

# despierta el corazón

27 febrero, sábado de la primera semana de cuaresma

Un corazón sano,  
un corazón feliz

## Motívate hoy

*Todos sabemos que la mejor solución para luchar contra las enfermedades es, sin duda alguna, la prevención. En este sentido es recomendable hacerse un chequeo general, una vez al año, para descartar cualquier posibilidad de enfermedad, aun no teniendo molestias ni síntomas de alguna anomalía. ¡Qué mejor momento que Cuaresma para hacerle una revisión! No hace falta ir al hospital.*

*Para este chequeo de tu corazón vas a ser tú mismo el que, abandonándote en brazos de Dios, vas a tener la posibilidad de conocer posibles anomalías, defectos que debes corregir o también virtudes que debes potenciar. ¿Que para qué sirve todo esto?. Te contesto con otra pregunta: ¿Qué darías por ser más feliz? Creo que merece la pena intentarlo...*

## Ora con la Palabra

Evita la tentación

Busca en la Biblia la cita completa o pincha en la imagen y accede a la lectura



## Reflexiona: chequeo cuaresmal a tu salud espiritual



**VISTA:** ¿Cómo miras a tus hermanos?, ¿con cariño, con indiferencia, con desconfianza? Tu mirada, ¿hasta dónde llega?, ¿a escasos centímetros de tu ombligo o eres capaz de mirar más allá de tu yo y llegar a él, a ellos? ¿Descubres a Dios en cada una de las personas que Él va poniendo en tu vida?



**VOZ:** Analiza tu vocabulario, ¿es rico en palabras amables, constructivas, de paz y de reconciliación o tu boca se ha convertido en un disparadero de palabras malsonantes y despreciativas? ¿Dejas que Dios, a menudo, ponga palabras en tus labios o... yo soy dueño y señor y me basto y me sobro?



**OÍDOS:** Dios nos ha dado dos oídos y una boca, precisamente para escuchar el doble de lo que hablamos... ¿Cómo vas en esta materia? ¿Escuchas a Dios, especialmente, en los gritos de tus hermanos más necesitados?



**MANOS:** ¿Puño cerrado para golpear la mesa o al hermano porque tú siempre llevas la razón o mano abierta para dar, ayudar, entregar?. ¿Manos en el bolsillo para no complicarte la vida o mano extendida para agarrar y levantar al hermano que está tirado en la cuneta?.



**PIES:** ¿Tus pies se dirigen siempre al lugar donde alguien te necesita o los tienes «bien educados» para no meterse en problemas? Si alguien se pierde, ¿puede volver a la senda correcta siguiendo tus huellas?



**CORAZÓN:** Si te hicieras un análisis de los indicadores vitales de tu corazón, ¿qué saldría? ¿abundancia de amor o de odio, de paz o de violencia, de amargura o de felicidad?

