

## UNIDAD DOS



### ORACIÓN PARA REFLEXIÓN DE APERTURA

Señor,

*Gracias por escuchar las  
penas que envuelven mi  
corazón, los temores que dan  
vueltas en mi cabeza sin cesar,  
los recuerdos que me hacen  
anhelar el ayer que ya pasó.  
Gracias por escuchar mis  
constantes súplicas de alivio  
para comprender un mañana  
incierto.*

*Gracias por escucharme*



*en mi lucha por recuperar el equilibrio  
de la vida en cada paso que tomo con  
cautela en mi búsqueda por crear  
sentido del presente.*

*Sólo te pido la gracia de otorgarme paciencia  
para tranquilamente escuchar tu voz y confiar en  
la fugaz luz de esperanza y saber con profunda  
certeza que todo estará bien de nuevo.*

*Gracias por escucharme. Ayúdame a escucharte a Ti.  
Amén.*

## REFLEXIÓN DE APERTURA

### Un lugar seguro

Sanar significa antes que nada el crear un espacio vacío, pero amistoso, donde los que sufren puedan contarle su historia a alguien que escuche atentamente. Como sanadores, tenemos que recibir la historia del prójimo con compasión en el corazón. Un corazón que no juzga ni condena, que reconoce como la propia la historia del extraño. Le tenemos que brindar límites seguros dentro de los cuales un pasado doloroso se pueda revelar y la búsqueda de una nueva vida pueda comenzar.

Para poder sanar, lo más importante no es el qué decir o hacer, sino cómo crear un espacio interno donde se pueda recibir la historia. El sanar es la humilde pero difícil tarea de crear y ofrecer un amistoso espacio vacío, donde un extraño pueda reflexionar sobre su dolor y sufrimiento sin temor, y hallar la confianza que le permita encontrar el camino en medio de su confusión.

Henri J. M. Nouwen. *Reaching Out*. Garden City, NY: Doubleday & Company, 1975. página 51.

### ORACIÓN

*Gran Sanador, Dios de compasión,  
Sánanos para poder ayudar a los que nos envías para cuidar.*

*Vacía nuestras mentes de toda  
distracción para poder escuchar el  
dolor de otros.*

*Llena nuestros corazones de tu  
amor y muéstranos cómo radiar  
esa energía.*

*Ayúdanos a comprender las  
palabras de pérdida que  
escuchamos.*

*Danos la confianza para alentar a  
los que temen.*

*Y permanecen con nosotros al  
desempeñar nuestra tarea como  
discípulos.*

*Nosotros, que te servimos en  
fe,*

*Te adoramos con gratitud,  
Y seguimos tu llamado.*

*Amén.*



Permiso otorgado por Jessie Flynn, Diócesis de Metuchen, New Jersey

## REFLEXIÓN DE CLAUSURA

### El rescoldo aislado

Cierto feligrés de una iglesia, tras asistir regularmente a los oficios religiosos, dejó de asistir. Pasaron varias semanas y el pastor decidió visitarlo. Era una noche fría. El pastor encontró al hombre solo en la casa, sentado frente a un fuego que ardía. Adivinando el motivo de la visita del pastor, el hombre le dio la bienvenida, le ofreció una gran silla cerca de la chimenea y esperó.

El pastor se puso cómodo sin decir palabra. En profundo silencio, contempló el juego de las llamas alrededor de la leña. Después de unos minutos, el pastor tomó una herramienta para mover el fuego y cuidadosamente sacó una brasa ardiente y la colocó a un lado de la chimenea por sí sola. Según disminuía la llama de la brasa, brilló momentáneamente y se extinguió el fuego. Pronto se enfrió y murió.

No se pronunció palabra desde el encuentro inicial. Justo antes de partir el pastor, éste colocó el rescoldo frío y apagado en el centro del fuego. Al hacer contacto con la luz y el calor del carbón encendido a su alrededor, inmediatamente comenzó a resplandecer una vez más. Cuando el pastor salía su anfitrión le dijo, "Muchas gracias por su visita y especialmente por el sermón del fuego. Regresaré a la iglesia el próximo domingo".

