

# Vida Interior

**OCTUBRE DE 2022**



Estamos llamados a construir Humanidad



## ESCUCHA LA LLAMADA

- El Hogar Jesús Redentor cuenta con nuestra ayuda, iniciemos con alegría la preparación de su Navidad.
- Invitemos a nuestros amigos, familiares a vivir la Experiencia de Cristo Resucitado para el año 2023

DÍA	EVENTOS
Octubre 1	Santa Teresa del Niño Jesús
Octubre 4	San Francisco de Asís
Octubre 6	<b>Reunión de Representantes de comunidades</b>
Octubre 7	Nuestra Señora del Rosario
Octubre 14 al 17	<b>Retiro Espiritual en la Ceja – Valor \$400.000 – protocolo 30 Personas – Cuenta para consignar Ahorros Bancolombia No. 1019-2736-154</b>
Octubre 21	Santa Laura Montoya
Octubre 22	San Juan Palo II
Octubre 27	<b>Compartir de Comunidades y Evangelizadores</b>
	<b>Recordemos el Santo Rosario en comunidad, todos los miércoles del mes, en horario de 8 p.m. virtual</b>



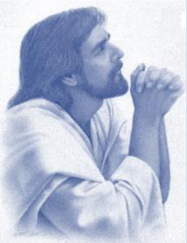
La familia de Vida Interior da sus condolencias a los miembros que han experimentado la Resurrección de sus seres queridos:  
*«Señor, ten compasión de nosotros; pues en ti esperamos. Sé nuestra fortaleza cada mañana, nuestra salvación en tiempo de angustia» Is 33,2*

*Tengamos en cuenta el primer mandamiento del Trabajo en Grupo*



**1. Pare la oreja**

Escuche atentamente lo que dicen los demás



## ORACIÓN

**LUCAS 21, 1-4**

*Modalidad de Oración: Que quiere Dios de mí*

### La Oración de Jesús

“Dime como oras y te diré quién eres”



Necesitas tiempo para estar sereno.  
Necesitas tiempo para orientar la antena. (En la presencia del Señor)  
Necesitas tiempo para escuchar. (Silencio interior).  
Necesitas tiempo para sacar todo de ti mismo. (Tomar conciencia de los obstáculos que impiden la acción creadora de Dios).

***“Rico es el que sabe que su vida y su tiempo le pertenecen a Dios”***

Dios te regala cada día 24 horas para ti

¿Tú, cuántos minutos del día le regalas a Él?

¿Estás satisfecho con el tiempo que le regalas?

¿Te gusta tu forma de orar?

Señala en el reloj como repartes tu tiempo en un día normal



Todo tiene su momento oportuno; hay un tiempo para todo lo que se hace bajo el cielo.

Eclesiastés 3:1



Jesús tenía certeza de que Dios estaba en Él y en todo su ser humano. Por eso para orar Jesús entra en contacto con Dios mismo en Él; se comunica con Él de tú a tú. Jesús siente la realidad de Dios en Él y por eso su relación con Dios es directa, es de inmediatez.

**¿Para qué ORA Jesús?** Jesús oraba única y exclusivamente para acertar hacer lo que Dios quiere ahora, no que hago mañana o pasado mañana sino AHORA.

Esto quiere decir que entre lo que Jesús HACE y la ORACIÓN hay una relación directa.

**¿Qué HACE Jesús?** Jesús es un ser absolutamente volcado en función de las personas débiles, enfermas, agobiadas, tristes, excluidos, impuros, pecadores; eso es lo que hace y lo que Dios quiere de Jesús. **O sea que cuando yo oro como Jesús es para acertar hacer lo que yo tengo que hacer con el “otro” lo que aparece en la oración de Jesús es el “otro”.**

**¿Cuál otro?** Él que te necesita, en resumen. Jesús ora mucho.

**¿Cómo?** poniéndose en comunicación con Dios que está en Él.

**¿Para qué?** Para acertar hacer lo que Dios quiere.

Para dejarse guiar hacia donde Dios quiere.

