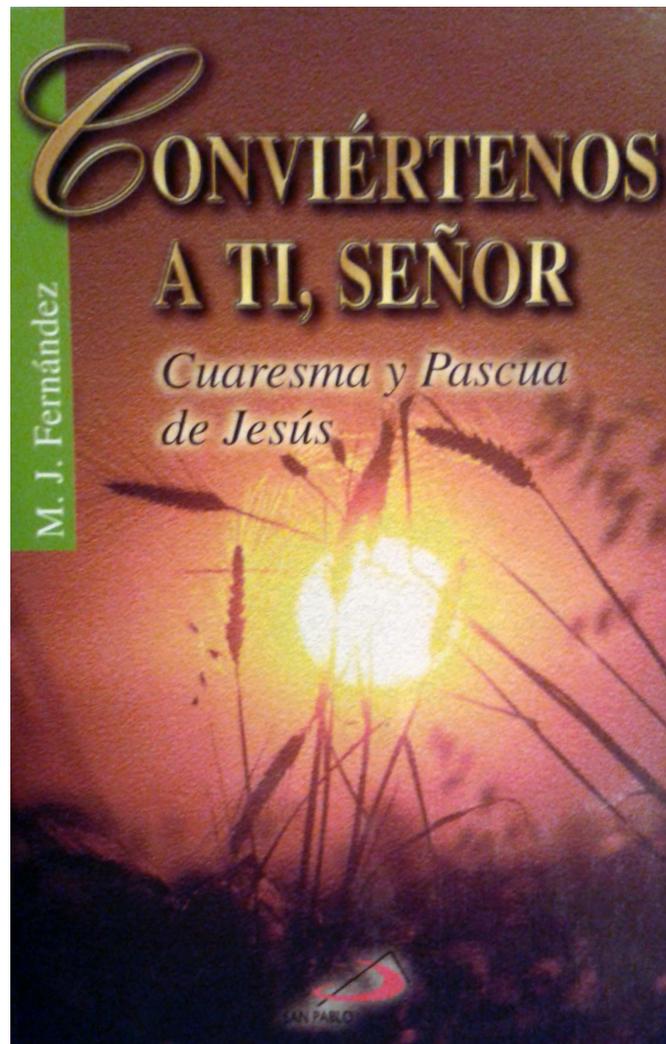


Manuel J. Fernández Márquez

Conviértenos a ti, Señor

Vida y contemplación en Cuaresma y Pascua del Señor



Introducción

Este libro no es un tratado teológico sobre la conversión ni un estudio exegético o histórico sobre la Pascua en la tradición judía o sobre la Pascua de Jesús.

Este libro quisiera ser una plegaria, nacida del corazón que grite al Señor tu Dios, desde tu soledad o desde tu vivencia comunitaria: ¡Conviértenos a ti, Señor...!

Quiero que estas páginas sean una oración nacida de ti, de ti mismo, sin ropajes ni ansiedades, sin conquistas ni derrotas, sin falsas imágenes ni falsas humildades. Una oración que brote de ti, de lo más limpio y sano que eres tú, impulso hacia Dios.

Quiero que este libro sea una oración que de ti vaya a Dios directamente, sin intermediarios. Una oración que vaya simplemente a Dios, que es a quien de verdad se ora, se alaba y se bendice porque sí, sin más razones. Una oración que sea un lazo de amor al Señor, que confirme y anude más tu comunión con él.

Ojalá que esta oración sea cada día volver de nuevo al Señor, para que él te convierta, te conduzca a él y te centre más en él..., único centro absoluto que marca la órbita de nuestra existencia. Una oración que, al final de cada jornada, te haya aproximado un poco más que ayer al Señor de tu vida y de tu muerte, de tu fiesta y de tu trabajo.

Quiero que este libro sea un modo de orar la vida, un modo de transformarla. Una manera de convertir la vida en oración y la oración en vida contemplativa. Una vida nueva que nace del agua pura de tu alma y del Espíritu del Señor.

Así será tu oración una fuente cristalina de amor a los hermanos, en torno a Jesús vivo y resucitado, donde compartir sea amar, donde sufrir sea acompañar, donde vivir sea convivir y contar con el otro...

En realidad..., este libro no puede ser una oración. La oración eres tú, vuelto hacia Dios... Tú, con tus manos abiertas, tu mente en silencio y tu corazón abierto de par en par, todo entero, para que te llene Dios, y sólo Dios. En realidad..., tu oración es Dios, su Espíritu que vive y respira en ti y, en el silencio de tu ser, pronuncia esa palabra, suave y ardiente, que enciende y enamora tu alma sólo de Dios.

En realidad..., tu oración es vivir tu amistad y tu comunión con Dios. Vivir y sentir tu alma fundida en Dios, al calor de su amor.

La oración así es vida, es vital siempre, en cada instante del día, en cada sitio donde te encuentres. Porque la oración así, vivida como unión de amor con Dios, no ocupa lugar ni tiempo. Es el aire que se respira, es la luz que te ilumina, es el amor que te esponja el corazón y te enamora...

La oración así, vivida de verdad, dura todo el día, y también la noche. Porque con el día y la noche no cambia tu alma, ni su amor, ni su luz, ni la unión transformante que vivís los dos, fundidos en comunión.

La oración verdadera, auténticamente vivida, es como la luz del día, de un día que nunca acabará porque la luz de Dios nunca se extingue sino que se eterniza en la vida.

La oración, así, es el mejor regalo de Dios. Pídeselo continuamente, porque los regalos de Dios hay que añorarlos y acogerlos cada día porque siempre están ahí, esperando que los recibas con humildad y gratitud. La oración así vivida es para decirle al Señor:

¡Gracias, Señor, por ti, porque eres el mejor regalo de mi vida!

¡Gracias, Señor, por ti, porque me has dado un corazón capaz de recibir tu amor y unirte en comunión contigo!

Ojalá este tiempo litúrgico de Cuaresma y Pascua de Jesús sea una nueva experiencia del paso del Señor por nuestra vida. Ojalá sea una nueva ocasión de crecimiento interior y un nuevo paso hacia nuestra transformación en Cristo Jesús. Crecimiento que se realiza en la plenitud del Espíritu que Jesús derrama sobre los apóstoles como inicio de un eterno Pentecostés sobre todos nosotros.

Quiero ayudarte a vivir tu vida en estos momentos fuertes de conversión, como es la Cuaresma, y de plenitud de salvación, como es la Pascua de Jesús y la efusión de su Espíritu. Nuestra vida es un continuo proceso de conversión y un volver nuestro rostro, una y otra vez, acogiendo la pascua eterna de la salvación de Dios. Paso del Señor que desde la cruz y la resurrección de Jesús, se extiende hasta el final de los tiempos. “Yo estaré con vosotros siempre hasta la consumación del mundo” (Mt 28, 20b).

Este libro no para leerlo seguido, de un tirón, y dejarlo en la estantería. Es para vivirlo. Es un libro que te puede acompañar, como un fiel amigo, en esta nueva andadura de la Cuaresma y de la Pascua de Jesús. Te ayudará a evocar experiencias y reflexiones personales. Te sugerirá lecturas y textos sagrados evocadores. Te facilitará sencillas invocaciones, ejercicios de oración y de contemplación para rumiarlos y gustarlos en tu corazón.

Es un libro para practicar con constancia y paciencia cada día a lo largo de esta época litúrgica. Solo aquello que ejercitamos con perseverancia, lo asimilamos y deja honda huella en nosotros. Encontrarás pautas para ejercitarte y disponerte para abrir las puertas de tu existencia al nuevo y eterno paso del Señor y a recibir abundantemente la efusión de su Espíritu.

Los núcleos fundamentales del libro son: Cuaresma, la Pascua de Jesús y Pentecostés, como experiencia de ese continuo derramarse de Dios en nuestros corazones, que nos capacita para vivir desde su Espíritu nuestra vida diaria y la comunidad cristiana.

No está organizado por semanas sino por temas que, en conjunto, puedan ayudar a la reflexión personal y a la vivencia de oración. Por ello, dentro de cada bloque fundamental, se puede avanzar en ese mismo orden, retroceder o seleccionar, según la necesidad o el Espíritu te inspire...

Ojalá que esta Cuaresma sea para ti una nueva conversión a Dios, y la Pascua de Jesús y Pentecostés sean una renovación de la vida ordinaria y comunitaria, vividas desde el Espíritu de Dios que habita en nuestros corazones... (cf 1Cor 3,16).

CUARESMA, UN CAMINO DE CONVERSIÓN



1

Sentido de la cuaresma



Otra vez la cuaresma

Hoy quiero compartir contigo mis inquietudes sobre la cuaresma. Lo mismo que empiezo yo, empiezas tú. Con los mismos deseos y temores. ¡Son tantas ya las «cuaresmas» comenzadas y terminadas! ¡Son tantos los esfuerzos intentados y las frustraciones conseguidas! ¡Son tantos los desánimos que impregnan nuestra cuaresma, por los mezquinos resultados conquistados...!

Además, la cuaresma no nos atrae nada. No nos importaría empezar de nuevo el adviento... Pero la cuaresma, no. Hoy es un día gris, en este primer paso de la cuaresma. Si prefieres, “negro”, molesto...

Hoy es el miércoles de ceniza. Un día gris, como la ceniza, y quizás un poco ennegrecido por los tizones de mis maldades y pecados. Un día marcado por la penitencia y el arrepentimiento. Un día que nos abre la puerta de nuestro sótano, donde se han ido escondiendo en su oscuridad, todo lo malo y débil, todo lo vergonzoso y miserable que ha marcado nuestra historia. Allí, amontonado, desordenado y de cualquier manera, está todo mi pasado.

Hoy es un día gris, oscuro. No añorado ni deseado, porque nos ahoga, nos deprime y nos encierra en sus cadenas.

Así, vivida de este modo, es angustiosa la cuaresma. Es triste. De luto. Así, la huyo y la temo. No. No quiero empezar la cuaresma. No quiero volver otra vez a la triste historia de mis pecados y condenas, de mis debilidades y vergüenzas. No quiero vivir entre lágrimas angustiosas y enfermizas por lo que fui, soy y volveré a ser, si nuestro Padre Dios no lo remedia.

Sin embargo, ahí está la cuaresma. Sin más. Porque toca. Porque llegó su hora, y el calendario nos la impone sin entender a razones vitales.

De nuevo a quemar nuestras caretas, las que nos pusimos anteayer y las que llevamos desde siempre. De nuevo a desempolvar nuestro rostro, para vernos descubiertos, ante nosotros y ante la vida. “Eres polvo, y en polvo te convertirás”. Eres poca cosa. Eres nada. Y lo poco que eres, en polvo se convertirá.

¡Qué aliciente!?! ¡Qué agobio vivir! Mejor es no vivir. Mejor es morir, atravesar este valle de lágrimas cuanto antes, y resucitar. O no se podrá resucitar. ¿Será la vida muerte, y la muerte vida?

Qué difícil es la cuaresma sin un rayo de luz. La cuaresma no tiene luz. Es oscura. La luz está al final. **Es el paso del Señor.** Es que el Señor va a pasar. El anuncio precursor que nos llega hoy es la luz. Nuestra esperanza nace hoy, miércoles de ceniza, de esa luz precursora que nos anuncia que el Señor pasará a nuestro lado, que siempre está pasando y que nos podemos preparar para recibirlo.

La cuaresma, pues, no es sólo un tiempo litúrgico. Es una dimensión esencial de la vida en sí misma. Es el camino hacia la Pascua. Desde que Abrahán salió de su tierra hacia la tierra prometida, atravesando desiertos y oasis, la vida humana está marcada por la llamada de Dios hacia una meta y por un camino, con dificultades y alicientes, que nos conducen hasta ella.

Así, la cuaresma, como camino hacia la Pascua, es una descripción y un aprendizaje de la vida misma. La cuaresma es un modo de vivir la vida como peregrinos hacia la tierra prometida. La cuaresma, cada año, nos presenta de nuevo la panorámica de la vida en su totalidad para entrenarnos en ella.

Así, la cuaresma no se encierra en sí misma. No es un lamento sordo, ni una penitencia vacía. Es un mirarnos a nosotros mismos en nuestra oscuridad, caminando hacia la luz del Señor que se aproxima.

Así, la cuaresma no se centra en su propia oscuridad, sino que nos abre un camino para acercarnos y prepararnos para la Pascua del Señor.

¡Cuántas veces pasas delante de mí, Señor, y no te veo, ni me doy cuenta que cruzas ante mis ojos!

¡Cuántas veces, Señor, voy por la vida enjaulado en mis preocupaciones y ansiedades, y encerrado en mis oscuros túneles de mezquinos intereses!

Hoy quiero empezar estos cuarenta días preparando mi mente y mi corazón para descubrirte y acogerte en tu nuevo paso por mi vida.

Hoy quiero caer en la cuenta de que vivir es caminar entre el desierto y el oasis buscando tu luz y tu presencia, Señor.

Hoy quiero comenzar la cuaresma, preparándome para recibir el “paso” que cada día el Señor da hacia mí. Cada día es cuaresma, si salgo de mí, vacío, buscando al Señor. Cada día es Pascua si presiento, en cada instante y en cada latido, la presencia del Señor.

Hoy quiero empezar la cuaresma más puro, más ágil, con más experiencia que ayer. Quiero vivirla de verdad. Sin tapujos ni engaños, sin fingimientos ni comedias. Quiero empezar la cuaresma con ilusión y realismo. A ver si por fin, en esta nueva cuaresma, vivo una nueva efusión del Espíritu del Señor. En Pentecostés se acaban los miedos y empieza una nueva vida. En Pentecostés está la tierra prometida. La tierra donde brilla la fraternidad, y la verdad. Donde las utopías son realidad. Donde la realidad se idealiza. En Pentecostés el Espíritu de Jesús nos inunda de alegría.

La cuaresma será, pues, un camino, una actitud, una postura ante la vida, hacia la plenitud de nuestra transformación personal y hacia la plenitud de nuestra comunidad cristiana. Todos seremos uno en Dios, y Dios plenitud en todos nosotros.

Reflexión personal

1. ¿Qué significa en mi vida concreta “la cuaresma”?
2. ¿Qué repercusión tiene en el camino de mi vida espiritual?
3. ¿Noto en mi interior, a lo largo de “tantas cuaresmas”, una auténtica transformación de mi corazón, o ya me he acostumbrado a esta época litúrgica que apenas si deja una huella externa?

4. Aunque tenga inquietudes sinceras, ¿no es posible que mi actitud más profunda esté ya instalada en un cómodo conformismo, respecto a mi búsqueda de Dios?
5. ¿Hay muchas cosas en mi vida que me separan de Dios? ¿Por qué no me las tomo en serio?
6. ¿Qué te ayudaría a vivir con más hondura el espíritu de conversión en tu comunidad o familia?
7. ¿Qué podríamos hacer entre todos para vivir y celebrar la Pascua de Resurrección?



Sugerencias

- * Aunque esté viviendo en el mundo de lo “relativo”, quiero vivir siempre en el mundo de lo Absoluto.
- * En el miércoles de ceniza, se nos invita a quemar nuestra careta, a despojarnos de nuestras máscaras, a desprendernos del personaje que representamos en la vida...
- * Necesitamos situarnos ante nosotros mismos con sinceridad y con humildad, reconociéndonos tal como somos...
- * Dos actitudes muy diferentes se pueden tener en la vida:
 - La vida empieza en cada instante y nunca termina...
 - La vida nunca empieza y termina en cada instante...¿Cómo la vives tú?
- * “La vida no es el bien ni el mal, sino simplemente el escenario del bien y del mal.” (SÉNECA)
- * Despierta a tu ser profundo, a tu hambre y sed de Dios...
- * Ábrete sinceramente y sin miedo a tu propia luz,
a tu propia verdad,
a tu propia vida...
y acabarás encontrándote con la luz de Dios,
con la verdad de Dios,
con la vida de Dios...
- * Haz de tu vida un camino que te conduzca al centro de tu ser, a la experiencia de Dios, al amor a los demás...
- * La meta de la cuaresma es resucitar con Jesús, es prepararnos para vivir una creciente experiencia de Jesús resucitado...
- * La cuaresma es tiempo de gracia del Señor para renovarnos interiormente, y disponernos para acoger el Espíritu de Cristo resucitado en nuestra vida personal, familiar y comunitaria...
- * “No se puede ver a Dios y seguir viviendo”. Dichosos vosotros porque vuestros ojos ven...
- * “Quien me ha visto a mí, ha visto al Padre...”
- * “¡Señor, que vea!”
- * “Ahora puedes dejar a tu siervo irse en paz, porque mis ojos han visto a tu salvador.”
- * “Antes te conocía de oídas, ahora te han visto mis ojos.”

Textos bíblicos:

- * *“El ayuno que yo quiero es éste, -oráculo del Señor-:
Abrir las prisiones injustas,
soltar los cerrojos de los cepos,
dejar libre al oprimido, romper todos los cepos;
partir tu pan con el hambriento,
hospedar a los pobres sin hogar,
vestir al que ves desnudo,
y no te apartes de tu semejante.
Entonces brotará tu luz como la aurora,
enseguida tu herida se curará;
te abrirá camino la justicia,
te seguirá la gloria de Dios.
Entonces clamarás al Señor y te responderá;
gritarás y te dirá: “aquí estoy”.
Porque yo, el Señor, tu Dios, soy misericordioso.”
(Is 58, 6-9a).*
- * *“Cuando ayunéis, no pongáis cara triste, como los hipócritas,
que desfiguran su rostro para que los hombres noten que ayunan;
en verdad os digo que ya recibieron su recompensa.
Tú, en cambio, cuando ayunes, perfuma tu cabeza y lava tu rostro,
para que tu ayuno sea visto, no por los hombres,
sino por tu Padre Dios que está allí en lo secreto;
y tu Padre, que ve en lo secreto, te recompensará.”
(Mt 6, 16-18).*

Otros textos

- * Qo 1, 1-9.
- * Is 58, 3-4.
- * Is 55, 6-8.

Ejercicio1

Sentirse por dentro

1. Nos sentamos en una postura que nos ayude a centrarnos...

Relajarse,
pacificarse,
centrarse...

2. Sentir nuestro cuerpo por dentro,
como si fuésemos buceando
dentro de nosotros...

Recorrerlo por dentro lentamente, procurando sentirlo:

la cabeza, el cráneo,
el cuello,
los hombros,
el brazo derecho hasta la punta de los dedos,
el brazo izquierdo hasta la punta de los dedos,
el tronco..., recorriendo hacia abajo
la columna vertebral, vértebra a vértebra,
la pierna derecha hasta la punta de los dedos,
la pierna izquierda hasta la punta de los dedos...

3. Podemos volver a recorrer todo nuestro cuerpo,
despacio,
procurando sentirlo por dentro,
desde la cabeza hasta los pies...

4. Sentir cómo vamos descansando,
cómo vamos sintiéndonos tonificados,
en paz,
en armonía...

5. Permanecemos atentos a la respiración,
en el silencio de todo nuestro ser...

Ejercicio 2

Encuentro con el “YO PROFUNDO” (centro personal)

Yo no soy lo que tengo,
lo que hago,
lo que pienso,
lo que me ocurre,
lo que quiero...

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...
2. Centrar mi atención en la repetición interior de estas ideas, procurando vivirlas:

Yo no soy mi cuerpo,
Yo no soy mis sentimientos,
mis afectos,
mis objetos,
mi salud,
mi enfermedad,
mi comodidad,
mi incomodidad,
mis disgustos y enfados,
mi dinero,
mi poder,
mi debilidad,
mis ideas,
mis pensamientos, etc...

3. Repetirlas lentamente (sobre todo las que más me afecten) hasta pacificarme...
4. Poco a poco, suavemente, INTUIR una especie de centro...
intuir el “yo sujeto”,
el “yo profundo”...
5. Permanecer en silencio, vivenciándolo...

Caer en la cuenta de la sensación de paz,
de armonía,
de gozo interior...
que se experimenta en esa vivencia del “yo profundo”.

La oración en cuaresma

El hombre vive su oración, su relación con Dios, desde su realidad concreta. No debe abstraerse de ella. El hombre, al situarse ante el Señor, va con todo el peso de su grandeza y su debilidad, su virtud y su pecado. Desde ahí, y no desde una situación idealizada o fingida, tiene que arrancar el hombre hacia Dios, y postrarse humildemente en oración.

Ya comenté en «La oración en Adviento» ¹⁽¹⁾ las actitudes que tenemos que fomentar para la oración. Actitudes que nos preparan y nos disponen para ella.

Allí aludía a la necesidad de fomentar la conciencia de la propia presencia, en una actitud de silencio interior. Con ello surgiría una disposición de apertura y de receptividad al Señor, permaneciendo en una actitud de escucha y acogida en la intimidad del corazón. Esto nos llevaría a una entrega y docilidad para dejarnos modelar por él.

Hoy quiero, en estas líneas sobre la oración en cuaresma, comentar el lenguaje del hombre en la oración.

El hombre, en su comunicación con algo o con alguien, tiene unos modos de expresión, un lenguaje, que son los medios que le ayudan a vivir esa relación. El hombre tiene un modo de vivirse y de decirse. Un modo de expresarse y de comunicarse.

La oración, como expresión de mi relación con Dios, tengo que vivirla desde la realidad concreta que estoy viviendo en estos momentos, y con el lenguaje propio de esas circunstancias vitales. La oración nunca debería ser ajena a la vida, sino expresión de ella ante Dios, y un medio de comunión con Él.

No finjamos ante Dios modos ni comportamientos, ni gestos ni palabras que son ajenos a nuestra vida. No nos coloquemos detrás de una máscara para representar su papel en el momento de la oración.

La oración es una conversión a Dios, un volver al Señor desde las circunstancias concretas, para vivirlas desde él y encontrarle en ellas. Conversión a Dios, no a mí, porque si me busco a mí en la oración, me encierro en un callejón sin salida.

Por eso, la oración en cuaresma reviste unos modos de expresión muy vitales, ya que ponemos ante nuestros ojos la cruda realidad de nuestra debilidad y nuestra sed de salvación.

La oración en cuaresma es un grito del alma. El hombre, en su vivencia real, se hace súplica, dolor, confianza, entrega... El anhelo de liberación y de salvación nacen de la impotencia sentida y aceptada. Por eso grita al Señor: *“Renuévame por dentro, Señor”*. (cf Sal 50,12).

Tengo que convertirme a él, despertar a la vida de Dios en mí, en los demás, en todas la creación y en todas las cosas.

Desde mi realidad concreta, desnuda, siento en mis pobres manos el egoísmo, el pecado, la mentira. Vivo mis propias limitaciones, mis miserias y mis debilidades.

¹ *Búsqueda y Encuentro*, Ediciones Paulinas, 1994³, Págs. 37-44.

O quizás esté viviendo una situación más intensa de solidaridad con los hombres llenos de dolor y miseria, o de compasión ante tanto sufrimiento que vemos en personas queridas y cercanas, y ante tantas desgracias que acechan a los hombres.

Desde ahí, desde mi vida concreta, levanto mi corazón al Señor y me postro ante él con las manos abiertas de pobre y de pecador, de impotencia y de esperanza, de sed de salvación para mí y para todos los hombres. Me postro ante el Padre de las misericordias, añorando que derrame su bondad sobre nuestra tierra estéril y reseca.

La oración verdadera no es huir de la realidad, ni es angelismo o espiritualismo desencarnado, como algunos superficialmente critican.

La oración es vivir consciente, despierto, mi realidad y la de los otros, y desde ahí, vivir mi relación con Dios. Vivirme como estoy y como soy en ese encuentro amoroso con el Señor.

La oración no es huir ni evadirme de la vida, sino intentar con toda el alma, vivir mi realidad concreta. Y vivirla abierto a Dios, humildemente ante él, para que entre en ella el aire fresco y puro del Espíritu de Dios. Es contar siempre con él, porque él también forma parte, y muy esencial y definitiva, de la realidad que vivo desde que me levanto hasta que me acuesto. Él no es ajeno ni opuesto a la vida, sino que está en ella, sosteniéndola, vivificándola y dándole sentido, porque *“en él vivimos, nos movemos y existimos”*. (Hch 17,28).

Es curioso que cuando hablamos de la vida y de su dura realidad, no metamos a Dios por medio, ni contemos con él, como si se tratara de una ilusión o algo ficticio, postizo, y que no tiene nada que ver con ella.

La oración es vivir con todo realismo y radicalidad a Dios en medio de la vida y querer vivir de verdad mi existencia abierta al Señor, contando con él y viviéndola desde él.

La oración así, vivida en la radicalidad de mi ser, adquiere todos los matices de vivencia y expresión posibles que tengo a mi alcance.

La oración en cuaresma, en esa experiencia de mi existencia desnuda, será un grito ante el Señor, que brota desde la hondura donde vivo mi tragedia o mi cruz, donde me siento pecador, pobre o desterrado de mi patria.

Por eso, unas veces la expresaré con un sollozo, otras con una súplica o con una oblación. Otras veces sentiré nostalgia de mi hogar, y volveré mi rostro suplicante que quiere acercarse de nuevo a casa, al abrazo de mi Padre que siempre está esperando que vuelva.

La oración en cuaresma será una sed de Dios, sed de salvación, o gratitud por el perdón y la misericordia del Señor, experiencia profunda del amor de Jesús, que *“ha venido a buscar lo que estaba perdido”*, para que *“tengamos una vida abundante”*. (cf Jn 10, 10).

La oración será en otras ocasiones una contemplación de Jesús, que nos ama hasta la cruz, hasta dar la vida, su vida por nosotros, y convertirse en nuestra vida. Contemplar a Jesús junto al pozo de Jacob saciando la sed de la samaritana, o iluminando al ciego de nacimiento, o fortaleciendo la débil fe de sus íntimos en el Tabor.

Contemplar a Jesús, sobre todo, en el dolor, en su pasión y en su cruz, donde bebió hasta la última gota de su cáliz, para experimentar todas las cruces y sufrimientos que pudiésemos pasar los hombres.

La oración en cuaresma es llorar nuestro pecado, nuestra mezquindad ante la grandeza y la infinita bondad de Dios que nos ama y nos quiere siempre, aun en nuestro pecado, y no quiere la muerte del pecador sino que se convierta y viva.

Muchos textos de la sagrada escritura pueden ayudarnos para vivir, purificar y expresar las más diversas y opuestas vivencias en nuestra oración al Señor. La riqueza de los salmos contiene todas las experiencias más genuinas y vitales de nuestra existencia.

En otras ocasiones podemos repetir breves invocaciones del evangelio que brotan de hombres y mujeres que han vivido las mismas situaciones nuestras: *“Señor, dame de beber...”* *“Dame de esa agua para que no vuelva a tener sed jamás.”* *“Me levantaré e iré a mi Padre...”* *“Padre, he pecado contra el cielo y contra ti...”*

La oración de Jesús en el huerto es una invocación de abandono en manos de Dios, de aceptación ante el dolor que pesa ya sobre nosotros: *“Padre, si es posible, pase de mí este cáliz, pero no se haga mi voluntad, sino la tuya.”*

Otro modo de orar es contemplar a Jesús en la cruz evocando sus sentimientos, su dolor, su amor inmenso a los hombres. Repetir alguna de las palabras que surgieron en aquellos momentos. *“Acuérdate de mí cuando estés en tu reino”*. O las últimas palabras de Jesús en esa hora extrema de su agonía: *“¡Dios mío, Dios mío, por qué me has abandonado!”* *“¡Padre, en tus manos pongo mi espíritu!”* *“Todo se ha cumplido.”*

La oración en cuaresma, como en cualquier otra época, puede vivirse con todos los medios de expresión que utilizamos los hombres para comunicarnos. Toda la riqueza de nuestros sentimientos, palabras, gestos, silencios..., puede ser expresión de nuestra comunión con el Señor. Todo ello, vivido como lo más auténtico de nosotros mismos en ese momento, y como medio de nuestra comunión con él.

En unas ocasiones podrá ser mostrándole al Señor nuestra ceguera para que nos dé su luz, como al ciego de nacimiento. Otras, será pidiéndole el agua viva, como pedía a Jesús la samaritana. Otras veces será el silencio o la mirada contemplativa la que nos ayude a estar amando simplemente al Señor, o dejándonos mirar por él y recibir su palabra, su ternura, su caricia llena de amor.

Puede ser también que el Señor nos regale con momentos de Tabor, donde vivamos la intensidad y la dulzura de una presencia llena de luz, de paz, de cercanía... Entonces nos brotará del corazón, como a Pedro: *“Señor, qué bien se está aquí. Hagamos tres tiendas para quedarnos aquí para siempre...”* (cf Mt 17,4).

La oración es caminar entre luces y sombras, alimentando nuestra fe y esperanza, alimentando nuestro corazón con la presencia amorosa del Señor, que cada día nos regala con el pan de vida en la eucaristía. Momento cumbre y coronación de esa unión amorosa a la que Jesús nos invita a vivir siempre.

La oración es esperar contra toda esperanza. Es esperar siempre ante todo callejón sin salida, ante toda puerta cerrada, ante toda situación oscura. Todo es posible. Siempre se puede esperar, siempre se puede encontrar luz en la noche y vida en la muerte.

La oración será pronto, muy pronto, resucitar, sentir la presencia nueva del Señor en la Pascua, que hace realidad en él, presagio de la nuestra, la vida nueva del Espíritu.

La oración será siempre aumentar más mi amor al Señor, crecer en mi comunión con él. Porque lo vivo y lo añoro, lo busco y lo presiento más cerca, lo intuyo y lo amo en mi soledad, lo gozo y lo sufro en su ausencia, lo olvido y lo percibo más cerca.

Porque, en definitiva, siempre está presente él en mi vida, y yo quiero estar siempre presente en su vida tal y como yo esté viviendo en cada momento, y en la realidad que tenga entre manos.

La oración será un camino, entre alientos y desalientos, hacia la Pascua del Señor, que siempre pasa en una Pascua eterna y definitiva. Será llegar a esa gran manifestación de fuerza y de luz, de vida y de amor, que limpie mi ceguera, llene de luz mi alma y de vida mi muerte.

La oración en cuaresma será el hombre ante Dios. El hombre solo ante Dios, desnudo, en silencio, en la cámara íntima de su casa, despojado de todo, viviendo la cruda realidad de su todo y de su nada, de su riqueza y de su pobreza, de su virtud y de su miseria, de su santidad y de su pecado.

Y allí, en la cámara íntima de su existencia, donde se adentra en terrenos de eternidad, terrenos divinos, descubrir el latir del *“Reino de Dios que está dentro de él”* (cf Lc 17,21) Allí, dónde, en su desnuda realidad, se encuentra y se vive en un abrazo infinito y amoroso con Dios. Con un Dios que le infunde su Espíritu que no se sabe de dónde viene y a dónde va, pero que conduce a una tierra nueva que mana leche y miel.

Es la invasión del Espíritu de Dios en nosotros que nos transforma y nos vivifica, que nos ilumina y nos enamora, que nos seduce y nos libera, que nos hace libres para volar ágiles por los nuevos senderos de Dios.

Textos Bíblicos

- * *“Escucha, Señor, mi oración;
tú, que eres fiel, atiende a mis súplicas;
tú, que eres justo, escúchame.”*
(Sal 142,1).

- * *“Sólo en Dios descansa mi alma,
porque de él viene mi salvación;
sólo él es mi roca y mi salvación,
mi alcázar, no vacilaré.
Descansa en Dios, alma mía,
porque él es mi esperanza.”*
(Sal 61, 2-3.6).

- * *“Vuélvete a mí, tenme piedad,
que estoy solo y desdichado.
Alivia los ahogos de mi corazón,
hazme salir de mis angustias.
Ve mi aflicción y mi pena,
quita todos mis pecados.”*
(Sal 24, 16-18).

- * *“El Señor es mi luz y mi salvación,
¿a quién temeré?
El Señor es la defensa de mi vida,
¿quién me hará temblar?”*
(Sal 26, 1).

- * *“Dios mío, escucha mi oración,
no te cierres a mi súplica;
hazme caso y respóndeme,
me agitan mis ansiedades.”*
(Sal 54, 2-3).

- *“Yo esperaba con ansia al Señor;
él se inclinó y escuchó mi grito.
Yo soy pobre y desgraciado,
pero el Señor se cuidó de mí;
tú eres mi auxilio y mi liberación:
Dios mío: no tardes.”*
(Sal 39, 2.18).

Otros textos:

- * Sal 54, 17-19.
- * Sal 33, 7-9.
- * Sal 4, 2.
- * Sal 129, 1-2.
- * Sal 37, 10-11. 22-23.
- * Sal 68, 14.
- * Sal 17, 5-7.
- * Jn 11, 32b.
- * Sal 53, 3-4.
- * Sal 15, 1-2.

2

**El Reino de Dios
está cerca: convertíos...**



Llamada a la conversión

Jesús, desde sus primeros pasos por los caminos de Galilea, invita a sus oyentes, porque aún son simples oyentes, a convertirse. Así comienza Marcos su Evangelio:

“Se ha cumplido el tiempo, y el Reino de Dios está cerca. Convertíos y creed en la Buena Noticia” (1,15).

Jesús nos llama a la conversión. Es una exigencia primordial de su mensaje. Es necesario que nos convirtamos. Bien lo sabemos nosotros. No es algo que incide en nuestra vida como venido de fuera, como impuesto a la fuerza y en contra de nuestra naturaleza. El que se sitúa ante sí mismo, descubre una necesidad de cambiar, de transformarse, de crecer, de vivir otra cosa distinta y mejor de la que está viviendo.

Esta necesidad de mejorar, de renovarse, de vivir de otra forma y algo nuevo, es una urgencia que todos los hombres sentimos en lo más hondo de nosotros. Y esta exigencia vital es así, sin prejuzgar de antemano en qué consiste nuestra conversión. Todos sabemos que son muchas las interpretaciones que podemos tener de ella, y muy distintos los diversos enfoques para vivirla.

Cuando llega la cuaresma nos suena, con un eco especial, esta llamada a la conversión, a la oración, a la penitencia, al sacrificio... Es un tiempo de preparación para la Pascua, la manifestación salvadora de Jesús, en su muerte y resurrección, y su culminación con la efusión del Espíritu Santo en Pentecostés.

“Convertíos, porque el Reino de Dios está cerca” (Mt 4,17).

El Señor viene, va a pasar a nuestro lado. El Señor se va a cruzar en tu vida. Prepárate, dispón-te..., prepara tu corazón.

- ¿Cómo prepararnos?
- ¿Qué tenemos que hacer nosotros?
- ¿Qué significa convertirse?

De alguna manera todos lo sabemos: “cambiar de vida”, “mejorar nuestra conducta y nuestras actitudes”, “volvernos a Dios”...

Ignoro si tú necesitas convertirte. Pero... ¿te sientes a gusto como vives ahora? ¿Estás satisfecho de ti, de tu modo de vivir? ¿Has llegado al límite de tus exigencias, o intuyes que aún queda mucho camino por recorrer?

La necesidad de conversión brota de la conciencia de que como vivo no está bien, de que mis caminos no son los de Dios y vivo apartado, alejado de mi “CASA”, de mi hogar. La necesidad de convertirme nace de mi conciencia de pecador, de que vivo actitudes de pecado, al margen de Dios. Siento que mi vida no está centrada en el Señor y vivo sin contar con El, organizando mi vida al margen de mi Padre Dios.

“Y entrando en sí mismo, dijo: ¡Cuántos jornaleros de mi Padre tienen pan en abundancia mientras que yo aquí me muero de hambre! Me levantaré e iré a mi Padre y le diré:

“Padre, pequé contra el cielo y contra Ti. Ya no merezco llamarme hijo tuyo, trátame como a uno de tus jornaleros.”.

Y levantándose, partió hacia su Padre.”(Lc 15, 17-20).

Esta conciencia de que mi vida no va bien, de que soy pecador, y sentir que, por eso mismo, vivo fuera de mi centro, de mi hogar, de la casa de mi Padre, me lleva a “entrar dentro de mí”, y descubrir una llamada a volver a mi casa: *“Me levantaré e iré a mi Padre”.*

Todo empieza a cambiar en ese momento. Todo empieza a funcionar de otra manera. Mis hechos, mis actitudes, mi comportamiento, mi visión de la vida, mis valores, mis apegos, mis “riquezas”... Todo, absolutamente todo, empieza a ser distinto porque ha cambiado mi mente y ha cambiado, sobre todo, mi corazón.

Se empiezan a corregir conductas, a romper con todo lo que me alejaba de mi casa paterna, a buscar los caminos de vuelta al hogar. Se despiertan lazos profundos, vitales, con Dios, nuestro Señor.

Es un momento clave. Es el comienzo de una nueva vida. Es el origen de una búsqueda radical de las fuentes de mi vida. Es el comienzo de una verdadera conversión.

Esta es la llamada de Jesús. Él, desde el comienzo de su predicación hasta su muerte, paso a paso, fue una llamada a nuestra conciencia de pecador para que nos convirtiéramos. El Reino de Dios, la salvación, el Espíritu de Dios, está cerca de vosotros. Preparad los caminos de Dios, convertíos y creed esa Buena Noticia, esa inaudita noticia.

Hoy, como ayer y como cada día, volveré a escuchar esta invitación de Jesús a la conversión. No es cosa de un día, ni de una época concreta de mi vida. La conversión es estar permanentemente en marcha. Es tarea de una vida.

Ser persona y ser cristiano es estar continuamente en situación de marcha, es vivir caminando como peregrinos, a través del desierto y del oasis, de los caminos fáciles o escabrosos, de los valles y de las montañas. Es la gran lección del pueblo de Dios a través del desierto hacia la Tierra Prometida.

Nunca se acaba de crecer, de mejorar, de corregir, de transformarse. Nunca se llega definitivamente, durante los años de nuestra vida, a la Tierra Prometida. Nuestra vida es caminar, con un corazón libre y transparente, hacia Dios. Con un corazón libre, sin atadura, y guiados por la luz de su Espíritu hacia la plenitud de Dios.

El Bautismo nos sumerge en la muerte y resurrección de Cristo. Nos arranca del pecado y nos hace hombres nuevos, nacidos del Espíritu, y llamados a una nueva vida en Cristo Jesús: la vida del Espíritu de Dios en nosotros.

“¿No sabéis que sois templos de Dios y que el Espíritu de Dios habita en vosotros”. (1Cor 3,16).

Hoy, como ayer y como cada día, hemos de escuchar, con humildad y con gozo, esta llamada de Jesús a la conversión.

Convertíos... porque “el Reino de Dios está **más cerca** de vosotros”. Cada día puedo dar un paso, el que pueda..., y cada día percibiré un poco más el Reino de Dios en mí, a mi alrededor, en las realidades concretas que vivo y en las personas con quienes trato.

Hoy quiero volver a escuchar a Jesús con un corazón humilde y gozoso:

*“Se ha cumplido el tiempo, y el Reino de Dios está cerca.
Convertíos y creed en la Buena Noticia”. (Mc 1,15).*

Reflexión personal

1. ¿Necesito convertirme?, ¿de qué?
2. ¿Qué entiendo yo por convertirme?
3. ¿Qué dificultades reales encuentro para vivir un proceso de conversión?
4. ¿Qué zonas o aspectos de mi vida abarca mi actitud de conversión y qué zonas no abarca?
5. ¿Qué te ayudaría a vivir con radicalidad una actitud permanente de conversión?
6. ¿Qué transformación interior necesito realizar:
en mi relación con Dios?
en mi relación con los demás?
en mi relación conmigo mismo?
en mi relación con la vida, el trabajo, etc.?
7. ¿Qué obstáculos encuentro para esta transformación profunda?
8. ¿Qué medios creo que pueden ayudarme más?
9. ¿Estoy dispuesto a realizarlos?
10. ¿Hay algo en mi vida que sea para mí mucho más que mi propia vida?

Sugerencias

- * Nuestra conversión es despertar.
Pero despertar a nuestra realidad total, donde nos ponemos en contacto con nuestro centro personal, y desde donde nos ponemos en contacto con Dios y con los demás...
- * Nuestro auténtico mal es el pecado, que nos aleja de nuestro ser profundo y nos separa de Dios y de los otros.
- * *“Cuando el justo se aparta de su justicia, comete la maldad y muere. Muere por la maldad que cometió.”* (cf Ez 18, 4-28).
- * El pecado es el mal, no la condenación o el castigo de Dios.
- * La conversión te conduce a vivir en verdad, en humildad y en apertura a los otros.
- * Tu conversión es convertirte a lo que eres: imagen de Dios e hijo de Dios.
- * Descubre la huella de Dios en tu ser. Vívete en eso que eres..., e irrádialo.
- * ¿Será mi conversión llegar a ser lo que quisiera ser?
- * ¿Será mi conversión llegar a ser auténtico, es decir, ser lo que soy, ser yo mismo?
- * Necesito convertirme a Dios, a que Dios sea el único Señor de mi vida..., y dejar mis autosuficiencias y orgullos...
- * ¿Quién es el Señor de mi vida?
¿Quién manda o qué gobierna mi vida?
¿Tengo muchos “señores”?
- * La salvación no vendrá de golpe, como fruto de una “varita mágica”, sino cuando la persona acepte la iniciativa de Dios en su vida, destruyendo toda autosuficiencia, es decir, cuando sea pobre de espíritu.
- * La conversión es pasar de ser ciego a tener la dicha infinita de “ver”.
- * La necesidad de convertirme surge de
“no vivo...”
“no debo vivir así...”
“no sé vivir así...”
“no quiero vivir así...”
- * La conversión es una tarea para siempre,
es un modo de vivirme,
es una transformación de mi corazón y de mi mente...

- * Señor, dicen que castigas a los que no te aman, como si no fuera bastante castigo el no amarte...
- * “Pecado es, en última instancia, la voluntad de no dejar que Dios sea Dios.” (K. Rahner)
- * Dos movimientos o procesos que originan actitudes opuestas:

ACUMULAR = muerte

COMPARTIR = vida

Defensa - separación
 agresividad - inseguridad
 huida - angustia - temor
 desequilibrio - distorsión

generosidad - acogida
 seguridad - paz
 gratitud - cercanía
 alegría - fraternidad

VACIO = falta todo
 (¡teniendo mucho!)

PLENITUD = se tiene todo
 (¡sin poseer nada!)

- * Las raíces de mis manos y de mis ojos, de mis labios y de mis gestos, están en mi corazón.
- * “No todos ven con los ojos del alma.” (PÉGUY)
- * “Cuando un hombre se sabe amado, ya no es el mismo. Y cuando se sabe divinamente amado, está salvado.”
 (ELOI LECLERC, *Destierro y ternura*, p. 18).

Textos Bíblicos

- * *“¡Ojalá fueras frío o caliente!
Ahora bien, puesto que eres tibio y no frío ni caliente,
voy a vomitarte de mi boca.
Yo a los que amo, reprendo y corrijo.
Sé, pues, ferviente y arrepíentete.
Mira que estoy a la puerta y llamo;
si alguno oye mi voz y me abre la puerta,
entraré y cenaré con él y él conmigo.”*
(Ap 3, 15b-16.19-20).
- * *“¿Acaso me complazco yo en la muerte del pecador,
-oráculo del Señor-,
y no más bien en que se convierta de su conducta y viva?”*
(Ez 18, 23).
- * *“Os exhortamos a que no recibáis en vano la gracia de Dios.
Pues dice él:
En el tiempo favorable te escuché
y en el día de salvación te ayudé.
¡Mirad!, ahora es el tiempo favorable;
ahora el día de salvación.”*
(2Cor 6, 1b-2).
- * *“Hermanos, os rogamos y exhortamos en el Señor Jesús
a que viváis como conviene,
que viváis para agradar a Dios,
según aprendisteis de nosotros,
y a que progreséis más.
Pues no nos llamó el Señor a la impureza sino a la santidad.”*
(1Tes 4,1.7).
- * *“No necesitan médico los sanos sino los enfermos.
No he venido a llamar a conversión a los justos sino a los
pecadores.”*
(cf Lc 5, 27-32)
- * *“Pero si el malvado se convierte de todos los pecados
que ha cometido,
observa todos mis preceptos y practica el derecho y la justicia,
vivirá sin duda, no morirá.
Yo no me complazco en la muerte de nadie, sea quien fuere,
oráculo del Señor.
Convertíos y vivid.”*
(Ez 18, 21.32).

Otros textos:

* Mt 4, 17.

* Is 44, 21-22.

* 1Tim 2, 4.

* Joel 2, 12.

* Is 49, 8-11.

* Jn 11, 28-29.

Ejercicio 3

Llamada a la conversión

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...
2. Silencio, recogimiento, quietud...
3. Sitúate ante ti mismo..., mírate... ¿qué ves?:
 - ¿conquistas?
 - ¿fracasos?
 - ¿desánimos?
 - ¿ilusión?
 - ¿te reprochas?
 - ¿satisfecho de ti?
4. Sitúate ante Jesús:
 - Déjate mirar por Jesús...
 - Permanece en silencio ante la mirada de Jesús...
 - Jesús te dice:
 - “El tiempo se ha cumplido, y el Reino de Dios está cerca.
 - Convertíos y creed en la Buena Noticia”.
 - (Mc 1,14-15)

Deja que calen en ti, suavemente, las palabras de Jesús...

5. Repite con paz,
gustando y sintiendo en tu corazón...:
 - “El Reino de Dios está cerca...,
está más cerca de mí...
 - Convertirme..., Señor...
 - Necesito convertirme...
6. Silencio..., recogimiento..., quietud...
Silencio..., súplica humilde al Señor...

Señor, aún es posible convertirme...

Señor, aún es posible convertirse...

Señor, aún es posible convertirse...

Después de mis derrotas y conquistas,
después de tantas batallas perdidas,
después de tantos fracasos acumulados...
aún es posible convertirse...

Señor, aún es posible convertirse...

Tú sigues invitándome a empezar de nuevo,
tú sigues hablándome de tu Reino,
tú sigues hablándome de la Buena Noticia,
tú sigues llamando a mi puerta...,
por eso aún es posible convertirse...

Señor, aún es posible convertirse...

y volver a escuchar tu voz,
y recibir tu aliento,
y acoger tu Espíritu en nosotros...

Por eso es posible convertirse...

Señor, aún es posible convertirse...

Siempre puedo volver a empezar

Si quieres convertirte, empieza hoy, en este momento, que mañana es tarde. Sólo puedes en este instante, porque mañana, ¿quién te asegura que podrás...?

Hoy, aquí y ahora, puedes ablandar tu mirada, acallar “esa” crítica negativa. En este momento puedes empezar a amar y dejar a un lado ese rencor que te separa del otro. Abre ahora tu corazón, sí, ahora, porque en este instante es cuando tienes tu corazón cerrado y endurecido y sólo ahora tienes la llave en tu mano para abrirlo.

No. No sueñes con tus sueños locos. Vive la realidad. Abre tus ojos hoy, aquí, en este momento, y ve qué puedes hacer. Un pequeño gesto, un detalle, un cambio de mentalidad, un sentimiento, un nuevo impulso o deseo. Date cuenta en este instante de tu pensamiento, de tus sentimientos o deseos, o de tu modo de reaccionar. Procura aprovechar este momento para modificar, mejorar, vivir otra cosa, si te es posible.

Sólo este momento puedes vivirlo abierto a la luz, a la verdad, al amor, a la vida. Vívelo así, como una posibilidad única, que si se te escapa de las manos, no volverá.

Sólo tengo este instante para cambiar, para convertirme a lo más profundo de mi ser, a lo más profundo de la vida y de los demás. Ahora puedo abrir los ojos y ver mi verdad y tu verdad, mi capacidad de amar y tu capacidad de amar. Ahora puedo ser todo yo, aquí, transparencia de Dios y ver que también tú eres transparencia de Dios.

Ahora, sólo ahora, es cuando puedo empezar de nuevo a limpiar mis ojos y mis oídos para ver y escuchar lo más sublime de la vida, de mí mismo y de los demás...

Así, “ahora”, este momento presente es el que nunca se terminará. Porque el pasado ya se terminó. El futuro no ha llegado. Pero el presente es eterno, infinito y permanente. Siempre está. Nunca desaparece. Este “aquí y ahora” no se termina, porque estuvo ayer presente y volverá a estarlo mañana. Siempre es presente, siempre se puede vivir el presente, siempre se puede volver a empezar...

Ahora puede ser un buen momento para cambiar, para convertirme y abrirme al Señor, a mi Señor, al único Señor de mi vida y de mi muerte. Ahora, en este momento presente puedo dejarme convertir por el Señor. Ahora, este instante presente se puede eternizar... Ahora puedo empezar a vivir la eternidad, lo definitivo, que es un eterno presente vivido en Dios y desde Dios.

Ahora puedo vivir lo más grande y bello de mi vida y de tu vida... Ahora puedo vivir y contemplar a Dios en tu vida y en mi vida. Ahora puedo vivir en comunión contigo, conmigo y con toda la realidad...

Ahora puedo volver a empezar, y vivir la Verdad, la Vida... y la Eternidad... Así, viviendo desde Dios el momento presente, será un momento eterno y sagrado. Momento presente, momento sagrado y divino.

¡Siempre puedo volver a empezar...!

Deja de soñar... y comienza

A los que vamos entrando en los años que llaman de madurez, nos parece soñar. Si fue ayer cuando empezamos a caminar, cuando estrenamos la vida.

A los que vamos avanzando en nuestros años, nos parece un sueño el ayer. Lo que vivimos hoy corresponde a las futuras conquistas de los sueños de ayer.

Hoy sí. Hoy nos encontramos con nuestros años, con nuestras batallas perdidas..., y también ganadas. Hoy, los que empezamos nuestros años de madurez, queremos ver con realismo la verdad de nuestra existencia... Y ¡qué dura!, ¡qué incógnita...!

Hoy queremos plantarnos en mitad de nuestro camino y convertirnos. Aún es tiempo. Nunca se cierra la esperanza mientras quede un aliento de vida. Aún es posible plantarse en medio del camino y volver a sacar fuerzas de flaqueza y caminar de nuevo.

Los que entramos en los años de madurez, queremos dejar los sueños atrás, marchitos, y arrancar de nuestro corazón un impulso, quizás el último, para volver a empezar, o mejor, continuar el camino...

Hoy, siendo realistas, con más años de experiencia, con nuestros tropiezos y aciertos, podemos soñar nuevas rutas...

Hoy, también necesitamos en la encrucijada de cada día, volver a discernir, volver a salir de la rutina y realizar nuevos intentos en nuestra vida.

Hoy, como siempre, volveremos a escuchar a Jesús su invitación a convertirnos, a salir de nuestro sueño y despertar al hombre nuevo. Hoy vuelve Jesús a mirarnos a los ojos, quizás cansados de tantas guerras perdidas, y descubrirnos con su mirada el tesoro que llevamos dentro.

Hoy vuelve Jesús, con voz segura y seductora, a invitarnos a vivir su Reino en nosotros.

Hoy, cuando empezamos a caminar por los años que llaman de madurez, necesitamos escuchar la voz de Jesús en nuestra alma y creer vivamente en la ilusión, la misma que ayer, la ilusión de una vida infinita que aún nos queda por descubrir y vivir.

¿Será posible, Jesús, volver a empezar otra vez?

“Convertíos..., el Reino de Dios está cerca, «más» cerca de vosotros...”

“Venid a mí todos los que estáis cansados y agobiados, que yo os aliviaré...”

“Hoy estarás conmigo en el paraíso...”

Conversión y cambio de vida

Muchas veces nos hemos sentado a la vera de nuestros caminos para enderezarlos. ¡Están tan torcidos! ¡Nos sentimos tan desorientados! Nuestros caminos están tan llenos de tropiezos, tan estropeados que sentimos ganas de enderezarlos, ensancharlos y allanarlos.

Es natural. Lo vemos en nosotros mismos y en los que nos rodean. Nos vemos desfigurados, llenos de equivocaciones, tan mezquinos y miserables que necesitamos cambiar nuestra vida y mejorarla.

El eco de la llamada de Jesús sigue ahí, resonando en nuestro comportamiento, en nuestras actitudes..., en nuestras intenciones y sentimientos...

*“El Reino de Dios está cerca...
Convertíos y creed en la buena noticia...”
(Mc 1,15).*

Convertíos... Con frecuencia entendemos la conversión como un cambio de nuestro comportamiento, de nuestras acciones, de nuestro modo de proceder. Descubrimos muchas cosas que hacemos mal: somos hipócritas, egoístas y autosuficientes... Ignoramos a los demás, los criticamos, somos irresponsables en nuestro trabajo, agresivos con los demás...

Nos gustaría ser de otra manera. ¡Tenemos tantas “fotos” donde nos vemos llenos de defectos y limitaciones! Parece que nada realizamos bien.

