

Un encuentro con la esperanza

Espacio para el fortalecimiento interior
a través de la oración y la reflexión personal.

*Una iniciativa de
Fundación Centro Gumilla*



Presentación

Un Encuentro con la Esperanza nació en medio de una situación de incertidumbre y desánimo generalizado, provocada por la cuarentena que vivimos. En vista de ese panorama, la Fundación Centro Gumilla decidió ofrecer a su personal un espacio para el fortalecimiento interior, que les lleve a una cercanía profunda con Dios para puedan vivir abiertos a la esperanza y tengan herramientas espirituales para manejar el impacto emocional generado por la pandemia del coronavirus.

Hoy más que nunca necesitamos sentir que no estamos solos y que Dios corre por nuestras venas y se hace eco de nuestras alegrías, tristezas y esperanzas. Desde la FCG esperamos que esta experiencia de oración y reflexión sea fundante en nuestra vida para que nos renueve el corazón y nos haga ser transmisores de su mensaje de Esperanza en este momento.

La iniciativa comenzó como un espacio virtual, a través de Whatsapp, una vez a la semana. La calidad del material y la necesidad de tener espacios de encuentros íntimos con Dios, nos motivaron a elaborar una guía que facilitara la réplica del ejercicio.

Esperamos que este material sea de provecho para abrir nuestro corazón a la esperanza y sobre todo, que logremos fortalecer una relación profunda con Papá Dios.

Un abrazo fraterno,

P. Manuel Zapata, s.j.

Director General de la Fundación Centro Gumilla

Recomendaciones para compartir con el grupo antes de comenzar la oración.



Recomendaciones para el momento de la oración

Un encuentro con la esperanza

Espacio para el fortalecimiento interior
a través de la oración y la reflexión personal.

- 1** Antes de comenzar, busque un lugar tranquilo y cómodo y dispóngase a encontrarse con Dios y los hermanos.
- 2** Si le ayuda ponga música de fondo (instrumental, religiosa o clásica) con volumen bajo.
- 3** Prepare un altar para la oración (mesa con mantel [preferiblemente blanco], imagen de Cristo, de la Virgen o un Crucifijo y una vela encendida).
- 4** Siga la oración al ritmo que vayamos compartiendo en el chat.
- 5** Luego del ejercicio, les enviaremos una guía que les permita compartir la experiencia con familiares, amigos o facilitadores de la FCG.

Nota:

Estas son recomendaciones para seguir en la medida de las posibilidades de cada uno, lo más importante es la disposición personal.

Previo a la oración

Te invito a buscar una hoja de papel tamaño carta (preferiblemente una hoja reciclada), un lápiz y colores.

Te animo a tener un fondo musical. Música instrumental para acompañar la oración. Pero, si prefieres, puedes hacer la oración en silencio.

Plegarias por las familias

Nuestras familias

El Papa nos invita a rezar para que las familias en el mundo de hoy sean acompañadas con amor, respeto y consejo. Y de modo especial, sean protegidas por los Estados.

“La familia tiene que ser protegida. Son muchos los peligros a los que está enfrentada: el ritmo de vida, el estrés... A veces los padres se olvidan de jugar con sus hijos. La Iglesia tiene que animar y estar al lado de las familias ayudándolas a descubrir caminos que les permitan superar todas estas dificultades.”

Papa Francisco.

Paso 1. Toma tiempo para hacer silencio interior y responder: ¿qué deseo para las familias que están viviendo momentos difíciles?

Paso 2. Pídele a Dios por ese deseo que sólo Él ha colocado en los más profundo de tu corazón. Un deseo a través del cual te invita a dar vida y esperanza.

Repite una y otra vez, interiormente: Señor, deseo _____
(completa la petición con ese deseo profundo que Dios ha colocado en tu interior).

Paso 3. Ahora, lee detenidamente el siguiente pasaje de la Biblia. Del evangelio de Mateo, capítulo 2, versículos del 19 al 23.

Después de la muerte de Herodes, el Ángel del Señor se apareció en sueños a José en Egipto y le dijo: «Levántate, toma contigo al niño y a su madre y regresa a la tierra de Israel, porque ya han muerto los que querían matar al niño.» José se levantó, tomó al niño y a su madre, y volvieron a la tierra de Israel. Pero al enterarse de que Arquelao gobernaba en Judea en lugar de su padre Herodes, tuvo miedo de ir allá. Conforme a un aviso que recibió en sueños, se dirigió a la provincia de Galilea y se fue a vivir a un pueblo llamado Nazaret. Así había de cumplirse lo que dijeron los profetas: Lo llamarán “nazoreo”.

