Custodia el corazón

Queridos diocesanos:

En este “Año Jubilar de la Misericordia”, en el que estamos llamados a “ser misericordiosos como el Padre es misericordioso” (Lc 6,36), siguiendo al Santo Padre el Papa Francisco, quiero entregaros este libreto con algunas enseñanzas de Nuestro Señor Jesucristo y los contenidos básicos de nuestra fe.

Puede ser un instrumento, para que, de forma sencilla, podamos actualizar y revitalizar la vida cristiana, y encontrarnos con “el rostro de la misericordia”, el rostro de Jesús, que nos lleve, a ser también nosotros misericordiosos.

Tenemos por delante un tiempo propicio, año de misericordia y gracia para dejarnos mirar por Jesús. Tiempo para experimentar el amor del Señor, para dejarnos abrazar y sanar por Él en el sacramento del perdón; para sentir su presencia real y su fuerza en la celebración de la Eucaristía y en los momentos de adoración Eucarística.

En definitiva, como dice el Papa Francisco en la Bula de convocación del Jubileo Extraordinario de la Misericordia: “¡Cómo deseo que los años por venir estén impregnados de misericordia para poder ir al encuentro de cada persona llevando la bondad y la ternura de Dios…! ¡Este es el tiempo oportuno para cambiar de vida! Este es el tiempo para dejarse tocar el corazón. En este Jubileo dejémonos sorprender por Dios… Que en este año Jubilar la Iglesia se convierta en el eco de la Palabra de Dios que resuena fuerte y decidida como palabra y gesto de perdón, de soporte, de ayuda, de amor. Que nunca se canse de ofrecer misericordia y sea siempre paciente en el confortar y perdonar. Que la Iglesia se haga voz de cada hombre y mujer y repita con confianza y sin descanso: Acuérdate, Señor, de tu misericordia y de tu amor; que son eternos (Sal 25,6)”.

+ José Mazuelos Pérez
Obispo Asidonia- Jerez

ENSEÑANZAS DE JESÚS

Bienaventuranzas evangélicas (Mt 5, 3-11)

«Bienaventurados los pobres en el espíritu, porque de ellos es el reino de los cielos. Bienaventurados los mansos, porque ellos heredarán la tierra. Bienaventurados los que lloran, porque ellos serán consolados. Bienaventurados los que tienen hambre y sed de la justicia, porque ellos quedarán saciados. Bienaventurados los misericordiosos, porque ellos alcanzarán misericordia. Bienaventurados los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios. Bienaventurados los que trabajan por la paz, porque ellos serán llamados hijos de Dios. Bienaventurados los perseguidos por causa de la justicia, porque de ellos es el reino de los cielos. Bienaventurados vosotros cuando os insulten y os persigan y os calumnien de cualquier modo por mi causa. Alegraos y regocijaos, porque vuestra recompensa será grande en el cielo, que de la misma manera persiguieron a los profetas anteriores a vosotros.

Sed perfectos (Mt 5, 46-48)

Porque, si amáis a los que os aman, ¿qué premio tendréis? ¿No hacen lo mismo también los publicanos? Y, si saludáis solo a vuestros hermanos, ¿qué hacéis de extraordinario? ¿No hacen lo mismo también los gentiles? Por tanto, sed perfectos, como vuestro Padre celestial es perfecto.

Perdonad (Mt 6, 14-15)

Porque si perdonáis a los hombres sus ofensas, también os perdonará vuestro Padre celestial, pero si no perdonáis a los hombres, tampoco vuestro Padre perdonará vuestras ofensas.

Acumulad tesoros en el cielo (Mt 6, 19-21)

No atesoréis para vosotros tesoros en la tierra, donde la polilla y la carcoma los roen y donde los ladrones abren boquetes y los roban. Haceos tesoros en el cielo, donde no hay polilla ni carcoma que los roen, ni ladrones que abren boquetes y roban. Porque donde está tu tesoro, allí estará tu corazón.

