

“Cuando el Dios de la historia venga,  
nos mirará las *manos*”

- Mamerto Menapace -



CUADERNO DE BITÁCORA

PARROQUIA SANTA MARÍA MAGDALENA  
BARRIO DE LOS MOLINOS -ALMERÍA-

LA HISTORIA CANCIÓN A CANCIÓN  
ACORDES Y PARTITURAS  
SUBSIDIOS  
CURIOSIDADES

## LA COMUNIDAD PARROQUIAL

Nuestra parroquia "Santa María Magdalena" está situada en el Barrio almeriense de Los Molinos y los Padres Paúles llevan animándola desde septiembre del 2005.



Estas son las cinco líneas que nos caracterizan:

- CAMINAMOS. La escucha de la Palabra, la catequesis, la formación.
- COMPARTIMOS. La vida comunitaria, compartir como iglesia nuestra fe.
- SERVIMOS. El servicio, la acción social, la cercanía a las pobreza.
- CELEBRAMOS. La celebración, la oración, lugares comunitarios de la presencia de Dios.
- ANUNCIAMOS. La misión, el anuncio de la buena noticia que experimentamos.



Si quieres hacernos algún comentario, puedes utilizar el correo o los medios que encontrarás en [www.parroquiamaagdalen.es](http://www.parroquiamaagdalen.es).

Fotografías de Luis Segura, Belén García, Mariángeles Santamaría, Roberto Adrián  
Edita: RAF  
Almería, Mayo de 2011

## EQUIPO DE PASTORAL JUVENIL

Los encargados de sacar adelante este proyecto han sido los catequistas y animadores de los grupos juveniles de la parroquia.

- **Belén García.** Espiritu inquieto, madre, animadora, buscadora incesante de medios, papeleos, promoción, facilitadora.
- **Mariángeles Santamaría.** Diseñadora, incesante buscadora de Dios y de profundidad en las cosas. El motivo de todo esto. Diseñadora gráfica.
- **José Francisco Martínez.** Catequista y animador del grupo de jóvenes que se ha implicado de lleno en el proyecto.
- **María Vilar.** Cantante incansable, coreógrafa, buen humor constante. Equilibrio en los momentos complicados. Misionera reincidente.
- **Mercedes Bieito.** Iniciadora de la idea, junto con su hermana Eva y Roberto en una tarde veraniega del 2009.

## EL EQUIPO TÉCNICO Y ARTÍSTICO

- **Juan Francisco Manzano.** Ha pertenecido a JMV durante años. Tiene terminados los estudios de informática de sistemas, de música (piano), de composición... Ha realizado bandas sonoras para cortos, partituras para orquesta, arreglos, armonización... En la actualidad es profesor de música en un barrio marginal. Como anécdota, decir que participó en la grabación del antiguo "Himno Oficial de la Unión Deportiva de Almería" y la voz que se escucha es la suya. En este trabajo toca instrumentos, realiza arreglos, correcciones, ecualizaciones, montaje, postproducción y edición final de todas las canciones que escuchamos.
- **Roberto Adrián.** Es sacerdote paúl (Congregación de la Misión) desde hace 10 años. Se crió en una familia de músicos, pero abandonó los estudios de conservatorio muy temprano, con el consecuente disgusto de su padre guitarrista, porque "eran un rollo". Muchos años después, sin abandonar su guitarra, está decidido a componer un conjunto de canciones con el nombre peculiar de "Con la fuerza de las manos" y que exprese lo vivido en la parroquia Santa María Magdalena de Almería durante los 6 años que lleva de vicario en ella. Ha estado al frente de la dirección, música, letra y producción. El diseño de la portada también tiene su sello.

## CONTENIDO

Estructura de las canciones	7
01. Intro: Vicencianos / Vicentinos	9
02. Comenzamos poniendo sonrisas	10
03. Gritar Aleluya	13
04. Santo	15
05. Vamos a darnos la paz	17
06. Todo comenzó en Chatillón	20
07. Amemos a Dios	21
08. Cómo llamarme cristiano	23
09. Me sobra - me falta	25
10. Getsemaní	28
11. Gólgota	31
12. Si empezara de cero	32
13. María de Gracia	35
14. Al Aire	38
Entrevista de <a href="http://www.jmv.org">www.jmv.org</a>	40
Página web	43
A la búsqueda de un diseño	44
¿Sabías que?	47
El equipo	49

Para llevar a cabo un proyecto semejante, es imprescindible un material humano generoso, trabajador, convencido de lo que hace y con muchas, muchas ganas.

### LOS COROS

Qué decir! Pues que han sido el material de construcción de todo esto. Son las piedras donde se ha sustentado el edificio. Sus voces se distribuyen por todas las canciones del CD y lo tocan todo avivándolo y creándolo.

Los dos coros parroquiales, el de adultos y el de jóvenes, han prestando su voz para la realización de las canciones.

A todos estos se han sumado niños de catequesis, madres, padres, abuelas, vecinas... en definitiva, una gran familia variada e ilusionada con un objetivo común. Mil gracias!

**Almudena, María, Inés, Marina, Daniela, Cristian...** Pertenecientes al grupo de jóvenes de la parroquia. ¡Gracias! Por todo el tiempo que habéis dedicado, por todo lo que habéis hecho y por lo que seguiréis haciendo.



### LAS VOCES SOLISTAS HAN SIDO

Posiblemente no sean las mejores del mundo, pero son las nuestras!

- **Susana:** Santo
- **Almudena:** Amemos a Dios y Cómo llamarme cristiano.
- **Sergio:** Cómo llamarme cristiano y Getsemaní
- **Mercedes:** Me sobra-me falta
- **Roberto:** Me sobra-me falta y Si empezara de cero
- **Dámaris:** María de Gracia
- **Juan Francisco:** María de Gracia



- **María de Gracia.** ¿hace falta decir de qué zona geográfica de nuestra península proviene este ritmo?. Evidentemente, una rumba, no puede ser de otro lugar que de Andalucía.
- **Si empezara de cero.** África se une al piano a través de sus voces tribales.
- **Getsemaní y Amemos a Dios.** Ofrecen pequeñas melodías de flautas andinas que enriquecen el conjunto.

---

Al final del último corte, Al Aire, hay unas tomas falsas de nuestras grabaciones. Se nos escucha desafinando, tosiendo, haciendo pruebas... en fin, todo lo que no se debiera oír.

---

- La idea surgió en Junio de 2009
- Comenzó la composición y grabación de instrumentos en Agosto de 2009
- Comenzaron los ensayos el 21 de Febrero de 2010.
- Las grabaciones de voz se iniciaron el 8 de Abril de 2010 y finalizaron en Diciembre de ese mismo año.
- Las canciones se terminaron de montar y de dar los últimos toques en Marzo de 2011.
- En Pascua de Resurrección poníamos a disposición de todos el CD "Con la fuerza de las manos".
- La primera canción compuesta fue "Vicencianos", posteriormente llegó "Amemos a Dios" y una de sus frases da título al CD.
- La última canción compuesta y la primera canción terminada fue "Al Aire" Damaris, que interpreta "María de Gracia", es madre de dos niños que están en catequesis. Conocimos su voz el último día de grabación.
- Juanfra es el que pone la voz al antiguo himno del equipo de fútbol de Almería.