**¿Cuándo?** En el momento siguiente, la oración no es para proyectar el futuro, es para hacerla inmediatamente.

**¿Qué siente?** El impulso de Dios hacia los otros.

Hacia los más frágiles que visualiza Jesús en su oración. Personas

**¿Qué personas?** Su mamá, su papá, sus vecinos, compañeros de trabajo, el que pasa junto a Él.

**Si ustedes quieren saber si están orando como Jesús, es que están visualizando personas. Esa es la oración porque el ser humano no tiene ningún sentido si no es el otro.**

*Fuente: Retiro Agosto 2015. Padre Gustavo Baena*

Los Evangelios nos muestran a un Jesús que ora sin cansarse y sin desfallecer: ora de madrugada, al terminar el trabajo y en cada una de las circunstancias de su vida.

Recordemos, lo único que hay que pedir al orar es Espíritu Santo. No podemos vivir sin orar. La fe se sostiene con la oración y los sacramentos.

Los Evangelios nos muestran que: Jesús oraba para saber cuál era la voluntad de su Padre, su testimonio es una invitación para que nosotros, criaturas frágiles, hagamos lo mismo

*Vida Interior Sesión # 9*

## PLAN DE LA SEMANA

**Orar cada día; única y exclusivamente para acertar hacer lo que Dios quiere ahora, no que hago mañana o pasado mañana, sino AHORA.**

## SEMILLAS QUE DEJAN HUELLA

Viernes Octubre 7 Lc 11, 15-26

Sábado Octubre 8 Ga 3, 22-29

Domingo Octubre 9 Lc 1, 11-19

Lunes Octubre 10 Sal 113(112), 1-7

Martes Octubre 11 Lc 11, 37-41

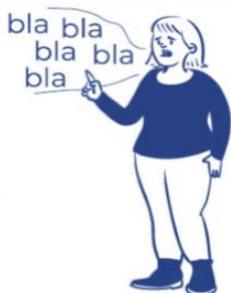
Miércoles Octubre 12 Lc 11, 42-46



**2ª SEMANA**

**OCTUBRE 13 DE 2022**

**2. No sea Latoso**  
Sea breve.  
No haga discurso



*Tengamos en cuenta el segundo mandamiento del Trabajo en Grupo*



## ORACIÓN

### MATEO 7, 7-11

Modalidad de Oración:  
**Que quiere Dios de mí**

## “NO TENGO TIEMPO”



Las situaciones son muchas. Los motivos para decir “no tengo tiempo” cambian de persona a persona. Unos, realmente válidos, indican que tenemos urgencias inderogables: si hay un familiar enfermo tenemos que ir al hospital y por eso decimos “no tengo tiempo” a quien nos pida algo en este momento. Otros, menos válidos (a veces fútiles) simplemente nacen de nuestras preferencias, gustos, planes personales.

Si preferimos un rato de televisión en vez de escuchar a un anciano que quiere ser atendido, no digamos “no tengo tiempo”. Seamos sinceros, y digamos, al otro y a nosotros mismos, que preferimos descansar en vez de ese gesto hermoso, pero a veces difícil, de ofrecer oídos, corazón y tiempo a quien nos lo pide.

### **MEDITEMOS EN LO SIGUIENTE:**

Señor, he salido a la puerta y fuera había hombres: iban, venían, marchaban, corrían...

Las bicicletas corrían, los coches corrían, los camiones corrían, la calle corría...

Corrían para no perder tiempo, corrían en persecución del tiempo, para atrapar el tiempo, para ganar tiempo...

Hasta luego Señor, excúsame, no tengo tiempo. Volveré a pasar, no puedo esperar, no tengo tiempo.

Termino esta carta, porque no tengo tiempo. Me hubiera gustado ayudarlos, pero no tenía tiempo. Imposible aceptar, me falta tiempo. Me gustaría rezar, pero no tengo tiempo.

Tú comprendes Señor, no tienen tiempo. De niños tienen que jugar y no les sobra tiempo, luego más tarde de chiquillos tienen que hacer sus deberes, no tienen tiempo; luego en el bachillerato tienen sus clases y tanto trabajo no tienen tiempo...

Más tarde de jóvenes hacen deporte, no tienen tiempo; más tarde recién casados tienen su casa, tienen que arreglarla, no tienen tiempo; más tarde ya padres de familia tienen sus hijos, no tienen tiempo, más tarde ya de mayores enferman, tienen que cuidarse, no tienen tiempo, más tarde ya están agonizando. No tienen tiempo, ¡demasiado tarde!  
¡Ya nunca tendrán tiempo!

