

MES DE ENERO

CUARTOS DE HORA PARA BACHILLERATO

El Santo no nace sino que se hace cada día

Estimados docentes:

Vamos a tener presente durante este mes: las tres actitudes que nos preparan y ayudan a encontrarnos con el Amigo Jesús; especialmente en este mes de San Enrique.

LA POSTURA: Debemos adoptar una posición cómoda y relajada. Los ojos cerrados o fijos en un mismo punto, para evitar distracciones.

LA RELAJACIÓN: Para Meditar bien, hay que relajar el cuerpo, deshacer las contracciones musculares, que son impedimentos que el cuerpo tiene para ponerse en contacto con Dios. La tensión nerviosa es el principal obstáculo para la oración. Hay que ir aflojando todos los miembros, con naturalidad, sin esfuerzos violentos. Hablando pausado, en voz baja (**en estos momentos no se debe llamar la atención a nadie**) para poder crear un verdadero clima de silencio y relajación.

LA CONCENTRACIÓN: Elige una sensación corporal, o la respiración o los sonidos, como objeto-base de atención para concentrarte. Agudiza la atención, capta, según lo que hayas escogido, las sensaciones mínimas, los sonidos o el contacto del aire. Ejemplo: siente como entra el aire por tus fosas nasales. Concéntrate en el solo respirar o en la espiración. El realizarlo así te alejará de las distracciones, limpiará tu mente y te dispondrá luego para que puedas dar a tu inteligencia el tema o las ideas que tú quieres para tu oración; que en nuestro caso son los temas de cada día, elegidos para la oración.

Los Cuartos de Hora de este mes están orientados a conocer a Enrique y cómo se dejó “atrapar” por Jesús por eso se le puede llamar: “El hombre del TODO X JESÚS.

Los Santos nos enseñan muchas cosas porque son los que más cerca están de Jesús. Es muy importante ser amigo/a de un Santo porque están con Jesús y nos pueden alcanzar de Él, lo que les pedimos.

ORACIÓN PARA TODOS LOS DÍAS

Omnipotente Dios y Señor, Padre mío amorosísimo, yo creo que por razón de tu inmensidad estas presente en todo lugar, que estás aquí, dentro de mí, viendo los más ocultos pensamientos y afectos de mi alma, sin poder esconderme de tus Divinos ojos. Te adoro con la más profunda humildad y reverencia, desde el abismo de mi miseria y de mi nada. Te pido perdón de todos mis pecados que detesto con toda mi alma y te pido gracia para hacer con provecho este cuarto de hora de oración que ofrezco a tu mayor gloria.

¡Oh, Padre Dios, enséñame oración: por Jesús, por María, por José y Teresa de Jesús; enséñame a orar para conocerme y conocerte para amarte siempre y hacerte siempre amar. Amén

CUARTOS DE HORA DEL 9 AL 13

1.



Si estas en la capilla u oratorio, busca un lugar cómodo y tranquilo. Si estas en el salón despeja tu pupitre, siéntate cómodamente y fija la mirada en un solo lugar ya sea un paisaje o imagen o mantén tus ojos cerrados.

2.



Prepara tu cuerpo, haz consciente tu respiración: aspira y expira lentamente; también siente los dedos de tus manos frótalos suavemente. Quédate en silencio.

3.



Invoco al Espíritu Santo diciendo: "Espíritu, ven a mí necesito de Ti"

4.



Rezo con Fe y devoción la oración preparatoria que nos enseñó el Padre Enrique: "Omnipotente Dios y Señor..."

5.



Hago consciente tu presencia, sé que me miras y me amas y yo quiero también, mirarte y amarte. Hoy quiero conversar contigo de Amigo a amigo.

6.



La vida de Enrique transcurre toda ella en la segunda mitad del siglo XIX, en Cataluña España. Cataluña será el lugar de la primera industrialización. El ambiente febril, productivo y convulso a nivel político, económico y social entra en España por Cataluña.

Toda esta turbulencia para la Iglesia Católica ha supuesto, en muchos casos, perdidas de poder económico y fortalecimiento en posturas antiliberales y anticlericales.

Enrique vive todos estos acontecimientos, los observa y participa de los deseos regeneracionistas de la Iglesia de su tiempo. Sabe que solo se necesita organización y Enrique responde desde la plataforma que tiene a su alcance: Evangelización, niños y jóvenes y la mujer. "Por los niños a la conquista de los hombres" "La mujer corazón de la familia"

7.



También Jesús nace en una época convulsionada, su país, su pueblo está en poder de los romanos...