En la marina mercante se conoce con el nombre de **cuaderno de bitácora** al libro en el que los marinos, en sus respectivas guardias, anotan el estado de la atmósfera, los vientos que reinan, los rumbos que se adoptan, la fuerza de las máquinas con que se navega o aparejo largo en los de vela, la velocidad del buque y las distancias navegadas, observaciones astronómicas para la determinación de la situación del buque, así como cuantos acontecimientos de importancia ocurran durante la navegación.

Antiguamente, cuando los buques carecían de puente de mando cubierto, era costumbre guardar este cuaderno en el interior de la bitácora para preservarlo de las inclemencias del tiempo, y de ahí su nombre. Del contenido del cuaderno de bitácora se sirve el capitán para rellenar el diario de navegación.

Ahora bien, el término es usado también para nombrar un registro escrito de las acciones que se llevaron a cabo en cierto trabajo o tarea.

Esta bitácora incluye todos los sucesos que tuvieron lugar durante la realización de "Con la fuerza de las manos". Te lo presentamos porque quizá pueda servirte de ayuda de cara a interpretar las canciones, pero no queremos privarte del placer que supone realizar tu propio viaje, sin condicionantes o caminos ya hechos.

Para todos... de nuestras manos a las vuestras,  
la historia de nuestro viaje..

El planteamiento a la hora de realizar este CD era hacerlo llegar gratis a todo el que lo quiera escuchar. Otra condición indispensable: era realizarlo con coste cero. Podemos afirmar a día de hoy, que ha sido posible. Todo se ha hecho poniendo en común los materiales y medios que teníamos a nuestra disposición. No se ha comprado absolutamente nada para la realización. El mayor gasto... el tiempo y la dedicación. Eso ha sido un auténtico derroche.

Todas las voces han sido grabadas de una en una para mayor precisión en el montaje y sobre todo... por falta de medios!. De este modo, hemos llegado a la friolera de casi 10000 archivos de sonido entre voces e instrumentos. Algunas canciones tienen más de 60 pistas.

---

Hay dos formas de hacerse con esta música:

- A través de internet. En principio en [www.parroquiamaagdalen.es](http://www.parroquiamaagdalen.es)
- Como agradecimiento por un donativo a un proyecto social vicenciano. (El primero es el comedor social de Almería de las Hijas de la Caridad) .

---

Todo el CD se ha realizado en tres lugares diferentes y ninguno mayor de 3,5x3,5 metros:

- **Habitación de Roberto Adrián.** Composición. Grabación de instrumentos. Edición, diseño...
- **Salón parroquial.** Grabación de las voces, ensayos.
- **Habitación de Juan Francisco Manzano.** Grabación de instrumentos. Edición Final...

---

Para plasmar musicalmente el espíritu misionero, se han introducido melodías e instrumentos de los 5 continentes.

- **Vamos a darnos la paz.** Un instrumento de cuerda nos pone en contacto con los países más orientales.
- **Getsemaní.** una Haka proveniente de las islas del pacífico dan un toque "guerrero" a esta "cant-oración" cargada de esperanza.

característica la hemos pasado al papel. La guitarra, elemento imprescindible en nuestra parroquia, es el objeto principal de la portada, de donde surgen mariposas de colores vivos y marcos de cuadros vacíos. Queríamos representar el paso de la muerte a la vida, de gusano a mariposa, la experiencia vital de la Pascua. Los colores vivos son como la pintura que da color a todas las cosas... y que está en todo lo que existe. Los marcos son escenas de nuestra historia que, llenas del espíritu, nos configuran como personas. Nuestra vida está impregnada, como una foto, de esos momentos.

La idea central del cuadernillo gira en torno a las manos. Tan fuertes y

tan débiles. Manos con capacidad de crear y destruir, de abrazar y rechazar, de plantar y arrasar. Manos de muchos colores. Manos que, en lo cotidiano, en casa, en el trabajo... reflejan y plasman la presencia o ausencia del amor y de Dios.

La imagen del Inlay Inn es una pertenece a la playa de Las Salinas, en Cabo de Gata, donde en muchas ocasiones disfrutamos del sol, la playa, los amigos, el encuentro, la creación, la oración... un lugar con mucho significado para nosotros.



## ESTRUCTURA

El CD está estructurado de tal manera, que las canciones vienen agrupadas por contenidos.

Las canciones instrumentales dan paso a cada uno de ellos, siendo el pórtico de presentación de lo que nos encontraremos después. En total 14 canciones: 10 vocales y 4 instrumentales.

Nosotros las agrupamos de esta manera:

- Intro: Vicencianos / Vicentinos.
- **CANCIONES PARA LA CELEBRACIÓN:** Son cantos pensados para las celebraciones. No están todos los que se podrían utilizar en una Eucaristía, pero todo se irá.
  - ~ "Comenzamos poniendo sonrisas"
  - ~ "Gritar Aleluya"
  - ~ "Santo".
  - ~ "Vamos a darnos la paz".
- **CANCIONES CARIDAD-MISIÓN:** Todos los cantos reflejan las dos dimensiones vicencianas caridad-misión, pero estos quizá sean más específicos que el resto. Inspirados en palabras de San Vicente.
  - ~ Todo comenzó en Chatillón
  - ~ "Amemos a Dios".
  - ~ "¿Cómo llamarme cristiano?".
  - ~ Me sobra - me falta
  - ~ Getsemaní
- **CANCIONES TESTIMONIO:** La vocación, si viene de Dios, es digna de ser contada. María, supo decir sí a su llamada.
  - ~ Gólgota
  - ~ Si empezara de cero
  - ~ María de Gracia
- Final: Al Aire.



parroquia y diseñadora gráfica, junto con su hermano, Matías, crearon el primer diseño completo: un logotipo y un posible cuadernillo. Colores muy vivos, diseños 100% originales. La portada expresaba un mundo con forma de mano en el cual se veían casas, juegos, naturaleza, molinos (como en nuestro barrio), gente... expresa el deseo de un mundo vivo, alegre y equilibrado... toda la creación alabando al Señor. En las páginas sucesivas se iba desgranando un elemento de esa portada y una espe-

cie de brisa, el Espíritu, iba inundándolo y tocándolo todo. La idea es genial, pero quizá invita a pensar que el contenido musical está destinado a los más pequeños de la casa y, nos pareció oportuno buscar otra alternativa. Roberto Adrián, realizó el diseño que ahora podéis contemplar en los originales. Mariángeles se sumó a esta nueva idea y, entre ambos, le dieron unidad y coherencia a esos dibujos. Nuestra música tiene en ocasiones, muchos elementos "vintage", y esta-





Plantearse una portada para nuestras canciones no ha sido fácil. Por un lado está la dificultad de buscar una persona que pueda crear un diseño de presupuesto cero. Con la de horas que supone!. Por otra parte... ¿de dónde sacar unas imágenes que no posean derechos? ¿Que sean originales?. Internet no puede ser lugar de saqueo. A esto se le añade el buscar un sentido a las imágenes... que tengan relación con lo que van a presentar... porque para que se nos escuche... la primera impre-

sión entra por la vista!. Ah! Y la calidad, según nos pide la imprenta, es inmensa. No se puede presentar a cualquier resolución. Realmente una labor complicada. Pero... no imposible. Si hemos sido capaces de tirar hacia delante con la música... ¿nos va a frenar ahora un diseño?. Dicho y hecho. Aparecieron esas personas. De hecho se crearon dos diseños completos y fueron modificados y mejorados por ambos. Mariángeles Santamaría, catequista de la

## LA PALABRA

El Espíritu del Señor está sobre mí, porque él me ha ungido para que dé la Buena Noticia a los pobres; me ha enviado a anunciar la libertad a los cautivos y la vista a los ciegos, para poner en libertad a los oprimidos, para proclamar el año de gracia del Señor. (Lucas 4, 18-19)

San Vicente es para nosotros, el Santo de la Caridad. Su capacidad de organización para sanar física y espiritualmente a los pobres de su época ha sido para muchos fuente de inspiración.