Así los hombres corren persiguiendo el tiempo, Señor, pasan sobre la tierra corriendo: Apresurados, atropellados, sobrecargados, enloquecidos, desbordados y no llegan a nada jamás, les falta tiempo, a pesar de todos sus esfuerzos les falta tiempo, les llega incluso a faltar un horror de tiempo.

Oh Señor, Tú has debido equivocarte en tus cálculos, hay aún error general, las horas resultan demasiado cortas, los días se hacen demasiado cortos, las vidas son demasiado cortas.

Y Tu Señor que estas fuera del tiempo, sonrías al vernos batallar con él. Tú sabes lo que haces, Tú no te equivocas cuando distribuyes el tiempo a los Hombres. Tú das a cada uno el tiempo justo para hacer lo que quieres que haga.

Pero no conviene perder el tiempo, malgastar el tiempo, matar el tiempo, pues el tiempo es un regalo que Tu nos haces, pero un trágalo fugitivo que no se puede meter en una lata de conservas.

Señor, si tengo tiempo, tengo todo el tiempo mío, todo el que Tú me das, los años de mi vida, los días de mis años, las horas de mis días, todas enteras y mías.

A mí me toca llenarlas tranquilamente con calma, pero llenarlas bien enteras, hasta los bordes, para luego ofrecerlas y que de su agua desabrida Tu hagas un vino generoso, como hiciste en Cana para las bodas de los hombres.



Por eso esta noche Señor no te pido el tiempo de hacer esto y aquello y lo de más allá, te pido solamente la gracia de hacer bien a conciencia lo que quieres que haga en el tiempo que Tú me das.

Sólo cuando seamos sinceros y determinemos con claridad dónde se nos escapa el tiempo, qué gustos nos atan a banalidades o a cosas serias, pero no imprescindibles, cómo perdemos momentos preciosos de la propia vida en asuntos que satisfacen provisionalmente pero luego nos dejan descontentos y vacíos, podremos tener el valor de reorientar nuestras preferencias.

Si, además, abrimos el corazón a las luces de Dios, si dejamos purificar el alma de avaricias y perezas que nos atan al mundo y a la carne, descubriremos que sí hay tiempo, mucho tiempo, para ayudar, para acompañar, para servir, para amar, sobre todo a quienes viven a nuestro lado.

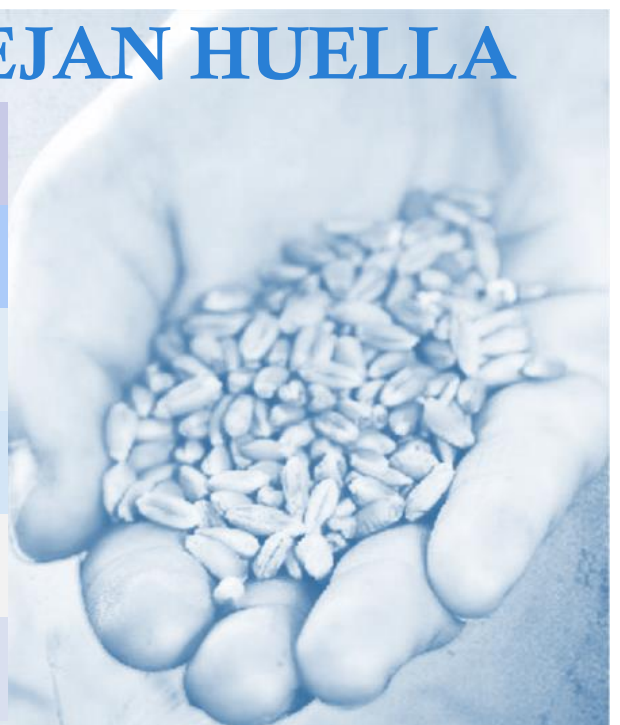
*Vida Interior Sesión #9 - Catholict.net - P. Fernando Pascual LC*