En nuestra relación con el Señor también hay muchas cosas que cambiar. A veces no le hacemos ni caso. Somos infieles con Él y apenas cuenta en la realidad concreta de nuestra vida. Añoramos una mayor fidelidad, agradecerle en todo y dejarnos conducir por Él.

Es mi condición de pecador. Soy tan pobre y tan limitado que estoy deseando cambiar. Me encuentro mal conmigo mismo. Quiero y necesito ser mejor, cambiar mis comportamientos. La imagen que tengo de mí me culpabiliza, no la acepto, me desanima y parece que ya no tengo ninguna salida.

¡Cuántas veces estamos enredados en estos sentimientos y pensamientos sobre nosotros mismos! ¡Tenemos tan grabada la imagen de nuestras limitaciones y defectos! Nos la han recordado y remachado tantas veces nuestros padres, amigos, formadores o personas cercanas, que difícilmente podemos liberarnos de ella. Es una losa, un juicio, un reproche constante. No tengo por dónde mirarme... No sé valorarme... Tendría que ser yo... de otra manera...

¿Será mi conversión cambiar mi conducta hasta llegar a ser de otra manera? Todos quisiéramos ser distintos. Es frecuente que en nuestros labios aparezca el “tendría que ser...”, “me gustaría ser...”, “quisiera llegar a ser...”. Siempre proyectando una “imagen ideal” que compensase nuestras limitaciones y defectos.

Si me veo egoísta quisiera ser generoso. Si me veo perezoso o agresivo, añoro ser eficiente y bondadoso. Es lo que siempre me han dicho otros... “Que tengo que ser más...”, y nos proyectaban su imagen ideal sobre nosotros como modelo a conquistar. Es el juego entre la idea que tengo de mí, “mi imagen” tal como aparece en mi mente, y mi “yo ideal”, que me presenta un ser intachable, modelo de perfecciones... Es un juego que pasa alternativamente del sentimiento de culpa y de rechazo por lo desastre que soy, al sentimiento de ansiedad e impotencia por lo que tengo que llegar a ser.

¿Será ésta la conversión que tengo que realizar?

¿Será mi conversión modelarme, con esfuerzo y a base de voluntad, para llegar a ser una persona intachable?

¿Será ésta la auténtica conversión cristiana?

* * * * *

“*Sed perfectos como vuestro Padre celestial es perfecto*”, (Mt 5,48), aducimos muchas veces para justificar nuestra aspiración a cambiar nuestra conducta y alcanzar ese límite casi infinito. En realidad, conseguir ser perfecto como nuestro Padre Dios es imposible. Todos lo sabemos. A no ser que rebajemos la perfección de Dios. Intentar esa perfección de Dios es meternos en un camino sin salida y condenarnos a estar siempre insatisfechos.

¿Es posible entender con otra óptica estas alentadoras palabras de Jesús? La perfección de cada ser está en ser lo que es. Sería absurdo poner la perfección de una piedra en que sea un ratón, o la perfección de un perro en que consiga ser hombre. La perfección de la piedra está en que sea piedra, la del perro en que sea perro y la del hombre en ser un buen hombre.

La perfección del hombre está en que las posibilidades de todos sus niveles lleguen a crecer y a desarrollarse hasta su plenitud. El hombre se plenifica desarrollando la imagen de Dios que lleva impresa en su corazón. Las manos creadoras de Dios dejaron sus huellas en el hombre, y lo modelaron según la nueva creatura en Cristo, como hijo de Dios. El hombre se plenifica dejándose modelar por el Espíritu de Dios en él.

Además, Jesús pronuncia estas palabras, “sed perfectos como vuestro Padre celestial es perfecto” como resumen de cómo debe ser el amor cristiano, superando el amor que exigía el Antiguo Testamento. Un amor universal, un amor a los enemigos, un amor de hermanos, para que seamos hijos de nuestro Padre celestial.

Así, pues, ¿está nuestra conversión en cambiar y mejorar nuestro comportamiento, actitudes y pensamientos? ¿La conversión debe nacer desde un programa de mi ideal, o es algo más profundo? ¿No será algo más radical y trascendente?

Muchas veces centramos nuestra voluntad en esa conquista ideal, por principio, inasequible. Esta conversión está centrada en uno mismo. Me convierto a mí mismo, a ser yo mejor, a verme yo intachable, a no tener nada que reprocharme.

La conversión así entendida es superficial. Se centra más en lo exterior, en dar la talla, en caer bien y responder a un esquema modélico de perfección. Es más una suma de buenas obras que un cambio radical del corazón.

No me resisto a citar “*Sabiduría de un pobre*” cuando, aludiendo a la pureza del corazón, nos dice:

“Empezaron los dos otra vez a andar. Después de un momento de silencio Francisco preguntó a León:

- ¿Sabes tú, hermano, lo que es la pureza de corazón?

- Es no tener ninguna falta que reprocharse- contestó León sin dudarlo.

- Entonces comprendo tu tristeza, dijo Francisco-, porque siempre hay algo que reprocharse.

- Sí, -dijo León-, y eso es, precisamente, lo que me hace desesperar de llegar algún día a la pureza de corazón.

- ¡Ah!, hermano León; créeme -contestó Francisco-, no te preocupes tanto de la pureza de tu alma. Vuelve tu mirada hacia Dios. Admirale. Alégrate de lo que es. Él, todo Santidad. Dale gracias por Él mismo. Es eso mismo, hermano, tener puro el corazón. Y cuando te hayas vuelto así hacia Dios, no vuelvas más sobre ti mismo. No te preguntes en dónde estás con respecto a Dios.

La tristeza de no ser perfecto y de encontrarse pecador es un sentimiento todavía humano, demasiado humano. Es preciso elevar tu mirada más alto, mucho más alto. Dios, la inmensidad de Dios y su inalterable esplendor. El corazón puro es el que no cesa de adorar al Señor vivo y verdadero”.

(ELOI LECLERC, Ed. Studium, Cap.X, pag. 92-93)

La conversión no puede centrarse en nuestras conquistas, en cambios superficiales, en nuestros esfuerzos. La conversión no es algo exclusivo y personal mío, que me lo proyecto y organizo yo, algo que intento realizar y producir yo.

La conversión, si quiere ser cristiana, debe ser más profunda y radical. Es una llamada de Jesús y, por tanto, toca fondo en nuestra vida. La conversión es una realidad que el hombre tiene que vivir en las mismas raíces de su profundidad espiritual. La conversión es una vivencia religiosa donde Dios es el punto de partida y de llegada. Arranca de Dios y lleva a Dios.

* * * * *

¿En qué consiste la conversión?

¿De dónde brota la necesidad de conversión?

¿Cómo siento la llamada a convertirme?

La necesidad de conversión nace de una conciencia profunda de que como vivo no está bien, de que me he apartado de Dios, de que Dios no cuenta aún en muchas zonas de mi vida ordinaria. Esto me lleva a una conciencia de pecador, de no sentirme bien orientado y centrado en Dios.

“¡Cuántos jornaleros de mi padre tienen el pan en abundancia mientras que yo aquí me muero de hambre.

Me levantaré e iré a mi Padre y le diré:

Padre, pequé contra el cielo y contra ti. Ya no merezco llamarme hijo tuyo, trátame como a uno de tus jornaleros.

Y levantándose, partió hacia su Padre”. (Lc 15, 17-20).

Esta conciencia de pecador, de no sentirme bien orientado, de haber dejado a Dios, me lleva a “volverme” a casa, a un cambio total de donde estaba. Empieza uno a romper con todo lo que le separa de Dios y a buscar todos los lazos que le unen a él..., a buscar los “camino” de Dios.

La conversión cristiana nunca se puede centrar en el cumplimiento de un ideal de perfección. Es incompleta y superficial. La conversión cristiana nace ante la conciencia de Dios y la conciencia de mis caminos desviados. Y termina en Dios..., en volver de nuevo a mi hogar..., a la casa de mi Padre Dios.

“Me levantaré e iré a mi Padre”.

Perdón, Señor

Sólo te puedo pedir perdón a ti, Señor...

Los hombres, con frecuencia, tenemos en nuestros labios esta palabra: “Usted perdone...” “Perdóneme, por favor...” Son fórmulas hechas. Correctas. Convencionales. De personas educadas. Es normal entonces que, en multitud de ocasiones, surjan en la convivencia y en el trato amistoso frases de corrección y de reconocimiento de fallos, de equivocaciones, de disculpas o agresiones a otros...

Pero... ¡PERDÓN, SEÑOR...!, así, con mayúsculas y de corazón, sólo te lo puedo decir a ti, Señor...

Sí, sólo a ti, porque “perdón” desde las raíces del alma, sólo brota cuando uno se siente pecador. Y eso es otra cosa. Es una vivencia humana, tremendamente humana. Sólo los hombres somos pecadores. Pero al mismo tiempo es una vivencia trascendente. Siempre que digo ¡perdón, Señor...!, de verdad, me sitúo ante ti, mi Señor y mi Dios.

Siento en mí el pecado, que es más que la transgresión de una ley. En ésta, vivo la equivocación y el error... Pero vivirme pecador está más allá. Siento mi debilidad y mis desvíos. Pero si digo, “yo pecador” me sitúo ante ti, Señor...

Ante los hombres seré insensato, violento, estafador, mentiroso, hipócrita, vividor, egoísta... ¡qué sé yo...! Pero pecador..., sólo ante ti, Señor, puede uno sentirse pecador...

Sin barreras, sin distancias, sin rechazos ni violencias... Al contrario. Uno se siente cercano, pobre, humilde..., y a tus pies... Sí, a tus pies, porque para sentirse pecador, hay que hincarse de rodillas... y decirte de corazón ¡perdón, Señor...!

Cuando me siento pecador, vivo y experimento no sólo mi realidad pequeña y egoísta, deformada por mis miserias. Vivo, ante todo y sobre todo, un modo muy concreto de mi relación contigo.

Sólo ante ti soy pecador, Señor. Es un modo de vivir mi relación y mi comunión contigo. El pecado me puede separar de ti. Es lo único que crea un abismo entre tu corazón y el mío. Pero la vivencia de pecador, reconocermelo pecador, es acercarme a ti, es salir en tu busca, es postrarme ante ti, con dolor, con humildad y confianza.

El pecado me encierra en sus rejas, en mis intereses; me encadena en mis pequeños horizontes. Pero la conciencia de ser pecador rompe mis cadenas, abre los cerrojos de mis puertas y me lanza ante ti, Señor... y me libera.

Sólo a ti, de corazón y con toda en alma, te digo: ¡perdón, Señor...! Sólo ante ti, en serio, de verdad, se puede uno aceptar y vivir como pecador. Porque es un modo de relacionarme y unirme contigo. Nunca de separarme ni distanciarme. Cuando brota en mi alma mi conciencia de pecador, siempre brota junto a ella una mirada confiada y sincera hacia ti, Señor.

Perdón, Señor, porque te amo. Porque te quiero y he roto mi vasija de barro.

¡Perdón, Señor!, porque ante ti, mis pecados me descubren mi ceguera..., pero me abren los ojos del corazón buscando tu luz...

Señor, ante ti quiero siempre sentirme pecador. Es lo mío, lo que yo apporto a tu obra, o mejor dicho, es lo que hago yo, estorbando tu obra. Lo que yo he sabido hacer. Te traigo la piezas rotas de mi vasija de barro. Pero te las traigo a ti porque tú eres mi Señor y mi alfarero. Porque sólo ante ti puedo decir de corazón: Señor, perdón porque soy pecador...

Sólo desde el amor a uno mismo, y sobre todo, a Dios, se dice de verdad ¡perdón...! No desde el miedo, ni desde la cobardía o la desesperación... No desde la huida o el castigo, ni desde la condenación. Se dice desde el amor a sí mismo, desde las lágrimas y la compasión, porque estropeo y desfiguro mi pequeña vasija, esa pequeña criaturilla salida de las manos de Dios. Esa pequeña imagen suya que plasmó en mi origen y que yo deformedo y no cuido. Porque la amo, porque me miro con amor y ternura..., y me quiero como imagen de Dios, como su hijo amado..., por eso me siento pecador. Sólo cuando uno se ama hasta el fondo, hasta las raíces de Dios, sólo entonces, brota: ¡perdón, Señor....!

Y sólo brota ante ti, Señor, porque te amo, porque tú eres mi Dios y mi Señor. Porque te amo entrañablemente y siento que tu amor es mayor..., vengo y te digo: ¡perdón, Señor...! Ante ti sí que el sentimiento de mi pecado me hace humilde y cercano. Siempre puedo venir ante ti..., como sea y cuando sea. Tú no tienes horas de oficina. Tus puertas siempre están abiertas. Siempre estás esperando. Siempre quieres que vuelva. Porque lo malo del pecado es la distancia, la separación, el abismo que abre entre la criatura y tú. Tú rechazas el pecado por la herida que nos deja y por el abismo que crea entre tu corazón y el nuestro.

Pero cuando me siento pecador, me doy la vuelta, cambio mi rostro, y mis ojos se levantan para encontrarse con tu mirada. Reconocerme pecador es volver a casa, es añorar tu abrazo, es despertar a tu presencia. Reconocerme pecador es volver a respirar el aire puro de tu brisa, es esponjar el alma sumergida en tu inmenso mar, es ablandar mi corazón con el calor de tu amor.

Reconocerme pecador, Señor, es echarme en tus brazos de Padre y olvidar que me fui de tu casa. Reconocerme pecador, Señor, es vivir en tu presencia, en tu perdón y abandonarme en tus brazos...

Perdón, Señor...

Perdón, Señor...

Perdón, Señor, por mis miserias,
por mis desgracias,
por mi ceguera...

Perdón, Señor...

Perdón, Señor, por mis errores,
por mis debilidades y egoísmos...

Perdón, Señor...

Perdón, Señor, por cerrar las puertas de mi casa,
por dejarme encadenar por mis pasiones,
por cerrar mis ojos a tu presencia...

Perdón, Señor, por irme de tu casa,
por malgastar mi riqueza,
porque me desvíó de tus sendas y te dejo
siguiendo mis caminos...

Perdón, Señor, porque me siento débil, frágil y pecador..

Perdón, Señor...

Canto del Paria

El Ser de Bendición pasó delante de mi casa,
¡mi casa, la mía, el paria!

Salgo corriendo: El se vuelve y me mira,
¡a mí, el paria!

Le digo: ¿puedo hablarte, Señor?
El me ha respondido: sí.
¡Sí, a mí, el paria!

Le he dicho: ¿pero puede haber PAZ para un ser como yo?
Me ha respondido: sí.
¡Sí, aún para mí, el paria!

Le he dicho: ¿te puedo seguir?
Me ha contestado: sí, puedes quedarte.
¡Me puedo quedar, yo, el pobre paria!

De la literatura budista

Ejercicio 4

La tempestad calmada

Lectura reposada del texto bíblico: Mt 8, 23-27.

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...
2. Visualizar imaginativamente el pasaje de la tempestad calmada...
 - El mar, la barca...
 - A Jesús y sus discípulos...
 - Observar los hechos: la tempestad del mar,
la reacción de los discípulos...

- Vivir la tempestad del mar...
Identificarla con mis miedos,
con mis amenazas,
con mis problemas...

que me amenazan,
que me zarandean,
que me desequilibran...

3. Caer en la cuenta de la presencia de Jesús:

- calma la tempestad,
- calma el miedo y la angustia de sus discípulos,
- experiencia de paz y de sosiego,
- todo vuelve a su sitio...

- Entrar dentro de mí...
presencia de Jesús,
ver a Jesús,
escuchar a Jesús...: ¿por qué tienes miedo?
 ¿qué te perturba?
 ¿tienes fe en mí?
 mi paz te doy...

- Ante su presencia se diluyen y desaparecen
todos mis miedos,
todas las amenazas e inquietudes...

4. Silencio..., paz..., calma interior...
Presencia de Jesús...
Gratitud..., alabanza...

¿Quién eres tú, Jesús, que toda tempestad
desaparece en tu presencia?

Jesús, sólo en tu mirada encuentro el perdón

Jesús, sólo en tu mirada encuentro el perdón...

*Jesús, sólo en tu mirada encuentro el perdón,
porque tú no me juzgas, no me rechazas,
ni me exiges nada...
Sólo me esperas a la puerta, para que cuando vuelva,
siempre la encuentre abierta...*

*Jesús, sólo en tu mirada encuentro el perdón...
porque sólo el que ama y acoge
perdona de veras,
y tú me aceptas y me quieres
tal como soy...*

*Jesús, sólo en tu mirada encuentro el perdón...
y ella sana la herida de mi alma,
porque tus ojos cicatrizan
las huellas de mi culpa y debilidad...*

*Jesús, sólo en tu mirada encuentro el perdón...
porque te colocas a mi lado,
junto a mis heridas,
junto a mi dolor...*

*Jesús, en tu mirada encuentro amor, compasión,
calor que quema y apaga
mi culpa y mi dolor...*

*Jesús, sólo en tu mirada encuentro perdón...
palabra de aliento,
caricia de brisa suave,
abrazo de comprensión...*

*Jesús, tu mirada me libera
del peso de mi culpa,
de la condena de mis faltas,
del rechazo de mis maldades...*

*Jesús, tu mirada me purifica y
tu corazón me santifica y sana mi alma...*

Jesús, sólo en tu mirada encuentro el perdón...

Textos bíblicos

- * *“Y Azarías, de pie en medio del fuego tomó la palabra y oró así:
«¡Oh, no nos abandones para siempre, -por amor de tu nombre-
no repudies tu alianza, no nos retires tu misericordia,
por Abraham tu amado, por Isaac tu siervo, por Israel tu santo».”*
(Dan 3, 25.34-35).

- * *“Bendito aquel que confía en el Señor,
pues no defraudará el Señor su confianza.
Es como árbol plantado a la orilla del agua,
que a la orilla de la corriente echa sus raíces.
No temerá cuando viniere el calor,
y estará su follaje frondoso;
en año de sequía no se inquieta
ni se retrae de dar fruto.”*
(Jer 17, 7-8).

- * *“Acuérdate, Señor, de tu ternura,
y de tu amor, que son de siempre.
De los pecados de mi juventud no te acuerdes,
pero según tu amor, acuérdate de mí.
Alivia los ahogos de mi corazón,
hazme salir de mis angustias.
Ve mi aflicción y mi penar,
quita todos mis pecados.
Redime, oh Dios, a Israel
de todas sus angustias.”*
(Sal 24, 6-7.17-18.22).

- * *“Todos los publicanos y los pecadores se acercaban a él para
oírle, y los fariseos y los escribas murmuraban diciendo:
«Este acoge a los pecadores y come con ellos».”*
(Lc 15, 1-2).

- * *“Estando todavía lejos,
le vió su padre y, conmovido,
corrió, se echó a su cuello, y le besó efusivamente.”*
(cf Lc 15, 11-32).

- * *“Mujer, ¿ninguno te ha condenado?
Ninguno, Señor.
Tampoco yo te condeno.
Anda y en adelante no peques más.”*
(Jn 8, 10-11).

Otros textos:

- * Dan 9, 4-9.
- * Sal 102, 2-5.
- * Lc 118, 13.
- * Mt 9, 13.
- * Miq 7, 18-19.
- * Mt 18, 21-22.
- * Sal 50.
- * Sal 129.
- * Rom 5, 10-11.
- * Sab 11, 22-26.
- * 2P 3, 8-9.

3

Jesús es llevado por el Espíritu
al desierto...



El desierto

Nunca he tenido la suerte, o la desgracia, de vivir en el desierto. Hablamos de él como situación límite, sobrecogedora. Se describe como “paso” hacia una meta. Nunca es hogar, patria, calor, compañía.

El desierto es un lugar de soledad, de vacío, de infertilidad. Un lugar donde falta lo más elemental para vivir, como es el agua, los frutos de una vegetación, la compañía de otras personas, el calor de un amigo. En el desierto falta todo. Casi hasta la vida misma. La angustia empieza a asomarse entrevelada y a encoger el corazón del hombre en una situación sin vida y sin esperanza.

Es un vacío inmenso donde no se encuentra nada, donde todo está detrás, más allá..., pero no en él ni a la vista. El desierto es vacío, sin eco, sin otro que te escuche y te responda. Por eso es soledad. Sin nada ni nadie.

El desierto es vacío, solo, con su oscura soledad. Una soledad luminosa, pero que inicialmente ciega y oscurece las posibles y diversas sendas. Es luz que quema cuando el sol llega a su cenit o que congela tu descanso cuando se esconde cada atardecer dejando sin abrigo al caminante. Un caminante que se atreve a recorrer, paso a paso, las rutas del desierto en soledad oscura y vacía sin eco que le acompañe. Nada se oye, a no ser el susurro del viento que va y viene, levantando el polvillo de la superficie arenosa.

Ese es el desierto, el que vemos en las grandes superficies de nuestra geografía. Algunos caminan por esos desiertos buscando otra tierra, un hogar, una mano amiga que les espera en la otra orilla.

El desierto, paso a paso, tiene su encanto..., y su tragedia. Seduce y angustia. Es un reto ante la vida y ante la muerte.

“El desierto es bello. -agregó-. Es verdad. Siempre he amado el desierto. Puede uno sentarse sobre un médano de arena. No se ve nada. No se oye nada. Y, sin embargo, algo resplandece en el silencio...”

Lo que embellece al desierto, -dijo el Principito-, es que esconde un pozo en cualquier parte”. (El Principito, XXIV)

¿Qué tendrá el desierto que siempre aparece en los momentos cumbres de la historia? Los israelitas caminaron cuarenta años a través del desierto, desde tierras de esclavitud, hacia la Tierra Prometida.

“Jesús fue llevado al desierto por el Espíritu para ser tentado por el diablo” antes de comenzar su vida pública. (Mt 4, 1).

Jesús es llevado por el Espíritu al desierto. Acaba de estar en el Jordán para ser bautizado por Juan el Bautista. Ha escuchado la voz del cielo: *“Este es mi Hijo amado, en quien me complazco”* (cf Mt 3,17).

El desierto, pues, forma parte de la vida. Es una situación desnuda, transitoria, pero extensa, árida y oscura. Es una situación de “paso” y de “prueba”.

Así es el desierto, el de las grandes extensiones geográficas y el desierto del alma. **Hoy y siempre, el hombre ha vivido el desierto** en la calle y en la fábrica, entre los muros de su casa y en la estrechez o anchura de una multitud de gente. Porque el desierto no es un lugar, es el alma sola, vacía, en aridez y sequedad... Es el alma sin compañía, sin agua, sin vida. El desierto es una situación del hombre, una vivencia del corazón, un cerco que me rodea y me separa del calor y de la vida.

El desierto me aleja y me aísla en mi soledad sola, porque desierto en compañía, en amistad compartida, no es desierto. Desierto es tu vida cuando te sientes solo, desgajado del grupo, separado de todos, como Jesús, después del Bautismo del Jordán.

Desierto es soledad, frente a frente conmigo, con mi realidad desnuda, sin paliativos, con la cruda realidad de mi persona en su individualidad. Desierto es coger mi vida en peso, en su destino concreto, en su situación vital... Desierto es sentirme único, inconfundible, con una situación personal y una misión concreta.

Desierto es vivirme como único, frente a mi realidad personal y a mi destino. Único destino que me corresponde a mí descubrirlo, aceptarlo y vivirlo.

Mi destino aparece más vivo en el desierto. Es el lugar donde aparece más al descubierto. El desierto me conduce a mi destino, a coger mi vida en peso. A descubrir que soy único, en mi riqueza y en mi pobreza, en mis cualidades y en mis defectos, en mis posibilidades y en mis condicionamientos, en mi carácter y en mis virtudes, en mi historia y en mis anécdotas. Soy único, no como todos, y único me quiere el Señor.

Y en mi desierto, en mi soledad sola, vacío, sin hojarasca, sin apariencias, sin falsos apoyos ni alicientes, en el desierto me descubro radical, único en mi ser, en mi vida y en mi destino.

El desierto me conduce a la verdad de mi vida, despojándome de sus añadiduras.

¡Qué duro y qué bello es el desierto! Mi desierto y mis situaciones de desierto. Cuando en mis noches, en mis soledades, en mis angustias, sin vida, siento que aparece el desierto. ¡Qué duro es vivir momentos o épocas de desierto! ¡Qué dolorosa y desesperante es la vida en el desierto! Pero *“El Principito”* abre una rendija a la esperanza: en el desierto no se ve nada, no se oye nada..., pero lo bello, lo hermoso de él es que en cualquier lugar se esconde un pozo. (cf *El Principito*, cap. XXIV).

En cualquier lugar del desierto se esconde un pozo. Hay vida. Más allá de la superficie, debajo de esa llanura inmensa, seca, arenosa e inhóspita, hay un pozo, hay agua, hay vida. Más allá de este desierto mío, debajo de este dolor, de esta angustia, debajo de esta situación inhóspita, seca y arenosa, puede haber un pozo, puedo encontrarme agua para saciar mi sed.

Lo bello del desierto es que siempre puedo esperar, siempre queda una puerta abierta a la vida, a la luz, a la verdad más viva de mi existencia.

Todos tenemos nuestros desiertos. No existe hombre o mujer que no tenga sus desiertos. Allí nos conduce alguna que otra vez un fracaso, una enfermedad, una desgracia familiar, un impulso del alma, un trabajo, una vocación... Allí nos conduce el Señor, el Espíritu del Señor. No protestemos del desierto. Es un impulso de la vida misma, es una llamada de Dios a encontrar nuestra radical existencia, nuestra vida, nuestra misión personal.

Desde el desierto, después de la tentación que conlleva, el hombre vuelve más libre, más ágil, más sano, más purificado y disponible para la entrega. El hombre vuelve más convencido y centrado. El hombre, después de atravesar un desierto, aceptado y vivido en su realidad más cruda, vuelve más ligero, más transformado. Se ha liberado de un peso, de una máscara, de un apego... Del desierto volvemos más auténticos, más llenos de vida, de luz y de amor. Volvemos más limpios y transparentes. Volvemos nuevos, transformados por el Espíritu.



Sugerencias

- * El desierto es un lugar de paso,
pero hay que soportar su vacío y su dureza,
hay que despojarse de lastres,
hay que dar “pasos” cada día...
- * Dios, en nuestro desierto,
nos habla > Disponerme a escuchar su Palabra (SS.EE.)
nos alimenta > Disponerme a recibirle... (Eucaristía)
nos acompaña > Disponerme a estar con Él (Oración)
- * Nos adentramos en la montaña... (Heb 12, 18-24),
allí se revela Dios..., y nos muestra su rostro.
- * Necesitamos adentrarnos en la soledad de la montaña,
penetrar en lo más profundo de nosotros mismos
para crear un clima favorable para ENCUENTRO.
- * “Tu has hecho las montañas, la tierra y el cielo:
¿Quién soy yo para dirigirte algún reproche?
Pero, Señor, tú has hecho la noche demasiado larga.”
(*Negros espirituales*)
- * “No es pobre el que tiene poco, sino el que mucho desea.” (SÉNECA)
- * Busca el silencio de todo tu ser...
- * El silencio es un estado... de desapego,
de limpieza,
de purificación,
de vacío...
- * El silencio nos conduce a una vivencia
de pobreza de corazón,
de pureza de intención,
de transparencia,
de humildad,
de sencillez,
de confianza en el Señor...
- * En el silencio encontrarás la “perla escondida”
tras los muros del ruido...
Encontrarás... tu yo profundo,
tu yo esencial...

Encontrarás, si el Señor te lo regala,
el don de su bendición...
el don de su presencia amorosa...
el centro más profundo donde vives sumergido...
el horizonte infinito que te envuelve...

Encontrarás al Señor tu Dios en tu corazón...

Te encontrarás a ti, hundido en el Señor...

Encontrarás al Señor, envolviéndote

a ti..., y a todas las personas...

a ti..., y a todo lo que te rodea...

* “No quiero ser ni no ser,
ni morir ni vivir,
ni saber ni no saber,
ni poseer ni carecer:
Solo quiero esperar cada día
a lo que tú me quieras dar,
a cuanto tú me quieras dar,
y... amarte.”

C. SCHWENCKFELD

Textos Bíblicos

- * *“Acuérdate de todo el camino que el Señor tu Dios, te ha hecho andar durante estos cuarenta años, para humillarte, probarte y conocer lo que había en tu corazón: Si ibas o no a guardar sus mandamientos. Te humilló, te hizo sentir hambre, te dio a comer el maná que ni tú ni tus padres habíais conocido, para mostrarte que no sólo de pan vive el hombre, sino que el hombre vive de todo lo que sale de la boca del Señor.” (Dt 8, 2-3).*

- * *“Y en el desierto, donde has visto que el Señor tu Dios te llevaba como un hombre lleva a su hijo, a todo lo largo del camino que habéis recorrido hasta llegar a este lugar. Pero ni aun así confiasteis en el Señor vuestro Dios, que era el que os precedía en el camino y os buscaba lugar donde acampar, con el fuego durante la noche para alumbrar el camino que debíais seguir, y con la nube durante el día.” (Dt 1, 31-32).*

- * *(Moisés se encuentra con el pueblo adorando al becerro de oro:)*
“Tomé entonces las dos tablas, las arrojé de mis manos y las hice pedazos a vuestros propios ojos. Luego me postré ante el Señor, como la otra vez, estuve cuarenta días y cuarenta noches sin comer ni beber, por todos los pecados que habíais cometido haciendo mal a los ojos del Señor hasta irritarle. Porque tenía mucho miedo de la cólera y del furor que irritaba al Señor contra vosotros hasta querer destruirlos. Y una vez más me escuchó el Señor.” (Dt 9, 17-19).

Las tentaciones de Jesús

“Después de cuarenta días y cuarenta noches sin comer, Jesús sintió hambre.” (Mt 4, 2).

Jesús en el desierto, en la soledad y vacío, en la aridez de las inmensas llanuras arenosas, sintió hambre.

En el desierto se siente hambre, ganas de compañía. Se añora el hogar, el pan y los más elementales ingredientes de la vida.

En el desierto se carece de todo, y entonces, con el hambre, surge la tentación. El desierto no es la tentación, es una circunstancia más de la vida. No sé si mejor o peor que otras, porque las circunstancias no son la vida. Son el escenario donde yo tengo que desarrollarla. Pero el desierto, sin ser la tentación, es una situación muy propicia para que surja. Es un terreno abonado para ella.

Cuando vivimos satisfechos, gozosos, acompañados con hogar y calor humano, sin conflictos ni complicaciones, con éxito en el trabajo, en nuestra profesión, no hay lugar para la tentación. Cuando todo va bien en la vida, no es posible la tentación. Ni siquiera le prestaríamos la atención si apareciese.

Pero el desierto es otra cosa. Ahí sí. Bien lo sabe el tentador. El desierto es un terreno propicio para la desesperación, la nostalgia de algo mejor. Allí puede uno romper con la trayectoria de su historia, enfrentarse con su destino o con el mismo Dios. Todo se puede echar por la borda, si uno escucha al tentador en su traidora seducción.

* * * * *

A Jesús se le acercó el tentador después de ayunar cuarenta días. Era el momento. Tenía hambre. ¡Cómo no iba a tenerla! Era el momento oportuno para la tentación. *“Si eres Hijo de Dios di que estas piedras se conviertan en pan”*.

Ahora, tú puedes valerte de Dios para mejorar tu situación de necesidad de pan. Eres Hijo de Dios. Seguro que te escuchará. ¡Cómo te va dejar pasar necesidad! Ningún padre de la tierra haría eso con su hijo. Anda, pídele a Dios Padre que haga un milagro convirtiendo estas piedras en pan, y así resolverá tu problema.

Es la tentación más normal. De sentido común. Tan normal que ni siquiera la llamamos tentación. Lo normal es pedir al Señor su ayuda, su favor... Un milagro para resolver nuestra necesidad. Es valerse de Dios que “lo tiene todo” y “lo puede todo” para mejorar nuestra vida. Así es muchas veces nuestra relación con Dios.

¡Cuántas veces sentimos hambre de bienes, de salud, de mejores circunstancias...! ¡Señor, di que este dolor me desaparezca...! ¡Señor, que mis hijos aprueben los exámenes... ! ¡Señor, que me toque la lotería...! Es muy fácil. Este dolor se puede convertir en salud, esta soledad en compañía, esta incomodidad en bienestar. Es muy fácil. Tú puedes si quieres. ¡Tantos años sirviéndote y apenas me has concedido algo! ¡Ahora, Señor, es el momento. Ahora es cuando lo necesito...!

Es la tentación que brota de nuestros sufrimientos y carencias. Nace de la necesidad de estar bien y no tener ningún dolor, ninguna limitación, carencia o contratiempo. Surge de nuestro deseo de poseer, acumular riquezas materiales, culturales, corporales, intelectuales o espirituales.

“Mas Jesús respondió:

No sólo de pan vive el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios” (Mt 4, 4).

Jesús reacciona de un modo desconcertante. Da un salto en el vacío y se coloca en otro plano de la vida, en otros valores. El pan no es el único y el más necesario alimento. La hartura de pan, de solo pan, de riquezas y abundancia, hastían el corazón y embotan la mente. El hombre tiene sed y hambre, pero no solo de pan. El corazón necesita otro alimento y solo con él se satisface. *“Mi alimento es hacer la voluntad de mi Padre”.*

El corazón del hombre ha sido modelado por Dios con una sed de infinito. El vacío del hombre sólo se llena con Dios. *“Nos hiciste, Señor, para ti, y nuestro corazón está inquieto hasta que descanse en ti”*, oraba S. Agustín. La abundancia que gusta el alma es el Amor, la Verdad, la Vida... La plenitud de nuestro corazón es Dios, y sólo Dios, encontrado y gustado en la intimidad y en la vida, en la oración y en la convivencia, en el trabajo y en el descanso. Vivido y amado en todas las cosas, en toda la creación.

En mi desierto, en las llanuras arenosas de mis días grises, en mis vacíos absurdos, en mis frustraciones y en mis decepciones, también oigo el susurro del tentador: *“Di que estas piedras se conviertan en pan...”*

No. No necesito mejorar mis circunstancias, mis contrariedades, mis soledades y vacíos para vivir. Si es posible y está en mi mano, con sensatez y equilibrio, estupendo. Debo intentarlo. Pero no sólo del éxito se vive. No sólo encuentro el alimento que me sacie en las situaciones favorables.

Señor, sé tú mi alimento...

Háblame, Señor, y tu palabras serán el alimento de mi corazón...

Señor, tengo hambre de ti.

tengo sed de tu amor,

de tu presencia,

de tu vida...

Señor, sé tú mi alimento...

* * * * *

“Entonces el diablo le lleva consigo a la Ciudad Santa, le pone en el alero del Templo y le dice:

Si eres Hijo de Dios, tírate abajo, porque está escrito:

Encargará a los ángeles que cuiden de ti,

y te sostendrán en sus manos para que tu pie no tropiece con las piedras”. (Mt 4, 5-6).

Esta tentación no es una situación normal. No surge de una necesidad de la vida. La tuvo que buscar el tentador. Llevó a Jesús a lo más alto del templo. Donde había más peligro, y ahí le sedujo para que se tirase hacia el suelo.

Prueba al Señor. El es amor, bondad, es tu Padre y cuidará de ti. Reta al Señor para que te demuestre su cariño. No es necesario tirarse del alero del templo... pero me voy a tirar... Si es verdad que tú me quieres tanto y que tú lo puedes todo... no permitirás que me mate. Harás un milagro para demostrarme tu amor. Los ángeles me evitarán la caída.

Es frecuente probar al Señor, retarlo a que nos demuestre su amor. Señor, si es verdad que me quieres tanto, tienes que conseguir que me suban el sueldo, que me den tal puesto de trabajo, o que no tenga un accidente de coche. Si es verdad que eres mi Padre, demuéstramelo... sacándome de esta situación angustiosa, o de esta enfermedad que sufro, o de este conflicto familiar que vivo ahora.

Incluso es posible que muchas de estas situaciones sean como el alero del templo. Las he buscado yo. Me he ido metiendo yo en ellas, o son fruto de las circunstancias de la vida, o quizás el resultado de un modo de vivir desequilibrado, distorsionado.

Pedimos al Señor que sea el centro de nuestra vida y que se nos manifieste en la oración, cuando el resto del día tenemos el corazón dividido, nos esclavizan multitud de ocupaciones, y apenas dedicamos tiempo amplio y reposado a la oración... Eso es tentar al Señor. Pedir un milagro.

*“Jesús le contestó:
También está escrito:
No tentarás al Señor tu Dios”. (Mt 4,7).*

La relación con Dios no se apoya en unas pruebas y demostraciones. El amor al Señor, nuestra confianza en El se vive, se experimenta... No se reta al Señor, ni se prueba su amor con cálculos físicos, ni con razonamientos matemáticos.

La relación entre personas es el amor, y éste nunca puede demostrarse ni justificarse. El amor se percibe, se vive en el corazón, se cree. Es un convencimiento vital, existencial, más fuerte que cualquier prueba científica.

Por eso, *“no tentarás al Señor, tu Dios”*. No le pidas que te demuestre su amor, resolviendo una situación que incluso tú mismo te has buscado.

El amor es más fuerte que todo. La esperanza va más allá de toda duda o añoranza. La confianza se sitúa más allá de lo evidente y constatable. Por eso permanece tu fe. *“El justo vive de la fe”, (Hb. 10, 38)*, vive de la seguridad absoluta en Dios.

En mi desierto y soledad, en mis situaciones límites, puedo retar al Señor, pedirle un prueba... Exigir a Dios que demuestre su cuidado por mí. Cuando surja esta tentación, quiero orar humildemente al Señor:

*Señor, quiero amarte porque sí...
quiero abandonarme en ti...
confiar en ti, más allá de mis razonamientos.*

*Señor, quiero esperar contra toda evidencia,
esperar contra todo temor,
quiero esperar contra toda esperanza...*

*Señor, creo en tu amor infinito,
siento y vivo tu amor de Padre...*

*Señor, quiero amarte sin más...,
quiero amarte porque solo sé amar...*

* * * * *

*“Después el diablo lo lleva a un monte muy alto, le muestra todos los reinos del mundo y su esplendor, y le dice:
Todo esto te daré si te postras y me adoras”. (Mt 4 8-9).*

Le lleva a un monte muy alto, donde domine y reine sobre toda la tierra. Todos queremos subir más arriba, a lo alto. Es la tentación de ser pequeños “diosecillos” en nuestro entorno. A costa de lo que sea, se busca el poder, el aparentar, el prestigio, el quedar bien, el ser más que otros.

Nos seduce poder aparentar que sabemos más que otros, que tenemos más autoridad o más poder. Nos gusta hacer valer nuestro nombre, nuestro apellido, nuestro trabajo o nuestras cualidades. Subrayamos nuestros méritos si con ello sobresalimos. Con todo esto adquirimos honores, satisfacciones y nos vivimos como superiores a los demás.

Hablamos denodadamente de nuestro trabajo, de nuestro rendimiento, de nuestras capacidades, conocimientos y titulaciones académicas. Son nuestra tarjeta de visita con la que pretendemos sobresalir sobre otros que no saben tanto ni tienen tantos títulos, trabajos o prestigio.

Todo este instinto de poder, de sobresalir, de dominar a otros, se presenta muy sutil. Nadie lo reconocería si se lo descubriese otro. Incluso se puede presentar bajo capa de servicio a los demás, evangelización, extender el reino de Dios.

Pero si somos sinceros, hemos de reconocer cómo buscamos quedar bien, cómo nos gusta tener un cargo donde dispongamos y tengamos autoridad, cómo hablamos y subrayamos nuestro trabajo, rendimiento, nuestros hechos, casi heroicos y sacrificados. Es difícil oír a una persona, hablando de sí, que no esté buscando, inconscientemente, una valoración muy positiva de sí mismo. Son nuestras pequeñas “batallitas” que rumiamos en nuestro corazón y narramos a otros.

Si somos sinceros, hemos de aceptar cuánto nos cuesta reconocer nuestros fallos, limitaciones y complejos. Es fácil que disimulemos, que ocultemos nuestros fracasos personales o los justifiquemos ante nosotros mismos y ante los demás para quedar bien.

Esta tentación es muy sutil. No se presenta abiertamente como se le presentó a Jesús. Adórame, le dice el tentador, y te daré todo el poder de la tierra.

Así no se presenta. La rechazaríamos de plano. Es más fina. Es alimentar nuestro “pequeño yo” con ansia de crecer y aumentar su terreno. Es alimentar nuestra valoración apoyada en falsos valores y construir sobre ella nuestra vida. Es nuestra soberbia y orgullo que desea sobresalir y dominar, aun a costa de lo más profundo de nuestro ser.



¡Cuántas veces buscando el Reino de Dios, nos entregamos a un trabajo descontrolado, a un modo de vivir y de relacionarnos, que nos convierte en pequeños “reyezuelos” o “pequeños dioses” de nuestra parcela. En vez de irradiar el Reino de Dios y extenderlo a otros, estamos construyendo nuestro señorío y ocultando el Rostro de Dios. Estamos sirviendo a nuestro propio nombre más que a Dios, nuestro Señor, y a los demás.

*“Entonces le dijo Jesús:
Apártate de mí, Satanás, porque está escrito:
Al Señor tu Dios adorarás,
y solo a El darás culto”. (Mt 4,10).*

Al Señor tu Dios adorarás. Sólo a El. No se puede tener el corazón dividido. *“No se puede servir a dos señores; porque aborrecerá a uno y amará al otro; o bien se entregará a uno y despreciará al otro. No podéis servir a Dios y al diner”” (Mt 6, 24).*

“Apártate de mí, Satanás.” Vete. “Porque está escrito: Sólo adorarás al Señor, tu Dios.”

No podéis servir a dos señores. No se puede vivir, ni trabajar, ni convivir..., buscando al mismo tiempo servir a dos señores: a Dios y a mi propio “idolillo”, al bien de los demás y a la afirmación de mi propia personalidad. El Reino de Dios y mi propio reino no son compatibles. Acabará entregándome a uno y despreciando al otro, o aborreciendo a uno y amando al otro.

“Sólo al Señor tu Dios adorarás.” Que tu corazón sea sólo para el Señor. Deja que tu corazón sea un templo vivo para Dios. Al comienzo de nuestra historia sagrada aparece Dios con Moisés, dándole las tablas con la ley que debe regir en el hombre. Y allí se subraya la radicalidad de nuestra vida centrada en Dios.

“Escucha, Israel, el Señor nuestro Dios es el único Señor. Amarás al Señor tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma, con todas tus fuerzas.” (Dt 6,5).

Esta es nuestra vida. La eterna. La definitiva aquí y después. Siempre. Que la **única pasión de nuestra vida sea Dios**, amarle, servirle, glorificarle, adorarle. A Dios en lo alto del cielo, en la intimidad de mi alma, en los hombres, en la oración y en la acción. En todas las cosas y en todo momento.

Amar y servir a Dios es, pues, servir y amar a los hombres, a la creación, a la vida, a todo. Sin dicotomías trasnochadas, sin divisiones ni oposiciones. Cuando uno va centrando su vida en Dios, cuando su corazón se va polarizando en Dios, no se vive oposición de metas, ni división de corazón. En todo se ama, se sirve y se adora a Dios nuestro Señor. En la oración y en el trabajo, en la soledad y en la convivencia, en los éxitos y en los fracasos, en los momentos cumbres y en la monotonía diaria.

*Señor, quiero adorarte sólo a ti...,
quiero que tú seas mi Señor...,
mi único Señor...*

*Señor, quiero adorarte sólo a ti...,
con toda mi mente y mi corazón,
con toda mi alma y
con todo mi ser...*

*Señor, quiero amarte, servirte y adorarte...,
en la salud y en la enfermedad,
en la soledad y en la convivencia,
en la oración y en el trabajo,
en mis éxitos y en mis fracasos,
en mí, en los demás y en toda la creación...*

Señor, quiero que tú seas la única pasión de mi vida...

Señor, quiero adorarte sólo a ti...

Señor, quiero adorarte sólo a ti...

* * * * *

*“Entonces el diablo le dejó,
y se acercaron los ángeles y le servían.”(Mt 4,7).*

Después de la tentación afrontada y vivida con valor y firmeza, viene la calma. Todo vuelve a su sitio. Parecía que la tentación no se iba a terminar. Pero no. La firmeza, la resistencia a pie firme en nuestra opción, vence y aleja al tentador.

Las tentaciones de Jesús habían atentado a su misión como Mesías. El tentador induce a Jesús a un mesianismo triunfal, terreno, de poder y de riqueza. Mesianismo que esperaban sus contemporáneos y sus mismos discípulos. Jesús, venciendo las tentaciones, acepta otros planes del Padre. Un Mesías pobre, humilde, doliente, capaz de sintonizar con todos los hombres.

El Reino de Dios se hará presente no a través del triunfo, de la riqueza y del poder, sino por medio de gestos humildes, inaparentes y pobres. Jesús eligió el ser pequeño, la sencillez, la humildad, la transparencia y la entrega a sus hermanos más débiles. Quiso ser hermano de todos, cercano a los pobres y atribulados.

Ahora, todo vuelve a su sitio. Los ángeles de Dios se acercan. Después de la tentación nos inunda la paz, la luz de Dios ilumina el alma. Se abren los espacios interiores del corazón, donde se vive el amor y la presencia del Señor. Parece que el viento ha cambiado su rumbo. Ahora sopla a mi favor. Todo es más fácil después del desierto y de la tentación. Hay más luz, más vida. Más fuerza, más fe y esperanza.

Son los ángeles de Dios que inundan el alma. Es el Espíritu de Dios que nos llena.

¡Bendito sea Dios en los momentos de paz y en los momentos de la tentación!

Textos Bíblicos

* *“Entonces habló el Señor a Moisés y le dijo:
Anda, baja del monte, porque tu pueblo,
el que sacaste de Egipto, se ha pervertido.
Bien pronto se ha desviado del camino que yo le había señalado.
Se han hecho un becerro de metal y se postran ante él,
le ofrecen sacrificios y proclaman:
«Este es tu Dios, Israel, el que te ha sacado de Egipto».”*
(Ex 32, 7-8).

* *“La visitaré por los días de los Baales,
cuando les quemaba incienso,
cuando se adornaba con su anillo y su collar
y se iba detrás de sus amantes, olvidándose de mí,
-oráculo del Señor.”*
(Os 2,15).

* *“Cuando Israel era niño, yo le amé,
y de Egipto llamé a mi hijo.
Cuanto más los llamaba, más se alejaban de mí:
a los Baales sacrificaban,
y a los ídolos ofrecían incienso.
Yo enseñé a Efraim a caminar,
tomándole por los brazos,
pero ellos no conocieron que yo cuidaba de ellos.”*
(Os 11, 1-3).

* *“El vino y el mosto arrebatan el seso.
Mi pueblo consulta a su madero,
y su palo le adoctrina,
porque un espíritu de prostitución le extravía,
y se prostituyen sacudiéndose de su Dios.”*
(Os 4, 11-12).

* *“Padre, dame la parte de mi hacienda que me corresponde.
Les dividió la hacienda, y pasados pocos días,
el más joven, reuniéndolo todo, partió a una tierra lejana,
y allí disipó toda su hacienda viviendo perdidamente.”*
(Lc 15, 12-13).

Otros textos:

- * Os 6, 7.
- * Jer 2, 11-13
- * Os 7, 11-16.
- * Sab 2, 12.17-20.
- * Jer 31, 2-4.
- * Sant 4, 7-10.

Ejercicio 5

Jesús es conducido al desierto por el Espíritu

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...

2. Silencio..., silencio... en mi cuerpo,
en mi mente,
en mi corazón,
en todo mi ser...

3. ***“En aquel tiempo,
Jesús fue llevado al desierto por el Espíritu,
para ser tentado.”*** (Mt 4, 1).

- Contéplalo...

Obsérvalo... en silencio,
con apertura de corazón,
en adoración...

- Experiencia de soledad, de vacío,
de falta de vida,
de desnudez, de despojo,
de silencio...

- Jesús se entrega a la oración ,
al encuentro consigo mismo,
al encuentro con su misión,
al encuentro con su Padre Dios...

- Contéplalo en silencio...
Déjate contagiar por sus pensamientos,
por sus sentimientos,
por su oración...

4. Yo también necesito dejarme llevar
al desierto por el Espíritu...

- Ser consciente de mi soledad,
de mi vacío,
de mi falta de vida,
de mi desnudez y de mi despojo,
de mi silencio...

- Yo también necesito ser conducido al desierto
de mi soledad,
de mi verdad desnuda,
de mi desprendimiento,
de mis sufrimientos,
de mis miserias...

- ¿Qué circunstancias de mi vida son desierto para mí,
¿huyo de ellas?,
¿las vivo conscientemente?

- En el desierto, como Jesús,
me entrego a la oración,
al encuentro conmigo mismo,
al encuentro de mi misión,
al encuentro con Dios...

5. En el desierto, como Jesús,
puedo descubrir una luz,
una vida,
una palabra del Espíritu,
una presencia...

- Silencio, esperanza., quietud,
confianza, adoración, alabanza...

6. *Señor, enséñame a vivir mi desierto...*
Señor, enséñame a vivir mi desierto...

Señor, enséñame a vivir mi desierto

Señor, enséñame a vivir mi desierto,
mi soledad y mi vacío,
mis sufrimientos y despojos...

Señor, enséñame a vivir mi desierto,
mi desnudez y mi desprendimiento,
la dureza de la vida,
el silencio y la oración...

Señor, enséñame a vivir mi desierto
con paciencia y esperanza,
sabiendo que detrás de la sombra hay luz,
que detrás del vacío hay plenitud,
que detrás de la soledad hay presencia,
que detrás del despojo hay un tesoro...

Señor, enséñame a vivir mi desierto
con paciencia y esperanza,
enséñame a esperar,
en silencio,
tu palabra,
y tu presencia...

Señor, enséñame a vivir mi desierto...

Ejercicio 6

Las tentaciones de Jesús

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...

2. Silencio..., paz..., quietud...

3. 1ª TENTACIÓN:

“Si eres hijo de Dios, di que estas piedras se conviertan en pan.”

- Deseos de poseer, de acumular...
- Valerse de Dios para mejorar las circunstancias de mi vida...

- Contemplar a Jesús...
- Escuchar a Jesús...

***“No sólo de pan vive el hombre...
sino de toda palabra que sale de la boca de Dios...”***

- Ser consciente de mi tentación:
de poseer, de acumular...
de valerme de Dios para mejorar las circunstancias de mi vida...

- ***Señor, sé tú mi alimento...
Señor, que tenga hambre y sed de ti...***

4. 2ª TENTACIÓN:

***“Si eres hijo de Dios, tírate abajo...
Tu Padre Dios encargará a los ángeles que cuiden de ti...”***

- Probar a Dios...
Desafiar al Señor a que nos demuestre su amor...

- Contemplar y escuchar a Jesús...
“No tentarás al Señor tu Dios...”

- El amor no se reta...
no se demuestra...
- La confianza va más allá de la evidencia...

- Señor, quiero amarte porque sí...
Señor, quiero confiar en ti, más allá de mis razonamientos...
Señor, sé que me amas por encima de todo...

5. 3ª TENTACIÓN:

***“Todo esto te daré...
si te postras y me adoras...”***

- Esclavizarse al poder, al tener...
- Adorar a “otros señores”...

- Contemplar a Jesús, señor de sí mismo...,
desprendido..., libre....

- Escucharle: ***“Al Señor tu Dios adorarás
y a él sólo darás culto...”***

- Tu corazón..., sólo para el Señor...
- Esta es la vida eterna: conocer, amar y
servir a Dios, nuestro Señor...

6. Silencio..., contemplación de Jesús...
Adoración y alabanza...

***Señor, quiero adorarte solo a ti...
Señor, quiero que solo tú seas mi Señor, mi único Señor...***

7. Después de las tentaciones, se le acercaron los ángeles y le servían...
Después de la tentación viene la calma, la paz...
la presencia del Espíritu,
que llena nuestro espíritu...

***Señor, quiero adorarte sólo a ti...
Señor, quiero que solo tú seas mi Señor, mi único Señor...***

Lo que vos queráis, Señor...

Lo que vos queráis, Señor,
sea lo que vos queráis.

Si queréis que, entre las rosas,
ría,
hacia los matinales resplandores de la aurora:
sea lo que vos queráis.

Si queréis, que entre los cardos,
sangre,
hacia las insondables sombras de la noche eterna:
sea lo que vos queráis.

Gracias si queréis que mire:
gracias si queréis cegarme,
gracias por todo y por nada.

Lo que vos queráis, Señor,
sea lo que vos queráis.