La familia Vicentina puede alegrarse, junto a M. Vincent, de estar llamada a realizar la misma misión de Cristo: anunciar a los empobrecidos la cercanía de Dios.

- ¿Soy consciente de la misión recibida de Dios?
- ¿La anuncio con la vida?
- ¿Los pobres son "mi peso y mi dolor"?

La Familia Vicentina está formada por:

- Hijas de la Caridad
- Juventudes Marianas Vicencianas
- Medalla Milagrosa
- Asociación Internacional de la Caridad (AIC)
- Sociedad de San Vicente
- Congregación de la Misión

Y otros grupos que, movidos por el mismo espíritu de Vicente, reconocen en el pobre el rostro de Cristo.

## CURIOSIDADES DE LA CANCIÓN

Esta primera pieza, de carácter instrumental, pretende ser la tarjeta de presentación de todo el trabajo. Quién es la Familia Vicenciana, cuál es nuestra espiritualidad,... de esta manera, queda definido hacia dónde apuntan todas las canciones. Desde qué clave se interpreta todo. También da paso al primer bloque de canciones, de carácter celebrativo.

*DO FA*  
 Comenzamos poniendo sonrisas  
*la SOL*  
 en la cara y en el corazón,  
*FA la*  
 que en la fiesta que ahora comienza  
*re FA SOL*  
 la tristeza no tiene razón.  
*DO FA*  
 Es Jesús quien invita a su mesa.  
*la SOL*  
 Su Palabra vamos a escuchar.  
*FA la*  
 Y por si nos quedamos sin fuerzas,  
*re FA SOL*  
 de regalo, su cuerpo nos da.

*DO FA*  
 Viviré contigo esta fiesta.  
*la SOL*  
 El invita hoy. Testigo quiero ser.  
*FA la*  
 Si coloco la vida en esta mesa,  
*re*  
 no habrá nada que me aleje  
*FA SOL*  
 de ser fiel a su mensaje.

*DO FA*  
 Luego dejaré a un lado la pereza  
*la SOL*  
 y me vestiré con las armas de la luz.  
*FA DO la*  
 Si coloco la vida  
*re*  
 en la mesa de esperanza  
*FA SOL*  
 que servida a los más pobres  
*DO*  
 siempre está.

Con mi hermano comparto alegrías  
 y tristezas que, ambas están,  
 muy unidas en toda la vida,  
 pero juntos podremos soñar.  
 Soñaremos el Reino del Padre.  
 Reino de la justicia y la paz.  
 Reino que necesita tus manos.  
 Reino que, si lo sueñas, vendrá.

En la web [www.parroquiamagdalen.es](http://www.parroquiamagdalen.es), se ha creado un espacio exclusivo para presentar "Con la fuerza de las manos".

Ahí puedes encontrar materiales que se irán incrementando y/o modificando:

- CANCIONES DEL CD en MP3:

1. Intro: Vicencianos/Vicentinos
2. Comenzamos poniendo sonrisas
3. Gritar Aleluya
4. Santo
5. Vamos a darnos la paz
6. Todo comenzó en Chatillon
7. Amemos a Dios
8. Cómo llamarme cristiano
9. Me sobra - me falta
10. Getsemaní
11. Gólgota
12. Si empezara de cero
13. María de Gracia
14. Al Aire

- CD Completo: "CON LA FUERZA DE LAS MANOS" comprimido WIN-ZIP

- OTRAS CANCIONES que quedaron excluidas del soporte físico.

- CUADERNO DE BITÁCORA: es el que tienes en tus manos, que se irá modificando y corrigiendo según se vayan incorporando nuevos documentos gráficos o modificaciones.

- CUADERNO DE PARTITURAS se está trabajando en ello.

**W:** ¿Qué ha supuesto esta experiencia para la vida parroquial?

**R:** Pues... una experiencia de unidad y comunidad en primer lugar. Niños, jóvenes y adultos trabajando unidos en un objetivo común. Algo realmente enriquecedor. Los nervios al grabar las voces, la tensión, las risas, las reflexiones... han hecho más sólidos los lazos de cercanía y también, espero, la propia fe. A raíz de todo esto, algunas personas se han unido a la dinámica parroquial. También diría que es una bocanada de aire fresco a nivel pastoral. San Vicente hablaba del "ser creativo" y, con los medios de hoy, no podíamos negarnos.

**W:** Muchas gracias Roberto por tu colaboración, desde la web de JMV estaremos muy atentos al desarrollo de este proyecto e intentaremos informar puntualmente de los adelantos y de la evolución de este bonito proyecto parroquial vicenciano.



## LA PALABRA

Si mientras llevas tu  
ofrenda al altar te  
acuerdas de que tu  
hermano tiene  
queja de ti, deja la  
ofrenda delante del  
altar, ve primero a  
reconciliarte con tu  
hermano y después  
vuelve a llevar tu  
ofrenda.

*(Mateo 5, 23-24)*

Tomando pan, dio  
gracias, lo partió y  
se lo dio diciendo: -  
Esto es mi cuerpo,  
que se entrega por  
vosotros.

Haced esto en  
memoria mía.

*(Lucas 22, 19)*

No todo  
el que me diga:  
¡Señor, Señor!...  
*(Mateo 7, 21-27)*

Llegamos a menudo a las Eucaristías con prisa, con el tiempo justo, agobiados por mil problemas,... Incluso los comprometidos con la liturgia, andan preocupados por leer, tocar, cantar...

La Eucaristía necesita disposición de corazón. Cambiar la cara, hacer silencio, ser consciente del que invita a la mesa y de la gracia del invitado, saber que celebro como pueblo...

Sólo así recibimos la Buena Noticia de que el Reino vendrá. Sólo así entenderemos que ese Reino es esperanza y que es regalo para todos, en especial para los más pobres, los bienaventurados.

San Vicente recoge esa unión del Reino con los pobres e invita a esperarlo, pues en él tienen un lugar privilegiado por el amor que Dios les tiene. "Amaré a quienes les consuelan y respetaré a todos los que visiten ya atiendan".

La canción nos invita a esperar con alegría, con ilusión, a poner en su mesa nuestra vida, a reconocer el lugar preferencial de los más pobres.

¿Y tú, comienzas poniendo una sonrisa?  
¿Celebramos la vida desde la alegría?

