

# 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.

# Jesús Buen Pastor

## Preparación:

Iniciamos nuestro encuentro pidiéndole al Señor que venga a nuestra vida, a iluminar nuestro ser y hacer. Ven Señor esta tarde, ven a nuestro encuentro, porque contigo a mi lado confié en que reestablecerás nuestra vida con amor y esperanza.

Como parte de un mismo rebaño, en este encuentro, nos dejamos guiar por Jesús el Buen Pastor. Dejemos que él nos conduzca por los verdes prados que alimentan nuestra humanidad. Esos que nos dejan el corazón tranquilo y el alma serena. Jesús quiere cuidarnos, ahora en nuestra realidad, en nuestra vida, en nuestra condición de compañeros en la misión. Por ello, nos toca dejarnos guiar; dejar reposar nuestra autosuficiencia y confiar nuestra vida y proyectos a Él.

Que nuestro ser y hacer esté guiado por Jesús, “protector amoroso y cuidador de su rebaño”, supone aceptar su guía con corazón abierto, dispuestos a ser testigos alegres y esperanzados en esta realidad dura y fragmentada. Pero supone, también, asumir que Él vive hoy como nuestro pastor y, por tanto, su humanidad rebotante de amor puede guiar nuestra acciones, pensamientos y obras. Así mismo, es interiorizar las actitudes fundamentales que Él vivió, y esforzarnos por vivirlas hoy desde nuestra propia originalidad, prosiguiendo la tarea de construir el Reino de Dios que Él comenzó.

## Relajación

Dispongamos nuestro ser al encuentro con Jesús el Buen Pastor. Tómame unos minutos para relajarte, para sentir tu cuerpo, tu corazón, tus sentimientos. Respira profundo y lentamente hasta lograr la paz interior.

## Petición

Repítese internamente:

“Jesús Buen Pastor, ayúdame a sentir tu cuidado y protección en mi ser y hacer; guíame por los prados de la esperanza y llena mi corazón de humildad para ser guiado por tu amor.”

## Iluminación bíblica

Lectura del Santo Evangelio según San Juan 10, 11-18

En aquel tiempo, dijo Jesús: - «Yo soy el Buen Pastor. El Buen Pastor da la vida por las ovejas; el asalariado, que no es pastor ni dueño de las ovejas, ve venir al lobo, abandona las ovejas y huye; y el lobo hace estrago y las dispersa; y es que a un asalariado no le importan las ovejas.

Yo soy el Buen Pastor, que conozco a las mías, y las mías me conocen, igual que el Padre me conoce, y yo conozco al Padre; yo doy mi vida por las ovejas. Tengo, además, otras ovejas que no son de este redil; también a éstas las tengo que traer, y escucharán mi voz, y habrá un solo rebaño, un solo Pastor. Por esto me ama el Padre, porque yo entrego mi vida para poder recuperarla. Nadie me la quita, sino que yo la entrego libremente. Tengo poder para entregarla y tengo poder para recuperarla: este mandato he recibido de mi Padre.»

Palabra del Señor.

## Meditación:

La figura de Jesús Buen Pastor se ha convertido en una de las imágenes más queridas de Jesús. Pues, nadie está pensando en Jesús como un pastor autoritario dedicado a vigilar y controlar a sus seguidores, sino como un pastor bueno que es capaz de cuidar.

Esta imagen se ha convertido un mensaje de consuelo y confianza para sus seguidores. Primero, porque el "pastor bueno" se preocupa de sus ovejas. No las abandona nunca. No las olvida. Vive pendiente de ellas. Por tanto, está siempre atento a las más débiles o enfermas. No es como el pastor mercenario que, cuando ve algún peligro, huye para salvar su vida, abandonando al rebaño.

Segundo, porque "El pastor bueno da la vida por sus ovejas". Hasta cinco veces repite el evangelio de Juan esta oración. El amor de Jesús a la gente no tiene límites. Ama a los demás más que a sí mismo. Ama a todos con amor de buen pastor que no huye ante el peligro, sino que da su vida por salvar al rebaño.

En esta meditación dedica unos minutos a pensar en cómo es tu imagen de Jesús, como te relacionas con Él. Ya que con frecuencia vivimos una relación bastante pobre con Jesús. No creemos que él cuida de nosotros. Se nos olvida que podemos acudir a él cuando nos sentimos cansados y sin fuerzas o perdidos y desorientados.

Guía tu meditación con las siguientes preguntas: ¿cómo es mi relación con Jesús? ¿Su voz es la guía de mí ser y hacer cotidianos? ¿Siento que Dios me juzga por mis errores y equivocaciones o siento que Dios es un buen pastor que me busca y cuida cuando mis acciones son incoherentes y sin horizonte? ¿En mi vida, siento el amor de Jesús el Buen Pastor? ¿Cómo he vivido y sentido el amor de Jesús Buen Pastor? Pregúntate también, ¿cuál es tu modo de ser pastor en la misión y proyectos que actualmente desarrollas? Cuando te toca ser guía de otros, ¿soy capaz de guiar con amor y cuidado? ¿Me relaciono con los demás con libertad y cariño?

## Coloquio

Agradece a Dios la experiencia vivida, preséntale los frutos de la oración.  
Pídele que te siga acompañando en tu vida, con amor y cariño.

## Oración final

Cierra el encuentro con la siguiente oración y rezando un Padre Nuestro.

### Lo que quiero ser

Quiero ser pastor que vele por los suyos;  
árbol frondoso que dé sombra al cansado;  
fuente donde beba el sediento.

Quiero ser canción que inunde los silencios;  
libro que descubra horizontes remotos;  
poema que deshiele un corazón frío;  
papel donde se pueda escribir una historia.

Quiero ser risa en los espacios tristes,  
y semilla que prende en el terreno yermo.  
Ser carta de amor para el solitario,  
y grito fuerte para el sordo...

Pastor, árbol o fuente, canción, libro o poema...  
Papel, risa, grito, carta, semilla...  
Lo que tú quieras, lo que tú pidas,  
lo que tú sueñes, Señor... eso quiero ser.

**José María 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 preparada por Frank Hernández y Manuel Zapata, s.j.

**Nota:** La meditación ha sido orientada por reflexiones del evangelio de José Antonio Págola.

**Diseño Gráfico:** Departamento de Comunicaciones de Fundación Centro Gumilla