Autor Desconocido

### ORACIÓN

*Oh, bello, bello Señor,  
Me colocaste en un lugar de gente amorosa,  
Rodeado de brazos que consuelan,  
Me mostraste caras sonrientes de aliento,  
Tu Espíritu en forma humana.  
    Cuán agradecido me siento por Tu Gracia.  
    Sólo, no sobreviviría.  
Pero Tú, Dios de la esperanza y renovación,  
Me llevaste por el camino del amor  
Por medio de quienes siguen Tu camino,  
Cuyas heridas sanó Tu compasión,  
Quienes descubrieron el poder de su Pastor,  
Y ahora abrazan a Tus ovejas, las ovejas heridas  
Como si fueran tuyas.  
    Con Tu Espíritu que atraviesa por ellos,  
    Yo viviré.  
    Y te doy gracias.  
    Amén.*

Permiso otorgado por Jessie Flynn, Diócesis de Metuchen, New Jersey

## REFLEXIÓN DE CLAUSURA

*Oh, bello Dios, mi confidente y amigo:*

*Ayúdame a sobreponerme de la tristeza de las historias de otros, tal como estas tristes almas valientemente tratan de sobreponerse de su pena.*

*Enséñame a escuchar con amor.*

*Permíteme dar esperanza, al saber que Tú estás a cargo...que Tú eres el que sanas.*

*Muéstrame Tu forma de hacerte presente ante los que sirvo,*

*Ya que este momento de dolor es su manera especial de recorrer el camino del crecimiento espiritual.*

*Que puedan descubrir nueva belleza dentro de sí mismos. Que puedan acercarse aún más a Tu voz que los guía.*

*Que puedan conocer Tu amor en la intimidad que surge al escuchar en silencio la voz espiritual que vive en cada uno de ellos.*

*Al caminar al lado de ellos en su viaje, dame la sabiduría para comprender que su pérdida no es mi pérdida.*

*Permite que mi corazón escuche hasta lo que no se ha dicho.*

*Y sobre todo, querido Dios que escuchas, hazme un instrumento de Tu paz y amor.*

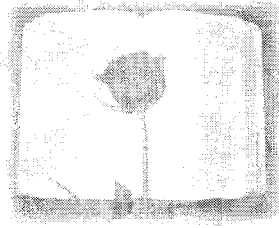
*Amén.*

Permiso otorgado por Jessie Flynn, Diócesis de Metuchen, New Jersey

## UNIDAD TRES

### REFLEXIÓN DE APERTURA

Retirémonos del mundo material por unos minutos y entremos al mundo espiritual. No se trata de escapar de la vida, sino de renovar nuestra fuerza para vivir con mayor intensidad. Cuando hablamos juntos con Dios, recordamos las palabras del Salmo 46:11: "Quédate quieto y que sepas que yo soy Dios". Cierra tus ojos al mundo y concéntrate en lo eterno, duradero, fuerte y firme.



#### ORACIÓN

*Señor, ayúdanos a sentir tu presencia y sentirla ahora. Quita de nuestra mente el estrés y confusión de este mundo y danos paz en nuestro cuerpo, mente y espíritu. Ayúdanos a permanecer quietos en este momento en que oramos juntos. Ayúdanos a enfrentar los problemas de nuestra época y a contribuir a la vida que nos rodea. Te agradecemos, Señor, por la creatividad y vitalidad que nos das. Ayúdanos a usar nuestro talento de una manera considerable y desinteresada. Te pedimos que disipes nuestra tensión y nos ayudes a vivir en paz. Ayúdanos a perdonarnos a nosotros mismos, así como Tú nos perdonas. Ayúdanos a liberarnos de cualquier causa de molestia. Que hagamos las paces con el pasado y vivamos para hoy y el mañana, y que nos puedas guiar y dirigir a lo largo de esta vida. Te pedimos esto a través de Jesucristo, nuestro Señor, Amén.*

## REFLEXIÓN DE CLAUSURA

*El Señor marca mi ritmo;*

*No me apuraré.*

*El me hace detenerme y descansar en intervalos de silencio; me proporciona imágenes de quietud que restauran mi serenidad.*

*Él calma mi mente y su paz me guía por el camino de la eficiencia.*

*Aunque tengo mucho que hacer a diario, no inquietaré.*

*Porque su presencia está aquí. Su precisión y omnipotencia me mantendrán balanceado.*

*Él me refresca y me renueva en medio de mi actividad, al ungir mi mente con el aceite de la tranquilidad.*



*Se reboza mi taza de energía y alegría. La armonía y efectividad serán el fruto de mis horas;*

*Ya que caminaré al ritmo de mi Señor y moraré en su casa para siempre...*

Autor desconocido

## REFLEXIÓN DE MALETA

*¿Cuáles bendiciones de tu vida quieres  
llevarte contigo cuando mueras?  
—Piénsalo.*

*Gracias Señor, por el regalo de poder llevarnos  
estas bendiciones en nuestros corazones.*

