

# 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.

# La conversación espiritual en nuestra Misión

## Preparación

Queridos/as compañeros/as: el encuentro anterior estuvimos orando y dando gracias a Dios por los diversos compañeros de misión que hemos encontrado en la Fundación Centro Gumilla. Recordamos sus rostros, las alegrías compartidas y los valores que guían nuestra relación.

En el encuentro de hoy quiero invitarles a reflexionar y orar sobre las conversaciones que sostenemos con nosotros mismo, con los otros y con Dios, pues, nuestro Padre Amoroso nos sigue creando y quiere seguirse comunicando con la ternura propia del criador con su criatura, implicándose en la diversidad del mundo y en la diversidad de cada uno de nosotros.

La conversación que estamos invitados a sostener, no es cualquier tipo de conversación. Estamos llamados a crear conversaciones espirituales, es decir, conversaciones sobre aquello que nos importa en la vida: nuestras mociones, nuestros fracasos, nuestras esperanzas, nuestra oración, nuestra pobreza... aquellas de dónde sacamos las fuerzas para vivir.

La espiritualidad Ignacia nos acerca a las conversaciones espirituales como dinámica en la cual los corazones se encuentran y se unen en Dios. Esta experiencia ayuda a que cada uno de los participantes en la conversación salga del propio amor, querer e interés, salve la proposición del prójimo, haga silencio y escuche y se haga cargo de lo que dice la otra persona y se exprese también en lo más profundo de sí mismos.

En la tradición ignaciana la conversación espiritual, al conversar se capta la presencia de Dios en cada una de las personas. La conversación espiritual está vinculada fundamente a la cotidianidad por eso como forma de diálogo ayuda al discernimiento personal y apostólico.

## Relajación

Aprovecha un momento para aligerar tus cargas y ponerlas en las manos de Jesús que dice “vengan a mí los que están cansados y agobiados, y yo los aliviaré. Carguen con mi yugo y aprendan de mí, que soy tolerante y humilde de corazón, y encontrarán descanso para su vida. Porque mi yugo es suave y mi carga ligera” (Mt. 11,28-30).

Cuéntale al Señor cómo te sientes al comienzo de la oración y experimenta cómo te va aliviando. Luego respira profundamente y siente tu pertenencia a la creación de Dios, de dónde has salido. Agradece y disponte a continuar la oración.

## Petición

Señor Jesús, dame la gracia de descubrirte vivo en el diálogo con mis hermanos.

## Iluminación Bíblica

Lectura del Evangelio Según San Lucas 24, 13 - 35

Y he aquí que aquel mismo día dos de ellos iban a una aldea llamada Emaús, que estaba como a once kilómetros de Jerusalén. Y conversaban entre sí acerca de todas estas cosas que habían acontecido. Y sucedió que mientras conversaban y discutían, Jesús mismo se acercó y caminaba con ellos. Pero sus ojos estaban velados para que no le reconocieran. Y Él les dijo: ¿Qué discusiones son estas que tienen entre ustedes mientras van andando? Y ellos se detuvieron, con semblante triste. Respondiendo uno de ellos, llamado Cleofás, le dijo: ¿Eres tú el único visitante en Jerusalén que no sabe las cosas que en ella han acontecido en estos días?

Entonces Él les dijo: ¿Qué cosas? Y ellos le dijeron: Las referentes a Jesús el Nazareno, que fue un profeta poderoso en obra y en palabra delante de Dios y de todo el pueblo; y cómo los principales sacerdotes y nuestros gobernantes le entregaron a sentencia de muerte y le crucificaron. Pero nosotros esperábamos que Él era el que iba a redimir a Israel. Pero además de todo esto, este es el tercer día desde que estas cosas acontecieron. Y también algunas mujeres de entre nosotros nos asombraron; pues cuando fueron de madrugada al sepulcro, y al no hallar su cuerpo, vinieron diciendo que también habían visto una aparición de ángeles que decían que Él vivía. Algunos de los que estaban con nosotros fueron al sepulcro, y lo hallaron tal como también las mujeres habían dicho; pero a Él no le vieron. Entonces Jesús les dijo: ¡Oh insensatos y tardos de corazón para creer todo lo que los profetas han dicho! ¿No era necesario que el Cristo padeciera todas estas cosas y entrara en su gloria? Y comenzando por Moisés y continuando con todos los profetas, les explicó lo referente a Él en todas las Escrituras. Se acercaron a la aldea adonde iban, y Él hizo como que iba más lejos. Y ellos le instaron, diciendo: Quédate con nosotros, porque está atardeciendo, y el día ya ha declinado. Y entró a quedarse con ellos. Y sucedió que al sentarse a la mesa con ellos, tomó pan, y lo bendijo; y partiéndolo, les dio. Entonces les fueron abiertos los ojos y le reconocieron; pero Él desapareció de la presencia de ellos. Y se dijeron el uno al otro: ¿No ardía nuestro corazón dentro de nosotros mientras nos hablaba en el camino, cuando nos abría las Escrituras? Y levantándose en esa misma hora, regresaron a Jerusalén, y hallaron reunidos a los once y a los que estaban con ellos, que decían: Es verdad que el Señor ha resucitado y se ha aparecido a Simón. Y ellos contaban sus experiencias en el camino, y cómo le habían reconocido en el partir del pan.

## **Meditación personal**

En la narración de los discípulos de Emaús existen muchos elementos que pueden captar nuestra atención. Pero en esta oportunidad queremos detenernos en la conversación que se da entre los discípulos de Emaús y entre estos con Jesús.

Es una conversación que nos introduce en el misterio del Resucitado; 'nos abre los ojos' para encontrar a Dios vivo y presente en nuestras propias cruces y 'nos prepara el corazón' para la conversión y el anuncio de la Buena Noticia a aquellos que han perdido la esperanza.

Aprovecha este encuentro para reflexionar y sacar provecho:

¿Qué experiencias tienes de diálogo profundo y espiritual con otros?

¿Reconoces ahí la presencia de Dios? ¿Eres capaz de sentir cómo arde tu corazón de gozo y alegría cuándo lees la historia de la salvación en tu vida?

¿Cultivo la conversación espiritual en mi vida cotidiana y en el trabajo? ¿Sé escuchar con paciencia y ternura los gozos y las esperanzas de los demás?

¿Cómo vivo en mi interior que mi trabajo es misión? ¿He sentido la presencia del Espíritu en la conversación espiritual?

## **Oración de cierre**

Cerramos nuestro encuentro con un Coloquio (conversación) con Jesús y rezando la siguiente Oración:

Señor Jesús,  
te pedimos luz y claridad de espíritu  
para que podamos escuchar, acoger  
y descubrir tu presencia en medio de nuestras vidas  
y aportar con sencillez lo que vivimos,  
que te escuchemos en las palabras gozosas o sufrientes  
de nuestros hermanos,  
que te acojamos con respeto y cariño  
al escuchar a nuestros hermanos,  
que sintamos cómo nos acoges  
a través de las personas con las que nos comunicamos,  
que sintamos tu presencia y tu enseñanza  
como los discípulos de Emaús.

Amén.

Pere Borrás



# 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 y Manuel Zapata, s.j.  
Corrección de estilo, Manuel Zapata, s.j.

Citas y textos tomados de la "ficha 06, El cuidado, el cuerpo y el afecto".  
Disponible en: <https://ignatius500.org/>

Diseño Gráfico: Departamento de Comunicaciones de Fundación Centro Gumilla.