asemejaba a la de la terciaria franciscana Isabel, en un momento en que Satoko se estaba acercando a la espiritualidad de San Francisco de Asís. Con el entusiasmo de los neófitos, Satoko estaba ansiosa por dedicarse por completo a la caridad hacia su prójimo. Entonces se comprometió a ayudar a los más pobres de entre los pobres en la comunidad de traperos junto al «hermano Zeno», un monje franciscano polaco. Ella escribió: «Había descubierto un Japón que ni siquiera sabía que existía. Miles de personas soportaban una vida de total indigencia, y algunas de ellas se encontraban a menos de un kilómetro y medio de mi casa. Yo vivía en un mundo acomodado y culto, pero este humilde hermano extranjero lo daba todo, sin preocuparse por sí mismo, en la realidad de este mundo doloroso».



Vídeo:

[Un poco sobre la vida de Kitahara](#)

Acción:

Dondequiera que vivas, busca a alguien que necesite un amigo y ayúdale a experimentar la justicia.

DÍA 10

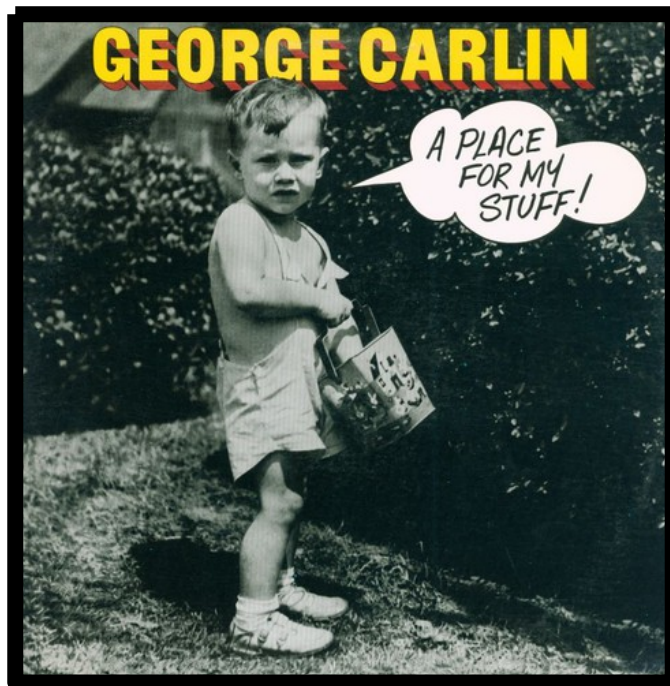
Señora Pobreza

San Francisco eligió a la Señora Pobreza como su esposa, con el deseo de que todas las barreras erigidas por los privilegios basados en la riqueza fueran superadas por el amor.

Principios de la TSSF, día 10

Reflexión:

Thoreau, en cierto modo un espíritu franciscano, escribió: «No poseemos las cosas, son ellas las que nos poseen». Las «cosas» requieren atención, mantenimiento, agotan nuestra limitada energía intelectual y emocional y, en exceso, disminuyen nuestra calidad de vida en lugar de aumentarla como creemos que lo hacen. El hecho es que, en la cultura materialista, las «cosas» representan la mayor parte de cómo muchos de nosotros gastamos el regalo más valioso que tenemos de Dios: nuestro tiempo. Proteger y acumular más «cosas» de las que necesitamos es una de las principales fuentes de injusticia en el mundo, ya que, si las compartiéramos, habría sin duda suficientes «cosas» para todos.



Vídeo:

George Carlin hace un monólogo genial sobre cómo las «cosas» se han convertido en el sentido de nuestra vida. Tómate un momento y échate unas buenas risas mientras lo escuchas.

Acción:

Deshazte de algo, y eso puede y probablemente debería incluir cualquier carga emocional

DÍA 11

que tengas.

DÍA 12

¿Necesidad o deseo?

Todos aceptamos que evitamos el lujo y el despilfarro, y consideramos que nuestras posesiones nos han sido confiadas por Dios.

Principios de TSSF, día 11

Reflexión:

La mayoría de nosotros, incluyéndome a mí, tendemos a ajustar nuestro estilo de vida a nuestros ingresos. Si ganamos más, «merecemos» una casa más grande, un coche mejor o un crucero por el Caribe. De hecho, la mayoría de mis amigos padecen esta enfermedad, y aunque reconozco que es duro decirlo, lo digo considerándola una enfermedad como la gripe, de la que ellos no tienen la culpa. Nuestra sociedad promueve esta visión materialista del mundo según la cual «cuanto más, mejor», por lo que, si vivimos EN el mundo, este estilo de vida es algo bueno. Pero nosotros, seguidores de Francisco, no vivimos EN el mundo, pues aunque vivimos EN el mundo, somos DEL cielo: somos polvo de estrellas. Creo que una de las funciones de nuestra fe es vacunarnos para que nuestro sistema inmunológico espiritual sea lo suficientemente fuerte como para no sucumbir a esta enfermedad de que «me merezco» un crucero o de que «cuanto más, mejor». Uno de esos héroes de la fe que lo sabía bien fue John Wesley. He aquí la historia de cómo Dios lo «vacunó».

Wesley acababa de comprar unos cuadros para su habitación cuando una de las camareras llamó a su puerta. Era un día de invierno y se dio cuenta de que ella solo llevaba un fino vestido de lino para protegerse del frío. Metió la mano en el bolsillo para darle algo de dinero para que se comprara un abrigo, pero se dio cuenta de que le quedaba muy poco. Se le ocurrió que el Señor no estaba contento con la forma en que había gastado su dinero. Se preguntó: «¿Dirá tu Señor: “Bien hecho, buen y fiel mayordomo”? ¡Has adornado tus paredes con el dinero que podría haber protegido a esta pobre criatura del frío! ¡Oh, justicia! ¡Oh, misericordia! ¿No son estos cuadros la sangre de esta pobre criada?». Quizás como resultado de este incidente, en 1731 Wesley comenzó a limitar sus gastos para tener más dinero que dar a los pobres. Él cuenta que un año sus ingresos fueron de 30 libras y sus gastos de manutención de 28 libras, por lo que le sobraron 2 libras para dar. Al año siguiente, sus ingresos se duplicaron, pero siguió viviendo con 28 libras y donó 32. Al tercer año, sus ingresos subieron a 90 libras; de nuevo vivió con 28 libras y donó 62. El cuarto año, ganó 120 libras, volvió a vivir con 28 y donó 92 a los pobres. Wesley predicaba que los cristianos no debían limitarse a dar el diezmo, sino donar todos los ingresos extra una vez que se hubiera atendido a la familia y a los acreedores. Creía que, al aumentar los ingresos, debía aumentar el nivel de generosidad del cristiano, no su nivel de vida.