No juzguéis (Mt 7, 1-2)

No juzguéis, para que no seáis juzgados. Porque seréis juzgados como juzguéis vosotros, y la medida que uséis, la usarán con vosotros.

La regla de oro (Mt 7, 12)

Así, pues, todo lo que queráis que haga la gente con vosotros, hacedlo vosotros con ella; pues esta es la Ley y los Profetas.

Haced la voluntad del Padre (Mt 7, 21)

No todo el que me dice “Señor, Señor” entrará en el reino de los cielos, sino el que hace la voluntad de mi Padre que está en los cielos.

Un mandamiento nuevo (Jn 13, 34-35)

Os doy un mandamiento nuevo: que os améis unos a otros; como yo os he amado, amaos también unos a otros. En esto conocerán todos que sois discípulos míos: si os amáis unos a otros».

LA FE DE LA IGLESIA

El Credo - Símbolo de los apóstoles

Creo en Dios, Padre Todopoderoso, Creador del cielo y de la tierra.
Creo en Jesucristo su único Hijo Nuestro Señor,
que fue concebido por obra y gracia del Espíritu Santo.
Nació de Santa María Virgen,
padeció bajo el poder de Poncio Pilato,
fue crucificado, muerto y sepultado, descendió a los infiernos, al tercer día resucitó de entre los muertos,
subió a los cielos y está sentado a la derecha de Dios Padre, todopoderoso.
Desde allí va a venir a juzgar a vivos y muertos.
Creo en el Espíritu Santo, la Santa Iglesia católica,
la comunión de los santos, el perdón de los pecados, la resurrección de la carne y la vida eterna. Amén

Los misterios principales de la fe

Unidad y Trinidad de Dios. Encarnación, Pasión, Muerte y Resurrección de nuestro Señor Jesucristo.

LAS TRES VIRTUDES TEOLOGALES

Fe

La fe es la virtud teologal por la que creemos en Dios y en todo lo que Él nos ha dicho y revelado, y que la Santa Iglesia nos propone, porque Él es la verdad misma. Por la fe “el hombre se entrega entera y libremente a Dios” (DV 5). Por eso el creyente se esfuerza por

conocer y hacer la voluntad de Dios. “El justo [...] vivirá por la fe” (Rm 1, 17). La fe viva “actúa por la caridad” (Ga 5, 6).

Esperanza

La esperanza es la virtud teologal por la que aspiramos al Reino de los cielos y a la vida eterna como felicidad nuestra, poniendo nuestra confianza en las promesas de Cristo y apoyándonos no en nuestras fuerzas, sino en los auxilios de la gracia del Espíritu Santo.

Caridad

La caridad es la virtud teologal por la cual amamos a Dios sobre todas las cosas por Él mismo y a nuestro prójimo como a nosotros mismos por amor de Dios.
Jesús hace de la caridad el mandamiento nuevo (cf Jn 13, 34). Amando a los suyos “hasta el fin” (Jn 13, 1), manifiesta el amor del Padre que ha recibido. Amándose unos a otros, los discípulos imitan el amor de Jesús que reciben también en ellos.

LOS SIETE SACRAMENTOS

Bautismo

El Bautismo perdona el pecado original, todos los pecados personales y todas las penas debidas al pecado; hace participar de la vida divina trinitaria mediante la gracia santificante, la gracia de la justificación que incorpora a Cristo y a su Iglesia; hace participar del sacerdocio de Cristo y constituye el fundamento de la comunión con los demás cristianos; otorga las virtudes teologales y los dones del Espíritu Santo. El bautizado pertenece para siempre a Cristo: en efecto, queda marcado con el sello indeleble de Cristo.

Confirmación

El efecto de la Confirmación es la especial efusión del Espíritu Santo, tal como sucedió en Pentecostés. Esta efusión imprime en el alma un carácter indeleble y otorga un crecimiento de la gracia bautismal; arraiga más profundamente la filiación divina; une más fuertemente con Cristo y con su Iglesia; fortalece en el alma los dones del Espíritu Santo; concede una fuerza especial para dar testimonio de la fe cristiana.