JUAN RAMÓN JIMÉNEZ

Conversión del Corazón

La voz de Jesús, cercana y amiga, pero tajante y clara, sigue vibrando desde el principio por los caminos de Galilea y por nuestros caminos. *“Convertíos... y creed en la Buena Noticia...”*

Nos gustaría haber podido escuchar con nuestros oídos esas palabras de Jesús y haberle podido mirar a sus ojos. Esas palabras pronunciadas por Jesús serían un aldabonazo para la conciencia de sus oyentes. No siempre escuchamos lo que oímos. Hoy queremos escuchar una y otra vez tus palabras, Jesús.

¿Qué sentido les dabas tú a tus palabras?

¿Qué tengo que hacer para convertirme, Jesús?

¿Qué tengo que cambiar y mejorar en mi vida?

¡A veces, Señor, doy palos de ciego porque no sé qué hacer con tantos errores y pecados!

Por ahí podíamos empezar. Por mis errores y pecados. Es el único punto de partida sano, profundo y realista. Reconocerme pecador. Que es otra cosa distinta que sentirme defectuoso o limitado. Es algo que brota sólo ante Dios. Pecador, de verdad pecador, es un sentimiento, una experiencia vital que brota sólo de un corazón que vive muy cerca de Dios. Siéntete pecador. Con pecados como actos concretos, si quieres, con pecados como actitudes extraviadas, con muchos ídolos en tu mente... Pero sobre todo, siéntete pecador.

Hombre pecador, que voy por la vida, desconcertado y errante, sin contar con Dios. Pecador porque me siento autosuficiente, con autonomía para organizar mi vida al margen de Dios.

Pecador, porque siendo una persona creada para el amor, vivo encerrado en mi mundo, en mi egoísmo, separado de la comunión con Dios y de la comunión con los demás.

Pecador... ¡de tantas cosas puedo sentirme pecador, Señor...! ¡De tantas cosas que vivo al margen de tus caminos y apartado de mi profundidad interior...! Pecador... ¡de tantas cosas que desfiguran y rompen tu rostro impreso en mi corazón...!

Mi pecado es no vivirme como imagen y criatura de Dios, no vivirme como hijo de Dios, no colaborar a la obra que tú quieres realizar en mí... Sobre todo soy pecador porque no correspondo a tu amor, a los lazos de amor que tú quieres vivir conmigo... Soy pecador porque, siendo un pequeño rayo del sol, pretendo vivirme separado de mi origen, separado del amor y de la luz infinita de Dios.

Por eso, hoy, ayer y siempre puedo postrarme ante ti, Señor, y volver a decirte: “Perdón, Señor, porque soy pecador...”

Solo ante ti, Señor, puedo sentirme pecador. Cómo gusto en mi alma tus palabras:

“No necesitan médico los que están sanos y fuertes, sino los que están enfermos y débiles. No he venido a llamar a los justos sino a los pecadores”. (Mc 2, 17).

“Yo he venido a buscar lo que estaba perdido”. (Lc 19, 10).

Jesús ha venido a buscar al pecador, al que estaba perdido. Al hombre que siente ante Dios sus desvíos, sus fallos, sus egoísmos y autosuficiencias. Al hombre que se acerca a Dios, arrepentido, con dolor y con amor, con confianza y con la seguridad de ser acogido y perdonado.

Jesús siempre anduvo entre pecadores. *“Muchos publicanos y pecadores estaban a la mesa con Jesús y sus discípulos, pues eran muchos los que le seguían.”* (Mc 2, 15).

Jesús vino a buscar a los pecadores, a los hombres, porque todos somos pecadores, y anduvo siempre con ellos. Esa fue la realidad de entonces y así vuelve a ser hoy. No puede ser de otra manera. Todos somos pecadores. Y entre nosotros anda Jesús buscando lo que estaba perdido.

“Aquel de vosotros que esté sin pecado, que le arroje la primera piedra” (Jn 8, 7b).

Todos tenemos pecados, y todos somos pecadores. La diferencia está en que unos se reconocen pecadores y otros no. En que unos se postran ante Dios confesándose pecadores, con humildad y confianza y otros siguen justificándose.

No es fácil reconocerse pecador. Es más fácil, más natural, hasta más humano sentirse limitado, con defectos. Es como ejercer un derecho. Todos sabemos que tenemos derecho a ser limitados, a no saberlo todo, a tener defectos y a equivocarnos.

Pero pecador..., eso es otra cosa. Nos cuesta. Con facilidad nos justificamos, nos damos razones de nuestros fallos y errores. Y ante Dios, a veces, sólo buscamos un perdón, un salvoconducto que nos liquide una cuenta pendiente.

La conversión del corazón es lo que quiere el Señor. Es lo que nos acerca a El. Puedo intentar cambiar de actitudes, es necesario mejorar mi comportamiento..

Pero lo importante no es ser intachable. Nunca sería posible. El ideal de perfección .como “persona perfecta”, ya decíamos anteriormente que está muy lejos del “Sed perfectos como vuestro Padre celestial es perfecto”, y muy lejos de la conversión cristiana. No nos convertimos a nosotros mismos, a ser mejores nosotros.

La conversión del corazón parte de mi realidad de pecador, y sintiéndome así, siento mi dolor y mi amor ante Dios. Los pecados nos pueden alejar de Dios, pero el sentirme y vivirme pecador ante Dios me acerca a El, me anuda más a su amor y misericordia. Sólo El puede acogermme, abrazarme, comprenderme... No me convierto a mí, sino a Dios, al amor de Dios.

“¡Oh Dios, ten compasión de este pecador!, -decía el publicano, golpeándose el pecho, arrinconado atrás en el templo, sin atreverse a levantar los ojos al cielo”. (Lc 18, 13).

Este publicano puso su mirada en Dios, y ante El se sintió pecador. Por eso salió justificado, perdonado, lleno de la misericordia de Dios. Sintió que el amor de Dios le envolvía su corazón y llenaba su espíritu de la paz de Dios.

En cambio, el fariseo, orgulloso de sí y de sus obras, se sentía mejor que los demás. Se sentía intachable, pero en realidad estaba muy lejos de Dios. Una barrera insalvable le separaba de Dios: su autosuficiencia, su orgullo, su ceguera; en definitiva, su pecado no reconocido. El era el centro de su vida, y no necesitaba de Dios. El fariseo no salió justificado.

Necesito empezar continuamente este proceso de conversión. No marchan bien algunas cosas de mi vida. Me siento pecador, y vuelvo una y mil veces ante Dios reconociendo mis desvíos. Y al mismo tiempo procuro corregir mis caminos siguiendo paso a paso las huellas del Señor.

Es verdad, sin duda, que este proceso de conversión me va llevando a mejorar la calidad de mi vida. Me convierto a Dios, vuelvo mi corazón a Dios, agradándole y dejándome conducir por El. Desde mi corazón empiezan a salirme otras intenciones, otros pensamientos y actitudes.

El Señor me seduce y me conduce por otros caminos, por sus sendas, tras las huellas de su amor... Mi conversión será del corazón, de mi corazón sediento de Dios... Mi conversión será poner mi corazón en Dios..., y dejarme llenar de su amor y de su perdón.

- * Nuestra radical conversión no está en limpiar nuestra casa..., sino en preparar nuestro hogar y abrir la puerta para que entre el Señor en nuestra vida. Mi salvación es Jesucristo en mi vida, llenándome de su Espíritu y transformándome en Él...
- * Sólo la persona libre, liberada de todo apego, se posee y puede entregarse y vivirse para los demás.
- * Tengo que limpiar mi mente de:
 - prejuicios,
 - intenciones torcidas,
 - juicios y pensamientos negativos,
 - dureza y rigidez,
 - inflexibilidad ante la realidad,
 - incomprensiones y críticas negativas...Así seré capaz de abrirme limpiamente a la iniciativa de Dios y a sus “sorpresas”, y seré capaz de abrirme al otro, en su situación real y concreta.
- * Tengo que limpiar mi corazón de:
 - apego a cosas,
 - apego a personas,
 - apego a situaciones y costumbres,
 - afectos incontrolados,
 - sentimientos deprimentes,
 - estados de ánimo agobiantes,
 - sentimientos negativos,
 - deseos distorsionantes
- * Así mi corazón estará libre para amar, para vivir en comunión con Dios y con todos mis hermanos, y me sentiré libre para compartir lo mejor de mí mismo y de mi tiempo.
- * “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 creados.”

(S. IGNACIO DE LOYOLA, EE. 23).

- Toda CONVERSIÓN radical, si se quiere que ayude al crecimiento y a la transformación de la persona, debe tener dos dinamismos:

1) LIBERACIÓN INTERIOR

- desprendimiento,
- soledad,
- purificación,
- desnudez,
- silencio de
mi cuerpo,
mi corazón,
mi mente...
- desapego,
- quitar obstáculos,
- soltar...

Esto es MORIR
poco a poco,
al hombre viejo...

2) APERTURA, COMUNIÓN Y ENTREGA

- abrir mis sentidos:
ver,
escuchar,
sentir...
- abrir mi mente (mi mentalidad)
mi corazón (amar...)
mi espíritu (ensancharlo)
- vivir mi comunión
con Dios,
con los demás,
con toda la creación,
con todo lo que existe...
- entrega a Dios y a los otros...
- aportar mi ser,
mi trabajo,
mi tiempo... a otros...
- compartir con otros
lo que soy y
lo que tengo...

Esto es VIVIR
en crecimiento,
al hombre nuevo...

- * Cuando de verdad nos liberamos,
morimos y empezamos a vivir una nueva vida
en comunión con Dios, con todas las personas y con toda la creación,
y, desde ahí, nos entregamos
y compartimos lo mejor de nosotros mismos...

Textos Bíblicos

- * *“Desgarrad vuestro corazón, no vuestros vestidos, volved al Señor vuestro Dios, porque él es clemente y compasivo, tardo a la cólera y rico en amor, y se allana ante la desgracia.”*
(Joel 2, 13).
- * *“Oh Dios, dirige nuestro corazón hacia ti.”*
(cf Cron 29,18).
- * *“Meteré mi ley en su pecho, la escribiré en sus corazones; yo seré su Dios y ellos serán mi pueblo -dice el Señor.”*
(Jer 31, 33).
- * *“Se te hace saber, oh hombre, lo que es bueno, lo que el Señor quiere de ti: tan sólo que vivas la justicia, que ames con ternura, y que camines humildemente con tu Dios.”*
(Miq 6,8).

Otros textos:

- * Mat 5, 20.
- * Rom 12, 1-2.
- * 1Cor 9, 24-25.

4. Así llega constantemente la Salvación de Dios a mi vida...

“El Reino de Dios está dentro de vosotros...”

5. Silencio..., apertura..., receptividad...

Abirme a la presencia salvadora de Dios...



Un día de desierto

Esquema - guión

1. Necesidad

Necesitamos días dedicados al retiro, a la soledad, a la búsqueda...

- Nuestra vida diaria está llena de cosas:

por fuera: actividades...
trabajos...
relaciones con mucha gente...
asuntos y tareas...
agitación y activismo...
responsabilidades...
cargos y ocupaciones...

por dentro: tensiones...
preocupaciones...
ansiedad...
falta de paz...
nerviosismo...
vida superficial...
prisas y agitación...

- Echamos de menos:

sosiego y calma...
hondura y profundidad...
gustar y vivir nuestros trabajos...
nuestras relaciones con otro...
serenidad y armonía interior...
tiempo... para estar...
para orar...
para contemplar...
para vivir...
para amar...
para "ser"...
para sentirnos vivir en paz...
en profundidad...
en armonía...

- Necesitamos retirarnos:

Hoy necesito separarme de mi vida ordinaria,
cortar con todo lo que ocupa mi vida diaria...

Necesito: reposo...,
 tranquilidad...
 soledad...
 paz...
 silencio exterior... a mi alrededor...
 interior... en mi mente...
 en mi corazón...
 en mi cuerpo y en mis sentidos...
 en mi espíritu...
 en todo mi ser...
 quedarme vacío..., limpio...
 de tantas cosas que ocupan mi mente...
 mi corazón...
 mis sentidos...
 de tantas cosas que oscurecen mis ojos...
 mi espíritu...
 de tantas cosas que aplastan mi corazón...
 mi vida...

No para aislarme y olvidarme...
No para alejarme de la vida y de los otros...

Sino para descubrir...
 y escuchar... la vida...
 la creación...
 los acontecimientos y las cosas...
 la profundidad de las personas...
 el eco del Espíritu de Dios...

Necesito quedarme vacío...
 no para descubrir mi nada...
 sino para hacer transparente mi plenitud,
 para descubrir mi riqueza interior,
 para encontrarme conmigo mismo...
 para encontrarme con Dios en mí...

Necesito quedarme vacío...
 separarme de tantas relaciones inmaduras,
 de tantos enredos con otros,
 de tantos afectos desordenados,
 de tantas miradas superficiales,
 de tantas personas que me aplastan...
 no para prescindir o ignorar a los demás...
 odiar o despreciar a nadie...
 olvidarme de los demás...
 sino para descubrir y valorar la riqueza de los otros...
 para amar a todas las personas...
 para entregarme y servir a todos...

HOY quiero retirarme y quedarme vacío...
vivir en silencio y soledad...
encontrarme conmigo mismo...,
con Dios...
y con los demás...

* * * * *

2. Consejos prácticos:

- Conviene NO improvisar el día de desierto.
Hay que desearlo, buscarlo y, sobre todo, necesitarlo.
- Desde la tarde anterior debes ir preparando tu espíritu,
creando un clima de sosiego, de paz..., de búsqueda...
- Ir dejando a un lado las actividades, ocupaciones y
preocupaciones ordinarias...
- Ten previsto el lugar donde vas a pasar el día..., aunque
el desierto será, sobre todo, en el corazón y en tu espíritu.
- Ten previsto un horario, a grandes rasgos, donde cuentes con:
ratos de lectura reposada... (Sagrada Escritura, algún libro...)
ratos de oración y contemplación...
ratos de paseo..., o algún ejercicio físico...
Tiempo de ser..., descanso..., etc.

Pero actúa con flexibilidad y holgura dentro de ese horario,
para que no tengas sensación de atadura sino de liberación.

* * * * *

3. Espíritu del día de desierto

- Es lo más importante: el espíritu que vivas en él,
no las tareas u ocupaciones que realices.
- *“La llevaré al desierto,
y le hablaré al corazón.”*
Os 2, 14.
- Dejar nuestros caminos trillados...,
y buscar los caminos del Señor...

- Para ello:

- Adentrarte en el silencio:
Vivir una experiencia honda de silencio...
- Desprendimiento de todo:
incluso de la ansiedad de encontrar algo al final del día...
- Desnudez de todo lo que habitualmente rodea tu vida...
- Soledad: desligarte de toda relación con los otros...
Enfrentarte con la propia soledad...
- Búsqueda...
- Espera sosegada...:
de ti mismo,
de experiencia de la hondura de tu ser,
de los signos y sorpresas de Dios,
de la manifestación del rostro del Señor,
Muéstranos, Señor, tu rostro... y eso nos basta...

- EL DESIERTO ES:

- SOLEDAZ: no te encuentras con nadie...
te separas del grupo...
no hay relación con el otro...
- SEQUEDAD: falta de vida...
no hay vegetación...
animales...
- DESNUDEZ: falta de medios...
no hay nada...
no se cuenta con nada: agua, alimentos, techo, amigos...
faltan los medios indispensables...
- OSCURIDAD: no se ve nada: de día, por exceso de luz,
de noche, por falta de luz...
todo queda desdibujado...
sin caminos ni sendas marcadas...
solo el cielo y la tierra desierta...
- SILENCIO: no se oye nada...
vacío de ruidos, de alboroto...
la arena es silencio...
el cielo y la tierra es silencio...
todo es silencio...
Si tú callas por dentro...,
escucharás el silencio...

* * * * *

4. Sugerencias:

- Despierta, tú que duermes...
Retirarme al desierto no es huir ni adormecer mi vida..., sino despertar y adentrarme en la verdad y realidad profunda de mi existencia...
- Busca y encontrarás...
Pero no lo que tú pensabas encontrar sino lo que el Señor te quiera comunicar y revelar...
- Busca desprendidamente..., sin saber qué encontrarás...
pero buscando siempre un poco más allá..., sin sentarte a la vera del camino, conforme con lo ya encontrado.
- Vigila y orad...
Mantente despierto y atento... Lo que buscas no está lejos, lo tienes a tu lado, dentro y fuera de ti..., te acompaña en cada paso que das y nunca se separa de ti...
Abre tus ojos, vigila con tu mente atenta, aquí y ahora...
En cualquier momento puedes ver, maravillarte y asombrarte...
- Vigila y orad:
Abre tu corazón en silencio, humildemente..., al Señor...
Ora..., alaba..., adora... en silencio al Dios de tu corazón...
Espera confiadamente porque él no se hace esperar...
Está llamando siempre a nuestra puerta...
- *“Cuando la llama interior parece extinguida, todavía es posible saber esperar en silencio, acordándose de que sobre el suelo endurecido florece la flor.”*

Regla de Taizé

* * * * *

5. Textos bíblicos:

- * “Yo la cortejaré,
me la llevaré al desierto,
y le hablaré al corazón.”
(Os 2, 14).
- * “Así dice el Señor:
«Halló gracia en el desierto,
el pueblo que se libró de la espada:
va a su descanso Israel.
De lejos el Señor se le apareció.

Con amor eterno te he amado:
por eso he reservado gracia para ti.
Volveré a edificarle y será reedificada...»
(Jer 31, 2-4a).

* “El Señor iba al frente de ellos,
de día en columna de nube para guiarlo por el camino,
y de noche en columna de fuego para alumbrarlos,
de modo que pudiesen marchar de día y de noche.
No se apartó del pueblo ni la columna de nube por el día,
ni la columna de fuego por la noche.”
(Dt 13, 21-22).

* “Cuando oréis no seáis como los hipócritas
que gustan de orar en las sinagogas y en las esquinas de las plazas.
Tú, en cambio, cuando vayas a orar,
entra en tu habitación y, después de cerrar la puerta,
ora a tu Padre que está allí, en lo secreto;
y tu Padre, que ve en lo secreto, te recompensará.”
(Mt 6, 5-6).

* * * * *

6. Reflexión personal:

1. ¿Qué busco en este día de retiro?
2. ¿Qué espero encontrar?
3. ¿Me bastaría simplemente haberme quedado a la interperie, despojado de todo, esperando al Señor?
4. ¿Tengo necesidad de resolver “algo”...?
¿Necesito luz para iluminar algún rincón oscuro de mi vida?
5. ¿Busco con paz el silencio y la desnudez del desierto?
6. ¿Cuáles son “mis desiertos”?
¿Qué circunstancias son para mí “desierto”?
7. ¿Cómo vivo yo las situaciones de desierto?
¿me evado?
¿huyo de ellas?
¿las temo?
¿me rebelo contra ellas?
¿las asumo como unas circunstancias más de la vida?
¿trato de integrarlas y vivirlas lo mejor posible?
¿saco de ellas algo “nuevo”...? ¿un pozo?

8. ¿Temo que surjan “tentaciones” en mi desierto?
9. ¿Cuáles son las “piedras” que yo quiero que se conviertan en pan?
10. ¿Solo adoro a Dios, mi único Señor, o tengo otros “señores” a quienes sirvo?
11. ¿Cuáles son las tentaciones que suelo vivir en momentos de desierto?
12. ¿Cómo me las arreglo para superarlas?
13. ¿Vivo la esperanza de que el Señor enviará sus ángeles, su espíritu, y llene mi soledad y mi vacío?

* * * * *

7. Posibles lecturas, oraciones, ejercicios de oración...

* Lecturas:

La oración en cuaresma
Llamada a la conversión
El desierto
Las tentaciones de Jesús
Conversión del corazón
Etc...

* Ejercicios de oración:

La tempestad calmada
Jesús es conducido al desierto por el Espíritu
Las tentaciones de Jesús
Experiencia de conversión
Etc...

* Oraciones y poemas:

Aún es posible convertirse
Perdón, Señor
Canto del paria
Señor, enséñame a vivir mi desierto
Lo que vos queráis, Señor
Etc...

* * * * *

8. Jesús vuelve del desierto...

- * Después del desierto, Jesús vuelve a la vida ordinaria,
a la vida de cada día...
- Jesús se retiró al desierto...
a la soledad...
al silencio...
a la oración...

para volver a vivir entre los demás...
para entregarse a los demás...
para servir y amar a los demás...

- * Jesús vuelve del desierto
para compartir...
para proclamar el Reino de Dios entre los hombres...
para curar a los enfermos...
para consolar a los tristes y angustiados...
para mostrar el rostro de Dios a los hombres...
para proclamar el perdón de los pecadores...
para irradiar la luz y la verdad...
para mostrarnos el camino de la Vida...
para amar a todos los hombres...
para ser manifestación de la bondad de Dios...
para pacificar e irradiar la paz...
para salvar y justificar lo que estaba perdido...
para enseñarnos a vivir lo más auténtico
y lo más profundo de nuestro ser en la vida ordinaria...
para ser presencia viva de Dios entre nosotros...
para darnos su Espíritu...
para “permanecer con nosotros hasta el fin de los tiempos...”

Al desierto nunca se va para quedarse uno allí...
sino para volver a la ciudad...,
a la vida con los demás...,
para servir y amar en todo a Dios, nuestro Señor...,
para servir y amar en todo a los demás...

4

“Si conocieras el don de Dios...”



La transfiguración del Jesús

Caminando por el desierto es posible encontrar un oasis, un descanso, un aliciente que haga más llevadera la dureza de nuestra peregrinación hacia la tierra prometida.

Los apóstoles estaban viviendo momentos de confusión, de desconcierto. Jesús les había anunciado que *“él debía subir a Jerusalén y sufrir mucho de parte de los ancianos, los sumos sacerdotes y los escribas, y ser matado y resucitar al tercer día”* (Mt 16, 21).

Ninguno comprende. Pedro se indigna. Es imposible que tú tengas que padecer y morir así. No entra dentro de sus esquemas.

Poco antes había confesado que Jesús era el Hijo de Dios vivo, el Mesías, y éste no podía acabar así. Sería un fracaso. La tentación de mesianismo triunfal, poderoso, estaba en la mente de todo israelita. Aún no acababan de comprender el estilo de Jesús, los valores supremos del Reino.

Por eso Jesús vuelve a insistir en esta opción mesiánica, donde el que quiera salvar su vida, ha de entregarla, perderla, y el que quiera seguirle, debe negarse a sí mismo, tomar su cruz y seguir las mismas huellas de Jesús, que vino a servir, -no a ser servido-, y dar su vida en rescate por todos. Por eso, el que quiera ser el primero que se ponga el último.

Esta elección de Jesús por lo pobre y humilde, por lo inaparente, por el servicio y la entrega, no son valores estimables entre los hombres.

Cada día que pasaba surgían nuevas dudas, contradicciones e interrogantes entre sus discípulos. No podían comprenderlo. Jesús tuvo palabras duras para Pedro cuando éste le increpa diciendo que *“de ningún modo sucederá”* la predicción de su pasión y muerte. *“Jesús se volvió a Pedro y le dijo: ¡Quítate de mi vista, Satanás! ¡Eres escándalo para mí, porque tus pensamientos no son los de Dios, sino los de los hombres!”* (cf Mt 16, 22-23). Esta opción mesiánica es el estilo de Dios.

Por eso aclara Jesús enseguida: El que quiera venir conmigo, que se niegue a sí mismo, que tome su cruz y me siga (cf Mt 16,24).

Los apóstoles estaban desconcertados. No entendían a Jesús. Su mesianismo no se parecía en nada al que ellos esperaban. Esto es un fracaso. Al final todo se derrumbará. Oscuridad, desconcierto, desorientación. Parecía que todas las puertas se les iban cerrando. Temían a los fariseos y letrados, que, junto a las autoridades religiosas, tenían declarada la guerra a Jesús. Buscaban cualquier oportunidad para acusarle.

Tendríamos que intentar meternos en la psicología de estos hombres. En los comienzos fueron capaces de seguir a Jesús con entusiasmo y generosidad, dejando todas las cosas. Ahora todo se hace más cuesta arriba. Era el desierto, una situación de desolación, de desconcierto, de fracaso. Les estaba trayendo complicaciones con las gente de su pueblo. Criticaban a Jesús y a sus colaboradores, los apóstoles. *“También comen y se juntan con los pecadores”*. Se sentían señalados, condenados por los mismos que perseguían a Jesús.

En esta situación tan crítica, Jesús quiere echarles una mano. Los ve apurados, acomplejados. Se da cuenta de que se está debilitando su fe, su incondicional seguimiento. Por eso se lleva aparte a los más cercanos, a sus íntimos. A los que serán columna y fortaleza de los otros. Quiere

fortalecer su fe, su confianza en él. Quiere consolidar sus cimientos para que sigan adelante en este desierto de dudas, de inseguridades y tentaciones.

Es un detalle delicado y cariñoso de Jesús. Veía a sus discípulos tambalearse. Estaban desconcertados. Las cosas no podían seguir así. En estos momentos reacciona Jesús. Espera hasta el límite. Hasta donde puedan nuestras fuerzas. Hasta el límite de nuestra fe. Siempre atrayendo y arriesgando un poco más. Pero cuando asoma nuestra debilidad, y se da cuenta de nuestra miseria, sale al paso y nos saca a flote.

Nunca el desierto es sólo desierto. En cualquier lugar podemos descubrir un oasis, un pozo donde descansar y reponer fuerzas. En medio de la dureza del camino sale al paso Jesús y nos alivia el sufrimiento. Por eso, en esta ocasión elige a Pedro, a Santiago y a Juan y se los lleva a la montaña, a iluminarles y fortalecerles los ojos del corazón y a enriquecer su fe y su esperanza. Son muchos los acontecimientos que aún les quedan por vivir. Les espera una buena prueba.

Ahora, Jesús, como amigo cercano y fiel, quiere pasar un rato con ellos y desvelarles un poco más su misterio. Como queriendo anticiparles la resurrección. Así será todo al final. Así acabará todo. No os desesperéis. Tened paciencia y manteneos firmes a pesar de todo. ¡Qué gesto tan humano y tan divino tuvo Jesús aquella tarde de la transfiguración con sus apóstoles más íntimos...!

“Seis días después, tomó Jesús a Pedro, a Santiago y a su hermano Juan y se los llevó aparte, a una montaña alta.

Se transfiguró delante de ellos y su rostro resplandecía como el sol y sus vestidos se volvieron blancos como la luz.

Y se les aparecieron Moisés y Elías conversando con él”.

(Mt 17, 1-3).

Sería bueno contemplar este misterio. No se trata de teorizar sobre la transfiguración y razonar el por qué de cada palabra y desentrañar su sentido. Es verdad que esto también se puede hacer. Y es necesario hacerlo alguna vez. Pero hoy os invito a contemplar en silencio, para que podamos adentrarnos en el misterio.

Nosotros también pasamos nuestro desierto, nuestras dudas y desconciertos. Llevamos unos años con Jesús. Unos más y otros menos. Hemos pasado buenos ratos con él. Y también algunos malos, porque nos desconcierta, porque aún nos quedan nostalgias de un mesianismo triunfal, de un cristianismo de éxitos y conquistas. Y nos desconcierta el camino de Jesús, sus valores, su debilidad por el pobre, su postura humilde y sencilla, su entrega y dedicación a los demás. Ese es Jesús, y eso es seguir a Jesús.

Por eso, en el seguimiento de sus huellas también tenemos nuestra crisis. Después de tantos años siguiendo al Señor, queriendo conquistar metas, llegar a tanta gente, hacer tanto bien..., nos damos cuenta de que nos hemos quedado a medias. Nos desanimamos.

¿Vale la pena?

¿Tanto esfuerzo para conseguir tan poco?

¿Por qué tendrá que existir el fracaso, la humillación..., la cruz?

¿Será verdad que Jesús tiene que pasar la cruz para salvarnos y transformarnos?

¿Será posible el Reino de Dios en nuestra tierra?

¿Tendremos que seguir nuestra entrega en fe, y muchas veces a ciegas, atravesando desiertos y sufrimientos..., y promesas de pasión y muerte?

También nosotros necesitamos un aliento, un oasis en nuestro desierto. También nosotros, en medio de nuestras dudas, desencantos y frustraciones, necesitamos que Jesús nos fortalezca y nos confirme que merece la pena seguirle.

* * * * *

Vamos a subir al Tabor con Jesús, con Pedro, Santiago y Juan. Detrás de ellos. Sin que se note... Sube despacio y contempla a Jesús con sus íntimos. También tú eres de ellos. Jesús también te elige a ti para ser de sus más cercanos discípulos. Hazte presente, entorna tu mirada y abre los ojos de tu alma.

Cuando llegan a lo alto de la montaña, empiezan a ver a Jesús de otra manera. Su rostro cansado, se transfigura. Radiante. Luminoso. Sus ojos brillantes y transparentes. Sus vestidos blancos. Parece otro. Nuevo. Divino. Como si el cielo se condensase en el rostro de Jesús. Veían a Dios en Jesús. Este es Jesús. Pedro lo sabe. Hace pocos días que le dijo a Jesús en medio de sus apóstoles: *“Tú eres el Hijo de Dios vivo.”* (cf Mt 16, 16). Ahora lo veía. Más aún, lo sentía. Lo vivía. Lo sentían los tres en su corazón. Un gozo infinito inundaba su alma y todo su ser.

Vamos a contemplar toda la escena. No queremos perder un detalle. Fíjate en Jesús. Quédate en silencio contemplándolo. Observa sus vestidos blancos, llenos de luz. Su rostro radiante... Su mirada transparente. Su rostro suave y lleno de ternura... Esponja tu corazón con su mirada. Los ojos de Jesús transfigurado. Su mirada irradiando la luz divina y el amor de Dios. Una mirada que atraviesa el alma.

Quédate en silencio... Observa... Siente, acoge y vive... Experimenta su presencia en tu corazón... Deja que su rostro se grave en tu alma...

Quédate en silencio..., contemplando..., viviendo..., gustando interiormente, que es como se gustan y se saben las cosas de Dios...

* * * * *

Aparecen Moisés y Elías. Los tres conversaban. Tres eslabones de la historia de Dios en nuestra tierra. La ley representada en Moisés, los profetas representados en Elías, y Jesús, el Mesías.

*“Pedro, entonces, tomó la palabra y dijo a Jesús:
Señor, ¡qué hermoso es estar aquí!
Si quieres, haré tres chozas: una para ti, otra para Moisés y otra para Elías.”* (Mt 17, 4).

¡Qué bien se está aquí! Es verdad. Aquí sí. Esto es otra cosa...

Así es. Todos tenemos experiencia... Parece que se ha terminado el desierto. De la experiencia de Dios nunca queríamos salir. Hay momentos de la vida que quisiéramos eternizar. ¡Ojalá durase toda la vida!, decimos.

Así ocurrió en el Tabor. Siempre se está bien con Jesús cuando se hace presente en nuestro corazón. Parece que se ensancha el alma, que todo es nuevo; y la vida, una ilusión. La fe se fortalece, el corazón se llena de amor y el futuro se afronta con esperanza y con valor. Así la vida es formidable. Así sí se puede vivir. Vivir con ilusión, con riesgo, con entrega. Todo se ve de otro color.

Nos quedamos un rato contemplando a Pedro, a Santiago y a Juan. Todo ha cambiado de repente. Su rostro, su mirada, su corazón, su mente... Desaparecieron los miedos, las dudas se disiparon... De pronto han comprendido en su corazón el misterio de Jesús, que es donde se comprenden las cosas de Dios. Todo se cambió en su mente... Empezaron a ver la vida a la luz de Dios. Esto es la verdad, la vida. Esto es lo mejor... ¡Qué bien se está aquí!

¡Cuántos momentos de Tabor aparecen en nuestra vida! Igual que éste de Jesús con sus íntimos... Contemplemos hoy a Pedro, a Santiago y a Juan mirando a Jesús. Escuchando sus palabras. En el silencio de nuestra persona, dejemos que se esponje nuestra alma..., que guste, sienta y perciba la suavidad de la presencia del Señor que cambia y transforma todo nuestro ser...

En silencio... percibe..., siente... y vive... la presencia de Jesús que inunda el alma... Gusta en tu corazón el amor de Jesús...

* * * * *

¡Qué bien se está aquí! ¡Es lo mejor! No necesitamos cambiar... ¡Vivir aquí para siempre...! Y vino la tentación. ¡Para siempre! Sí, la tentación. Eternizar el Tabor. *“Si quieres, haré tres tiendas: una para ti, otra para Moisés y otra para Elías.”*

Siempre queremos instalarnos en la consolación. No queremos que se acaben los consuelos y los regalos de Dios. Pedimos eternizarlos. El oasis convertido en meta del camino. Confundir el Tabor con el final, con la plenitud de la resurrección, que siempre está después de la cruz. Es la tentación del Tabor. Convertirlo en meta, en algo definitivo. ¡Se está bien aquí! Será esto el final de camino. Quedémonos aquí...

Otros viven la tentación del Tabor de manera distinta. Mira, vamos a pararnos y a quedarnos aquí. Ya estamos cansados de caminar, de arriesgar, de sufrir... Nos conformamos con este pequeño oasis. Nos basta. Vamos a instalarnos en este modo de vivir, en este trabajo, en este enfoque de la vida donde nos sentimos a gusto. Ya hemos luchado bastante. Estamos cansados. Con estas pequeñas conquistas, con estas adquisiciones nos conformamos.

Tentación bastante corriente. Instalarse, estancarse, pararse y conformarse. No querer seguir caminado... hacia nuevas conquistas, hacia la tierra prometida, hacia la plenitud...

Es fácil rendirse ante el Tabor. Hoy queremos gustarlo y vivirlo, como los íntimos de Jesús. También hay Tabor en nuestra vida. En medio de nuestros caminos desiertos, decepciones y fracasos..., hay Tabor. En nuestra vida de oración, en nuestra entrega y servicio a los demás... hay Tabor.

El peligro es confundir lo conseguido como si ya fuese la meta..., creyendo que esa es nuestra plenitud. O también conformarnos con las pequeñas conquistas conseguidas. Pararnos en el nivel que vivimos hoy en nuestra relación con Dios, en nuestros deseos de superación, en nuestra entrega a los demás...

Es fácil estancarse, pararse, cansados al borde del camino. Hagamos tres tiendas. Vamos a instalarnos aquí... Ya hemos trabajado bastante. No merece la pena seguir adelante. ¡Aquí se está bien!

Es sorprendente que cuando Pedro le dice a Jesús que quiere quedarse aquí, en el Tabor, se oiga una voz del cielo revelándoles el misterio de Jesús.

*“Este es mi Hijo amado, mi predilecto.
Escuchadle”. (Mt 17, 5).*

Es la respuesta del cielo al desconcierto y a los temores de los apóstoles. Sí, éste es Jesús. El Mesías. El es, aunque no quepa en vuestros esquemas. Este es mi Hijo amado, mi predilecto. Tened fe. El es mi voz, mi presencia entre vosotros. Abrid vuestros oídos del corazón, vuestros ojos del alma para acogerlo, escucharlo, comprenderlo. Sólo así podréis seguirlo. Escuchar, escuchar de verdad, sólo se puede desde el alma, donde el eco se graba y se eterniza. Jesús es la Palabra, LA PALABRA de Dios definitiva, eterna y transformadora. Jesús es la PALABRA con mayúsculas, la Palabra de Dios a vuestra alma. Escuchadla...

Es un misterio escuchar esa voz del cielo. Está fuera de nuestras fronteras, de nuestros esquemas. Por eso conmovió todas las fibras de su ser.

*“Al oír esto, los discípulos cayeron de bruces, llenos de espanto.
Jesús se acercó a ellos y tocándolos, les dijo:
Levantaos, no temáis.
Ellos alzaron sus ojos y ya no vieron a nadie más que a Jesús solo”.*
(Mt 17, 6-8).

La voz del cielo les sobrecogió de miedo. Lo misterioso, lo que se escapa de nuestras manos acaba desbordándonos y conmoviendo todo nuestro ser.

Jesús se acerca y los alienta. *“Levantaos. No temáis.”* Y vuelven a ver a Jesús como antes. Sin Moisés ni Elías. Solo, con su mismo aspecto externo de antes. ¿Habrà sido un sueño? ¿Dónde están ahora? ¿Dónde han estado antes? Y tú, Jesús, ¿dónde está tu rostro resplandeciente? ¿Habrà sido una ilusión? ¿Cuál es tu auténtica realidad? ¿Cómo es Jesús en verdad?

Los dos. Yo estoy seguro de que los dos son Jesús. El de antes y el de ahora. El de todos los días, con su rostro humano, con sus gestos y con su voz. Con sus fatigas y cansancios, con sus penas y alegrías. Y también es el del Tabor. Jesús divino, transfigurado, radiante y lleno de luz.

Así lo conocemos tú y yo. Todos tenemos vivencias de un Jesús humano, entre la gente, sencillo, cansado, con lágrimas en sus ojos, a tu lado en tus tareas corrientes y en tus ratos de oración... Pero también conocemos, por experiencia, a un Jesús divino, transfigurado, que esponja tu alma y te inunda con su luz todos los rincones de tu casa. Es el Jesús de los momentos cumbres, de los días de Tabor.

Después bajan de la montaña. Vuelven a la vida normal. No contéis a nadie lo que habéis visto. Es una luz para vuestra alma. Es un regalo del cielo, una gracia infinita de Dios. Un toque divino en vuestro corazón. Con él podéis afrontar la vida, mi cruz, y vuestra cruz. Sentiréis fuerza, valor y esperanza. Al final se hará de nuevo la luz. Todo será resurrección.

Así nosotros, después de un Tabor. Tenemos que bajar de la montaña y volver a la vida corriente. A la tarea de cada día. El Tabor nunca es definitivo. Es un oasis. Como tampoco es permanente el desierto, ni la tentación.

Lo definitivo es **vivir sin instalarse**, ni en el desierto, ni en las tentaciones, ni en el Tabor. *“Ni cogeré las flores ni temeré las fieras. Y pasaré los fuertes y fronteras”*, nos dice S. Juan de la Cruz (*Cántico espiritual*, 3) Estos son momentos y situaciones de la vida. Todos tienen su sentido para seguir caminando cada día, hacia la plenitud de nuestras vidas en Cristo.

Lo definitivo es vivir, caminando día a día entre desiertos y Tabores, en nuestros trabajos y descansos, en nuestra convivencia y soledad... Vivir y caminar en la realidad concreta de cada día, pero con la mirada puesta en nuestra meta: Dios. Dios en mi corazón, Dios en mis hermanos los hombres, Dios en toda la creación. Amar y servir a Dios en todo.

Ejercicio 9

La transfiguración de Jesús

Lectura reposada de Mt 17, 1-9.

- 1 Relajarse, pacificarse y centrarse...
2. Silencio..., paz..., calma interior...
- 3 Los apóstoles vivieron momentos de desierto:
 - no entendían a Jesús...,
 - no comprendían sus palabras...,
 - desconcierto ante el anuncio de su pasión y muerte...
4. Jesús observa a sus discípulos...
y se da cuenta del desconcierto que estaban viviendo...,
del desánimo que les embarga...
 - Llama a sus íntimos: Pedro, Juan y Santiago...
 - Sube con ellos al monte Tabor...
5. Jesús se transfiguró...
apareció con un esplendor extraordinario....
 - Contemplación... - ver lo que hacen...,
- oír lo que dicen...
 - Es como un oasis en medio del desierto... y de la soledad...,
de la oscuridad... y del desconcierto...
 - Es un aliento, una luz nueva...
 - Nuestro desierto tiene siempre un oasis...,
tiene momentos de luz, de respiro...,
tiene momentos de aliento...
 - Siempre encontraremos un momento de paz,
una sonrisa amiga,
una caricia del Señor,
una luz nueva...
 - Nos quedamos contemplando..., en silencio....,
con apertura de corazón...
6. *“Hagamos tres tiendas...” ¡Qué bien se está aquí...!*
 - Es la tentación del Tabor...
 - Perder la meta: está al final del camino, después de la cruz...
 - Querer pararse: estancarse o instalarse donde se está bien...
 - Conformarse con el pequeño oasis:
no querer seguir caminando hacia la plenitud...

Señor, qué bien se está... cuando tu brisa nos llega...
cuando tu palabra nos alienta...
cuando tu luz nos ilumina...
cuando tu amor nos envuelve...

Señor, qué bien se está... cuando...

7. Se oyó, entonces una voz del cielo:

“Este es mi Hijo amado..., escuchadle...”

- Nos quedamos en silencio escuchando..., y repitiendo...

Este es mi Hijo amado...
Jesús..., el hijo amado de Dios...
Jesús, quiero escucharte...
Jesús, quiero dejar que tus palabras esponjen mi alma...

Silencio..., adoración..., alabanza...

8. Jesús le dice:

“Levantaos, no temáis...”

- El Tabor no es nunca lo definitivo...
- Hay que volver a la vida...
a lo corriente...
al camino de cada día sin escurrir la cruz...
- Miremos nuestra vida diaria desde el Tabor...
y volvamos a ella desde el aliento y la nueva luz de Jesús...

*Señor, enséñame a vivir la vida diaria desde tu amor...
Señor, qué bien se está aquí, en el Tabor,
y qué consuelo estar en la vida acompañado
por tu luz y por tu presencia...*

Conversión a Dios

Me convierto a Dios, al amor de Dios, a que Dios sea bueno conmigo. No se trata tanto de ser mejores nosotros, de cumplir nuestro ideal de perfección... Se trata de convertirme a Dios, de centrar mi vida en Dios, de abrirle las puertas de mi mente, de mi corazón y de todo mi ser para acogerle a El, mi Señor.

Desde Jesús, la conversión no es ser buenos nosotros para poder recibir el perdón de Dios, sino aceptar que Dios ha sido bueno con nosotros y nos ha enviado a su hijo Jesús, siendo nosotros todavía pecadores.

Desde Jesús, sabemos que Dios sale a nuestro encuentro, nos ama, se acerca, se encarna en nuestra vida..., y nos ofrece el mejor regalo: El mismo, encarnado, hecho hombre. Desde Jesús, Dios está entre nosotros y nos ofrece su amor y su amistad.

Tu papel y el mío ante el regalo infinito del Señor, es recibirlo, acogerlo, gustarlo y vivirlo en nuestro corazón y en todos los aspectos de nuestra vida.

Conviértete a Dios. Lo más inaudito ha ocurrido. Siendo nosotros pecadores, estando lejos de su hogar... Dios sale en busca nuestra. Créetelo. Esta es la Buena Noticia. Alégrate. Recibe a Jesús, acoge en tu corazón su Espíritu. Abre las puertas de tu casa de par en par.

¡Cuántas veces hemos pensado que nuestra conversión era ser mejores nosotros, limpiar nuestra casa..., tenerla brillante y ordenada! Hoy sabemos que podemos quedarnos en eso.... En nuestra casa, limpia, brillante y ordenada..., pero solos, sin el Señor, satisfechos con nuestra limpieza, con nuestro cumplimiento y orden, con nuestras leyes y conquistas..., pero solos, sin el Señor.

Hoy sabemos dos cosas importantes. Que por mucho que limpiemos nuestra casa, siempre tendrá telarañas, seguiré siendo pecador. Tendré que poner empeño por quitarlas..., pero convencido de que volverán a empañar la limpieza de mi casa. La segunda, que mi salvación es Jesús. Jesús llenando mi casa, mi vida..., toda mi existencia. Que yo tenga siempre las puertas abiertas para que Jesús viva en mi casa, en mi vida, en mi mente, en mi corazón, en mis trabajos, en mis ratos buenos y en mis rachas de desánimo.

Esa es mi conversión al Señor. Mi auténtica transformación. Dejar de tener centrados mis intereses en mí, para centrarlos en Dios.

Mi conversión es dejar de estar centrado en mi casa, en mis comportamientos, en mis infidelidades y pecados..., y empezar a mirar con todo mi ser al Señor que ha sido bueno y misericordioso conmigo.

*“Estando todavía lejos,
le vio su padre,
y, conmovido, corrió,
se echó a su cuello y le besó efusivamente”.*
(Lc 15, 20).

La Buena Noticia de Jesús es que Dios ha venido a buscarnos porque somos pecadores, no porque seamos justos e intachables.

Conviértete al Señor... Al corazón infinito de Dios que viene a buscar lo que estaba perdido.

Acepta el abrazo de tu Padre Dios como el hijo pródigo cuando vuelve a su casa. Acoge la bondad y la misericordia infinita de Dios que viene en tu busca, que espera que vuelvas a casa... Ábrete al gozo inmenso de la presencia de Jesús en tu vida, El es tu salvación. Vive el misterio de Jesús en tu vida y déjate transformar por El. Tu salvación es Jesús, su vida, su amor, su luz..., su Espíritu en ti...

La conversión auténtica, radical y verdadera, nace de la asimilación del Evangelio de Jesús, del amor de Dios que ha sido manifestado en Jesús y derramado en nuestros corazones por su Espíritu.

No necesitamos tener una buena imagen de nosotros mismos, ni un certificado de buena conducta.

Necesitamos un corazón pobre y humilde para reconocer que nos hemos ido de casa, que andamos extraviados, malgastando nuestra vida perdidamente..., y que así no se puede vivir...

“Me levantaré e iré a mi Padre, y le diré: Pequé contra el cielo y contra ti...” (Lc 15, 21) Descubro que mi vida alejada de Dios es un infierno. Ese es mi pecado. Esa es mi separación de Dios. Así no se puede vivir. La vida pierde todo el sentido. Por eso, vuelvo mi corazón a Dios, añorando su amor, su hogar, su abrazo de Padre.

El no mira mis pecados ni me reprocha nada. ¡Deseaba tanto verme y abrazarme... ! Mi pecado radical es mi lejanía, vivir en otras tierras... Y ahora, esas tierras las dejo para volver a casa. Mi destierro libre y voluntario fue mi pecado, lo que me alejaba de mi Padre y de mi hogar.

El me espera. ¡Con qué añoranza sueña conmigo cuando me alejo...! Por eso se asomaba a ver si volvía. Es natural. Ese es el corazón de un padre, del más padre de todos los padres. Suspirando por sus hijos. Como son, pobres y pecadores... Así me espera y me ama Dios, como soy, pobre, extraviado y pecador...

Necesito volver a mi casa, no porque soy bueno, ni cuando soy bueno, sino siempre. Siempre necesito volver mi mirada a mi hogar, a mi casa. No voy al Señor a pesar de mi pecado, sino porque soy pecador, pobre, débil, infiel. Un mal hijo. Humildemente, con dolor, como hijo que andaba perdido y añoraba encontrarme de nuevo en casa, con los míos, con mi Dios y mi Señor, acompañado por Jesús, a mi lado, echándome una mano en mis desalientos, y con el impulso del Espíritu que Jesús infunde en mi corazón.

Lo importante es abrir mis puertas, escuchar en silencio su voz, su llamada, recibir su presencia... Abrirme de par en par al misterio de Jesús en mi realidad concreta y dejarme transformar por su Espíritu.

La conversión cristiana es abrirse a la presencia salvadora de Dios en Jesús, a la infinita bondad de Dios que acoge al hombre harapiento y miserable, y lo abraza. Creer en el amor de Dios que es más fuerte que nuestras miserias y pecados.

Mi salvación no soy yo sino Jesús. Y esto tengo que tomármelo en serio. Porque tengo que dejar de mirarme tanto a mí para dejarme absorber por Jesús, vaciarme de mí para llenarme de Jesús...

Mi conversión es Jesús, es tener la valentía de tener siempre las puertas de mi mente, de mi corazón, de mi espíritu..., de todo mi ser abiertas a Jesús, a su amor, a su presencia, a su vida, a su luz, a su Espíritu...

Jesús ha venido a este mundo, a recorrer nuestras tierras, nuestros problemas, nuestros trabajos, nuestra convivencia..., derramando su verdad, su amor y su Espíritu en nosotros...

Para recibirle tengo que salir de mí, vaciarme, hacer sitio en mí, pobre, pequeño... y humilde... Sólo así cabe Jesús en mi casa...

Conviérteme a ti, Señor...

Conviérteme a tu amor...

a tu presencia...

a tu Espíritu...

Conviérteme a ti, Señor...

vacíame de mí y lléname de ti...

Conviérteme a ti, Señor...

Textos Bíblicos

- * *“Así dice el Señor a la casa de Israel:
«¡Buscadme a mí y viviréis!»
¡Buscad al Señor y viviréis!”*
(Am 5, 4.6a).

- * *“Desde allí buscarás al Señor tu Dios; y le encontrarás
si le buscas con todo tu corazón y con toda tu alma.
Cuando estés angustiado y te alcancen todas estas palabras,
te volverás al Señor tu Dios, y escuchará tu voz.”*
(cf Dt 4, 29-30).

- * *“Sea el Señor tu delicia,
el te dará lo que pide tu corazón.
Encomienda tu camino al Señor,
confía en él y él actuará.
Descansa en el Señor y espera en él;
los que esperan en el Señor poseerán la tierra.
El Señor asegura los pasos del hombre.
Se complace en sus caminos:
Si tropieza, no caerá,
porque en el Señor, sigue su camino.”*
(cf Sal 36, 4ss).

- * *“Os recogeré de entre las naciones, os reuniré de todos los países,
y os llevaré a vuestra tierra.
Derramaré sobre vosotros un agua pura que os purificará:
de todas vuestras inmundicias e idolatrías os he de purificar;
y os daré un corazón nuevo, y os infundiré un espíritu nuevo;
arrancaré de vuestra carne el corazón de piedra,
y os daré un corazón de carne.
Os infundiré mi espíritu,
y haré que caminéis según mis preceptos,
y que guardéis y cumpláis mis mandatos.
Y habitaréis en la tierra que di a vuestros padres.
Vosotros seréis mi pueblo y yo seré vuestro Dios.”*
(Ez 36, 24-28).

- * *“Me levantaré, me pondré en camino a donde está mi Padre,
y le diré: «Padre, he pecado contra el cielo y contra ti.»”*
(Lc 15, 18).

Otros textos:

- Ex 19, 4-6.
- Dt 30, 2-3.
- Is 44, 21-22.
- Is 55, 3.
- Za 1, 3.
- Rom 10, 9-11.
- Fip 2, 12-15.
- Mt 18, 3.

¡Conviértenos a ti, Señor...!

Señor, quiero convertirme a ti...
no a mí,
no a ser yo mejor...

Señor, quiero dejar de mirarme a mí,
y empezar a mirarte a ti..., mi Dios y
único Señor...

Señor, quiero convertirme a ti,
no a cambiar yo de vida,
con mis fuerzas y
con mis conquistas autosuficientes...

Señor, quiero convertirme a ti...
para que el centro de mi vida seas tú,
sólo tú, mi Dios y Señor,
y me olvide de mis cosas y de mí...

Señor, quiero ocuparme sólo de ti...,
de extender tu reino a los demás...

Señor, quiero dejar de lado mi vida y
mis intereses egoístas,
para interesarme sólo por ti,
y servir humildemente a los demás...

Señor, conviérteme a ti,
a tu palabra, a tu presencia...,
así dejaré de fiarme tanto de mis palabras,
de mis proyectos y de mis realizaciones...

Señor, quiero convertirme a ti...,
dejar mis caminos y mis juicios humanos,
y empezar a caminar por tus caminos...

Señor, quiero que seas la única ocupación de mi vida,
que la obsesión de mi corazón seas tú, sólo tú...

Señor, quiero convertirme, día a día, más a ti,
en los pequeños detalles que constituyen
mi trabajo diario...

Señor, ayúdame a convertirme a ti...
Yo solo no puedo...
Tanto lo he intentado y siempre vuelvo
a quedarme encerrado en mí...

Señor, ayúdame a convertirme a ti...
Sal a mi encuentro,
alienta mi esfuerzo,
acoge mis pasos vacilantes...

Señor, ayúdame a empezar cada día,
sin desanimarme por la debilidad de ayer...
Hoy es un día nuevo, sin estrenar...,
y quiero convertirme a ti...

Señor, ayúdame a convertirme a ti...
Que sienta en mi corazón tu Espíritu,
como una luz
que ilumina mi camino hacia ti...,
y que me impulsa con el calor de su amor...

Señor, conviérteme tú a ti...,
Después del intento de cada día,
sé tú mi hogar donde me encuentre contigo
al atardecer del día...

Señor, conviérteme a ti...
Sé tú mi descanso...
mi sueño...
mi amanecer de cada día...

Señor, conviérteme a ti...

Señor, conviérteme a ti...

Nacer de nuevo

Jesús, quiero ir a tu casa esta noche, a escondidas, como en otro tiempo fue Nicodemo. Quiero buscarte y encontrarte como aquella noche en que Nicodemo fue a visitarte. Sin que nadie me vea, como quien teme que le descubran, como Nicodemo, que temía que le tuviesen por uno de tus seguidores.

