

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.

Nuestro mandamiento

Preparación:

Queridos hermanos, en el encuentro de hoy queremos detenernos a observar y sentir nuestra historia de amor, nuestros recuerdos y vivencias de alegría y salvación. Por ello, siguiendo las anotaciones de la Contemplación para alcanzar amor, pediremos “conocimiento interno de tanto bien recibido...”, porque solo reconociendo nuestra experiencia de amor es que somos capaces de amar.

La Meditación para alcanzar amor forma parte de la “pedagogía del amor”, de la cuarta semana de los Ejercicios Espirituales (EE.EE). En ella, San Ignacio nos quiere enseñar el nuevo modo de actuación y compromiso de los seguidores de Jesús. Pero también nos quiere advertir dos cosas:

- **La primera** es que el amor se debe poner más en las obras que en las palabras.
- **La segunda:** que el amor consiste en comunicación de las dos partes, es a saber, en dar y comunicar el amante al amado lo que tiene o de lo que tiene o puede, y así, por el contrario, el amado al amante; de manera que, si el uno tiene ciencia, dar al que no la tiene..., y así el uno al otro. (EE.EE)

El amor cristiano es un DON, dispongámonos a vivir el auténtico amor de Jesús.

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

Ahora repite internamente:

Señor, ilumina nuestra memoria para agradecer tu amor en nuestras vidas. Enciende la llama de la fe para entregarnos con pasión a los desafíos de la Iglesia y de nuestro país. Haznos dóciles a tu Voz y a tu Espíritu para alimentar el horizonte de la esperanza.

Iluminación bíblica

Lectura del Santo Evangelio según San Juan 15, 9-17

Jesús dijo a sus discípulos: Así como el Padre me ha amado a mí, también yo los he amado a ustedes. Permanezcan en mi amor. Si obedecen mis mandamientos, permanecerán en mi amor, así como yo he obedecido los mandamientos de mi Padre y permanezco en su amor. Les he dicho esto para que tengan mi alegría y así su alegría sea completa. Y este es mi mandamiento: que se amen los unos a los otros, como yo los he amado. Nadie tiene amor más grande que el dar la vida sus amigos. Ustedes son mis amigos si hacen lo que yo les mando. Ya no los llamo siervos, porque el siervo no está al

tanto de lo que hace su amo; los he llamado amigos, porque todo lo que a mi Padre le oí decir se lo he dado a conocer a ustedes. No me escogieron ustedes a mí, sino que yo los escogí a ustedes y los comisioné para que vayan y den fruto, un fruto que perdure. Así el Padre les dará todo lo que le pidan en mi nombre. Este es mi mandamiento: que se amen los unos a los otros.

Palabra del Señor

Meditación:

Para San Juan, el amor es la motivación que debemos tener en todas nuestras acciones. Por eso, nos recuerda como Jesús nos pide amar, que no es otra cosa que amar como Él mismo nos ha amado. Para Jesús, ese es el verdadero amor y esa es la medida: nos debemos amar como Él nos ha amado.

Pero para amarnos debemos saber cómo es el amor de Jesús. Por eso, primeramente, “trae a la memoria los beneficios recibidos de creación, redención y dones particulares, ponderando con mucho afecto cuánto ha hecho Dios nuestro Señor por mí...”. (EE.EE)

Segundo, “mira cómo Dios habita en las criaturas, en los elementos dando ser, en las plantas vegetando, en los animales, en los hombres dando entender; y así en mí dándome ser, animando, y haciéndome entender...” (EE.EE)

Tercero, “considerar cómo Dios trabaja y labora por mí en todas cosas criadas sobre la faz de la tierra, Así como en los cielos, elementos, plantas, frutos, ganados, etc., dando ser, conservando y vegetando, etc.” (EE.EE)

Para reflexionar pregúntate:

¿Cuáles son los dones concretos y cotidianos con los que Dios me regala su amor? ¿Cómo es su amor en el día a día de mi vida? ¿Cómo actúa Dios en mi alrededor? ¿Dónde puedo reconocer su acción? ¿Cuál es su invitación?

El amor de Dios no es algo que se agota en un momento determinado, sino que sigue operando día a día, por ello, reconocerlo es lo que me permite a mí amar, dar amor.

Oración de cierre

Cerramos con un coloquio:

A la virgen maría: para que nos ponga con su hijo y que nos permita estar siempre cerca de Él. Rezamos un ave María.

Por ultimo pedimos a Dios que nos conceda la bendición: en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu santo, amén.

Dos virtudes

Ni al orgullo ni al odio des cabida,
sirve a otros, amando en abundancia,
que el amor y humildad son los
que alcanzan lo más bello
y sublime de la vida.

El ejemplo de Cristo nos invita
a amar a los demás, sin arrogancia,
sin darle a nuestro hacer mucha
importancia
evitando lo que la envidia incita.

Lo humilde, es compañero de lo amable.

Las dos virtudes van emparejadas,
brindando un fruto bello y agradable.
Que unidas, suelen ser sacrificadas;
La uva, para dar su vino alegre,
precisa por los hombres ser pisada.

Daniel Nuño

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