

# Meditación-contemplación

Sin lucha no puede haber victoria.



## Oración

La tentación fundamental es hacer  
un dios a mi medida,  
Dejándonos llevar por una cómoda  
idolatría.

El antídoto es el Dios de Jesús,  
El Abba que me hace vivir su misma Vida.

## Ayuno

Si me creo solo biología y  
sicología individual,  
mi única meta será siempre el  
egoísmo.

Si descubro mi verdadero ser,  
surgirá dentro de mí la armonía y  
la capacidad de amar.



## Limosna

La relación con los demás es la  
pantalla de mi disco duro.  
Ella me dirá lo que de verdad hay  
dentro de mí  
Si no examino con cuidado lo que  
aparece al exterior,  
Nunca descubriré lo que tengo  
que cambiar dentro.



Fray Marcos