



## Para la exhortación inicial

Porque vives de prisa, porque pones condiciones, porque sospechas de Dios, porque aborreces el riesgo, porque ignoras a los demás, porque huyes del silencio, porque prefieres tener a ser, porque pactas con el lujo, porque tienes miedo a comprometerte, porque hablas más que haces...

No sabrás, ni ahora ni nunca, por más que lo intentes, por mucho que lo quieras,

PARA QUÉ VALE LA VIDA,

PARA QUÉ SIRVE EL CORAZÓN.

No gustarás ni el sabor de la paz, ni el precio de la alegría, ni el sentido de las lágrimas, ni el misterio de las cosas, ni el gusto de la vida, ni el encanto de la amistad, ni el valor del silencio, ni el milagro del amor.

Te pasarás la vida, triste vida, improvisando, corriendo, hambreado, huyendo de ti, lejano, desterrado, de visita, de sobra, ridículo, fracasado, esclavo, aburrido, desarraigado, vacío, inútil, viejo, con la vida tristemente vacía, inmensamente sin sentido.

\* \* \*

Tú, quienquiera que seas,  
¿por qué pretendes esconderte de ti mismo?

¿De qué tienes miedo?

Tú, quienquiera que seas,

¿hacia dónde diriges tu vida?

¿La diriges tú o se despeña ella sola?

¿Por qué le llamas tranquilidad a lo que sólo es rutina y existencia vacía?

¿Adónde irás a parar así?

Tú, quienquiera que seas, escucha.

No te llamo a la austeridad y al aburrimiento.

No te cierras: busca la felicidad y la alegría sólida,

encuentra los porqués de tu vida,

porque tu futuro no es la ceniza ni la tumba.

Entra en tí, viaja a tu corazón, encuéntrate a ti mismo.

levántate y anda.

## Oración colecta

Señor, al comenzar esta Cuaresma, pedimos tu gracia para que este tiempo sea un encuentro contigo, que nos ayude a encontrarnos con nosotros mismos y con todos los hombres, nuestros hermanos. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor

## LECTURA DEL PROFETA JOEL 2,12-18

Dice el Señor todopoderoso:

Convertíos a mí de todo corazón: con ayuno, con llanto, con luto. Rasgad los corazones, no las vestiduras: convertíos al Señor Dios vuestro; porque es compasivo y misericordioso, lento a la cólera, rico en piedad, y se arrepiente de las amenazas. Quizá se convierta y se arrepienta y no deje todavía la bendición, la ofrenda, la libación del Señor Dios nuestro.

Tocad la trompeta en Sión, proclamad el ayuno, convocad la reunión, congregad al pueblo, santificad la asamblea, reunid a los ancianos, congregad a muchachos y niños de pecho. Saiga el esposo de la alcoba; la esposa, del tálamo. Entre el atrio y el altar, lloren los

sacerdotes, ministros del Señor, diciendo: «Perdona, Señor, perdona a tu pueblo, no entregues tu heredad al oprobio; no la dominen los gentiles, no se diga entre las naciones: '¿dónde está su Dios?'».

Que el Señor sienta celos por su tierra y perdone a su pueblo.

## Salmo penitencial

Confieso que hay muchas cosas que no sé decir, que ando inseguro y que no sé vivir en plenitud aquello que me pides.

Y tengo que decir,

que rompo con tus planes de raíz,

que busco atajos para ser feliz

cuando hay que hacer caminos.

Confieso a todos los que estáis aquí,

que he recibido más de lo que di,

porque no he dado nada.

Y es mucho más sencillo hablar que hacer y hasta ahora he dicho mucho, pero «ser», he sido más bien poco.

Y es que a veces se dicen cosas sin sentir, que Dios es alguien muy importante.

Y es que, a veces, por dar la imagen soy capaz de olvidar que es a Dios a quien tengo que darme.

Confieso que rezo a Dios y olvido a los hermanos.

que digo amén por no seguir luchando,

que trato de hacer surcos con las manos.

Y no puedo ocultar

que me he instalado en un fácil lugar,

que me conformo con mirar atrás,

y no cojo el arado. Confieso...

