

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.

Enviados a la Misión

Preparación:

Hoy es un día más, tal vez un día como muchos otros, de esos que pasan en silencio... pero para Dios es un día más con nosotros y eso lo hace especial. En este día el señor nos sigue invitando salir a su encuentro, a ganar la vida, a soñar un mundo lleno de amor y alegría.

Sobre todo, en estos tiempos, en los que necesitamos agarrarnos a la esperanza, reaccionando con creatividad y agradecimiento. En estos días nos toca reinventar las formas de sanar, las maneras de estar juntos y de amar.

Reinventar el amor en estos tiempos del coronavirus pasa por leer de forma creyente las pequeñas cosas: es leer el trato de mis seres queridos; es compartir tareas; es cumplir honradamente, aunque no me vean y avanzar en el trabajo; es también amarse a uno mismo, pues a veces nos perdemos de vista (debemos parar y mirarnos por dentro, más allá de mirarnos por fuera); es permitirnos llorar y tener miedo, pero también reír; es dedicar tiempo a ese dolor, a esa necesidad de perdón que muchas veces nos atraviesa; es recuperar esa pasión dejada de lado; pero sobre todo es repensar, revisar, desafiarnos y agradecerlos.

Amar en estos tiempos de desiertos es dejarse tocar por Dios; es tomar decisiones, empezar, retomar, redescubrir y redescubrirse ante Dios; es atreverse a propagar el Evangelio –la reconciliación, el perdón, el encuentro, la alegría y la esperanza–, como forma de luchar contra el virus del miedo.

Relajación

Toma una postura cómoda, respira pausada y lentamente, siente cómo tu cuerpo se oxigena... Relájate y deja que se aligeren tus hombros, tu espalda, tus piernas y pies, y tus muslos. Deja que todo tu cuerpo se disponga para vivir el encuentro con Dios.

Tómate unos minutos para este ejercicio.

Petición

“Señor, que no sea sordo a tu llamada, sino presto y diligente para cumplir tu santísima voluntad”.

Iluminación bíblica

Lectura del Santo Evangelio según San Marcos (6, 7-13):

Jesús llamó a los Doce y los fue enviando de dos en dos, dándoles autoridad sobre los espíritus inmundos. Les encargó que llevaran para el camino un bastón y nada más, pero ni pan, ni alforja, ni dinero suelto en la faja; que llevarsen sandalias, pero no una túnica de repuesto. Y añadió: «Quédense en la casa donde entren, hasta que se vayan de aquel sitio. Y si un lugar no los recibe ni les escucha, al marcharse sacúdanse el polvo de los pies, para probar su culpa». Ellos salieron a predicar la conversión, echaban muchos demonios, unguían con aceite a muchos enfermos y los curaban.

Palabra del Señor

Meditación y contemplación

Jesús llamó a los Doce y entre ellos te llamó a ti. Piensa un poco, ¿cómo has vivido esa llamada en tu vida? ¿Te sientes llamado a formar parte de los discípulos del Señor? ¿Cuál de las misiones que él Señor dio a sus apóstoles la siento como propia? Toma unos minutos para sentir cuál es el llamado que Jesús te hace, ¿a dónde te envía? ¿Cuándo? ¿Cómo?

El señor nos invita a despojarnos de nuestras seguridades, a poner nuestra confianza en Él. ¿En mi vida pongo mi confianza en el Señor? ¿Qué cosas llevo para el camino? ¿Me dan libertad para responder a la misión que el señor me ha encomendado?

El Señor nos sigue invitando a salir al Reino, a reconciliar lo roto, a alegrar corazones, a devolver la vista, a regalar palabras de aliento. Hoy el Señor nos llama y nos envía. Pídele su luz para ir percibiendo en lo más cotidiano su llamado, para conocerlo cada día más y al conocerlo también amarlo y seguirlo.

Coloquio

Con confianza comparte con Jesús lo que has sentido en la oración, tus deseos de seguirle y escucharle. Deja un momento para que reconozcas las mociones (movimientos del Espíritu) que han surgido dentro de tu corazón en este rato de oración, agradécelas y mira hacia dónde te conducen.

Oración final

Coloquio en salida

Oigo mi nombre en tus labios, Señor de la Vida,
que me invita a salir al Reino,
con mis temores, pero con tu fuerza;
con mis dudas, pero con tus certezas;
con mis tropiezos, pero con tu mirada puesta en el horizonte;
con mis inseguridades, pero con tu promesa;
con mi debilidad, pero con tu esperanza;
con mi nada, pero con tu todo.

Y entonces salí, con ilusión y empeño, hacia el Reino
y no vi más que sonrisas, abrazos y encuentros.

(Glòria Díaz Lleonart)

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.

Diseño Gráfico: Departamento de Comunicaciones de Fundación Centro Gumilla