*¿Cuáles bendiciones son las que más necesitas al continuar tu camino?  
—Piénsalo.*

*Oremos por la gracia de tener estas bendiciones  
como parte de nuestro camino.*

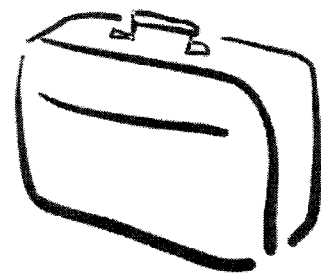
*Imploro tu ayuda...*

*Para creer más allá de este momento.*

*Para atesorar todo regalo y bendición,*

*Para contemplar los momentos de dolor en mi vida y crecer a  
través de ellos, para permitir que tu amor me abrace en los días  
vacíos y solitarios, para recibir la verdad de tu presencia, y  
creer en el lugar de “eterno recibimiento”.*

Adaptado de *Praying Our Goodbyes*, Joyce Rupp, OSM. Notre Dame, IN: Ave Maria Press, 1988.



## UNIDAD 4

### REFLEXIÓN DE APERTURA

*Y le pregunté al Señor:*

*En la tierra, con todas sus alegrías, penas y pérdidas, ¿dónde estaríamos sin Ti?*

*¿Cómo sabríamos qué hacer?*

*¿Cómo sabríamos de qué forma ser?*

*¿Dónde encontraríamos la gracia para ayudar a los necesitados?*

*Es la energía de Tu amor la que nos inspira.*

*Y por ese regalo milagroso que nos das libremente, te agradecemos.*

*Gracias por enseñarnos a través de Tu hijo, Jesús, exactamente cómo tratamos los unos a los otros: en presencia completa, con compasión y con la habilidad de escuchar con oídos que comprenden, con palabras que dan esperanza, con respeto para mantener la confidencialidad, con paciencia, con humor, con perdón, y sobre todo, con un amor incondicional.*

*Nosotros, los que nos hemos recuperados ya del dolor de la pérdida emocional, necesitamos que Tú nos apoyes, como nosotros apoyamos a los otros. Oramos siempre por la inspiración de seguir el camino de Jesús al tomar tiempo de su ministerio para cuidarse a sí mismo- aislándose para estar Contigo, para restaurar su Espíritu, abrir su corazón, y recibir Tu orientación.*

*Te pedimos que estés con nosotros. Por favor, tócanos con el mismo amor que sana, que es el mismo con el cual queremos tocar a otros*

*Y el Señor dijo “¡Sí!” Amén.*

Usado con permiso de Jessie Flynn, Diócesis de Metuchen, New Jersey



## REFLEXIÓN DE CLAUSURA

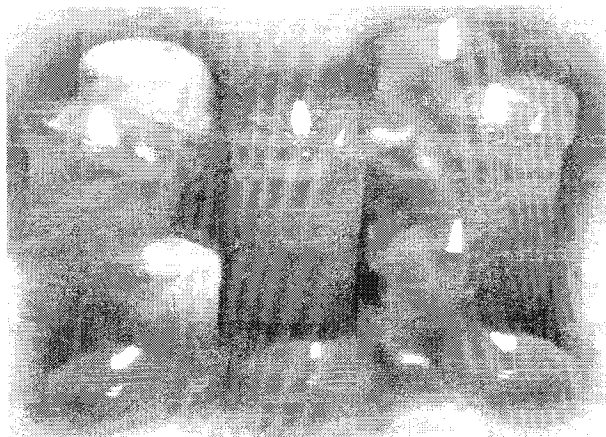
*Sentado con mi Grupo de Apoyo esta noche, escucho en silencio a aquellos cuyos corazones están pesados por la pérdida de sus seres queridos. Mis pensamientos en silencio pretenden hacerles llegar estas palabras:*

*Han partido nuestros seres queridos,  
descansan en paz en el cielo.*

*Si de pronto Dios nos permitiera verlos brevemente,  
cada duda, cada tristeza, se aminoraría,  
ya que nada se puede comparar con Su eternidad.*

*“Únanse a Mí” sería su espléndido saludo.*

*“Observen el esplendor de lo que les tengo  
preparado. ¡Sí...sus seres queridos están aquí  
esperando darles la bienvenida a casa  
también!”*



## UNIDAD 5



### REFLEXIÓN DE APERTURA

*Querido Dios que siempre estás presente:*

*Acompáñame ahora que comienzo este programa del Ministerio de Consuelo. Ayúdame a conocerme: esos regalos, motivos y hasta las faltas personales que formaran parte de todo lo que planeo hacer.*

