

**El Señor abre su corazón a los que sufren
y salvará la vida de los justos** (Sal 37)

La mirada de Dios se dirige en primer lugar a los pobres,
Aprendamos de Él a mirar y nos haremos justos.

**Señor, no dejes que los que buscan el mal
se salgan con la suya** (Sal 140)

Pedimos justicia a Dios pues sabemos que el mal y el dolor
campan a sus anchas por el mundo.

Alégrate en el Señor, porque su amor llena la tierra (Sal 33)

Le pedimos a nuestro corazón que sepa ver las señales que deja el amor
de Dios en las cosas y en las personas que nos rodean.

Muéstrame, Señor, tus caminos, guíame por tus sendas (Sal 25)

Es muy fácil cegarse por interés, por rencor, por dejadez...
¿Qué quieres que haga por ti? Que vea.

Que tu gloria alcance a toda la tierra (Sal 57)

Deseamos que el trabajo del Señor sobreabunde sobre lo que se opone a
Él y todo pueda mostrar el amor y la vida con que cada cosa y persona
ha sido pensada cuando Dios la llamó a la existencia.



A veces pensamos que la fe se tiene o no se tiene. Pero esto es demasiado simple. A la fe le pasa lo mismo que al amor, debe vivirse de continuo como invitación a *una relación* cada vez más profunda. Por eso solo alcanza su verdad en la medida que se trabaja. De otra forma la fe pierde forma, fuerza, verdad en el corazón del creyente.

A veces las ideas sobre Dios parecen irreales, a veces los sentimientos parecen esfumarse, pero Dios es más que las ideas sobre Él y más que el sentimiento de su presencia. Dios existe para nosotros como creador, dador de vida, aliento interno de esperanza, fuerza de amor sobreabundante, aun cuando no lo sepamos, no lo sintamos o no lo creamos. La fe es una relación de vida con Dios una relación que se basa en la entrega. Tener fe significa abrirse al encuentro con esta presencia siempre escondida y siempre cercana; agradecerla, confiarse a ella, acogerla como dirección de la propia existencia.

Por eso la única manera de cuidarla es la práctica de la oración cotidiana. Darnos un tiempo para reconocernos ante Dios, incluso si a veces no lo sentimos, porque de lo que hablamos es de fe. Darnos un tiempo para ponernos en sus manos, incluso si a veces la fuerza de la vida y sus contradicciones parece que no le dejan espacio de existencia.

En los salmos muchos creyentes nos han dejado palabras que Dios ha aceptado como caminos hacia Él, por eso para los creyentes son tan importantes. Este mes te proponemos utilizar algunos versos-oración de los salmos para sostener y ensanchar tu fe como relación con Dios.

Durante algunos minutos al día (entre 5 y 15 minutos) repite uno de esos versos-oración centrando tu corazón en Dios. Al lado de cada verso-oración te ofrecemos una sugerencia por si te ayuda, aunque de lo que se trata es de estar con el Señor no de encontrar ideas sobre Él.

Antes de empezar, pide el don de la oración, reconocer su presencia, su **misericordia, su salvación...** y repite el verso al ritmo de la respiración. Puedes hacerlo sentado en un lugar tranquilo con una pequeña vela encendida o mientras vas de camino a algún sitio (**a la compra, al trabajo...**). Acuérdate de que en tus palabras rezas tú y toda la humanidad contigo.

**De la salida del sol hasta el ocaso
alabado sea el nombre del Señor** (Sal 113)

Con este verso te situas ante Dios que regala su creación a todos, que la sostiene, la cuida y le da futuro a pesar de sus contradicciones.

**Señor, tu misericordia es eterna
No abandones la obra de tus manos** (Sal 138)

Conscientes de nuestros fracasos, miserias y torpezas, y confiados en la fidelidad de Dios, le pedimos futuro de vida y gloria.

**Feliz el hombre que no sigue el consejo de los malvados,
sino que medita la Palabra de Dios día y noche** (Sal 1)

Ante Dios nos recordamos a nosotros mismos donde está el camino de la verdadera vida.

**Señor, Dios nuestro,
qué admirable es tu nombre en toda la tierra** (Sal 8)

Nuestra mirada parece atraída siempre por lo peor, pero el mundo está lleno de signos de belleza y vida para los que saben mirar.

Señor, alza tu mano y no te olvides de los humildes (Sal 10)

No siempre la vida es justa, por eso pedimos a Dios que no nos deje desesperar y nos proteja del mal.

Tú eres mi bien, no hay nada comparable contigo (Sal 16)

Reconocemos ante el Señor que todo es efímero y que lo bueno procede de Él que es el mismo Bien, y solo en Él se conserva

**Escóndeme a la sombra de tus alas,
protégeme de los malvados** (Sal 18)

Conociendo las tentaciones y las dificultades de la vida, sabiendo de nuestra debilidad, pedimos la compañía protectora del Señor.

**Guárdame del orgullo,
que te agraden mis palabras y mis pensamientos** (Sal 19)

Pocas cosas son más difíciles que controlar nuestras propias palabras, sobre todo cuando nos sentimos amenazados por los demás.

Muéstrame, Señor, tus caminos, guíame por tus sendas (Sal 25)

En cada momento tenemos que decidir, incluso sin darnos cuenta. Pedimos al Señor que sepamos hacerlo para bien.

**Espera en el Señor, sé fuerte,
ten ánimo, espera en el Señor** (Sal 27)

Muchas situaciones nos hacen dudar de nosotros mismos y del futuro. Con este verso invitamos a nuestro corazón a permanecer en la confianza. El Señor está de nuestra parte.

Reconozco mi culpa, ten piedad de mí (Sal 51)

En el Señor siempre podemos rehacer nuestra vida.

**Alma mía, recobra tu calma
que el Señor te acompaña en tus angustias** (Sal 114)

Con la mente puesta en Cristo crucificado buscamos su compañía para encontrar la paz del corazón.

Señor en ti confío, mi destino está en tus manos (Sal 31)

Con la mente puesta en Cristo resucitado reafirmamos nuestra esperanza el futuro que Dios nos ha prometido.

