



† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ

## HOMILÍA MIERCOLES SANTO Capilla de la casa del Arzobispo de Panamá / Miércoles 8 de abril de 2020.

*Orar no cambia la voluntad de Dios nos cambia a nosotros*

Orar nos ayuda a interiorizar algo muy importante, que la teología cristiana ha ido conquistando poco a poco, y que todavía nos cuesta aceptar: **Dios no cambia**. Es siempre el mismo. **Dios es Amor**, y por consiguiente nos ama siempre, **ahora y en tiempos de más salud**, ahora y en **tiempos de mayor serenidad**.

Si Dios dejase de amar un solo instante dejaría de ser Dios. Si no amase a todos por igual -justos y pecadores- no tendría nada divino que aportar a la humanidad.

Por eso, orar, perdonar y dejarse perdonar nos ayudará a ir superando una religiosidad saturada de palabras y actitudes, contradictorias y arbitrarias, que buscan un Dios acomodaticio, mágico y ancestral, difícil de aceptar entre adultos, en el siglo XXI.

Oremos y dejaremos que Dios nos perdone, que nos de la gracia de perdonar y perdonarnos.

Desde esta perspectiva el Papa Francisco planteó el problema con que muchos fieles nos encontramos en estos días, incluido yo, que también estoy deseoso de una buena confesión.

El Papa Francisco consciente de esta realidad nos dice: *"sé que muchos de ustedes por Pascua acuden a hacer la confesión para reencontrarse con Dios, e incluso algunos semanalmente o mensualmente, y en estos momentos se preguntarán: 'Padre, ¿dónde puedo encontrar un sacerdote, un confesor?', porque no se puede salir de casa y yo quiero hacer las paces con el Señor.*

*Yo quiero que Él me abrace, que mi Papá me abrace. ¿Cómo puedo hacer si no encuentro sacerdote?'"*

El Papa señaló que la respuesta se encuentra en el Catecismo. Y el catecismo es muy claro, aseguró: **"Si no encuentras un sacerdote para confesarte, habla con Dios, Él**



† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ

**es tu Padre. Dile la verdad: ‘Señor, he hecho esto, esto, esto. Perdón sin justificarme. Y pídele perdón, con todo el corazón, con el acto de dolor’.**

No obstante, esa confesión espiritual, para que sea efectiva, debe tener una promesa, explicó el Papa Francisco: la Promesa de **confesarse con un sacerdote en cuanto sea posible.**

Es decir, **primero pedirle perdón a Dios**, - es lo vamos hacer todos hoy y a continuación prometerle: **“Luego me confesaré, pero perdóname ahora”.**

El Papa Francisco aseguró que si hacemos esto y lo creemos: **“al momento volverás a la gracia de Dios. Tú mismo puedes acercarte, como nos enseña el catecismo, al perdón de Dios sin tener cerca en este momento a un sacerdote”.**

“Pensemos que este es el momento justo, el momento oportuno. Un acto de dolor bien hecho, y así nuestra alma se volverá blanca como la nieve”.

### **Volver junto al Padre**

Hoy te invito a volver junto a Dios sin miedo: “Vuelve donde tu padre. Es el Dios de la ternura que te curará. Te curará de tantas, tantas heridas de la vida y de tantas cosas malas que hemos hecho. Cada uno tiene las suyas.

Cree de verdad que para Dios no hay nada imposible, Él quiere y puede llegar hoy a tu vida, Él quiere “transformarnos; Él es el único que es capaz de cambiar el corazón, pero es necesario dar el primer paso”.

Acepta como el hijo prodigo, que la comida de los cerdos no sacia el hambre de los hijos de Dios. Todo cambia cuando uno se reconoce pecador. En la confesión sincera y humilde uno mata el egoísmo y el amor propio.

### **La fiesta del perdón.**

Hoy te digo: no tengas miedo, acude a Dios. Este es el momento de gracia.