*Necesito verme tal como soy y saber porqué quiero hacer este trabajo de amor. Una vez que haya examinado mi alma, guíame a escoger las obras adecuadas.*

*Dirígeme al evaluar las necesidades de nuestra iglesia.*

*Muéstrame los recursos adecuados.*

*Envíame personas comprometidas a donar su tiempo y amor.*

*Otórganos a cada uno tu presencia y el enfoque para hacer Tu trabajo de sanar con compasión.*

*Señor, Tú que lo provees todo, empápame con un sentido de confianza en Ti... y en mí y con el proceso espiritual necesario para sanar después de una pérdida.*

*Me abro a Ti, mi Dios, y te pido con confianza que me muestres tu camino.*

*Amén.*

Permiso otorgado por Jessie Flynn, Diócesis de Metuchen, New Jersey

## REFLEXIÓN DE CLAUSURA

*Dios de comienzos, con fe reconocemos que tu poder todo lo puede renovar y traer una nueva realidad a nuestras vidas que no existía antes. Ayúdanos a creer en comienzos para que podamos ser un comienzo de esperanza para los desconsolados, de libertad para los oprimidos, de Consuelo para los afligidos, y de amistad para los olvidados.*

**Líder: Todos:** *Señor, hazme un instrumento de tu paz.*

*Donde hay odio, que siembre amor;*

*Donde hay heridas, perdón;*

*Donde hay duda, fe; Donde*

*hay desesperación, esperanza;*

*Donde hay oscuridad, luz;*

*Donde hay tristeza, alegría.*

*Divino Señor, permite no tanto que busque comprensión, amor y consuelo, sino que pueda comprender, amar y consolar.*



*Es cuando damos que recibimos;*

*Cuando perdonamos que nos perdonan;*

*Y cuando morimos en ser, que nacimos a la vida eterna.*

Oración de San Francisco

## EL RECIPIENTE ESCOGIDO

El Señor buscaba un recipiente el cual usar.  
Habían muchos en el estante, ¿cuál escogería?  
“Escógeme a mí,” dijo el dorado, “Yo brillo;  
Valgo mucho y hago las cosas bien;  
Mi belleza y brillo opacan al resto;  
Y para alguien como Tú, Señor, ¡el oro es lo mejor!”

El Señor siguió de largo sin decir palabra;  
vio una urna de plata, estrecha y alta.  
“Yo te serviré, querido Señor; Serviré tu vino; Y  
estaré en tu mesa cada vez que cenes; Mis líneas  
son elegantes, mis tallados verdaderos; Y la plata  
siempre te halagará”.

Haciendo caso omiso, el Señor avanzó hasta el bronce.  
Tenía la apertura ancha y llana, y pulida como cristal.  
“¡Aquí! ¡Aquí!” gritó el recipiente, “Yo te serviré;  
Colócame en tu mesa para que todos me vean”.

“¡Mírame!” dijo la copa de cristal transparente; “Mi  
transparencia muestra mi preciado contenido; A pesar  
de lo frágil, te serviré con orgullo; Y de seguro seré  
feliz en tu casa donde viviré”.

El Señor se detuvo ante un recipiente de madera;  
Pulido y tallado, se veía sólido.  
“Me puedes usar, querido Señor,” dijo el tazón de madera,  
“Pero prefiero que me uses para frutas y no pan”.

Entonces el Señor miró hacia abajo y vio un recipiente de arcilla;  
Vacío y roto yacía inútil.  
Sin esperanzas estaba el recipiente que el Señor podría escoger  
para limpiar y restaurar, llenar y usar.  
“¡Ah! Este es el recipiente que esperaba encontrar;  
Lo repararé y usaré y lo haré todo mío.

“No necesito un recipiente orgulloso de si;  
Ni estrecho para colocar en el estante;  
Ni con la apertura ancha, llana y chillón;  
Ni que despliegue orgulloso su contenido;  
Ni que crea hacerlo todo bien;  
Pero sí este recipiente sencillo y campechano, lleno de mi poder y fuerza.”  
Levantó con cuidado el recipiente de arcilla,  
Lo reparó y limpió y lo llenó ese día.  
Le habló con dulzura: “Tienes trabajo que hacer...  
Sirvele a otros según te sirvo a ti.”

— Anónimo

## UNIDAD 6

### EL CAMINO ADELANTE

por

Thomas Merton, *Thoughts in Solitude*

Mi Señor Dios, no tengo ni idea adónde voy.