"Por entonces se promulgó un decreto del Emperador Augusto que ordenaba inscribirse en un censo... José subió de Nazaret, ciudad de Galilea, a la ciudad de David en Judea, llamada Belén... a inscribirse con María su esposa que estaba embarazada. Estando ellos allí, le llegó la hora del parto y dio a luz a su Hijo primogénito. Lo envolvió en pañales y lo recostó en un pesebre, porque no habían encontrado sitio en la posada". Lc.2, 1-7

"Jesús crecía en saber, estatura y en gracia delante de Dios y de los hombres" Lc. 2,52

"No vine a llamar a justos, sino a pecadores para que se arrepientan" Lc. 5,32

8.



Enrique solo busca hacer la voluntad de Jesús, su Amigo fiel. Quiere conocerlo y hacer que otros muchos lo conozcan y lo amen también. Eso lo aprendió de Jesús que solo hace la voluntad de su Padre Dios.

9.



Quiero poner en tus manos Señor mi país, tan convulsionado como el país de Jesús y de Enrique; que así como ellos lucharon por el bienestar y la paz de sus pueblos, así cada uno de nosotros, los que estamos aquí orando te pedimos por la paz y bienestar de nuestro Pueblo.

10.



Te agradezco Señor los buenos pensamientos que has puesto en mi mente y los buenos deseos en mi corazón. Que cada día mi corazón, como el de Enrique, esté más cerca de Ti y pueda decir y hacer **TODO POR JESÚS.**

1. 

Comienzo un nuevo día, organizo mi espacio y preparo mi cuerpo, procurando que esté cómodo, para hacer con P ROVECHO este rato de oración

2. 


Relajo mi cuerpo, hago conscientes los latidos del corazón y respiro pausadamente...

3. 


Hago presente al Espíritu de Dios y repito desde el fondo del corazón: “Ven Espíritu Santo y llena los corazones de tus fieles”

4. 

Para orar con provecho rezaré la oración preparatoria: “Omnipotente Dios y Señor...”

5. 

Señor Jesús, sé que estas aquí, me escuchas y me amas como lo hacen los amigos verdaderos, por eso, hoy, quiero hablar contigo y con el Padre Enrique.

6. 

Hoy Enrique nos habla de su mamá: Mi madre, mujer piadosa. Quería siempre que leyese libros buenos y así lo hacía... A mi madre, ¡tan buena! Solo la contradecía cuando me insistía una y otra vez diciéndome: “Hijo mío, Enrique, hazte sacerdote” yo les respondía: ¡No quiero! Pues, ¿qué quieres Ser? “Quiero ser Maestro”. Estas conversaciones las recordé muchas veces después de morir mi madre.

Yo tenía solo 13 años y sabía que me quería más a mí que a todos, sin duda por ser el más pequeño. Lloré mucho porque no podía soportar verme sin ella. Desde entonces comencé a pensar en ser sacerdote. Ahora estoy seguro de que fue gracias a mi madre. A ella se lo debo todo después de a Dios.

7. 

Una vez que, María y José cumplieron todo lo que ordenaba la Ley del Señor, volvieron a Galilea, a su ciudad de Nazaret. El niño crecía y se desarrollaba lleno de sabiduría, y la gracia de Dios permanecía con él. Los padres de Jesús iban todos los años a Jerusalén para la fiesta de la Pascua. Cuando Jesús cumplió los doce años, subió también con ellos a la fiesta, pues así había de ser. Al terminar los días de la fiesta regresaron, pero el niño Jesús se quedó en Jerusalén sin que sus padres lo supieran.

Seguros de que estaba con la caravana de vuelta, caminaron todo un día... Al tercer día lo hallaron en el Templo, sentado en medio de los maestros de la Ley, escuchándolos y haciéndoles preguntas. Todos los que le oían quedaban asombrados de su inteligencia y de sus respuestas.

Jesús entonces regresó con ellos, llegando a Nazaret. Posteriormente siguió obedeciéndoles. Su madre, por su parte, guardaba todas estas cosas en su corazón. Lc. 2,39 - 52

8. 

Enrique, al morir, Dña. Micaela recuerda con gran cariño y dolor las palabras de su mamá; ella con sus palabras y ejemplo fue fortaleciendo la vocación de Enrique que luego decide ser sacerdote.

También Jesús, aprende de sus papás. Dice la Palabra de Dios: Jesús entonces regresó con ellos, a Nazaret y les obedecía... Su mamá guardaba todas estas cosas en su corazón y las meditaba.

9. 

Ahora reflexiono: ¿Cómo trato a mis padres, especialmente a mi mamá? Nuestras mamás son los regalos más grandes que Dios nos ha dado. Habla con Jesús de tu mamá, cuéntale cómo es y lo que hace...RATO DE SILENCIO.

10. 