Vídeo:

[Wesley en 5 minutos](#)

[Tolstói sobre lo mucho que necesitamos](#)

Acción:

Descubre lo que NECESITAS para vivir feliz y comprueba cuánto puedes desprenderse.



DÍA 13

Vive con sencillez para que otros puedan simplemente vivir

Nuestro objetivo es mantenernos libres de todo apego a la riqueza, siendo constantemente conscientes de la pobreza en el mundo y de lo que nos exige.

Principios de la TSSF, día 12

Reflexión:

Me fui al bosque porque deseaba vivir deliberadamente, enfrentarme solo a los hechos esenciales de la vida y ver si podía aprender lo que esta tenía que enseñarme, y no descubrir, al llegar a la muerte, que no había vivido. No deseaba vivir lo que no era vida, pues la vida es tan querida; ni deseaba practicar la resignación, a menos que fuera absolutamente necesario. Quería vivir intensamente y succionar toda la médula de la vida, vivir de forma tan robusta y espartana como para poner en fuga todo lo que no fuera vida, abrirme paso a lo grande y afeitarme al ras, acorralar a la vida y reducirla a sus términos más básicos, y, si resultaba mezquina, entonces obtener toda su mezquindad genuina y darla a conocer al mundo; o si era sublime, conocerla por experiencia y poder dar un relato veraz de ella en mi próxima excursión». H. D. Thoreau, Walden



El interior de la cabaña que Thoreau construyó él mismo en el estanque de Walden

Vídeo:

[Lecciones de vida de Henry David Thoreau | El poder de la vida sencilla](#)

Acción:

Encuentra algún objeto, alguna vanidad personal o alguna forma de vida que sea tan lujosa que te impida vivir de verdad, y déjala ir, déjala libre para puedas ser libre.

DÍA 14

Imago Dei

Los terciarios desean conformarse a la imagen de Jesucristo, a quien servimos a través de la oración, el estudio y el trabajo.

Principios de la TSSF, día 13

Reflexión:

Estamos hechos a imagen de Dios para que podamos tener una relación con Él. Estamos hechos de carne y espíritu, por lo que somos de la tierra y del cielo. Como portadores de la imagen de Dios, fuimos creados para adorar y glorificar a Dios como sus hijos, y ahí es donde encontramos nuestro verdadero propósito y vocación. Creo que, en lugar de ponernos muy «teológicos», la fábula de la artesana de vidrieras nos ayuda a comprender mejor el Imago Dei.

En un valle de piedra gris vivía una humilde artesana. No era conocida por hacer cosas con piedra, sino por trabajar con la luz. Un día, encontró un montón de fragmentos de vidrio opacos, rotos y dentados esparcidos cerca del lecho seco de un río. Eran feos, no servían para nada y estaban manchados de suciedad. Los aldeanos le dijeron que los tirara. En lugar de eso, la artesana recogió los pedazos rotos y los llevó a su taller. No los fundió ni los convirtió en otra cosa.

En su lugar, limpió minuciosamente cada pieza, pulió sus bordes y las dispuso formando una gran ventana. No creó una nueva imagen; simplemente dispuso las piezas de tal manera que, cuando salía el sol, la luz solar atravesaba los fragmentos rotos y coloridos y proyectaba un magnífico y sobrecogedor patrón de luz por todo el valle. Los aldeanos se detuvieron, asombrados. «¿Cómo has creado tanta belleza a partir de basura?», le preguntaron. La artesana sonrió. «Nunca fueron basura. Solo reconocí su propósito. Estaban hechos para reflejar la luz».



Vídeo:

[¿Qué es Imago Dei?](#)

Acción:

Encuentra algo feo y hazlo bonito, otra vez.

DÍA 15

Alabanza

Los terciarios

buscan t

Principios de la TSSF, día

14

Reflexión:

La alabanza cambia nuestra perspectiva de la situación. Nos ayuda a pasar de centrarnos en «mí» a centrarnos en «Dios». La alabanza nos libera de las ataduras de nuestra vida porque reconocemos quién nos creó y nos recuerda a quién pertenecemos. Cuando empezamos a vivir una vida de alabanza y adoración a Dios, recibimos el don de la gratitud.

En lugar de hablar de ello, alabemos a Dios ahora mismo con el Salmo 150 [adaptado por Stephen Mitchell] y con la canción del enlace del vídeo.

Alabad a Dios en las profundidades del universo; alabad a Dios en el corazón humano.

Alabado sea Dios por su poder y belleza, por su amor infinito y que todo lo siente.

Alabado sea Dios con tambores y trompetas, con contrabajos y saxofones.

Alabado sea Dios en el mercado y en el lugar de trabajo; con el ordenador, con martillo y clavos.

Alabemos a Dios en el dormitorio y en la cocina; alabemos a Dios con ollas y sartenes.

Alabado sea Dios en el templo del presente. Que cada aliento sea alabanza a Dios.



Vídeo:

[«Ave Verum Corpus» de Wolfgang Amadeus Mozart](#)

Acción:

La próxima vez que reces, ve más allá del «gracias» y del «¿podrías ayudarme con...?» para pasar a la alabanza. La alabanza nos lleva a un lugar donde toda la vida es una alegría y cada momento una bendición.

DÍA 16

El poder sanador de la Eucaristía

El centro de nuestra oración es la Eucaristía.