Eucaristía

La Eucaristía es el sacrificio mismo del Cuerpo y de la Sangre del Señor Jesús, que Él instituyó para perpetuar en los siglos, hasta su segunda venida, el sacrificio de la Cruz, confiando así a la Iglesia el memorial de su Muerte y Resurrección. Es signo de unidad, vínculo de caridad y banquete pascual, en el que se recibe a Cristo, el alma se llena de gracia y se nos da una prenda de la vida eterna.
Jesucristo está presente en la Eucaristía de modo único e incomparable. Está presente, en efecto, de modo verdadero, real y sustancial: con su Cuerpo y con su Sangre, con su Alma y su Divinidad. Cristo, todo entero, Dios y hombre, está presente en ella de manera sacramental, es decir, bajo las especies eucarísticas del pan y del vino. Cristo: Dios y hombre.
La Eucaristía es el banquete pascual porque Cristo, realizando sacramentalmente su Pascua, nos entrega su Cuerpo y su Sangre, ofrecidos como comida y bebida, y nos une con Él y entre nosotros en su sacrificio.

Penitencia

Los efectos del sacramento de la Penitencia son: la reconciliación con Dios y, por tanto, el perdón de los pecados; la reconciliación con la Iglesia; la recuperación del estado de gracia, si se había perdido; la remisión de la pena eterna merecida a causa de los pecados mortales y, al menos en parte, de las penas temporales que son consecuencia del pecado; la paz y la serenidad de conciencia y el consuelo del espíritu; el aumento de la fuerza

espiritual para el combate cristiano.

Unción de los enfermos

El sacramento de la Unción confiere una gracia particular, que une más íntimamente al enfermo a la Pasión de Cristo, por su bien y por el de toda la Iglesia, otorgándole fortaleza, paz, ánimo y también el perdón de los pecados, si el enfermo no ha podido confesarse. Además, este sacramento concede a veces, si Dios lo quiere, la recuperación de la salud física. En todo caso, esta Unción prepara al enfermo para pasar a la Casa del Padre.

Orden

Orden indica un cuerpo eclesial, del que se entra a formar parte mediante una especial consagración (Ordenación), que, por un don singular del Espíritu Santo, permite ejercer una potestad sagrada al servicio del Pueblo de Dios en nombre y con la autoridad de Cristo.
El sacramento del Orden se compone de tres grados, que son insustituibles para la estructura orgánica de la Iglesia: el episcopado, el presbiterado y el diaconado.

Matrimonio

El sacramento del Matrimonio crea entre los cónyuges un vínculo perpetuo y exclusivo. Dios mismo ratifica el consentimiento de los esposos. Por tanto, el Matrimonio rato y consumado entre bautizados no podrá ser nunca disuelto. Por otra parte, este sacramento confiere a los esposos la gracia necesaria para alcanzar la santidad en la vida conyugal y acoger y educar responsablemente a los hijos.

LA LUZ DEL ESPIRITU DE CRISTO

“El Espíritu mismo es «el don de Dios» por excelencia (cf. Jn 4, 10), es un regalo de Dios, y, a su vez, comunica diversos dones espirituales”. **Papa Francisco, 9 de abril de 2014**.

Los siete dones del Espíritu Santo

1. Sabiduría
2. Entendimiento
3. Consejo
4. Fortaleza
5. Ciencia
6. Piedad
7. Temor de Dios

Los doce frutos del Espíritu Santo

1. Amor
2. Alegría
3. Paz
4. Paciencia
5. Longanimidad
6. Bondad
7. Benignidad
8. Mansedumbre
9. Fe
10. Modestia
11. Continencia
12. Castidad

MANDAMIENTOS Y PRECEPTOS

Los diez mandamientos

Yo soy el Señor tu Dios:
1. Amarás a Dios sobre todas las cosas.
2. No tomarás el nombre de Dios en vano.
3. Santificarás las fiestas
4. Honrarás a tu padre y a tu madre.
5. No matarás
6. No cometerás actos impuros.
7. No robarás.
8. No darás falso testimonio ni mentirás.
9. No consentirás pensamientos ni deseos impuros.
10. No codiciarás los bienes ajenos.