Por terrible y angustiosa que sea tu situación, experimenta el amor de Dios, **déjate amar y perdonar por él**, concede el **perdón** a los que te han hecho daño, y **perdónate tú mismo.**



† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ

Vive tranquilo, en paz, en las manos y la presencia de Dios, sin temor, con alegría. Bien decía el Papa Benedicto: **“Quien vive en las manos de Dios, siempre cae en las manos de Dios”**.

Hay pocas cosas que sean una barrera mayor para la sanación que la falta de perdón. Muchas veces la gente con poca fe se sana por la tremenda fe de la comunidad, pero si las personas por las cuales se ora albergan falta de perdón, no serán sanadas hasta que no hayan perdonado.

De la misma manera, en nuestra **vida espiritual sentimos sequedades**, noches oscuras, poca atracción en la oración y a pesar de nuestros esfuerzos, poco o nada adelantamos.

Es cierto que muchas veces las sequedades y el no sentir gusto en la oración, son una prueba de Dios; pero en la mayoría de los casos es porque tenemos bloqueos en nuestro interior que no nos dejan abrirnos al amor de Dios.

**Una de las raíces de nuestras enfermedades tanto físicas como espirituales, la encontramos en la falta de perdón.**

**Efectos de no dejarnos perdonar.**

En donde más se nota que estamos alejados de Jesús es en la oración. Hay mucha dificultad para orar y cuando se ora no vemos respuestas; y no solo en el **pedir nos encontramos a oscuras**, sino también en la **alabanza**, en donde se traduce en un repetir frases de boca y nada más; nuestro corazón queda cerrado por la falta de perdón.

El mayor bloqueo que ponemos en nuestra vida espiritual es la falta de perdón, aunque no tengamos conciencia de esa falta de perdón.

**A nivel físico.** La falta de perdón engendra odio, venganza, resentimiento, tristeza y ellos envuelven toda nuestra vida emotiva.

Tal estado produce tensión en nuestro sistema nervioso y a través de los años esta tensión influye en nuestra parte física; muchas enfermedades son fruto de estos estados de tensión y sufrimiento.



† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ

No hay que olvidar que el hombre forma una unidad en su parte física, espiritual y psíquica; cualquier parte de ellas que esté enferma, repercute en las demás.

En la práctica lo vemos cada día, cuando alguien dice: "Se me encoge el estómago cuando pienso en mi marido, o cuando pienso en mi mujer, o cuando pienso en esta o aquella persona". El recuerdo de una persona que nos ha herido y no la hemos perdonado, nos revuelve las entrañas y nos afecta la parte física.

### **Descubramos hoy la necesidad de perdonar para sanarnos**

Hermanos el perdón es la clave para la salud física y espiritual. Qué triste es ver a tantas personas que viven y conviven con odio, con rencor, sin perdonar a los que en un momento de su vida les ofendieron y les causaron daño.

"Muchos piensan que perdonar **es perder** y no se dan cuenta que **es ganar**, porque nos libera de nuestros odios y resentimientos; nos asemeja a Jesús que amó y perdonó a sus enemigos y nos abre el perdón y la gracia de Dios.

Perdonar es resucitar en nosotros la nueva vida traída por Jesús. Perdonar y pedir perdón es como un relámpago que anuncia una lluvia fecunda". (P. Emiliano Tardif).

### **¿A quién debemos perdonar?**

En el fondo de toda herida interior hay un sufrimiento que nos hace culpar a alguno de ese mal. Pueden ser los propios padres, hermanos, personas allegadas; puede ser igualmente que a quien culpamos sea el mismo Dios. Y muchas veces nos culpamos a nosotros mismos.

Perdonar no significa dejar de ser hombres, y perder la propia psicología, o convertirse en un ángel. No hay que entender el perdonar como una anulación del pasado y de la propia sensibilidad. A una madre a quien le han matado a su hijo no se le puede pedir que tenga cariño por el asesino, si bien es una meta a la que se llega después de un largo camino.

**El perdón es un acto de la voluntad y no del sentimiento.** Por eso el primer paso que hay que dar es "querer" perdonar.



† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ

Querer rechazar todo sentimiento de odio, de venganza, de rencor, de desear el mal a quien nos ha herido, que pague, que no pase inadvertido lo que nos hizo.