Principios de la TSSF, día 15

Reflexión:

Para Francisco y Clara, la justicia era una condición previa para la paz. Ambos habían vivido la guerra y conocían bien sus males. Aunque las experiencias de Francisco con la guerra son bien conocidas, las de Clara me eran desconocidas... hasta ahora. En el año 1240, Asís se encontraba amenazada. Una oleada de mercenarios sarracenos, contratados por el emperador Federico II, invadió Italia. Despiadados y violentos, se acercaron al pacífico convento de San Damián, situado justo fuera de las murallas de la ciudad, hogar de Santa Clara de Asís y su comunidad de Clarisas. Las hermanas no tenían armas, ni soldados, ni forma real de defenderse. Pero Clara sabía de dónde provenía su fuerza. Las hermanas estaban aterrorizadas. Muchas lloraban, preparándose para el martirio o algo peor. Clara no se dejó llevar por el pánico. Clara confiaba en el poder de la Eucaristía. Clara ordenó a las hermanas que le trajeran de la capilla la custodia que contenía el Santísimo Sacramento. Aunque en aquel momento se encontraba gravemente enferma y postrada en cama, insistió en que la llevaran hasta la entrada del convento, con la Eucaristía en las manos. Frente al enemigo, con el Cuerpo de Cristo en alto, rezó en voz alta: «¿Te complace, Señor, entregar en manos de estas bestias a las niñas indefensas a las que he alimentado con Tu amor? Te lo ruego, Señor, protege a estas mujeres a las que yo no puedo proteger». Entonces ocurrió algo. Los soldados que avanzaban —armados, agresivos y seguros de sí mismos— se quedaron de repente paralizados. El pánico se apoderó de ellos. Uno a uno, se dieron la vuelta y huyeron. Un mensaje clave de este acontecimiento es el siguiente: Santa Clara no solo creía en la Eucaristía. Actuó en consecuencia.

Vídeo:

[Jonathan Roumie \(que interpretó a Jesús en The Chosen\) sobre el poder de la Eucaristía](#)

Acción:

Cuando recibas la Eucaristía, no te limites a creer; utiliza su poder para poner en práctica tu fe.



DÍA 17

Los terciarios radicales

Los terciarios reconocen el poder de la oración de intercesión para promover los designios del reino de Dios.

Principios de la TSSF, día 16

Reflexión:

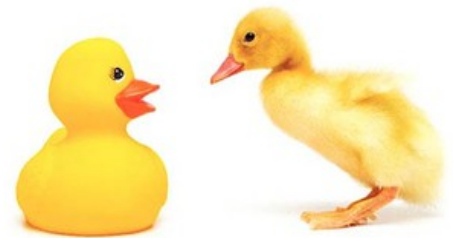
Si las oraciones son las armas espirituales definitivas y más poderosas, tal vez deberíamos analizar la naturaleza del poder cristiano; tal vez deberíamos tener claro que, si creemos en el poder de la oración, también debemos estar llenos de ese amor fanático y extremo que caracterizó a Jesús. Hace años me interesaba Rob Bell, un predicador evangélico «radical» cuyos vídeos, llamados NOOMA, sigo recomendando. Sus poderosos mensajes y oraciones me hacían sentir como un cristiano tibio —no precisamente el tipo de cristiano favorito de Dios, como deja claro Apocalipsis 3:16: «Por eso, como eres tibio, ni frío ni caliente, estoy a punto de escupirte de mi boca».

La moderación suena bien. Como buen canadiense, admiro el compromiso y la moderación. La tolerancia también suena bien. Sin embargo, ambas son un terreno resbaladizo. A Cristo se le consideraba un fanático. Era un extremista. Algunos lo veían como un terrorista y una amenaza —y lo era—: era una amenaza para el poder y la falsa autoridad. Para los pocos que lo vieron y lo vivieron como la verdad, era fanáticamente bueno, pero seguía siendo un extremista.

Fanáticamente y profundamente lleno de verdad. Para otros, que estaban llenos de engreimiento y veían el poder como el camino hacia la felicidad. Se merecía la muerte. Desenmascaró el poder basado en la mentira del miedo y nos liberó: nos liberó del poder que no procedía de Dios. Esto lo aprendí hace poco: la diferencia entre el poder bruto y el poder divino es que el poder bruto se basa en el miedo y en el «yo», mientras que el poder divino conlleva una autoridad divina, porque quien tiene verdadera Autoridad —como la tenía Cristo— es AUTÉNTICO y es AMOR. Él o ella predica con el ejemplo. Lo que dicen y hacen llena su ser y siempre, siempre, siempre SANAN —porque eso es el amor hecho físico—, aunque a veces pueda doler a corto plazo. Cristo tuvo que morir porque era una amenaza para los yoes diminutos, equivocados y retorcidos de los poderosos, que estaban desconectados de la realidad de que Dios lo es todo, que Dios es simplemente relación y reciprocidad, y que todos nosotros somos hijos e hijas de Dios y merecemos justicia. Dios y toda la vida son una danza que bailamos juntos, como deja claro la danza que llamamos la Trinidad.

Vídeo:

[La autenticidad es la autoridad que inspira el amor – Curt Harlow](#)



Acción:

Sé un fanático de la bondad. Sé un fanático de la alegría. Sé un fanático de la amistad. Inspira a las personas que te rodean con tu autenticidad fanática y tu amor fanático por la justicia.

DÍA 18

Nunca condenamos

Por lo tanto, los terciarios dan prioridad al estudio devocional de las Escrituras como uno de los principales medios para alcanzar ese conocimiento de Dios.

Principios de la TSSF, día 17

Reflexión: Porque Dios no envió a su Hijo al mundo para condenar al mundo, sino para que el mundo se salvara por medio de él. Juan 3:17

Ayer tuve un pequeño percance en el aparcamiento del Walmart de mi barrio después de haber ido a comprar unas agujas con mi madre, que tiene 96 años. Había aparcado demasiado cerca de un coche, así que tuve que plegar, temporalmente, el retrovisor del coche de al lado para que mi madre pudiera pasar sin dañarlo, ya que lleva un andador. Una vez que se subió al coche, di la vuelta para volver a desplegarlo, pero el hombre, que había estado todo el rato en el coche observando [sin que yo lo supiera], salió, volvió a desplegar el retrovisor antes de que yo pudiera hacerlo, empujó mi retrovisor hacia dentro y empezó a gritarme. No levanté la voz y simplemente le expliqué que estaba tratando de proteger su retrovisor de los daños que pudiera causarle mi madre de 96 años. Mantuve la calma y le dije «lo siento» por no haberle vuelto a enderezar el retrovisor de inmediato, pero él siguió gritando. En ese momento, otro comprador que pasaba por allí se limitó a sonreírme, me guiñó un ojo y me dijo: «Bien hecho por no reaccionar». Eso desinfló por completo al tipo que gritaba, quien entonces salió de su coche y volvió a colocar mi espejo en su sitio. Lo importante es esto: solo fui capaz de mantener la calma, y me refiero no solo por fuera, sino también por dentro, porque no estaba juzgando al hombre [como se explicó en el día 6].