## MATEO 6,1-6.16-18

En aquel tiempo, dijo Jesús a sus discípulos:

–Cuidad de no practicar vuestra justicia delante de los hombres para ser vistos por ellos; de lo contrario no tendréis recompensa de vuestro Padre celestial. Por tanto, cuando hagais limosna, no vayais tocando la trompeta por delante como hacen los hipócritas en las sinagogas y por las calles con el fin de ser honrados por los hombres; os aseguro que ya han recibido su paga.

Tú, en cambio, cuando hagais limosna, que no sepa tu mano izquierda lo que hace tu derecha; así tu limosna quedará en secreto, y tu Padre, que ve en lo secreto, te lo pagará.

Cuando recéis, no seáis como los hipócritas, a quienes gusta rezar de pie en las sinagogas y en las esquinas para que los vea la gente. Os aseguro que ya han recibido su paga.

Cuando tú vayais a rezar entra en tu cuarto, cierra la puerta y reza a tu Padre, que está en lo escondido, y tu Padre, que ve en lo escondido, te lo pagará.

Cuando ayunéis, no andéis cabizbajos, como los farsantes que desfiguran su cara para hacer ver a la gente que ayunan. Os aseguro que ya han recibido su paga.

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 lo recompensará.

■ **El desierto del corazón.** Con la celebración litúrgica de este miércoles se inicia el tiempo de Cuaresma. Como es sabido, los números en la Biblia son casi siempre simbólicos. El cuarenta indica lo que vive una generación o un período largo cuya duración se ignora. Así se aplica a los años que caminó Israel hacia la tierra prometida a través del desierto y también a los días que estuvo retirado Jesús en él. Se percibe con facilidad la relación entre «cuarenta» y «desierto», entendido este último como lugar de encuentro con Dios. Por todo ello, se puede concluir que la vida es una cuaresma, un buscar el encuentro con Dios, un vivir en diálogo con él.

El desierto evoca un vacío y un silencio que obligan a dialogar consigo mismo. ¿Y si también en nuestro interior encontramos el vacío? En todo hombre hay un hueco que únicamente Dios puede llenar y que incluso el creyente sólo lo ha llenado con esperanza. Decía el filósofo Ortega y Gasset: «Lo que más vale en el hombre es su capacidad de insatisfacción. Si algo divino posee es su divino descontento». ¿Pretendemos llenar ese pozo sin fondo con superficialidad y extroversión? A todos nosotros es aplicable la frase monástica «el desierto del monje está en su propio corazón». Nuestro interior es esencial en este propósito. El corazón, no las vestiduras. Felices los de corazón limpio. ¿Qué es el corazón limpio? El libre, el transparente, el que se da, el oxigenado, con luminosidad, ilusionado, con esperanza. El cambio requerido va al fondo de la persona y no al exterior del personaje. Sólo cuando estemos convencidos de verdad de que nuestro papel es otro, se caerá nuestra máscara y podremos prescindir de la armadura oxidada de nuestro personaje. Es oportuna aquí la oración de san Agustín: «Señor, que te conozca y que me conozca».

■ **Encontrar las raíces.** No somos sólo polvo ni al polvo hemos de volver. Esa concepción está en las antípodas del mensaje del evangelio. Cierta que la frase puede sustituirse por «Convertíos y creed en el evangelio», pero en el enfoque del rito, y muchas veces de la Cuaresma en su totalidad, predomina la insistencia en una conversión consistente en cambiar los comportamientos externos. Para este cambio se pide, sobre todo, fuerza de voluntad y sacrificio, es decir, ascética. Sin embargo, el profeta Joel dice: «Rasgad los corazones, no las vestiduras». El cambio es de lo interno a lo externo. La invitación cuaresmal consiste, más bien, en un «Experimentad el amor de Dios, creed que Dios os quiere y cambiaréis vuestra forma de ser, de sentir y de actuar». La cuestión no está tanto en los hechos externos —con ser esto muy importante— sino en la raíz, en la energía que los produce. Es el mensaje de la parábola sobre la vid y los sarmientos. La fuente de energía a la que debemos estar conectados para modificar nuestra actuación externa ha de ser Cristo. No se trata de comprar flores, sino de sembrar semillas. Las flores que nazcan serán concreción visible de lo contenido en la semilla. La flor, a través de sus raíces y antenas capta la humedad y el alimento. Cristo está en lo profundo de nosotros mismos y en todo lo que nos rodea. Por el ejer-

cicio de la fotosíntesis hemos de convertir la luz en vida nuestra.

