

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.

Los otros

San Ignacio nos invita a orar con nuestros sentidos. Por ello, tómate un tiempo para relajarte y calmarte. Observa a tu alrededor y hazte consciente del espacio que vas a vivir. Escucha los ruidos de tu alrededor y tu propia respiración. Siente como está tu cuerpo y pídele que te acompañe en este espacio. 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”.

Antes de continuar con la oración, te invito que puedas escuchar una canción.

Motivación

Hermanos, llevamos varios días compaginando el camino de la oración con este recorrido por la propia vida. En los últimos encuentros hemos insistido en lo propio. Hemos podido reflexionar sobre la propia vida, capacidades y limitaciones, miedos y heridas, lo que es uno mismo cuando se despoja de todo lo demás o lo que es uno mismo cuando decide construir...

Pues bien, en este recorrido hay una parte esencial que la forman y forjan los otros. Y sin esos otros la vida no se sostiene. Entre esos otros los hay cercanos: aquellos que forman parte de tu vida cotidiana. Quizás algunos estén caminando junto a ti en estos días. O tal vez sigan en casa, en sus lugares de origen, esperando a volver a verte dentro de unos días.

Esos otros son muchas veces el mayor apoyo. Sus palabras que nos llegan, su silencio que acompaña, su cariño que sostiene, su interés y preocupación que alientan... Ellos son tu gente. Te conocen y comprenden tu estado de ánimo con sólo verte el rostro. Saben de tus tormentas y tus calmas, de tus momentos de júbilo y tus horas más oscuras.

No hay relaciones perfectas. Con los otros tendrás a veces roces, y otras veces alegrías. En ocasiones habrá conflicto, y en otro encuentro cordial. Pero con ellos estás en casa.

En ese otro muchas veces encontramos el rostro de Dios, por eso, ¿por qué no dedicar este espacio a pensar en ellos? En sus Vidas, en lo que conoces –o lo que ignoras– de esa gente que es la tuya. En tus padres y sus preocupaciones, en tus hijos y sus sueños, en tus hermanos y sus vidas, en tus amigos y lo que les importa, en tus compañeros de comunidad, en tu pareja, cómo es, cómo siente, qué desea, qué espera...

Oración preparatoria

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

“Señor, dame tu luz para comprender el mensaje que se me diriges y fuerza para cambiar en mi corazón y en mi vida aquello que me aleja de Jesús”.

Petición

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

“Señor, dame la gracia de encontrarte en los otros y hacer tu voluntad”.

Lectura bíblica

Mt 12, 46-50

Nos disponemos a leer el evangelio según san Mateo, saboreando cada palabra y sintiendo cómo esas palabras me las está diciendo el mismo Jesús en este momento.

Jesús estaba hablando a la multitud, cuando su madre y sus hermanos, que estaban afuera, trataban de hablar con Él. Alguien le dijo: "Tu madre y tus hermanos están ahí afuera y quieren hablarte". Jesús le respondió: "¿Quién es mi madre y quiénes son mis hermanos?" Y señalando con la mano a sus discípulos, agregó: "Éstos son mi madre y mis hermanos. Porque todo el que hace la voluntad de mi Padre que está en el cielo, ése es mi hermano, mi hermana y mi madre".

Palabra del Señor

Reflexión

Jesús nos dice que "todo el que hace la voluntad de mi Padre que está en el cielo, ése es mi hermano, mi hermana y mi madre". En ocasiones, los otros, nuestros hermanos, no sabemos bien si son nuestro cielo o nuestra losa. Hay relaciones difíciles, de dependencia, de temor, donde no hay libertad; pero hay otras que son nuestro manantial.

Por eso, piensa hoy en tus gentes. Desde el interés y el deseo de que la vida les vaya bien. Desde la reflexión y la pregunta por sus vidas, sus problemas, sus inquietudes, sus anhelos. Piensa en lo que les hiere o lo que les anima, lo que acaso les desvela por las noches y lo que les hace estar risueños...

Piensa también en la relación que tienes con ellos. En las palabras pendientes, en las preguntas necesarias, en lo que todavía está por construir o por decidir, para ir trenzando un espacio en el que las vidas se encuentren y se respalden.

Piensa, si acaso te has visto reflejado en ello, en las relaciones en las que el amor se vuelve difícil, en esas situaciones en las que la vida palidece un poco. Y trata de pensar serenamente, con paz, con distancia, con cabeza... y buscando lucidez sobre lo que has de intentar vivir.

Coloquio

En este momento habla con Papá Dios, con Jesús o con la Virgen María, con quien te sientas más cómodo, y dile cómo te sientes en ese momento: ¿qué cosas tienes que agradecer? ¿Qué te ha pedido el Señor en tu relación con los hermanos?

Oración final

Para finalizar te invito a que puedas terminar este espacio leyendo el siguiente poema:

Quando estemos de nuevo con nosotros

Quando estemos de nuevo con nosotros contándonos los gestos,
cuando estemos hablando de las gentes a quienes más queremos, quédate,
por favor, mirando el surco que dejan tus dos ojos en mis huesos.
Y dame lo que puedas de tu alma, lo que no necesites de tu afecto,
lo que logres sacar sin sacrificio de tu casa de sueños.
Yo tomaré, de fiesta, lo que quieras, aunque sea el milagrillo más pequeño.
No es que yo sea mendigo, es que cualquier amor es amor bueno.
(Jorge Debravo).

Nota: oración tomada de la Guía Interior para Peregrinos y Caminantes, de José María Olaizola, SJ. Adaptación de Frank Hernández.

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