

# 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.

## Dios: nuestro principio y fundamento

### **Animación:**

El encuentro anterior le pedíamos al Señor que moviera y transformara nuestro corazón para que al igual que Ignacio nos dejáramos guiar por senderos de servicio y amor. A partir de esa experiencia queremos disponer el encuentro de hoy para reflexionar en oración sobre el Principio y Fundamento que Ignacio propone en los EE.EE. Ya que en esta experiencia resume todo su caminar de conversión y de seguimiento de los senderos del Señor, resume su manera de ver a Dios, a la persona, al mundo, a la vida... Ignacio de Loyola propuso el Principio y Fundamento, como un método para encontrar a Dios y ganar en libertad interior. Es por eso, que el Principio y Fundamento, constituye la mínima materia prima (principio) con la que alguien podría empezar a considerar su vida, y así empezar a fundar (fundamento) un edificio de decisiones vitales sobre cimientos realmente sólidos.

La grandeza del Principio y Fundamento es que puede ofrecerse a cualquier persona, creyente o no, de una cultura u otra... criterios. Pues no hemos sido simplemente arrojados a esta “órbita solar”, sino creados y arropados con un fin, con una vocación, un ‘para’ genuino que nos identifica. Somos creados en Dios y esa es nuestra verdad: nuestro principio y sentido se encuentra en un Dios que nos ha creado por amor.

Descubrir esta experiencia es una tarea que nos toca experimentar en nuestra vida, para vivir con alabanza y agradecimiento. Trazar nuestro Principio y Fundamento nos da el sentido trascendente de nuestra vida. Pues hay una profunda antropología al situar al hombre, al situarnos a nosotros mismos, como criatura de un Dios que es Amor – Compasión – Misericordia. Un Dios cercano, trinitario, creador, que se da con nosotros.

Pensarnos y experimentarnos creados en un Dios, seguramente nos dará mucha libertad, pero también un deseo profundo de cooperación consciente con el hermoso proyecto que Él tiene sobre nosotros, sobre los demás y sobre todo el mundo.

## **Relajación**

Tomemos pues, unos minutos para relajarnos y hacernos conscientes del momento que vamos a vivir. Respiremos profundo y lentamente, sintiendo esa alegría, esperanza y tranquilidad que nos da el encuentro con Dios. Relajemos nuestro cuerpo, sintiendo nuestra respiración. Sintiendo cómo se oxigena en cada respiro, sintiendo cómo nuestros pulmones se llenan de vida y tranquilidad al respirar pausada y lentamente.

## **Petición**

Repita internamente la siguiente petición:

Señor, que pueda experimentarte como el Dios Amoroso, Compasivo y Misericordioso sobre el que puedo fundamentar mi vida.

## **Preámbulo Ignaciano**

Principio y fundamento [EE 23].

El hombre es creado para alabar, hacer reverencia y servir a Dios nuestro Señor, y mediante esto salvar su alma; y las otras cosas sobre la faz de la tierra son creadas para el hombre y para que le ayuden en la prosecución del fin para que es creado. De donde se sigue que el hombre tanto ha de usar de ellas, cuanto le ayudan para su fin, y tanto debe quitarse de ellas, cuanto para ello le impiden. Por lo cual es menester hacernos indiferentes

a todas las cosas criadas, en todo lo que es concedido a la libertad de nuestro libre albedrío y no le está prohibido; en tal manera que no queramos de nuestra parte más salud que enfermedad, riqueza que pobreza, honor que deshonor, vida larga que corta, y por consiguiente en todo lo demás; solamente deseando y eligiendo lo que más nos conduce para el fin que somos criados. (San Ignacio, Ejercicios Espirituales 23).