Hoy, esta noche, quiero salir de mi casa, atravesar las calles de prisa, aprovechando la oscuridad, y llamar tímidamente a la puerta de tu casa.

Esta noche quiero buscarte, llamar de nuevo en tu puerta, y sentarme junto a ti, en tu hogar, donde sé que tú pasas horas en vela, orando... Allí, donde tu permaneces largos ratos mirando a cada hombre que ha pasado esta mañana a tu lado.

No es poesía. Es verdad que quiero buscarte en serio. Confrontar mi vida con la tuya... Encontrarte en la oscuridad de mis noches y de mis días, y dejar que tu luz encienda una llama en mi corazón. A ver si yo también vuelvo de tu casa con un Espíritu nuevo.

Necesito, de una vez por todas, empezar en serio. ¡Tantas veces lo he intentado conmigo a solas, con mis esquemas, propósitos y esfuerzos...! ¡Tantas veces me he dicho que ahora va de veras..., que esta vez era en serio...! Pero..., he vuelto, al poco tiempo, a las andadas, al desánimo..., al surco tantas veces trillado por las mismas caídas...

¿Será verdad, Jesús, que eres mi maestro..., mi camino de cada día? Si eres mi maestro, parece mentira. Soy yo mi guía..., mi “maestro”, el entendido en las cosas de mi vida. ¿Quién, mejor que yo, puede venir a guiarme si nadie ha penetrado hasta las rendijas de mis entrañas?

Pero hoy no. Sé que esto no puede seguir así. Por eso vengo a ti, a escondidas, de noche, hurtándome de la vida..., como quien teme ser descubierto porque me tacharían de soñador, pietista, poco sensato... Hoy, hay que discernir con razones, ser sobrios, no fiarse del corazón. Lo que cuenta hoy son las razones..., los cálculos..., y una buena planificación.

¡Qué va, Señor...! Tú sabes que eso no va. El motor de la vida es el corazón. Su fuerza..., tu Espíritu. Su clima..., sintonizar contigo y sentirse codo con codo caminando a tu lado. Por eso, aquí me tienes. Vengo de noche, de mis noches, de mis intentos frustrados, de mis ilusiones perdidas... Vengo a ti porque quiero que desde esta misma noche, seas mi maestro, mi guía, el camino y la luz de mi vida.

*“En verdad, en verdad te digo:
el que no nazca de lo alto,
no puede ver el Reino de Dios...”
(Jn 3, 3).*

¿Cómo nacer de nuevo, Señor...?

A mí me gusta andar por las mismas sendas, tener siempre los mismos criterios, hacer idénticas cosas, sin dejar ni romper nada viejo...

Así no se puede nacer de nuevo...

Así te envejeces, se endurecen tus articulaciones, tu corazón sigue siendo de piedra, y tu mente se fosiliza....

¿Cómo nacer de nuevo, Señor...?

A mí me gusta vivir..., pero siempre con la misma gente; rezar..., pero siempre de la misma forma...; tener siempre los mismos trabajos..., y seguir por los caminos rodados de antaño...

Así no se puede nacer de nuevo...

Se nace de nuevo, muriendo. Dejando todo en la calzada. Adentrándote solo, despojado, muerto, por la puerta de mi casa.

Muere a todo, déjalo... Deja que los muertos entierren a los muertos...

Pero..., ¿qué tengo que dejar para nacer de nuevo? ¿A qué tengo que morir? ¡Me cuesta tanto morir que casi ni a mis sueños quiero morir...! Me acompañan, me cobijan... Me dan seguridad mis pensamientos y mis amigos... No quiero quedarme solo, desnudo... No quiero morir para nacer de nuevo.

Solo muriendo a tus pensamientos y a tus apegos, a tus cosas y a tus trabajos..., te sentirás de verdad vivir de nuevo.

Solamente siendo en la tierra polvo, nada y vacío, nacerás de lo alto, te invadirá la lluvia mansa del Espíritu, y el calor del sol templará tu corazón.

Es el grano de trigo enterrado en tierra que brota transformado en espiga. Es la criatura nueva engendrada en la tierra por el cielo.

Es tu corazón de piedra cambiado por uno de carne. Es tu ceguera transformada en luz, mi luz, en tu alma. Es la oscuridad iluminada por la presencia viva del Espíritu.

Sólo muriendo a la carne, a la tierra, a tus pensamientos, a la dureza del corazón..., nace la criatura nueva, nacida de lo alto, guiada por la luz del Espíritu y encendida por dentro por el calor del Espíritu que ha sido derramado en tu corazón.

¡Jesús, quiero nacer de nuevo...!

*¡Jesús, quiero morir, no sé cómo...,
pero morir a lo que sea,
a lo que haga falta..., y
cuando sea...,
para nacer de nuevo...!*

¡Jesús, quiero nacer de nuevo...!

* * *

Me quedo en silencio,
mirando... y acogiendo...,
gustando y amando...,
viviendo junto a Jesús este instante...

* * *

Jesús, qué consuelo poder estar en tu casa, en medio de la noche del alma, cuando todo es oscuro, cuando nadie lo entiende ni lo sabe, cuando se ahoga la mecha humeante porque se agota el espíritu que lo alimenta.

¡Qué calor se siente a tu vera! ¡Qué luz ilumina el alma! Tus palabras son una fuente cristalina, donde brota el agua pura, viva, suave y refrescante.

Las horas son instantes, vuelan sin notarse. Contigo se esponja el alma al recibir las suaves gotas de rocío que vienen de la orilla de tu Espíritu. Los hombre hablamos de trabajo, del rendimiento, de la prisa y de los proyectos. Tus labios hablan de nacer de lo alto, del agua y del Espíritu. De vivir lo nuevo, lo definitivo. Tus palabras engendran vida, ensanchan mi horizonte, limpian mis ojos y dilatan mi alma...

Jesús, necesito pasar muchos ratos contigo, como Nicodemo. De noche, a escondidas..., casi a hurtadillas. No se entendería. Los hombre enseguida aumentamos la bola, la envolvemos en trapos sucios, la deformamos y desfiguramos. Le quitamos a la vida su encanto, su sencillez, su misterio... A los hombre les privamos de sus ilusiones más puras, y de sus ingenuidades más sanas. Por eso Nicodemo ayer, y hoy tantas personas, volvemos a buscarte de noche, a escondidas.

Señor, quiero quedarme todavía un rato más, en silencio, hasta que amanezca. Hasta que vuelva otra vez a mi casa, después de haber soñado y vivido horas eternas, horas que marcan y ponen tu huella en mi alma. Yo quiero llevar tu sello en mi corazón, en mis venas. Tu sello que salva, que santifica, que engendra una vida nueva, la de tu Espíritu. El alumbra una nueva criatura. Eso busco yo, nacer de nuevo. ¡Estoy tan muerto, tan cansado y apagado...!

Quiero seguir a tu lado esta noche, en esta nueva visita, en silencio, hasta que amanezca. No quiero irme de tu casa hasta que amanezca en mi oscuridad. No quiero vivir en la noche, en la duda, en la ignorancia... Tú, solo tú, eres mi refugio, mi compañía, mi maestro, mi guía... Eres la luz que brilla en mi oscuridad. El calor de mis horas frías, el aliento de mis cansancios. El respiro de tantas prisas... Sé que siempre puedo volver a tu casa, llamar a tu puerta, aunque sea de noche, y encontrarte, con tus manos abiertas, esperándome.

Jesús..., nunca se olvidan unas horas contigo, en tu hogar. Dejan huella, marcan... Me marcho con otro aliciente, con otro espíritu. Salgo de tu casa nuevo...

Jesús, nacer de nuevo... ¿será fruto de estar muchas horas contigo, muchas noches a tu lado, sintiendo tu alma en mi alma, tu Espíritu en mi corazón...?

*Jesús, quiero nacer de nuevo...
quiero seguir naciendo de nuevo, todos los días,
al latido de tu corazón...,
al calor del aliento de tu Espíritu en mí...*

Jesús, quiero nacer de nuevo...

Jesús, necesito nacer de nuevo...

Jesús, quiero nacer de tu Espíritu en mí...

Jesús, quiero nacer de nuevo...

Textos Bíblicos

- * *“Jesús le respondió:
«En verdad, en verdad te digo:
El que no nazca de lo alto, no puede ver el Reino de Dios».”*
(Jn 3, 3).

- * *“Todo el que beba de esta agua,
volverá a tener sed;
pero el que beba del agua que yo le dé,
no tendrá sed jamás,
sino que el agua que yo le dé
se convertirá en él en fuente de agua
que brota para vida eterna.”*
(Jn 4, 13-14).

- * *“Respondió Jesús:
«Yo soy la resurrección y la vida,
el que cree en mí, aunque muera, vivirá,
y todo el que vive y cree en mí, no morirá jamás,
¿crees esto?».”*
(Jn 11, 25-26).

- * *“Despojaros, en cuanto a vuestra vida anterior,
del hombre viejo que se corrompe
siguiendo la seducción de las concupiscencias,
renovar el espíritu de vuestra mente
y a revestiros del hombre nuevo, creado según Dios,
en la justicia y santidad de la verdad.”*
(Ef 4, 22-24).

Otros textos:

- Rom 8, 13.
- Filp 3, 8-9.
- Jn 8, 12.

Ejercicio 10

Nacer de nuevo

“Había un fariseo llamado Nicodemo, jefe judío. Este fue a ver a Jesús de noche y le dijo:

«Rabí, sabemos que has venido de parte de Dios, como maestro; porque nadie puede hacer los milagros que tú haces si Dios no está con él».

Jesús le contestó:

«Te lo aseguro, el que no nazca de nuevo no puede ver el Reino de Dios».

Nicodemo el pregunta:

«¿cómo puede nacer un hombre siendo viejo? ¿Acaso puede por segunda vez entrar en el vientre de su madre y nacer?»

Jesús le contestó:

«Te lo aseguro, el que no nazca del agua y del Espíritu, no puede entrar en el Reino de Dios. Lo que nace de la carne es carne, lo que nace del Espíritu es espíritu».”

(Jn 3, 1-6).

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...

2. Silencio..., paz..., armonía...

Paz..., apertura..., contemplación...

3. CONTEMPLAMOS EL ENCUENTRO DE NICODEMO CON JESÚS

- Imaginamos a Jesús en su casa... Evoca detalles...

- Nicodemo busca a Jesús, a escondidas, de noche..., como tantas veces lo buscamos nosotros...

4. NICODEMO CON JESÚS

- Contemplamos a las personas...
vemos lo que hacen,
escuchamos lo que dicen,
observamos todos los detalles del encuentro...

- Nicodemo: «Sabemos que has venido de parte de Dios...»
Admira a Jesús,
había descubierto su misterio,
veneración por Jesús...

- Nos dejamos contagiar ...
Yo también admiro a Jesús, le amo...,
quiero descubrir su misterio...
- Nos quedamos mirando a Jesús,
«Rabí, maestro...»
Jesús, tú has venido de parte de Dios,
tú has venido de la otra orilla infinita de nuestra vida,
tú eres Dios cercano, íntimo, humilde, amigo...

5. NACER DE DIOS

- Jesús: «En verdad te digo:
el que no nazca de nuevo,
no puede ver el Reino de Dios».
- ¿Cómo diría Jesús estas palabras?
Imagínate el tono de voz...
la mirada...
el calor y la cercanía que pondría en ellas...
- Son palabras que vienen del cielo...
- Escuchamos a Jesús..., en silencio...
- Como lluvia mansa, deja que caigan en tu corazón..., en tu alma...
- Mira a Jesús..., cautivado por su presencia,
por la ternura de su mirada,
por la hondura de sus palabras...

6. Silencio..., contemplación...

Silencio..., adoración..., alabanza...

Jesús, el que no nazca el nuevo no puede ver el Reino de Dios...

Jesús, el que no nazca de nuevo...

Jesús, yo quiero nacer de nuevo...

Jesús, ¿qué significa nacer de nuevo?

¿cómo se puede nacer de nuevo?

Jesús, yo quiero nacer de nuevo...

Jesús, ayúdame a nacer de nuevo...

Ejercicio 11

Silencio y conversión a Dios

CUANDO EL SILENCIO HABLA,
LA VIDA SE TRANSFORMA...

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...

2. NECESIDAD DE SILENCIO:
 - vivimos “en el ruido...” y “en ruido...”,
nosotros mismos somos ruidosos...

 - Necesitamos descubrir y vivir el silencio...

3. NECESITAMOS CONVERTIRNOS:
 - No estamos a gusto con nosotros mismos...
No estamos a gusto como somos, ni como vivimos...

 - Necesitamos cambiar,
crecer,
ser y vivir de otra manera...

4. EL SILENCIO Y EL HOMBRE VIEJO:
 - El silencio es camino de desprendimiento,
de despojo,
de muerte...

a nuestros pensamientos,
a nuestros apegos,
a nuestros afectos desordenados,
a nuestro yo falso y superficial...

 - Procura: hacer silencio,
desprenderte,
vivirte en silencio...
sin ansiedad..., sin prisas...,
con paz..., con amor..., con ilusión...

5. EL SILENCIO Y EL HOMBRE NUEVO:

- ábrete al silencio... como purificación...,
 como iluminación...,
 como atención amorosa a Dios...,
 como contemplación...

- goza del silencio... como plenitud...,
 como tesoro escondido en tu alma...,
 como riqueza infinita de Dios en ti...

- El silencio te abre al Espíritu de Dios que habita en tu corazón...

6. Silencio..., silencio..., silencio...
Silencio..., paz..., armonía...

CUANDO EL SILENCIO HABLA...,
LA VIDA SE TRANSFORMA...

7. Deja que el Espíritu de Dios te habite...,
 te enamore...,
 te plenifique...

Deja que el Espíritu de Dios te modele...,
 se irradie a través de ti...,
 en toda tu vida...

8. Silencio..., adoración...
Silencio..., gratitud..., alabanza...

Ejercicio 12

Encuentro de Jesús con la Samaritana

Leer reposadamente Jn 4,1-42.

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...
2. Observa y descubre las actitudes de las personas que rodean a Jesús...
3. Observa y descubre la actitud que tiene Jesús hacia cada una de esas personas...
4. Ponte en sintonía con Jesús... Tú delante de él...
El junto a ti...
 - háblale a Jesús contándole tu vida,
tu intimidad,
tus secretos más profundos...
 - ¿qué te dice Jesús?
escúchale...,
déjale que te vaya diciendo qué piensa de ti...,
qué siente hacia ti...
6. ¿Qué sentimientos brotan de tu corazón?
¿Qué actitud surge de este encuentro y diálogo con Jesús?

Vívelo..., exprésaselo a Jesús...

Contemplación: Jesús y la samaritana

- 1 Relajarse, pacificarse y centrarse...
2. Silencio..., paz... calma interior...
3. SITUATE EN EL LUGAR: (Jn 4, 5-6).

“Llegó Jesús a un pueblo de Samaría, llamado Sicar, cerca del campo que dio Jacob a su hijo José: allí estaba el pozo de Jacob. “

- Jesús, cansado del camino, estaba sentado junto al manantial...
Era alrededor del mediodía...
- En silencio:
evoca el lugar: el campo..., la vegetación...,
el camino..., el pozo...
- Imagínate a Jesús: caminando...,
llega al pueblo..., a Sicar...,
cansado del camino...,
se sienta junto al pozo en el camino...,
calor...(era mediodía...)
- Contempla a Jesús: por fuera: gestos, túnica, compostura...,
rostro..., mirada...,
cansado de andar..., agotado....
- Contempla a Jesús por dentro: sus sentimientos...,
su corazón...,
su mente.... ¿qué pensaría?
¿qué estaría sintiendo?

Ha recorrido tantos caminos...,
se ha cruzado con tanta gente...,
ha hecho muchos milagros...,
ha dicho tantas cosas...

- Silencio..., contemplación...
Mirada silenciosa del corazón...
Gustar internamente de la presencia de Jesús...

4 JESÚS Y LA SAMARITANA: LE PIDE DE BEBER: (Jn 4, 7-9).

*“Llegó una mujer de Samaría a sacar agua,
y Jesús le dice:*

*DAME DE BEBER (sus discípulos se habían ido al pueblo
a comprar de comer...)*

La samaritana le dice:

*¿Cómo tú siendo judío, me pides de beber a mí,
que soy samaritana? (porque los judíos no se tratan
con los samaritanos).”*

- Mira a Jesús...: sentado, ve que se acerca la samaritana,
a la samaritana... : caminando con su cántaro a por agua,
 ve a Jesús...

- Observa a los dos...: en tu silencio interior...,
 descubre los detalles que tu imaginación te sugiera...

- Escucha la conversación:
 Jesús, cansado, espera a sus discípulos para comer y beber...
 Le pide de BEBER....
 DAME DE BEBER... (es una frase muy corriente...
 y estamos acostumbrados a escucharla
 y a decirla...)

- Jesús le dice: DAME DE BEBER...
 - en este contexto, es otra cosa...
 - los judíos no se hablan con los samaritanos...,
 nunca le pedirían nada..., ni siquiera agua...

- Jesús le dice: DAME DE BEBER...
 - humildad...,
 - sencillez...,
 - rompe costumbres y barreras...,
 - tenía sed... y lo expresa...
 - y pide agua a quien puede dársela...

- Jesús nos pide de beber...
 - se acerca a nosotros a pedirnos algo...

- Sigue contemplando a Jesús: escúchale...,
 obsérvalo...,
 déjate llenar por él...

- Imagínate que se acerca a ti, en este momento,
 y te dice: DAME DE BEBER...

- Jesús se acerca a nosotros a pedirnos agua para su sed...

- Jesús tiene sed... ¿de qué tendrá sed Jesús...?

- Quédate en silencio ante Jesús: cansado...,
mirándote...

- Obsérvalo... ¿de qué tiene sed Jesús?

(las palabras más simples pueden ser
símbolos de una realidad profunda...)

- Jesús ante ti...: DAME DE BEBER... escúchale...

¿De qué tienes sed, Jesús?

Jesús..., me llega al alma oírte decir: dame de beber...
me deja desarmado escucharte que tienes sed...

¿De qué tienes sed, Jesús?

¿Tienes sed de agua pura y cristalina?
¿Tienes sed del agua fresca del manantial?

¿De qué tienes sed, Jesús?

¿Tienes sed de mí?

¿Por qué me miras así?

¿Por qué me pides agua con esa voz
tan suave y humilde...?

¿De qué tienes sed, Jesús?

¿Sed de mí?

5. *“Jesús le contestó:
“Si conocieras el don de Dios,
y quién es el que te pide de beber...,
le pedirías tú,
y él te daría agua viva”*

(Jn 4, 10).

- Si conocieras el don de Dios...

- Observa a Jesús diciendo estas palabras...
“Si conocieras el don de Dios...
y quién es el que te pide de beber...
Le pedirías tú,
y él te daría agua viva...”

- Todo a cambiado de golpe...
La samaritana ha sentido una conmoción interior...
Jesús se ha remontado al alma...,
al corazón...,
al sentido de la vida...
- Jesús ha trascendido todo...,
y se ha puesto a hablar de Dios,
del agua viva,
de la vida total,
del manantial de su vida,
de su VIDA,
de sí mismo...
- Si conocieras el don de Dios...,
si conocieras el secreto de Dios,
el misterio de Dios,
la inmensidad y grandeza de Dios...
- Si conocieras los caminos insondables de Dios...
- Si conocieras el DON..., EL REGALO infinito de Dios...
- Si me conocieras a mí, que soy el regalo de Dios para ti...
- Jesús descubre a la samaritana
la necesidad de abrirnos al DON DE DIOS,
de recibir el regalo de Dios,
de acoger el misterio de Dios...
- Si conocieras el don de Dios,
y quién es el que te pide de beber...
- Si me conocieras a mí...
si supieras quién soy yo...
si cayeses en la cuenta de quién te pide de beber...
- Quédate en silencio,
escuchando y mirando a Jesús... su voz...,
su mirada...,
su actitud...,
su cercanía...,
deja que calen como lluvia mansa estas palabras de Jesús, una
a una...

Jesús..., ¡si yo conociera el don de Dios...!
¡si yo tuviese una experiencia de Dios...!
¡si yo conociese el regalo infinito de Dios...!
¡si yo siguiese los senderos de Dios...!

¡qué distinta sería mi vida...!

Jesús, dame a conocer el don de Dios...
dame a conocer el regalo de Dios...

dame a gustar y sentir en mi corazón,
el regalo infinito de Dios...

Jesús, ¡si yo conociera el don de Dios...!

Jesús, quiero conocerte... a ti,
quiero saber mucho de ti,
quiero experimentar tu presencia,
quiero escuchar tu palabra,
acoger tu mirada,
quiero conocer tus sentimientos,
quiero descubrir tus pensamientos ...

Jesús, quiero conocerte..., amarte... y servirte...

6. “Si conocieras el don de Dios,
y quien es el que te pide de beber,
le pedirías tú,
y el te daría agua viva...”

- Escucha a Jesús, en silencio...
Todo ha cambiado de golpe...
Jesús se ha remontado al alma...,
al sentido de la vida,
a tu sed de Dios...

- Si supieras quién te pide de beber,
tú le pedirías el agua viva...
el don del Espíritu...
el agua pura y eterna...

7. *“Le dice la mujer:
“Señor, dame de esa agua,
para que no tenga más sed,
y no tenga que venir aquí a sacarla.”* (Jn 4, 15).

- Señor, dame de beber (de esa agua...)
porque tú solo puedes saciar mi sed.

- Quédate en silencio, al lado de Jesús...
sintiendo su presencia en tu corazón...

- Repítele, lentamente...

*Señor, dame de beber...
Señor, dame de esa agua,
para que no vuelva a tener sed jamás...*

- Señor, dame de beber...

Reflexión personal

1. ¿Tienes sed? ¿De qué?
2. ¿Estad verdaderamente sediento?
3. ¿Tienes hambre y sed de Dios?
4. ¿Estamos sedientos de Dios..., de la experiencia de Dios?
5. ¿Eres “buscador” de Dios?
6. ¿Sería inexplicable tu vida sin buscar a Dios?
7. ¿Cómo experimentas tu hambre y tu sed de Dios?
8. ¿Te definiría como “peregrino del Absoluto”?
9. Señor, ¿eres el Dios de mi vida?
¿Quién es el Dios de mi vida?
10. Señor, ¿sé arreglármelas en mi vida sin ti?
11. Señor, ¿eres un aspecto más de mi vida... o
eres el Señor y Dueño de toda mi existencia?

Sugerencias

Yo soy la luz del mundo...

- * El Señor me untó los ojos, fui, me lavé y empecé a ver y a creer en Dios.”
(cf Jn 9, 11).
- * Sólo sé una cosa, que era ciego y ahora veo.”
(Jn 9, 25).
- * ¡Cuántas cosas son para mí opacas!
Sólo veo la cáscara, lo externo, lo más superficial...
- * “Dijo Jesús: para un juicio he venido a este mundo:
para que los que no ven, vean;
y los que ven, se vuelvan ciegos...”
(Jn 9, 39).
- * Cuando me acercó a Jesús:
¿soy yo de los que no ven?
¿o soy de los que ven y ya lo saben todo?
- * “Los fariseos le dijeron:
¿es que nosotros somos ciegos también?”
(Jn 9, 40).
- * Jesús, ¿soy yo ciego?
¿pienso de verdad que soy ciego?
- * “Lámpara es tu palabra para mis pasos,
luz en mi sendero.”
(Sal 118,104b-105)
- * “Jesús respondió: fuerais ciegos, no tendríais pecado; pero como decís:
vemos’, vuestro pecado permanece».”(Jn 9, 41).
- * Ser ciego, no saber..., no es pecado.
Pecado es pensar que uno ve, que lo sabe todo...,
es creer en la propia autosuficiencia...
- * “Yo soy la luz del mundo,
el que me sigue no caminará en la oscuridad,
sino que tendrá la luz de la vida.”
(Jn 8, 12).

- * “Lámpara del cuerpo es tu ojo.
Si tu ojo está sano, todo tu cuerpo estará luminoso;
pero si tu ojo está enfermo,
todo tu cuerpo estará a oscuras.”
(Mt 6, 22-23).
- * “Vosotros sois la luz del mundo.
No puede ocultarse una ciudad
situada en la cima de un monte.”
(Mt 6, 14).
- * Con la luz del día se diluyen las tinieblas de la noche...
Con Jesús, luz verdadera e inextinguible,
se transforma la noche de mi alma en luz transparente.
- * “Por eso les hablo en parábolas, porque viendo, no ven,
y oyendo no oyen ni entienden.
Así se cumple la profecía de Isaías:

miraréis con los ojos, sin ver;
porque está embotado el corazón de este pueblo.
Son duros de oídos, han cerrado los ojos;
para no ver con los ojos, ni oír con los oídos,
ni entender con el corazón,
ni convertirse para que yo los cure.»
¡Dichosos, pues, vuestros ojos porque ven,
y vuestros oídos porque oyen!
Os digo de verdad que muchos profetas y justos
desearon ver lo que vosotros veis, pero no lo vieron,
y oír lo que vosotros oís, pero no lo oyeron.”
(Mt 13, 13-17).

Si ti, no se puede vivir...

Siempre tengo algo que ver contigo, Señor...,
cuando me acerco..., y cuando me alejo,
cuando te vivo a mi lado..., y cuando te echo de menos,
cuando te acojo en mi casa...
y cuando te cierro mis puertas...

Siempre tengo algo me ver contigo, Señor...,
cuando te busco y cuando me revuelvo contra ti,
cuando te miro y te veo..., y cuando no te encuentro...

Siempre tengo algo que ver contigo, Señor...,
y mi vida no sé explicarla,
entenderla...,
ni vivirla sin ti...

Siempre tengo algo que ver contigo, Señor...,
no te separes jamás de mí...

Siempre tengo algo que ver contigo, Señor...,
cuando te veo y te siento cerca
porque mi corazón se aquieta...
y cuando no te veo porque se entristece mi alma...

Siempre quiero tener algo que ver contigo, Señor...,
cuando camine y cuando me siente,
cuando ame y cuando odie,
cuando trabaje y cuando descanse,
cuando ría y cuando llore,
cuando rece y cuando cante,
cuando viva y cuando muera...

Siempre quiero contar contigo, Señor...,
porque sin ti...,
la vida es muerte...,
porque sin ti, no se puede vivir...

Siempre tengo algo que ver contigo, Señor...,
quiera o no quiera...,

Siempre tengo algo que ver contigo, Señor...

Encuentro de la mujer adúltera con Jesús

Lectura serena y reposada de Jn 8, 1-11.

- 1 Relajarse, pacificarse y centrarse...
2. Silencio..., paz..., armonía de todo mi ser...
3. La mujer adúltera ante Jesús:
 - Visualizar imaginativamente la escena...
 - Contemplar a la adúltera: cómo viene..., qué sentiría...
 - Fijarme en la gente que la trae: cómo vienen..., qué siente..., cómo la acusan...
 - Contemplar a Jesús: cómo está viviendo la situación..., qué siente..., cómo mira a cada uno..., cómo reacciona...
 - Diálogo de Jesús con la mujer adúltera...
 - escucharlo...
 - observar... ¿qué sentiría la mujer...?
 - ¿qué sentiría Jesús...?
 - ¿Cómo estoy viviendo yo este encuentro?
¿Qué siento...?
5. Yo ante Jesús:
 - Recordar a las personas con las que suelo vivir:
 - ¿qué siento hacia ellas?
 - ¿qué piensan de mí?
 - ¿cómo me tratan?
 - Qué pienso yo de mí mismo?
 - ¿rechazo?
 - ¿reproches y juicios negativos...?

Te alabo, Jesús, por tu perdón
y por tu paz...

*Te alabo, Jesús, por tu perdón,
por tu comprensión y por tu misericordia...*

*Te alabo, Jesús, por tu mirada,
por tu silencio y por tu acogida..*

*Te alabo, Jesús, por tus palabras de amor y de cercanía:
“yo tampoco te condeno...”*

Te alabo, Jesús, por tu perdón y por tu paz...

*Te alabo, Jesús, por tu paciencia,
por tu piedad infinita ante nuestra debilidad...*

*Te alabo, Jesús, por tus palabras de aliento:
“vete en paz y no peques más...”
“vete... en paz... y no peques más...”*

Te alabo, Jesús, por tu perdón y por tu paz...

LA PASCUA DE JESÚS



1

Una entrada triunfal



¡Hosanna al Hijo de David!

¡Hosanna al Hijo de David!

¡Bendito el que viene en nombre del Señor!

¡Hosanna en las alturas!

Quisiera seguir escuchando, como un eco eterno ese grito de alabanza, de adoración a Jesús como Rey, como Señor, como Mesías..., de aquel primer Domingo de Ramos...

Quisiera seguir repitiendo siempre a Jesús en mi corazón: ¡Hosanna al Hijo de David...! ¡Tú eres el Señor, mi Señor..., el Rey de mi existencia...! ¡Bendito el que viene en nombre del Señor...!

¿Sabéis qué me llama la atención de esta entrada triunfal de Jesús en Jerusalén?

Que El la aceptó. La acogió con alegría y, casi podríamos decir, la preparó.

Había estado el sábado en Betania, y el domingo al amanecer se dirige a Jerusalén. Eran días previos a la Pascua, y multitud de judíos suben a Jerusalén para celebrarla. Era una fiesta religiosa, la más importante. Para cualquier judío, la Pascua y Jerusalén eran ocasión de una profunda renovación espiritual.

En esta mañana del domingo, muchos discípulos y peregrinos se agolpan junto a Jesús..., camino de Jerusalén. Ya cerca de Betfagé, Jesús envía a dos discípulos diciéndoles:

“Id a la aldea que está enfrente, y luego encontraréis una borrica atada, y con ella un pollino; soldadlos y traédmelos, y si algo os dijeren, diréis: El Señor los necesita, y al instante los dejarán.” (Mt 21, 2-3).

Jesús tuvo la iniciativa de esta entrada triunfal en Jerusalén. Es curioso y llamativo, ya que siempre había rechazado cualquier aclamación popular, cualquier signo de triunfo, susceptible de confusión con un Mesías triunfal, poderoso, líder político.

Hoy sí acepta Jesús esta entrada triunfal en Jerusalén, esta aclamación de las gentes que, en fervorizadas, gritan a Jesús: ¡Hosanna al Hijo de David!

Los discípulos y seguidores se quitan sus mantos, los ponen sobre el asno para que Jesús cabalque sobre él... Agitan palmas y ramos rodeando a Jesús... ¡Bendito el que viene en nombre del Señor...!

Al menos por unos momentos Jesús ha querido ser proclamado Rey, Mesías... Reconocimiento del pueblo llano y sencillo que ha visto y admirado multitud de signos de Jesús... Reconocimiento de tanta gente que veía en Jesús la mano de Dios que cura los enfermos, alienta a los deprimidos, resucita a los muertos. Recordemos que hacía poco Jesús había resucitado a Lázaro... Este milagro había suscitado la admiración del pueblo y el rechazo y persecución de los escribas y fariseos.

No es una entrada triunfal, política. Algunos han querido interpretarla como una afirmación de poder político, de líder liberador de la opresión romana.

Es ésta una corriente de opinión basada en ver a Jesús muy afín a los zelotes que reivindicaban una hegemonía política y social frente al poder romano.

Esta interpretación de la entrada de Jesús en Jerusalén no tiene consistencia alguna, mirando el conjunto de la trayectoria de Jesús que optó siempre por lo pobre y humilde..., por lo simple e inaparente... Jesús vivió siempre subrayando un mesianismo pobre y doliente..., de servicio y entrega hasta la muerte por amor.

Además, los romanos nunca vieron en Jesús un rival revolucionario político. Ni siquiera el Domingo de Ramos cuando le aclaman los judíos enfervorizados...

Era una fiesta, un triunfo de Jesús..., que la admiración y el fervor exaltaban con cantos, con gritos..., con entusiasmo y veneración...

*“Al oír el pueblo que Jesús llegaba a Jerusalén, salió a recibirlo.
La multitud extendió sus mantos por el camino;
algunos cortaban ramas de los árboles y
alfombraban la calzada gritando:
¡Hosanna al Hijo de David!
¡Bendito el que viene en nombre del Señor!”*
(cf Jn 12, 12-13).

El evangelio de Mateo resalta el mesianismo de Jesús, y el cumplimiento de las profecías en esta entrada de Jesús como rey, pacífico, humilde..., aclamado con gritos de júbilo de resonancia mesiánica... Mateo cita la profecía de Zacarías, donde aparece el estilo de Dios, tan distinto y opuesto a los reyes y poderosos de nuestro mundo.

*“¡Salta de alegría, hija de Sión!
¡Lanza gritos de júbilo, hija de Jerusalén!
He aquí que viene a ti tu rey.
Es justo y protegido de Dios,
sencillo y cabalgando sobre un asno,
sobre un pollino, hijo de asna.”*
(Za 9, 9).

Se trata de un rey, pero no político sino espiritual. “*Mi reino no es de este mundo*”, le dirá Jesús a Pilato (cf Jn 18, 36). Jesús entra victorioso entre las gentes, pero con una victoria que está en otro orden distinto de las victorias que los hombres vivimos sobre los demás.

Victoria de un reino de amor. Un reino no de conquistas sino de entrega, no de avasallar ni someter a nadie, sino un reino de amor y de servicio al otro. Un reino interior de humildad, de paz y de amor que nos lleve a ser dueños y señores de nosotros mismos y a ser siervos, y servidores unos de otros exclusivamente por amor.

Así entra Jesús en Jerusalén, como rey pobre, humilde. Rey de paz y de amor. Por eso entra como Rey, pero no rodeado de espadas, estandartes, lanzas y soldados, ni entre himnos de victorias militares, ni con carros y esclavos conquistados.

Jesús entra sobre un asno, simple y sencillo. Aclamado por hombres y mujeres de corazón hambriento de amor y de salvación. Entre un puñado de chiquillos que alegres entonan cantos y aclamaciones del cielo. “*¡Bendito el que viene en nombre del Señor! ¡Hosanna en las alturas!*” Es

como un eco de aquel “*Gloria a Dios en el cielo...*” que los ángeles entonaron a los pastores, al anunciarles el nacimiento de Jesús. Este fue el pórtico de entrada de Jesús en este mundo, entre cantos del cielo a hombres sencillos.... Esta entrada en Jerusalén es la despedida de Jesús de este mundo, entre cantos mesiánicos al estilo de Dios.

Jesús entra triunfante en Jerusalén, resumiendo un estilo nuevo de reinar, el estilo de Dios... El que ha ido realizando Jesús desde su encarnación... La entrada en Jerusalén es un canto a Jesús, que reina en el corazón de los hombres, que ha reinado por la verdad, por la justicia, el amor, la paz... “Jesús reina...” “*¡Hosanna al hijo de David...!*” Esto cantan ese puñado de hombres y mujeres corrientes, anónimos, pobre e incultos... Esa es nuestra alabanza, nuestro himno al Señor... Gritad a Jesús, aclamadlo. Si no cantáis a Jesús Rey y Señor de la vida..., gritarán las piedras...

Hoy es la entronización de Jesús como rey. De otro reino, de otro mundo. El reino interior del corazón, el reino de Dios en la existencia del hombre.

Así, como él entra en Jerusalén, sería una humillación para cualquier “césar” o “gobernante” del mundo. Pero para él, es una coronación en regla. En toda regla. Está el pueblo..., están los niños, está presente el amor, la vida, la verdad, la paz. Está el corazón limpio. Están los cantos de Dios... Están los corazones llenos de gozo y de alegría... ¡Qué mejor coronación!

Jesús es el Mesías. El vino a ser la salvación de las tinieblas del hombre, por dentro y por fuera. Un puñado de hombres, pocos, los sencillos y sabios que ven y oyen las cosas de Dios. Los otros, los letrados y entendidos, los intachables fariseos, están escondidos, resentidos, condenando a Jesús, porque rompe su esquema de Dios. Debía morir. Piensan que Caifás tiene razón cuando señala que la única solución es la muerte de uno, para que la gente no se deje arrastrar por el embaucador.

Jesús, sé tú nuestro rey...

Jesús, sé tú nuestro rey...

Queremos, Jesús, unir nuestros pasos a los de tantos hombres que te han seguido aclamando a lo largo de la historia...

¡Hosanna al Hijo de David....!

¡Bendito el que viene en nombre del Señor...!

Queremos alabarte y bendecirte porque tú eres nuestro Señor y nuestro Salvador...

Con un corazón sencillo y humilde queremos seguir tus huellas, recorrer tus caminos..., contagiarnos de tu paz y de tu amor...

Jesús, sé tú nuestro rey...

Tú eres nuestro Señor y nuestro rey si de verdad sentimos que va prevaleciendo tu amor sobre nuestro egoísmo,

tu verdad sobre nuestra hipocresía,
tu pobreza sobre nuestro afán de poseer,
tu humildad sobre nuestra autosuficiencia,
tu entrega y servicio sobre nuestra comodidad
y soberbia....

Jesús, sé tú nuestro rey...

¡Hosanna al hijo de David...!

¡Bendito el que viene en nombre del Señor...!

¡Hosanna en las alturas...!

Sugerencias

- * El Reino de Jesús se encuadra en una nueva concepción del poder, del servicio y del honor...
- * El Reino de Jesús está basado no en el poder como dominio, sino como amor y respeto...
- * El Reino de Jesús no consiste en ser servido sino en servir por amor...
- No en el honor y prestigio, sino en la humildad y en preferir el último lugar.
- * No el llamar la atención y ocupar el centro de todo, sino en pasar desapercibido y ocupar el lugar que todos dejan...
- * No consiste en dominar en razón de mi cargo y de la autoridad que me confiere mi cargo, sino en seducir el corazón de los otros a fuerza de amar...
- * No consiste en imponer mis criterios por el tono de mis palabras, sino en respetar el criterio y la opinión de los demás.
- * No consiste en aplastar a otros con cargas insoportables, sino en aligerar el peso y ayudar a llevar las cargas de los otros.
- * No consiste en anular la personalidad y la iniciativa de los otros, sino en respetar a cada uno según su propia individualidad integrándola en el conjunto del bien común.
- * No consiste en hacer, en aparentar, en tener..., sino en ser...
En ser, hasta la últimas consecuencias esa imagen de Dios que soñó al crearnos y que llevó a su plenitud al hacernos hijos en el Hijo.

Textos Bíblicos

- * *“Y yo que estaba como cordero manso llevado al matadero, sin saber que contra mí tramaban maquinaciones:
«Destruyamos el árbol en su vigor;
borrémoslo de la tierra de los vivos
y su nombre no vuelva a mentarse».”*
(Jer 11, 19).

- * *“Todos errábamos como ovejas,
cada una siguiendo su camino,
y el Señor cargó sobre él todos nuestra crímenes.
Maltratado, voluntariamente se humillaba
y no abría la boca:
como cordero llevado al matadero,
como oveja ante el esquilador,
enmudecía y no abría la boca.”*
(Is 53, 6-7).

- * *“El Hijo del hombre no ha venido para que le sirvan
sino para servir
y dar su vida en rescate por muchos.”*
(Mt 20, 28).

- * *“Dijo:«El Hijo del hombre debe sufrir mucho,
ser reprobado por los ancianos, los sumos sacerdotes y los escribas,
ser condenado a muerte y resucitar al tercer día.”*
(Lc 9, 22).

Otros textos:

- Za 12, 10-11.
- Mc 10, 33-34.
- Jn 10, 18.
- Jn 7, 6-7.
- Is 53, 11-12.

Reflexión personal

1. Todos los años recordamos y celebramos la Pascua de Jesús...
Tratamos de unirnos al Señor en su pasión, muerte y resurrección:
¿Cómo la vivimos?
2. ¿Cómo la celebramos?:
¿románticamente?
¿superficialmente?
¿como un hecho histórico del pasado?
¿como algo real y vivo hoy para mí?
3. ¿Qué repercusiones tiene en nuestra vida concreta?
4. ¿Qué sentido puede tener la Pascua hoy para nosotros?
5. ¿qué experiencia tengo de otras Semanas Santas?
6. ¿Qué actitudes nos pueden favorecer una fuerte vivencia comunitaria en estos días de Pascua?
7. ¿Cómo te gustaría vivir estos días de Semana Santa?
8. ¿Qué nos ofrece el Señor en estos días?
9. ¿Qué estamos dispuestos a aportar todos para vivir y celebrar la Semana Santa y la Pascua, con un sentido profundo y comunitario?

Diversos modos de contemplar la pasión y muerte de Jesús

- * Dividir los textos evangélicos a lo largo de los días de la Semana Santa, y realizar una lectura contemplativa..., gustando internamente los puntos que más me impacten.
- * Estar con el Señor, en espíritu contemplativo..., acompañándolo en las diversas situaciones de la pasión, compartiendo su dolor, aliviando su pena...
- * Recorrer imaginativamente los diversos hechos , aplicando los sentidos, según el método ignaciano en sus Ejercicios Espirituales:...: viendo a las personas..., escuchando lo que dicen..., observando lo que hacen..., discurrendo por lo que se me ofreciere..., y haciéndome yo mismo presente...
- * Hacerme presente a los hechos..., como si fuese otros personaje más de los que hubo en aquella ocasión...
O identificándome con alguno de los personajes, p.ej. Pedro, Juan, María Magdalena, la Verónica..., etc.
Así, ir viviendo todos los hechos: La cena, la oración del huerto, el prendimiento, los juicios, la noche triste, el abandono de los suyos, juicio ante Pilato, Vía-Crucis, Calvario, crucifixión, muerte, sepultura...
- * Acompañando a la Virgen María en estos días tan trágicos para ella. Sentirme unido a ella... Pasarme ratos con ellas, mirándola, oyéndola, contemplándola, compartiendo su dolor, escuchando sus confidencias, acompañándola en los diversos lugares donde estuvo...
Por fin, acompañándola el sábado hasta que al amanecer del Domingo viviese la resurrección de Jesús. Es natural que Ella fuese la primera en verlo y gozar de su nueva presencia...
- * Podemos hacer una meditación de honda y profunda fe, viendo en Jesús al siervo sufriente.
- * Se puede adentrar uno en la contemplación y adoración de la Cruz, como lo hace la Iglesia el Viernes Santo.
- * Podemos unirnos a María: estar al pie de la cruz, mirando y aceptando, en un FIAT, el amor que el Padre ha derramado sobre nosotros en su Hijo Jesús...
- * Podemos leer pausadamente el relato de la pasión de Jesús:
 - leer despacio...
 - contemplar a Jesús: captar todo lo externos de los hechos...
tratar de percibir la intimidad de Jesús...

- Dejarme contagiar de los sentimientos y vivencia de Jesús...
- Quedarme en silencio... observando...
saboreando...
amando y compartiendo su dolor...
penetrando en el misterio de Jesús
en su pasión y en su muerte...
- Dejarme interpelar por los hechos....
por Jesús...



Sugerencias

- * La encarnación de Dios entre los hombre, Jesús, llega a su desarrollo pleno en la glorificación de Jesús, y en la glorificación de todos los hombre en él.
- * La “hora” de la glorificación de Jesús, Dios y hombre, estalla en una irradiación de su ser, de su Espíritu, impregnando toda la realidad creada.
- * Jesús no vino sólo a estar con nosotros y a compartir nuestra vida en lo que tiene de humana, de sencilla, de pobre y de vulgar.
- * Jesús vino a salvar, a transformar radicalmente (= desde las raíces) al hombre.
- * La encarnación llega a su plenitud cuando en el tiempo real, como concreción del ETERNO HOY de Dios,
 Jesús muere y se entrega,
 muere y resucita,
 muere y parte el pan con nosotros...
- * La Pascua es un PASO concreto, puntual, como condensación de una situación perenne del Señor que siempre PASA por nuestra vida, siempre está presente.
- * La Pascua no fue ayer ni luego ni después. Es permanente el PASO del Señor en un eterno ahora que siempre se puede vivir y celebrar.
- * No te resistas a morir, aunque sea a una cosa pequeña; porque si te resistes, estás impidiendo que nazca algo nuevo que está oculto detrás de esa muerte, aunque sea pequeño.
- * La Pascua es la fiesta del hombre que disfruta vibrando con todo su ser por el PASO del Señor.
 Pero sólo es fiesta para ti, cuando realmente es PASO DEL SEÑOR...
 Si no es así, se queda sólo en vacaciones de “primavera”.
- * La comunidad cristiana celebra ininterrumpidamente la Pascua del Señor hasta que se realice en plenitud...
 “Luego vendrá en fin, cuando Cristo devuelva a Dios Padre su Reino.”
 (cf 1Cor 15, 23-24).
- * Dos momentos marcan la historia de Jesús, donde se subraya como historia de Dios: su comienzo y su final.
- * La encarnación de Dios en nuestra carne, es el comienzo de la vida de Jesús. Es el momento donde Dios se hace hombre en las entrañas de la Virgen María por obra del Espíritu Santo.

- * El final, su muerte y su resurrección. Su muerte, como la nuestra, se transforma en paso hacia la vida, se convierte en ese mismo instante en resurrección y glorificación.
- * Es la historia de Dios en Jesús: su encarnación entrando en nuestra tierra, hecho hombre, aceptando nuestra humilde condición... Y su muerte-resurrección saliendo de nuestra historia humana como Dios, vencedor del pecado y de la misma muerte.

Textos Bíblicos

- * *“Porque tanto amó Dios al mundo, que entregó a su Hijo único, para que todo el que crea en él no perezca, sino que tenga vida eterna. Porque Dios no ha enviado a su Hijo al mundo para condenar al mundo, sino para que el mundo se salve por él.”*
(Jn 3, 16-17).
- * *“Por eso es mediador de una nueva Alianza; para que interviniendo su muerte para remisión de las transgresiones de la primera Alianza, los que han sido llamados reciban la herencia eterna prometida.”*
(Heb 9, 15).
- * *“Si Dios no perdonó ni a su propio Hijo, antes bien lo entregó por todos nosotros, ¿cómo no nos dará con él gratuitamente todas las cosas?”*
(Rom 8, 32).
- * *“Soporta conmigo los sufrimientos por el Evangelio ayudado por la fuerza de Dios, que nos ha salvado y nos ha llamado con una vocación santa, no por nuestras obras, sino por su propia determinación y por su gracia que nos dio desde toda la eternidad en Cristo Jesús, y que se ha manifestado ahora con la Manifestación de nuestro Salvador Cristo Jesús, quien ha destruido la muerte y ha hecho irradiar vida e inmortalidad por medio del Evangelio.”*
(2Tim 8b-10).
- * *“Gracias al Padre que nos ha hecho aptos para participar en la herencia de los santos en la luz. El nos libró del poder de las tinieblas y nos ha trasladado al Reino de su Hijo querido, en quien tenemos la redención: el perdón de los pecados.”*
(Col 1, 12-14).

Otros textos:

- Heb 7, 26-27.
- Heb 9, 11-12.
- Hch 4, 15-16.
- Hch 5, 8-9.
- Rom 3, 23-25.
- 1Tes 5, 8-11.
- Sal 29, 2-4.

2

Compartiendo una vida



Dichosos los invitados a la cena del Señor

“¡Ardientemente he deseado celebrar esta Pascua con vosotros!”

Ardientemente desea Jesús celebrar la Pascua, la cena, el compartir, el morir y el entregarse. Son palabras últimas, definitivas. Estamos asistiendo a momentos definitivos de la vida de Jesús. Momentos sagrados, marcados por el sello de la nueva creación, de la nueva alianza, de la nueva era de los hombres.

Jesús desea ardientemente culminar su obra, su entrega obediencial a los misteriosos planes de Dios, que son su entrega en plenitud a los hombres. Su amor se hace oblación al Padre y a los hombres.

Ha llegado el momento de su amor apasionado... *“Habiendo amado a los suyos, los amó hasta el extremo...”* El amor se hace pasión, entrega, crucifixión. El amor se hace entrega, se hace pan en pedazos compartidos, se hace comida divina para sus amigos. El amor de Jesús se derrite en ternura y cercanía, envolviendo la cena, la última, porque es eterna e infinita, en abrazo de despedida y de testamento.

Os dejo, pero me quedo. Seré inmolado, crucificado, pero para resucitar a una vida nueva y permanecer vivo en vuestros corazones. Seré humillado hasta la tierra, pero mi nombre será exaltado hasta el cielo. Seré enterrado en la roca, pero mi nombre será santo y seña que atravesará tiempos y países dando luz y vida a todos los hombres.

Es la cena definitiva. Ya no habrá más cena pascual que ésta, porque será ésta el pleno y definitivo PASO del Señor en persona. No será un “paso” más del Señor por nuestra historia. Es el único, definitivo y pleno porque será un paso del Señor que se convertirá en eterno y permanente. Ya está realizada la entrega total.

Esta cena sella una ALIANZA que es total comunión entre vosotros y yo. Así, vosotros en mí y yo en vosotros, como el Padre en mí y yo en El. Así se hace realidad el sueño y la nostalgia del hombre desde los albores de la historia: la comunión con Dios, llenar su vida de Dios. Así será realidad el plan de Dios: derramarse sobre el hombre hasta llenarlo de su Espíritu en comunión total: *“Yo seré vuestro Dios y vosotros seréis mi pueblo...”*

La unidad entre el hombre y Dios y entre Dios y los hombres, se hace realidad viva en Jesús, Dios y hombre. En esta noche santa y misteriosa, Jesús nos consagra a los hombres en El, nos hace sagrados, nos une y nos asume en El en unidad total y plena, y en El nos une al Padre. Somos hijos en el Hijo. Somos uno en el Espíritu.

En esta sagrada cena, asistimos al testamento supremo de Jesús. Tomad, comed mi cuerpo... Bebed mi sangre..., que será derramada por vosotros. Comedme..., dejadme entrar en vuestro cuerpo, en vuestro corazón, en vuestra mente, en vuestro espíritu. Llenaos de mí, saciaos de mi vida, de mi espíritu, de mi luz, de mi palabra. Dejad que mi sangre corra por vuestras venas. Comedme, sentidme en vosotros, abrid vuestra mente y vuestro corazón a mi presencia entre vosotros.

Dejadme que os llene por dentro y por fuera. Sois todos hermanos, estáis llenos del mismo pan y del mismo vino. Sois todos alimentados del mismo Espíritu. Amaos... Permaneced unidos como

granos de trigo molidos y amasados por mi mano suave y amorosa. Soy yo quien os amaso a unos con otros, con el espíritu de mi amor. Mi amor os hace UNO...

Que os relacionéis porque os amáis..., y que os améis porque os relacionáis... Compartid mi palabra, mi pan y mi vida... Si compartís mi pan y mi vida, siempre estaréis unidos..., siempre os llevaréis bien... Sed uno conmigo. Así permaneceréis unidos. Si os separáis de mí, viviréis desunidos, cada uno por vuestro lado.

Os reconocerán como discípulos míos si os amáis, si compartís mi palabra y mi vida, mi cuerpo y mi sangre, si os reunís cada jornada a vivir y renovar vuestra comunión conmigo, y vuestra comunión entre vosotros.

Este es el testamento de Jesús. Su última voluntad, su deseo supremo. Son éstos momentos de amor apasionado y apasionante. Su amor apasionado a los hombres y su amor que apasiona, que seduce y conquista el amor de sus amigos, de sus íntimos.

Seréis míos, de los míos, si os queréis, si compartís, si os dejáis transformar por mí. Haced continuamente presente esta cena última. Haced esto en memoria mía. Seguid todos reunidos, amasados, compartiendo la vida, el dolor, la alegría y el trabajo.

Haced esto en recuerdo mío... Que en medio de vuestra vida hagáis presente este momento eterno e infinito de mi consagración a vosotros y de vuestra consagración a mí... Así, todos, en unión del Espíritu, viviremos definitivamente para Dios, mi Padre y vuestro Padre.

Por eso, haced esto en memoria mía. Que haya entre vosotros presencia continua de mi sacerdocio.

Hoy quiero establecer definitivamente mi sacerdocio entre vosotros. Todos juntos sois un pueblo sagrado, sacerdotal... Yo soy el único sacerdote, el único pontífice que une el cielo y la tierra. Yo soy un puente que acerca el cielo a la tierra y que eleva la tierra al cielo. En mí se une el cielo y la tierra. En mí, Dios se hace presente entre vosotros, y en mí, la tierra, el cuerpo, toda realidad humana, se eleva al cielo...

Jesús es el supremo y eterno sacerdote, el SUMO PONTIFICE... El puente que une a Dios con el hombre, y al hombre con Dios. El asume nuestra realidad humana, -su naturaleza humana-, y en ella, a todos nosotros..., y la ofrece en unión con la suya al Padre... Es el SÍ TOTAL DEL HOMBRE A DIOS.

