

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.

Calma en la tormenta

Tómate un tiempo para relajarte y calmarte. Escucha los ruidos a tu alrededor y tu propia respiración. Haz esto una y otra vez hasta lograr la pacificación interior.

Disponte a encontrarte con PapáDios. Haz un gesto de reverencia ante él y pon tu vida en sus manos. Dile desde lo más profundo de tu corazón: “Te entrego todo y me abro a tu voluntad. Sea lo que sea, te doy gracias”.

El Señor me dice: “Te basta mi gracia, ya que la fuerza se pone de manifiesto en la debilidad”. Gustosamente, pues, seguiré enorgulleciéndome de mis debilidades, para que habite en mí la fuerza de Cristo (2 Cor 12, 9).

Antes de continuar con la oración, te invito que puedas escuchar la siguiente canción. (Aún en la tormenta)

Motivación

Hermanos, estamos viviendo tiempos muy difíciles, han aumentado los contagios y también los fallecidos. El tiempo pasa y cada vez son más cercanos los casos de contagio.

El papa Francisco, en pasadas homilías nos recordaba que los temores de los tiempos actuales son similares a los experimentados por los primeros seguidores de Jesús. Nos dice el Santo Padre que “Ellos, como nosotros, tenían miedo ante la oscuridad, ante la tormenta. ‘Entonces también tenían temor hacia el futuro y hacia todo lo que sería necesario reconstruir’”.

Por ello, te invitamos a que en este espacio de oración puedas concientizar las preguntas elementales que como cristianos nos hacemos ante la adversidad, ante la angustia.

Para eso, concretamente te invito a que puedas, en este momento, presentarte a nuestro Señor y decirle ¿cómo te sientes? ¿cómo estás? ¿qué te preocupa? Entrégale todo al Señor, para que Él las reciba y puedas aprovechar este espacio, que es tuyo.

Oración preparatoria

Luego realiza la oración preparatoria repitiéndola cuantas veces te sea necesaria:

Señor, que todas mis intenciones, acciones y operaciones se ordenen puramente al servicio y alabanza de tu Divina Majestad.

Petición

Luego, realiza la petición de esta oración, en esta oportunidad te propongo que puedas pedir al Señor:

Señor, dame la gracia de discernir tu presencia ante la adversidad.

Lectura bíblica

Una vez hecha la petición nos disponemos a leer el evangelio según San Marcos, saboreando cada palabra y sintiendo cómo esas palabras me las está diciendo el mismo Jesús en este momento.

Marcos 4:35 - 40

*Al anochecer de aquel mismo día, Jesús dijo a sus discípulos:
—Vamos al otro lado del lago.*

Entonces dejaron a la gente y llevaron a Jesús en la barca en que ya estaba; y también otras barcas lo acompañaban. En esto se desató una tormenta, con un viento tan fuerte que las olas caían sobre la barca, de modo que se llenaba de agua. Pero Jesús se había dormido en la parte de atrás, apoyado sobre una almohada. Lo despertaron y le dijeron:

—¡Maestro! ¿No te importa que nos estemos hundiendo?

39 Jesús se levantó y dio una orden al viento, y dijo al mar:

—¡Silencio! ¡Quédate quieto!

El viento se calmó, y todo quedó completamente tranquilo.

Después dijo Jesús a los discípulos:

—¿Por qué están asustados? ¿Todavía no tienen fe?

Palabra de Dios

Reflexión

En este espacio, si te sirve, te invito que puedas pensar y reflexionar la siguiente pregunta:

Ante la tormenta, Pedro le preguntó a Jesús: “¡Maestro! ¿No te importa que nos estemos hundiendo?”

Cómo cristianos, nosotros ¿qué le preguntamos a Dios ante la adversidad que estamos enfrentando actualmente y desde la perspectiva de la fe? ¿Qué nos preguntamos cuándo experimentamos la frustración, el dolor y el sufrimiento en estos tiempos de pandemia y agravamiento de la Emergencia Humanitaria? Te pedimos que escribas esas preguntas en un papel para que las compartas al final de la oración.

Después de hacernos estas preguntas, también escuchamos a Jesús: ¿Qué dice Jesús a la tormenta? ¿Qué nos dice a nosotros? Expresemos nuestros miedos y temores, nuestra falta de fe y nuestro deseo de sentir que no estamos solos, que Él está a nuestro lado en la tormenta.

Coloquio

Después de hacer la actividad, habla con Papá Dios, con Jesús o con la Virgen María, con quien te sientas más cómodo, plantéale cómo te sientes en ese momento: ¿qué cambió en ti durante este espacio? ¿qué cosas tienes que agradecer? ¿Qué te ha pedido el Señor en la oración?

Oración final

Para finalizar te invito a que puedas terminar este espacio pronunciando la Oración de San Ignacio de Loyola:

Toma, Señor, y recibe toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad; todo mi haber y mi poseer. Tú me lo diste, a Ti, Señor, lo retorno. Todo es Tuyo: dispone de ello según Tu Voluntad. Dame Tu Amor y Gracia, que éstas me bastan.

AMÉN

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:
Frank Hernández y Manuel Zapata, s.j.

Diseño Gráfico: Departamento de Comunicaciones