Me importabas lo suficiente como para no odiarte. Para no juzgarte. Para no condenarte. En esta historia se esconde esta idea: lo contrario del amor no es el odio, sino la indiferencia. Lo contrario del amor es decir «no me importas». Lo contrario del amor es que pasara junto a ti en el centro de la ciudad mientras yacías borracho en la nieve y ni siquiera me di cuenta de que estabas allí. Que no me importe es mucho, mucho peor que el odio... una idea sorprendente, al menos para mí, una idea con la que he estado luchando y que todavía me cuesta aceptar.

Vídeo:

[Lo contrario del amor no es el odio, sino la indiferencia](#)

[Ama TODO lo que la vida ofrece](#)

Acción:

¿Ante qué te muestras indiferente? ¿Qué es lo que te hace no importarte? ¿Qué provoca este sentimiento? ¿Qué es lo que odias? En ambos casos, ¿cómo puedes transformar tu odio, tu condena o tu indiferencia en amor? Pruébalo con algo real de tu vida.



DÍA 19

No temas

Además del estudio devocional de las Escrituras, todos reconocemos nuestra responsabilidad cristiana de dedicarnos a otras ramas del estudio, tanto sagradas como seculares.

Principios de TSSF, día 18

Reflexión:

El Señor es mi pastor; nada me faltará.

Me hace descansar en verdes praderas; me conduce junto a aguas tranquilas;
Él me restaura el alma; me guía por sendas de justicia por amor a su nombre.

—Salmo 23:1–3

Hace poco escuché a un predicador señalar que las palabras clave de este salmo son «por amor a su nombre». No me faltará nada, no temeré y la muerte no tendrá poder sobre mí, solo cuando VIVA «por amor a su nombre». Así, cuando vivimos para Dios y con Dios, nuestros miedos y ansiedades desaparecen como los espejismos que realmente son. Esto nos permite vivir de verdad. Vivir en este momento. No vivir reviviendo traumas del pasado ni obsesionándonos con posibles desastres futuros. Vivir en el ahora, donde está la vida. Si eres de los que necesitan profundizar más en lo perjudicial que es el miedo a la muerte en nuestra cultura, puedes leer «You Might Die Tomorrow: Face Your Fear of Death to Live Your Most Meaningful Life» (Podrías morir mañana: afronta tu miedo a la muerte para vivir una vida más significativa), de Kate Manser, o si prefieres algo más sustancioso, prueba con «The Denial of Death» (La negación de la muerte), de Ernest Becker, que le valió el Premio Pulitzer en 1974. Se trata de una obra multidisciplinar que sostiene que la civilización humana es un gigantesco «proyecto de inmortalidad» diseñado para distraernos de nuestro miedo primario a nuestra propia mortalidad. En otras palabras, nuestro miedo a la muerte nos impide vivir.



Vídeo:

[El miedo a la muerte acaba con nuestra vida](#)

Acción:

Pasa tiempo con alguien que se esté muriendo o que tenga miedo, de alguna manera que le impida vivir de verdad.

DÍA 20

Ser discípulo de Cristo es ser un siervo

Jesús tomó la forma de un siervo. No vino para ser servido, sino para servir.

Principios de la TSSF, día 19

Reflexión:

Como seguidores de Cristo, somos sus discípulos, discípulos que sirven. Sanamos. Decimos la verdad al poder. Amamos. Somos alegres. Lloramos con quienes sufren. Vivimos una vida más plena en Cristo de la que podríamos vivir solos. Pero hay un precio, como dejó claro Bonhoeffer en su libro «El precio del discipulado» y con su vida y su muerte. Él utiliza estos dos aspectos de la humanidad: 1. Encuentras lo que buscas. 2. Te fijas en lo que te importa. Para argumentar que el único camino sensato para vivir una vida plena, sanadora y alegre es seguir el camino de Cristo, pero esto tiene un precio.

«Cuando Cristo llama a un hombre», dice Dietrich Bonhoeffer, «le invita a venir y a morir». Es cierto que hay diferentes tipos de muerte, pero la esencia del discipulado está contenida en esas palabras. Comparto ahora este poema suyo.

¿QUIÉN SOY?

¿Quién soy yo? A menudo me dicen que salí del confinamiento de mi celda con calma, alegría y firmeza, como un escudero de su casa de campo.

¿Soy entonces realmente lo que otros dicen de mí? ¿O soy solo lo que yo mismo sé de mí mismo?

Inquieto, anhelante y enfermo, como un pájaro en una jaula, luchando por respirar, como si unas manos me apretaran la garganta, anhelando colores, flores, el canto de los pájaros, sediento de palabras amables, de cordialidad, revolviéndome en espera de grandes acontecimientos,

temblando impotente por amigos a una distancia infinita, cansado y vacío de rezar, de pensar, de hacer, débil y dispuesto a decir adiós a todo.

¿Quién soy? ¿Esto o aquello?

¿Soy una persona hoy y otra mañana? ¿Soy ambas a la vez? ¿Un hipócrita ante los demás y ante mí mismo un debilucho despreciable y afligido?

¿O hay algo dentro de mí que sigue siendo como un ejército derrotado que huye en desorden de una victoria

ya conseguida?

¿Quién soy yo? Se burlan de mí estas mías preguntas solitarias.

Sea quien sea, Tú lo sabes, oh Dios, soy tuyo.

Vídeo:

[El precio del discipulado](#)

Acción:

Pregúntate: «¿Quién soy?». Utiliza el poema de Bonhoeffer como ayuda.



DÍA 21

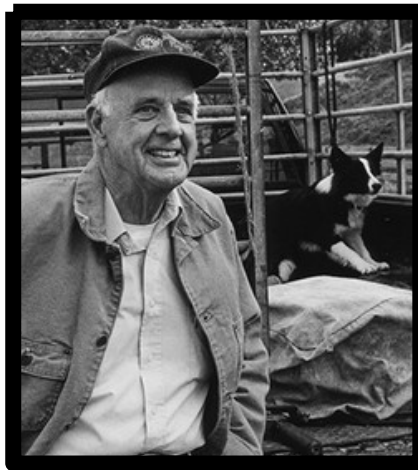
El trabajo trae paz cuando reina la justicia

Los terciarios se esfuerzan por servir a los demás a través de su labor activa. La principal forma de servicio que podemos ofrecer es reflejar el amor de Cristo.

