

# 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.

# "Conversión: Camino cuaresmal de oración"

## Preparación

Queridos/as compañeros/as:

Hoy nos encontramos más adentrados en este desierto de reconciliación. Estamos llamados durante toda la vida a vivir la conversión y el discernimiento pero, sin lugar a dudas la cuaresma sigue siendo un momento del año litúrgico propicio para volver a reconectar con la fuente de vida que habita en nosotros: el Espíritu Santo.

"No nos cansemos de orar. Jesús nos ha enseñado que es necesario «orar siempre sin desanimarse» (Lc 18,1). Necesitamos orar porque necesitamos a Dios." (Francisco, 2021). En la espiritualidad ignaciana la oración tiene un espacio especial en el día a día de la persona. Oramos para conversar con Dios, entregarle nuestras necesidades, ofrecer nuestros dones, escuchar su voz, agradecer por tanto bien recibido, pedir su luz y su gracia en nuestra cotidianidad o simplemente orientar nuestra vida al creador. La oración expresa un proceso de conversión de mente y corazón a la voluntad de Dios.

En el orar diario conseguimos los insumos necesarios para discernir la vida cotidiana. Jesús, nuestro amigo y compañero de camino, nos pide siempre hacer el bien, sin embargo, nuestra labor está en saber elegir entre lo bueno y lo mejor. ¿Le doy importancia a la oración en mi día a día? ¿Converso con Jesús mi vida cotidiana?

Sin lugar a dudas orar es un ejercicio, necesita de determinación y constancia para que el ejercitante saque el máximo provecho de estos momentos de profundización. No en vano Ignacio nos dejó una experiencia tan profunda de oración y contemplación como los son los Ejercicios Espirituales.

No queremos dejar de pasar esta oración sin hacer una acción de gracias especial por este próximo 12 de marzo, en el cual se celebró en la Iglesia del Gesù una Eucaristía presidida por el Papa Francisco con el motivo del 400 aniversario de la canonización de San Ignacio de Loyola y San Francisco Javier. Una historia que hoy nos dice lo mismo: orar, discernir y contemplar en la acción.

## **Relajación**

Toma este tiempo de oración para reflexionar junto a PapáDios como está siendo tu actuar en este tiempo. Ve relajando tu cuerpo: tus pies, tus piernas, tu espalda, tus hombros, tus brazos y cabeza. Toma una postura cómoda, respira pausado y lentamente, siente cómo tu cuerpo se oxigena...

Intenta también disponerte para el encuentro. Piensa en tus preocupaciones y sentimientos: cansancio, alegría, tristeza, motivación... ofrécelos a Papa Dios. Tranquiliza tu espíritu, recuerda “a dónde voy y a qué” (EE 239).

## Petición

Señor, enséñame a orar para poder encontrarte.

## Iluminación Bíblica

Lectura de la Buena Noticia según San Lucas 7,1 -10

Cuando terminó de enseñar al pueblo con estas palabras, Jesús entró en Cafarnaúm. Había allí un capitán que tenía un sirviente muy enfermo al que quería mucho, y que estaba a punto de morir. Habiendo oído hablar de Jesús, le envió algunos judíos importantes para rogarle que viniera y salvara a su siervo. Llegaron donde Jesús y le rogaron insistentemente, diciéndole: «Este hombre se merece que le hagas este favor, pues ama a nuestro pueblo y nos ha construido una sinagoga.»

Jesús se puso en camino con ellos. No estaban ya lejos de la casa cuando el capitán envió a unos amigos para que le dijeran: «Señor, no te molestes, pues ¿quién soy yo, para que entres bajo mi techo? Por eso ni siquiera me atreví a ir personalmente donde ti. Basta que tú digas una palabra y mi sirviente se sanará. Yo mismo, a pesar de que soy un subalterno, tengo soldados a mis órdenes, y cuando le ordenó a uno: “Vete”, va; y si le digo a otro: “Ven”, viene; y si digo a mi sirviente: “Haz esto”, lo hace.»

Al oír estas palabras, Jesús quedó admirado, y volviéndose hacia la gente que lo seguía, dijo: «Les aseguro que ni siquiera en Israel he hallado una fe tan grande.»

Y cuando los enviados regresaron a casa, encontraron al sirviente totalmente restablecido.

Palabra del Señor.  
Gloria a Ti, Señor Jesús.

## Meditación personal

¡Qué gran ejemplo de oración el que nos presenta el Evangelio! En primer lugar, el capitán pagano muestra una confianza absoluta en que Jesús curará a su sirviente. En segundo lugar, envía mediadores para que intercedan ante Jesús y le alcance su solicitud. En tercer lugar, se siente indigno, pero se abre al poder de la gracia de la sanación que sale de Jesús. Su fe es inquebrantable y fuerte. Tiene la certeza de que Jesús le ayudará y por eso se pone en sus manos.