## **Iluminación Bíblica**

Lectura del libro de Colosenses 1, 13 -19

Porque Él nos ha librado de la potestad de las tinieblas, y trasladado al reino de su amado Hijo, en quien tenemos redención por su sangre, el perdón de pecados. Él es la imagen del Dios invisible, el primogénito de toda creación. Porque en él fueron creadas todas las cosas, las que hay en los cielos y las que hay en la tierra, visibles e invisibles; sean tronos, sean dominios, sean principados, sean potestades; todo fue creado por medio de él y para él. Y él es antes de todas las cosas, y todas las cosas en él subsisten; y él es la cabeza del cuerpo que es la iglesia, él que es el principio, el primogénito de entre los muertos, para que en todo tenga la preeminencia; por cuanto agradó al Padre que en él habitase toda plenitud.

Palabra del Señor

## **Meditación personal**

El texto de Ignacio y la lectura bíblica, nos llevan a meditar sobre dos cuestiones: "Principio y Fundamento". Estas dos cuestiones son dos sustantivos para saborear. Principio: habla de origen, punto de partida, verdad de la cual se deriva todo lo demás. Fundamento: es lo que permanece, da estabilidad, solidez o razón.

Por ello, reflexiona en torno a cuál es tu principio y fundamento. Es decir, qué es lo que mueve tu vida; cuál es esa tierra sobre la que pones tus raíces más hondas; el sentido y la razón que hace que te levantes por las mañanas y siga adelante; el motor que me dinamiza e impulsa tu quehacer diario. En definitiva, pregúntate ¿cuál es esa roca firme sobre la que vas construyendo el edificio de tu vida?

Vuelve sobre el principio y fundamento de Ignacio y detente sobre alguna palabra o frase quédate ahí. Ve qué es lo que te va diciendo el Señor. No te apresures. No es una tarea, es una oración. Puedes preguntarte... ¿Qué sentimientos te produce leer y meditar este texto? ¿Cuál es el principio y fundamento de tu vida?

Ignacio nos invita con su Principio y Fundamento a que reconozcamos ante todo que no vivimos en el aire y que necesitamos anclar nuestro yo en una roca sólida: Dios. ¿Por qué? Porque somos criaturas surgidas de Su Amor. Él, sólo Él, nos hace únicos. Irrepetibles. Con sentido. Amados. ¡Y llamados! porque somos «por y para algo», «por y para Alguien». Nuestro centro está más allá de nosotros mismos y nuestro proyecto de vida está en el corazón de Dios desde siempre.

Escribe, reflexiona y saca provecho.

## **Oración de cierre**

“San Ignacio encomendó a Nuestra Señora su peregrinar hacia Jesús”. Finalizamos nuestro encuentro encomendándonos a nuestra Madre María; recemos juntos un Ave María.

Por último, pedimos a Papá Dios que nos conceda la bendición: en el Nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

## ORACIÓN

Lo más importante no es - que yo te busque,  
sino que tú me buscas en todos los caminos (Gn 3,9);

- que yo te llame por tu nombre,  
sino que tú tienes tatuado el mío en la palma de tu mano (Is 49,16);

- que yo te grite cuando no tengo ni palabra,  
sino que tú gimes en mí con tu grito (Rm 8,26);

- que yo tenga proyectos para ti,  
sino que tú me invitas a caminar contigo hacia el futuro (Mc 1,17);

- que yo te comprenda,  
sino que tú me comprendes en mi último secreto (1 Cor 13,12);

- que yo hable de ti con sabiduría,  
sino que tú vives en mí y te expresas a tu manera (2 Cor 4,10);

- que yo te guarde en mi caja de seguridad,  
sino que yo soy una esponja en el fondo de tu océano (EE 335);

- que yo te amé con todo mi corazón y todas mis fuerzas,  
sino que tú me amas con todo tu corazón y todas tus fuerzas (Jn 13,1);

Porque, ¿cómo podría yo buscarte, llamarte, amarte...  
si tú no me buscas, me llamas y me amas primero?

El silencio agradecido es mi última palabra,  
mi mejor manera de encontrarte.

Benjamín González Buelta, 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 elaborada por Frank Hernández. Complementada por diversos textos  
producidos por jesuitas: Luis Ramírez, s.j.; Joan Morera Perich s.j.; Gerardo Villar, s.j..

Diseño Gráfico: Departamento de Comunicaciones de Fundación Centro Gumilla.