Día de los Principios de la TSSF, día 20

Reflexión:

Soy un gran admirador de Wendell Berry, el profeta, ensayista, novelista y poeta de Kentucky; espero que tú también lo seas después de leer esto. La justicia y la paz son como el Padre Cielo y la Madre Tierra: se complementan mutuamente y completan el todo. Este ser completo es sanador, porque sanar significa simplemente volver a estar completo. El trabajo que es obra de Dios también sana. Arreglo un grifo que gotea: vuelve a estar completo. Me coses una herida profunda: vuelvo a estar completo.



Vídeo:

[La paz de las cosas salvajes, leído por Wendell Berry](#) _

Quando la desesperanza por el mundo crece
en mi interior y me despierto por la noche al
más mínimo ruido
con miedo de lo que puedan ser mi vida y la de mis hijos,
voy y me acuesto donde el pato silbador

Acción:

Cuando la vida destruya la paz de tu corazón, reza. Cuando otros intenten enfadarte, reza. Cuando tu salud menguante te llene de desesperación, reza. Cuando otros mientan sobre ti, reza. Porque cuando rezas, estás con Dios, y Dios impartirá justicia y te traerá paz.

DÍA 22

La misteriosa danza de la Trinidad

La humildad, el amor y la alegría son las tres notas que marcan la vida de los terciarios.

Principios de la TSSF, día 21

Reflexión:

Admitámoslo, la idea de la Trinidad es una idea extraña, pero maravillosa. Ayuda a ver cómo la justicia, la paz y el amor a la Creación están conectados y son solo reflejos del mismo pensamiento: el pecado tiene sus raíces en la codicia y la explotación del «otro», porque solo «yo» importo. Sin embargo, esto me confunde y me ilumina a la vez. Para mí, tras muchas luchas, la Trinidad me ha ayudado a ver y experimentar la vida como una danza. Todo lo que Dios hace y es es como una danza. Perichoresis es el término teológico griego que describe la mutua morada, la co-inherencia o la «danza divina» de las tres personas de la Trinidad: Padre, Hijo y Espíritu Santo. Significa que las tres son distintas, pero están plenamente presentes, impregnándose y abarcándose unas a otras en una relación de amor eterna, unificada e íntima. La palabra clave es relación. Cuando estamos en relación tal y como Dios está, somos sanos, felices y bendecidos.

Ahora voy a dar un salto al admitir que creo que la Trinidad es poderosa precisamente porque NO es un constructo racional, y eso la hace más verdadera, más poderosa y más inspiradora —es «una locura para el mundo»—, como lo son todas las verdades más profundas. Es más verdadera que la verdad misma, porque preferimos comprender —como hicimos en el Jardín del Edén cuando elegimos comer del fruto del árbol del conocimiento—, debemos racionalizar lo que creemos. Esta idea no es solo mía; hay psicólogos que ven que gran parte, aunque no todo, de lo que hacemos con nuestro pensamiento es simplemente racionalizar lo que queremos y creemos. Me parece bien, si eso me convierte en parte de la danza cósmica que llamamos la Trinidad.



Vídeo:

Racionalizamos: no solemos pensar de forma racional

Acción:

Pregúntate: ¿quiénes son tus dos compañeros divinos en tu danza trinitaria divina?

DÍA 23

Haz lo imposible, pero con humildad

Del mismo modo, nos esforzamos por servirnos unos a otros con humildad.

Principios de la TSSF, día 22

Reflexión: Empieza por hacer lo necesario, luego haz lo posible, y de repente estarás haciendo lo imposible. - San Francisco

San Francisco no podía imaginar que, cuando comenzó a reconstruir la pequeña iglesia de San Damián, estaba reconstruyendo LA Iglesia. Nosotros también podemos empezar por algo pequeño y, con la ayuda de Dios, ese pequeño paso puede llevarnos a una gran aventura. Últimamente he observado acontecimientos que antes consideraba imposibles. Al darme cuenta de que ocurrían cada vez con más frecuencia, me di cuenta de que lo que antes consideraba imposible era solo MUY improbable, y lo que resulta aún más extraño es que ahora veo que estos acontecimientos «MUY improbables» ocurren a menudo. No son acontecimientos trascendentales, pero lo que hacen es quitarme las anteojeras para ver que hay más posibilidades de las que había imaginado cuando me centraba en lo imposible en lugar de en lo posible —aunque sea muy improbable—. Hoy en día, uno de los actos más imposibles que se pueden realizar es TENER ESPERANZA. No abandonar nunca la certeza de que, al final, todo el desorden se arreglará o, como dijo Juliana de Norwich:

«Todo irá bien, y todo irá bien, y todo tipo de cosas irán bien».



Vídeos:

[Alex Honnold escala a pie de pared El Capitán](#)

«El plan de Dios era mucho mejor que el mío, aunque no tenga brazos ni piernas. No hay nada imposible para Dios». —[Nick Vujicic, nacido sin brazos ni piernas.](#)

Acción:

Identifica algo que creas que es imposible en tu vida y simplemente hazlo.

DÍA 24

Los lobos que todos llevamos dentro

La humildad confiesa que no tenemos nada que no hayamos recibido y admite el hecho de nuestra insuficiencia y nuestra dependencia de Dios.

Principios de la TSSF, día 23

Reflexión:

Los lobos forman parte de nuestra identidad como franciscanos, y es prudente que reconozcamos a los lobos que hay en nuestro interior; los lobos del amor y del odio que luchan entre sí forman parte del camino espiritual de cada uno. He aquí la fábula cherokee que nos ayuda a comprender por qué necesitamos tanto la humildad. Siempre hay una guerra en tu interior, y se trata de la guerra espiritual que Jesús libró por nosotros.

Un anciano abuelo le dijo a su nieto, que acudió a él enfadado con un amigo que le había hecho una injusticia: «Déjame contarte una historia. Yo también, a veces, he sentido un gran odio hacia aquellos que se han llevado tanto, sin sentir remordimiento alguno por lo que hacen».