Aprovechamos este rato de silencio para agradecer todo lo bueno que hemos aprendido. Agradecemos el regalo de haber tenido una mamá, como Jesús y como Enrique. Agradecemos todos los esfuerzos que hacen nuestras mamás, por nosotros. Esta tarde cuando llegue a casa le diré: ¡Gracias por ser mi mamá!

“A JESÚS POR MARÍA” San Enrique de Ossó

1.



Como hoy, Dios me ha regalado un nuevo día, voy a prepararme para conversar con Él. Despejo mi espacio, me pongo cómodo/a;

2.



Relajo mi cuerpo y siento las pantas de los pies apoyados en el piso, muevo los dedos y respiro despacio, con calma.

3.



Invocamos al Espíritu diciendo: “Espíritu de Dios llena mi vida, llena mi mente, llena mi ser”

4.



Ahora rezo pausadamente: “Omnipotente Dios y Señor...”

5.



Me hago consciente de tu presencia, sé que estas aquí con nosotros, nos miras, nos amas; y yo también te miro y deseo amarte con todo el corazón.

6.



El Padre Enrique estaba trabajando en Reus, donde lo envió su papá. Al morir su mamá, se decide y nos cuenta: *“Resolví marcharme. De mañana abrí la puerta y me marché de la casa del señor Ortal, en Reus. Le pedí la bendición a la Virgen de la Misericordia y me fui lejos, cargado con unos pequeños libros sin dinero, a pie. Entonces, lo recuerdo ahora muy bien, quería ser ermitaño, retirándome a la soledad y dirigí mis pasos a Montserrat. Solo, y por caminos difíciles, llegué a los pies de la Madre de Dios. Allí encontré la paz perdida. ¡HALLÉ MI VOCACIÓN! Me guio ella, la estrella de los mares, la estrella de la mañana, la Estrella de Cataluña. Al acercarme a María y ver que me mostraba a Jesús. Decidí: **Seré siempre de Jesús**, su ministro, su apóstol, su misionero de paz y de amor”*

7.



¡Así amó Dios al mundo! Le dio al Hijo Único, para que quien cree en él no se pierda, sino que tenga vida eterna. Dios no envió al Hijo al mundo para condenar al mundo, sino para que se salve el mundo gracias a él. Para quien cree en él no hay juicio. En cambio, el que no cree ya se ha condenado, por el hecho de no creer en el Nombre del Hijo único de Dios. Jn. 3, 16-18

8.



Los Santos son los que más creen. Cada día fortalecen su Fe en ese diálogo con el Padre Dios. Él mismo nos dice: “Todo el que crea en Él (en Jesús) tendrá vida eterna. Cada día tienes la oportunidad de encontrarte y conversar con el Amigo fiel que no nos engañará nunca.

9.



¿Has pensado alguna vez en el cielo? ¿Te gustaría salvarte y gozar eternamente del Dios que nos ama?

Jesús nos dijo: “Yo soy el Camino quien me sigue no caminará en tinieblas, sino que tendrá la luz de la vida” sigue a Jesús y creen Él y como Enrique, di firmemente:

10.




¡SERÉ SIEMPRE DE JESÚS!

Muy agradecido por todos los dones recibidos; cierro los ojos y me comprometo con el Amigo para ser cada día mejor oyente y mejor persona.

1. 

Busco un lugar y una posición cómoda para que mi cuerpo se relaje y pueda conversar con el Amigo.

2. 


Estiro mis brazos y luego coloco las manos sobre las rodillas. Respiro desde el vientre por tres veces.

3. 


Hago presente al Espíritu de Dios diciendo: *“Ilumíname, Señor con tu Espíritu, ilumíname y transfórmame Señor...”*

4. 

Traigo a la memoria la oración preparatoria: *“Omnipotente Dios y Señor... Creo que estas aquí, dentro de mí, en medio de mi corazón...”*

5. 

Voy haciendo consciente tu presencia en mí. “Yo en Ti y Tú en mí”. También sé que me esperas a pesar de mis caídas. Jesús, Amigo te amo-

6. 


*“Grabaré en mi alma, con la gracia de Dios, como fundamento de la vida espiritual y tendré siempre presente en mis acciones aquella resolución tan generosa y noble de Teresa de Jesús, mi especial protectora: **antes se hunda el mundo que yo ofenda a mi Dios porque debo más a Dios que a nadie.** Por tanto he de contentarle y servirle a Él antes que a nadie. En su servicio seré, con la ayuda de su gracia, atento, devoto, confiado, alegre y fervoroso.*

*Mis primeros ejercicios espirituales, en el seminario... Después he intentado vivir siempre lo que el Señor me inspiró en ellos. Servir a mi Dios antes que a nadie... No ha sido fácil, pero he tenido siempre su ayuda y creo **“que su gracia no ha sido estéril en mí”***

7. 