## PLAN DE LA SEMANA

**Cada día te pido solamente Señor la gracia de hacer bien a conciencia lo que quieres que haga en el tiempo que Tú me das.  
Saca tiempo para Dios que Él te da todo el tiempo del mundo**

## SEMILLAS QUE DEJAN HUELLA

Viernes	Octubre 14	Ef 1,11-14
Sábado	Octubre 15	Lc 12, 8-12
Domingo	Octubre 16	Lc 18, 1-8
Lunes	Octubre 17	Sal 100(99), 2-5
Martes	Octubre 18	Lc 10, 1-9
Miércoles	Octubre 19	Ef 3, 2-12



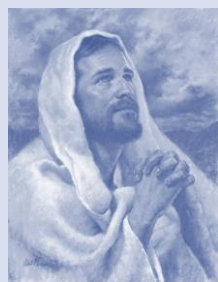


*Tengamos en cuenta el tercer mandamiento del Trabajo en Grupo*



### 3. Láncese al ruedo

No tema expresar sus propias opiniones. Usted siempre tiene algo que aportar



## ORACIÓN

**JUAN 20, 24-31**

Modalidad de Oración: **Lectio Divina**

### Parte III. El Acontecer de Dios en el ser humano

Recordemos segunda parte del tema:

2ª. Clave: Saber y Saborear la Biblia

3ª. Clave: Sentir

A continuación, veremos:



**CLAVE #4: PARA ENTENDER** como nos habla Dios a través de su Palabra. La palabra de Dios como orientación hacia hombre que está predispuesto a dejarse llevar por propios criterios, para ayudarlo a discernir por encima de sus intereses subjetivos... Para entender su mensaje podemos tener en cuenta que:

- a. Toda escritura es inspirada por Dios.
- b. La escritura es su historia, escrita con amor. Es la guía de Dios, dándonos instrucciones y principios para la vida de cada uno.
- c. A través de la Palabra podemos escuchar el corazón y la voz de Dios y saber cómo es Él.
- d. Fue escrita para toda la humanidad.
- e. En el pasado Dios hablo a través de los profetas. A.T.
- f. Después de la Pascua nos habla por medio de su Hijo...y es en el N.T. que se da cumplimiento al plan de Dios: El Evangelio: Buena Nueva.

- g. La Palabra de Dios puede venir como una advertencia, una bendición, o una verdad sobre nuestras vidas. Su Espíritu viene a vivir en nosotros.
- h. Cuando leemos la palabra, el Espíritu de Dios nos habla a través de nuestra conciencia y nos ayuda a tomar decisiones correctas, nos advierte y nos empuja a hacer lo correcto, a esto lo llamamos: Discernimiento.

El discernimiento es ese suave susurro que solo puede venir de Él, acompañado de su paz. Nos hace identificar estados de consolación y desolación. La Consolación es todo aquello que me da consuelo interior y produce paz, entonces experimento unidad: Dios y yo somos uno. La desolación, es lo que da desconsuelo, desasosiego interior, pereza, inquietud interior.

Para un buen discernimiento el Señor me propone:

- 1° Oración cotidiana
- 2° Un buen asesor espiritual
- 3° Examinar todo, para quedarme con: “de lo bueno lo mejor” (examen cotidiano)

**CLAVE # 5:** Entender que tanto en el A.T. como en el N.T. hay una serie de “FORMULAS DE FE” que se traducen en narraciones, historias, parábolas, salmos, dichos, oráculos proféticos, poesías, discursos, alegorías, enigmas, cartas y símbolos de las cuales lo que importa es: ponerlas en práctica y no quedarse con el acontecimiento sino con la intensidad teológica del que las narra.

Esta 5ª, Clave nos lleva a ir conociendo más y mejor la biblia incorporándola a nuestra vida de fe y oración. Y, para introducirnos en la lectura y oración específicamente con el A.T. y N. T

Dios ha querido comunicarse con nosotros y nos habla en la escritura, ellas son el alimento de la vida de todo cristiano. En el A.T. sus escritores fueron inspirados por Dios, el tema que se repite es: **Que Dios ama y salva a su pueblo.**

Al orar  
tú hablas con Dios  
y al leer la biblia,  
Él te habla a ti.



El N.T. es la mayor historia de amor de todos los tiempos, del amor de Dios por Israel, por la iglesia y por cada uno de nosotros.