“Para Dios es un honor que entremos en sus sentimientos más íntimos, hagamos lo que él hizo y realicemos lo que él ha ordenado. Pues bien: sus sentimientos más íntimos han sido preocuparse de los pobres para amarlos, los, socorrerlos y recomendarlos. En ellos es en quienes ponía todo su afecto, y él mismo quiso nacer pobre, ponerse en lugar de los pobres hasta decir que el bien y el mal que les hacemos a los pobres lo toman como hecho a su Divina Persona. ¿Podrías acaso mostrar un amor más tierno a los pobres? Y ¿qué amor podemos nosotros tenerle a Él, si no amamos lo que Él amo? No hay ninguna diferencia entre amarle a Él y amar a los pobres de ese modo. Servir bien a los pobres es servirle a Él, es honrarle como es debido e imitarle con nuestra conducta. Si esto es así icuántos motivos tenemos para animarnos a proseguir estas buenas obras, diciendo ya ahora desde lo más profundo de nuestros corazones:” me entrego a Dios para cuidar a los pobres y para practicar con ellos las obras de la caridad, les entenderé, les querré, les cuidaré y, a ejemplo de Nuestro Señor, amaré a quienes les consuelan y respetaré a todos los que visiten y atiendan”

#### CURIOSIDADES DE LA CANCIÓN

Recuerdo perfectamente que las primeras letras y notas de esta canción surgieron en el paraje natural de Cabo de Gata, un día caluroso de verano, entre baño y baño en el mar (de ahí, que en el Inlay del CD aparezca la foto de la playa de las Salinas). Una catequista y yo comentábamos las posibles motivaciones que tenemos los cristianos para ir a celebrar la Eucaristía... y es que eso de “celebrar”, con lo que supone de “festivo” se nos escapa en muchas ocasiones.

Y surgió la idea... ¿cómo ayudar a disponer el corazón a las personas que vamos a celebrar un acontecimiento tan alegre como es la misa?. ¿Y si el canto de entrada nos echara una mano?. Y... de unas frases escritas en un papel roñoso, en un día de sol y playa, surgió esta canción.

Aquí, la parroquia de los Molinos en pleno. Niños, jóvenes y grandes.

Por otro lado, las canciones se han creado partiendo de las diferentes dimensiones de nuestra parroquia. La fuente es el conjunto de experiencias vividas y compartidas. Tienen, por tanto, contenido celebrativo, social-vicenciano, festivo, formativo y misionero.

**W: Con temática vicenciana, evidentemente. Pero ¿cuál es el mensaje que se quiere transmitir?**

**R:** Pues el objetivo no es transmitir un mensaje... sino compartirlo. Este esfuerzo quiere ser expresión de la fe comunitaria, de nuestro encuentro con Cristo, de nuestra preocupación por los pobres, de la celebración viva, del talante misionero... siendo conscientes de que nos falta mucho para vivirlo con plenitud. De que cantamos pidiendo perdón, porque nuestra vida no es testimonio auténtico de eso que cantamos... pero esperanzados, porque hacia ahí es donde queremos ir.

**W: ¿Qué uso podrá darse a este proyecto? ¿Cómo se difundirá? ¿Habrá más en el futuro?**

**R:** ¿Usos? Pues... ipara nosotros muchos!. Una página web, no sabemos aún si será diferente a la de la parroquia ([www.parroquiamagdalena.es](http://www.parroquiamagdalena.es)), contendrá el material complementario a este CD. Cada tema lo hemos trabajado, previamente a los ensayos, con una pequeña catequesis o reflexión y que colgaremos en esa página. Lo mismo haremos con las letras, las notas para guitarra, las partituras, la motivación, la génesis de cada canción, los vídeos... Todo lo que hemos trabajado, estará a disposición de todos.

El modo de difusión tendrá dos momentos:

- El primero será en soporte físico: el típico CD con su cajita, librito y demás. Se harán unas copias con las que se apoyará un proyecto social que la familia vicenciana tiene en Almería.
- En cuanto se vendan todas las unidades, las canciones se colgarán en la página web para la descarga libre y gratuita. Lo que vino del Espíritu, que dé fruto y se ofrezca de la misma manera. Y si en el futuro habrá más... pues, ya imaginas la respuesta... iilo que diga el Espíritu!!. Quizá a raíz de este esfuerzo, otros miembros de la familia vicenciana y aficionados a la música se atreven a dar el paso, ¿no te parece?... quién sabe. (risas de complicidad)

Esta entrevista está tomada de [www.jmve.org](http://www.jmve.org), de Juventudes Marianas Vicencianas, donde se interesaron por el proyecto "Con la fuerza de las manos". Transcribimos literalmente la entrevista que José Guzmán, el web master, realizó a Roberto Adrián:

**Webmaster: ¿Cómo surge el proyecto del disco? ¿Por qué grabar unas canciones?**

**Roberto:** Pues surge como todas las cosas de Dios... sin que lo esperes.

Hace casi un par de años nos preguntábamos, algunos catequistas, cómo dar vida a la parroquia a través de alguna actividad que uniera todas las edades... cosa difícil si queremos que participe el mayor número posible de personas. Pensamos en teatro, en musicales... Y dijimos: somos una parroquia que nos gusta cantar. Tenemos un coro de mayores (de las de cachaba, de las que te tratan de nieto... de esas) que llevan cantando juntas desde la infancia y que lo hacen muy bien. Y también el coro de jóvenes, que se encarga de los cantos en la misa con los más pequeños. ¿Por qué no unirnos en un proyecto común donde se sumen niños, padres, los diferentes grupos... y que exprese lo que hemos vivido durante estos años?. Y optamos por esta vía que, poco a poco, se ha ido concretando.

**W: Eres el autor de las canciones, ¿cuál ha sido tu fuente de inspiración, cómo las has compuesto?**

**R:** Aclarar primero que el Autor... ha sido el Espíritu. Porque todas ellas son reflejo de las experiencias y contenidos compartidos en los grupos, las catequesis, convivencias... donde se ha hecho presente. Las canciones quieren ser expresión de todo lo vivido. Por eso, el primer tema que ve la luz, y que se titula "Al Aire", es instrumental y se lo dedicamos al autor de todo esto.

La prueba de que El lo ha hecho posible está en el desarrollo del trabajo... Hemos vivido "en nuestras propias carnes" cómo ha ido colocando los medios físicos y personales en los momentos que más perdidos y necesitados estábamos. "Como llovidos del cielo". Toda una experiencia.

LA

Quiero gritar Aleluya

RE

porque mi Dios se hizo niño,

MI

porque nació en la pobreza

RE

y en la noche se hizo luz

LA

renunciando a lo divino.

LA

Quiero gritar Aleluya

RE

porque todo ser que vive

MI

ha recibido su aliento y

RE

los pobres de la tierra

LA

Son imagen de su dueño.

RE MI

¡Aleluya!

LA

gritan cielos y tierra,

+7

gritan todos los pueblos.

RE MI

¡Aleluya!

LA

porque al pobre ha venido

fa#

y, por amor, ha salvado.

RE MI

LA

Aleluya. Aleluya.

Quiero gritar Aleluya  
porque la muerte no reina  
y la palabra que queda  
es la Palabra de un Padre  
que nos ama y nos espera.

Quiero gritar Aleluya  
porque Cristo se ha entregado.  
Porque el Padre de la vida  
nos regala su Evangelio.  
"Ha muerto y resucitado".

## LA PALABRA

Cristo, a pesar de su condición divina, no hizo alarde de su categoría de Dios; al contrario, se despojó de su rango y tomó la condición de esclavo, pasando por uno de tantos.