Mientras Jesús caminaba a orillas del mar de Galilea, vio a dos hermanos: uno era Simón, llamado Pedro, y el otro Andrés. Eran pescadores y estaban echando la red al mar.

Jesús los llamó: «Sígueme, y yo los haré pescadores de hombres.» Al instante dejaron las redes y lo siguieron. Mt. 4, 18-20

8. 

Los apóstoles dejaron TODO y siguieron a Jesús. Fue la misma actitud de Enrique, deja: casa, papá, hermanos, comodidades por seguir a Jesús. Se va al seminario y se determina por Dios para siempre. Inicia al lado de Jesús su camino que no fue fácil, como él mismo lo dice: Servir a mi Dios antes que a nadie... no ha sido fácil, pero he sentido siempre su ayuda.

9. 

Cierra tus ojos y entra en tu corazón. ¿Qué sientes que te pide el Señor? Hay cosas difíciles que luego nos traen la felicidad. Luchemos por aquello que es bueno y nos trae paz al corazón.

10. 

Mira en tu corazón y en tu vida, qué te está pidiendo el Señor, para comenzar a trabajarlo ya y que podamos decir: **SERVIR A MI DIOS, PORQUE DEBO MÁS A ÉL QUE A NADIE.**

1. 

Entro en el salón y me preparo para orar. Necesito acondicionar mi espacio y tomar conciencia de dónde estoy.

2. 

Fijo los ojos en un solo lugar o los mantengo cerrados. Froto mis manos mientras respiro profundamente. Tengo Paz.

3. 


Invocamos al Espíritu Santo diciendo: “Llena hoy mi vida de fortaleza y misericordia para con los demás.

4. 

Con el Padre Enrique quiero decir: “Omnipotente Dios y Señor, Padre mío amorosísimo...”


5. 

Cuando voy rezando voy sintiendo su presencia que me invade y cada palabra me va llenando el corazón de paz y voy sintiendo la necesidad de su presencia, de su mirada y de su amistad.

6. 

“Me ordené sacerdote el 21 de septiembre de 1967, y estaba resuelto a decir mi primera Misa el día de Santa Teresa de Jesús por devoción a la Santa y por mi madrina Teresa Serra, pero le parecieron al señor Obispo demasiados días y lo hicimos el día de la fiesta de Nuestra Señora del Rosario, en Montserrat...estuve rodeado de mi padre, hermanos y tíos y amigos queridos.


Solo un vacío notaba: la presencia visible, corporal de mi buena madre de este mundo. Pero estaba allí presente en espíritu... Al entreabrirse los cielos para bajar por primera vez a mis manos el Hijo de María, se asomaron por sus puertas mis buenas madres María Inmaculada, Madre de Dios, y Micaela, mi madre de la tierra y se gozaron con este nuevo y divino espectáculo. ¡Razón tenían! A ellas se debía. Les di las gracias y siempre he recordado en mi corazón tan dulce recuerdo.

7. 

El primer día de la Fiesta en que se comía el pan sin levadura, los discípulos se acercaron a Jesús y le dijeron: «¿Dónde quieres que preparemos la comida de la Pascua?...»


Mientras comían, Jesús tomó pan, pronunció la bendición, lo partió y lo dio a sus discípulos, diciendo: «Tomen y coman; esto es mi cuerpo.»

Después tomó una copa, dio gracias y se la pasó diciendo: «Beban todos de ella: esto es mi sangre, la sangre de la Alianza, que es derramada por todos, para el perdón de sus pecados.» Mt. 26,17. 26-28

8. 

Enrique, tiene muchas emociones encontradas... va a celebrar su primera Misa y dirá por primera vez las mismas Palabras que Jesús dijo en la última Cena, al Consagrar y convertir el pan en el Cuerpo de Jesús y el vino en su Sangre redentora.

En este momento, también siente el gran dolor de la ausencia física de su mamá, pero la felicidad de haber cumplido su sueño lo llena de gozo: “Hijo, que gusto me darías si fueras sacerdote”

9. 

A veces por flojera o comodidad dejamos pasar la felicidad. Reflexiona y piensa qué oportunidades has dejado pasar en tu vida. Como has aprovechado todos los valores y capacidades recibidos. Has escuchado los consejos que te han dado, y sean tus padres, familiares, docentes, amigos.

10. 

Detente, cierra tus ojos y mira qué quieres comenzar a trabajarte para ser cada vez más persona y más feliz.

¡LAFELICIDAD LA LLEVAMOS DENTRO Y DEPENDE DE LA FIDELIDAD DE CADA UNO!
