



Centro de Reflexión y Planificación Educativa



Plan de Formación Integral

Módulo 7

**ORACIÓN IGNACIANA. FUNDAMENTO DEL DISCERNIMIENTO ESPIRITUAL Y
DE LA DELIBERACIÓN APOSTÓLICA.**

Colegios ACASI - Primer Año

Marzo 2010

MÓDULO N° 7

TÍTULO: ORACIÓN IGNACIANA. FUNDAMENTO DEL DISCERNIMIENTO ESPIRITUAL Y DE LA DELIBERACIÓN APOSTÓLICA.

OBJETIVO: Profundizar en la formación y vivencia de la Oración Ignaciana, que nos ayude a una mayor experiencia personal-comunitaria de la fe y a consolidarnos como hombres y mujeres dispuestos a responder a los signos de los tiempos desde la misión educativa que realizamos.

TIEMPO: 5 Semanas

PLAN DEL MÓDULO

El desarrollo de este Módulo N° 7 coincide con la Cuaresma. Por tanto, todas las actividades propuestas están enmarcadas en ella.

A modo de propuesta, junto a los materiales de este Módulo, enviamos también una Paraliturgia sobre la Celebración del Miércoles de Ceniza para que, si lo consideran pertinente, la hagan en los colegios. Podría ayudar a darle sentido cristiano a la Cuaresma y a generar un ambiente propicio para vivir este Módulo en profundidad.

Este Módulo estará organizado en torno a 5 semanas. Cada semana cuenta con sus propios materiales. Junto al Plan del Módulo, enviamos los Materiales para las semanas preparatorias del módulo y para la Jornada Intensiva. Los que se van a utilizar después de la Jornada Intensiva, se los enviaremos después. Convendría que este Plan se entregue a los participantes, junto con los materiales de apoyo previos, para que puedan prepararse y ubicarse en el tiempo.

Cada Colegio deberá organizar todas las semanas dependiendo de la fecha que se tenga prevista para la Jornada Intensiva. Es de gran importancia para la vivencia del Módulo realizar, tanto las semanas preparatorias como las semanas de profundización en la oración y la de evaluación.

0.- PREVIOS

Dada la importancia del tema, se ha considerado pertinente que este 7° módulo abarque todo el mes de Marzo, de tal modo que la gran riqueza de este contenido pueda ser captada y valorada en profundidad por todos los participantes del Plan de Formación Integral.

- Este Módulo consta de: 1º) Una semana de formación; 2º) una semana de vivencia personal de la Oración como preparación a la Jornada Intensiva del Módulo; 3º) la Jornada Intensiva, centrada en torno al Contexto, la Experiencia y la Reflexión; y 4º) Dos (2) semanas de profundización en la vivencia de la Oración Ignaciana, en las cuales tendrán lugar los dos últimos momentos del PPI (la Acción y la Evaluación).
- Despliegue propagandístico y motivacional que ayude a la vivencia del módulo.
- Recursos: 1) Copias de los materiales de apoyo para cada Participante. 2) Carteleras, pancartas, trípticos con mensajes alusivos a la Oración Ignaciana, música, velas, etc. 3) Modelos de Oración en formato de Word y Power-point.
- Ambientación del área de trabajo.

PRIMERA SEMANA (del 21 - al 27 febrero): SEMANA DE FORMACIÓN

Para esta 1ª Semana dedicada a la formación, cada participante contará con dos materiales:

- 1º) Un folleto muy sencillo que trata sobre la Oración Ignaciana y se llama **“Entrevista con Ignacio de Loyola”** [Ver: *Material de Apoyo 1*]. Que a lo largo de la semana podrá ir leyéndolo de manera reflexiva y sacándole provecho.
- 2º) Aproximación a la Oración Personal. Siguiendo la pauta del material **“Orar en 1ª Semana de Cuaresma”**, cada Participante realiza personalmente la oración. [Ver: *Material de Apoyo 2*]

SEGUNDA SEMANA (del 28 febrero - al 6 marzo): SEMANA PREPARATORIA DEL MÓDULO

En la 2ª Semana se tendrá dos tipos de vivencias sobre la Oración Ignaciana: una personal y otra grupal.