Por eso debemos pedir a Dios la gracia de salir de esa cárcel asfixiante, pedir la gracia de "querer" perdonar. Entre los tantos perdones que tenemos que conceder quiero que meditemos sobre el Perdonarnos nosotros y perdonar a Dios.

### **Perdonarnos a nosotros mismo**

Hermanos: asumamos responsablemente a lo largo de la vida vamos tomando decisiones, unas más acertadas que otras. Por el camino podemos equivocarnos, fallar, herirnos y herir a otros.

No obstante, todas las experiencias forman parte del proceso y es inevitable cometer errores. Tanto el éxito como el fracaso nos enseñan y nos convierten en la persona que somos. Por ello, para avanzar es necesario **perdonarse a uno mismo**.

Hermanos: Cuando sobredimensionamos nuestros fallos, cuando no logramos integrarlos como parte de nuestra historia, **la culpa puede paralizarnos**.

Vivir pensando en que todo pudo ser distinto, lamentando una acción que ya no puede ser cambiada, solo trae dolor y amargura. Por ello, en este mismo instante, empieza a ser indulgente con tu yo del pasado y perdónate.

### **Hiciste lo mejor que pudiste**

Muchas veces analizamos nuestras decisiones pasadas desde el prisma de la persona que somos hoy en día. **Con lo que hoy sabemos, nuestros pasados actos pueden parecernos descabellados y errados**.

Así nos flagelamos por no haber escogido mejor nuestras palabras y comportamientos, y nos culpamos sin cesar.

Sin embargo, olvidamos que en ese momento no contábamos con el mismo conocimiento que ahora. Seguramente nos faltaba madurez y experiencia, y actuamos lo mejor que pudimos en base a aquellas circunstancias.

Hiciste lo mejor que pudiste en función del nivel de conciencia que tenías entonces. Lo que ocurrió, tuvo que ocurrir. No pudiste hacerlo de otra forma porque no



† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ

sabías. Por tanto, no es lógico castigarte sin tener en cuenta el contexto. Si hoy opinas diferente, agradece que pudiste realizar el aprendizaje y sé compasivo con tu yo del pasado. Hiciste lo mejor que pudiste, y lo único que podías hacer.

### **El perdón es liberador**

En ocasiones nos cuesta perdonar porque sentimos que hacerlo implica justificar un comportamiento erróneo. Sin embargo, la única persona que sale herida es la que se niega a perdonarse. Guardar rencor es como tomar veneno y esperar que el otro se muera.

Lo mismo ocurre cuando no nos perdonamos a nosotros mismos. Somos incapaces de hacerlo porque, tal vez, las consecuencias que generamos fueron dolorosas y desagradables. Sin embargo, no podemos volver atrás en el tiempo y cambiar lo sucedido. Seguir reprochándonos solo nos llena el alma de amargura y nos impide continuar nuestro camino.

Hoy te pido que te perdones perdón por lo negativo que trajiste a tu vida con tus decisiones erróneas y trata de compensarte.

Libérate y sigue adelante. No hay nada en tu vida que Dios no quiera perdonar si el lo hace porque no lo aceptas y te perdonas tú.

### **Perdonar a Dios.**

Sí, a Dios, aunque parezca absurdo y venga de personas muy piadosas. Esto es más común de lo que imaginamos.

Si bien reconocemos que Dios es perfecto y que no puede equivocarse, subjetivamente nos revelamos contra Él cuando, ante ciertas circunstancias de la vida, lo vemos injusto, malo con nosotros, castigador.

Ante la muerte de un ser querido o de una persona joven, cuando nuestra oración creemos que no es escuchada, ante una enfermedad o una contrariedad, principalmente si nos creemos buenos y creemos injusto lo que nos hace.



† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ

También en este aspecto necesitamos perdonar. Para ello nos puede ayudar lo siguiente. **Dios nunca manda cosas malas, solo las "permite"**. Dios respeta el curso natural de las cosas, y ordinariamente no hace milagros.