Jesús, Dios encarnado, es la entrega total de Dios al hombre. En Jesús, Dios se introduce en la tierra, en nuestra vida humana, llenándola de su presencia... Es el SI TOTAL DE DIOS AL HOMBRE.

En Jesús se consagra la humanidad a Dios... En Jesús se entrega Dios a los hombres. Jesús es, pues, el sumo y eterno sacerdote. El consagra nuestra vida. Esos discípulos suyos, en torno a su mesa en la última cena son un pueblo sagrado, sacerdotal. Dios en Jesús y a través de su Espíritu está llenando la vida de la comunidad de amigos de Jesús. Es una comunidad sagrada, sacerdotal. Vosotros haced esto en memoria mía... Es el único y eterno sacerdocio, el sacerdocio de Jesús, que se prolonga en su comunidad...

Los discípulos están viviendo momentos sobrecogedores. Jesús está ultimando su obra, su entrega, su última y definitiva pascua. Juan, Pedro, Santiago..., estaban profundamente emocionados. Todo su ser se conmovía al sentir el calor y la hondura de las palabras de Jesús. Era Jesús en

cada palabra, era un amor infinito, una mirada..., una voz entrecortada, profunda, cargada de eternidad. Eran momentos de amor, de plenitud, de dolor, de tragedia. Eran vivencias que caen en el alma como llamaradas que encienden y calman, que elevan y asombran, que interrogan y unen en comunión profunda.

* * * * *

La última cena es para vivirla, contemplarla en silencio. Para volver una y otra vez a sentarnos en una “esquinita” observando a Jesús con los ojos del alma para gustar su intimidad, para dejarnos embargar de su amor apasionado y apasionante, hasta dejarnos seducir..., hasta fundirnos con él y ser uno con Jesús, en la vida y en la muerte, y ser uno con los que compartimos el mismo pan.

Todos en torno a Jesús, en silencio y contemplación, queremos vivir esta última cena hasta beber su mismo cáliz y comer su mismo pan. Quedémonos en silencio recibiendo su palabra y su intimidad. Quedémonos en silencio compartiendo su muerte, su vida y su comunión...

* * * * *

En cada eucaristía vivimos la Cena del Señor. En cada eucaristía volvemos a sentir y escuchar las palabras eternas de Jesús:

- Yo os he lavado los pies, siendo vuestro maestro... Lavaos también unos a otros..., servios con amor... Seréis dichosos si vivís esto.
- Tomad..., comed mi cuerpo...
Tomad... bebed mi sangre que será derramada por vosotros...
- Permaneced en mí como yo permanezco en vosotros...
- Sed uno conmigo como yo soy uno con el Padre...
Yo en vosotros..., vosotros en mí...
- Nadie tiene mayor amor que el que da la vida por sus amigos...
Yo doy mi vida por vosotros...
- No me elegisteis vosotros a mí..., sino que yo os elegí a vosotros...
- Amaos los unos a los otros... como yo os quiero...
- En esto conocerán que sois mis amigos..., conocerán que vivís unidos a mí...

* * * * *

Hagamos de cada eucaristía una vida..., una manera de estar en la vida... Que se irradie nuestra eucaristía en la vida, en la convivencia, en el trabajo..., en todo...

Hagamos de la vida una preparación para la eucaristía..., una manera de disponernos para la experiencia vital de cada eucaristía...

Hagamos de la eucaristía una vida...

Hagamos de la vida una eucaristía...

Gracias, Señor, por la Eucaristía

- Gracias, Señor, por la eucaristía...
- Gracias, Señor, porque deseabas ardientemente celebrar la pascua con nosotros...
- Gracias, Señor, porque en la última cena, partiste tu pan y tu vino en infinitos trozos, para saciar nuestra hambre y nuestra sed...
- Gracias, Señor, porque en el pan y en el vino, nos entregas tu vida y nos llenas de tu presencia...
- Gracias, Señor, porque nos amaste hasta el final, hasta el extremo que se puede amar...: morir por otro..., dar la vida a otro...
- Gracias, Señor, porque quisiste celebrar tu entrega, en torno a una mesa con tus amigos, para que fuesen una comunidad de amor contigo...
- Gracias, Señor, porque nos dijiste que celebrásemos la eucaristía en memoria tuya...
- Gracias, Señor, porque en la eucaristía nos haces UNO contigo, nos unes a tu vida, en la medida en que estamos dispuestos a entregar la nuestra...
- Gracias, Señor, porque en cada eucaristía, podemos celebrar y renovar nuestra vivencia de comunión, con todos los hermanos que compartimos tu pan y tu vino... y con todos los hombres...
- Gracias, Señor, porque todo el día, puede ser una preparación para celebrar y compartir la eucaristía...
- Gracias, Señor, porque compartir la eucaristía, nos lleva a compartir la vida, el trabajo, el dolor y la fiesta...

Gracias, Señor, porque podemos celebrar la eucaristía
todos los días...

Gracias, Señor, porque todos los días puedo volver a empezar...,
y continuar mi camino de fraternidad
con mis hermanos,
y mi camino de transformación en ti...

Gracias, Señor, por esta eucaristía...



Sugerencias

- * El amor lleva hasta la muerte, hasta dar la vida por otro...
El amor lleva hasta dar la vida a otros..., mediante la entrega y el servicio...
- * Contemplación de Jesús: *“Triste está mi alma hasta la muerte...”*
- * Contemplación de los sentimientos más íntimos de Jesús:
“Ardientemente he deseado celebrar esta Pascua con vosotros.”
- * Contemplar y adorar el sentimiento profundo de entrega
y de comunión con los hombres.
Es la expresión viva y plena del ser íntimo de Dios.
- * Jesús en la última cena es el testimonio vivo de realidad plena del
Dios-amor, o del amor de Dios que se entrega y comparte ...
- * Jesús es, va a ser ya definitivamente desde esta cena, el compañero
eterno de todos los hombres: *“haced esto en memoria mía...”*
- * Al instituir la Eucaristía, Jesús expresa y demuestra su irresistible
deseo de seguir siendo, para siempre y por encima de la muerte,
el compañero y amigo inseparable de todos y cada uno de los hombres.
- * Jesús, alianza nueva y eterna entre Dios y los hombres.
- * Comparte sus sentimientos más profundos... Comparte su última
voluntad..., su deseo supremo...
- * Donación y entrega total de su vida a sus discípulos...
- * Se humilla hasta lavarles los pies... Se coloca el último entre ellos.
- * Nos invita a ser como él:
*“No es más el siervo que su amo,
ni el enviado más que el que le envía...
Sabiendo esto seréis dichosos si lo vivís...”*
- * *“Permaneced en mí como yo en vosotros,
porque sin mí no podéis hacer nada...”*
- * Nos considera totalmente suyos...
- * Nos consagra..., nos hace sagrados, unidos a él, para ser de Dios...
- * Ruega al Padre por nosotros.
- * Ora por la unidad de todos nosotros, y nos deja, como última voluntad,
que nos amemos unos a otros como él nos ama a nosotros...

Textos Bíblicos

- * *“Antes de la fiesta de Pascua,
sabiendo Jesús que había llegado la hora de pasar
de este mundo al Padre,
habiendo amado a los suyos que estaban en el mundo,
los amó hasta el extremo.”*
(Jn 13, 1).

- * *“Después que les lavó los pies, les dijo:
«¿Comprendéis lo que he hecho con vosotros?
Vosotros me llamáis el Maestro y el Señor,
y decís bien porque lo soy.
Pues si yo, el Señor y el Maestro, os he lavado los pies,
también vosotros debéis lavaros los pies unos a otros.
Os he dado ejemplo,
para que también vosotros hagáis como yo he hecho con vosotros.
En verdad, en verdad os digo:
no es el siervo más que su amo,
ni el enviado más que el que le envía.
Sabiendo esto seréis dichosos si lo vivís».”*
(Jn 13, 12-17).

- * *“En esto consiste el amor:
no en que nosotros hayamos amado a Dios,
sino en que él nos amó y nos envió a su Hijo
como propiciación por nuestros pecados.”*
(1Jn 4, 10).

- * *“Ha llegado la hora de que sea glorificado el Hijo del hombre.
En verdad, en verdad os digo:
Si el grano de trigo no cae en tierra y muere, queda él solo;
pero si muere da mucho fruto.
El que ama su vida la pierde;
el que odia su vida en este mundo, la guarda para la vida eterna.
El que me sirva, que me siga,
y donde yo esté, allí estará también mi servidor.
Al que me sirva, el Padre le honrará.”*
(Jn 12, 23-26).

Otros textos:

- 1Cor 11, 23-26
- Heb 7, 24-25.
- 1Pe 2, 4-5.

Jesús prefería no sufrir

Así aparece en la oración que Jesús vivió trágicamente en el huerto. *“Padre, si es posible, pase de mí este cáliz...”*, repetía una y otra vez, intensamente.

Jesús prefería no sufrir, a pesar de la constante alusión a su pasión y a su muerte. Le dolía, le pesaba..., como a ti y como a mí, ver tan cerca el dolor, la soledad, el abandono, la burla, la humillación..., la cruz...

Jesús sintió pavor, sudor frío, aquella noche en el huerto, postrado en tierra, abatido por el miedo, y entregado totalmente a su destino.

Jesús asumió nuestra humanidad, nuestra carne, tan débil, tan indefensa, tan pequeña... Jesús se hizo hombre con todas sus consecuencias. Jesús se hizo miseria, miedo, debilidad... El Padre le hizo *“pecado”*, nos dice S. Pablo (2Co 5, 21), para subrayar el límite incomprensible de su encarnación.

Jesús sintió en su cuerpo y en su alma, en su mente y en su corazón, temblor ante la muerte, debilidad ante la amenaza de su persecución, miedo ante la inminente agonía... Por eso grita..., o desgrana una súplica, una oración desde su misma debilidad humana: *“Padre, si es posible, pase de mí este cáliz...”*

Jesús pedía a Dios Padre, como tú y yo se lo pedimos, que le quitase ese peso de encima..., que era muy amargo su cáliz..., que prefería no tenerlo que beber... Jesús decía a su Padre Dios que sentía miedo y temblor ante el dolor de su pasión y de su soledad..., y que le aterraba la muerte, su espantosa muerte en cruz. No. No quería sufrir ni morir. ¡Hasta lo más pobre y débil de nuestra pequeñez humana vivió Jesús...!

¡Qué consuelo, Jesús...! ¿Consuelo? Consuelo y dolor verte postrado en tierra, llorando, temblando ante tu tragedia. Como yo. Como todos, aunque nuestras tragedias son siempre más pequeñas.

Angustiado ante tu tragedia. Tú solo, que es como se viven las experiencias límite. Siempre se está solo en las situaciones extremas. Nadie está sosteniendo a tu lado el peso de tu destino. Tú solo, aunque haya voces amigas muy cerca. Pero hasta eso te faltó a ti. Los más íntimos, los que darían la vida por ti, los que te vieron transfigurado en el Tabor, ahí los tienes, cerca, pero dormidos, sin acompañarte, sin enterarse de tu tragedia, sin mirarte a tus ojos ni decirte una palabra de aliento. Incluso a pesar de tu insistencia y de tu reproche: *“No habéis podido velar una hora conmigo... Orad...!”*. (cf Mt 26,40-41).

¡Qué triste es encontrarse solo ante el destino! Y más triste aún y doloroso, siendo un destino fatal, de condena, de crucifixión, como era el tuyo. Un condenado a muerte que pide un aliento, una mano amiga que le acompañe...

Ahí solo, ante tu destino último, ante tu inminente pasión, sientes tu soledad, la frialdad de tus amigos, y un corazón hundido por miedo al dolor, por la amargura de tu cáliz...

La oración de Jesús fue su llanto, su temblor, su soledad, su tristeza... Su oración fue agonía y sudor de sangre.... Todo él era oración, grito hacia el cielo, súplica agonizante... Todo era oración

al cielo. Su existencia estaba atravesando un difícil trago, el más amargo de todos, el más miserable y humillante... Y ahí, en ese abatimiento y vaciamiento total, vive su oración. Ese mismo abatimiento es una súplica a su Padre Dios...

¡Qué misterio el dolor, qué misterio la muerte...! ¡Qué misterio la oración...!

Jesús hace del dolor una oración, de la muerte una ofrenda, de la cruz un sacrificio de amor. Jesús vivió el dolor con el supremo sentido que el hombre puede encontrarle en este mundo: un vaciamiento total de sí y una liberación absoluta ante la plenitud de Dios. El dolor se convierte en camino de encuentro con Dios y abandono total ante su misteriosa voluntad. Es un dolor aceptado, asumido, integrado en su destino..., y así un dolor suave, pacífico, llevadero, luminoso...

“Pero no se haga mi voluntad, sino la tuya...” Ese es el final de toda oración. Así termina toda oración verdadera. Jesús acepta su destino, su dolor, su pasión, su muerte en cruz. Jesús, en la oración del huerto, muere. Es su muerte anticipada, la más viva y orada.

En su oración Jesús muere, se hace ofrenda de amor, acepta el destino fatal de su cruz. Lo último, lo que le faltaba a su historia para identificarse totalmente con nuestra humanidad: morir, enterrarse en la tierra, hundirse en la tragedia de la muerte, que no se entiende, pero ahí la tenemos todos como una sombra que nos persigue continuamente.

Es el destino último del hombre, la muerte; y Jesús tuvo, como hombre verdadero, que pasar por ella... Pasar y gustarla amargamente, porque la suya no fue una muerte más, fue una muerte trágica, dolorosa, humillante, en lo más alto del monte Calvario. Con unos clavos y con una lanzada para que fuese más llamativa, más viva en su crudeza y amargura.

Jesús moría en su oración. Allí entregó su voluntad, su cuerpo, su corazón, su vida, al destino de la muerte, como un hombre más, y en peores circunstancias que muchos de nosotros.

Jesús, que prefería no sufrir, acabó haciendo de su dolor una oración, un puente hacia Dios; y de su muerte, una entrega total y absoluta de amor. Jesús hizo de su vida una ofrenda de amor a los hombres; de su muerte, una prueba de amor que ama hasta la muerte, dando su vida por sus amigos.

La oración del huerto fue una muerte, una oración, una ofrenda...

“Padre, si es posible, pase de mí este cáliz, pero no se haga mi voluntad, sino la tuya...”

Padre, me duele sufrir,
prefería que las cosas fueran de otra manera,
que este cáliz no fuese para mí...

Pero no se haga mi voluntad sino la tuya...

Que suceda lo que tú quieras .. y como tú quieras...

Que se cumplan tus planes sobre mí...

“Padre, si es posible, pase de mí este cáliz, pero no se haga mi voluntad, sino la tuya...”

Esta es la oración suprema de Jesús, porque en ella se entrega..., muere... y da su vida a los hombres.

Contemplemos a Jesús, postrado en tierra..., sufriendo y orando, en soledad y entrega total..., amando y muriendo...

Contemplemos a Jesús, en silencio, con los ojos limpios, y con el corazón abierto para dejarnos empapar de su oración y entrega...

Escuchemos, una y otra vez, el eco de su oración ..

Escuchemos a Jesús, con un vaciamiento total de nosotros mismos..., deseando morir y amar como él..., con temblor en nuestros labios y con una entrega vital de nuestra existencia a la voluntad de Dios...

Dejemos que los mismos sentimientos de Jesús ablanden nuestro corazón, y nos brote del alma una asimilación vital con El...

Queremos ser uno con él... Queremos acompañarle en esta hora crucial de su pasión... Cerca... Mirándole y escuchándole... Amándole y aliviando, con nuestra presencia, la crueldad de su destino...

Queremos repetir humildemente con él..., desde las raíces de nuestra alma..., la aceptación de nuestro destino, que será siempre, un poco al menos, beber del mismo cáliz de Jesús.

“Padre, si es posible, pase de mí este cáliz, pero no se haga mi voluntad, sino la tuya...”

“Padre, si es posible, pase de mí’ este cáliz, pero no se haga mi voluntad, sino la tuya...”

Sugerencias

- Todos hemos experimentado, a lo largo de nuestra vida situaciones duras, momentos llenos de oscuridad, de temores, de angustia...
- ¿Qué vives, o qué sientes que no te deja vivir?
- Tenemos miedo al dolor, a la destrucción, al sufrimiento...
- Tenemos miedo a la soledad, al aislamiento, a no sentirnos querido...
- Tenemos miedo al absurdo. a no tener sentido o ilusión por la vida...
- Todas estas experiencias aparecen en nuestra vida en una u otra ocasión y de formas diversas...
- Vivimos momentos felices, gozosos, entremezclados con momentos oscuros, angustiosos, impregnados de temor...
- Estos momentos oscuros, angustiosos y sin sentido, de soledad vacía... constituyen “nuestra noche...”
- ¿Como vivimos “nuestra noche”?
¿Positiva o negativamente?
- Si la vivimos solos, en soledad vacía..., será “noche” oscura, negra, que nos angustie y aplaste...
- Si la vivimos solos, en soledad acompañada..., será “noche”, dolorosa sí, pero luminosa y liberadora...

Solos, pero con Cristo sufriente...
Solos, pero con Cristo traicionado...
Solos, pero con los ojos puestos en un Cristo despojado de todo...
Solos, pero junto a un Cristo fracasado humanamente...
Solos, pero acompañados de un Cristo que ha elegido lo débil, lo pequeño, lo sencillo, lo pobre, lo humilde...
- Así, “nuestra noche”, la noche oscura de nuestro espíritu, puede convertirse en el pórtico de una nueva vida, luminosa, liberada y liberadora, dispuesta para el amor y la entrega.

acompañando a María, la madre de Jesús

- Un modo de hacer presente a Jesús en mi corazón es situarme al lado de María, que sabe más que nadie de Jesús...
- Que ella nos ayude a estar con él, a conocerle y a amarle...

INTRODUCCION:

MUSICA: suave...

MONITOR 1:

Hoy, Jueves Santo,
después de haber celebrado la CENA DEL SEÑOR,
nos reunimos, en mitad de la noche,
nuestra comunidad de hermanos y amigos,
en silencio..., en adoración...,
queriendo velar... junto a El,
que siempre está velando por nosotros...

Queremos acompañar al Señor,
evocando la noche negra y trágica del primer Jueves Santo,
el único, el que marcó para siempre esta noche tan gozosa
del Jueves santo....
Gozosa, porque en esta noche vibramos con el llanto
de aquella noche triste de Jesús,
pero que iluminó para siempre nuestras noches trágicas...

Esta noche fue tremenda para Jesús.
Soledad..., abandono de todos..., incompreensión...,
miedo..., angustia...
Fue la más oscura de las noches de los hombres,
donde Jesús, Dios hecho hombre,
se quedó a merced de un destino misterioso y desgarrador...

SILENCIO...

MUSICA: suave...

MONITOR 2:

Esta noche fue también muy dolorosa para María, su madre.
Desgarradora...

Ella estaba viviendo los últimos hachazos
de un destino fatal:
La crucifixión de su hijo...

...

¿Qué había hecho la Virgen María para tener que sufrir tanto?
¿Su corazón destrozado podrá aguantar hasta el final
junto al dolor de su hijo?

...

Esta noche fue tremenda para María...
Le acaban de arrebatarse de sus brazos a Jesús...,
y ahora, sola, con sus amigos..., -sus hijos, como los llamaría
Jesús después-...,
con ellos se queda sola en su alma,
y su corazón roto, pegado al de su hijo...

SILENCIO...

MUSICA...: suave...

MONITOR 1:

Esta noche santa, (santa, porque estamos con el Señor...)
queremos pasarla con ella,
como Juan..., María Magdalena..., Santiago...,
María, la mujer de Cleofás..., Marta..., Lázaro...,
quizás Nicodemo...
¿Quién más estaba... allí con ella...?
¿Te acuerdas...?

SILENCIO...

MUSICA: ...(o una canción invitando a la oración...)

MONITOR 2:

La tarde ha sido muy densa...
Jesús acaba de celebrar la Pascua con sus apóstoles y
sus íntimos...
Muy cerca de él, es posible que estuviese su madre...,
¿por qué no iba a estar ella en la última cena?
...

Ha sido una celebración de la Pascua,
que sella para siempre la historia de una Alianza,
eterna y definitiva entre Dios y los hombres...
...

María ha vivido unas horas sagradas...
Se condensaba en Jesús, en este instante...,

toda la historia de Dios con los hombres...
Su emoción llegó al límite al ver a Jesús...
partir su pan y su vino con todos...

Tomad..., comedme...,
dejad que os sacie de vida vuestra hambre...,
sentidme dentro de vosotros...
como una savia nueva, divina...

Comed mi cuerpo y bebed mi sangre...,
que será entregada por vosotros día tras día... perpetuamente...

Todos estáis saciados del mismo pan ...
y bañados por la misma sangre...
Sois hermanos...,
sois míos...,
sois todos uno...,
como el Padre está en mí y yo en vosotros...

Sois uno, sois una piña..., una familia...
con la misma sangre y los mismos apellidos...

SILENCIO...

MUSICA: muy suave .. muy serena... muy callada...
MONITOR 2:

Así iba María,
acompañada de sus íntimos...
por las calles oscuras y empedradas... a casa de uno de ellos...

Y seguía rumiando en su corazón... Tomad... y comed...
Tomad... y bebed...

Y sentía que sus ojos se humedecían...,
sintiendo a Jesús latir dentro de sí...,
como una pasión del corazón...,
pero... rota su alma porque se lo han llevado atado
al palacio de Caifás,
como al más criminal de los malhechores.

María gustaba amargamente
la presencia y, al mismo tiempo la ausencia fatídica
de su entrañable Jesús...

SILENCIO...

MUSICA: suave...

MONITOR 1:
Vamos a quedarnos en silencio...

acompañando a María,
caminando a su lado...,
sintiendo su pena..., su vivencia de Jesús,
sintiendo su corazón herido de muerte...
de tanto sufrir...

En silencio... Sin decir nada...
con nuestro corazón inundado de una profunda piedad de
hijos...

Que nos sienta a su lado...,
compartiendo su espada de dolor...,
rumiando... con ella...
“Tomad... y comed...”
Estad unidos... Sed uno todos juntos...
Formad una piña junto con ella...
...

Como una familia a quien acaban de condenar
a un hermano...,
sentimos el desgarrón de su ausencia...,
y el calor de un inmenso dolor compartido...

SILENCIO...

MUSICA: suave..., serena..., callada...

DIALOGO CON MARIA:

(Con estas INVOCACIONES leídas pausadamente...
u otras espontáneas...)

LECTOR 1:

Madre nuestra..., queremos estar esta noche contigo...,
queremos estar a tu lado...,
queremos darnos cuenta de tu dolor, del desgarrón que sientes
porque temes que hagan lo peor
con Jesús...

Madre nuestra..., queremos que nos sientas cerca...,
queremos aliviar tu pena ...,
enjugar tus lágrimas...

Madre nuestra..., queremos pedirte perdón
por lo que le está ocurriendo a Jesús...
Mucha culpa tengo yo...

Madre nuestra..., déjanos acompañarte estas horas a tu lado...

Madre nuestra..., queremos estar a tu lado...,
en silencio...,
compartiendo...,
mirándote y sintiendo tu pena...

Madre nuestra..., queremos que nos sientas cerca...,
de los tuyos..., de tu familia...,
de la misma comunidad de tu hijo...

Madre nuestra..., déjanos estar esta noche contigo...
acompañándote...y consolándote...

SILENCIO...

MUSICA: (o una canción a la Virgen cantada entre todos...
o una canción escuchada en un casete).

MONITOR 1:

Cuando llegamos a casa de Juan,
nos sentamos todos muy cerca...,
junto a María...,
como quienes sienten la necesidad de vivir
el mismo dolor compartido...,
apoyados unos en otros...

Esta noche es única.
María está sin Jesús...
No se le borra de su mente...

Su rostro, demacrado por tanto llanto contenido...,
sus ojos ajados por el agotamiento...,
muestran una pena muy honda...
...

Por la mente de María
empiezan a pasar recuerdos..., multitud de recuerdos...

Entre silencios... y frases cortas...,
entre susurros..., lágrimas..., y medias palabras...,
fue desgranando las pinceladas de su historia...,
de la historia de su casa...,
de la historia de Jesús en su alma...

Es la historia más viva y más auténtica de Jesús...
Los momentos cumbres y los ordinarios...,
los días felices y los días corrientes... y vulgares...
Evocaba a José..., a Jesús..., a los tres...
¡Si al menos estuviese ahora José...!, -susurraba...-
...

Nos quedamos en silencio... escuchando...
sintiendo y observando a la Virgen María,
madre nuestra..., apenada y destrozada
hasta lo más profundo de su ser...

SILENCIO... (5 ó 10 minutos...)

MUSICA: (Ave María de Schubert u otra parecida...)

LECTURA DE LA PALABRA

LECTOR 2:

(LECTURA reposada..., con pausas..., gustándola...)

“Alégrate, María, llena de gracia...
El Señor está contigo...

Ella se turbó al oír estas palabras...

No temas, María, has hallado gracia delante de Dios...
concebirás en tu seno...
y darás a luz un hijo...,
a quien pondrás por nombre Jesús...
El será grande y será llamado Hijo del Altísimo...
...

El Espíritu Santo vendrá sobre ti...
y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra...

Por eso, el que nacerá será Santo...
y será llamado Hijo de Dios...
...

He aquí la esclava del Señor...
hágase en mí... según tu palabra...”
(cf Lc 1,26-28).

MUSICA: (Ave María de Schubert u otra parecida...)

SILENCIO... (5 ó 10 minutos...)

MONITOR 2:

Aquí empezó todo...
No sé cómo deciros... -siguió María..., entrecortada...,
con medias palabras...,
perdida su mirada...

Parecía un sueño aquel ángel...,
su voz..., su presencia...
No acababa de entender... (nunca se acaban de entender las cosas de Dios...)...
Pero mi alma se inundaba de cielo..., de luz divina...,
de paz inmensa...

Allí empezó todo...-repetía...-

Hágase lo que tu quieras...
Tú eres mi Dios y mi Señor...
Tú eres mi todo... Sí... Dios mío...
Lo que tú quieras y como tú quieras...
No puede ser de otra manera...
Quiero ser para ti toda entera... como tú eres para mí...
...

Desde entonces todo siguió igual...
pero mi vida empezó a ser distinta...

Me sentía vinculada a Dios desde mis entrañas...
como suya..., totalmente suya...,
como poseída por El...,
y El... sí, El... totalmente mío..., en mis entrañas...
...

Pronto empecé a sentir sus latidos dentro de mí...
Pero qué sufrimiento con José.
El no sabía nada ...
Yo confiaba en el Señor...
Por fin.. . todo volvió a su sitio.
El Señor le desveló el misterio...

María se fue quedando en silencio poco a poco...
Sollozaba serenamente... y escondía su rostro
entre sus manos...

SILENCIO ...(unos minutos.....)

MONITOR 1:

Nos quedamos en silencio...
sintiendo el llanto de la Virgen...
y rumiando su confianza..., la intimidad de su alma...

SILENCIO...(5 ó 10 minutos...)

MUSICA: suave...

COMUNICACION DE SENTIMIENTOS...

o invocaciones, o alabanzas espontáneas..., p. ej.):)

LECTOR 1:

María..., ¡qué dicha estar y vivir tan cerca de Dios...!

María..., ¿cómo puede ser Dios todo en la vida...?

María..., ¿cómo viviste tan llena de Dios...?

María..., ¿cómo dijiste tan pronto un sí total al Señor...?

María..., te alabo... y te bendigo...
¡Bendita tú entre las mujeres...!

María..., ¿se puede ser esclavo del Señor...? ¿Cómo...?

María..., ¿cómo amabas tú a Dios...?
¿cómo te sentías amada por El...?

María..., gracias por tu Sí a Dios...
gracias porque existes...

María..., gracias por tu confianza...
por compartir esta noche de Jueves santo
tu recuerdo y tu intimidad...

SILENCIO... (unos minutos)

MUSICA... (o una canción...)

SILENCIO... (5 ó 10 minutos...)

LECTURA DE LA PALABRA

LECTOR 2:

(LECTURA: reposada... gustándola...)

“Subió también José desde Galilea,
de la ciudad de Nazaret, a Judea,
a la ciudad de Belén...
para empadronarse...

Y sucedió que, mientras ellos estaban allí...,
se le cumplieron los días del alumbramiento...

Y dio a luz a su hijo...
lo envolvió en pañales...
y lo acostó en un pesebre...
porque no tenían sitio en la posada...”

(cf Lc 2, 4-7).

SILENCIO...

MUSICA: suave...

MONITOR 2:

¡Qué gozo tan infinito cuando tuve a Jesús estrechado
en mi pecho...

Tan pequeño..., tan frágil..., tan indefenso...!

...

Era un trozo de mi ser..., aquí, entre mis manos...
lleno de vida..., lleno de Dios...,

...

Nos sentíamos solos José y yo... con el niño...

Pero apenas lo notábamos...

¡Estábamos tan contentos los dos...!

SILENCIO...

MONITOR 1:

Su rostro se humedece con las lágrimas...

brillan sus ojos..., como quien está viendo a Dios...

Su mirada se pierde lentamente...

y sus palabras enmudecen...

...

Su silencio nos contagia...

de gratitud..., de amor..., de pena...

...

Está rota... Su hijo... ¡Qué noche más negra...!

¿Dónde estará Jesús...?, -se preguntaba en su alma...-.

¿Qué estará ocurriendo ?

¿Qué estarán haciendo con El...?

SILENCIO...(5 ó 10 minutos...)

MUSICA: suave...

MONITOR 1:

Llegan noticias confusas...

Jesús está siendo interrogado por Anás..., suegro de Caifás,
Sumo Sacerdote...

Este había aconsejado a los judíos

que convenía que muriera un solo hombre por el pueblo...

...

A todos nos sobrecogió una indignación tremenda...,
una protesta...

María rompió a llorar..., conteniendo su llanto...,
cubriendo su rostro con sus manos...

Un silencio..., unas lágrimas...,
un dolor sereno..., intenso...
en nuestro corazón y en nuestra alma...

Todos teníamos nuestro pensamiento en Jesús...
Allí..., ante Anás..., los escribas y los fariseos...
los ancianos del pueblo...

JESUS... SOLO...
callado...
indefenso...
a merced del odio y la injusticia...

¿Cómo estará Jesús por dentro...?
¿Qué estaría sintiendo en su alma...?
¿Cuáles serían sus pensamientos...?
...

En su corazón sentía el dolor ... de su madre...
¡Es tan buena..., tan dulce..., tan delicada...!
¡La ternura de una madre nunca se olvida...!

A Jesús, en estos momentos de soledad y abandono...
la presencia de su madre en su alma..
le da cobijo..., calor..., alivio...
...

SILENCIO... ante el misterio incomprensible de Jesús
solo, abandonado... ante un tribunal religioso...
que busca el modo de condenarle...

SILENCIO... al lado de María, su madre...
acompañándola muy cerca...
con nuestra mirada...
con nuestro corazón lleno de amor ...
haciéndole más suave su pasión..., su dolor...

SILENCIO... (5 ó 10 minutos...)

MUSICA: suave...

LECTURA DE LA PALABRA

LECTOR 1:

(LECTURA... , reposada... gustada...)

“Su padre y su madre estaban admirados
de lo que se decía de Jesús...”

Simeón les bendijo y dijo a María, su madre...:

Este está puesto para caída...
y elevación de muchos en Israel...,

¡y a ti misma...
una espada te atravesará el alma...!
a fin de que queden al descubierto...
las intenciones de muchos corazones...”
(cf Lc 2, 33-35).

SILENCIO...

MONITOR 1:
María rompió el silencio...
con una voz apagada...
entre lágrimas y palabras entrecortadas...

MONITOR 2:
¡Y qué espada..., Dios mío...!
Desde aquella tarde..., sí...

Sería la madre de Dios...
Así acepté el misterio..., con un sí total... rotundo...

¡Cuántas incomprensiones... y críticas...!

¡Qué espada ...Dios mío...!

En Belén... En Nazaret...
Cuando huimos a Egipto, sufrimos mucho...
sabiendo que Herodes estaba asesinando niños
para asegurarse así que mataba a Jesús...

En Jerusalén le perdimos...
¡Qué angustia buscándole entre la gente...!

¡Qué espada..., Dios mío...!
Y bien sabes tú, mi Dios, que no me quejo...!

¿Podré llevarla clavada hasta el final...?

Nos quedamos solos los dos. ...
José murió... Lloramos mucho... Lo echábamos de menos...
José era nuestro apoyo, nuestra seguridad...
Era tan humilde..., tan callado..., tan servicial...

La muerte de José cambió mi corazón...
Sólo tenía ya a Jesús...
con él mi alma se iluminaba..., mi corazón gozaba...

¡Disfrutaba tanto estando con Jesús en casa...!

¡Era tan bueno...!
¡Tan cariñoso...!
¡Tan delicado conmigo...!
¡Siempre pendiente de mí...!

(A María se le hace un nudo en la garganta...)

¡Es tan bueno...!
¿Por qué ahora le condenan...?

¡Qué espada..., Dios mío...!
Poco tiempo pude disfrutar de él...
Me dijo que tenía que irse...

¿Dónde..., Dios mío...?

Tenía que predicar...,
hablar a la gente...,
curar a los enfermos...,
vivir con los más pobre y necesitados,
hablarle de Dios a su pueblo...

Fue siempre haciendo el bien a todos ..¡es tan bueno...!
...

Tenía que darles una buena noticia...:
Que el Reino de Dios está presente entre ellos...
Que se conviertan a Dios...
Que abran sus corazones a su Reino...

SILENCIO...

MONITOR 1:
María se queda en silencio...
como quien está soñando...
con la mirada perdida en su historia...

SILENCIO....

MONITOR 2:
Allí empezó de nuevo mi calvario..., mi cruz..., mi espada...,
cuando se fue de casa..., cuando me quedé sola...

¡Qué espada .., Dios mío...!

No me acostumbraba a estar sin él...
No sabía dónde estaba...

Algunas veces venía a casa a comer o dormir... pero pocas...

¡Había cambiado tanto su vida...!

Vivía en el campo..., en la calle..., entre la gente...
Había noches que se las pasaba orando a su Padre Dios...

Cuando yo podía, acudía a donde estaba él...
lo escuchaba...,
y cuando despedía a la gente, me quedaba con él...
hablándole de nuestras cosas...

Esos ratos eran un oasis..., en medio de mi soledad...

SILENCIO...

MUSICA: suave...

MONITOR 1:

Así, María nos va desgranado sus recuerdos...
sus vivencias profundas...de Jesús...

Sus alegrías... y su dolor...
sus sueños íntimos y sus temores...
sus sentimientos... y sus ilusiones...

Poco a poco... todos nos hemos ido quedando en silencio...
absortos... embebidos en María...
escuchándola..., acogiéndola...
sintiendo su cercanía...
vibrando con su dolor y con su pena...

Sigamos escuchando María sus recuerdos de Jesús...
sus confidencias...
su intimidad en nuestra alma...

Acompañemos a María , nuestra madre..., en esta hora...
la más amarga de todas...

Que en esta hora de la muerte de su Hijo...
encuentre en nosotros el abrazo y el beso de su hijo...

SILENCIO...

MUSICA... (o una canción...)

ORACION FINAL: MADRE NUESTRA, ESTAMOS JUNTO A TI,
EN ESTA NOCHE DE JUEVES SANTO...

Madre nuestra, estamos junto a ti,
en esta noche de Jueves Santo

Madre nuestra, enséñanos a amar...,
enséñanos a sufrir...,
enséñanos a compartir...

Madre nuestra, estamos junto a ti,
y queremos que tú estés a nuestro lado...

Madre nuestra, queremos acompañarte
en estos momentos de soledad y de martirio...

Madre nuestra, queremos escuchar y rumiar
en nuestro corazón tu confianza,
tus sentimientos...
y tu vivencia de Jesús...

Madre nuestra, tú estuviste siempre muy cerca de Jesús,
aunque en la sombra...,
enséñanos a estar siempre muy cerca de Jesús...

Madre nuestra, tu viviste la pasión y la muerte de Jesús...,
compartiendo como nadie, su dolor,
su agonía, su amor hasta el final...,

enséñanos a sentir vivamente la pasión de Jesús....
y a llevar en nosotros los sufrimientos
del Cristo doliente de hoy...

Madre nuestra, enséñanos a amar...,
enséñanos a sufrir...,
enséñanos a compartir...

Un día me miraste

Un día me miraste
como miraste a Pedro...
No te vieron mis ojos
pero sentí que el cielo
bajaba hasta mis manos.

¡Qué lucha de silencios libraron en la noche
tu amor y mi deseo!

Un día me miraste
y todavía siento la huella de ese llanto
que me abrasó por dentro.

Aún voy por los caminos,
soñando aquel encuentro...
Un día me miraste
como miraste a Pedro.

E. de Champourcin

3

Compartiendo una muerte



Tu cruz, junto a la cruz de Jesús

La **cruz** es una palabra trágica, brutal, humillante. Es una condena. Es la muerte más dolorosa. Nadie elegiría una cruz para vivir ni para morir. La rechazamos. No queremos oír hablar de ella. Buscamos otras palabras, hablamos en otros términos..., pero la palabra “cruz” la evitamos. No podemos aguantarla. Nos produce rechazo, escalofrío..., o simplemente indiferencia o desprecio.

Rechazo, porque nos humilla o molesta. Escalofrío porque nos duele. O simplemente indiferencia, porque es arcaico hablar de cruz cuando la ciencia o la cultura explican mejor nuestro dolor de otra manera.

Sin embargo, ahí está la cruz. Levantada en alto, que es como siempre se presenta. Sin moverse, hincada en tierra. Sin cambiarse de sitio, por mucho que la demos de lado. En mitad de la vida, como si ocupase un lugar privilegiado.

LA CRUZ ES UNIVERSAL

Una cruz que nadie busca y todos tenemos. Porque la cruz es tan universal como respirar. Hay cruz para todos. Cada uno tenemos una cruz, la nuestra, aunque la podemos llamar como queramos. El nombre no le quita ni añade nada a su esencia. Ahí está incrustada en medio de nuestra vida. Será de una forma o de otra. Será en mi cuerpo o en mi espíritu. Estará presente en mi trabajo o en mi convivencia, será algo íntimo o exterior. La forma es lo de menos. No importa tanto, porque la cruz es una experiencia interior.

Nadie está exento de llevar su cruz, nadie tiene privilegio para dejarla. La llevamos puesta, encima siempre. Sobre nuestros hombros. Soportando su peso. Ni los ricos ni los poderosos pueden comprarla más suave o más ligera. Ni cambiarla por otra más llevadera. La cruz no se vende ni se compra. Lleva uno la que tiene. Ahí está, la que te ha tocado en la suerte de la vida. O la que te han regalado, sin tu pedirla, en los mismos comienzos de tu vida. Cuando nacemos, ya estamos con nuestra cruz. A nuestra medida.

Nunca nos ponen una cruz que sea superior a nuestras fuerzas. La medida es la justa. La nuestra. A veces nos parece que es mayor, que se han equivocado con nuestra cruz y nos han dado la de otro. O pensamos que nuestro vecino tiene una cruz más fácil, más llevadera. Pero no. Tiene la suya, la proporcionada a sus fuerzas.

Todos tenemos nuestra cruz, sin poder evadirnos de ella. Forma parte de la vida. Es un ingrediente esencial. Así es, lo queramos o no. Podemos filosofar sobre ella, discutir sobre su origen y sus causas. Tratar de explicarla. Pero todo eso no mueve ni un ápice la cruz. Ahí está, en mitad de nuestra vida, como un punto de referencia. La podemos hacer más llevadera, pero siempre tenemos que contar con ella. Porque la cruz, como la respiración, está siempre presente. Como si fuese un privilegio tenerla.

LA CRUZ DE CADA DIA

Ahí está, en medio de cualquier circunstancia diaria. La cruz nuestra de cada día, porque cada día tiene su cruz, su dolor, su sinsabor. No es normal pasarse veinticuatro horas sin haber gustado una pequeña astilla, o sin sentir clavada una espina. Forman parte del madero de nuestra cruz o de nuestra corona de espinas.

Otro día será la burla de los soldados, ajenos a nuestra vida. Son los encargados de turno de cumplir nuestra condena. Sin darse cuenta ni pretenderlo, con su indiferencia o superficialidad, nos rompen las vestiduras, nos visten de púrpura, de locos, y se ponen a jugar con nosotros. Así nos duelen las incomprendiones y los rechazos de los demás.

En otra ocasión serán los maderos atravesados en forma de cruz sobre nuestros hombros. Una carga pesada que apenas podemos soportar sin caer por tierra. Tres caídas tuvo Jesús por el peso de los maderos, sobre su cuerpo debilitado y agotado. Es la carga de tantas cosas que pesan sobre nosotros, y nos parece imposible dar un paso con ellas. Caemos bajo su peso... una, dos y tres veces.... Otras tantas nos levantamos porque la vida sigue... y tú tienes que seguir viviendo..., y caminando aun con la cruz a cuestas.

Otro día será el despojo de tus vestidos, de tu fama, de tu honra, de tu derecho al respeto de tu nombre y de tu historia. Te humillarán, y te despojarán del valor de tu trabajo, de tu entrega, de todo... Desnudo dejaron a Jesús y así, de una u otra forma, te dejarán a ti. Como a Jesús en el calvario... Desnudo y despojado de todo...

Los clavos atravesarán tus manos y tus pies en otra ocasión. Se hundirán en tu carne. Porque cada día tiene su cruz... Y el dolor aparece cuando menos lo esperamos. Nuestro cuerpo desgarrado por la enfermedad... o brutalmente roto por el accidente. Es tan fácil hoy destrozarnos nuestro cuerpo o nuestra salud. Los años no pasan en balde. Los años van comiéndose nuestro cuerpo, y éste aparece deteriorado, cansado y gastado año tras año. Es el dolor físico de nuestro cuerpo, de nuestras debilidades físicas, de nuestros pequeños o grandes achaques. Son los clavos que a Jesús le rompieron sus pies y sus manos y destrozaron de dolor su cuerpo.

Es la cruz de cada día que se presenta implacable de una u otra manera y en pequeños trozos, no de golpe ni entera. Otro día será una esponja empapada en vinagre, para quitar nuestra sed y nuestro dolor. Nos quieren quitar la sed o el dolor con vinagre. ¡Qué duros y crueles somos a veces los hombres unos con otros! Sin darnos cuenta..., y quizás con la mejor voluntad. Pero ahí está el vinagre hoy, repugnante, inoportuno. Son los otros, que nos quieren aliviar la amargura del dolor con otro dolor. Los mismos que clavaron a Jesús en la cruz, pretenden aliviar su dolor con la esponja empapada en vinagre.

Sería imposible enumerar la variedad de la cruz diaria. Cada uno de nosotros lo sabe bien. La experimentamos en lo más cotidiano y vulgar. De Jesús se burlaron..., se rieron cuando estaba colgado de la cruz. Le reprochan que no se baje..., que a otros salvó y ahora no puede hacerlo consigo mismo. Así sufrimos cuando otros se ríen de nosotros. Cuando se burlan de nuestras cosas..., de nuestros fallos y defectos, de nuestros trabajos y complejos... Cualquier cosa es buena para humillar a otro. La cruz de la crítica, del sarcasmo y de la burla.

También formó parte de tu cruz, Jesús, el abandono, la soledad, la sensación de que todos huyen dejándote desamparado. El abandono de tus amigos, de tus íntimos que te dejan solo, sin su calor y su compañía. ¡Cuánto sentimos la cruz del abandono! ¡Cómo nos duele...! Parece que



agudiza su peso. Nos quedamos a la intemperie, sin cobijo. Sin amigos, sin personas queridas... Es una cruz más dura, más dolorosa. Porque una cruz compartida entre dos es más llevadera.

La lanzada en el costado fue su muerte. La que terminó de crucificar a Jesús. Ya no se podía vivir más dolor, más cruz... Fue toda. Fue el final... Nosotros, en nuestro vivir diario, siempre tememos el final. Ignoramos cómo y por dónde vendrá. ¿Será la muerte, será una tragedia, será lo último... o lo penúltimo...? Es una cruz. Un trozo de cruz. El que nos falta para llegar al final. Siempre estamos temiendo algo..., y siempre lo peor... ¿Cuál será nuestra lanzada? ¿Cómo vendrá? ¿Será pronto o aún tardará?

Por eso la cruz de cada día nunca termina, va unida a la vida; es tan extensa como las semanas, los meses y los años... Nunca se termina..., porque sólo culmina en la lanzada definitiva, en la muerte que es quien da por terminada nuestra cruz de cada día.

LA CRUZ SALVA

Nuestra cruz es dura, es cruel. Es un dolor casi permanente. Puede ser solo cruz de madera, destructora. Nos come por fuera y, sobre todo, por dentro.

Podemos vivir la cruz como una desgracia, como un mal aplastante que nos destruye. Es un mal. Claro que es un mal cuando lo comparamos con la “no-cruz”. El dolor es un mal... si lo comparamos con el “no-dolor”. Pero ahí está. Implacable y de muchas formas: dolor moral o corporal, interior o exterior, personal o social, individual o familiar, comunitario... Siempre está el dolor en nuestra vida. Es una experiencia real que todos sentimos.

Y tan real es la experiencia del dolor como el rechazo, la sensación de absurdo y de impotencia ante él. Quisiéramos quitárnoslo de encima. Que desapareciese. Sabemos que mucho podemos hacer a veces por evitarlo, aliviarlo o disolverlo... Pero a pesar de todo... sigue presente nuestra cruz, pequeña o grande, en mitad de nuestra vida.

La cruz forma parte de los ingredientes y de las circunstancias ordinarias. Todos sabemos mucho de ello, y hablamos entre nosotros de nuestra cruz y de todas esas situaciones que son pequeñas cruces del vivir diario.

La cruz sola, descarnada, es dura, cruel y destructora. Pero la cruz así, de madera..., sola, desnuda, no está completa. Por eso es destructora, porque solo la vemos por detrás, al revés, de espalda. Solo es destructora y nos aniquila cuando está de espalda, cuando no vemos a Jesús en ella. Porque desde Jesús, la cruz es otra cosa. Jesús cambió su signo negativo en positivo. Desde que Jesús estuvo en ella, cambió de signo el dolor y el sufrimiento, y lo convirtió en fuente de salvación.

El dolor, la cruz de cada día, esa que te agobia y te aplasta, puede ser fuente de liberación..., de salvación. Dale la vuelta, búscale el sentido profundo a esa situación, descubre el rostro de Jesús en ella..., y verás cómo el dolor y la cruz de Jesús pueden ser fuente de liberación y de paz.

En la cruz, desde que Jesús estuvo clavado en ella, podemos encontrar la paz, la liberación a tanta esclavitud. Podemos encontrar el sentido auténtico y profundo del dolor. En la cruz, clavado en ella, podemos encontrar a Jesús...

Sólo se descubre el misterio de la vida cuando se vive y se acepta la cruz como parte esencial de ella. No hay vida sin cruz, ni cruz que no encierre un germen de vida. Por eso encontraremos VIDA en la cruz, cuando contemplemos a Jesús clavado en ella..., y allí mismo, nosotros con él. Sólo con Jesús se puede vivir el misterio de la cruz. Esa cruz diaria, molesta, incómoda..., y esa cruz grande, esporádica..., esconde un misterio desde que Jesús vivió un calvario, una lanzada, una cruz...

El dolor y la cruz son fuente de salvación. Se han cambiado sus signos destructores por salvíficos. Es una gracia del Señor. Un regalo infinito del cielo habernos enseñado a descubrir alegría en la contrariedad, paz en el sufrimiento, amor y comprensión en la burla y la crítica, vida en la muerte.

Nuestra cruz, junto a la de Jesús, superpuesta a la suya, cambia toda nuestra historia. La cruz vivida con Jesús nos abre las puertas a la resurrección, a la vida verdadera y definitiva, a la vida en el Señor. *“Yo soy la resurrección y la vida”.* (Jn 11, 25). Jesús es la vida, la resurrección. En Jesús encontramos sentido al misterio de la cruz. Incomprensible cruz; pero no por eso, menos real y auténtica. Pero cruz salvadora, fuente de vida desde que Jesús estuvo clavado en ella.

Contemplemos a Jesús en la cruz...

Contemplemos nuestra cruz, junto a la de Jesús. En su mirada y en su corazón descubriremos la vida y el misterio de nuestra cruz. Descubriremos la vida y la resurrección. **Descubriremos la paz inmensa que da sufrir nuestra cruz, junto a Jesús clavado en la cruz...**

Más sencilla

Hazme una cruz sencilla,
carpintero...,
sin añadidos
ni ornamentos...,
que se vean desnudos,
los maderos,
desnudos
y decididamente rectos:
Los brazos en abrazo hacia la tierra,
el astil disparándose a los cielos.

Que no haya un solo adorno
que distraiga este gesto:
este equilibrio humano
de los dos mandamientos...

Sencilla, sencilla...
Hazme una cruz sencilla, carpintero.

León Felipe

Últimas palabras de Jesús en la cruz

Primera palabra:

¡Padre!, perdónalos porque no saben lo que hacen...

Segunda palabra:

En verdad te digo: hoy estarás conmigo en el paraíso...

Tercera palabra:

¡Dios mío! ¡Dios mío! ¿Por qué me has abandonado?

Cuarta palabra:

Mujer, ahí tienes a tu hijo...

Ahí tienes a tu madre...

Quinta palabra:

¡Tengo sed!

Sexta palabra:

¡Todo está consumado!

Séptima palabra:

¡Padre!, ¡en tus manos encomiendo mi espíritu...!

Sugerencias

- * El Camino de la Cruz no empezó el Viernes Santo. Empezó mucho antes. Jesús, tú comenzaste tus pasos hacia la cruz en Belén. Allí empezó tu cruz y tu amor, porque los dos van juntos si son de verdad amor y cruz...
- * Todos los grandes santos se han tallado en un ambiente desfavorable.
- * Aprende a soportar lo insoportable...
- * Mantenerse en la vida, sin quiebras ni claudicaciones, es una actitud que exige mucho amor.
- * El que ama de verdad en esta tierra, no lo pasa bien.
- * Jesús nos demostró que la última palabra de la vida no es el dolor, ni el sufrimiento. Detrás del dolor y de la cruz, está la liberación, la salvación, la resurrección y la vida.
- * Jesús vence el dolor y la muerte sufriendo y muriendo. Aceptándolos con paz y con sentido, y sobre todo, viviéndolos con un infinito amor a su Padre Dios y a los hombres...
- * Se llega a sabio cuando uno se vacía...
- * MORIR Y RESUCITAR CON CRISTO:
 - compartimos EL PAN con Jesús (= lo cotidiano),
 - compartimos LA CRUZ con Jesús (= el dolor y la muerte),
 - compartimos LA VIDA NUEVA con Jesús (= la fiesta y el gozo).
- * En la muerte lo perdemos todo; nos quedamos sin nada... En la muerte lo encontramos todo. Encontramos AL TODO....
- * Mantenerse en la vida cotidiana sin quiebras ni traiciones, es una actitud que supone mucho amor y mucho valor...
- * El que ama de verdad, sufrirá bastante... Pero el que no acepta sufrir, sufrirá mucho más...
- * “Para venir a gustarlo todo, no quieras tener gusto en nada. Para venir a poseerlo todo, no quieras poseer algo en nada. Para venir a serlo todo, no quieras ser algo en nada. Para venir a saberlo todo, no quieras saber algo en nada.”
(S. Juan de la Cruz, *Subida, I, cap. 13,11*).

- * Indicios de que se tiene todo:
“En esta desnudez halla el alma espiritual
su quietud y descanso,
porque, no codiciando nada,
nada le fatiga hacia arriba,
y nada le oprime hacia abajo,
porque está en el centro de su humildad.
Porque cuando algo codicia,
en eso mismo se fatiga.”
(S. Juan de la Cruz, Subida, I, cap. 13,13).

- * El que ama, quiere parecerse al amado...
El “padecer con...” es una buena prueba de amor..

- * “La tercera manera de humildad (tercer grado de amor)
es humildad perfectísima: es a saber:
siendo igual alabanza y gloria de la divina majestad,
por imitar y parecerse más actualmente a Cristo nuestro Señor,
quiero y elijo
más pobreza con Cristo pobre que riqueza,
oprobios con Cristo lleno de ellos que honores,
y desear más ser estimado por vano y loco por Cristo,
que primero fue tenido por tal,
que por sabio ni prudente en este mundo.”
(S. Ignacio de Loyola, EE. 167).

La verónica dio la cara por ti

La verónica dio la cara por ti, Jesús, cuando el pueblo te condenaba. Tus amigos, cobardes, huían antes de ser descubiertos como tus elegidos. Las autoridades estaban satisfechas por haber conseguido condenar a un perturbador del pueblo y a un blasfemo.