- 1º) **VIVENCIA PERSONAL DE LA ORACIÓN IGNACIANA.** Siguiendo la pauta del material **“Orar en 2ª Semana de Cuaresma”**, cada Participante realiza personalmente la oración. [Ver: *Material de Apoyo 3*]

2º) **VIVENCIA GRUPAL DE LA ORACIÓN IGNACIANA.** Por Grupos se realiza la misma oración que se ensayó de modo personal: **“Orar en la 2ª Semana de Cuaresma”**. [Ver: *Material de Apoyo 3*]

Para la conformación de los grupos, conviene aprovechar los equipos de trabajo con los que ya cuenta el Colegio (Por ejemplo: reuniones de nivel, de áreas, etc.). Consideramos que el tiempo de esta Oración en Grupo puede durar los primeros 20 ó 30 minutos de la reunión semanal que cada Equipo tiene. La oración puede ser guiada por algún miembro del equipo, pues cuenta con el material enviado. Igualmente se puede utilizar música de fondo o cualquier otro recurso que ayude a crear un ambiente propicio para la oración.

TERCERA SEMANA (del 7 - al 13 marzo): JORNADA INTENSIVA (CONTEXTO, EXPERIENCIA Y REFLEXIÓN)

| | |
|------------|--|
| 10 minutos | APERTURA DEL MÓDULO (<i>Preparar con esmero y desarrollar con buen gusto esta apertura</i>) Saludo y Bienvenida. Introducción al Módulo. Presentación de la agenda |
|------------|--|

1.- CONTEXTO

| | |
|------------|---|
| 30 minutos | En el CONTEXTO se compartirá en dos momentos: Trabajo en equipos y Plenario. 1.1.- TRABAJO EN EQUIPO. Se sugiere trabajar en los mismos equipos que tuvieron la vivencia grupal de la Oración, de tal modo que pueda profundizarse. El Contexto será construido en base a lo que cada participante ha tenido como más común en su vivencia personal de oración, y en torno lo que se vive en el Colegio como experiencia de oración. Puede ayudar las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿He tenido alguna práctica de oración a lo largo de mi vida? • ¿Cómo he cultivado mi amistad y familiaridad con Dios? • ¿De qué manera se propicia en el Colegio un ambiente para la experiencia de oración, tanto a nivel del personal como del alumnado? |
| 30 minutos | 1.2.- PLENARIO. Cada equipo comparte, a modo de conversatorio, el contexto que construyó en torno lo que se vive en el colegio como experiencia de oración. |

2.- EXPERIENCIA

| | |
|------------|--|
| 45 minutos | La EXPERIENCIA será la <u>vivencia grupal</u> de la Oración, siguiendo el material enviado sobre “Orar en 3ª Semana de Cuaresma” . [Ver: <i>Material de Apoyo 4</i>]. Esta Oración puede ser guiada por alguna persona del Colegio (miembro o no del Equipo Responsable), con experiencia en Oración Ignaciana. Ayuda mucho que el Equipo Responsable busque diversos medios para crear un ambiente propicio. La Oración puede desarrollarse en la Capilla, o en el salón, o en un lugar que ayude a un mayor y mejor vivencia de la Oración. |
|------------|--|

3.- REFLEXIÓN

| | |
|------------|---|
| 60 minutos | La REFLEXIÓN será personal y en plenaria. 3.1.- REFLEXIÓN PERSONAL. A cada participante se le entrega una hoja con las siguientes interrogantes: <ol style="list-style-type: none"> 1º) ¿En qué me ayuda para mi vivencia de oración lo que hemos trabajado desde la 1ª hasta esta 3ª semana del Módulo? (Lecturas previas, primera oración grupal, el contexto y la experiencia que acabamos de realizar) 2º) ¿Cómo inciden los diversos Momentos de la Oración Ignaciana en mi vida diaria? 3º) ¿En qué se nota el influjo de la práctica frecuente de la Oración Ignaciana en nuestro modo de proceder como docentes? |
| 30 minutos | 3.2.- PLENARIO. Cada participante comparte, a modo de conversatorio, lo que desee de las preguntas anteriores |

NOTA: Como puede verse en esta Jornada Intensiva no se han realizado todos los Momentos del PPI, sino que se éstos se extienden a las dos semanas siguientes. Por lo tanto, los Momentos de ACCIÓN y EVALUACIÓN, se realizarán por separado, tal como se exponen a continuación. Antes de cerrar la Jornada Intensiva, se entregarán los materiales y explicarán los pasos necesarios para las semanas siguientes.