No veo el camino delante de mí.

No puedo saber con certeza dónde terminará.

Ni siquiera lo sé yo mismo,

Y pienso que sigo tu voluntad, pero

eso no significa que lo haga en sí.

Pero creo que el deseo de complacerte sí te complace.

Y espero nunca hacer nada que me desvíe

de ese deseo. Y sé que si hago esto tú

me guiarás por el camino correcto,

aunque no sepa nada yo de eso.

Por lo tanto, confiaré en ti siempre, y aunque parezca perdido

en la sombra de la muerte, no temeré, porque Tú estás

conmigo y no me dejarás solo para enfrentar mis peligros.

## UNIDAD 7



### REFLEXIÓN DE APERTURA

*Señor, tengo una vista tan limitada de las posibilidades que Tú guardas para mi vida. Cada vez que me preparo para estar con una familia que llora una pérdida, reconozco lo inútil que soy ante la muerte. Ayúdame a sentir tu presencia y utilizar mi destreza como ministro entrenado para ayudar a otros con sus pérdidas.*

*A menudo me enfrento con tu gente en los momentos más dolorosos y difíciles de su vida. Ayúdame a penetrar su dolor como alguien en quién pueden confiar para ayudarlos a ver la posibilidad de sanar.*

*Crea en mí un corazón paciente...*

*Ayúdame a tomarme el tiempo para oír sus verdaderas necesidades.*

*Crea en mí una mente sensible...*

*Ayúdame a utilizar mi destreza y satisfacer sus necesidades al planificar una buena y apropiada liturgia con ellos.*

*Crea en mí un espíritu humilde...*

*Ayúdame a comprender que no puedo llenar las necesidades de todos, sino más bien ser un recurso creíble para algunos que buscan sanar su dolor.*

*Crea en mí un profundo respeto por cada persona con la cual trabajo...*

*Ayúdame a ver a cada persona que llora una pérdida como si fuera tu hijo precioso, al cual amas entrañablemente.*

*Crea en mí una amorosa confianza en ti...*

*Ayúdame a comprender que tú estás presente en su dolor y sufrimiento, y en mi empeño por caminar a su lado.*

*Crea en mí una reverencia para mis propias necesidades...*

*Ayúdame a conocer mis limitaciones y respetar la importancia de mis propias necesidades.*

*Gracias, Padre por toda vida, por el regalo de Tu Hijo, nuestro Señor Jesucristo, quién a través de su muerte y resurrección, hace real la promesa de la resurrección para todos nosotros.*

*Oramos en Tu santo nombre.*

*Amén.*

Permiso otorgado por Jacqueline L. Rogers, Griefwork of Cincinnati, Inc.

## REFLEXIÓN DE CLAUSURA

*Le pregunté a Jesús: "¿Cómo?"*

*¿Cómo puedo caminar con los que sufren? ¿Cómo puedo ser testigo de tal dolor?*

*¿Cómo debe importarme sin entrometerme? ¿Cómo llegar a ellos de forma segura?*

*¿Cómo mantener las preguntas? ¿Cómo se acepta el misterio?*

*¿Cómo voy a escuchar historias trágicas?*

*¿Cómo voy a escoger palabras alentadoras?*

*¿Cómo me voy a cuidar yo mismo?*

*¿Cómo voy a cuidar de otros?"*

*Y Jesús respondió: "Así:*

*"Toma mi fuerza, mi amor y mi guía.  
Nunca estás solo. Yo estoy tan cerca como tu corazón que late. Tan cerca como tus súplicas de ayuda.  
Estoy con cada uno de tus pensamientos.  
Tales preguntas y temores me aclaman hasta lo más profundo de tu ser.  
Y allí en la belleza de tu alma, te consuelo. No temas al mañana, porque ya estoy allá.*

*Tal como estaba ahí ayer.*

*Tal como estoy aquí contigo ahora.*

*Tal como TU ESTÁS... YO ESTOY.*

*Y yo te mostraré el camino. Yo te mostraré el camino.*

*Paz."*

Permiso otorgado por Jessie Flynn, Diócesis de Metuchen, New Jersey

*Un dedo cortado  
está entumecido antes de sangrar,  
Sangra antes de doler,  
Duele hasta que empieza a sanar.  
Forma una costra y pica hasta que  
finalmente, la costra desaparece y  
queda una pequeña marca donde  
una vez hubo una herida.*

*El dolor es la herida más profunda  
que jamás ha tenido. Como un  
dedo cortado,  
pasa por etapas y  
deja huella.*

Autor anónimo