Los cinco mandamientos de la Iglesia

1. Oír misa entera todos los domingos y fiestas de guardar.
2. Confesar los pecados mortales al menos una vez al año, y en peligro de muerte, y si se ha de comulgar.
3. Comulgar al menos por Pascua de Resurrección.
4. Ayunar y abstenerse de comer carne cuando lo manda la Santa Madre Iglesia.
5. Ayudar a la Iglesia en sus necesidades.

OBRAS DE MISERICORDIA

Las siete obras de misericordia corporales

1. Visitar y cuidar a los enfermos.
2. Dar de comer al hambriento.
3. Dar de beber al sediento.
4. Dar posada al peregrino.
5. Vestir al desnudo.
6. Redimir al cautivo.
7. Enterrar a los muertos.

Las siete obras de misericordia espirituales

1. Enseñar al que no sabe.
2. Dar buen consejo al que lo necesita.
3. Corregir al que yerra.
4. Perdonar las injurias.
5. Consolar al triste.
6. Sufrir con paciencia los defectos de los demás.
7. Rogar a Dios por vivos y difuntos.

VIRTUDES Y PECADOS CAPITALES

Las cuatro virtudes cardinales

1. Prudencia
2. Justicia
3. Fortaleza
4. Templanza

Los siete pecados capitales

1. Soberbia
2. Avaricia
3. Lujuria
4. Ira
5. Gula
6. Envidia
7. Pereza

PRÁCTICAS ESPIRITUALES

La "lectio divina" - La lectura espiritual
Papa Francisco, Evangelii Gaudium, nn. 152-153

Hay una forma concreta de escuchar lo que el Señor nos quiere decir en su Palabra y de dejarnos transformar por el Espíritu. Es lo que llamamos «lectio divina». Consiste en la lectura de la Palabra de Dios en un momento de oración para permitirle que nos ilumine y nos renueve. Esta lectura orante de la Biblia no está separada del estudio que realiza el predicador para descubrir el mensaje central del texto; al contrario, debe partir de allí, para tratar de descubrir qué le dice ese mismo mensaje a la propia vida. La lectura espiritual de un texto debe partir de su sentido literal. De otra manera, uno fácilmente le hará decir a ese texto lo que le conviene, lo que le sirva para confirmar sus propias decisiones, lo que se adapta a sus propios esquemas mentales. Esto, en definitiva, será utilizar algo sagrado para el propio beneficio y trasladar esa confusión al Pueblo

de Dios. Nunca hay que olvidar que a veces «el mismo Satanás se disfraza de ángel de luz» (2 Co 11,14).

En la presencia de Dios, en una lectura reposada del texto, es bueno preguntar, por ejemplo: «Señor, ¿qué me dice a mí este texto? ¿Qué quieres cambiar de mi vida con este mensaje? ¿Qué me molesta en este texto? ¿Por qué esto no me interesa?», o bien: «¿Qué me agrada? ¿Qué me estimula de esta Palabra? ¿Qué me atrae? ¿Por qué me atrae?». Cuando uno intenta escuchar al Señor, suele haber tentaciones. Una de ellas es simplemente sentirse molesto o abrumado y cerrarse; otra tentación muy común es comenzar a pensar lo que el texto dice a otros, para evitar aplicarlo a la propia vida. También sucede que uno comienza a buscar excusas que le permitan diluir el mensaje específico de un texto. Otras veces pensamos que Dios nos exige una decisión demasiado grande, que no estamos todavía en condiciones de tomar. Esto lleva a muchas personas a perder el gozo en su encuentro con la Palabra, pero sería olvidar que nadie es más paciente que el Padre Dios, que nadie comprende y espera como Él. Invita siempre a dar un paso más, pero no exige una respuesta plena si todavía no hemos recorrido el camino que la hace posible. Simplemente quiere que miremos con sinceridad la propia existencia y la presentemos sin mentiras ante sus ojos, que estemos dispuestos a seguir creciendo, y que le pidamos a Él lo que todavía no podemos lograr.