CUARTA SEMANA (del 14 - al 20 marzo): SEMANA DE PROFUNDIZACIÓN EN LA ORACIÓN

4.- ACCIÓN

| | |
|-----------------------------|---|
| 20-30 minutos de la reunión | La ACCIÓN puede ser realizada en grupo o de modo personal, según lo considere conveniente cada Colegio. Si se realiza en grupos, sugerimos que sean los mismos grupos que ya vienen trabajando. <ul style="list-style-type: none">• Para la ACCIÓN contaremos con el material enviado sobre "<u>Orar en 4ª Semana de Cuaresma</u>". [Ver: <i>Material de Apoyo 5</i>]. Se trata de profundizar en la experiencia de Oración, siguiendo el mismo esquema ya empleado. |
|-----------------------------|---|

QUINTA SEMANA (del 22 - al 26 marzo): SEMANA DE EVALUACIÓN PERSONAL DE TODO EL MÓDULO

5.- EVALUACIÓN

| | |
|--------|--|
| 15 min | La EVALUACIÓN será personal y abarcará todo el Módulo [Ver: <i>Anexo 1</i>] Cada participante recibe una Pauta de Evaluación para que de modo personal evalúe tanto la forma como el fondo de todo el Módulo que se ha desarrollado a lo largo de las 5 semanas. La Evaluación se entrega al Equipo Responsable del Módulo. |
|--------|--|

NOTA: El Participante que desee seguir profundizando en la experiencia de Oración Ignaciana, recibirá también el material "Orar en 5ª Semana de Cuaresma" para ser realizada en la semana que va del 21 al 27 de Marzo. Y una presentación en Power-point sobre "Las Siete Palabras", que es muy útil para la Semana Santa.

MATERIAL DE APOYO [1]

ENTREVISTA CON IGNACIO DE LOYOLA

I. INTRODUCCIÓN

Algo constante en los escritos de San Ignacio es su insistencia en el "más": "el **mayor** servicio", "el **mayor** bien", "la **mayor** utilidad", "el bien **más** universal", "la **mayor** necesidad a la que atender", etc. Son todas expresiones que muestran una actitud básica: el **no a la mediocridad y el sí a aquello que nos presente el mayor desafío en cualquier área y circunstancia de nuestra vida**. Sin embargo, todo lo anterior, lo hacemos por amor a Dios (por la mayor Gloria) y no por "breve" personal o comunitaria. Esta insistencia de Ignacio desde sus inicios pasó a convertirse en camino, en un modo determinado para vivir la vida cristiana. Es decir, en la **Espiritualidad Ignaciana**.

Como miembros de esta comunidad educativa ignaciana estamos invitados y llamados a transitar por este camino, y para ello; además de estudiar las realidades de la sociedad actual y reflexionar sobre las líneas de acción del centro, las estructuras, los métodos, la pedagogía y todos los demás elementos de la vida escolar para descubrir los medios que realicen más y mejor las finalidades del colegio y la puesta en práctica de su filosofía educativa; se hace necesario ahondar en la comprensión del medio, por excelencia, fruto de la experiencia vivida por Ignacio de Loyola, que a lo largo de 500 años ha iluminado, orientado y enriquecido el MODO DE PROCEDER COTIDIANO, la Oración Ignaciana.

El tema del módulo, como ya lo has leído en la portada, es la Oración Ignaciana. Fundamento del Discernimiento Espiritual y de la Deliberación Apostólica. Como lo verás, consta de tres elementos que se dan de manera procesual y en conjunto como parte de lo que se conoce hoy por Oración Ignaciana, pero que se enuncian aquí por separado, con la intención de que el participante del Plan de Formación Integral, pueda diferenciarlos, reconocerlos y practicarlos durante los ejercicios que comprende el recorrido del módulo.