También los cristianos de hoy tenemos la certeza de que Jesús se hace presente en nuestra vida cuando acudimos con confianza a él. Él viene a nuestra casa, al hermano, a la naturaleza, la escuela, barrio, los que ríen y los que lloran, los enfermos y necesitados y otros. Y viene siempre a salvar, a liberar y curar, a redimir y animar la vida.

El asombro de Jesús es contundente: “Les aseguro que ni siquiera en Israel he hallado una fe tan grande”. Nuestra está por encima de nuestras normas, rituales y concepciones religiosas. Por ejemplo, el soldado era romano y no creía en la fe judía por principio; sin embargo, se abre a ella a través de Jesús. La cuaresma es un tiempo para abrirnos a la novedad de Dios, al Dios Siempre Mayor, que trasciende nuestras propias visiones, costumbres o prácticas.

Esta cuaresma nos invita a fortalecer la oración, teniendo presente la afirmación jesuánica: “Yo soy el camino, la verdad y la vida. Nadie va al Padre sino por mí. Si me conocen a mí, también conocerán al Padre. Pero ya conocen y lo han visto.” (Jn 14, 6-7). Hay que orar mirando a Jesús, aprendiendo de Él en nuestras grandes decisiones, discernimientos y en la cotidianidad. Qué este tiempo de cuaresma nos ayude a volver la mirada hacia Él para que conociéndole, podamos amarle y amándolo, podamos seguirle.

Antes de terminar esta meditación vuelve a leer el fragmento del Evangelio de San Lucas, pero ahora imagina que eres el mensajero del capitán pagano. Imagina salir de casa dejando al siervo enfermo, llevas el mensaje de tu jefe. ¿Qué sentirías al ver al Maestro, ese hombre del que tanto se habla? Mírale a los ojos y entrégale el mensaje. ¿Qué le dirías a Jesús luego de cumplir tu labor? Ahora, oye sus palabras cuando vuelves diciéndole que no tienes que llegar a casa del enfermo: “Les aseguro que ni siquiera en Israel he hallado una fe tan grande”. Ahora regresa a casa, lleno de emociones, contrariado, pero lleno de paz. Y al final sorpréndete, el siervo está sano y se pone a conversar contigo. Acuérdate de Jesús de Nazaret. Conviértete.

## Coloquio

Finaliza este encuentro con un Coloquio (conversación) a Jesús donde le dejas hablar y hablas tú. Recoge junto a Él los frutos de esta oración y agradece su presencia silente en todas las cosas. Al final lee el siguiente poema:

Anoche cuando dormía  
soñé ¡bendita ilusión!,  
que una fontana fluía  
dentro de mi corazón.

Di: ¿por qué acequia escondida,  
agua, vienes hasta mí,  
manantial de nueva vida  
en donde nunca bebí?

Anoche cuando dormía  
soñé ¡bendita ilusión!,  
que una colmena tenía  
dentro de mi corazón;



y las doradas abejas  
iban fabricando en él,  
con las amarguras viejas,  
blanca cera y dulce miel.

Anoche cuando dormía  
soñé ¡bendita ilusión!,  
que un ardiente sol lucía  
dentro de mi corazón.  
Era ardiente porque daba  
calores de rojo hogar,  
y era sol porque alumbraba  
y porque hacía llorar.

Anoche cuando dormía  
soñé ¡bendita ilusión!,  
que era Dios lo que tenía  
dentro de mi corazón.

Antonio Machado

Gloria al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo.

Como era en el principio, ahora y siempre, por los siglos de los siglos.

Amén.

# 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 Rafael Poleo y Manuel Zapata, s.j.  
Correcciones: Frank Hernández y Manuel Zapata, s.j.**

## **Bibliografía:**

Distribuidora San Pablo. (1995). La Biblia Latinoamericana. Madrid: Editorial Verbo Divino.  
Francisco. (11 de noviembre de 2021). MENSAJE DEL SANTO PADRE FRANCISCO PARA LA CUARESMA 2022. Recuperado el 9 de marzo de 2022, de La Santa Sede:  
<https://www.vatican.va/content/francesco/es/messages/lent/documents/20211111-messaggio-quaresima2022.html>

Loyola, I. d. (9 de marzo de 2022). Ejercicios espirituales de San Ignacio de Loyola. Obtenido de Ejercicios espirituales de San Ignacio de Loyola: <http://www.raggionline.com/saggi/scritti/es/ejercicios.pdf>  
Sahagún, C. (. (1973). Siete Poetas Españoles. Madrid: Taurus Ediciones, S.A.

Diseño Gráfico: Departamento de Comunicaciones de Fundación Centro Gumilla.