Palabra de Dios

Dejando pasar un par de minutos puedes leer nuevamente, contempla con tu imaginación las escenas que se describen en estas líneas del evangelio.

Luego, puedes preguntarte: ¿cómo habrán vivido José, María y el Niño este tiempo de persecución, de cambios, de incertidumbre?, ¿qué me dice ese modo de relación entre José y el Señor?, ¿cómo habrá sido recibida la Sagrada Familia en Nazaret?, ¿cuáles miedos acompañan en estos momentos a las familias en mi país, en mi pueblo o en mi barrio?, ¿qué me puede estar pidiendo Dios en este momento para proteger a mi familia o a las familias de la comunidad?

Paso 4. Continuemos la oración con el siguiente ejercicio. Toma la hoja de papel y divídela en dos partes. Puedes hacer una línea en la mitad de la hoja para obtener dos cuadrantes.

Primero: toma el primer cuadrante y dibuja en el centro una familia. Dibuja la familia como tú prefieras. Toma un par de minutos para detallar cada uno de los miembros de esa familia que imaginas, la puedes colorear.

El Papa desea que recemos por las familias que necesitan ser protegidas en estos momentos difíciles. Hoy, ¿qué desafíos enfrentan las familias en tu país, en tu pueblo o en tu barrio? Toma tiempo para pensar en esos desafíos.

Luego, escribe alrededor de la familia que dibujaste cada uno de esos desafíos, es decir, describe esas situaciones que ponen en peligro a las familias actualmente.

Segundo: Ahora piensa por un momento cómo podemos ayudar a esas familias. Toma tiempo para responder, ¿cómo están acompañadas las familias más vulnerables?, ¿cómo puedo ayudar?

Toma el segundo cuadrante y escribe cómo puedes ayudar a las familias que están abrumadas por tantos desafíos.

Luego de escribir tu respuesta contempla toda tu composición y ofrece este trabajo a Dios. Pon en manos de Dios todos estos problemas y sus posibles soluciones. Pide a Dios fuerza para ayudar y proteger a las familias a superar esos desafíos que viven hoy. Ayuda a las familias para que no se paralicen por la angustia y el temor, por el contrario, ayuda para que crezcan en amor y confianza.

Paso 5. Vamos a dar gracias a Dios por este tiempo dedicado a la oración.

Gracias por las familias

Las familias son fuente de vida, son el testimonio más claro del amor de Dios. Son los rostros que ayudan a escribir la vida. Familia es el que cuida, el que acoge, el que alimenta, el que abraza, el que aconseja, el que enseña a amar. Es el que acompaña en la sonrisa y en el llanto, el que sostiene cuando todo parece derrumbarse. Es el que está ahí, cerca o lejos, pero está. Es el que enseña a escribir, trabajar, jugar, cocinar, lavar... Es el nombre de la lágrima que cae por exceso de alegría o de dolor. Es la causa de trasnochos por preocupación. Es la emoción que acompaña ese abrazo tan esperado. Es la razón por la que amanece cada día.

Gracias Señor por cada familia, por cada uno de esos tesoros que cuidas con celo. Ayúdame Señor a cuidar de cada familia.
Sagradas familias a mi alrededor.

Paso 6. Aprovecha este instante para hablar con José, María y el Niño y contarle cómo te has sentido en este rato de oración.

Antes de finalizar, ¿qué compromisos asumes para ayudar y proteger a las familias que están viviendo momentos difíciles?

Paso 7. Para dar fin a la oración, presta atención a la canción *Cúidame*. Mientras disfrutas la canción, continúa dando gracias a Dios por la fuerza que te da todos los días para seguir adelante apostando por la vida, la paz, la justicia y el amor.

Al concluir la canción rezamos todos juntos el Padre Nuestro.

Un encuentro con la esperanza

Espacio para el fortalecimiento interior
a través de la oración y la reflexión personal.

*Una iniciativa de
Fundación Centro Gumilla*



Oración preparada por:
José Manuel Gómez González, s.j.

Diseño Gráfico: Departamento de Comunicaciones