

**INSUMOS BÍBLICOS PARA LA VIDA**

# **CUARESMA**

**2025**

## PSICOESPIRITUAL: EL PODCAST

### CUANDO LA RIGIDEZ NO NOS DEJA AMAR

Cuando la costumbre y la inflexibilidad se apoderan de nuestras vidas, nos volvemos profundamente intransigentes, especialmente con los demás. La rigidez nos domina tanto que, incluso cuando el Dios de la Vida se presenta ante nosotros con sus bendiciones, nos atrevemos a despreciarlo, cegados por nuestra inseguridad.

Este Episodio N° 20 nos permite analizar, por un lado, esas situaciones en donde nos volvemos muy críticos e intransigentes cuando nos sentimos amenazados por cambios que desafían nuestras formas de pensar y maneras de proceder; por otro lado, analizar esos momentos donde "has metido profundamente la pata" y todo el mundo te condena, pero aún así somos capaces de reconocer y agradecer la mano que nos levanta.

PsicoEspiritual, El Podcast es un valioso material para quienes quieran crecer espiritual y psicológicamente. Producido por PsicoData Venezuela de la Escuela de Psicología y la Parroquia Universitaria de la Universidad Católica Andrés Bello (UCAB). Dirigido por:

P. Aníbal Lorca, SJ. Especialista en Ciencias Bíblicas.  
P. Danny Daniel Socorro, SJ. Psicólogo.

**Enlace: [https://youtu.be/yjVJ\\_Ml-Jpg?si=Vy399DG2iX9q0Y-d](https://youtu.be/yjVJ_Ml-Jpg?si=Vy399DG2iX9q0Y-d)**

### Oración

Padre de la Vida,  
Bendícenos con el don de la oración,  
para que podamos comunicarnos contigo  
con corazones sinceros y abiertos.  
Danos la gracia de sentir tu abrazo en cada paso,  
en cada alegría y en cada desafío,  
recordándonos que nunca nunca estamos solos.

Permítenos experimentar el milagro de tu perdón,  
que nos libere de las cadenas de la culpa y el temor,  
pero asumiendo siempre las consecuencias de nuestras conductas.  
Ayúdanos también a perdonarnos a nosotros mismos,  
aceptando nuestra historia de vida con sus limitaciones  
y aprendiendo a amarnos como tú nos amas.

Quita, Señor, las rigideces de nuestro corazón,  
las certezas que nos encierran y los muros que nos impiden  
dejarnos sorprender por tu gracia.  
Que cada amanecer nos encuentre con los ojos abiertos  
a tu amor, que se renueva y nos regala la vida sin cesar.

Amén.