Y así, actuando como un hombre cualquiera, se rebajó hasta someterse incluso a la muerte, y una muerte de cruz  
(Filipenses 2, 6-8)

*"No busquéis entre los muertos al que vive"*  
(Lucas 24,5)

## SAN VICENTE DICE

«Jesucristo es fuente del amor humillado hasta venir a nosotros y hasta llegar a sufrir un suplicio infame».

«Debemos despojarnos de todo aquello que no es Dios para unirnos al prójimo por caridad y así unirnos a Dios por Jesucristo».

«Servir a los pobres es ir a Dios».

«Consumirse por Dios, no tener bienes ni fuerzas, sino para consumirlos por Dios, es lo que hizo Cristo, que se consumió por amor a su Padre».

El acontecimiento de la encarnación y el de la muerte y resurrección de Jesús, son los misterios de la fe que en San Vicente provocaban mayor devoción.

No es para menos. Tener la experiencia de un Dios que es Padre y que nos ha hecho herederos de su Reino por puro amor, sólo es posible para el que tiene fe.

Gritar Aleluya supone haber descubierto la esencia de la Buena Noticia.

Esta canción supone para nosotros un pequeño "credo" no oficial que brota de la alegría de la Pascua, del paso de Dios por nuestras vidas.

- ~ ¿Qué momentos de la vida de Cristo han quedado marcados en tu memoria y en tu corazón?
- ~ ¿Cómo es tu experiencia de Dios Padre?
- ~ ¿Qué motivos tienes para gritar "Aleluya"?



## 14. AL AIRE

### LA PALABRA

Cuando llegó el día de Pentecostés, estaban todos reunidos. De repente vino del cielo un ruido, como de viento huracanado, que llenó toda la casa donde se alojaban. Aparecieron lenguas como de fuego, repartidas y posadas sobre cada uno de ellos. Se llenaron todos de Espíritu Santo (Hch 2, 1 y ss.)

El fuego y el viento siempre han sido expresión de la presencia de Dios en su pueblo. Desde pentecostés estos símbolos se atribuyen al Espíritu Santo. El fuego sería el amor de Dios que nos mueve a amar y el aire su impulso a actuar.

### CURIOSIDADES DE LA CANCIÓN

Llegó la última... casi sin esperarlo. Como la brisa suave al salir de una cueva, como la tranquilidad de la primera bocanada de aire tras salir del agua...

Agradecemos ese aire que lo renueva todo y da vida a todo, que ha hecho posible la unidad en la fe y la diversidad de carismas, que nos ha regalado este ser vicencianos...

## 4. SANTO

*la MI la DO MI  
Santo es el Señor Dios del Universo  
FA SOL la FA SOL la re FA SOL la  
Hosanna, Hosanna, Hosanna en el cielo.*

*Llenos están el cielo y la tierra de tu gloria  
Hosanna en el cielo.*

*Bendito el que viene en nombre del Señor  
Hosanna en el cielo.*

### LA PALABRA

..tomaron ramas de palma y salieron a su encuentro gritando: ¡Hosanna, bendito el que viene en nombre del Señor, el rey de Israel!  
(Juan 12,13)

El "Santo" es la oración de aclamación a Dios que cantamos o recitamos en el momento central de la Eucaristía. Es una de las partes fijas de la Misa, que recitamos todos juntos. En esta oración nos aparece "Hosanna", una palabra que nos puede parecer extraña.

"Hosanna" procede del arameo, que es la lengua que hablaba Jesús y que hablaban los primeros cristianos de Jerusalén. Al pie de la letra, significa "sálvanos, te lo pedimos". Así aparece en el Sal 118,25. Es una petición de ayuda y de salvación. Es un reconocimiento de la cercanía del reino de Dios, que se hace presente en Jesús. después pasó a tener otro significado, y se convirtió en una **aclamación de victoria a Dios**, como reconocimiento a su poder salvador. Y en los siglos IV y V se introdujo en la liturgia de la Eucaristía, como una oración que se recita en todas las Misas.

## CURIOSIDADES DE LA CANCIÓN

---

3 veces Santo... tres estrofas. Cada una de ellas con un estilo musical distinto. La primera con aire asiático y más orquestada. La segunda se torna diferente con una guitarra eléctrica que recuerda al reggae. Y la última, donde la percusión hace sus honores a ritmo de reggaetón.

¿Ritmos extraños para una oración? No... siempre y cuando transparenten la sinceridad del corazón y cumplan con su objetivo: "Alabad a Dios con "gritos" de júbilo... con tambores, trompas, danzas, platillos sonoros... todo ser que alienta, alabe al Señor". (Salmo 150).

En la tercera estrofa la voz de Susana como solista... "che, qué linda!" como diría ella...



## SAN VICENTE DICE

---

"La Madre de Dios, siendo invocada y tomada por patrona a las cosas de importancia, sólo puede ser que todo salga bien y redunde a la gloria del buen Jesús su hijo."

## CURIOSIDADES DE LA CANCIÓN

---

Todos los grupos, todas las experiencias vividas en nuestra comunidad... han quedado reflejadas en este CD. Esta canción está inspirada en una de las imágenes que se encuentran en nuestro templo en la actualidad.

La frase de la canción "Al amparo de María, con la gracia de la fe" alude a "María Santísima de Gracia y Amparo", imagen titular de la Hermandad de la Coronación" de la parroquia Santa María Magdalena de Almería.

Los coros están realizados por componentes de esta agrupación.

También decir que esta canción fue la última en grabarse. 5 minutos antes de la sesión, descubrimos la voz de una madre muy joven que iba a recoger a su hija a la salida de catequesis. Dámaris Cruz, solista principal de este tema, sorprende por su extraordinaria voz y profesionalidad. Pero lo mejor de todo... derrocha simpatía y arte... ¡y no sólo en el cante!.



## LA PALABRA

...Todos ellos perseveraban en la oración, con un mismo espíritu en compañía de algunas mujeres, de María, la madre de Jesús, y de sus hermanos.  
(Hechos 1, 12-14)

María no aparece en muchas ocasiones en la biblia

- Mateo 1; 2; 12:46 50; 13:55
- Marcos 3:31 35; 6:3
- Lucas 1; 2; 8:19 21; 11:27, 28
- Juan 2:1 12; 6:42; 19:25 27
- Hechos 1:14
- Gálatas 4:4

Sin embargo, para los creyentes ocupa un lugar importante en nuestro corazón. Su relación con Jesús ilumina la vida del creyente. Podríamos incluir su presencia en 6 categorías:

1. Los relatos de la infancia
2. María como esposa y madre
3. El elogio de María por Jesús
4. María símbolo del antiguo pacto
5. María como miembro de la Iglesia
6. La referencia de Pablo al nacimiento de Cristo

La familia vicenciana acoge a María, en la advocación de "María Inmaculada de la Medalla Milagrosa". La Medalla siempre se ha interpretado como un Mensaje o Llamada a vivir el Evangelio. "Recibirla" es aceptar ese mensaje. "Llevarla" es un apoyo para vivirlo. "Invocar" a María con la oración que hay en la medalla, es el propósito de vivir ese Evangelio, con la ayuda de María, que "ruega por nosotros que recurrimos a Ella".

¿Damos el lugar oportuno a María, como madre de Dios y de los creyentes?