Corazones vigilantes
Papa Francisco, meditación en Santa Marta, 10 de octubre de 2014

¿Custodiamos bien nuestro corazón? es preciso «custodiar este tesoro en el que habita el Espíritu Santo, para que no entren otros espíritus». «Cuántas veces entran los malos pensamientos, las malas intenciones, los celos, las envidias. Tantas cosas que entran. Pero, ¿quién abrió esa puerta? ¿Por dónde entraron?». Y si no nos damos cuenta a quién hacemos entrar en nuestro corazón, este «se convierte en una plaza por donde todos van y vienen». Falta la intimidad. Y allí «el Señor no puede hablar y ni siquiera ser escuchado».

En este sentido, es recomendable la práctica, muy antigua «pero buena», del examen de conciencia.
«Quién de nosotros a la noche, antes de terminar el día, cuando se queda solo» y en silencio, «no se pregunta: ¿qué sucedió hoy en mi corazón? ¿Qué sucedió? ¿Qué cosas pasaron por mi corazón?».
Es un ejercicio importante, una verdadera «gracia» que puede ayudarnos a ser buenos custodios. Porque, como recordó el Papa, «los diablos vuelven siempre, incluso hasta el final de la vida». Es un ejercicio importante, una verdadera «gracia» que puede ayudarnos a ser buenos custodios. Porque, como recordó el Papa, «los diablos vuelven siempre, incluso hasta el final de la vida». Y para vigilar que los demonios no entren en nuestro corazón es necesario saber «estar en silencio ante nosotros mismos y ante Dios», para verificar si en nuestra casa «entró alguien» que no conocemos y si «la llave está en su lugar». El Papa concluyó diciendo que esto «nos ayudará a defendernos de muchas maldades, incluso de las que nosotros mismos podamos realizar».

CONFESIÓN Y PERDÓN DE LOS PECADOS

Por qué confesarse

¡Porque somos pecadores! Es decir, pensamos y actuamos de modo contrario al Evangelio. Quien dice estar sin pecado es un mentiroso o un ciego. En el sacramento Dios Padre perdona a quienes, habiendo negado su condición de hijos, se confiesan de sus pecados y reconocen la misericordia de Dios. Puesto que el pecado de uno solo daña al cuerpo de Cristo que es la Iglesia, el sacramento tiene también como efecto la reconciliación con los hermanos.

Cómo confesarse

No es siempre fácil confesarse: no se sabe que decir, se cree que no es necesario dirigirse al sacerdote…Tampoco es fácil confesarse bien: hoy como ayer, la dificultad más grande es la exigencia de orientar de nuevo nuestros pensamientos, palabras y acciones que, por nuestra culpa, nos distancian del evangelio. Es necesario «un camino de auténtica conversión, que lleva consigo un aspecto "negativo" de liberación del pecado, y otro aspecto "positivo" de elección del bien enseñado por el Evangelio de Jesús. Este es el contexto para la digna celebración del sacramento de la Penitencia. El camino a recorrer, comienza por la escucha de la voz de Dios y prosigue con el examen de conciencia, el arrepentimiento y el propósito de la enmienda, la invocación de la misericordia divina que se nos concede gratuitamente mediante la absolución, la confesión de los pecados al sacerdote, la satisfacción o cumplimiento de la penitencia impuesta, y finalmente, con la alabanza a Dios por medio de una vida renovada.