La biblia es historia de Salvación y liberación, A.T. y N. T. van unidos

A.T. está lleno de expresiones de misericordia y ternura. El N.T. es la encarnación del poder espiritual de ese amor y de esa ternura de Dios, realizada para el hombre en su Hijo Jesús, como camino, verdad y vida. El A.T. representa la preparación para llegar a la auténtica vida cristiana que nos revela Jesús en el N. T.

En el A.T. encontramos enseñanzas maravillosas a cerca de Dios, sabiduría acerca del hombre, tesoros de oración, en él está escondido el misterio de Salvación. Es necesario leer el A.T. a la luz del N.T. y leer el N.T. a la luz del A.T.

## PLAN DE LA SEMANA

**Al hacer mi semilla diaria, pediré al Espíritu Santo me conceda la gracia de Sentir el Amor de Dios, en cada circunstancia de mi vida, sentirme llamado y amado por El**

## SEMILLAS QUE DEJAN HUELLA

Viernes	Octubre 21	Jr 31, 1-7
Sábado	Octubre 22	Lc 13, 1-9
Domingo	Octubre 23	Lc 18, 9-14
Lunes	Octubre 24	Sal 1, 1-4. 6
Martes	Octubre 25	Ef 5, 21-33
Miércoles	Octubre 26	Lc 13, 22-30



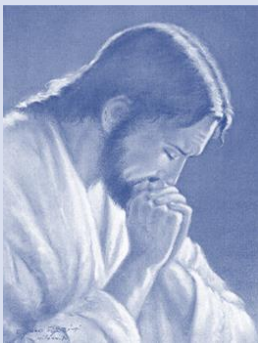


*Tengamos en cuenta el cuarto mandamiento del Trabajo en Grupo*

## 4. No meta la cucharada



No interrumpa cuando otros están hablando



## ORACIÓN

**JOB 1, 6-12**

Modalidad de Oración:  
**Cómo orar en concreto para cambiar mi vida cotidiana**

## El combate espiritual y las tentaciones



“Bienaventurado el varón que soporta la tentación”  
(Santiago 1, 12)

El combate espiritual, del teatino Don Lorenzo Scupoli, escrito a fines del siglo XVI, es uno de los más famosos tratados de vida espiritual, transcribimos aquí algunos trozos de su primer capítulo.

“La vida espiritual consiste en conocer la infinita grandeza y bondad de Dios, junto a un grande sentido de nuestra propia debilidad y tendencia para el mal; en amar a Dios, en humillarnos no solamente delante de Él sino, por Su causa, también delante de los hombres; en renunciar enteramente a nuestra propia voluntad para hacer la Suya.

Por eso, es necesario luchar constantemente contra uno mismo y emplear toda la fuerza para arrancar cada inclinación viciosa, incluso las triviales. Para obtener eso, se debe estar resuelto a una perpetua guerra contra sí mismo.

## **ARMAS ESPIRITUALES PARA EL COMBATE ESPIRITUAL**

### **1) Vigilancia.**

Permanece alerta y no dejes de orar, de esta forma, cuando venga la prueba podrás superar las tentaciones del demonio.

### **2) Identificar el ataque y admitir que está ocurriendo.**

Admitir el ataque de una manera tranquila. Descubrir al enemigo. Ignorar su presencia puede aumentar su poder sobre nosotros.

### **3) Evitar las ocasiones cercanas al pecado.**

A menudo somos tentados porque nos colocamos cerca de la ocasión de pecado, recuerda los proverbios: “¡No juegues con fuego!”,

### **4) No te descuides cuando te encuentres en estado de desolación espiritual.**

Cuando estamos en ese estado, San Ignacio nos da cuatro claves:  
• Más oración • Más meditación • Examina tu conciencia (examen cotidiano) • Algunos demonios solo son expulsados a través de la oración y la penitencia.

### **5) Usar Sacramentales**

El uso apropiado de sacramentales puede ser bastante eficaz en la batalla contra el demonio, en especial tres: El Escapulario de la Virgen del Carmen, la medalla de San Benito y el agua bendita.