## 5. VAMOS A DARNOS LA PAZ

DO SOL  
Yo quiero ser el primero  
re FA  
que traiga al mundo la paz,  
DO SOL  
La que brota de lo nuevo  
re FA SOL  
la que te invita a esperar.

DO SOL  
Vamos a darnos la paz,  
re  
La paz que no da el mundo,  
FA SOL  
la paz que nos da Cristo. ¡Oye!,  
DO SOL  
Vamos a darnos la paz,  
re  
la que nos reconcilia  
FA SOL DO SOL  
y unidos pone a caminar.  
FA fa  
La paz.

Yo quiero ser el primero  
que traiga al mundo la paz  
la del trabajo bien hecho  
si no se cansa de amar.

## LA PALABRA

La paz os dejo, os doy mi paz, y no como la da el mundo.

No os turbéis ni os acobardéis.  
(Juan 14, 27)

Todo eso son cosas que busca la gente del mundo. En cuanto a vosotros, vuestro Padre sabe que os hace falta.  
(Lucas 12, 30)

Hoy es muy habitual encontrarnos con una falsa sensación de "paz"... Estamos tranquilos y en paz si la crisis no nos toca, si el vecino sufre y no nos toca, la ciudad vecina padece un terremoto... pero no nos toca...

Más que paz, parece que nos encerramos en nuestro mundillo o jaula de cristal... "mientras no nos toquen las desgracias... aquí permanezco"... sin ablandar mi corazón, sin empatizar con el que sufre, al margen del mundo. Por otro lado, la "tele" y los medios de comunicación nos ofrecen otra paz: la de los seguros de vida, la de los intereses del banco, la de la sonrisa perfecta...

La paz que Cristo nos da... nos hace "guerra" a todo esto. La paz de vivir con el corazón encendido, alerta, cercano, acogedor, implicado con los pobres, en el servicio al débil...

- ~ Y tú? Estás implicado en el mundo desde la ventana o desde la calle?
- ~ Te afecta lo que sucede a tu alrededor?
- ~ Qué realidades te "quitan la paz"?

## 13. MARÍA DE GRACIA

re DO re  
Cantaré, cantaré, cantaré...

Sib LA re  
Soñaré, soñaré, soñaré...

DO re  
En mi pecho a Jesús llevaré  
Sib LA  
al amparo de María con la gracia de la fe.

re DO re  
Señora de los creyentes

DO FA  
que en ti se hizo el amor,  
Sib LA  
escucha nuestras plegarias

Sib LA  
y reza también al Señor.

re DO re  
María tú, mediadora.

DO FA  
María, Madre de Dios.

Sib LA  
Tu vientre el primer sagrario,  
Sib LA  
en ti la Palabra alumbró.

## CURIOSIDADES DE LA CANCIÓN

---

Esta canción es mía. Y cuando digo esto... es que debes buscarte otra. No lo tomes como un echarte... es una invitación a que tú mismo Suenas egoísta, pero nada más lejos de la realidad. Con esto quiero decir que hagas el esfuerzo de buscar tu canción personal. La de tu vida y la de tu llamada.

Con frecuencia encontramos personas que "viven" la llamada de otros, van por los caminos de otros, siguen las modas, los estilos, hasta utilizan las mismas palabras de otros...

Buscar lo que Dios quiere de ti puede parecer empresa imposible, pero se torna dulce en cuanto comprendes que, a tu lado, susurrándote al oído, tienes al que te llama. Y es un camino reservado exclusivamente para ti. Dejarse guiar, conocer la compañía saborear y disfrutar de lo que te encuentras en el camino... Única condición: no temer... sápo el que se raje!

En cuanto a la canción te preguntará, ¿a qué vienen esos cantos africanos que se escuchan?. Bueno... pues ya digo que obedece a motivos personales. Siempre he tenido el deseo de partir a misiones "ad gentes", es decir, a las gentes de otros países, culturas, realidades sociales. Escogí cantos africanos no como un lugar geográfico, sino como representación a todas las personas, de cualquier lugar del mundo, que sufren, que padecen hambre, sed, desnudez, explotación, violencia... es decir, quieren hacer referencia al lugar donde las bienaventuranzas no son razones, sino evidencias.

## SAN VICENTE DICE

---

Porque nuestro Señor, en la persona de sus apóstoles, enseñó a todos los que habrían de seguirle que no debían ser del mundo, al decirles: «Vosotros no sois del mundo; si fuéis del mundo, el mundo os querría; pero no sois del mundo, y por eso el mundo os odia».

*"Entremos en el espíritu (de Jesús) para entrar en sus acciones. No basta con hacer el bien, sino que hay que hacerlo bien"*

## CURIOSIDADES DE LA CANCIÓN

---

Desde que las canciones se compusieron hasta que se grabaron, pasaron muchos meses... y otros tantos hasta que se montaron, retocaron... Vamos, que no ha resultado tarea fácil con los medios que teníamos.

La cosa se puso difícil en esta canción, ya que... después de estar montada completamente decidimos volverla a grabar... Entera!. Subir un tono, ganar brillo, alegría...

No sé si después de tanto esfuerzo lo conseguimos, pero nos parece una canción muy divertida, con aires orientales y, aunque no se perciba, cantamos muchísima gente entre niños, jóvenes y adultos.

## 6. TODO COMENZÓ EN CHATILLÓN

### LA PALABRA

“En verdad os digo que en cuanto lo hicisteis a uno de estos hermanos míos, *aun a los más pequeños*, a mí lo hicisteis”  
(Mateo 25, 40)

### INSTRUMENTAL

Chatillón es el nombre que recibe la población donde Vicente de paúl comenzó su proyecto misionero y de servicio al pobre. Este lugar marca un antes y un después en la vida de Vicente.

“*El pobre pueblo del campo se muere de hambre y se condena*”. Esta es la frase que resume las dos grandes experiencias de la vida de Vicente: Folleville y Chatillón, la miseria espiritual y la miseria material del pueblo campesino. A ellas responden las dos obras magnas de Vicente, la Misión y la Caridad, que en realidad son una sola, porque la Misión incluye la Caridad y la Caridad incluye la Misión.

### CURIOSIDADES DE LA CANCIÓN

El objetivo de este trabajo no era ser escuchado, sino trabajar en la parroquia una serie de temas vicencianos que aunaran todas las edades de los participantes. No nos vimos presionados sobre qué quería la gente escuchar. Hemos puesto los temas que el Espíritu ha ido soplando. Las canciones instrumentales no fueron algo buscado, sino una consecuencia de la creatividad.

Cuando uno pinta cuadros no se plantea a qué lugar va destinado. Simplemente lo pinta y alguien lo agradece o lo critica. Nuestro caso es el mismo. Se

### LA PALABRA

Vende todo lo que tienes y sígueme.  
(Marcos 10, 17-30)

El Espíritu de Dios está sobre mí. El me envió a llevar la Buena Noticia a los pobres  
(Lucas 4, 16-21)

Me has seducido, Señor.  
(Jeremías 20, 7)

Y, dejando las redes, le siguieron  
(Mateo 4, 20)

La historia de la llamada de Dios no sólo afecta a nuestra dimensión comunitaria (ser pueblo). También a la personal.

Narrar la historia de la propia vocación supone recurrir a un conjunto de acontecimientos donde Dios se ha manifestado de manera patente y donde la respuesta personal y vital del que es llamado marcan el inicio de una nueva historia.