Cuando todos te condenaban, cuando todos estaban contra ti, la verónica salió de en medio del gentío a secarte tu rostro ensangrentado.

Es duro encontrarse solo, en medio de la condena de todos, humillado, condenado y cargado con los maderos de la cruz de su martirio. Como Isaac cargaba con la leña para su propio sacrificio, así tú, hoy, con la cruz de tu sacrificio. Pero él iba acompañado por Abrahán, su padre, y además ignoraba que él mismo sería la víctima. Sólo tú, en este mundo, cargó con su propia cruz camino de su calvario, esperando, y temiendo, ser crucificado.

En tu subida camino del calvario, entre las fauces de las fieras que ansiaban devorarte, surgió una mano suave, un llanto, una ternura envuelta en la compasión de su corazón roto: la verónica, con un lienzo entre sus manos para aliviar tu agotamiento y tu soledad.

Ella, la verónica, rompió el pudor, la cobardía, el respeto humano, y se acercó, como un rayo de luz suave, a limpiar las mejillas ensangrentadas de Jesús, como el mejor de sus amigos

¡Qué alivio..., qué descanso cuando se encuentra una caricia, una voz compasiva entre gritos de condena, y zancadilla que te tiran por tierra...!

La verónica se separó del pueblo, Jesús, arriesgó su fama, se destrozó su alma hasta que consiguió poner su lienzo blanco y sus manos blandas en tu rostro, enjugando tus lágrimas y el sudor frío de tu sangre.

Ella, una mujer del pueblo, desconocida y corriente, dio su fama, su amor, su vida..., todo lo que tenía, por ti... Se entregó toda ella en busca tuya, para suavizar tu camino de la cruz, se brindó a ofrecerte un alivio, un descanso, una mirada amiga.

Y al enjugar tu rostro, Jesús, al poner sus manos en tus mejillas, se llevó impreso tu rostro en su lienzo blanco. Así te llevó, como un tesoro, como una reliquia viva... Se llevó tu mirada, tu sudor, tu sangre, tu aliento..., tu vida. Sintió que en el lienzo llevaba grabado, como un sello vivo, latiendo entre sus pliegues tu rostro misterioso...

Nerviosa, cargada de intensa emoción, valiente, volvió a su casa, no sabiendo exactamente dónde te llevaba, si entre sus manos, si impreso en su lienzo o grabado en su corazón.

Toda ella, Jesús, quedó sellada por tu presencia fuerte, intensa, como ocurre en la última hora donde todo se acentúa. Quedaste impreso en su mente, en su mirada, como una imagen viva. Dejaste tu rostro, tu mirada, tus heridas, impresas en su mente y en su espíritu. Como el mejor relieve tallado por un experto escultor, grabaste a fuego en su alma tu imagen para siempre.

Pero sobre todo, Jesús, quedaste tatuado en su corazón. La verónica sentía latir su corazón a otro ritmo. Tu corazón latía en el suyo. Eres tú quien vibraba en su alma. Como quien se vive fuera

de sí, en su amado..., como quien siente que otro respira en su alma... Ella te llevó impreso en su corazón Su amor ardía por ti, sentía tu dolor en sus venas, se rompía su alma de compasión y su corazón sangraba por ti.

La verónica dio la cara por ti, Jesús, y tú diste tu vida por ella. Se la diste antes de llegar al calvario. Ya empezó ella a vivir en ti, o tú en ella, que es más claro y más verdad, desde ese momento en que en un abrazo arriesgado y desgarrador, limpió con su lienzo tu rostro...



Con él me muero yo.

Con él me muero yo porque no es vida el egoísmo y el pecado. Por vivir, muero yo, para vivir en ti, que muerto en la carne, vives para siempre.

Con él me voy muriendo yo a lo largo de mis días y mis noches, en mis trabajos y descansos... Muero a mi nombre, a mi prestigio, a mi historia, a mi futuro...

Con él quiero vivir por dentro, en lo oculto, en el origen de la vida, en tu Espíritu.

En Jesús me muero una vez y continuamente, porque nunca acaba uno de morir de golpe a nada... Ni a mí mismo, ni al buen nombre, ni a mi historia pecadora... En él me quiero morir yo, recostado, junto a él, que muere en tierra. Con él, que me seduce... Con él que aviva mi fe, con él que me llena de su presencia cuando muere.

Con él quiero morirme, poco a poco, lentamente, sin estridencias, como una luz cuando se diluye en la sombra, como un montón de nieve se disuelve sin dejar huella.... Con Jesús quiero morir yo, poco a poco, apagando mis estridencias, mis falsas y frías caras. Con él quiero morir y derretirme al calor de su amor de fuego, y desaparecer disuelto, muerto...

Con Jesús me muero a mis años, como cuando tenía quince años..., porque Jesús es el mismo y yo también, pero con nuevos caminos y viejos desvíos... Con Jesús quiero morir este año. esta semana, este instante. Con Jesús me muero hoy, aquí y ahora, dejando atrás mi pasado, y dejado para mañana el futuro.

Con Jesús me muero yo, gritando de dolor, cuando se encoge mi corazón y mi cuerpo sangra, cuando la tristeza me embarga, y se consume mi alma entre lágrimas. Con él, con su dolor y sus clavos, con su corona y azotes, con su cruz y con su calvario. Con él me quiero morir yo y entregar mi última gota, vertida junto a la herida abierta en la lanzada.

Con Jesús quiero aprender a morir en el dolor. No cuando elijo yo mi muerte, mi sacrificio, sino cuando aparece de sorpresa. Cuando es incomprensible, irracional. Cuando no entiendo por qué tanto sufrimiento, ni tanto dolor en el mundo.

Con él quiero aprender a morir a mis propios sufrimientos, a soportar lo insoportable... Así quiero vivir el misterio incomprensible y absurdo, pero misterio, del destino del dolor que tenemos todos los hombres.

Con él me muero en silencio... Porque, al final, todo acabó en silencio. Los apóstoles, los soldados, los políticos, los sumos sacerdotes y el pueblo. Todos, absolutamente todos enmudecieron. Al final, tú también te quedaste en silencio, para que nos hablase tu cruz, tu muerte. La muerte, que solo ella, con su presencia, es más elocuente que todos los sabios de esta tierra.

Tú, tu muerte, en silencio... Contigo quiero aprender a morir en silencio cada día y cada noche. El día y la noche es lo más parecido a la vida y a la muerte. Es como un ensayo diario Aprender a morir cada noche. Cuando todo se apaga, cuando las palabras callan, cuando la soledad se acentúa.

La noche, en su silencio y soledad, es proximidad de la muerte. Contigo me quiero morir, en silencio, cada noche... Despojado de todo, en soledad serena y oscura. Así, cada día se hará presente mi eterno y definitivo descanso, reclinado en tus brazos...

Cuando en silencio muero cada día y cada noche, en mi hogar, entre mis amigos, en mi quehacer diario, estoy haciendo un ensayo de lo que un día, o una noche, sin apenas notarlo, será eterno y definitivo: mi muerte y mi resurrección a la VIDA.



Textos Bíblicos

- * *“Dios mío, Dios mío,
¿por qué me has abandonado?
A pesar de mis gritos, mi oración no te alcanza.
Dios mío, de día te grito y no respondes,
de noche, y no me haces caso;
aunque tú habitas en el santuario, esperanza de Israel.”
(Sal 21, 2-3).*

- * *“¡Y con todo eran nuestras dolencias las que él llevaba
y nuestros dolores los que soportaba!
Nosotros le tuvimos por azotado, herido de Dios y humillado.
El ha sido herido por nuestras rebeldías,
molido por nuestras culpas.
El soportó el castigo que nos trae la paz,
y con sus cardenales hemos sido curados.”
(Is 53, 4-5).*

- * *“Y la esperanza no falla, porque el amor de Dios
ha sido derramado en nuestros corazones
por el Espíritu Santo que nos ha sido dado.
En efecto, cuando todavía estábamos sin fuerzas,
en el tiempo señalado, Cristo murió por los impíos;
-en verdad apenas habrá quien muera por un justo;
por un hombre de bien tal vez se atrevería uno a morir-;
mas la prueba de que Dios nos ama es que Cristo,
siendo nosotros pecadores, murió por nosotros.”
(Rom 5, 5-8).*

- * *“Tened entre vosotros los mismo sentimientos que tuvo Cristo:
El cual, siendo de condición divina,
no retuvo ávidamente el ser igual a Dios.
Sino que se despojó de sí mismo
tomando condición siervo
haciéndose semejante a los hombres
y apareciendo en su porte como hombre;
y se humilló a sí mismo,
obedeciendo hasta la muerte y muerte de cruz.
Por lo cual Dios le exaltó
y le otorgó el Nombre que está sobre todo nombre.
Para que al nombre de Jesús
toda rodilla se doble
en el cielo, en la tierra y en los abismos.”
(Filp 2, 6-11).*

Otros textos:

- Is 50, 4-7.
- Is 52, 14
- Is 53, 3-5.

La cruz es más que cruz

- La cruz sólo fue eso, una cruz,
dos maderos cruzados,
para clavar a un hombre,
para crucificar a Jesús...
- La cruz, sólo fue eso, una cruz,
un peso, una dura carga,
un dolor, una afrenta,
una terrible pasión de Jesús...
- La cruz, sólo fue eso, una cruz,
un largo madero
clavado en tierra,
atravesando el cielo,
suplicando misericordia...
- La cruz, sólo fue eso, una cruz,
un madero horizontal,
abrazando al mundo
de izquierda a derecha,
amando desde su cruel inmovilidad...
- La cruz, sólo fue eso, una cruz,
levantada en tierra,
atrayendo la mirada dolorosa
de todo hombre,
elevando una esperanza al cielo...
- La cruz, sólo fue eso, una cruz,
donde fue crucificado Jesús,
donde los hombres crucificamos
nuestra muerte y nuestro dolor...
- La cruz fue más que cruz...,
fue nuestra salvación
porque en ella, crucificado,
encontramos a nuestro Dios,
por amor a nuestra cruz...
- La cruz es más que cruz...,
es aliento, es gozo...,
es liberación, es esperanza...,
- Para nosotros, los amigos de Jesús,
la cruz es más que cruz...,
para nosotros..., la cruz es Jesús...

Reflexión personal

Vayamos y muramos con él....

1. ¿Qué significa la muerte en mi vida de cada día?
2. ¿Siento mi muerte?
3. ¿Vivo la proximidad de mi muerte?
4. ¿Cómo se va manifestando la muerte en mi vida?
5. ¿Muerte en mi nivel físico-corporal?:
 - ¿enfermedad?
 - ¿cansancio?
 - ¿debilidad?
 - ¿incapacidades?
 - ¿vejez?
6. ¿Muerte en mi nivel emocional-afectivo?:
 - ¿soledad?
 - ¿incomprensiones?
 - ¿vacío?
 - ¿falta de cariño?
 - ¿marginación?
 - ¿me ignoran los demás?
 - ¿no me atienden ni se preocupan de mí?
7. ¿Muerte en mi nivel mental y espiritual?
 - ¿desolación?
 - ¿pérdida de facultades?
 - ¿desconcierto?
 - ¿falta de memoria o de capacidades?
 - ¿abandono de Dios?
 - ¿humillaciones?
 - ¿complejos?
 - ¿desprendimiento de todo?
 - ¿inutilidad de mi vida?
 - ¿falta de sentido u orientación?
 - ¿fallos, limitaciones y pecados?
8. ¿Cómo me sitúo yo ante estas manifestaciones de la muerte?
 - ¿Las acepto?
 - ¿Las rechazo?
 - ¿Me desespero?
 - ¿Procuro sobrellevarlas con paciencia y humildad?

9. Como fue la vida, así es la muerte...
Los egoístas..., mueren como egoístas...
Los peregrinos..., mueren como caminantes...
Los santos..., mueren como santos...

Contemplando la cruz de Jesús

Hoy, para rondar la puerta
de vuestro santo Costado,
Señor, un alma ha llegado
de amores de un Muerto muerta.

Que si la lanza, mi Dios,
el corazón pudo herir,
no pudo el amor morir,
que es tan Vida como Vos.

Mas, porque la lanza os cuadre,
un fiel peregrino dijo
que, a no haber puerta en el Hijo,
¿por dónde se entrara al Padre?

Vuestra Madre fue mi Estrella,
que, siendo «huerto cerrado»,
a vuestro abierto Costado
todos llegamos por Ella.

Lope de Vega

Textos Bíblicos

- * *“Ahora me alegro por los padecimientos que soporto por vosotros, y completo en mi carne lo que falta a las tribulaciones de Cristo, en favor de su cuerpo, que es la Iglesia.”*
(Col 1, 24).
- * *“En cuanto a mí, ¡Dios me libre de gloriarme si no es en la cruz de nuestro Señor Jesucristo, por la cual el mundo es para mí un crucificado y yo un crucificado por el mundo!”*
(Gal 6, 14).
- * *“Pues si la predicación de la cruz es una necesidad para los que se pierden; pero para los que se salvan -para nosotros- es fuerza de Dios.”*
(1Cor 1, 18).
- * *“Alegraos en la medida en que participáis en los sufrimientos de Cristo, para que también os alegréis alborozados en la revelación de su gloria. Dichosos de vosotros si sois injuriados por el nombre de Cristo, pues el Espíritu de Gloria, que es el Espíritu de Dios, reposa en vosotros.”*
(1Pe 4, 13-14).
- * *“Pues para esto habéis sido llamados, ya que también Cristo sufrió por vosotros, dejándonos ejemplo para que sigáis sus huellas.”*
(1Pe 2, 21).

Otros textos:

- 2Cor 4, 10-11.
- 1Pe 4, 1-2.
- Heb 13, 12-15.

Madre de Cristo muerto

Madre nuestra, es duro y desgarrador
ser madre de un ajusticiado... Y tú
fuiste la madre de un condenado a muerte.

La espada de dolor, que empezó a clavarse
poco a poco..., día a día...
acabó en tu corazón... ese viernes,
junto a la cruz...,
la misma tarde que Jesús murió...

Siempre estuvo a tu lado el dolor,
el desgarrón, la soledad...
Tú fuiste,
paso a paso..., día a día...,
acompañando a Jesús en su dolor,
en su camino hacia la cruz...

Ahora, al final...,
cuando la historia de Jesús
podía haber sido un triunfo...,
ahora..., al final...,
eres la madre de un condenado a muerte,
eres la madre de Cristo muerto...

En el calvario fuiste crucificada
con tu hijo Jesús...,
pero tú llevaste la cruz
solo en tu corazón,
que es donde se vive el dolor...

Madre nuestra, allí te dejó Jesús
al cuidado de nosotros...
Desde allí empezaste a ver a Jesús,
en Juan, en Pedro...
y en cada uno de nosotros...

Madre nuestra, en tu soledad y desconsuelo,
déjanos acercarnos
hoy..., aunque solo sea hoy...,
a estar junto a tu Cristo muerto,
llorando tu mismo llanto...,
amado tu mismo amor...,
compartiendo tu misma espada de dolor..

Como ellos ayer,
queremos hoy volverte a mirar nosotros,
a tenerte entre nosotros,
a sentirnos cerca de ti,
en nuestras cruces
y en nuestros calvarios...

Madre nuestra, nos gustaría quererte
como te quiso Jesús...

Nos gustaría tenerte cerca
como te tuvo Jesús

Nos gustaría morir,
contigo a nuestro lado,
como murió Jesús...

Ejercicio 14

Contemplación de la cruz de Cristo

Yo: crucificado con Cristo

*“En efecto, yo por la ley he muerto a la ley,
a fin de vivir para Dios,
con Cristo estoy crucificado y vivo, pero no yo,
sino que es Cristo quien vive en mí.”*
(Gal 2, 19-20).

ASIMILACIÓN A LOS SUFRIMIENTOS DE CRISTO...

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...

2. Mirar mis sufrimientos... en todos los aspectos y niveles...: en el nivel corporal..., en el nivel emocional y afectivo..., en mi trabajo y tareas diarias..., en la convivencia...

- Vivir los que ahora me afecten más...
- Caemos en la cuenta de nuestra cruz...,
de nuestra cruz de cada día...
- ¿Cómo la vivimos?: ¿nos cuesta?
¿nos duele?
¿la rechazamos o la aceptamos?
¿Nos quedamos solo con lo molesto de la cruz?

3 MIRAR A JESÚS CRUCIFICADO

- Contemplar la cruz y Jesús crucificado en ella...
Penetrar en su corazón...
Caer en la cuenta de sus sufrimientos en todos los niveles...
 - dolor físico, desgarrador...
 - incomprensión, burla...
 - abandono, humillación...
 - soledad...
- Dejarme invadir por Jesús crucificado...
Jesús en su cruz, asumió nuestro dolor..., nuestra cruz...

4. Tratar de identificarme con él..., de asimilarme a los sufrimientos de Jesús...

5. Desde esa vivencia de asimilación de Cristo crucificado...,
mirar mis propios sufrimientos, mis propias cruces....,
vivir y aceptar mis sufrimientos y mis cruces junto a Cristo...
6. Silencio..., serenidad..., adoración a Jesús clavado en cruz...

Oración: *Tu cruz, Jesús, alivia mi cruz...*

Tu cruz, Jesús, alivia mi cruz...

Tu cruz, Jesús, alivia mi cruz...

Señor, mi cruz me resulta una carga pesada,
me duele, no la quiero...,
la rechazo...,
a veces me aplasta demasiado...

Jesús, me aburre la soledad, mi desolación...,
no acepto mis miserias, la humillación,
no quiero el fracaso, ni el dolor físico...
Señor, me aplasta mi cruz...

Jesús, tu cruz, alivia mi cruz...

* * *

Jesús, tú, en la cruz clavado,
coronado de espinas,
atravesado por la lanza,
a merced del juego y de la indiferencia,
condenado a muerte...,
insultado..., y clavado en cruz...

Jesús, tu cruz alivia mi cruz...

* * *

Jesús, tú no elegiste la cruz ni la querías...,
también a ti te costó aceptar y
sufrir tu cruz...,
por eso orabas al Padre...,
“si es posible pase de mi este cáliz...”
pero aceptaste tu cruz, tu incomprendible cruz,

Por eso, Jesús, tu cruz alivia mi cruz...

* * *

Jesús, enséñame a vivir mi cruz...,
a descubrir los pequeños sufrimientos...
 las pequeñas espinas...,
 los clavos, la lanzada...,
 los azotes..., la burla...,
 las pequeñas humillaciones...
enséñame a ver mi cruz...,
el misterio de mi cruz...

Jesús, enséñame a vivir mi cruz...
el misterio de mi cruz, junto a tu cruz...

Jesús, tu cruz alivia mi cruz...
tu cruz convierte mi cruz en salvación...
en vida, en fuente de resurrección...

Jesús, enséñame a descubrir y a vivir mi cruz...
porque tu cruz, Jesús, alivia mi cruz...,
y así, un día, mi cruz aliviará tu cruz...

Tu cruz, Jesús, alivia mi cruz...

Ejercicio 15

Jesucristo: salvación plena

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...

2. Mirar hacia dentro de mí...

- Caer en la cuenta dónde tengo puestas mis esperanzas:

de convivencia...,
de trabajo...,
de aspiraciones y proyectos...,
de añoranzas y deseos...
de personas..., familia o comunidad...,
de actitud ante los demás...
de éxito..., eficacia... que espero en mis trabajos y empresas...

- Todas las expectativas presentes y futuras...

- Darle rienda suelta a todas esas expectativas,
y alimentar el deseo de saciarlas...

3. Penetrar más dentro de mí y...

caer en la cuenta de la presencia de Jesús dentro de mí,
de su Espíritu...

Jesús: salvación,	plenitud,
amor,	cariño,
ternura,	mansedumbre,
comprensión,	gozo,
luz,	alegría,
liberación,	verdad,
vida plena...	

4. Sentir su presencia...

la plenitud de Jesús salvador...
que supera y da plenitud a todas mis aspiraciones...

5. “El Señor es mi luz y mi salvación...”

“Mi salvación eres tú, Jesús...”

- Repetir, desde el corazón, alguna de estas u otras invocaciones...

La Pascua en mi vida

- * Toda mi vida es una PASCUA...
o mejor, la PASCUA es: toda mi vida...
- * Hay momentos puntuales donde se hace más intensa,
más fuerte,
más luminosa...
- * Pero son siempre como cimas de una escalada,
como picachos de una cresta,
como instantes sueltos de un trozo largo de tiempo...
- * Y a veces, son como el inicio de otra nueva escalada...
- * Pero..., ¿qué es la PASCUA?
MI VIDA... Ya lo he dicho. Mi vida que crece...
que se desarrolla...
que va más allá de donde está...
- * Por eso, hay como tres aspectos esenciales que la constituyen:
Dejar algo...
Buscar otra cosa...
Encontrar algo nuevo...
- * Y eso en todo: en lo grande y en lo pequeño...,
en lo importante y en lo trivial...,
en lo profundo y en lo superficial...
- * En el PASO, puede haber lo mismo dolor que alegría,
que son siempre buenos compañeros de camino...
- * Por eso, LA PASCUA tiene siempre tres aspectos:
1. Un punto de partida: dejar algo...
2. Una travesía, un camino: buscar otra cosa...
3. Un punto de llegada: vivir la novedad de algo...
- * Siempre será PASO de algo antiguo > a algo NUEVO...

1. UN PUNTO DE PARTIDA: Dejar algo...

Es como estar siempre comenzando algo...
Es como estar siempre dejando atrás algo...
Es estar siempre mirando hacia adelante...
Es estar siempre saliendo de mi tierra y de mis cuatro paredes...
Es como seguir hondamente un impulso desde donde estoy ahora...
Es darme cuenta de que lo que vivo no basta,
no es suficiente, y debo seguir la ley suprema de toda vida:
CRECER Y DESARROLLARSE...

Este puede ser el punto de partida...
Sería oportuno fijarte en casos concretos de tu vida diaria donde
ejercitarlo..., y vivirlo...

2. LA TRAVESÍA: Buscar otra cosa caminando...

Luego viene EL CAMINO...
Es duro, casi siempre...
Dejar algo donde uno está instalado
y SALIR a la aventura... es duro y arriesgado...
Cuesta y se vive... inseguridad,
inclemencias,
incomprensiones,
oscuridad,
dudas,
dolor,
soledad,
desamparo,
lágrimas,
despojo,
desprendimiento,
vacío,
... ..

Quizás también: alegría,
esperanza,
ilusión,
gozo,
sensación de novedad,
aventura,
constancia,
fortaleza,
tesón,
satisfacción,
... ..

Es CAMINAR, siempre buscando algo que sacie tu hambre
y tu sed...

3. Por último, LA META: el punto de llegada...

Es lo que buscaba..., pero sobrepasado...
Es lo que deseaba...
Es la tierra prometida...
Es la posesión de lo NUEVO...
Es algo desconocido pero familiar...
Es como la sensación de haber llegado a algo...
Es la sensación de haber cumplido una etapa...
Es como pisar tierra nueva...
Es vivir la creatividad de algo añorado por el alma...

Es la alegría del tesoro descubierto...
Es el verdor de la primavera...
Es la luminosidad del amanecer después de la noche...
Es el sabor de un vino nuevo...
Es la sonrisa del amado...
Es la plenitud de lo simple y de lo real...
Es recibir “la añadidura” de todo lo demás...

* Pero esta META, aquí en la tierra, nunca es definitiva...

* Será de nuevo PUNTO DE PARTIDA, para volver a empezar de nuevo,
la rueda de la PASCUA,
la rueda de mi vida,
la vida creativa, día a día,
la gestación de una nueva vida,
el nacimiento de un ser siempre en crecimiento y en desarrollo...

* Por eso LA PASCUA, mi pascua, es mi vida...
o mejor, MI VIDA ES UNA CONTINUA PASCUA...,
donde, UNIDO A JESÚS,
paso de la muerte a la vida,
del dolor al gozo,
de la oscuridad a la luz,
de mi yo pequeño al Yo profundo,
donde late la misma vida de Dios:
“Vivo yo, pero no yo,
es Cristo quien vive en mí.”

* Por eso mi PASCUA
es la de Jesús, vivida en mi cuerpo, en mi mente y en mi corazón...
es la misma que vivió Jesús,
pero hecha realidad en mis circunstancias concretas...

* Hoy Jesús se hace presente en mi vida a través de esa PASCUA
vivida en cada anochecer y amanecer...

* No puedo vivir ninguna de estas experiencias sin sentir
que Jesús es el que desde dentro me está impulsando a vivir,
me está impulsando a morir para, de nuevo,
volver a vivir una vida siempre más llena,
más profunda,
más real,
más luminosa,
más transparente,
y, sobre todo, más llena de la presencia SALVADORA de Jesús,
y de su ESPÍRITU que me impulsa radicalmente hacia el Padre...

* Así mi PASCUA es diaria...,
de todos los días,
de cada instante,
de cada situación...

en la que impulsado, desde dentro,
tiendo a superarme...
a ir más allá de mí mismo,
a ir muriendo y resucitando...
a vaciarme de mí
para abrirme, de par en par,
a la acción del Espíritu de Cristo Jesús.

* Así mi PASCUA es la PASCUA DEL MISMO JESÚS,
prolongada y hecha eficaz en mi vida, aquí y ahora...

4

“Yo soy la resurrección y la vida...”



¡Ha resucitado!

Muy temprano, al amanecer, esas santas mujeres salen hacia el sepulcro de Jesús. Es un impulso de amor entrañable, de tristeza, de pena, porque Jesús, después de su terrible pasión, fue sepultado.

No se elige ir al sepulcro. Sigue uno obediente al corazón destrozado que nos lleva cerca del amado muerto y sepultado. Ahí van, con lágrimas en sus ojos, con su corazón encogido, con añoranza de Jesús...

También tú puedes ir al sepulcro cada mañana a buscar a Jesús, con perfume y ungüento, para embalsamar al crucificado. Jesús estaba muerto, sepultado y sellado en tierra con una gran piedra en la entrada del sepulcro.

Ahí está Jesús. Ahí lo dejaron ayer precipitadamente porque era fiesta y no había tiempo para cuidar los detalles de la sepultura. Por eso, muy de mañana, con su corazón entristecido, con lágrimas en sus ojos, iban camino del sepulcro... Sus labios enmudecían porque su mente estaba aturdida de tantos recuerdos tristes de una noche siniestra, de un calvario, donde Jesús, su amigo, había sido víctima del fanatismo, de la injusticia y del odio.

No había lugar más que para la tristeza, el miedo a los judíos, y la desilusión... ¡Ha terminado todo tan mal...! Nadie podía imaginarse hace una semana que Jesús acabaría en una cruz, en medio de dos malhechores, condenado por su pueblo, por sus jefes religiosos y por los hombres cultos... Ya todo ha terminado, sin lugar a la esperanza... Sólo nos queda la resignación..., absurda resignación ante el fracaso...

Así iban camino del calvario, llorando su pena, sin Jesús entre ellas, a volcar su recuerdo y sus lágrimas sobre el cuerpo muerto de Jesús.

Así lloramos muchas veces nosotros a un Jesús muerto en nuestra vida, añorando una historia pasada donde vivió y llenó espacios y trabajos, ilusiones y sueños... ¡Qué triste es la vida cuando Jesús muere en nuestro corazón y desaparece entre cruces y condenas, entre sufrimientos y burlas...! ¡Tan fácil es perder hoy a Jesús como fue ayer asistir a su muerte en la cruz! Ayer se lo comió el odio, el fanatismo religioso, la ceguera, el corazón torcido... Hoy también es fácil que nos quite a Jesús nuestra ceguera, nuestro fanatismo, nuestro corazón torcido, nuestro egoísmo o nuestra vida superficial y vacía...

Hoy podemos, cada mañana, seguir acompañando a esas mujeres que iban camino del sepulcro a embalsamar a Jesús muerto, y perfumar el recuerdo de un Jesús abandonado por el miedo y la cobardía.

Así, sin más ilusión y esperanza. Porque la promesa de resurrección ni asoma a su mente... No cabía en sus recuerdos... Vivían a un Jesús muerto y bien muerto, y sepultado sin más. Buscaban a un Jesús sepultado, detrás de la piedra que cerraba el sepulcro.

Al acercarse, sintieron que algo raro estaba ocurriendo. Se acelera su paso y su corazón golpea asustado, entre el temor, la angustia y las lágrimas por Jesús.

Un ruido, una conmoción... Un impulso del cielo está rompiendo la tierra, abriendo sus entrañas para que de las piedras rotas de una tierra muerta brote un cielo nuevo, una vida sin muerte, una carne limpia, un cuerpo transparente, una luz divina, un aliento de fuego... La fuerza del cielo, rompiendo la estrechez de la tierra. Una vida definitiva venciendo a la muerte. Una luz divina, acabando con la noche oscura de la ceguera... Todo es nuevo en ese Jesús muerto y resucitado...

Todo es nuevo y distinto. No es una resurrección como la de Lázaro. Este volvió a la misma vida que tenía antes. Jesús no. Jesús abrió las puertas de una VIDA que culmina la plenitud soñada. El era el primero, el único que con la fuerza de su amor, de su entrega, de su vaciamiento y muerte absoluta, venció lo negro de nuestra vida, venció el dolor y la muerte. Con su amor y su entrega asumió toda nuestra miseria y dolor, rebajándose hasta lo más bajo del hombre. Se enterró en lo profundo de la tierra humana y ahora, desde ahí..., RESUCITA, desvela el misterio del hombre, el regalo pleno del cielo que aún estaba por revelar.

Jesús es la plenitud de la salvación, del plan de Dios sobre los hombres. En Jesús resucitado, Dios acaba de decir su última palabra al hombre. La vida no es la muerte. La vida es atravesar la muerte, asumir el dolor y la miseria humana..., y esperar contra toda esperanza. La vida es la otra cara de la muerte. Sólo hay que darle la vuelta y encontrar en la cruz a Jesús resucitado.

Jesús resucitado es la plenitud de lo que Dios quiere hacer con cada uno de nosotros. Jesús es el primero, el origen, la fuente de la VIDA NUEVA, la definitiva. El es la revelación de Dios que nos hace transparente el cielo y el amor de Dios. Es la posibilidad de empezar a vivir nosotros esa primicia de la resurrección. Jesús nos contagia su suerte, su destino. Jesús ha venido a decirnos la última Palabra de Dios. El es esa última Palabra. Por eso, nos asume, nos identifica con El y nos transforma en El. Somos uno con El.

En Jesús resucitado se desvela el secreto de esta vida triste, oscura y angustiosa. Así no es la definitiva. Así sólo aflora la desesperación, el dolor y la muerte. Jesús resucitado nos enseña el misterio último del amor de Dios y del sentido pleno de nuestra existencia.

Jesús asume el dolor y la muerte, y atraviesa más allá de la humillación y la agonía..., hasta desvelar detrás la fuerza de una vida definitiva y luminosa, gozosa y auténtica, sólida y fraternal...

Es el hombre nuevo..., el definitivo, el que quisiéramos vivir ya todos nosotros, el que añoramos y buscamos en medio de este valle de lágrimas...

Es el hombre nuevo, el corazón nuevo que empezó a latir en aquellas mujeres al ver que todo había cambiado en el sepulcro de Jesús. *“No os asustéis. Buscáis a Jesús, el crucificado... Ha resucitado.”*

No cabía en su mente lo que estaba viviendo su corazón. Una comunión, un llanto de gozo, un sueño, una alegría inundando su alma... Todo su cuerpo sintiendo y vibrando la presencia de una fuerza nueva.

Sentían que algo nuevo estaba invadiendo su espíritu, su alma. Todo empezó a cambiar: sus ojos, sus sentimientos, sus recuerdos, las hierbecillas del camino, su rostro, sus pensamientos, sus fracasos, sus vacíos, sus... ¡Todo cambió de golpe.... Como si una presencia intensa les embargase todo su ser. ¿Era el cielo? ¿Era la tierra? ¿Era el cielo en la tierra..., o la tierra en el cielo...? Algo nuevo sentían dentro de sí...

Surgió el recuerdo de Pedro, de Juan, de Santiago..., de todos. Todos se agolparon de pronto como si todos les perteneciesen, como si fuesen uno, como si esa presencia anudase en comunión a todos los amigos. Todos somos uno en la presencia viva de Jesús, todos somos amigos, todos somos hermanos...

Así sintieron un gran impulso de avisar enseguida, anunciar corriendo que Jesús vive... ¡Ha resucitado...! El sepulcro está vacío...! ¡Jesús está vivo...! ¡Vive...! Pero... ¡Qué distinto...! No como antes. Ahora lo sentimos dentro... Lo sentimos latir en nuestro corazón, llenar nuestros pensamientos, ablandar nuestra mirada... Ahora sentimos su fuerza y su espíritu en nuestra alma. ¡Jesús vive...! Sí, lo sentimos, lo experimentamos..., lo vivimos.

Es el convencimiento del amor, es la seguridad del corazón, es la fuerza de la fe. ¡Jesús vive! Lo sentimos y lo vivimos en el amor que vibra en nuestros corazones, lo experimentamos en la corriente de unidad y comunión que sentimos con los demás... *“Amaos los unos a los otros como yo os he amado.”* No puede ser de otra manera. Está presente anudando nuestra comunión. Es el amor que nos envuelve y nos amasa en unión con El, fundidos todos al calor de su amor y de su Espíritu.

Estas santas mujeres fueron los primeros testigos de la resurrección. Se les notaba. Habían cambiado del todo. Son otras. Distintas de las timoratas y tristes que iban camino del sepulcro. Han cambiado por dentro y por fuera. Porque lo que vivimos por dentro se irradia por fuera. Nuestro rostro es espejo del alma. A estas mujeres se les nota que la vida nueva de Jesús resucitado les ha transformado por dentro, y por eso gritan, corren, cantan, hablan o callan..., pero con otra esperanza, con otra fuerza, con otra luz... Van irradiando la presencia de Jesús resucitado, la fuerza del Espíritu de Jesús que inunda su alma. Son testigos de Jesús resucitado. ¡Jesús ha resucitado! Esa es nuestra fe, nuestra vida, nuestra esperanza. Eso es lo que sentimos, experimentamos y vivimos...

Y así, estas santas mujeres fueron los primeros eslabones de una cadena infinita de testigos de la resurrección de Jesús ¡Cristo vive...! Así lo expresa y lo irradia una vida llena de Jesús vivo, de un Jesús que palpita y vibra en el corazón de todo discípulo fiel..., de toda persona enamorada de Jesús...

Hoy, nosotros queremos ser un eslabón más de esa cadena. Jesús es la vida, la plenitud de Dios que nos abre el camino hacia la vida verdadera y nos da el agua viva que salta hasta la vida eterna. En El aprendemos a vivir y a morir, a sufrir y a gozar, a servir y amar a los demás, pero desde la solidez de una vida en el Espíritu... Jesús es, pues, la resurrección y la vida, el amor y la fraternidad, la esperanza de una vida totalmente transformada.

* * * * *

¿Ha resucitado Jesús para ti?

Tú sabrás si Jesús está vivo para ti o aún está en el sepulcro... Sólo tú puedes saber si Jesús ha resucitado en tu vida. Es verdad que sabemos que ha resucitado. Así lo leemos en los evangelios, y nos lo cuentan otros. Pero otra cosa es creerlo, sentirlo, experimentarlo y vivirlo.

Muchos cristianos siguen hoy yendo, después de veinte siglos de historia, al sepulcro a cuidar a un Jesús muerto. Van con flores y perfumes a buscar a un Jesús muerto que cuidan y adornan, pero que sigue allí muerto y sepultado porque no aparece en sus vidas y en sus trabajos, en su

convivencia y en su oración... Porque aún siguen tristes y con miedo, con sus egoísmos y con su autosuficiencia... A esos cristianos aún les queda por descubrir lo más esencial de su cristianismo: a un Jesús vivo, a un Jesús resucitado que les llene y les transforme sus vidas desde dentro y los salve del dolor, del temor y de la muerte. Esa es nuestra fe.

No se trata de saber de memoria, sino de un saber gustado y sentido, de un convencimiento vivencial que llega hasta el fondo del alma y cambia, transforma toda la existencia de una persona. Así cambiaron las mujeres al vivir la experiencia de Jesús resucitado. Ellas sintieron una conmoción y una transformación porque Jesús vivía en su corazón y en su alma. Es una experiencia tan personal e intransferible que solo viviéndola nos llena y nos vivifica.

Somos, pues, eslabones de una infinita cadena de testigos de Jesús resucitado. Hoy sentimos el gozo de ser discípulos de Jesús, sentimos la alegría inmensa de vivir una vida apoyada y transformada por la presencia viva de Jesús. Hoy sentimos que el egoísmo, el dolor y la muerte no tienen la última palabra de nuestra existencia. La última palabra es la vida de Jesús en nosotros, el hombre nuevo que continuamente nace y crece, abriéndonos a la esperanza, a la fraternidad, a una vida plena y verdadera.

Ojalá que nuestra vida, en las circunstancias concretas de cada día, sea un testimonio de Jesús vivo. La vida diaria es un termómetro de nuestra fe. En ella somos testigos o no de Cristo vivo, de un Jesús que vivido y sentido en nuestro corazón, se irradia a nuestro alrededor y transforma nuestra propia existencia.

¡Cristo vive, ha resucitado...! ¡Alégrate! No tengas miedo, cree. Confía humildemente en El... Sé testigo de tu fe y de tu amor entrañable a Jesús. Vívelo y cuéntale a tus hermanos el secreto de tu vida: Cristo ha resucitado en tu vida. Las puertas de la esperanza no se cerrarán jamás. Irradia a tu alrededor la paz, la fe y el amor a Jesús. Impregna tu ambiente de la presencia de Jesús... Que tu vida confirme la fe y el amor de tus hermanos. Sé testigo de un Jesús vivo..., porque Jesús a quien buscáis, el crucificado, ha resucitado. ¡No tengáis miedo...! ¡Alegraos...!

Reflexión personal

1. ¿Qué mensaje te trae la Resurrección de Jesús?
2. ¿Cómo es Jesús resucitado para ti?
3. ¿Vive Jesús resucitado en tu mente y en tu corazón?
4. ¿Está Cristo vivo para ti? ¿Lo notas? ¿En qué?
¿Lo notas en tu vida?
¿Se te nota a ti?
5. ¿En qué aspecto de mi vida necesito resucitar?
6. ¿Me siento ya tan viejo y tan gastado que he perdido las esperanzas de resucitar?
7. ¿Me siento incapaz de resucitar?
8. ¿Tengo ganas de vivir?
9. ¿Cómo darle cauce a esas ganas de vivir?
10. Aún es posible esperar..., aún es posible resucitar... ¿En qué sentido?
11. ¿Cómo ir pasando del hombre viejo al hombre nuevo?
12. ¿Dónde buscas tú a Jesús? ¿En el sepulcro vacío?
13. ¿Dónde lo encuentras?
14. ¿Está Jesús presente en tu amor fraternal?
15. ¿Nos amamos unos a otros en Jesús y desde Jesús?
16. ¿Está presente Jesús en nuestras habituales eucaristías?
17. ¿Surgen en ti ganas de vivir, de amar, de iluminar, de pacificar, de servir...?
18. ¿Eres presencia viva de Jesús para otros?
19. ¿Eres testigo de Jesús resucitado que despierta y confirma la fe de tus hermanos y amigos?

Sugerencias

- * La resurrección de Jesús es el núcleo de nuestra fe.
En ella se sustenta nuestra experiencia cristiana.
- * ¡Cristo vive! Esta es nuestra fe...
Que Jesús vive..., que está
presente en nuestra vida,
que lo sentimos y lo experimentamos...
- * La resurrección de Jesús no es una verdad fría que hay que creer.
Es una experiencia viva, un convencimiento
de que Jesús vive hoy para ti...
- * En la resurrección de Jesús se crea la comunidad
y sin ella la comunidad se destruye y se desmorona.
No tiene sentido la comunidad cristiana
sin una experiencia viva de Jesús...
- * Vive tú en mí y yo en ti..
como la sangre en mis venas,
como el pensamiento en mi mente,
como la fuerza en mi cuerpo,
como el aliento en mis pulmones...
- * *“Quédate con nosotros, porque atardece y el día ya ha declinado.”*
- * La vida tiene tragos muy amargos que hay que saber vivir con paz y
con sabiduría.
- * En tu vida puede haber luz.
Basta que acerques tu antorcha a Jesús, luz del mundo.
- * *“La paz esté con vosotros...”*
Escucha estas palabras de Jesús en silencio y despojado
de cualquier otro pensamiento...
Sentirás que la paz de Jesús va inundando poco a poco tu alma.
- * *“Y sabed que yo estoy con vosotros todos los días
hasta el fin del mundo.”*
Siempre puedes descubrir la presencia del Señor a tu lado...,
acompañándote... Ahí está, cerca..., muy cerca...
Descúbrelo... Acógelo... Amalo...
- * ¿Has descubierto a Jesús en tu hermano?
Te mira en sus ojos...
Te habla en sus palabras...
Te necesita en su debilidad...
Te acompaña en su presencia...

- * ¿Has descubierto tu amor al Señor en tu amor y ayuda a tus hermanos?
Vive lo mejor de ti mismo cuando estés al lado de tus hermanos...
Amalos, sívelos, entrégate a ellos...
Son Jesús para ti...
- * Descubre la fuerza de Dios en ti, en tu corazón..., en tu espíritu...
¿No sabéis que sois templos de Dios,
y que el Espíritu de Dios habita en vosotros?
- * *“Sin mí nada podéis hacer...”*
¿Será verdad, Señor...?
Quiero contar contigo siempre, Jesús.
Que experimente siempre tu fuerza, tu luz, tu presencia...,
en todas las actividades de mi vida...
- * ¿Será posible vivir sin ti, Señor?
“Yo soy la vid y vosotros los sarmientos...”
*“El que permanece en mí como yo en él,
ése da mucho fruto...”*

Textos bíblicos

- * *“Mirad, yo voy a crear un cielo nuevo y una tierra nueva: de lo pasado no habrá recuerdo ni vendrá pensamiento, sino que habrá gozo y alegría perpetua por lo que voy a crear. Mirad, voy a transformar a Jerusalén en alegría, y su pueblo en gozo.” (Is 59, 17-18).*
- * *“No está aquí: ha resucitado, como había dicho. Venid a ver el sitio donde yacía e id aprisa a decir a sus discípulos: Ha resucitado de entre los muertos, e irá delante de vosotros a Galilea; allí le veréis.” (Mt 28, 6-7).*
- * *“Sepa, pues, con toda certeza la casa de Israel que Dios ha constituido Señor y Mesías a este Jesús a quien vosotros habéis crucificado.” (Hch 2, 36).*
- * *“Bendito sea Dios, Padre de nuestro Señor Jesucristo, que en su gran misericordia, por la resurrección de Jesucristo, nos ha hecho nacer de nuevo para una esperanza viva, para una herencia incorruptible, pura, imperecedera, que os está reservada en el cielo.” (1Pe 1, 3-4).*
- * *“Haz memoria de Jesucristo, resucitado de entre los muertos, nacido del linaje de David. Este ha sido mi evangelio. Es doctrina segura: Si morimos con él, viviremos con él.” (2Tim 2, 8.11).*

Otros textos:

- Lc 24, 5b-8.
- Hch 10, 37-43.
- Hch 13, 30-33.
- Rom 10, 8b, 10.

Hombre resucitado

Creemos y esperamos en Jesús de Nazaret,
el hombre resucitado,
el hombre verdadero,
libre.
Predicador de la libertad,
liberador del mal y de la muerte.

El nos dijo que quien quiera
salvar la vida, la pierde:
que no temamos
a quienes sólo
pueden matar el cuerpo;
que valemos mucho más que los pájaros del campo,
a los que el Padre del cielo, del aire y del pan,
cada día alimenta.

En su nombre y con su fuerza
hablamos libremente
cuando nos preguntan en las comisarías,
en los tribunales,
cuando nos denuncian por la espalda y por dinero.

Por El sabemos
que el mayor de entre nosotros
debe hacerse el menor,
y el que manda
lo mismo que el que sirve.

Creemos en Jesús, hombre sereno,
paciente, entregado, disponible,
valiente y audaz,
que limpia a los enfermos de sus males,
del odio a los oscuros enemigos,
a los judíos del peso plomizo de la ley,
y a todos de un Dios que no sea Padre.

Haced obras de paz,
y dejaos perseguir por la justicia.
Entrad así hoy en el Reino de los Cielos.

Lanza del Vasto

El camino de Emaús

Todos recorreremos con frecuencia el camino de Emaús, desanimados por la frustración de nuestra esperanza. “*Nosotros esperábamos... que...*” Siempre hay algo que esperar, y siempre hay algo que nos frustra esta esperanza...

Hoy contemplamos a estos dos amigos de Jesús, tristes y desencantados..., huyendo de sí porque huyen de lo que su mente no sabe explicar. ¿Han vivido esperanzas o falsas ilusiones? Nunca sabremos cómo eran sus esperanzas, si bien fundadas o sueños locos irrealizables... Pero ahí están, tristes, desanimados, conversando y discutiendo sobre el fracaso, según ellos, que vivió Jesús...

Es fácil soñar despierto y esperar realidades ajenas a la vida concreta y real. Es fácil soñar conquistas, éxitos y gestos triunfales. ¿No sería la esperanza de estos dos dialogantes un Mesías triunfal, conquistador y brillante en su poder...?

La verdad es que la esperanza, bien fundada o falsamente soñada, se vino abajo a la luz de la condena a muerte de Jesús, de su crucifixión y su sepultura. Ya sí que toda esa historia de Jesús ha terminado. Y mal. ¡Vaya si todo ha terminado mal! Un fracaso, un desconcierto, una dispersión de sus amigos y seguidores. Todos acobardados. Unos se esconden, otros se van al sepulcro a embalsamar el cadáver de Jesús, y otros, estos dos, huyen tristes y desesperanzados.

Ni siquiera encendieron un rayito de luz los rumores que ya habían oído a las buenas mujeres hablando de que el cuerpo de Jesús no estaba en el sepulcro... Su esperanza estaba enterrada con Jesús en el sepulcro y por eso se marchan, y deciden volver a su casa...

Cuántas veces las esperanzas, bien fundadas o falsamente soñadas, se nos vienen abajo, y con ellas, nos hunden a nosotros y nuestra sólida fe. Es una lástima. Cuando la realidad concreta, la cruda realidad, a veces trágica, se presenta..., y nos desmonta nuestra esperanza. Como si nuestra fe, nuestra esperanza en Dios llevase consigo un buen final de todos los acontecimientos. Como si la esperanza consistiese en un éxito en el trabajo, en un buen resultado en todo lo que nos sucede.

Es fácil repetir “*nosotros esperábamos...*”, porque fe sí que tenemos. Y esperanza también. Todos esperamos algo... siempre. Pero con la misma facilidad se hace presente en nuestro ánimo la desesperanza o la frustración ante la adversidad, el dolor o la tragedia real que se presenta ante nuestros ojos.

Por eso nos vamos a otra parte, y nuestro corazón se busca otra nueva esperanza donde consolar o compensar la frustración vivida.

Los dos van solos, pero compartiendo su soledad y buscando consuelo el uno en el otro. No hay en realidad lugar para esperar. Ya todo ha terminado pero, sin ser conscientes de ello, quizás estén alentando una chispa de esperanza. Es la gracia del Señor que actúa de una manera sutil pero real y efectiva. Una chispa que pronto sería una llama cuando la voz de Jesús, a su vera, les hiciera ver su confusión.

Su huida se convirtió en ocasión de encuentro porque ahí, en su propio camino por donde huyen del misterio de Jesús, ahí les acompaña Jesús en persona. No lo reconocen. Es un forastero, como tantas veces se presenta Jesús ante nuestros ojos. Como un extraño personaje. No vemos

fácilmente a Jesús. Los ojos, cargados de oscuridad y tristeza no descubren al Señor que camina a su lado, muy cerca, con sus mismos pasos y en la misma dirección.

No. No es posible reconocer a Jesús cuando uno está encerrado en su mundo, en sus esquemas y sus sueños. Son una cárcel con rejas y cristales opacos. Son una cárcel que impide salir desde dentro, donde nuestro corazón permanece encerrado y nuestros ojos ciegos..., e impide entrar desde fuera porque las puertas están cerradas a las sorpresas de Dios.

Jesús, caminando a su lado, interesado en sus caminos y desvíos, queriendo sacarlos de su tristeza y desconsuelo, les pregunta por su conversación. Es una forma de hacerse cercano en la situación real que ahora les ocupa y les preocupa. Así es Jesús. El amigo cercano que se sitúa en nuestro camino y en nuestra realidad concreta, para acompañarnos e iluminarnos, para salvarnos y transformarnos.

¡Cuántas veces sentimos que aún nos queda un rayito de luz, una chispa que nos alienta...! Y se hace presente sin que lo reconozcamos. En una persona o en un buen sentimiento. En un buen recuerdo o en un pensamiento gozoso... Ahí está el Señor actuando... Es una llamada, una presencia del Señor, que empieza a dibujarse... más intensa..., más fuerte..., más clara... El siempre nos acompaña. Aun en los mismos caminos que hemos elegido para huir de El.

Los dos, al sentir que el forastero se interesa por ellos, experimentan que se aligera su carga. Estaban tristes y agobiados. La frustración y el fracaso necesitan un corazón amigo que escuche y acoja. Por eso le cuentan como a una persona ajena a los asuntos más actuales, lo ocurrido a un tal Jesús, profeta de Dios, a quien los jefes religiosos han entregado para que lo condenen y lo crucifiquen.

Hoy, ya hace dos días que Jesús fue sepultado. No debía haber acabado así. Parece imposible que Jesús fuera condenado a muerte y crucificado. No hay explicación humana capaz de dar razón satisfactoria de ello. ¿Cómo es posible que Jesús, hombre bueno y pacífico, hombre de Dios..., que pasó haciendo el bien..., haya terminado en una cruz condenado por sus propios jefes religiosos...?

¡Cuántas explicaciones queremos encontrar de cosas que parecen incomprensibles...! ¡Cuánto nos cuesta callar nuestras razones humanas ante acontecimientos que nos desbordan y nos sobrepasan...! Es la voz de Jesús que, como quien no sabe, como ajeno e ignorante, nos va descubriendo el misterio, va explicando a estos dos desconcertados viajeros, y a nosotros también, el secreto último de la vida. El secreto último de la vida y de nuestra vida. El misterio del dolor y de la muerte.

*“¡Qué necios y torpes sois para creer lo que anunciaron los profetas!
¿No era necesario que el Mesías padeciera esto para entrar en su gloria?
Y comenzando por Moisés y siguiendo por los profetas, les explicó lo que se refería a el en toda la Escritura”.*

(Lc 24,25-27).

¡Qué necios y tardos de corazón! ¡Estáis ciegos!. ¡Vuestra mente está oscura! ¡Los ojos de vuestra alma, cerrados! Son palabras de reproche y de cercanía... Son palabras de un amigo que incide, sin esperarlos ellos, en la noche oscura de su fe.

Son palabras de luz y de consuelo. Son palabras del cielo y de la tierra. Porque vienen del cielo, del otro lado de la vida donde el misterio es claro y transparente como el día. Son palabras

de la tierra, pronunciadas por un corazón encarnado, humano, lleno de dolor y de muerte. Las palabras de Jesús son un fuego que enciende el corazón y la mente de esos dos amigos huyendo hacia Emaús.

Jesús les habla de su destino de muerte y de su destino de vida. La muerte es la puerta de la liberación y de la gloria. El dolor y la muerte no son ajenos ni extraños a su vida, que es la nuestra. La muerte lleva a la vida. Así se cumple la profecía, la esperanza de nuestra liberación. La causa de vuestra frustración se ha convertido en vuestra esperanza. Lo que esperabais es verdad, se ha cumplido. Se ha realizado vuestra esperanza precisamente en eso que ha causado vuestra desesperanza: la crucifixión y muerte de Jesús nazareno. Esa muerte es la forma de entrar en la gloria.

Esa es la ley inmutable de la vida auténtica y verdadera. Es necesaria la muerte, el dolor. la sepultura, enterrarse en tierra, para entrar en la vida nueva, para la liberación y la plenitud de nuestra vida. Esa fue la ley que condujo la vida de Jesús y es la ley de los que intentamos vivir radicalmente la vida en serio.