«Pero el odio te desgasta a ti, y no hace daño a tu enemigo. Es como tomar veneno y desear que tu enemigo muera. He luchado contra estos sentimientos muchas veces». Continuó diciendo: «Es como si hubiera dos lobos dentro de mí. Uno es bueno y no hace daño a nadie. Vive en armonía con todo lo que le rodea y no se ofende cuando no hay intención de ofender. Solo luchará cuando sea justo hacerlo, y de la manera correcta. Pero el otro lobo, ¡ay! Está lleno de ira. La más mínima cosa le provoca un ataque de ira. Pelea con todo el mundo, todo el tiempo, sin motivo alguno. No puede pensar porque su ira y su odio son tan grandes. Es una ira impotente, pues su ira no cambiará nada. A veces, es difícil vivir con estos dos lobos dentro de mí, pues ambos intentan dominar mi espíritu». El niño miró fijamente a los ojos de su abuelo y preguntó: «¿Cuál de los dos gana, abuelo?». El abuelo sonrió y dijo en voz baja: «El que yo alimento».



Videos:

[La fábula cherokee «Los dos lobos»](#)

[Lo que Jung creía sobre Jesús](#)

Acción:

La próxima vez que el lobo de la ira, la apatía o el juicio se despierte en tu interior, fíjate en él; no lo alimentes y busca conscientemente al lobo que hay en ti, el de la empatía, el de la ausencia de juicio, el del amor, sabiendo que solo pierdes si alimentas al lobo equivocado.

DÍA 25

La música cura

Nos preocupamos por sacar la viga de nuestro propio ojo antes de ofrecernos a quitar la paja del ojo ajeno.

Principios de TSSF, día 24

Reflexión:

La Sierva de Dios Thea Bowman (1937-1990) era una joven protestante de Misisipi cuando se convirtió al catolicismo gracias al testimonio de quienes la rodeaban en su colegio católico. Sin embargo, incluso después de ingresar en la Congregación de las Hermanas Franciscanas de la Adoración Perpetua, sufrió el racismo dentro de la Iglesia católica. Decidió luchar por su pueblo educando a los católicos estadounidenses sobre la cultura negra y la experiencia de los católicos negros, convirtiéndose en una asesora de confianza de los obispos de Estados Unidos. Fue evangelizadora en la comunidad negra, tanto en Estados Unidos como en África, y un profundo testimonio del don que supone la diversidad dentro de la Iglesia. Un historiador dijo de ella: «Podría decirse que nadie en la memoria reciente hizo más por resistir y transformar el triste legado de la segregación y el racismo en la Iglesia católica que Thea Bowman... quien inspiró a millones de personas con su canto y su mensaje del amor de Dios por todas las razas y credos».

Los antiguos discutían largamente sobre la «música de las esferas» —que concibe los movimientos de los cuerpos celestes como una forma de armonía cósmica inaudible, vinculando las matemáticas, la astronomía y la música—. La música es universal, nos conecta tanto entre nosotros como con Dios, al igual que lo hace la cruz. Recientemente, durante las sesiones de oración contemplativa de Cuaresma, nuestro líder utilizó un «cuenco tibetano» para crear un sonido celestial que resonó en nuestro interior. Esa música nos ayudó a sanarnos y a alejar todas nuestras preocupaciones y distracciones — como siempre debe hacer la música—, una verdad que J. S. Bach confirmó en cada una de sus obras al escribir: «Para la gloria de Dios».

Vídeos:

[Robin Spielberg cuenta una historia muy personal sobre el poder sanador de la música](#)

[Una de sus composiciones](#)

Acción:

Toca o escucha hoy alguna música que te inspire o te reconforte.



DÍA 26

El amor

El amor es la característica distintiva de todos los verdaderos discípulos de Cristo que desean dedicarse a él como sus siervos.

Principios de la TSSF, día 25

Reflexión:

Me gusta esta historia porque me recuerda a la del Lobo de Gubbio, en la que ya no vemos a los lobos como enemigos.

Hay quien dice que tememos a los lobos porque nos parecemos mucho a ellos: somos inteligentes y despiadados. Hay quien dice que tememos a los lobos porque en su día fueron los principales depredadores del mundo, pero los hemos sustituido y ahora somos nosotros. Sea como sea, los lobos pueden decirnos mucho sobre nuestra humanidad, o sobre nuestra falta de ella.

Un hombre de Alaska se topó con una loba que había quedado atrapada en una trampa y estaba gravemente herida. Aunque la loba estaba al borde de la muerte, el hombre se asustó al principio al ver al enorme animal, pero luego se dio cuenta de que la loba tenía leche y comprendió que tenía cachorros que la necesitaban para sobrevivir. Decidió intentar salvar a la loba y se dispuso a buscar a los cachorros. Tras seguir sus huellas, encontró una madriguera a unos 800 metros de distancia y llamó a los cachorros con aullidos de lobo. Cuatro cachorros hambrientos salieron y comenzaron a mamar de los dedos del hombre. El hombre los metió con cuidado en su bolsa y los llevó de vuelta con su madre, que se llenó de alegría al verlos. A pesar de la desconfianza inicial de la loba hacia el hombre, él sabía que ella moriría sin comida, así que le llevó los restos de un ciervo para que comiera. Cuatro años después de su primer encuentro con la loba en Coho Creek, el hombre se encontró de nuevo en peligro mientras buscaba trampas de acero junto al pantano. De repente, un oso se abalanzó sobre él y lo persiguió. En un momento de desesperación, el hombre gritó «aullidos de lobo» y se sintió aliviado cuando una figura familiar apareció ante él. Era la loba a la que había salvado años atrás, que venía a rescatarlo.

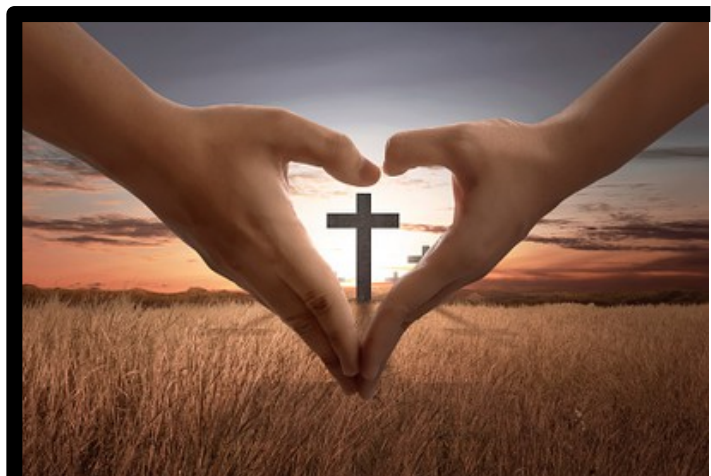
Vídeo:

[Un artículo sobre el evento](#)

[Un vídeo sobre el evento](#)

Acción:

Al igual que el hombre de la historia, el sacrificio también puede significar arriesgarse sin saber si lo que estás haciendo te beneficiará alguna vez. Piensa en una acción que no te beneficie a ti, pero que claramente vaya a aportar vida y alegría al mundo.