El desprendimiento, no sólo de lo material, sino de lo que nos ata y nos separa de Jesús, (de la pereza, de nuestra desconfianza...) es requisito de una respuesta afirmativa.

“Déjalo todo y sígueme...”

Hay personas que lo han dejado todo, que han visto sus vidas llenas sólo con el amor de Dios. Y sigue llamando. Y nos llama... nos cuesta levantarnos del sillón.

San Vicente también nos invita a vaciarnos de todo para llenarnos únicamente de Cristo.

Tú, seguidor de Cristo, ¿de qué te has desprendido?

¿Te has vaciado ya? ¿cómo revestirse de Cristo?

### SAN VICENTE DICE

“Si se pregunta a Nuestro Señor qué habéis venido a hacer en la tierra? A ayudar a los pobres... a otra cosa? ¡A ayudar a los pobres!”

“Por consiguiente, debe vaciarse de sí mismo para revestirse de Jesucristo”.

“Hemos sido escogidos por Dios como instrumentos de su caridad inmensa y paternal, que desea reinar y ensancharse en las almas. Por tanto, nuestra vocación consiste... en abrazar los corazones de todos los hombres, hacer lo que hizo el Hijo de Dios, que vino a traer fuego a la tierra. ... Es cierto que yo he sido enviado, no sólo para amar a Dios, sino para hacerlo amar. No me basta con amar a Dios, si no lo ama mi prójimo”.

## 12. SI EMPEZARA DE CERO

LA MI fa#  
Me elegiste desde niño  
do# RE  
me has cuidado y me has querido,  
MI LA MI  
Y me has dado: a los pobres de amigos.  
LA MI fa#  
de herencia el mundo entero  
do# RE  
de maleta el servicio  
MI LA +7  
y de fiel compañero tu Hijo.  
RE MI do# fa#  
No me arrepiento de dejar todo y seguirte.  
RE MI  
Si empezara de cero volvería a poner  
do# fa#  
mi vida entera de nuevo ante tus pies.  
RE MI LA  
De nuevo ante tus pies.

## 7. AMEMOS A DIOS

mi DO RE  
Amemos a Dios  
mi  
con la fuerza de las manos.  
DO RE  
Amemos a Dios  
mi  
con el poder de los brazos.  
  
Con el sudor de la frente,  
siéndole fiel al hermano,  
reconociendo la vida.  
Amemos a Dios.

### SAN VICENTE DICE

*"Vivimos del patrimonio de Jesucristo, del sudor de la pobre gente. Debíamos siempre pensar cuando vamos al refectorio, ¿he ganado el alimento que voy a tomar?. Yo tengo con frecuencia este pensamiento que me pone en confusión: Miserable, ¿has ganado el pan que vas a comer, ese pan que te llega del trabajo de los pobres?"*

*"Amemos a Dios, hermanos míos, amemos a Dios, pero que esto sea a costa de nuestros brazos, que esto sea con el sudor de nuestros rostros".*

## LA PALABRA

"...la fe, si no tiene obras, Estã muerta en Sí misma. 18 Sin embargo, alguno Dirã: "Tú tienes fe, y yo tengo obras." ¡Muéstrame tu fe sin obras, y yo te mostraré, por las obras, mi fe! "  
(Santiago 2, 14-18)

Nuestra vida de fe y nuestras obras no pueden ir por diferentes caminos...

Amar a Dios, para San Vicente de Paúl, es consecuencia de amar al prójimo. Esto, que sin pensarlo mucho, nos puede parecer blasfemo, es el mismo principio de Mt 25... lo que hicisteis con estos mis pequeños... a mí me lo hicisteis".

Y el amor, se muestra con obras. Propias, no ajenas. Nuestras manos son instrumentos de los que Dios se sirve para servir. Implicación. En el que sufre, se ha de generar una liberación, una salida...

- ~ ¿Cómo es tu amor a Dios?
- ~ ¿Ves al pobre?
- ~ ¿respondes ante una injusticia? ¿y si la injusticia es ajena?
- ~ ¿Rezas? ¿sólo?

## CURIOSIDADES DE LA CANCIÓN

Si no recuerdo mal, fue la primera canción vocal que se compuso. La escribí para ver las posibilidades del equipo de grabación, de la mesa de mezclas, de las herramientas en general... y de las capacidades personales. Fue como... "si me gusta el resultado... sigo con el resto".

De las casi 50 pistas de audio que lleva esta canción, destacar la voz de Almudena y la cuerda y bajo de Juan Francisco. El resultado final hace que este tema se convierta en uno de mis favoritos.

## 11. GÓLGOTA

### LA PALABRA

Jesús salió cargando  
él mismo con la  
cruz, hacia un lugar  
llamado La Calavera,  
en hebreo Gólgota.  
Allí lo crucificaron  
con otros dos: uno  
a cada lado y en  
medio Jesús.  
(Juan 19, 17 ss.)

Nadie tiene amor  
más grande que el  
que da la vida por  
los amigos..  
(Juan 15, 13)

El Gólgota y la cruz es la memoria de que terminaste siendo un Crucificado y, naturalmente, remites a los crucificados de hoy y de siempre. Haces visibles a las personas, las familias y los pueblos que hoy siguen siendo crucificados.

En el fondo tu cruz denuncia que hay crucificados porque hay crucificadores. Y no es "políticamente correcto" recordar esto. Se prefiere mirar para otra parte y disfrutar de lo nuestro. Los crucificados, empobrecidos, se convierten en acusadores y nos inquietan. Eso se tolera en los informativos, pero hacerlo presente en el aula... eso es demasiado. La cruz, es la acusadora muerte de un inocente.

Constituye una llamada a la responsabilidad y a la solidaridad. Es aguijón de la conciencia adormecida. La cruz es el símbolo de la gran esperanza, de la liberación de todas nuestras esclavitudes.

¿De cuánta muerte son cómplices nuestras manos?

## CURIOSIDADES DE LA CANCIÓN

Cuando los instrumentos de una orquesta no están afinados, y cada uno intenta sobresalir violentamente sobre otro, se producen una serie de acontecimientos que les llevan a precipitarse, inexorablemente, hacia un final trágico y evidente...

Como la vida misma.

## CURIOSIDADES DE LA CANCIÓN

¿A quién no le resulta impactante este pasaje de la vida de Jesús?. Esto mismo se debió preguntar un catequista e la parroquia cuando me propuso una canción ambientada en Getsemaní. Bueno... al fin y al cabo, uno de los pilares de nuestras parroquias vicencianas es la cercanía a la realidad de los empobrecidos. Hágase!

En esta canción interviene únicamente la parte masculina del coro. Sergio se pone al frente de la voz principal.

A la mitad del canto, se añaden una especie de gritos. Es parte de una "haka". Es un canto del pueblo indígena maorí de la Polinesia que viene unido a una peculiar danza. Los guerreros lo ejecutaban para intimidar al enemigo antes de un combate. Es un baile ancestral en el que "todo el cuerpo debe hablar" por ello los guerreros, además de cantar, dan palmas con las manos y golpean con los pies en el suelo. Todo el cuerpo combina sus movimientos para expresar el coraje de los guerreros.