Qué confesar

«El que quiere obtener la reconciliación con Dios y con la Iglesia debe confesar al sacerdote todos los pecados graves que no ha confesado aún y de los que se acuerda tras examinar cuidadosamente su conciencia. Sin ser necesaria, de suyo, la confesión de las faltas veniales está recomendada vivamente por la Iglesia». (Catecismo de la Iglesia Católica, 1493)

Examen de conciencia

Consiste en interrogarse sobre el mal cometido y el bien emitido: hacia Dios, el prójimo y nosotros mismos.

En relación a Dios

¿Solo me dirijo a Dios en caso de necesidad? ¿Participo regularmente en la Misa los domingos y días de fiesta? ¿Comienzo y termino mi jornada con la oración? ¿Blasfemo en vano el nombre

de Dios, de la Virgen, de los santos? ¿Me he avergonzado de manifestarme como católico? ¿Qué hago para crecer espiritualmente, cómo lo hago, cuándo lo hago? ¿Me revelo contra los designios de Dios? ¿Pretendo que Él haga mi voluntad?

En relación al prójimo

¿Sé perdonar, tengo comprensión, ayudo a mi prójimo? ¿Juzgo sin piedad tanto de pensamiento como con palabras? ¿He calumniado, robado, despreciado a los humildes y a los indefensos? ¿Soy envidioso, colérico, o parcial? ¿Me avergüenzo de la carne de mis hermanos, me preocupo de los pobres y de los enfermos? ¿Soy honesto y justo con todos o alimento la cultura del descarte? ¿Incito a otros a hacer el mal? ¿Observo la moral conyugal y familiar enseñada por el Evangelio? ¿Cómo cumplo mi responsabilidad de la educación de mis hijos? ¿Honoro a mis padres? ¿He rechazado la vida recién concebida? ¿He colaborado a hacerlo? ¿Respeto el medio ambiente?

En relación a mí mismo

¿Soy un poco mundano y un poco creyente? ¿Cómo, bebo, fumo o me divierto en exceso? ¿Me preocupo demasiado de mi salud física, de mis bienes? ¿Cómo utilizo mi tiempo? ¿Soy perezoso? ¿Me gusta ser servido? ¿Amo y cultivo la pureza de corazón, de pensamientos, de acciones? ¿Nutro venganzas, alimento rencores? ¿Soy misericordioso, humilde, y constructor de paz?

Acto de contrición

Jesús, mi Señor y Redentor, yo me arrepiento de todos los pecados que he cometido hasta hoy, y me pesa de todo corazón porque con ellos he ofendido a un Dios tan bueno. Propongo firmemente no volver a pecar y confío en que por tu infinita misericordia me has de conceder el perdón de mis pecados, y me has de llevar a la vida eterna.

PARA LECTURA Y REFLEXIÓN

- BULA MISERICORDIAE VULTUS, *"El Rostro de la Misericordia"* del Papa Francisco.
- Plan Pastoral Diocesano, curso 2015-2016.
- Encíclica de S. Juan Pablo II, *Dives in Misericodia*.
- Exhortación de S. Juan Pablo II, *Reconciliatio et Paenitentia*.
- Encíclica de Benedicto XVI, *Deus Caritas Est*.
- Conferencia Episcopal Española, Instrucción Pastoral *"Dejaos reconciliar por Dios"*.
- Conferencia Episcopal Española, Instrucción Pastoral *"Iglesia servidora de los pobres".*

"Tenemos que convertirnos en cristianos valientes"

Francisco

Este libro de bolsillo fue entregado como regalo del Papa Francisco a los peregrinos que acudieron al rezo del Ángelus en la Plaza de San Pedro el 22 de febrero de 2015. Explicó que "este libro recopila algunas enseñanzas de Jesús y los contenidos esenciales de nuestra fe".

El texto original fue publicado en italiano.

Puerta Santa de la Catedral de Jerez

JUBILEO EXTRAORDINARIO DE LA MISERICORDIA

8 de diciembre de 2015 - 20 de noviembre de 2016