Los dos iban sintiendo que todo empezaba a cambiar por dentro y por fuera. Su corazón ardía... Hablaban y preguntaban. Pero sobre todo, escuchaban y acogían... Era una voz nueva, distinta. Era una palabra de luz y de fuego para su alma. Se disolvía la duda, desaparecía la oscuridad, entendían lo inexplicable. La cruz es fuente de vida. La muerte, puerta de la vida; el dolor, un camino hacia el gozo... Todo tenía sentido nuevo. La luz invadió su mente y su alma. Su corazón se liberaba de la tristeza y de la desilusión . El corazón sentía un calor, una fuerza, una alegría inmensa...

Era la palabra y la luz del cielo liberando la tierra de su oscuridad y de la muerte. Siempre engendra el cielo una vida nueva en una tierra abierta y desmoronada. Siempre la voz del Señor despierta un nuevo nacimiento en el corazón del hombre humilde y pobre.

Todo lo entendieron y lo comprendieron. La vida y la muerte de Jesús. Sus propios miedos y sus cobardías. Su esperanza y su fe. Todo se hizo claro como el día, y un horizonte divino empezó a despejarse en sus vidas. Todo tiene su sitio. Todo está dentro del destino misterioso donde se explica lo inexplicable, donde se ve en la oscuridad de la noche, donde la muerte se transforma en vida, donde la desesperanza y la desilusión son ocasión de una nueva y más radical esperanza.

Así seguían caminando, embelesados y absortos los tres, donde compartir era amar, donde hablar era escuchar y acoger, donde estar era vivir y gozar. Así iban estos dos privilegiados amigos de Jesús, sintiendo el calor y la misma vida de Jesús caminando a su lado... Paso a paso camino de Emaús, sintieron que Jesús entraba de lleno en su corazón y en su alma, disfrutando de su infinita presencia...

Al llegar al pueblo, Jesús, deseando ser su huésped, deseando ser invitado y acogido, finge seguir para arrancar del corazón de sus amigos una de las oraciones más hondas y densas que el hombre puede expresar al Señor: *“¡Quédate con nosotros, Señor, porque atardece y el día ya ha declinado...!”*

¡Con qué hondura nos salen del alma estas palabras a Jesús! Constituyen una letanía infinita que se desgrana día tras día en nuestras noches oscuras, y en nuestros pasos de huida por nuestro camino de Emaús.

¡Quédate con nosotros porque es de noche...! Ya no podemos continuar solos... Necesitamos que te quedes con nosotros después de esta jornada... Queremos que llegues hasta el final...

Aunque sus ojos aún no ven en el caminante a Jesús, parece que su corazón presente que aún faltaba algo importante que compartir. Les había dado tanto que imaginaban que todavía podían recibir más de aquel buen hombre, que parecía estar dispuesto a darlo todo.

* * * * *

Es necesario pararse unos instantes en silencio y contemplar. Es importante que nos llegue al alma esta ternura de Jesús llevada a un límite insospechado, donde parece que todo ocurre como normal y corriente pero donde se está escribiendo una página de la historia de Dios con los hombres.

El silencio de nuestra mente y de nuestro corazón nos hará gustar en nuestra alma la presencia infinita de Dios partiendo su pan y su bendición, su vida y su misterio... Jesús comparte su presencia con estos amigos que huían desesperanzados del mismo misterio que ahora esta envolviendo su existencia.

Es un misterio inescrutable e inefable del Señor. Pero Jesús es tan cercano, tan amigo, tan humano, que sólo en silencio, callados, abiertos de par en par, podremos vislumbrar y gustar el nuevo cielo y la nueva tierra que Jesús crea en nuestra historia.

Ahora reconocen a Jesús. Ya lo estaban viviendo antes de reconocerlo. Ahora se hace la luz y ven a Jesús en el forastero. Por eso desaparece ante sus ojos. Se ha quedado en su corazón y en su alma.

Vamos a dejar que Jesús entre con nosotros en nuestra casa. Vamos a invitarle como al mejor de los huéspedes a quedarse con nosotros en nuestro hogar donde estamos deseando disfrutar de su presencia y de su compañía. Vamos a vivir, siempre con esa palabra misteriosa que parece que nos abre al encanto de vivir siempre añorando tener en nuestra casa y en nuestro corazón a Jesús, que es nuestra vida y nuestra resurrección.

Vamos a pronunciar con nuestros labios y con nuestra alma..., una y mil veces: ¡Quédate con nosotros, Señor, porque atardece, y ya el día va declinando...! Vamos a recibir a Jesús en cada esquina, en cada recodo de nuestro camino, en cada huida...

* * * * *

Al final surge la vivencia de la comunidad. Jesús les unió en torno a él. Eran uno con él. Una fraternidad. Era la obsesión de Jesús. Bien lo sabían ellos. Todos sentían que solo él era el núcleo de su unidad. Se sentían los discípulos de Jesús, los amigos de Jesús. Por eso eran amigos entre sí.

Cuando Jesús murió todo fue trágico para ellos. Cada uno por su lado. Unos escondidos. Otros con miedo. Algunos dudan. Otros huyen. Ya no tiene sentido estar juntos. Les unía Jesús y ha muerto ya.

Ahora, en la experiencia luminosa y vibrante de Jesús vivo en su corazón y en su alma, surge la vivencia de la comunidad. Pedro, Juan, Santiago... Todos se les vienen a su memoria Vamos a comunicar que Jesús vive. Vamos a reunirnos con todos. Ya está justificada la vuelta.



Sienten que brota el amor, la comunión, la fraternidad. La experiencia de Jesús une, amasa a unos con otros. Los vincula en su mismo destino, y los hace uno en el amor a Jesús y en el amor entre sí.

La comunidad es la presencia viva de Jesús. Donde hay un grupo de hermanos con fe viva en Jesús, allí está Jesús vivo. Por encima de las diferencias, aparece la unidad como comunidad de Jesús. Ellos, la comunidad, son Jesús, la comunidad de Jesús...

En esto conocerán que sois mis discípulos, si os amáis los unos a los otros con el mismo amor con que yo os amo. (cf Jn 13, 35).



Textos bíblicos

- * *“Como descende la lluvia y la nieve del cielo y no vuelve allá, sino que empapa la tierra, la fecunda y la hace germinar, para que dé simiente al sembrador y pan para comer, así será mi palabra, la que salga de mi boca, que no tornará a mí de vacío, sin que haya realizado lo que me agrada, y haya cumplido aquello a que la envié.”*
(Is 55, 10-11).

- * *“Porque si nos hemos hecho una misma cosa con él por una muerte semejante a la suya, también lo seremos en una resurrección semejante. Y si hemos muerto con Cristo, creemos que viviremos también con él, sabiendo que Cristo, una vez resucitado de entre los muertos, ya no muere más, y que la muerte no tiene ya señorío sobre él. Su muerte fue un morir al pecado, de una vez para siempre; mas su vida, es un vivir para Dios. Así, también vosotros, consideraos como muertos al pecado y vivos para Dios en Cristo Jesús.”*
(Rom 6, 5.8-11).

- * *“Así pues, si habéis resucitado con Cristo, buscad las cosas de arriba, donde está Cristo sentado a la derecha de Dios. Aspirad a las cosas de arriba, no a las de la tierra. Porque habéis muerto, y vuestra vida está escondida con Cristo en Dios. Cuando aparezca Cristo, vida vuestra, entonces también vosotros apareceréis gloriosos con él.”*
(Col 3, 1-4).

- * *“Venid, benditos de mi Padre, a recibid la herencia del Reino preparado para vosotros desde la creación del mundo.”*
Mt 25, 34.

- * *“En efecto, yo por la ley he muerto a la ley, a fin de vivir para Dios; con Cristo estoy crucificado y vivo, pero no yo, sino que es Cristo quien vive en mí, la vida que vivo al presente en la carne, la vivo en la fe del Hijo de Dios que me amó y se entregó a sí mismo por mí.”*
(Gal 2, 19-20).

* *“Mas todos nosotros, que con el rostro descubierto reflejamos como en un espejo la gloria del Señor, nos vamos transformando en esa misma imagen cada vez más gloriosos:
así es como actúa el Señor, que es su Espíritu.”*
(2Cor 3, 18).

Otros textos:

- Ef 2, 4-6.
- 2Cor 5, 17-18.
- Is 55, 1.
- 1Cor 4, 14-16.
- Rom 10, 9.
- Filp 3, 20-21.
- 2Cor 5, 15.
- Rom 8, 10-11.
- Col 2, 9-12.
- 1Pe 5, 10-11.

Señor, dime quién eres!

Tú que al tocar las estrellas
las haces palidecer de hermosura:

Tú que mueves el mundo tan suavemente,
que parece que se me va a derramar el corazón:

Tú que habitas en una pequeña choza del bosque
donde crece tu cruz:

Tú que vives en esa soledad que se escucha
en el alma como un vuelo diáfano:

Ahora que la noche es tan pura,
y que no hay nadie más que Tú,
dime quién eres...

Leopoldo Panero

Ejercicio 16

Aparición de Jesús en el cenáculo

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...

2. Silencio..., serenidad..., calma interior...

3. EL CENACULO

- Nos trasladamos imaginativamente al cenáculo...
- Los discípulos allí escondidos,
llenos de temor a los judíos,
desesperanzados...
- Los miramos: cada uno tiene su historia,
su carácter,
su recuerdo de Jesús,
su situación personal...
- Unos: llenos de miedo,
otros: cobardes...
otros: desconcertados o desanimados...
- ¿Qué estarían sintiendo dentro de su corazón...?
- Hablarían..., evocarían recuerdos y vivencias...,
a ratos se quedarían en silencio embargados
por la nostalgia de Jesús...
- ¡Han sido tantas vivencias...!,
¡tantos buenos ratos compartidos...!
- Nos quedamos en silencio... observándolos,
escuchándolos,
contemplándolos...

4. NOS HACEMOS PRESENTE:

- como estamos aquí ahora nosotros:
como somos... con nuestras cualidades,
con nuestros defectos,
con nuestros miedos y esperanzas,
con nuestras pequeñas traiciones,
con nuestros desánimos,
con nuestra nostalgia de Jesús...
- Silencio..., oración..., esperanza...

5. PRESENCIA DE JESÚS:

*“La tarde del primer día de la semana,
estando cerradas las puertas del lugar donde se hallaban
los discípulos por temor de los judíos,
vino Jesús y, puesto en medio de ellos, les dijo:
«la paz sea con vosotros».
Y diciendo esto les mostró las manos y el costado.
Los discípulos se alegraron viendo al Señor.
Les dijo otra vez:
«la paz sea con vosotros».
Como me envió mi Padre, así os envío yo.
Diciendo esto, sopló sobre ellos, y les dijo:
«Recibid de Espíritu Santo».”
(Jn 20,19-22).*

- “La paz sea con vosotros...”
- Jesús, en medio de sus discípulos...
Jesús, en medio de nosotros...
- ¡Jesús vive!: ha resucitado...
está en medio de nosotros...
- Nos quedamos en silencio: percibiendo su presencia...,
sintiendo su amor y cercanía...,
percibiendo su sencillez luminosa...
- ¿Qué sientes al percibir a Jesús entre nosotros?
- Escucha a Jesús:
«la paz sea con vosotros...»
una y otra vez, como un eco:
«la paz sea con vosotros...»
Deja que se inunde tu alma de la paz de Jesús...
Abre todo tu ser a su paz...

6. LOS DISCÍPULOS SE ALEGRARON VIENDO A JESÚS:

- Se llenaron de un gozo inmenso...
La paz de Jesús llena de gozo, de alegría profunda...
- “Se alegra mi espíritu en Dios mi Salvador...”
Se alegra mi espíritu en Jesús, mi Señor...
- Otra vez les dice: «La paz sea con vosotros...»
- Nos quedamos escuchando y gustando en nuestro corazón
estas palabras de Jesús...

7. Jesús ENVÍA A SUS DISCIPULOS:

- Yo soy enviado de Jesús...
- Jesús quiere que seamos Buena Noticia para otros...
Nos envía en su nombre a irradiar su Buena Nueva...
su paz,
su amor,
su salvación...
Somos transparencia de Jesús...

8. RECIBID EL ESPIRITU SANTO:

- Diciendo esto, sopló sobre ellos, y les dijo:
“Recibir el Espíritu Santo...”
- Silencio..., alabanza..., gratitud...
Silencio..., contemplación..., adoración...

Oración: Ven, Espíritu de Dios...
(o Jesús, vive tú en mí y yo en ti...)

Ven, Espíritu de Dios...

Ven, Espíritu de Dios...
sobre nuestro cuerpo y sobre nuestro espíritu,
sobre nuestro corazón y sobre nuestra mente...

Ven, Espíritu de Dios...
sobre nuestros sentimientos y deseos.,
sobre nuestros pensamientos y recuerdos,
sobre nuestro pasado y nuestro futuro...

Ven, Espíritu de Dios...
sobre nuestra familia y nuestra comunidad,
sobre nuestros amigos y compañeros de trabajo...

Ven, Espíritu de Dios...
sobre nuestros éxitos y nuestros fracasos,
sobre nuestra rutina y nuestra novedad,
sobre nuestro hogar y sobre nuestra tierra...

Ven, Espíritu de Dios
ven, y llena nuestra existencia de tu aliento,
sé nuestra fuerza y nuestro consuelo,
ilumina nuestro camino
y enciende nuestro corazón...

Ven, Espíritu de Dios...

Ven, Espíritu de Dios...

Ejercicio 17

Ser “EN” Jesús

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...

2. Hacer silencio...

- no pensar en nada...
- mantener una atención amorosa...

3. Tratar de experimentar

- lo más profundo que hay en mí...
- tratar de “tocar” la profundidad del “SER”...

4. Experimentar que ese “SER”...

- está entroncado en el Espíritu de Jesús...
- tiene sus raíces en él...
- SER “EN” JESÚS...

5. Silencio..., quietud..., contemplación...,

Fusión de mi SER { en lo más profundo de mi ser...
de mi VIDA... { en lo más íntimo de mi SER EN JESÚS...

6. Mirada contemplativa y silenciosa...

vivencia de Jesús en mí y yo en Jesús...

Oración: Jesús, vive tú en mí y yo en ti...

Jesús, vive tú en mí y yo en ti...

Jesús, vive tú en mí y yo en ti...

Jesús, vive tú en mi corazón,
en mis sentidos,
en mi cuerpo en mi mente,
en mi corazón y en mi alma,
en todo mi ser...

Jesús, vive tú en mí y yo en ti...

Jesús, que todo mi ser sea una casa para ti,
que mi corazón sea tu hogar,
un templo sagrado
donde tú puedas habitar...

Jesús, vive tú en mí y yo en ti...

Jesús, vive tú en mis cosas,
en mis trabajos,
en mis sueños y en mis vigilias,
en mis pensamientos y en mis deseos,
en mi soledad y en mi oración,
en mi vida y en mi muerte...

Jesús, vive tú en mí y yo en ti...

Jesús, que yo viva en ti,
en tu luz,
en tu tiempo infinito,
en tu hogar fraterno,
en tu paz y serenidad...

Jesús, que tú seas un hogar para mí,
que tú seas mi casa donde pueda estar,
que tu seas mi hogar donde pueda vivir...

Jesús, vive tú en mí y yo en ti...

que mi egocentrismo se diluya en tu amor,
que mi oscuridad se ilumine con tu luz,
que mi debilidad se fortalezca con tu energía,
que mi pobreza se llene de tu riqueza,
que mi tristeza se transforme en tu alegría,

que mi cobardía se llene de tu valentía,
que mi comodidad se transforme en entrega,
que mi espíritu se sacie de tu Espíritu

Jesús, vive tú en mí y yo en ti...

Jesús, lléname de tu Espíritu...

Jesús, vive tú en mí y yo en ti...

Ejercicio 18

Tiberíades

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...
2. Silencio..., contemplación..., paz interior...
3. LOS DISCIPULOS SALEN A PESCAR:

*“Después se apareció Jesús a los discípulos junto al mar de Tiberíades, y se apareció así:
Estaban juntos Simón Pedro y Tomás, Natanael
y los dos hijos de Zebedeo, Juan y Santiago,
y los otros discípulos.
Pedro les dijo: «voy a pescar».
Los otros le dijeron:
«vamos también nosotros contigo».
Salieron y entraron en la barca y
en aquella noche no pescaron nada.”
(Jn 21,1-3).*

- Vamos a contemplar la escena:

Todos los discípulos juntos..., alrededor de Pedro...

Son los mismos de antes...

los que hace tres años cada uno andaba por su lado,
los que han estado tres años con Jesús,
los que han vivido intensamente la última cena,
la pasión y
la muerte de Jesús...

Son los mismos de antes, pero no iguales...

Son distintos... Todo ha cambiado en ellos y para ellos...

Han vivido la resurrección de Jesús:

Recordemos otras apariciones:

Los discípulos se alegraron viendo al Señor...

Han vivido la alegría de Jesús entre ellos: ¡Jesús vive!

Jesús está presente en su corazón, en su espíritu...

Jesús le une y les reúne...

Han escuchado que serán sus testigos...

que les enviará el Espíritu Santo...

- Contemplemos a los discípulos:

Por fuera y por dentro...

Todo ha cambiado para ellos
después de estas experiencias profundas...

su mirada,
su mente,
sus intereses,
su corazón...

Eran otros hombres...

Las cosas han adquirido una nueva dimensión,
han cambiado de valor: las cosas son más triviales,
las cosas se les hacen más transparentes...

Todo está transfigurado... en medio de las cosas corrientes:

la pesca, la barca,
el mar, los peces,
la noche... y el día...

Se abren los caminos de Dios...

Todo forma parte de los planes de Dios...

Dios está llenando todo...

Todo es manifestación de la gloria de Dios...

Su mirada es más serena,
más profunda,
más limpia...

Todos se saben queridos por Dios...,
Todos se saben en manos de Dios...,
Todos saben que Jesús está con ellos...

Así, con esa transformación profunda y radical...
están allí y
salen a pescar...

“voy a pescar..., dice Pedro”

“vamos también nosotros contigo...”

- Los contemplamos en silencio...

mirándolos,
escuchándolos,
sintiendo su gozo y su paz profunda...
intuyendo su riqueza y alegría interior...

- No pescan nada...

¿Cómo reaccionarían?

Le quitarían importancia enseguida...

Las cosas habían empezado a ser muy relativas para ellos...

Estaban iluminados, gozosos, viviendo otra presencia...

4. JESÚS EN LA ORILLA DE LA PLAYA:

*“Llegada la mañana. se hallaba Jesús en la playa;
pero los discípulos no se dieron cuenta
de que era Jesús.*

Les dijo Jesús:

«Muchachos, ¿no tenéis a mano nada que comer?»

Le contestaron: «no».

El les dijo:

«Echad la red a la derecha de la barca y encontraréis».

La echaron, pues, y ya no podían arrastrarla por la abundancia de peces.

Entonces, el discípulo a quien amaba Jesús,

dice a Pedro: «¡Es el Señor!»

Pedro se ciñó la túnica y se lanzó al mar...!”

(Jn 21 5-7).

- Contemplemos la escena...

En medio de la situación real { ahí está Jesús...
que viven los discípulo { ahí aparece Jesús...

Pero no le reconocieron...

Jesús se mete en sus circunstancias: ¿tenéis algo para comer?

Aquí se revela, transformando la situación...

¡Es el Señor! Juan cae en la cuenta...
 El era más simple, más contemplativo...
 Ve más, reconoce a Jesús...
 ¡Había mirado mucho a Jesús...!

Jesús siempre aparece en nuestras situaciones,
 en mitad de nuestra vida...

Jesús siempre a nuestro lado, acompañándonos...

5. EL DESAYUNO:

*“Nada más saltar a tierra,
ven preparadas una brasas y un pez sobre ellas, y pan.
Jesús les dice:*

«Traed algunos de los peces que acabáis de pescar»./.../

Jesús le dijo: «Venid y comed».

*Ninguno se atrevía a preguntarle ¿quién eres tú?,
sabiendo que era el Señor.*

*Se acercó Jesús, tomó el pan y se lo dio,
e igualmente el pez.”*

(Jn 21,9-13).

- Es Jesús..., el de siempre..., con su manera de ser...
Es Jesús con su iniciativa... tan sencilla,
tan encarnada,
tan realista,
tan dentro de la vida...
- Jesús en medio de ellos..., con el pan, las brasas, los peces...
- Contemplemos a Jesús: tan humano y tan divino...
el Señor de la vida...
tan sencillo..., realista..., humano...
- Contemplemos a Jesús: le miramos...
le escuchamos... «venid a comer»...
descubrimos su intimidad...
- Así está en nuestra vida...
en medio de nuestra realidad cotidiana...
- Los discípulos: en silencio...
maravillados...
observando con asombro los detalles de Jesús...
reciben su presencia,
acogen su delicadeza..., su amor..., su ternura...
- Los discípulos: ha aumentado su capacidad
de ver ,
de contemplar, { ante la iniciativa del Señor,
de escuchar, { ante las sorpresas de Dios,
de adoración, { ante los gestos del Señor...
de silencio...

6. Silencio..., contemplación..., adoración al Señor...

Jesús, quiero reconocerte siempre...

Jesús, quiero reconocerte siempre...

Jesús, quiero reconocerte...
en medio de mi vida...
en las circunstancias más simples de mis días...
en las tareas, trabajos y ocupaciones...

Jesús, quiero reconocerte...
en medio de mi vida...
cuando salgo a dar un paseo,
cuando estoy preparando la comida,
cuando escribo una carta en mi oficina,
o cuando limpio y ordeno mi habitación...

Jesús, quiero reconocerte...
en medio de mi vida...
cuando estoy dando clase o cuando salgo de compras,
cuando juego o simplemente estoy sin hacer nada...

Jesús, quiero reconocerte...
en mitad de la vida...
en mi convivencia con otros,
en mi oración comunitaria,
en cada hermano de mi familia
y en cada rostro que miro...

Jesús, quiero reconocerte...
aquí... y ahora...
en este momento de oración...

Jesús, quiero reconocerte
siempre...
en el partir del pan...
en cada eucaristía...

Jesús, quiero reconocerte
siempre...
en mitad de la vida...

Ejercicio 19

Los discípulos de Emaús

Lectura reposada de Lc 24, 13-35.

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...

2. Paz..., silencio..., calma interior...
Silencio..., armonía..., contemplación...

3. LA DESESPERANZA

- Contemplemos a los dos discípulos camino de Emaús...

Observamos su interioridad: frustración,
desencanto,
tristeza,
vuelta a su pequeño mundo...

Con la muerte de Jesús, todo ha terminado para ellos...

- Cuántas frustraciones experimentamos nosotros...
cuando las cosas van mal, según nuestro criterio,
cuando surge la contrariedad,
cuando aparece la enfermedad o el dolor...
cuando fracasamos...etc.

4. JESÚS CAMINA A SU LADO

- Contemplemos a los dos..., y a Jesús con ellos...

En su huida..., los acompaña Jesús, sin ellos reconocerlo,
Jesús, cercano, se interesa por ellos..., les pregunta...

Escuchemos su conversación en silencio...

«¡Nosotros esperábamos...!»

- Jesús se interesa por nosotros...,
nos acompaña en nuestros caminos,
por los que huimos de él,
nos pregunta por nuestros problemas y dificultades...

5. JESÚS LES DESCUBRE EL MISTERIO

- Seguimos observándolos y contemplándolos...
Su corazón se iba esponjando al lado de Jesús...
- «*¡Qué necios y torpes sois para creer...!
¿No era necesario que el Mesías padeciera esto
para entrar en la Gloria?»*
- Dejamos que calen en nosotros estas palabras de Jesús...
La muerte es la puerta de la liberación y de la Gloria...
Es necesario morir con Cristo , hacernos uno con él en la muerte,
para resucitar y vivir con él...

6. LOS DISCÍPULOS RECONOCEN A JESÚS

- Observamos a los dos caminantes,
sintiendo que el calor y la luz de Jesús
contagiaba su corazón y su espíritu...
- “*¡Quédate con nosotros porque atardece...,
y el día ya ha declinado...!*”
- “*Sentado a la mesa con ellos,
tomó el pan, pronunció la bendición,
lo partió y se lo dio.
A ellos se les abrieron los ojos y lo reconocieron.*”
- Silencio..., contemplación..., adoración...
- Al invitar a Jesús,
al abrirle las puertas de nuestra casa a Jesús...,
Jesús se sienta junto a nosotros,
inunda nuestra existencia de él,
nos bendice y nos sacia de su pan y de su vino...
- Silencio..., contemplación...

Gratitud... y alabanza...
- ¡Quédate con nosotros, Señor...!

¡Quédate con nosotros, Señor!

- Quédate con nosotros, Señor...
cuando se apague nuestra fe,
cuando se oculte tu rostro...
- Quédate con nosotros, Señor...
en los momentos de desilusión,
en los momentos de dolor y de confusión,
en los momentos de desconcierto...
- Quédate con nosotros, Señor...
cuando nos hunda el fracaso,
cuando nos embargue el temor,
cuando huyamos de nosotros mismos...
- Quédate con nosotros, Señor...
cuando nos falten las fuerzas,
cuando nos parezca que todo ha terminado,
cuando la esperanza nos desafíe...
- Quédate con nosotros, Señor...
cuando nos parezca que tú estás muerto,
cuando te perdamos de vista
por nuestra ceguera,
cuando nos quedemos sin ti...
- Quédate con nosotros, Señor...
cuando nuestro corazón se enfríe,
cuando nuestra mente no entienda tus cosas,
cuando nuestra alma se sienta vacía...
- Quédate con nosotros, Señor...
cuando nuestro amor se desvíe,
cuando nuestra entrega se debilite,
cuando nuestro espíritu se endurezca...
- Quédate con nosotros, Señor...
porque anochece en nuestra vida
y queremos permanecer contigo...
- Quédate con nosotros, Señor...
porque anochece...
y nuestro corazón ardía al calor del tuyo...
- Quédate con nosotros, Señor...
porque anochece en nuestra mente...,
y solo con la luz de tus palabras se ilumina...

Quédate con nosotros, Señor...
porque contigo entendemos mejor tu vida
y encontramos sentido a la nuestra...

Quédate con nosotros, Señor...
porque es de noche...,
y nos da miedo la oscuridad y el frío...

Quédate con nosotros, Señor...
porque anochece...,
y queremos permanecer siempre contigo...

Quédate con nosotros, Señor...
porque es de noche...
y tu presencia nos llena de espíritu y de vida...

Quédate con nosotros, Señor...
porque anochece...
y queremos vivir siempre contigo...

Quédate con nosotros, Señor...
porque es de noche...,
y tu presencia acompaña nuestra vida...

Ejercicio 20

Jesús y Pedro en el Tiberíades

Examen del amor

Lectura reposada de Jn 21,15-17.

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...
2. Paz..., sosiego..., calma interior...
Silencio..., contemplación..., armonía...

3. CONVERSACIÓN DE JESÚS CON PEDRO

- Después de la pesca milagrosa,
del desayuno vivido con Jesús...
- Jesús se queda con Pedro...
Jesús... Pedro...
- Los contemplamos...
Tratamos de observarlos en silencio,
vamos a tratar de meternos en la escena,
con los ojos del corazón muy abiertos...,
para admirar...,
para escuchar...,
para gustar y contemplar...

“Después de haber comido, dijo Jesús a Simón Pedro:

«Simón, hijo de Juan, ¿me amas más que estos?»

El le dice:

«Sí, tú sabes que te quiero».

Le dice Jesús:

«Apacienta mis corderos».

Vuelve Jesús, por segunda vez:

«Simón, hijo de Juan, ¿me amas?»

Pedro respondió:

«Sí, Señor, tú sabes que te amo...»

Le dice Jesús:

«Apacienta mis ovejas».

Por tercera vez, le dice:

«Simón, hijo de Juan, ¿me amas?».

*Pedro se entristeció de que por tercera vez le preguntase
¿me amas?, y le dijo:*

«Señor, tú lo sabes todo, tú sabes que te amo».

Le dijo Jesús:

«Apacienta mis ovejas».

(Jn 21, 15-17).

- Ha llegado un momento íntimo..., intenso..., profundo...
- Después de comer..., comparte..., todos están pendientes de Jesús...

4. JESÚS HABLA CON PEDRO

- «*Simón, hijo de Juan, ¿me quieres más que estos?*»
- Vamos a escuchar estas palabras de Jesús a Pedro...
- Observamos la mirada de Jesús,
y escuchamos... la voz de Jesús,
el tono de su voz,
sus palabras...
- Observamos a Pedro... ¿Qué sentiría al escuchar a Jesús?
¿Cómo miraría a Jesús...?

«*Señor, tú sabes que te quiero...*»
- Así..., nos quedamos en silencio...
contemplando...
mirando...
escuchando...
gustando...
saboreando las palabras de Jesús...

5. JESÚS HABLA CONTIGO

- Sigue saboreando las palabras de Jesús...
- Oyelas, dirigidas a ti, pronunciando Jesús tu nombre:
¿me amas..., me quieres más que estos...?
- Deja que la pregunta caiga en tu alma...
¿me amas?
¿me quieres más que éstos...?
- Jesús te habla al corazón...
a tu intimidad...
a la verdad profunda de tu corazón...
- ¿De verdad me quieres...?
¿de verdad significo mucho para ti?
¿me amas a mí?
¿de verdad sabes lo que es querer..., quererme a mí?

- Silencio..., paz..., amor entrañable de Jesús a Pedro..., y a ti...
- Repetir una y otra vez a Jesús...:
Señor, tú sabes que te quiero...

6. POR SEGUNDA VEZ

- Insiste Jesús de nuevo:
(como queriendo decir: eso es lo que me importa, si me amas...,
no si faltas... o no...,
si cumples o no...)

¿me amas?
¿de verdad me amas...?

- Señor, tú sabes que te amo...

7. POR TERCERA VEZ

- Jesús vuelve a insistir...
(como diciendo: No son fórmulas..., No quiero que finjas...
No me contestes con tópicos...,
con fórmulas hechas...)
- Por eso, Pedro se entristeció al escuchar a Jesús por tercera vez...
¿me amas, Pedro?
- Señor, tú lo sabes todo...
tú sabes todas mis debilidades...
tú sabes quién fui..., y quién soy ahora...
- Señor, tú sabes que te amo...
- Nos quedamos repitiendo una y mil veces a Jesús...
- Señor, tú sabes que te amo...
Señor, tú lo sabes todo...
tú sabes que te amo...

Señor, tú sabes que te amo...

Señor, tú sabes que te quiero,
a pesar de mis caídas, de mis traiciones y
de mis olvidos...

Señor, tú sabes que te quiero...
a pesar de mis errores, de mis desvíos y
de mi ceguera...

Señor, tú sabes que te quiero
todo el día,
en mis trabajos, en mis ratos de oración,
en mi descanso y en mi convivencia con otros...

Señor, tú sabes que te amo,
y quisiera amarte más, si se pudiese,
con todas mis fuerzas,
con toda mi vida y mi muerte...

Señor, tú sabes que te quiero...
y te pido que me lo sigas preguntando
porque tú te confirmas,
y yo vuelvo a renovar mi entrega
y mi comunión contigo...

Señor, tú sabes que te quiero...
sobre todas las cosas e intereses,
sobre todos mis planes y proyectos,
porque tú eres, de verdad,
el centro de mi existencia...

Señor, te amo, tú sabes que te amo...
acógeme así...
como vengo en este momento...,
recíbeme así...
en esta situación concreta...,
ámame así...
como soy, en mi pobreza y en mi debilidad,
perdóname así...
en mi barro roto por las caídas...

Señor, te amo, tú sabes que te quiero...
Señor, tú sabes todo,
tú lo sabes todo...
tú sabes que te amo....

Déjame estar contigo...,
y repetirme...,
una y mil veces...,

Señor, tú sabes que te quiero...

Señor, tú sabes que te amo...



PENTECOSTÉS



1

La venida del Espíritu Santo



¿Dónde está tu Espíritu, Señor?

Aunque te siento vivo y presente, Jesús,
tu Espíritu está lejos de mí.
No lo siento,
ni lo vivo,
ni lo experimento dentro de mí...

¿Dónde está tu Espíritu, Jesús?

Echo de menos tu Espíritu en mí...
Necesito que invada mis manos y mi mente,
mis ojos y mis labios,
mi aliento y mi corazón,
mi fuerza y mi debilidad...

¿Dónde está tu Espíritu, Jesús?

Estoy solo,
muy solo y desconcertado...
Estoy solo y muy triste...
Estoy aburrido y cansado
de tanto esperar y...
nunca acabo de sentir el fuego
de tu Espíritu...

¿Dónde está tu Espíritu, Jesús?

Es una pena grande la que me embarga
y embota mis sentidos...
Es una oscuridad en mis ojos y...
una noche en mi mente...
Estoy perdido, sin aliento,
sin saber por dónde tirar,
sin camino, sin destino...

¿Dónde está tu Espíritu, Jesús?

Señor, te siento vivo...
Sé que estás... pero...
¡qué lejos...!
¡qué vacilantes siento mis pasos
sin tu huella delante...

¿Dónde está tu Espíritu, Jesús?

¡Qué inseguridad sin tu mano en mi hombro,
que apoye y empuje,
desde la amistad,
el riesgo de otro paso hacia delante...

¿Dónde está tu Espíritu, Jesús?

Sin senderos claros,
sin luz que oriente,
sin fuerzas, cansado, roto,
vacilante... en medio del camino...

¿Dónde está tu Espíritu, Jesús?

¡Envíanos, Señor, tu Espíritu...
y renueva la faz de la tierra...!

Envíanos, Señor, tu Espíritu...

Textos bíblicos

- * *“El que tenga sed, venga a mí,
y beba el que crea en mí.
Como dice la Escritura:
De su seno correrán ríos de agua viva.
Esto lo decía refiriéndose al Espíritu que iban a recibir
los que creyeran en él.
Porque aún no había sido derramado el Espíritu
pues Jesús todavía no había sido glorificado.”*
(Jn 7, 37-39).
- * *“Yo pediré al Padre y os dará otro Paráclito,
para que esté con vosotros para siempre,
el Espíritu de la verdad,
a quien el mundo no puede recibir,
porque no le ve ni le conoce.”*
(Jn 14, 16-17).
- * *“Os he dicho estas cosas estando entre vosotros.
Pero el Paráclito, el Espíritu Santo,
que el Padre enviará en mi nombre,
os lo enseñará todo y
os recordará todo lo que yo os he dicho.”*
(Jn 14, 25-26).

Otros textos:

- Jn 15, 26.
- Jn 16, 7.
- Jn 16, 12-13.

Ejercicio 21

El Espíritu Santo: promesa y esperanza

1 Relajarse, pacificarse y centrarse...

2 Silencio..., paz..., calma interior...

Silencio..., esperanza..., apertura interior...

3. LOS DISCÍPULOS SE REUNÍAN A ORAR EN EL CENÁCULO

- Los discípulos, desde la muerte de Jesús,
y también desde la resurrección,
se reunían en el cenáculo para compartir...,
para orar...

- Contemplemos el cenáculo:
vemos a los apóstoles,
a María con ellos...

Los observamos...
los escuchamos...
descubrimos...

su vivencia interior,
su vida,
sus sentimientos,
su recuerdo de Jesús,
la unión que viven entre sí,
el amor que les une,
sus deseos y temores...

- Nos dejamos impregnar de su espíritu...

4. NUESTRO CENACULO

- Nos hacemos presente junto a ellos...

- O simplemente ahora sentimos y vivimos
nuestro cenáculo: juntos para compartir,
juntos para orar,
con María,
con los apóstoles,
con nuestros amigos...

- Descubrimos nuestro espíritu interior,
nuestros deseos y temores,
nuestro recuerdo y vivencia del Señor,
nuestros sentimientos,
nuestra riqueza y nuestra pobreza...

5. PROMESA, ORACIÓN Y ESPERANZA

- Así, en silencio...,
en oración...,
en esperanza...

escuchamos a Jesús: recordamos sus palabras...
la promesa de su Espíritu...

*“Yo pediré al Padre y os dará otro Consolador,
para que esté siempre con vosotros,
el Espíritu de la verdad.”
(Jn 14,16).*

*“El Espíritu Santo, que enviará el Padre en mi nombre,
os lo enseñará todo.”
(Jn 14,26).*

*“Os conviene que yo me vaya;
porque si no me voy,
no vendrá a vosotros el Espíritu Consolador,
pero si me voy, os lo enviaré...”
(Jn 16,7).*

6. Silencio..., apertura de corazón...

- Dejemos que calen en nosotros las palabras de Jesús...
- Despertemos nuestros deseos de que el Espíritu de Dios
se derrame en nuestros corazones,
en nuestra mente,
en nuestra alma,
en nuestro pequeño cenáculo,
en nuestra familia o comunidad...
- Esperemos que Jesús nos envíe su Espíritu...
que Jesús derrame su Espíritu en nuestros corazones...
- ¡Ven, Espíritu de Dios...!
- ¡Ven, Espíritu creador...!

Pentecostés hoy

Celebramos Pentecostés como una fiesta clave en nuestra tradición cristiana. Fiesta de la efusión del cõbre aquel puñado de amigos de Jesús, que cada jornada se reunían, junto a María, para compartir la oración y el silencio, la vida y la fracción del pan.

La venida del Espíritu Santo es el broche que cierra la acción visible y palpable de Dios en nuestra historia. Es la fiesta donde Dios rompe los diques para invadir la tierra, labrada y abonada por Jesús. Aquellos hombres rudos se convierten desde hoy, por la efusión del Espíritu, en comunidad viva, en semilla de un nuevo modo de entender la vida y la convivencia entre los hombres.

Será esta comunidad, a partir de Pentecostés, la prolongación de Jesús. Esta comunidad será, viviendo en el Espíritu de Dios, un signo de salvación, de verdad y de luz, Dios para todos los hombres.

Será esta comunidad una nueva era de la historia: es posible liberarse de la muerte y del odio y vivir la vida en plenitud y llevarse bien entre los hombres viviendo fraternalmente. Será esta comunidad una transparencia de Dios, del Dios amor, del Dios que nos une en alianza perpetua con él.

Pero antes de ahondar en esta fiesta que nos ocupa, nos preguntamos: ¿Es que antes de Pentecostés nos había Espíritu Santo en el mundo? ¿No existía antes de Jesús la acción del Espíritu en esta tierra?

No había Espíritu Santo y sí había Espíritu Santo.

No había Espíritu Santo antes de Pentecostés con esta fuerza, con estos signos visibles, con este sentido de plenitud y como coronación de la acción salvífica comenzada en la Encarnación.

Pero sí había Espíritu Santo en la tierra desde los mismos albores de la historia, porque no hay historia ni vida en el mundo sin Espíritu.

El Espíritu Santo es Dios, el Señor y Dios nuestro, infinito y absoluto, que existe y vive en cada ser, en cada esquina de la tierra, en cada árbol, en cada realidad humana...

El Espíritu de Dios que alienta y da vida al hombre en cada instante y que sostiene el canto del pájaro, y da fuerza al viento y transparencia al agua.

Dios vive y está actuando en nuestro mundo, en nuestra historia. Dios se revela y se manifiesta en la voz de tantos hombres, que en su humildad y docilidad han sido profetas de Dios.

Dios está presente en toda la creación. El Espíritu de Dios ilumina los corazones de los hombres y los llena de su presencia. Donde haya habido una experiencia de perdón, de amor, de luz o de bondad, de gozo, de paz y o de fraternidad, allí ha existido, como trasfondo actuante, el Espíritu Santo.

La presencia del Espíritu de Dios en los hombres es tan extensa como la misma historia del hombre. Siempre ha estado marcada por la acción viva y eficaz del Espíritu Santo: Dios actuando en la historia, Dios que se revela, que da vida, que sostiene y alienta, que perdona y santifica, que consuela y guía...

Entonces, ¿qué celebramos en esta fiesta de Pentecostés? ¿Es algo nuevo o una manifestación más del Espíritu? ¿No será un acto piadoso, puramente devoto, pero que no añade ni dice más que otras actuaciones del Espíritu?

Empecemos subrayando la importancia que Jesús dio a este envío del Espíritu que ocurriría después de marcharse él. En la última cena Jesús alude al Espíritu como la plenitud de la vida nueva. Sería el consolador, el revelador de la verdad definitiva, la fortaleza, el vigor de todos sus discípulos. Será el Espíritu el que los consagre en la verdad y santifique sus vidas.

Qué es, pues, la venida del Espíritu Santo el día de Pentecostés?

Es la última página de un libro que empezó a escribirse aquel día corriente, pero único en la historia, en que Dios reveló a María su iniciativa de encarnarse en sus entrañas.

Pentecostés es la coronación de un acontecimiento único, histórico y definitivo: la acción salvífica de Dios en favor de los hombres, encarnándose en nuestra humanidad.

El hombre no podía alcanzar a Dios con sus propias fuerzas para salvarse y vivir en plenitud.

Dios se inclina sobre el hombre, metiéndose en las profundidades de nuestra humanidad. Dios, en su inescrutable designio, en su amor infinito, decide intervenir en la historia, actuar en favor de los hombres, **encarnándose**, haciéndose hombre.

El Dios infinito, inefable, absoluto y eterno, se encarna en nuestra estrecha humanidad, y asume nuestro tiempo (ritmo temporal) y nuestras limitaciones humanas.

Este hecho inaudito e inexplicable pero real y auténtico, es único en cuanto totalizante de un nuevo modo de actuar Dios. Dios decide manifestarse y darse a los hombres por medio de la encarnación, hacerse presente a través de la realidad humana.

Este hecho único de Dios que se manifiesta encarnándose, se va realizando en unos hechos, en unas páginas que desgranar la historia de un Dios-hombre, que es Jesús de Nazaret.

El Espíritu de Dios, en su infinitud y eternidad, se hace pequeño y temporal. El Espíritu Santo, su revelación y su acción en este mundo nuestro, a través de la humanidad de Jesús, tuvo un comienzo y un final.

El comienzo fue aquel momento en que el Espíritu Santo cubrió con su sombra y descendió sobre la Virgen María y empezó a existir el Hijo de Dios, con una vida humana, en las entrañas de María.

Historia que, entre luces y sombras, tuvo momentos puntuales en que se hacía más visible, más intensa y palpable esa manifestación del Espíritu a través de Jesús. Baste citar la manifestación en el Bautismo de Jesús o en su transfiguración. En cada hecho o palabra de Jesús podríamos percibir esa presencia más o menos perceptible del Espíritu de Dios que se irradia en su humanidad.

Desde este hecho, la encarnación de Dios, desde la presencia de Jesús, Dios-hombre, el Espíritu Santo está en nuestro mundo, no como antes esporádicamente, invisible e imperceptible, sino manifestado, visible y palpable en Jesús de Nazaret.

*“El Espíritu del Señor está sobre mí,
porque me ha ungido.
Me ha enviado a anunciar a los pobres
la Buena Noticia,
a proclamar la liberación a los cautivos
y la vista a los ciegos,
para dar libertad a los oprimidos
y proclamar un año de gracia del Señor”
(Lc 4, 18-19).*

Desde la encarnación, la acción del Espíritu de Dios se hace presente en la realidad humana y se manifiesta a través de ella.

A este Dios nuestro que viene a nuestro mundo, para salvarnos por amor, impregnando toda la existencia humana de la misma vida de Dios, le llamamos Espíritu Santo.

El Espíritu Santo se hace presente y nos redime del pecado, acortando y anulando nuestra separación de Dios. Nos libera de la muerte, dándonos la vida, su vida. Nos redime de nuestra limitación llenándonos de su infinita gracia y plenitud.

¿Cómo actúa el Espíritu Santo?

¿Cómo percibirlo y acogerlo?

¿No es verdad que sopla donde quiere y como quiere?

¿Será su acción siempre imprevisible?

¿Existe algo concreto en que podamos decir: aquí está presente el Espíritu, aquí actúa el Espíritu Santo?

Desde la encarnación de Dios, Jesús es la presencia viva y palpable del Espíritu de Dios entre nosotros. En Jesús, en su humanidad, tenemos la presencia visible del Espíritu Santo.

Pero además, la comunidad cristiana, la Iglesia, es la prolongación real y visible de Jesús. Todos juntos formamos su cuerpo, reunidos en torno a la mesa del Señor, unidos por su mismo amor. La comunidad cristiana como sacramento, como palabra, como signo de Cristo, es extensión y acción de la misma acción encarnada de Dios. Es la comunidad viva de Jesús, que lo vive y lo irradia en su entorno. El mismo Espíritu de Dios que se manifiesta en la humanidad de Jesús, se expresa y se irradia en la comunidad de creyentes.

Ahí, en esa comunidad de apóstoles junto a María, culmina la efusión del Espíritu. El día de Pentecostés vivieron la confirmación, la revelación y efusión del Espíritu Santo que les llena el corazón e ilumina sus mentes. La sabiduría y el amor transformó visiblemente sus vidas. Era la coronación de esa acción salvífica y liberadora de Dios en la efusión de su Espíritu.

La Iglesia, la comunidad cristiana, será signo de la presencia del Espíritu, será desde ahora el sacramento de Dios, el signo de la acción del Espíritu.

Desde Pentecostés la presencia del Espíritu se encarna en la palabra, en los signos y gestos de la Iglesia. Toda comunidad auténticamente cristiana será Pentecostés. Su mensaje y su acción serán presencia y efusión del Espíritu de Dios para ese momento concreto.

Desde Pentecostés, la presencia del Espíritu se encarna, vive y se manifiesta en la vida y en el trabajo, en la palabra y en el silencio de cada creyente. El hombre de fe, si vive su experiencia viva de fe en Jesús, estará lleno del Espíritu de Dios.

Esta es nuestra fe. Una fe transformante que no se queda solo en un acto puramente piadoso y ajeno a la realidad de la vida diaria. Vivir el Espíritu de Dios en nosotros, abrimos a él y vivir desde él todas las tareas y ocupaciones. Irradiar ese Espíritu en la vida para que nuestra presencia sea Pentecostés para los demás.

Cualquier comunidad y persona cristiana, si lo es de verdad, vivirá el Espíritu de Dios, percibirá la presencia del Espíritu en todo, y, al mismo tiempo, ella misma irradiará en todas las circunstancias de su vida el Espíritu de Dios.

Celebrems, pues, la fiesta de Pentecostés. La fiesta donde el Espíritu de Dios desciende y se derrama en nuestra vida humana, donde se hace visible a través de nuestro recipiente de barro. La fiesta donde el Espíritu de Dios nos dice de forma palpable que está entre nosotros, que llena nuestra pequeña vasija quebradiza, donde el barro queda transformado en divino, porque el Espíritu de Dios lo ocupa y lo llena todo por dentro.

Desde Pentecostés todos los días podemos celebrar la fiesta de la efusión del Espíritu en nuestra realidad de cada día, porque desde entonces, vivimos siempre y en todas partes la efusión del Espíritu que se manifiesta y se entrega.

Pero desde entonces, todos los días hemos de prepararnos para recibir esa efusión. En aquella primera y eterna venida, los discípulos perseveraban en el cenáculo, en oración, junto a María. Fueron unas condiciones que se dieron entonces y que prepararon su corazón para acoger el infinito regalo de Jesús.

Permanezcamos en oración, en comunión con nuestros hermanos y amigos, junto a María, deseando que el Señor derrame de nuevo su eterno Pentecostés, derrame su Espíritu en nuestras vidas.

Esa es nuestra vida hoy. Acoger y vivir el Espíritu de Dios... Irradiar y transmitir el Espíritu de Dios en todas las circunstancias que vivamos.

¡Ven, Espíritu Santo, y llena nuestros corazones de tu amor...!

¡Ven, Espíritu creador, y renueva la faz de la tierra...!

Textos bíblicos

- * *“Sabréis que yo estoy en medio de Israel, el Señor, vuestro Dios, el Único, y mi pueblo no será confundido jamás. Después de eso, derramaré mi Espíritu sobre toda carne: profetizarán vuestros hijos e hijas.”* (Joel 2, 27; 3,1).

- * *“Así dice el Señor:
Yo mismo abriré vuestros sepulcros, pueblo mío, y os traeré a la tierra de Israel.
Y cuando abra vuestros sepulcros y os saque de vuestros sepulcros, pueblo mío, sabréis que yo soy el Señor.
Os infundiré mi espíritu y viviréis; os colocaré en vuestra tierra y sabréis que yo, el Señor, lo digo y lo hago.”*
(Ez 37, 12-14).

- * *“Cuando el Espíritu Santo descienda sobre vosotros recibiréis fuerza para ser mis testigos en Jerusalén, en toda Judea, en Samaría y hasta los confines del mundo.”*
(Hch 1, 8).

- * *“Esforzaos en mantener la unidad del Espíritu, con el vínculo de la paz.
Un solo cuerpo y un solo Espíritu, como una sola es la esperanza de la vocación a la que habéis sido convocados.
Un Señor, una fe, un bautismo.
Un Dios, Padre de todos, que lo trasciende todo, lo penetra todo, y lo invade todo.”*
(Ef 4, 3-6).

- * *“Hay diversidad de carismas, pero un mismo Espíritu; hay diversidad de ministerios, pero un mismo Señor; hay diversidad de funciones, pero un mismo Dios que obra todo en todos. En cada uno se manifiesta el Espíritu para bien común.”*
(1Cor 12, 4-7).

- * *“Nadie puede decir «Jesús es el Señor», si no es bajo la acción del Espíritu Santo.”*
(1Cor 12, 3b).

** “Así también el Espíritu viene en ayuda de nuestra debilidad, porque nosotros no sabemos pedir lo que nos conviene, pero el Espíritu mismo intercede por nosotros con gemidos inefables. El que escudriña los corazones sabe cuál es el deseo del Espíritu, y que su intercesión por los santos es según Dios.”*
(Rom 8, 26-27).

Otros textos:

- 2Cor 1, 21-22.
- Rom 8, 11.
- Rom 8, 14-17.

Sugerencias

- * Vive tú en mí y yo en ti..
como la sangre en mis venas,
como el pensamiento en mi mente,
como la fuerza en mi cuerpo,
como el aliento en mis pulmones...
- * Escuchar a Jesús en el corazón:
Quiero asimilarte totalmente a mí,
identificarte completamente conmigo...
- * Quiero abrirme a la fuerza irresistible de la vida de Dios que ha sido
derramada en mí a través del agua bautismal.
- * Es necesario nacer del agua y del Espíritu...
El agua que purifica...
El Espíritu que renueva desde dentro todo mi ser...
- El Espíritu de Dios ha sido derramado en nuestros corazones...
¿Lo vivimos? ¿Cuándo? ¿Cómo?
- * Hay que abrir las ventanas de nuestra casa para que entre el sol.
De igual modo hay que abrir las puertas de todo nuestro ser para
poder vivir ese Espíritu de Dios en nuestra vida diaria.
- * Por los frutos reales que se producen en nuestra tierra constatamos
la presencia del Espíritu de Dios en nuestra vida: caridad, gozo
espiritual, paz, paciencia, benignidad, mansedumbre, longanimidad,
fe, modestia, continencia, castidad...
- * ¿Se dan esos frutos en nosotros?
Si no se dan plenamente no es que su presencia no sea plena, sino
que nosotros no hemos abierto totalmente nuestro espíritu al suyo,
y nos dejamos invadir de “otros espíritus”...
- * “ *Los que son animados por el Espíritu, estos son los hijos de Dios.*”(Rom 8,14).
El dejarse alentar, consolar y conducir por el Espíritu Santo,
es lo peculiar y lo que distingue al verdadero hijo de Dios.
- * El cristiano no sólo trata de asimilar una mentalidad determinada,
de realizar unos planes de trabajo o apostolado,
de organizar su vida,
de programar tareas y servicios...
sino que trata, fundamentalmente, de dejarse iluminar y guiar
por el Espíritu de Dios, por el Maestro interior, para que su vida
vaya siendo siempre y en todo lugar una transparencia de Dios...

- * *“El os enseñará toda la verdad...” (cf Jn 14).*
“El amor de Dios ha sido derramado en vuestros corazones por el Espíritu Santo (cf Rom 5,5).
Esta es la acción del Espíritu Santo:
 - Iluminar nuestra mente con su luz...
 - Encender nuestro corazón con su amor ...Así, seremos iluminados y conducidos por él.

- * Desde la profundidad de nuestro ser, la acción del Espíritu integra, unifica, seduce, impulsa, plenifica, nos conduce y nos dirige en todos los niveles y aspectos de nuestra vida.

- * Así se transforma nuestra vida:
 - no desde fuera: con propósitos, conquistas, esquemas de vida...
 - sino desde dentro: desde el espíritu de Dios
 - que se convierte en nuestro espíritu,
 - que nos llena y nos vivifica,
 - que nos modela,
 - que se irradia en todas nuestras actitudes y actividades...

¡Vivir en el Espíritu!

Eres agua pura,
alegría,
melancolía y sonrisa...

Eres vida y consuelo,
plenitud y vacío...