Por tanto, lo básico de la Cuaresma no es el discurso ético, y su color cristiano tampoco es la tristeza sino la ilusión del que busca la clave de su vida. No pertenece a la novedad cristiana el Dios juez, Dios y amo que no nos necesita. No pertenece a la esperanza cristiana el negar el valor divino de lo humano y afirmar sólo la vida como examen y existencia amenazada. No pertenece a la experiencia del Dios de Jesús la exaltación del dolor y de la humillación, de la desconfianza en el hombre y de su desvalorización. Vosotros sois la alegría de este mundo, pero si la alegría se pone triste, ¿con qué la alegrarán? Cuando tantas personas padecen patologías psicológicas por falta de autoestima personal, habrá que tener cuidado con colocar al hombre al nivel de la ceniza o de la nada. El daño puede ser grave. Más solidaria es la llamada a la aceptación de sí mismo, que no está reñida con el deseo de crecer y el esfuerzo de superación. Valórate. Vales cantidad. Eres irreplicable. Si tienes fe en ti mismo, tus capacidades se multiplicarán. Ámate. No tengas miedo porque el temor a un sufrimiento posible es ya un sufrimiento real.

■ **Perfumaos.** Jesús dice que nos perfumemos. Bueno sería que también ritualmente lo hiciésemos. No vayas dando lecciones, ni siquiera con el ejemplo o con un presunto testimonio positivo: simplemente vive y contagia vida. El perfume supone un «quiero que te sientas bien a mi lado». Perfúmate la cabeza, las ideas y la concepción de la vida. Perfúmate también aquello que pueda, por su mal olor, molestar más. Trata de que en ti se perciba un agradable aroma a evangelio. La vida hace que nuestros pies suden y se impregnen de polvo. Es preciso cambiar. Claro que para ello es necesaria la fuerza de voluntad, pero esto no sólo para el cristiano, sino para todo hombre. «Concédeme, Señor, serenidad para aceptar las cosas que no puedo cambiar. Valor para cambiar las cosas que puedo modificar y sabiduría para conocer la diferencia».

■ **En grupo.** Que no nos corten las alas. Escucha y canta: «No estamos locos, que sabemos lo que queremos». Sé reflejo de tu fe, en ti, en los más cercanos, en cada hombre que te pide (o te ofrece) su mano para el camino, aunque su caminar sea simplemente diferente al tuyo. Dale calor y color a la vida, a nuestra vida. Que el Espíritu no se quede en un recuerdo. Sé creativo, solidario, inconformista positivo, tolerante y, sobre todo, sé lo que a cada instante deseas ser. No malgastes tu tiempo ni tu libertad. Pero que tu libertad no te aisle, no te cierre. No navegues tú solo. No nos privas de tu vida. Oírte hablar nos mueve, verte actuar nos anima, verte reír nos hace sentirnos muy bien. También necesitamos tus lágrimas. No nos las ocultes porque, aunque seamos naufragos en tormentas que no clarean, en días grises, en momentos de desesperanza, la vida es para vivirla. Creamos en ello, cada uno a su manera, allí donde día a día nos formamos, allí donde día a día compartimos energía, dedicación, tiempo y futuro; allí donde día a día, crecemos, creemos y amamos.

## Bendición de la ceniza

Dios amigo de los hombres y entusiasta de la vida, Tú te acercas a nosotros para enseñarnos el camino de la plenitud, escucha nuestra oración de hoy y derrama la gracia de tu bendición (+) sobre esta ceniza, para que quienes la reciban sean en todo dóciles a las sugerencias del Espíritu de Jesús y vivan con alegría su entrega a los demás. Te lo pedimos por Jesucristo, nuestro Señor.

