

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 ASCENSIÓN DEL SEÑOR EN LA VIDA DEL CRISTIANO

Preparación

Queridos/as compañeros/as:

La Ascensión es la experiencia que tiene Jesús de subir al corazón del Padre, luego de pasar por el mundo haciendo el bien, acoger la cruz, morir y resucitar. En este sentido, esta experiencia es también la acción de reconocimiento del Padre del modo cómo Jesús vivió su vida. El acoge a Jesús y en Él acoge a toda la humanidad en sus sufrimientos para darle vida plena. Por ello, para los cristianos la ascensión es un símbolo de Esperanza porque Jesús está ahora junto al Padre, intercediendo por nosotros para que un día podremos llegar con Él a gozar de la felicidad eterna.

Con la Ascensión, Jesús alcanza la meta final de su misión y es exaltado por Dios. De este modo, se hace Señor y Primogénito entre sus hermanos. La plenitud sólo se alcanza al final y es un don de Dios. Jesús ha ascendido al Cielo y nos espera en la meta. Nosotros debemos trabajar para cumplir con nuestra misión en la tierra. Hay que vivir como Él, amar como Él, buscar el Reino de Dios.

Para la vida cristiana la ascensión es un misterio que nos hace ser realistas: la tierra que pisamos, donde hacemos la vida no es destino definitivo, pero sí que influye lo que realizamos mirando al cielo: el cristiano pisa tierra sin dejar de mirar al cielo, donde está el Señor; y hacemos presente al Señor en la tierra con nuestro “vivir cristiano”, con nuestro anunciar su Evangelio.

Cristo asciende al cielo, pero no lo hace sin estar marcado por la humanidad vivida, por los amigos de camino, por los dolores de La Pasión. El Jesús que sube a los cielos incorpora esa humanidad al Reino.

Cristo asciende al cielo, pero no lo hace sin estar marcado por la humanidad vivida, por los amigos de camino, por los dolores de La Pasión. El Jesús que sube a los cielos incorpora esa humanidad al Reino.

Relajación

Prepara tu corazón, busca un lugar cómodo que te sirva para encontrarte con aquel que asciende a los cielos. Ve relajando tu cuerpo: tus pies, tus piernas, tu espalda, tus hombros, tus brazos y cabeza.

Toma una postura cómoda, respira profundamente, vota el aire y vuelve respirar lentamente, siente cómo tu cuerpo se oxigena, relaja tu mente y tu corazón y dispón todo tu Espíritu.

Ve haciendo conciencia de tus sentimientos: cansancio, alegría, tristeza, motivación, ofrece todos estos sentimientos a Dios. Y ponte en sus manos.

Petición

Padre, que mi vida sea camino hacia ti a ejemplo de Jesús de Nazaret.

Iluminación Bíblica

Lectura del santo evangelio según San Lucas (24,46-53):

En aquel tiempo, dijo Jesús a sus discípulos: “Así estaba escrito: el Mesías padecerá, resucitará de entre los muertos al tercer día y en su nombre se predicará la conversión y el perdón de los pecados a todos los pueblos, comenzando por Jerusalén. Ustedes son testigos de esto. Yo les enviaré lo que mi Padre ha prometido; Ustedes quédense en la ciudad, hasta que lo revista de la fuerza de lo alto.” Después los sacó hacia Betania y, levantando las manos, los bendijo. Y mientras los bendecía se separó de ellos, subiendo hacia el cielo. Ellos se postraron ante él y se volvieron a Jerusalén con gran alegría; y estaban siempre en el templo bendiciendo a Dios.

Palabra del Señor.

Gloria a Ti, Señor Jesús.

Meditación personal

Nuestra humanidad sube al cielo en el corazón de Jesús. Nuestro Señor se vuelve el vínculo entre lo humano y lo divino, nos hace hijos por ser Él hijo, y así tenemos al Padre de la creación como nuestro Padre. Jesús no se va, sino que ya en su divinidad nos promete al Espíritu Santo.

Su encarnación es su paso a la tierra, su ascensión es nuestro paso a lo divino. El vuelve al cielo y nos lleva adjuntos en su corazón.

Pidamos, al Señor Jesús, en la solemnidad de su Ascensión a los cielos poder mirar a lo alto para contemplar su gloria y llenarnos de gozo y esperanza, pero también poder mirar a esta tierra en la que habitamos y a la que Él nos envía a evangelizar para hacerlo presente en donde aún no lo conocen, y descubrirlo vivo en donde menos imaginamos que Él está. Sabemos que el Señor, va con nosotros y mantiene viva en nuestro corazón la llama del deseo. Cuando nuestra fe vacile, pidamos al Señor resucitado que tenga a bien concedernos la gracia de un encuentro personal con Él para dar fruto y seguir edificando su Reino.

Reflexiona:

- ¿Cómo vivo mi camino al cielo?
- ¿Mi vida ordinaria la concibo como aspiración a llegar al corazón del Padre?
- ¿Me siento parte del corazón de Jesús que sube al cielo?
- ¿Soy capaz de ver el reino de Dios en esta tierra?
- ¿Me dejo guiar por su Espíritu en mi proceder diario?

Coloquio

Finaliza este encuentro con un Diálogo personal con Jesús. Recoge junto a Él los frutos de esta oración y agradece su presencia. Deja que las palabras dirigidas al Padre fluyan y escucha su voz, déjate iluminar por ellas y acógelas en tu corazón.

Oración de cierre

Dios mío, Cristo Jesús, que has abierto el cielo a la tierra.
Me has perdonado, me has salvado, con tu inmenso amor.
Me has enseñado el camino para llegar a ti,
el dar la vida toda por amor.
Yo Señor es todo lo que quiero, nada más pido,
que vivir eternamente junto a ti.
Que la felicidad de saber que allí en el cielo
estás preparándome un lugar,
alimente mi esperanza, mi fe para continuar todos los días
llevando a todos lo que me has enseñado.
Que no me venza el temor, que no me paren las dificultades,
que no me envilezca la incompreensión.
Que donde quiera que vaya, cada cosa que haga
yo sea testigo de tu amor,
de que Tú has vencido a la muerte y que
nos conduces a la Vida Eterna.
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 elaborada por Ángel Santaella.
Correcciones: P. Manuel Zapata, s.j.**

Bibliografía:

<https://www.aciprensa.com/recursos/la-ascension-del-senor-2147>
<https://es.zenit.org/2017/05/23/solemnidad-de-la-ascension-del-senor/>
<https://www.ciudadredonda.org/calendario-lecturas/evangelio-del-dia/comentario-homilia/hoy>