Eres a quien busco y no encuentro,
a quien vivo y no siento,
a quien añoro y no poseo...

Eres Espíritu de Dios...

Eres presencia toda,
amor en todo,
consistencia de todo...

Eres, Espíritu de Dios,
mi vida, la vida
del alma mía...

Si tú estás, hay consuelo y aliento,
hay presencia sin ausencia,
música sin notas,
eco sin sonidos,
cantos sin palabras,
amor sin barreras...

Eres, Espíritu de Dios,
tesoro escondido de mi alma,
aliento que se respira...

Eres la unidad de todo,
la comunión que funde y unifica...

Eres, Espíritu de Dios,
quien alienta la vida y la muerte,
quien suaviza el camino y lo orienta,
quien ilumina la oscura noche de nuestro destino...

Si tú estás..., no existe la noche
ni la muerte,
ni el odio ni el egoísmo...

Si tú estás... es de día,
hay vida,
hay fraternidad...

Ejercicio 22

La venida del Espíritu Santo

1. Relajarse, pacificarse y centrarse...

2. Silencio..., paz...

Silencio..., apertura de todo nuestro ser...

3. SILENCIO..., ESPERANZA..., CONTEMPLACIÓN...

- Nos reunimos, como los apóstoles, con María,
en oración...,

evocando la venida del Espíritu Santo sobre ellos...

- Hoy: deseáramos vivir la EFUSIÓN DEL ESPÍRITU SANTO
sobre nosotros...

deseamos que el Espíritu Santo se derrame
sobre nosotros...,
sobre toda nuestra existencia...,
sobre nuestro cenáculo...,
sobre nuestra familia o comunidad...

- Hoy: como entonces ellos:

- estamos un grupo de amigos de Jesús,
somos amigos de Jesús, como ellos...,
llevamos mucho tiempo con Jesús,
siguiendo a Jesús,
amando a Jesús,
contemplando y sirviendo a Jesús...

- Jesús, como hizo con ellos entonces,
quiere culminar su obra en nosotros,
enviando su Espíritu sobre nosotros,
llenándonos de su Espíritu...

- Nosotros, como ellos entonces,
nos preparamos y nos disponemos,
para recibir la efusión de su Espíritu...

- re-unidos...,
- en oración...,
- compartiendo la vida...,
- en unión fraternal...,
- junto a María...

4. ESPERANZA Y CUMPLIMIENTO

- Silencio..., paz...

Oración..., silencio..., espera confiada...

- Ven, Espíritu Santo...

Ven, Espíritu de Dios...

Ven., Espíritu de Jesús...

Ven, Espíritu Creador...

(Repetir lentamente..., desde el corazón...,
como un eco del alma que suspira por su Dios...)

5. LA VENIDA DEL ESPÍRITU SANTO SOBRE LOS APÓSTOLES

- Lectura reposada de *Hch 2,1-4*:

*“Al llegar el día de Pentecostés,
estaban todos los discípulos reunidos
en un mismo lugar.*

*De repente vino del cielo
un ruido como de una ráfaga
de viento impetuoso,
que llenó toda la casa en la que se encontraban.*

*Vieron aparecer una lenguas,
como llamaradas de fuego,
que se repartieron y se posaron
sobre cada uno de ellos.*

*Se llenaron todos del Espíritu Santo
y empezaron a hablar en otras lenguas,
cada uno según el Espíritu
les concedía expresarse.”*

6. Silencio..., adoración..., alabanza...

Silencio..., contemplación..., apertura al Espíritu de Dios en nosotros...

Silencio..., gratitud al Espíritu de Dios que habita en nosotros...

- *Vive tú en mí y yo en ti...*

7. Oración: Ven, Espíritu Creador...

Ven, Espíritu creador...

Ven, Espíritu Santo,
ven...,
vuelve a venir a nuestra vida
para que hoy sea un nuevo Pentecostés...

Ven, Espíritu Creador,
vuelve a renovar en nosotros tu aliento de vida,
y tu imagen de Dios...

Ven, Espíritu Consolador,
llena de consuelo nuestro ánimo caído,
alegra el corazón desolado y encogido...

Ven, Espíritu Santo,
perdona nuestros pecados,
libéranos de nuestras esclavitudes,
santifica nuestra alma...

Ven, Espíritu de Paz,
aplaca mis tormentas y zozobras,
libérame de mi impaciencia,
pacifica mi horizonte y mi esperanza
inunda de paz toda mi existencia...

Ven, Espíritu de Amor,
libérame de mi egoísmo,
extiende mi amor a todo hombre,
cambia mi corazón por el tuyo...

Ven, Espíritu de Vida,
levanta mi espíritu adormecido,
despierta mi existencia a tu Nueva Vida...

Ven, Espíritu de Sabiduría,
borra nuestra ignorancia,
destruye nuestros pensamientos mezquinos,
limpia nuestros prejuicios,
haz que gustemos tu sabiduría...

Ven, Espíritu de Jesús,
vacíame de mí...
y lléname de la vida de Jesús...

Ven, Espíritu de Dios,
vacíame... y purifícame...

Ven, Espíritu de Dios,
renuévame y santifícame...

Ven, Espíritu de Dios,
lléname y plenifícame...

Ven, Espíritu creador...

Ven, Espíritu de Dios...



2

La comunidad cristiana



El Espíritu Santo y la vida diaria

La vida diaria, la que nos ocupa la mayor parte de nuestra horas, es difícil vivirla con sentido y plenitud. Con frecuencia nos quejamos de ella. No acabamos de descubrir el sentido de nuestra vida ordinaria, con sus trabajos y preocupaciones, con sus contrariedades y tareas vulgares, con sus frustraciones y alegrías.

La vivimos como buenamente podemos y tratamos de sobrellevarla con paciencia, esperando que algún día podamos liberarnos o evadirnos de ella.

Por otro lado está nuestra vida espiritual, así la llamamos. Por otro lado, digo, porque esa es otra cosa. Es la que se refiere más directamente a Dios. Al menos, así nos parece a nosotros. En ella pensamos y reflexionamos cosas sublimes. Nuestra vida espiritual parece que va por otro camino: sentimos deseos y propósitos que nos ennoblecen y levantan nuestro pesimismo. Oramos al Señor para que cambie nuestras conductas y actitudes; y pedimos a Jesús en la eucaristía que transforme nuestra vida, y mejore nuestro comportamiento.

Incluso caemos en la tentación de pensar que a nosotros, en nuestra vida espiritual, nos va bien porque pasamos buenos ratos dedicados a ella. Pero, por el contrario, en la vida diaria de convivencia y de quehaceres ordinarios, las cosas nos van bastante mal. No hay modo de vivirla en profundidad, en armonía y en plenitud.

Incluso el tiempo lo tenemos dividido en el que dedicamos a la vida espiritual, el que dedicamos a las actividades más o menos profanas.

Pero, la vida espiritual... ¿es ajena a la vida corriente?

¿Es que mi vida espiritual se encuentra fuera y separada de la vida ordinaria?

¿Es que se puede vivir una vida espiritual prescindiendo de la vida diaria?

¿En qué consiste realmente mi vida espiritual?

Es frecuente oír decir a una persona, que va a hacer un día de retiro: “Hoy me voy a dedicar a la vida espiritual”. (¿Es que los demás días los dedica sólo a lo material o a lo profano, o como que-ramos llamarlo?). En otras ocasiones repetimos: “Hay que fomentar la vida espiritual”, aludiendo a tener más ratos de oración o de lectura formativa o de revisiones comunitarias, (como si la vida espiritual consistiese solo en tener reuniones o ratos de oración o lecturas piadosas).

Yo me pregunto: ¿Qué estamos diciendo con esas palabras “vida espiritual”? Los días que no hago retiro, o los ratos que no dedico a la oración, lectura o reuniones, que son la mayoría, ¿no me dedico a la vida espiritual? ¿A qué me he dedicado, entonces? ¿A la vida material de trabajos, ocupaciones y preocupaciones? Y esto, ¿no es vida espiritual?

Esta dicotomía entre vida ordinaria y vida espiritual llega a ser una realidad tan acentuada en nuestra vida personal que podemos entregarnos a una de ellas olvidándonos de la otra y al revés, como si fuesen ajenas, y no tuviesen nada que ver entre sí.

Incluso catalogamos a las personas como “comprometidas” o “espirituales”, “activas” y “contemplativas”..., como si se tratase de dos caminos opuestos y absolutos por sí solos. No. No hay

personas contemplativas que no estén comprometidas, ni personas activas y comprometidas si al mismo tiempo no son profundamente espirituales.

Planteada así esta situación vital de falta de integración y de armonía entre nuestra vida espiritual y nuestra vida ordinaria, vamos a intentar abrir unos cauces de reflexión y de posibles vías de solución.

Tenemos que empezar diciendo que la vida espiritual no consiste en “hacer cosas espirituales”, (como si hubiese “cosas” materiales y “cosas” espirituales). Ni tampoco consiste en realizar determinadas acciones, o en practicar tareas espirituales, ni en asistir a actos religiosos.

Esto, a simple, vista creo que está claro. Yo puedo estar asistiendo a un acto religioso, pero con mi mente y con mi corazón estar en otro sitio, arreglando asuntos ajenos a dicho acto religioso. Puedo estar pronunciando con mis labios una oración y estar completamente distraído.

Son actos puramente corporales: decir palabras sólo con los labios (producir algunos sonidos, simplemente), realizar unos gestos con mis manos, pero mi ser profundo está ajeno a esas palabras o gestos.

Poca diferencia existiría con una oración producida por el altavoz de un casete. Y a nadie se le ocurre decir que un casete “canta o reza al Señor”, porque reproduzca los sonidos de las palabras de un Padrenuestro. El casete no realiza sus actos como persona, es decir, conscientemente y con amor.

Nosotros también podemos realizar estos actos y tareas desde los niveles más superficiales de nuestro ser personal, y carecer totalmente de espíritu y de vida interior. Podemos simplemente realizarlos como los realizaría una máquina o un robot.

¡Cuántas veces nuestro trabajo consiste solamente en producir resultados, pero sin vivirlos, sin encontrarles sentido y hasta protestando contra ellos! ¡Es una pena! Nos hemos convertido en máquinas, y lo único que nos importa de ellas es que produzcan unos rendimientos. Cuanto más rendimiento, mejor es la máquina, sin preguntarnos por el modo de realizarlo y de vivirlo la persona...

La diferencia radical entre la persona y la máquina es cualitativa. Está, no en el efecto, en los resultados, sino en el modo de realizar los trabajos y tareas, en el modo de vivirlos, en el sentido que encuentra en ellos, en la finalidad con que los realiza y los vive. La diferencia radical es que el hombre los realiza desde su ser personal, desde su ser más genuino: su centro personal donde es amor, libertad, consciencia, energía vital. Es decir, los realiza desde su ser espiritual.

La vida espiritual es, precisamente, vivir desde el espíritu, vivir desde la hondura de nuestro ser personal, donde somos espirituales, y desde el Espíritu de Dios que habita en nosotros.

La vida espiritual es vivir la hondura de nuestro ser espiritual, y vivir abiertos al Espíritu de Dios que vivifica todo nuestro ser y da consistencia a toda la creación.

Nosotros podemos vivir nuestra vida desde los niveles más superficiales, donde simplemente somos cuerpo, afectividad y mente.

Ser persona y vivir como persona es vivir desde ese centro profundo de mi ser espiritual que trasciende estos niveles más superficiales y les da hondura, consistencia y sentido. ¡Qué distinto es realizar un trabajo puramente con nuestras manos, a vivirlo desde dentro, poniendo mucho amor y sentido en él!

Vivir la vida espiritual en plenitud implica un desarrollo de esta consciencia de mi profundidad como persona, de esta realidad de mi ser como imagen de Dios, como hijo suyo. Es vivirme vivificado por el Espíritu de Dios que late en mi corazón, en la raíz más íntima de mi intimidad.

Es el Espíritu el que hace que yo sea espiritual y que mi vida sea espiritual y no carnal, según la terminología de S. Pablo. Jesús le decía a Nicodemo que tenía que nacer de lo alto, “del agua y del Espíritu”, porque lo que nace de la carne es carne, pero lo que nace del Espíritu es espíritu (cf Jn 3, 5-6).

Esta vida espiritual no consiste en pensarla, ni en discurrir sobre ella, ni crece a base de reuniones, hablando o discutiendo sobre ella. Es para vivirla, para hacerla realidad en todas y cada una de las circunstancias de la vida ordinaria. Es decir, siempre y en todas partes.

Es curioso cómo a veces nos engañamos pensando que en la vida espiritual nos va bien, porque reflexionamos gustosamente sobre ella, y que en la vida ordinaria nos va mal porque no acertamos a vivirla sin resolver los problemas que encontramos en ella.

En realidad la vida del hombre es una, única, vivida desde el nivel superficial o intentando vivirla desde la profundidad espiritual. Y ese nivel desde el que sabemos vivir, es desde el que vivimos todo: lo grande y lo pequeño, los trabajos y la convivencia, la oración y la enfermedad...

Por eso, la vida espiritual no consiste en realizar actos religiosos concretos, ni en pensar ni discutir nada. La vida espiritual consiste en vivir desde el Espíritu de Dios toda la realidad de mi vida, desde que me levanto hasta que me acuesto, sea lo que sea, haga lo que haga, esté donde esté.

La vida vivida desde el Espíritu de Dios es algo que tiene que realizarse, hacerse realidad en las circunstancias ordinarias, en medio de las tareas y trabajos, en la convivencia y en los viajes, en la oración y en la fiesta.

Esa es la vida en plenitud, esa es la vida en profundidad y armonía, dejándome modelar y conducir por el Espíritu de Dios.

A veces deseamos que momentos felices sean eternos, duren siempre, se prolonguen hasta el infinito.

Eso es imposible. La vida real es la diaria, la corriente, hecha con momentos cumbres y con momentos monótonos y aburridos. Esta vida corriente y vulgar es la que yo quiero vivir con sentido, con plenitud, en armonía y desde el Espíritu de Dios.

La riqueza de una vida no depende de los contenidos y tareas, de las actividades y de los aplausos que se reciben desde fuera. La verdadera riqueza de una vida depende del modo de vivirla, está en la hondura, el sentido y el amor que yo ponga y encuentre en ella.

Si bien es verdad que yo no puedo hacer eterno un momento feliz, sí puedo plenificar, vivir en profundidad y “eternizar” cualquier tarea, trabajo o situación de la vida diaria. Yo puedo vivir la plenitud en cada situación, en cada realidad, si la vivo desde mi ser profundo, desde el Espíritu de Dios en mí; y si vivo la riqueza del Espíritu de Dios presente en esa misma realidad concreta.

¿COMO CRECER ES ESA VIDA ESPIRITUAL?

El problema lo tenemos al no saber cómo llevar a la vida diaria las ideas y reflexiones que se nos ocurren sobre la vida espiritual. Parece que cada una va por su lado, sin jamás encontrarse.

¿Cómo desarrollar esa vida del Espíritu en mí?

¿Cómo vivir el Espíritu de Dios en el trabajo?

¿Qué hago yo? ¿Cómo se puede vivir eso?

No basta pensarlo. Hay que ejercitarse en ese modo de vivir. No es suficiente pedirlo al Señor en la oración. Hay que poner los medios para que podamos desarrollar las posibilidades que Dios ha puesto en nosotros.

No basta con retirarse al desierto para pensar y aprender allí lo que luego tenemos que vivir en casa o en la ciudad. Todo esto puede venir bien, puede ayudar mucho, y a veces hay que aumentar la intensidad y seriedad de nuestros días y momentos de desierto.

Pero hay que aprender a vivir la vida espiritual en medio de la vida diaria, sin retirarnos de ella, sin ignorarla ni rechazarla. Hay que aprender ejercitándonos en la misma vida diaria. Ese es el campo de nuestro ejercicio y al mismo tiempo la meta a conseguir.

La vida diaria es el mejor terreno donde aprender a vivir la vida espiritual, la vida del Espíritu en nosotros. En ella tenemos que ejercitarnos, en ella tenemos que aprender a superar los obstáculos. En ella tenemos que dejarnos iluminar y conducir por el Espíritu. En ella tenemos que vivir el amor y la paz, la alegría y el sentido profundo de nuestro ser y de nuestra acción.

¿COMO EJERCITARNOS?

En primer lugar hemos de partir de un convencimiento: Dios, su Espíritu, está presente en toda la creación, en todas las cosas, en toda acción, en nosotros, en nuestra vida... En todo lo que existe, *“porque en Dios vivimos, nos movemos y existimos”* (Hch 17,28).

El Espíritu Santo está presente, envuelve toda la realidad, le da consistencia. El Espíritu de Dios es siempre y en todas las cosas, dentro y fuera de ellas. Desde la encarnación además, como decíamos anteriormente, todo lo humano ha quedado impregnado del Espíritu y es manifestación suya y camino hacia él.

Todo, pues, puede ser transparencia del Espíritu. Todo puede ser camino hacia el Espíritu de Dios. Todo mi ser, mi acción, mis responsabilidades, mi vida entera puede ser ocasión de descubrir el Espíritu y vivir desde él.

Yo puedo vivir cualquier circunstancia desde mi profundidad interior y desde el Espíritu de Dios que está dentro de mí como manantial de mi ser, y que está en la profundidad de toda criatura, de todo trabajo, de toda persona.

Yo puedo irradiar el Espíritu de Dios en todas las situaciones de mi vida diaria.

Para ello he de ejercitarme en esa vivencia de mi profundidad. En primer lugar, liberándome de los obstáculos que existen en mí y me impiden vivir desde dentro. La tensión, la ansiedad, la necesidad de rendimiento, la prisa, la dispersión..., son distorsiones que, me impiden vivir la profundidad de mi existencia y me mantienen en una vida superficial, dividida y distorsionada.

Esta liberación de obstáculos es necesaria si quiero crecer en una vida espiritual que se vaya extendiendo en la realidad de mi vida diaria.

Por otra parte, he de ejercitarme en todas aquellas facetas que dan cauce a lo mejor de mí mismo, y posibilitan el crecimiento de mi auténtica realidad profunda.

He de ejercitarme en vivir el momento presente, con atención, con los cinco sentidos, en una actitud acogedora y cordial. He de intentar vivir “aquí y ahora”, en este único instante con todo mi cuerpo, con mi mente, con todo mi corazón, en una actitud de amor, de paz y de armonía.

La misma vida diaria es el lugar y el momento donde me ejercitaré para vivir mi vida espiritual, para dejarme guiar por el Espíritu de Dios.

Esta vida diaria será la meta, será el objeto al que llegaré con mi ejercicio: vivirla con sentido y desde el Espíritu. Vivir la vida vulgar y corriente desde el Espíritu de Dios Vivir a Dios en todas las cosas y a todas en él.

Esa es nuestra tarea y nuestra meta. Esa es nuestra historia y nuestra llamada. Encarnar en nuestra vida ordinaria el Espíritu de Dios. Ser una presencia viva de Cristo en las circunstancias concretas de nuestra vida diaria.

Ojalá que el Espíritu de Dios vaya invadiendo nuestra vida, la ilumine y la conduzca. Que el fuego de su amor nos encienda por dentro de tal manera que seamos siempre antorchas de su presencia en las circunstancias que estemos viviendo.

Ojalá que el Espíritu de Dios nos consuele y nos oriente en nuestro caminar diario y nuestra vida sea vivir bajo la presencia y el aliento del Espíritu de Dios.

Ojalá el Espíritu de Dios vaya santificando toda nuestra existencia, la vaya transformando según el rostro y la vida de Jesús.

Reflexión personal

1. ¿En qué consiste tu vida espiritual?
2. ¿Vives superficialmente o en profundidad?
3. ¿Que espíritu te mueve en tus trabajos?
4. ¿En el trabajo vives tensión, prisas, ansiedad...?
5. ¿Buscas siempre la eficacia, los buenos y brillantes resultados?
6. ¿Tienes siempre la necesidad de hacer las cosas “bien”, “perfectas”?
7. ¿Qué espíritu te une con los demás en tu convivencia?
8. ¿Vives tu “vida espiritual” distinta y separada de tu vida ordinaria?
9. ¿Piensas que el modo de vivir tus trabajos y ocupaciones, cargos y responsabilidades, convivencia con otros, distracciones y descansos..., está muy lejos de tus aspiraciones profundas?
10. ¿Te has detenido a descubrir las causas de esas oposición?
11. ¿Vives tu vida espiritual, de verdad, sólo los días de retiro, o en tus ratos de oración o Eucaristía?
12. ¿Has pensado como podría ir unificando tu vida, hasta llegar a vivir desde el espíritu todos los momentos y aspectos de tu vida diaria...?

Sugerencias

- * Vida en el Espíritu...,
abrirse al Espíritu en nosotros...,
vivir en El y desde El...
- * La vida espiritual no consiste en hacer o realizar “cosas espirituales”.
Es el hombre, el que viviendo desde el Espíritu, impregna todo de
la fuerza de su Espíritu...
- * Por eso: aún las cosas más simples, o las tareas más vulgares,
pueden ser expresión y realización del Espíritu...
- * No se trata, pues, de hacer “cosas” u “obras” espirituales,
sino de vivir todo lo que se hace desde la hondura de nuestro
ser más profundo, desde el Espíritu de Dios en nosotros...
- * Sentirme en cada instante bajo la mirada de Dios...
Dios me guía a través de su Espíritu.
- * Para ello es necesario liberarme de los ruidos interiores...,
y tener muy agudizados los sentidos para percibir el susurro,
dulce y suave, del Espíritu.
- * Sin silencio interior es imposible escuchar a Dios y, por tanto,
dejarnos guiar y transformar por él.
- * Vivir el convencimiento de que Dios está conmigo y..., con él,
todo se convierte en fuente de vida.
- * Por eso, CUANDO EL SILENCIO HABLA...,
EL ESPÍRITU DE DIOS NOS TRANSFORMA...

Textos Bíblicos

- * *“No os engañéis; de Dios nadie se burla.
Pues lo que uno siembre, eso cosechará:
El que siembre en su carne, de la carne cosechará corrupción;
el que siembre en el espíritu, del espíritu cosechará vida eterna.
No nos cansemos de obrar el bien.”*
(Gal 6, 7-9a).

- * *“Samuel dijo a Saúl:
«Te invadirá el Espíritu del Señor,
y te convertirás en otro hombre».”*
(cf 1Sam 10, 6).

- * *“Si sois conducidos por el Espíritu, no estáis bajo la ley.
Ahora bien, las obras de la carne son conocidas:
fornicación, impureza, libertinaje, idolatría, hechicería, odios,
discordia, celos, iras, rencillas, divisiones, disensiones, envidias,
embriagueces, orgías y cosas semejantes,
sobre las cuales os prevengo, como ya os previne,
que quienes hacen tales cosas no heredarán el Reino del cielo.
En cambio, el fruto del Espíritu es amor, alegría,
paz, paciencia, afabilidad, bondad, fidelidad,
mansedumbre, dominio de sí;
contra tales cosas no hay ley.
Si vivimos según el Espíritu, obremos también según el Espíritu.”*
(Gal 5, 18-25).

- *“Me presenté a vosotros débil y temblando de miedo;
mi palabra y mi predicación
no fue con persuasiva sabiduría humana,
sino en la manifestación y el poder del Espíritu,
para que vuestra fe no se apoye en la sabiduría de los hombres
sino en el poder de Dios.”*
(1Cor 2, 3-5).

- * *“Nosotros hemos recibido un Espíritu que no es el del mundo;
es el Espíritu que viene de Dios,
para que tomemos conciencia de los dones que de Dios
recibimos.
Cuando explicamos verdades espirituales a hombres de espíritu,
no las exponemos en el lenguaje que enseña el saber humano,
sino en el que enseña el Espíritu.
A nivel humano, uno no capta lo que es propio del Espíritu de
Dios,
le parece una necesidad; no es capaz de percibirlo,
porque solo se puede captar con el criterio del Espíritu.”*
(1Cor 2, 12-14).

Otros textos:

- Hch 2, 46-47.
- 1Cor 2, 9-10.
- Tt 3, 5-7.
- Rom 6, 4.
- Gal 5, 5-6.
- Filp 2, 1-5.
- Col 3, 12-17.
- Ef 4, 1-7.
- 1Jn 2, 15-17.
- Rom 12, 9-12.

- Señor..., vacíame... y... lléname...
purifícame... y... límpiame...
- Señor..., vacíame..., invádeme...
vacíame..., lléname...

Ven, Espíritu de Dios, a mi vida...

- * En mis situaciones de dolor,
de sufrimiento,
de enfermedad...

Ven, Espíritu de Dios,
y alivia mi sufrimiento,
mi falta de salud..

Ven, Espíritu de Dios,
sobre mi dolor,
sobre mi enfermedad,
sobre mis grandes o pequeños achaques...

* * *

- * En mis situaciones de soledad,
de incomprensión,
de sentirme alejado de los demás...
de sentirme marginado...

En mis situaciones donde siento
que no me comprenden,
que me dan de lado,
que no me valoran,
que prescinden de mí...

Ven, Espíritu de Dios...,
acompañame,
para que sienta el calor de tu presencia,
tu amor y tu comprensión,
para que sienta que tu me aceptas...

Ven, Espíritu Santo,
acógeme,
consuélame,
compréndeme...

* * *

- * En mis situaciones de desconcierto,
de oscuridad,
de no saber por dónde ir,
de haberme perdido,
de estar desorientado...



Ven, Espíritu de Dios,
ilumíname,
oríentame por tus sendas,
guíame por tus caminos,
dirígeme tras tus huellas...

Ven, Espíritu Santo,
condúceme aunque sea de noche,
aunque yo no vea nada...,
llévame por tus caminos aunque yo esté vacilante....

* * *

* En mis situaciones de angustia,
de falta de vida...

En mis situaciones donde me siento morir,
donde le falta el sentido a la vida,
porque la vida se ahoga,
la luz agoniza,
la noche se eterniza...

Ven, Espíritu de Dios,
y dame vida,
aliéntame,
que sienta que tu aliento me esponja,
me ensancha el alma,
me abre a la esperanza...

Ven, Espíritu Santo,
que respire el aire fresco del cielo,
que sienta tu impulso de vida nueva,
en cada respiración...

* * *

* En mis situaciones de egoísmo y de pecado,
de soberbia y de envidia...

Ven, Espíritu de Dios,
perdóname,
purifícame,
santifícame...

Ven, Espíritu de Dios,
que me sienta perdonado por ti,
que me dé cuenta que tú curas mis heridas,
que experimente tu santidad en mí...

* * *

* En mis situaciones de alegría,
de fiesta,
de paz y de gozo...

Ven, Espíritu de Dios,
y que descubra que tu presencia es una fiesta,
que eres fuente de paz y de alegría,
que eres gozo y sonrisa...

* * *

* En mis situaciones de la vida corriente,
del trabajo aburrido,
de la convivencia sin aliciente,
de las cosas vulgares y simples...

Ven, Espíritu de Dios,
y enséñame a vivir la vida diaria en plenitud,
a vivir con sentido cada instante,
sintiendo que la vida está en corazón y no fuera,
que la vida está en tu Espíritu en nosotros,
que la vida está en cada cosa que me rodea...

* * *

Ven, Espíritu creador,
que aprenda a vivir cada momento del día,
como único,
como infinito y eterno,
porque tú estás dentro y fuera llenando todo...

Ven, Espíritu Santo,
enséñame a vivir con sentido y plenitud,
lo normal y lo extraordinario,
lo llamativo y lo desapercibido,
la vida y la muerte de cada día...

Ven, Espíritu de Dios...

Ven, Espíritu creador...

Ven, Espíritu de Dios...

Dios mío,
concédeme lo que quiero.

Dios mío,
concédeme lo que quiero.

Dios mío,
si me concedes lo que yo quiero
haz que eso sea en mí
una fuerza
para lo que tú quieres.

Dios mío,
si me niegas lo que yo quiero,
haz que eso sea en mí
disponibilidad
para lo que tu quieres...

Oración musulmana

Sonata

Todo es música, todo es Dios.

El canto del hombre,
la pena del niño,
el escozor infinito por las cosas del mundo,
la amenaza,
el brillo de las palabras,
el poderío de la noche,
la caricia en la piel,
el fulgor en la mirada.

El caliente estallido del violonchelo,
los sonidos que traen la armonía de los siglos.

Todo es música, todo es Dios.

Un horizonte sereno, un hogar templado,
el asombro,
el fuego,
la presencia del amor,
la huella de la ternura.

Todo es música, todo es paz,
todo es fuego, todo es Dios.

(Cuadernos de Oración, nº 71, pag. 14)

La comunidad cristiana ama, sirve y comparte

- * Se puede servir y ayudar,
arreglando y resolviendo problemas al otro,
pero sin estar con él...
Eso no es un servicio cristiano...
- * Si no estás con él, a su lado, dándole calor y compañía,
dándole comprensión y acogida,
ese servicio no es amor.
Es un negocio, altruista, pero no amor y servicio cristiano.
- * No se puede amar y servir, solo como fruto de un esfuerzo.
- * No se ama porque uno se lo proponga..., porque no es fruto de un propósito.
- * Se ama y se sirve porque sí, porque yo soy amor, y me entrego en favor de otro...
- * El amor no lo conquistas tú, porque ya lo tienes, ya eres amor en tu ser esencial.
- * Dedícate a quitar obstáculos egoístas que ocultan tu capacidad de amar.
- * Amar y servir no es lo mismo...
- * Se puede servir...por dinero,
por prestigio,
por orgullo personal,
por verse uno "intachable".
por satisfacción personal,
para acumular "méritos"...
- * Y también se puede servir POR AMOR...
Pero en este caso, nace de otro sitio, y se vive de otro modo...
- * Amar no es servir...
- * Nadie confunde el AMOR CON TENER QUE HACER ALGO...,
porque el amor es una vivencia,
una experiencia del corazón de unidad y de comunión con el otro...
- * El amor no es hacer lo que al otro le agrada.
Puedo amar mucho a otra persona
y no hacer lo que el otro me exige...
- * El amor no se compra ni se vende...
Te lo regalan cuando naces, -somos imagen del Dios-amor-,
y lo conservas en ti durante toda la vida...
Lo importante es descubrirlo y vivirlo lo más posible...

- * El amor es una experiencia profunda de unión y de comunión con el otro...
con los otros..., y con todo...,
porque, cuando se descubre y se vive de verdad, es universal...
- * Una cosa es amar y otra llevarse bien con los demás...
Esto último puede ser fruto de coincidencias en sentimientos,
ideas, proyectos, trabajos e inquietudes...
Incluso puede ser fruto de mi esfuerzo o de mi propósito...
- * Cuando viva amor..., me llevaré bien con la gente con naturalidad,
aunque no coincida con ellas en muchos aspectos de la vida...
- * Amar y servir no es lo mismo...
pero el que ama, se vive en unidad y en comunión con el otro,
y ofrece lo mejor de sí mismo en bien del amado...
- * Muchas personas entregadas a un servicio esforzado y generoso,
se han venido abajo cuando han perdido las motivaciones
de su entrega...
- * Es necesario discernir qué espíritu nos lleva al servicio.
No basta con decir que nos mueve el amor o el Espíritu de Dios...
Hace falta asegurarlo y constatarlo,
para no edificar nuestra entrega sobre arena movediza...
- * El amor auténtico y esencial se irradia como la luz
en toda ocasión y en todo tiempo...
- * Las horas de servir no se programan
como si fuesen horas de apertura de una ventanilla...
- * El que sirve, puede ser que ame o que no ame...
Pero EL QUE AMA..., SEGURO..., CIERTO QUE SIRVE...,
aunque a veces no se “vea” el resultado de su servicio...
- * El amor te lleva a vincularte esencialmente con el otro.
Te lleva a ser uno con el otro,
a sufrir o alegrarle con el otro,
a trabajar o vivir con el otro...
El amor te lleva a una “com-pasión”, padecer,
sentir en el propio corazón al otro...
- * Desde un amor sin barreras ni estorbos,
vivido en plenitud de comunión,
es natural y espontáneo el servicio, la entrega
y el dar la vida por el otro...,
o mejor dicho, dar la vida al otro...
Con mi muerte estoy dando vida al otro...

- * Así el amor va creciendo como un grano de mostaza,
pequeño al principio,
pero que, con el tiempo, el sol y el agua,
va desarrollando sus raíces, su tronco y sus ramas,
hasta hacerse un árbol frondoso y grande...
- * Entonces podrán venir los pajarillos a descansar en sus ramas,
y a llenar de cantos sus campos...,
y vendrán los hombres a cobijarse bajo su sombra...,
y a saciar con sus frutos, su hambre de amor...
- * Entonces, la comunidad cristiana dejará de ser un sueño,
y empezará a ser realidad el Reino de Dios que todos añoramos...

Reflexión personal

1. ¿Cómo vivo mi amor fraterno?
2. ¿Qué le exijo a los demás?
3. ¿Qué actitudes y sentimientos tengo con cada uno de mi comunidad o de mi familia?
4. ¿Qué pienso sobre cada uno de mi comunidad o de mi familia?
5. ¿Qué debo cambiar en mí para querer más a los demás?
6. ¿Qué significo yo dentro de mi comunidad o de mi familia?
7. ¿Cómo podré amarlos como el Señor los ama?
8. ¿Qué cosas favorecerían la vida de familia o comunidad?
9. ¿Cómo fomentar la mutua aceptación?
10. ¿Qué actitudes y hechos estorban mi convivencia con otros?
11. ¿Qué actitudes y hechos favorecen mi convivencia con otros?
12. ¿Qué niveles de encuentro se podrían dar en una comunidad?
13. ¿Qué objetivos comunes son indispensables para convivir?
14. ¿Qué podría aportar yo para fomentar la convivencia?

La fiesta

Nada hay mas bello que un rostro hecho transparente a través de una vida de combates y de luchas.

Solo existen dos tipos de rostros hermosos: los rostros tristes, y los rostros luminosos.

Mi vida consiste en discernir en el rostro de mis hermanos la causa de su tristeza y los motivos de su alegría.

Mi vida consiste en un intento de comulgar con el sufrimiento y con la alegría de los hombres.

Desde mi adolescencia, he deseado siempre no tener que condenar a nadie.

Frente a cualquier persona, lo esencial para mí ha sido comprenderla cabalmente.

Cuando lo logro..., es ya una fiesta.

Roger Schutz



Textos Bíblicos

- * *“Tu eres un pueblo consagrado al Señor tu Dios; él te ha elegido a ti para que seas el pueblo de su propiedad personal entre todos los pueblos que hay sobre la haz de la tierra.”*
(Dt 7,6).
- * *“Los hermanos acudían asiduamente a la enseñanza de los apóstoles, a la vida en común, a la fracción del pan y a las oraciones. Todos los creyentes vivían unidos y tenían todo en común; vendían sus posesiones y sus bienes y lo repartían entre todos, según la necesidad de cada uno.”*
(Hch 2, 42. 44-45).
- * *“Todos nosotros, judíos y griegos, esclavos y libres, hemos sido bautizados en un mismo Espíritu, para formar un solo cuerpo. Y todos hemos bebido de un solo Espíritu.”*
(1Cor 12, 13).
- * *“Las tinieblas pasan y la luz verdadera brilla ya. Quien dice que está en la luz y aborrece a su hermano está aún en las tinieblas. Quien ama a su hermano, permanece en la luz y no tropieza.”*
(1Jn 2, 8b-10).
- * *“Por tanto, yo os pido por el estímulo de vivir en Cristo, por el consuelo del amor, por la comunión en el Espíritu, por la entrañable compasión que colméis mi alegría siendo todos del mismo sentir, con un mismo amor, un mismo espíritu, unos mismos sentimientos. Nada hagáis por rivalidad, ni por vanagloria, sino con humildad, considerando cada cual a los demás como superiores a sí mismos, buscando cada cual no su propio interés sino el de los demás. Tened entre vosotros los mismos sentimientos que tuvo Cristo.”* (Filp 2, 1-5).
- * *“Todo el que cree que Jesús es el Cristo ha nacido de Dios; Y todo el que ama a Aquel que da el ser ama también al que ha nacido de él.”*
(1Jn 5, 1).
- * *Los que os habéis incorporado a Cristo por el bautismo os habéis revestido de Cristo. Ya no hay distinción entre judíos y gentiles, esclavos y libres, hombres y mujeres, porque todos sois uno en Cristo Jesús.”*
(Gal 3, 27-28).

Otros textos:

- Ef 2, 13-16.
- Hch 4, 32.
- 1Pe 2, 9-10.
- Col 3, 12-15.
- Sant 2, 14-17.

Sugerencias

- * Quien quiere transmitir la verdad, antes debe obtenerla...
El que desea iluminar a los demás, debe primero conocer las sombras que quiere disipar...
- * “Hemos aprendido a volar como los pájaros,
a nadar como los peces...,
pero no hemos aprendido el sencillo arte
de vivir juntos como hermanos.”
(Luther King)
- * “No tiene sentido pensar en hacer algo bueno por los que viven
en otro planeta y seguir combatiendo
a quienes están cerca de nosotros.”
(Tenzin Gyatso)
- * “Vivimos en el mundo cuando lo amamos.”
(R. Tagore)
- * Olvídate de los fallos de los demás,
de las limitaciones de los demás,
y de sus defectos...,
y busca el BIEN que hay en ellos.”
(Ubasokokay - Kyo)
- * “No mires a lo lejos,
descuidando lo que tienes cerca.”
(Eurípides)
- * “Una palabra salida del corazón,
caliente durante tres inviernos.”
(Proverbio chino)
- * “El que ama, a veces parece estar loco;
pero lo parece al que no ama.”
(San Bernardo)

Enséñame a vivir cada día, Señor

Señor, enséñame a vivir cada día...
ayúdame a vivir lo mejor de mí mismo,
enséñame tus caminos que conducen a la auténtica vida...

Señor, que no me esclavice el dinero,
la acumulación de cosas,
el éxito y la vanagloria,
el prestigio y el honor humano...

Señor, enséñame a cortar con las cosas que me apartan de ti,
a cortar con todos mis apegos...

Señor, dame un corazón limpio y transparente,
pobre y humilde,
tolerante y misericordioso,
pacífico y pacificador...

Señor, enséñame a ser luz que ilumine,
luz que oriente
y despierte esperanza,
enséñame a ser sal que anime y sazone
y despierte ilusión...

Señor, enséñame a creer y a esperar...

Señor, enséñame a amar como sólo tú sabes amar...

Señor, enséñame a vivir,
cada día,
como hijo tuyo,
y como hermano de todos los hombres...

La conversión a Dios y la vida diaria...

¡Conviértenos a ti, Señor...!

Esa es mi oración, mi descanso y mi consuelo diario...
Esta invocación no es final ni llegada...
Sólo hay un punto de partida
para expresar esta oración al Señor:
este instante presente que estoy viviendo..., hoy y mañana,
como ayer y anteayer...

¡Conviértenos a ti, Señor...!

Esa es mi aspiración de cada día.
Porque cada día es nuevo, a estrenar...,
y cada día quiero pedir al Señor su gracia liberadora...
Todos los días quiero repetir esta oración...,
como todos ellos canto, lloro, trabajo y descanso...
Cada día estreno la vida y quiero,
desde lo más íntimo de mi corazón, que sea un día
vuelto hacia el Señor,
entregado a El,
vivido y sentido, paso a paso, mirándole a él...

¡Conviértenos a ti, Señor...!

Esa es mi oración fundamental...
Como el trabajo es acción, y la alegría, canto
y el dolor, lágrimas...,
así quiero que mi oración esencial, la más genuina,
sea mirar al Señor y suplicarle que
atraiga mi vida hacia él como un imán,
que la seduzca como un enamorado,
y que la convierta a él...

Yo quiero que mi oración deje de ser “mi oración”,
y sea su oración en mí,
su acción en mí,
su amor en mi corazón,
su Espíritu en mi espíritu...
Quiero que mi oración sea pedir humildemente al Señor
que me seduzca y yo me deje seducir,
que me guíe hacia él y yo me deje conducir por él,
que me enamore y yo me apasione con él...

¡Conviértenos a ti, Señor...!

Esa es mi oración continua...
Porque comer..., sólo se come cuando se necesita.
Trabajar y descansar se alternan.
Reír y llorar se suceden...
Pero decirle a mi Dios: ¡Conviértenos a ti, Señor...!,
puedo decirlo siempre.
Siempre lo necesito.
No hay momentos del día que quiera vivirlos ajenos a él...
Quiero y deseo que el día y la noche,
cuando me levanto o me acuesto,
cuando viajo o descanso,
cuando trabajo o convivo...,
sea siempre una nueva ocasión de vivir mirando al Señor...
Y yo solo no puedo.
Lo he intentado y me olvido..., o lo dejo por simple dejadez.
Por eso, continuamente quiero tener en mis labios,
pero sobre todo en el corazón... ¡Conviértenos a ti, Señor...!

¡Conviértenos a ti, Señor...!

Esa es mi oración...
Vincularme a ti, volverme a ti...
No el sacar ventaja o mejorar las circunstancias de mi vida.
No quiero vivir otras situaciones mejores
si no significan estar más cerca de ti...
O sentir más tu cercanía
o vivir tu presencia en mí,
o encontrarme contigo en cada esquina de mi casa
o en cada instante del día...
Esa es la definitiva mejora de mi vida:
que tú la conviertas a ti, Señor...

Por eso, ahora y siempre,
aquí y allí,
en todo tiempo y lugar...,
quiero que en mi corazón y en mi mente,
en mis labios y en mi espíritu
brote como algo natural:

¡Conviértenos a ti, Señor...!

Sin esfuerzos ni propósitos,
como el sol madruga cada día
y por la noche asoman las estrellas cuando se esconde el sol.
Que lo más natural, lo más simple y normal
sea volverme a ti y repetir...,

¡Conviértenos a ti, Señor...!

Como la respiración. Sin pensarla ni forzarla...
Viviéndola en todo mi ser como el aliento
que me da vida y me mantiene en ella...
Así, como lo más natural de la vida,
de mi vida en radicalidad y simplicidad
quiero vivir y respirar esta simple oración...,

¡Conviértenos a ti, Señor...!

Esa es mi respiración y mi vida,
mi aliento, mi seguridad y la brújula que orienta mis pasos...

Hoy, aquí y ahora..., de nuevo,
como un enamorado, que ensaya continuamente
su último beso, su último adiós...,
te vuelvo a decir...:

¡Conviértenos a ti, Señor...!

¡Conviértenos a ti, Señor...!

Índice de Ejercicios

	<u>Pág.</u>
Ej. 16: Aparición de Jesús en el cenáculo.....	212
Ej. 7: Conciencia de sí: silencio total.....	72
Ej. 14: Contemplación de la cruz de Cristo.....	185
Ej. 13: Contemplación: Jesús y la samaritana.....	109
Ej. 21: El Espíritu Santo: promesa y esperanza.....	238
Ej. 2: Encuentro con el “yo profundo.....	13
Ej. 12: Encuentro de Jesús con la samaritana.....	108
Ej. 13bis: Encuentro de la mujer adúltera con Jesús.....	119
Ej. 8: Experiencia de conversión.....	73
Ej. 15: Jesucristo: salvación plena.....	188
Ej. 5: Jesús es conducido al desierto por el Espíritu.....	59
Ej. 20: Jesús y Pedro en el Tiberiades: examen del amor.....	228
Ej. 6: Las tentaciones de Jesús.....	62
Ej. 4: La tempestad calmada.....	41
Ej. 9: La transfiguración de Jesús.....	90
Ej. 22: La venida del Espíritu Santo.....	249
Ej. 23: La Vida: aliento del Espíritu.....	263
Ej. 19: Los discípulos de Emaús.....	224
Ej. 3: Llamada a la conversión.....	29
Ej. 10: Nacer de nuevo.....	104
Ej. 1: Sentirse por dentro.....	12
Ej. 17: Ser “en” Jesús.....	216
Ej. 11: Silencio y conversión a Dios.....	106
Ej. 18: Tiberiades.....	219

Índice de Oraciones

	<u>Pág.</u>
Orac. 1 Aún es posible convertirse.....	30
Canto del Paria.....	40
Orac. 6 ¡Conviértenos a ti, Señor...!	97
Orac. 25 Dios mío, concédeme lo que quiero.....	268
Orac. 21 ¿Dónde está tu Espíritu, Señor?.....	235
Orac. 26 Enséñame a vivir cada día.....	279
Orac. 10 Gracias, Señor, por la Eucaristía.....	140
Hombre resucitado.....	203
Orac. 9 Jesús, sé tú nuestro Rey.....	127
Orac. 18 Jesús, quiero reconocerte siempre.....	223
Orac. 3 Jesús, sólo en tu mirada encuentro el perdón.....	42
Orac. 17 Jesús, vive tú en mí y yo en ti.....	217
Orac. 27 La conversión a Dios y la vida diaria.....	280
La cruz es más que cruz.....	178
La fiesta.....	275
Orac. 5 Lo que vos queráis, Señor.....	64
Orac. 13 Madre de Cristo muerto.....	183
Orac. 11 Madre nuestra, estamos junto a ti.....	161
Más sencilla.....	168
Orac. 2 Perdón, Señor.....	39
Poema de Lope de Vega.....	181
Orac. 19 ¡Quédate con nosotros, Señor!	226
Orac. 15 ¡Señor, dime quién eres!	211
Orac. 4 Señor, enséñame a vivir mi desierto.....	61
Orac. 20 Señor, tú sabes que te amo.....	231
Orac. 7 Sin ti, no se puede vivir.....	118
Sonata: Todo es música, todo es Dios.....	269
Orac. 8 Te alabo, Jesús, por tu perdón y por tu paz...	121
Orac. 14 Tu cruz, Jesús, alivia mi cruz.....	187
Orac. 12 Un día me miraste.....	162
Orac. 16 Ven, Espíritu de Dios.....	215
Orac. 23 Ven, Espíritu Creador.....	251
Orac. 24 Ven, Espíritu de Dios, a mi vida...	265
Orac. 22 ¡Vivir en el Espíritu!	248

ÍNDICE GENERAL

	<u>Pág.</u>
Introducción.....	2
CUARESMA, UN CAMINO DE CONVERSIÓN	
1. Sentido de la cuaresma	
Otra vez la cuaresma.....	7
Reflexión personal.....	8
Sugerencias.....	10
Textos bíblicos.....	11
Ejercicio 1: Sentirse por dentro.....	12
Ejercicio 2: Encuentro con el “Yo profundo” (centro personal).....	13
La oración en cuaresma.....	14
Textos bíblicos.....	18
2. El Reino de Dios está cerca: convertíos...	
Llamada a la conversión.....	21
Reflexión personal.....	24
Sugerencias.....	25
Textos bíblicos.....	27
Ejercicio 3: Llamada a la conversión.....	29
Oración 1: Aún es posible convertirse.....	30
Siempre puedo volver a empezar.....	31
Deja de soñar... y comienza.....	32
Conversión y cambio de vida.....	33
Perdón, Señor... ..	37
Oración 2: Perdón, Señor... ..	39
Canto del Paria.....	40
Ejercicio 4: La tempestad calmada	41
Oración 3: Jesús, sólo en tu mirada encuentro el perdón.....	42
Textos bíblicos.....	43
3. Jesús es llevado por el Espíritu al desierto...	
El desierto.....	46
Sugerencias.....	49
Textos bíblicos.....	51
Las tentaciones de Jesús.....	52
Textos bíblicos.....	58
Ejercicio 5: Jesús es conducido al desierto por el Espíritu.....	59
Oración 4: Señor, enséñame a vivir mi desierto.....	61
Ejercicio 6: Las tentaciones de Jesús.....	62
Oración 5: Lo que vos queráis, Señor... ..	64
Conversión del corazón.....	65
Sugerencias.....	68
Textos bíblicos.....	71
Ejercicio 7: Conciencia de sí: silencio total.....	72
Ejercicio 8: Experiencia de conversión.....	73
Un día de desierto: esquema - guión.....	75

4. “Si conocieras el don de Dios...”

La transfiguración de Jesús.....	84
Ejercicio 9: La transfiguración de Jesús.....	90
Conversión a Dios.....	92
Textos bíblicos.....	95
Oración 6: ¡Convértenos a ti, Señor...!	97
Nacer de nuevo.....	99
Textos bíblicos.....	103
Ejercicio 10: Nacer de nuevo.....	104
Ejercicio 11: Silencio y conversión a Dios.....	106
Ejercicio 12: Encuentro de Jesús con la samaritana.....	108
Ejercicio 13: Contemplación: Jesús y la samaritana.....	109
Reflexión personal.....	115
Sugerencias.....	116
Oración 7: Sin ti, no se puede vivir... ..	118
Ejercicio 13 bis: Encuentro de la mujer adúltera con Jesús.....	119
Oración 8: Te alabo, Jesús, por tu perdón y por tu paz... ..	121

LA PASCUA DE JESÚS

1. Una entrada triunfal

¡Hosanna al Hijo de David!.....	124
Oración 9: Jesús, se tú nuestro Rey.....	127
Sugerencias.....	128
Textos bíblicos.....	129
Reflexión personal.....	130
Diversos modos de contemplar la pasión y muerte de Jesús.....	131
Sugerencias.....	133
Textos bíblicos.....	135

2. Compartiendo una vida

Dichosos los invitados a la cena del Señor.....	137
Oración 10: Gracias, Señor, por la Eucaristía.....	140
Sugerencias.....	142
Textos bíblicos.....	143
Jesús prefería no sufrir.....	144
Sugerencias.....	147
Para orar una noche de Jueves Santo:	
Acompañando a María, la madre de Jesús.....	148
Oración 11: Madre nuestra, estamos junto a ti.....	161
Oración 12: Un día me miraste.....	162

3. Compartiendo una muerte

Tu cruz, junto a la cruz de Jesús.....	164
Más sencilla.....	168
Últimas palabras de Jesús en la cruz.....	169
Sugerencias.....	170
La Verónica dio la cara por ti.....	172
Con él me muero yo.....	174
Textos bíblicos.....	176
La cruz es más que cruz.....	178
Reflexión personal.....	179
Contemplando la Cruz de Jesús - Poema de Lope de Vega.....	181
Textos bíblicos.....	182
Oración 13: Madre de Cristo muerto.....	183
Ejercicio 14: Contemplación de la cruz de Cristo.....	185
Oración 14: Tu cruz, Jesús, alivia mi cruz.....	187
Ejercicio 15: Jesucristo, salvación plena.....	188
La Pascua en mi vida.....	190

4. “Yo soy la resurrección y la vida...”

¡Ha resucitado!.....	195
Reflexión personal.....	199
Sugerencias.....	200
Textos bíblicos.....	202
Hombre resucitado.....	203
El camino de Emaús.....	204
Textos bíblicos.....	209
Oración 15: ¡Señor, dime quién eres!.....	211
Ejercicio 16: Aparición de Jesús en el cenáculo.....	212
Oración 16: Ven, Espíritu de Dios.....	215
Ejercicio 17: Ser “en” Jesús.....	216
Oración 17: Jesús, vive tú en mí y yo en ti.....	217
Ejercicio 18: Tiberiades.....	219
Oración 18: Jesús, quiero reconocerte siempre.....	223
Ejercicio 19: Los discípulos de Emaús.....	224
Oración 19: ¡Quédate con nosotros, Señor!.....	226
Ejercicio 20: Jesús y Pedro en el Tiberiades: examen del amor.....	228
Oración 20: Señor, tú sabes que te amo.....	231

PENTECOSTÉS

1 La venida del Espíritu Santo

Oración 21: ¿Dónde está tu Espíritu, Señor?	235
Textos bíblicos.....	237
Ejercicio 21: El Espíritu Santo: promesa y esperanza.....	238
Pentecostés, hoy.....	240
Textos bíblicos.....	244
Sugerencias.....	246
Oración 22: ¡Vivir en el Espíritu!	248
Ejercicio 22: La venida del Espíritu Santo.....	249
Oración 23: Ven, Espíritu creador... ..	251

2. La comunidad cristiana

El Espíritu Santo y la vida diaria.....	254
Reflexión personal.....	259
Sugerencias.....	260
Textos bíblicos.....	261
Ejercicio 23: La Vida: aliento del Espíritu.....	263
Oración 24: Ven, Espíritu de Dios a mi vida.....	265
Oración 25: Dios mío, concédeme lo que quiero.....	268
Sonata: Todo es música, todo es Dios.....	269
La comunidad cristiana ama, sirve y comparte.....	270
Reflexión personal.....	274
La fiesta.....	275
Textos bíblicos.....	276
Sugerencias.....	278
Oración 26: Enséñame a vivir cada día, Señor.....	279
Oración 27: La conversión a Dios y la vida diaria.....	280
Índice de ejercicios.....	283
Índice de oraciones, himnos y poemas.....	284