

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.

Descubrí tu presencia esperanzadora

Nota previa: Tener lápices de color y papel para la oración.

Preparación

Hermanos, una de las grandes bendiciones que San Ignacio de Loyola recibió durante su conversión fue ser llevado a comprender que Dios está continuamente ocupado en nuestras vidas. Que Dios está continuamente 'trabajando' en nosotros, laborando en los eventos ordinarios de nuestra cotidianidad para llevarnos a la plenitud.

San Ignacio descubrió la acción continua de Dios en su vida, por eso volvía frecuentemente a Dios en oración, se abría a la experiencia de Dios y buscaba ser guiado por él.

Hoy queremos encontrarnos con ese Dios que nos acompaña, celebrar su presencia en nuestra vida. Es un Dios que lo impregna todo y nos llena de esperanza.

Relajación

Ponte delante de Dios que te ama y te da la bienvenida, que te ilumina y te guía. Abraza al Dios que mora en ti, al Dios que continuamente está 'trabajando' en nosotros.

Toma una postura cómoda, respira pausado y lentamente, siente como tu cuerpo se oxigena... Relaja tu cuerpo y deja que se aligeren tus hombros, tu espalda, tus piernas y pies. Deja que todo tu cuerpo se disponga para vivir el encuentro.

Petición

Pídele a Dios la gracia de mirar sus acciones, pensamientos y motivos con honestidad y comprensión:

*“Señor, que en esta oración pueda descubrir
tu presencia en mi vida”.*

Lectura bíblica

Lectura del santo evangelio según San Lucas 10, 21-24:

Al regresar los setenta y dos discípulos de su misión, Jesús se estremeció de gozo, movido por el Espíritu Santo, y dijo: “Te alabo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque, habiendo ocultado estas cosas a los sabios y a los prudentes, las has revelado a los pequeños. Sí, Padre, porque así lo has querido. Todo me ha sido dado por mi Padre, y nadie sabe quién es el Hijo, sino el Padre, como nadie sabe quién es el Padre, sino el Hijo y aquel a quien el Hijo se lo quiera revelar”. Después, volviéndose hacia sus discípulos, Jesús les dijo a ellos solos: “¡Felices los ojos que ven lo que ustedes ven! Porque les digo que muchos profetas y reyes quisieron ver lo que ustedes ven y no lo vieron, oír lo que ustedes oyen y no lo oyeron”.

Palabra del Señor.

Meditación

El Evangelio nos presenta a Jesús en un “arrebato” de felicidad. Es un Jesús que ve con alegría cómo el Plan de Dios obra entre la gente sencilla.

Por eso, a la luz del Evangelio te invito:

- Caminar de regreso a través de tu semana. Revisa, busca con atención todas las formas en que Dios se te ha revelado. Ten en cuenta no sólo lo que hiciste o dejaste de hacer, o todo lo que te ha pasado, sino también todo lo que has sentido dentro de ti mismo y cómo experimentaste la presencia de Dios.

- ¿Dónde sentiste alegría o paz? ¿Y dónde te encuentras inestable, o sientes tristeza, temor o ansiedad? ¿Dónde estaba o no estaba Dios en esto?
- Recuerda los regalos que Dios te ha dado a lo largo de la semana: lo agradable y lo difícil, el gesto generoso, la palabra de aliento, un trabajo bien hecho, la familia, los amigos y todos los que te han ayudado a crecer. Todo, incluso tu propia persona, es un regalo de Dios.
- Pide la gracia del perdón de Dios que, con su gran amor y respeto remueve la esperanza y alegría en tu corazón.
- Mira hacia el mañana y, con Dios, planea concretamente cómo vas a vivirlo y como te gustaría que este caminara contigo.

Para trabajar en familia o en grupo

Escoge o dibuja un símbolo que muestre el significado de la presencia de Dios en tu vida. Si deseas puedes compartirlo.

Oración de cierre

Cerramos nuestro encuentro leyendo este poema:

Tu evangelio es fuego que me enciende, llamada que me pone en camino,
tesoro por el que lo vendo todo y soy tan pobre y tan rico.

Tu palabra despierta la pasión.

Tu vida es lección que me enseña a vivir, a querer, a saltar al vacío.
Contigo, los sueños son posibles, los tesoros infinitos, el amor eterno.
La puerta está abierta, y el hogar repleto, de momentos, de historias,
de encuentros.

La fe arriesga, y el miedo calla.

Me visto de Ti, en mi debilidad tu fuerza, y todo encaja...

José M.^a R. Olaizola, s.j.

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 Oración tomada del Centro Jesuita de Loyola.

Adaptación: Frank Hernández

Diseño Gráfico: Departamento de Comunicaciones