## 8. ¿CÓMO LLAMARME CRISTIANO?

DO SOL la  
¿Cómo llamarme cristiano

FA SOL DO  
si veo a un hermano llorar y no lloro con él?

SOL la  
¿Cómo llamarme cristiano

FA SOL DO  
si veo a un hermano sufrir y no sufro con él?

SOL la mi FA SOL  
Si no muero con él, si no sufro con él,

DO  
¿Cómo llamarme cristiano?

### SAN VICENTE DICE

*Nos engañamos con nuestras ropas decentes y nuestros rostros atildados; pero esos harapos, ese olor, esas enfermedades, esa desnutrición, tras de las que se asoman miradas de lobos... ison hombres!. Jueces duros e injustos, pero a los que es preciso servir como a nuestros dueños y iamarlos!"*

*"iSer cristiano y ver afligido a un hermano, sin llorar con él ni sentirse enfermo con él! Eso no es tener caridad; es ser cristiano en pintura; es carecer de humanidad; es ser peor que las bestias"*

*"Hagamos lo que hagamos, nunca creerán en nosotros si no mostramos amor y compasión hacia los que queremos que crean en nosotros"*

## LA PALABRA

"Porque tuve hambre y me diste de comer...".  
(Mateo 25, 35-40)

La insensibilidad ante el sufrimiento ajeno, la indiferencia, volver la mirada hacia realidades menos dolorosas... son posturas que muestran nuestra indolencia y nuestra escasa humanidad.

Si nos llamamos cristianos... esas posturas no tienen razón de ser. Revisarnos constantemente, orar, celebrar, servir, compartir... son herramientas que nos ayudarán a merecernos el nombre de "cristianos".

- ~ ¿En qué noto más incoherencias? ¿en mi pensar? ¿en mi hacer? ¿en lo que dejo de hacer?
- ~ ¿Qué capacidad tengo de ponerme en la situación del pobre?
- ~ ¿Cuáles son "mis causas" en la vida? ¿con qué realidades empatizo?

## LA PALABRA

Siento una tristeza de muerte.  
Quédense aquí conmigo y permanezcan despiertos.  
(Mateo 26, 36 ss.)

Y todo el que vive y cree en mí, no morirá jamás.  
(Juan 22, 26)

En cambio el fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, paciencia, afabilidad, bondad, fidelidad, mansedumbre, dominio de sí; contra tales cosas no hay ley.  
(Gálatas 5, 22-23)

Cuántos pueblos se encuentran en un doloroso Getsemaní, gritando con sus rostros y sus corazones rotos a un primer mundo que contempla impasible su sufrimiento.

Mientras tienen clavadas sus rodillas en tierra, elevan su vista a Dios para que calme su mal.

Ellos son ese pueblo abandonado que busca la tierra prometida "que les sacie la sed viva por toda la eternidad" (Brotos, Getsemaní del Pueblo).

## SAN VICENTE DICE

"Un gran motivo que tenemos (para alegrarnos de la vocación) es la grandeza de todo esto: dar a conocer a Dios a los pobres, anunciarles a Jesucristo, decirles que está cerca el reino de los cielos y que ese reino es para los pobres. ¡Qué grande es esto!".

"Todos los que amen a los pobres durante su vida no tendrán miedo a la muerte".



## 10. GETSEMANÍ

mi SOL RE LA  
Padre mío aparta de mí este cáliz.

No durmáis, velad en oración,  
que siento un gran dolor  
y hay gran soledad en mi corazón.

¡A tu lado estoy!

Hay dolor porque voy a morir  
La vida entrego hoy para que, por mí, tengas salvación.

No temo porque así se cumplirá en mí  
la voluntad de Dios, que es un Padre fiel, nunca se apartó.

¡Escuchad! Al pueblo que a El oró,  
no le abandonará porque en el dolor dando vida está.

¡Viviré!

## 9. ME SOBRA - ME FALTA

DO  
Me sobran palabras,  
FA  
me falta ponerle corazón.

DO FA  
Me sobra la prisa, me falta  
Fa DO  
ofrecerte mi atención.

FA  
Me sobran excusas para  
DO  
darme del todo y sin dudar.

Me faltan agallas  
FA fa DO  
que me lleven a la libertad.

DO SOL  
Tenemos la llave,  
la FA DO  
tenemos las ganas de cambiar  
SOL  
cambiar desde dentro  
FA  
nuestra realidad.

DO SOL la  
Mirando más alto, mirando  
FA DO  
más lejos, no hacia atrás.

SOL  
Cerrando las puertas

FA  
a la mediocridad.

Me sobra el orgullo,  
me falta acercarme a perdonar  
Me sobran los ruidos,  
me falta apagar...  
Me sobran temores, me falta  
amar y de verdad.  
Me faltan los pobres y si no...  
escúchame y verás:

Más de 10 millones de personas  
mueren cada año sin comida  
¿Medicinas? No. ¿Esperanzas? No.  
Y me quedo indiferente  
en mi cocina.  
Mueren los que sufren la violencia,  
mueren sin nacer  
los que están vivos...  
Queda algo de esperanza  
si tu corazón aún no está podrido.

Abrir las ventanas,  
cambiar todo el aire y respirar,  
dejar que en el mundo  
vuele la verdad.  
Mirando más alto...  
Tenemos la llave...

## LA PALABRA

Vosotros despojaos  
de la conducta  
pasada, de la vieja  
humanidad que se  
corrompe con  
deseos falaces;  
renovaos en espíritu  
y en mentalidad;  
revestíos de la nueva  
humanidad...  
(Efesios 4, 22 y ss.)

Ningún criado  
puede servir a dos  
señores, porque  
aborrecerá a uno y  
amará al otro; o  
bien se entregará a  
uno y despreciará al  
otro. No podéis  
servir a Dios y al  
Dinero.  
(Lucas 16, 13)

Despojarse, salir de la tierra, dejarlo todo... cómo nos cuesta realizar este esfuerzo de desprendimiento para ir tras los pasos de Jesús de Nazaret, que no tiene ni alforja, ni plata, ni lugar donde recostar la cabeza.

A veces no se trata de despojarse de cosas materiales, sino de algo más difícil... de la dependencia que nos han creado a lo largo de los años.

- ~ ¿Y si pensamos por un momento qué es lo que nos sobra en nuestra vida para seguir los pasos del Maestro?
- ~ ¿Hasta dónde estoy dispuesto a llegar?
- ~ ¿Qué me falta para seguirlo con decisión y generosidad?.
- ~ Y los pobres... ¿Qué lugar ocupan en este "desprenderse"?

## SAN VICENTE DICE

"Uno de los motivos que tiene la Compañía para entregarse por entero a Dios y desprenderse de todas las cosas de la tierra, de todo afecto a los bienes, honores y comodidades, es que nunca conseguirá nada sin ese desprendimiento, y no será capaz nunca de rendir un gran servicio a Dios. Los apóstoles lo abandonaron todo cuando se trató de seguir al Señor; del mismo modo nosotros, que nos hemos entregado a Dios para seguirle y que incluso hemos hecho los votos...".



## CURIOSIDADES DE LA CANCIÓN

Destacar la voz de Mercedes como solista.

Aunque no teníamos ni idea de rapear, quise añadir un fraseado en el CD. En principio iba a estar inserto en "Vamos a darnos la paz", pero terminó en "Me sobra me falta".