DÍA 27

Armonía

Buscamos la reconciliación con aquellos de quienes nos hemos distanciado.

Principios de la TSSF, día 26

Reflexión:

Reconciliarse es dejar de estar separado de otro ser. Afortunadamente, contamos con el sacrificio de Cristo, que nos ha reconciliado con Dios. Del mismo modo, estamos llamados a seguir su ejemplo para reconciliar las diferencias que tenemos con otras personas y también con la creación de Dios, eliminando las divisiones entre nosotros. Hace varios años, durante un viaje por carretera, experimenté el poder del veneno que se genera cuando no hay reconciliación entre los miembros de varias familias, lo cual me causó una profunda impresión. Todas las familias a las que pregunté: «¿Tenéis familiares que se niegan a hablar con otros?», respondieron que sí. Me quedé impactado y horrorizado, sabiendo que el mismo veneno había infectado a algunos de mis familiares en Europa. Este veneno es mortal y somos muy afortunados de tener un Salvador, y con suerte algunos amigos terrenales, que pueden eliminar este veneno de tu alma.

Qué maravilloso es vivir en armonía con otras personas:

Como salir del baño: todo tu cuerpo fresco y lleno de vida.

Como el rocío de la mañana brillando en la brizna de hierba más

pequeña: es la bendición infinita de Dios, un anticipo de la vida eterna.

Salmo 133



Vídeo:

[5 pasos para ayudarte a reconciliarte](#)

Acción:

Si tienes desavenencias con alguien, intenta reconciliarte con esa persona. Si tienes un amigo o familiar que podría sanar al reconciliarse con otra persona, intenta ayudarle a hacerlo.

DÍA 28

Dolor, gratitud y sacrificio

Nos entregamos con alegría, recordando que el amor se mide por el sacrificio.

Principios de TSSF, día 27

Reflexión:

Nos acercamos al final de nuestro viaje de 30 días y aún hay mucho que compartir contigo. Hoy entrelazaremos los hilos de la vida que son el dolor, la gratitud y el sacrificio en una cuerda fuerte que te permitirá vivir la vida plena que Dios quiere que tengas como regalo por tu servicio a toda la creación. Todos sufrimos dolor. Para vivir una vida plena debemos elegir el sacrificio. Ambos son difíciles. Cuando descubrimos la gratitud por todo lo que la vida nos brinda, todo el dolor y el sacrificio merecen la pena. La vida tiene la posibilidad de cobrar sentido. La gratitud es el agua que permite que crezca la diminuta semilla de nuestra fe. Hacer esto significa ayudarnos unos a otros para que prevalezca la justicia, como deja claro esta parábola.

Un león dormía en el bosque, con su gran cabeza apoyada sobre las patas. Un ratoncito tímido se topó con él inesperadamente y, asustado y con prisa por escapar, corrió por encima de la nariz del león. Despertado de su siesta, el león posó con ira su enorme pata sobre la diminuta criatura para matarla. «¡Perdóname!», suplicó el pobre ratoncito. «Por favor, déjame ir y algún día te lo recompensaré sin falta». Al león le hizo mucha gracia pensar que un ratón pudiera ayudarlo alguna vez. Pero era generoso y finalmente dejó marchar al ratón.

Unos días más tarde, mientras acechaba a su presa en el bosque, el León quedó atrapado en las mallas de una red de cazador. Incapaz de liberarse, llenó el bosque con su furioso rugido. El ratón reconoció la voz y rápidamente encontró al león forcejeando en la red. Corrió hacia una de las gruesas cuerdas que lo ataban, la roía hasta que se partió, y pronto el león quedó libre. «Te reíste cuando te dije que te lo pagaría», dijo el ratón. «Ahora ves que incluso un ratón puede ayudar a un león».



Vídeo:

[La canción «Gratitude» de Brandon Lake](#)

Acción:

Hoy, da las gracias por una pequeña cosa, un acto de bondad que hayas visto. Repítelo.

DÍA 29

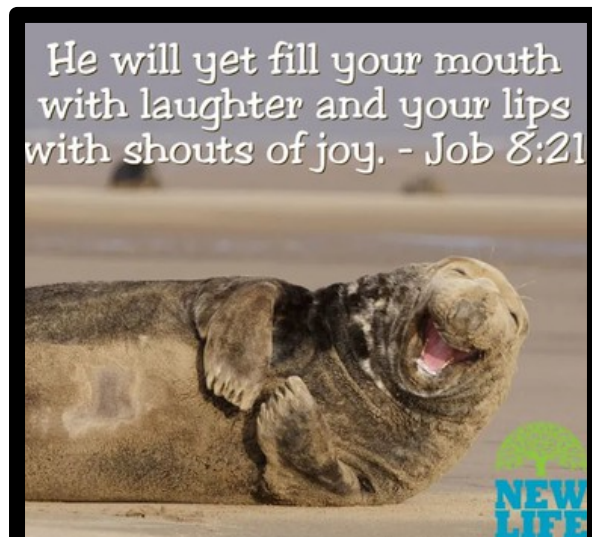
Alegría y risas

Nos deleitamos en la diversión y la risa, regocijándonos en el mundo de Dios, su belleza y sus criaturas vivientes, sin considerar nada común o impuro.