*Tras la imposición de la ceniza por parte del celebrante, paralelamente otra persona puede ungir a cada uno de los fieles con un algodón empapado en perfume.*

## Oración de los fieles

*Dirijamos a Dios nuestras peticiones para que este tiempo de Cuaresma nos acerque más a él.*

– Para que superemos nuestra superficialidad y descubramos a Dios en nuestro interior. *Roguemos al Señor.*

– Para que la escucha atenta de la Palabra cure nuestra ceguera, ablande nuestro corazón, sacie nuestra sed y ponga fin a nuestra parálisis. *Roguemos al Señor.*

– Para que podamos despegarnos de todo cuanto nos impide ser libres y felices. *Roguemos al Señor.*

– Para que todos nos esforcemos por combatir y compartir el sufrimiento de los demás. *Roguemos al Señor.*

– Para que seamos capaces de situarnos junto a los crucificados de hoy, luchar contra todo lo que signifique muerte y contagiar vida, esperanza e ilusión. *Roguemos al Señor.*

*Ayúdanos, Padre, en nuestra necesidad, perdona nuestras debilidades y libranos de todo mal. Por Jesucristo, nuestro Señor.*

## Ofertorio

*Se pueden ofrecer unas macetas sin plantas y las semillas aparte. Mientras se siembran, puede hacerse alguna lectura alusiva al significado.*

## Sobre las ofrendas

Señor Jesús, Tú que nos invitas a no desfallecer en la siembra, regálanos la alegría de ver florecer nuestro símbolo.

Haz, Señor, que la semilla de nuestra oración y de nuestra reflexión brote en cada uno de nosotros y nos dé nueva fuerza para vivir.

Sólo Tú sabes cuándo la semilla dará fruto y quizá nuestro trigo lo recojan otras manos o nuestras flores alegren el camino de los que vienen detrás.

Hoy, de nuestro corazón, brota la confianza y la acción de gracias. Danos fuerza para que estos deseos se hagan realidad porque germinar no es morir. Al contrario: es la única manera de vivir.

## Acción de gracias

¡Gracias! ¿Cuántas veces te doy gracias?  
 ¡Cuántas veces debería darte gracias, mi Señor!  
 Muchas veces más de las que pido.  
 ¡Cuántas veces debería darte gracias, mi Señor!  
 Cuántas veces pido y pido tanto  
 y cuántas veces me olvido de darte gracias, Señor.  
 Vivo como un mal agradecido,  
 solitario en mi camino, olvidándome de Dios.  
 Pero hoy quiero pararme en el camino.  
 Gritarle a todo el mundo que vivo por tu amor,  
 que sin Ti no doy un paso al frente,  
 que Tú eres mi motivo, que Tú eres mi razón.  
 Sigo porque Tú eres mi motivo,  
 porque desde que te sigo sé que Tú eres la verdad.  
 Sigo porque siento el desafío  
 que me das a cada instante de sentirte, mi Señor.  
 Sigo porque eres más que un amigo,  
 porque eres más que un hermano  
 porque Tú eres mi Dios.  
 Sigo porque desde que te sigo  
 he descubierto que vivo, ¡sí! que vivo de verdad.

## Después de la comunión

Te rogamos, Señor, que nos inspires lo que hemos de hacer y nos ayudes a realizarlo, para que todas nuestras acciones te tengan a ti como motivo, estés a nuestro lado mientras las llevamos a cabo y nuestra ilusión sea siempre agradarte a ti. Por Jesucristo nuestro Señor.

Enseñame, Señor, a digerir los acontecimientos de la vida. Ayúdame a encajar las cosas desagradables, la incomprensión y la insinceridad de los otros. Haz que sepa ponerme a un lado para pensar en la felicidad de los demás.

Enseñame a aprovechar el sufrimiento que se me presenta en el camino. Ayúdame a recibirlo de tal manera que sirva para suavizarme en las formas y fortalecerme en el fondo, nunca para rendirme, endurecerme o amargarme. Hazme más comprensivo y generoso, no irritable, mezquino o insufrible.

Que nunca alguien sea menos bueno por influencia mía.

Que nadie sea menos sincero por haber sido mi compañero en la vida.

Que me conozca y Te conozca para que mi fe sea efectiva y pueda vivir siempre la alegría de saber que Tú me has querido siempre.

## Bendición final

Que los caminos se abran a vuestro paso,  
 que el viento sople siempre a vuestra espalda,  
 que el sol brille templado sobre vuestros rostros,  
 que la lluvia caiga suave sobre lo que habéis sembrado con ilusión y esfuerzo.  
 Y que, siempre, siempre  
 Dios os tenga en la palma de su mano.