No permitamos quedarnos con el sentimiento de que Dios es injusto. Presentémonos ante Dios y digámosle que nos sentimos "ofendidos".

Vayamos a Él como amigo y digámosle las cosas claras, porque sabemos que con el amigo todo tiene una solución. Si no somos sinceros no podremos sanarnos y nuestra relación con Dios se irá debilitando. Dios mismo nos invita a presentarle nuestras quejas, a discutir con Él. "Vengan y discutamos, dice Yahvé" (Is. 1, 18)

### **OREMOS**

*Señor Jesús, derrama tu Espíritu sobre mí, para que pueda entender la necesidad de perdonar y dame la fuerza necesaria para que yo, en Tu nombre, "quiera" perdonar a los que tanto me han ofendido.*

*Señor Jesucristo, hoy quiero perdonarme por todos mis pecados, faltas y todo lo que es malo en mí y todo lo que pienso que es malo.*

*Señor, me perdono por cualquier intromisión en ocultismo, usando tablas de ouija, horóscopos, sesiones, adivinos, amuletos, lectura del café y los caracoles, tomado tu nombre en vano, no adorándote.*

*Te pido perdón por herir a mis padres, emborracharme, usando droga, por pecados contra la pureza, por adulterio, aborto, robar, mentir.*

*Señor, quiero que me sanes de cualquier ira, amargura y resentimiento hacia Ti, por las veces que sentí que Tú mandaste la muerte a mi familia, enfermedad, dolor de corazón, dificultades financieras o lo que yo pensé que eran castigos.*

*Señor, perdono a mi cónyuge por su falta de amor, de afecto, de consideración, de apoyo, por su falta de comunicación, por tensión, faltas, dolores o aquellos otros actos o palabras que me han herido o perturbado.*



† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ

Señor, perdono a mis hijos por su falta de respeto, obediencia, falta de amor, de atención, de apoyo, de comprensión, por sus malos hábitos, por cualquier mala acción que me puede perturbar.

Señor, perdono a mis parientes políticos, especialmente a mi suegra, mi suegro, perdono a mis cuñados y cuñadas.

Jesús, ayúdame a perdonar a mis compañeros de trabajo que son desagradables o me hacen la vida imposible. Por aquellos que me cargan con su trabajo, murmuran de mí, no cooperan conmigo, intentan quitarme el trabajo.

También necesito perdonar a mis vecinos, Señor. Por el ruido que hacen, por molestar, por no tener sus perros atados y dejar que pasen a mi jardín, por no tener la basura bien recogida y tener el vecindario desordenado; **les perdono.**

Ahora perdono a mi obispo, párroco y los sacerdotes, a mi iglesia por su falta de apoyo, falta de amistad, malos sermones, por no apoyarme como debieran, por no usarme en un puesto de responsabilidad, por no invitarme a ayudar en puestos mayores y por cualquier otra herida que me hayan hecho.

Señor, perdono a mi jefe por no pagarme lo suficiente, por no apreciarme, por no ser amable o razonable conmigo, por estar furioso o no ser dialogante, por no promocionarme, y por no alabarme por mi trabajo.

Señor, perdono a mis amigos que me han decepcionado, han perdido contacto conmigo, no me apoyan, no estaban disponibles cuando necesitaba ayuda, les presté dinero y no me lo devolvieron, me criticaron.

Señor Jesús, pido especialmente la gracia de perdonar a esa persona que más me ha herido en mi vida. Pido perdonar a mi peor enemigo, la persona que más me cuesta perdonar o la persona que haya dicho que nunca la perdonaría.

Gracias Jesús, porque me estás liberando del mal de no perdonar y pido perdón a todos aquellos a los que yo también he ofendido. Gracias, Señor, por el amor que llega a través de mí hasta ellos. Amén.



† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ

Dios todopoderoso tenga misericordia de nosotros perdone nuestros pecados y nos lleve a la vida eterna Amén.

Yo confieso ante Dios Todopoderoso y ante ustedes hermano...

Rompemos nuestra factura. y experimentamos el amor de Dios.

† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