Principios de TSSF, día 28

Reflexión: El que confía en el Señor será feliz. – Proverbios 16:20

A mí, y a un amigo mío recién convertido, nos parece que la risa, la alegría, las carcajadas y la felicidad son un don de Dios infravalorado y menospreciado en nuestro camino cristiano —salvo, afortunadamente, en el caso de Francisco. De joven era un «fiestero» y transformó ese entusiasmo por la vida en una alegría que impregnaba todo lo que hacía y era. Nosotros, por supuesto, intentamos hacer lo mismo. Hace muchos años, antes de convertirme en terciario, me convencí de que a Dios también le gusta que seamos alegres al leer una novela policíaca medieval titulada «El nombre de la rosa», del profesor italiano Umberto Eco. En la historia se imagina que se encuentra un ensayo perdido de Aristóteles que propone que lo más cerca que podemos estar de Dios, y de los demás, es a través de la risa. Esto era, por supuesto, una herejía en el mundo medieval, donde el temor a Dios y la condenación eterna mantenían a la gente a raya y el dinero fluía. Ese era el mundo en el que vivía Francisco y, sin embargo... él reía. Creo que su capacidad para reír fue un ingrediente esencial en su lucha por la justicia necesaria para traer la paz a nuestro mundo. Esa es probablemente una de las razones por las que elegí convertirme en terciario: para reír más. Por supuesto, ahora veo el camino de Cristo como lleno de alegría y risa porque, como Cristo es EL sanador, está claro que el poder sanador de la risa es verdaderamente uno de los dones de Dios para nosotros en este velo de lágrimas.



Vídeos:

[El poder sanador de la risa](#)

[Extracto de El nombre de la rosa](#)

Acción:

Busca un buen chiste, cuéntaselo a tus amigos y disfruta. Repite.

DÍA 30

Sufrimiento

La alegría sigue ahí incluso en tiempos de oscuridad y dificultad, dando valor y alegría ante la decepción.

Principios de la TSSF, día 29

Reflexión:

Una de las preguntas difíciles que siempre surgen es: ¿por qué les pasan cosas malas a las personas buenas? ¿Por qué sufrimos? Para algunos, el pecado original basta como explicación. Para otros, las ideas de los estoicos, tal y como se expresan en las «Meditaciones» de Marco Aurelio, donde enseña que los obstáculos no son barreras, sino caminos, y que cuando nos enfrentamos a las dificultades, descubrimos una fortaleza que no sabíamos que teníamos. Durante mil años, el último libro romano famoso que se escribió —La consolación de la filosofía, de Boecio— ayudó a las personas cuando sufrían injusticias. Para algunos, la poesía habla a sus almas; quizá estos versos de Augurios de inocencia, de Blake, te consuelen:

Ver un mundo en un grano de arena Y
un cielo en una flor silvestre
Sostener el infinito en la palma de tu mano
Y la eternidad en una hora...
Es justo que así sea El hombre
fue hecho para la alegría y la pena
Y cuando esto sabemos con
certeza
Recorremos el mundo con
seguridad La alegría y el dolor
se entrelazan con delicadeza
Un atuendo para el alma divina
Bajo cada pena y cada anhelo
Corre una alegría con hilo de
seda

Vídeos:

Dios y el sufrimiento: ¿No es el sufrimiento humano una prueba de que no puede existir un Dios justo y todopoderoso? Al contrario, afirma Peter Kreeft, profesor de Filosofía del Boston College

Marco Aurelio sobre la adversidad

Acción:

Si has sufrido mucho, examina tu corazón. ¿Hay alguna forma en que este sufrimiento te haya acercado a Dios y a tu auténtico yo? ¿Hay alguna forma de redimir el sufrimiento?

Podemos sufrir y cantar al mismo tiempo. De hecho, debemos hacerlo. —Dra. Jaiya John

DÍA 31

¿Vale la pena el dolor por el amor?

La humildad, el amor y la alegría, que marcan la vida de los terciarios, son todas gracias otorgadas por Dios.

Principios de la TSSF, día 30

Reflexión:

Ahora que ha concluido nuestro recorrido de 30 días explorando la justicia desde una perspectiva franciscana —un recorrido en el que el amor y el sacrificio son los ingredientes «secretos» que hacen posible la justicia—, la pregunta sigue siendo: ¿Por qué duele tanto? ¿Merece la pena el dolor por amor? Puede que haya una respuesta, pero yo no la tengo, y me parece bien, porque al seguir haciéndome la pregunta sigo aprendiendo más y más y acercándome cada vez más tanto a Dios como a ti, querido lector. Te dejo con este regalo de despedida: una fábula sobre el dolor, el sacrificio, el amor y la bendición. Que seas bendecido para que puedas ser una bendición para los demás.



Vídeos:

[La última semilla – Una fábula](#)

[Poema «Guardar silencio», de Pablo Neruda](#)

Acción:

Busca 5 minutos para estar en silencio. Para estar en calma, en lo más profundo de tu ser. Para no preocuparte. Simplemente para ser. Para respirar. Para saber que todo está bien en el mundo porque Dios siempre está contigo. Y cuando alguien perturbe tu paz interior, no reacciones, no te frustres, deja que esa paz interior fluya de ti y envuelva, con amor, todo lo que te rodea y entonces sabrás que Dios está contigo y tú estás con Dios.

DÍA 32

Únete a la comunidad para un debate en línea.
19:30-20:30 h (hora del Este)

Ponte en contacto congordonjkubanek@gmail.com para inscribirte.

¿Cómo piensas utilizar lo que has aprendido sobre la justicia durante este mes para cambiar el mundo?

Utilizando una imagen del siglo XIX, popularizada por el reverendo Dr. Martin Luther King, Jr.: ¿Cómo ayudarás a inclinar el largo arco de la brújula moral de la historia hacia la justicia?

CONCLUSIÓN

Esperamos y rezamos para que estos 30 días de reflexiones sobre la justicia que hemos celebrado juntos con motivo del Año Jubilar de San Francisco te hayan traído la alegría, la paz y el amor que son reflejos y dones de Dios para nuestro mundo.



Una bendición franciscana cuádruple

Que Dios te bendiga con incomodidad ante las respuestas fáciles, las medias verdades y las relaciones superficiales, para que puedas vivir en lo más profundo de tu corazón. Que Dios te bendiga con ira ante la injusticia, la opresión y la explotación de las personas, para que puedas trabajar por la justicia, la libertad y la paz.

Que Dios os bendiga con lágrimas que derramar por quienes sufren dolor, rechazo, hambre y guerra, para que podáis tenderles la mano para consolarlos y convertir su dolor en alegría.

Que Dios te bendiga con la locura suficiente para creer que puedes marcar la diferencia en este mundo, para que puedas hacer lo que otros dicen que es imposible.

Handwriting practice lines consisting of 25 horizontal dotted lines.

Handwriting practice area consisting of 25 horizontal dotted lines.