### **6) Usar Jaculatorias: dardos de fuego que penetran el cielo.**

Algunos ejemplos: “Jesús en ti confío”, “Dulce corazón de María se la salvación del alma mía”, “Señor, sálvame”, “Señor ven a rescatarme”, “Jesús, ten misericordia de mi”...

### **7) Rechazar inmediatamente la tentación.**

Parte del problema en el combate espiritual es la respuesta lenta, debemos rechazar con valentía y firmeza la tentación desde el comienzo.

## 8) Evitar la pereza.

“La ociosidad es el taller del diablo”, Hagamos nuestro el lema de San Benito: “Ora et Labora”. Trabajar y orar.

## 9) Jesús en el desierto como Ejemplo Supremo: Sus tres armas.

Por supuesto nuestro mejor ejemplo para todo es Jesús, el diablo vino a tentarlo. Jesús conquistó al diablo con firmeza y facilidad, usando tres armas que debemos aprender a aplicar: la oración, el ayuno y el uso de la Palabra del Dios. La oración ferviente y prolongada, la renuncia constante a nosotros mismos a través de ayuno y abstinencia, y la familiaridad con la Palabra de Dios

## 10) Tener confianza ante tu director Espiritual.

Una vez más, el Maestro San Ignacio nos advierte de que al diablo le gusta el secretismo, si uno está en un profundo estado de desolación, abrirnos a un Director Espiritual puede ayudar a que conquistemos la tentación,

## 11) Recurrir a San Miguel Arcángel.

En nuestra batalla contra Satanás, debemos usar todas las armas en nuestro arsenal. Dios escogió a San Miguel Arcángel como el ángel fiel, el Príncipe de la Milicia Celestial Puedes rezar la oración “San Miguel Arcángel, defiéndenos en la batalla...”, o simplemente pide por su intercesión.

## 12) Acudir siempre a María Santísima.



En México, además de venerar a María, Nuestra Señora de Guadalupe como Patrona de México y de las Américas, ellos la honran con otro título: “La General del Ejército”. “Haré que haya una enemistad entre ti y la mujer, entre tu

descendencia y la suya. Ella te pisará la cabeza mientras tú herirás su talón.” (Génesis 3,15).





## PLAN DE LA SEMANA

Recuerda que tú eres dueño de tus actos, en la Palabra de Dios tienes la fortaleza y la mejor arma para librarte de la tentación y el pecado. ¡Ora y Dios te escuchará! No olvides tu semilla diaria y tu examen cotidiano

### SEMILLAS QUE DEJAN HUELLA

Viernes Octubre 28 Lc 6, 12-19

Sábado Octubre 29 Ef 1, 18-26

Domingo Octubre 30 Lc 19, 1-10

Lunes Octubre 31 Sal 131(130), 1-3

Martes Noviembre 1 Mt 5, 1-12

Miércoles Noviembre 2 Lc 23, 44-46.  
50. 52-53



“Cada parte de mi cuerpo  
cumple una misión  
Salvífica”

Consuelo Franco Salazar



# El Rosario Fiat

*La palabra Fiat fue sacada de las palabras que María pronunció al arcángel San Gabriel en la Anunciación.*

*El Papa Juan Pablo II dio permiso de promover este rosario que es más corto que el tradicional.*

*El número de Ave Marías en cada misterio es de 3 y el énfasis es puesto en los misterios de la vida de Cristo, meditando cada misterio; los misterios que se rezan son tres en vez de cinco.*

## MISTERIOS GOZOSOS (lunes y sábado)

1. La Anunciación del Ángel
2. La Visitación
3. El Nacimiento de Jesús

## MISTERIOS LUMINOSOS (jueves)

1. El Bautismo de Jesús
2. El anuncio del Reino de Dios
3. La Eucaristía

## MISTERIOS DOLOROSOS (martes y viernes)

1. La Agonía de Jesús en el Huerto
2. Jesús carga con la cruz
3. La Crucifixión de Jesús

## MISTERIOS GLORIOSOS (miércoles y domingo)

1. La Resurrección de Jesús
2. La Venida del Espíritu Santo
3. La Asunción de María a los Cielos.

---

Correo: [vidainterior1992@gmail.com](mailto:vidainterior1992@gmail.com)  
Facebook.com/Vida-Interior