Se presenta un relato, una entrevista de una persona como cualquiera de nosotros, un docente de nuestro colegio, imaginemos, a Ignacio de Loyola. La insistencia del entrevistador se centra en intentar comprender qué caminos pueden seguirse para nuestro crecimiento espiritual. Ignacio agarra dos AYUDAS, de las que tiene en sus Ejercicios Espirituales y se las propone a esta persona: 1) Camino de liberación, "TRES POTENCIAS" y 2) Camino de Humanización; "APLICACION DE SENTIDOS"

En los ejercicios espirituales, Ignacio coloca estos dos métodos, como una forma pedagógica. En cuanto a las "Tres Potencias" (no se trata de esas cosas que venden por ahí en frasquitos para conseguir suerte), la fuerza se centra en poner en funcionamiento tres componentes vitales de nuestra persona: LA MEMORIA, EL ENTENDIMIENTO Y LA VOLUNTAD. Y en cuanto a La Aplicación de Sentidos, se trata de vitalizar la dimensión interna y externa de nuestros sentidos.

La lectura de este texto queda corta si sólo se hace por encima. Se trata de presentar pistas y elementos que hagamos más rica la experiencia de fe. Puede ayudar una lectura pausada de cada uno de sus apartados. Los textos bíblicos que aparecen sólo son propuestas con lo que pueden buscarse otros que más ayuden.

II. LA ENTREVISTA

La Oración es un diálogo sencillo, expreso y directo con Dios, donde implicamos todo lo que somos y hacemos. Oramos cuando conversamos con Dios como se conversa con un amigo. La oración es una conversación amorosa que va tocando nuestras entrañas y que se produce como un auténtico regalo.

¿De qué temas conversar con Dios? Se conversa de lo que cada uno quiera: de los amigos, de las ilusiones, de las dificultades, nos echamos cuentos, recordamos juntos, contamos estrellas, hablamos de nuestros amores y de los suyos. A veces vamos por ahí cantando a la vida o contando esas innumerables maravillas que Él ha creado; los árboles, la gente, y hasta de las flores amarillas que crecen bien hermosas en la orilla de la carretera y que no me explico cómo son tan bellas, si parece que nadie las cuida y al mirar el suelo donde están plantadas, veo que su abono son las aguas negras y la basura que pareciera la propia señal que nada puede crecer allí y sin embargo no es así, sino que crecen hermosas.

La oración puede ser de agradecimiento, de alabanza, de súplica, de protección, de sanación y hasta de discusión sobre lo que nos pasa en la vida. La oración cristiana sigue la pauta de Jesús el gran orante, quien nos mostró a Dios como PADRENUESTRO. Una oración que permite a Dios hacernos sentir el amor que Él nos tiene. Una oración en la que nos descubrimos hijos amados, perdonados y llamados por Dios.

Con frecuencia nuestras conversaciones con Dios son serias, porque nos encontramos con situaciones de mucho dolor en la que están sumidos muchos hijos suyos y hermanos nuestros. En este diálogo amoroso se produce un impulso vital que nos invita a hacer el camino.

Cada quien tiene su propia experiencia de Dios y en este camino muchos han venido abriendo brechas. Por eso nos vamos a detener un poco para conversar con uno de ellos; IGNACIO DE LOYOLA, para que comparta con nosotros algunos de sus secretos. Vamos a insistir para que suelte prendas, las prendas que durante 500 años han significado un vuelco en la vida de millones de personas.

[Orante] *¿Cómo estás, Ignacio?*

¿Sabes? para llegar a ti hemos tenido que atravesar muchos años, sacudir cantidades inmensas de polvo de entre tantos escritos y hasta dejar de lado muchas costumbres para poder escuchar directamente de tus propios labios cosas que nos pueden ayudar.

Somos muchos los que hoy más que nunca estamos en búsqueda. Somos de corazones grandes, de mentes amplias y de generosos sentimientos. No nos conformarnos con poco, queremos caminar tras “Lo Mayor”. Por eso acudimos a ti; amigo y compañero de Jesús, incansable e insistente buscador y peregrino.

[Ignacio] Bueno, no sé si tendremos tiempo suficiente para que conversemos de todo lo que preguntas. Tampoco sé si podré realmente responder con la claridad que esperas.

Se me ocurre decirte que he llegado a la convicción de que cada persona tiene su propia experiencia de fe. Por eso son diversas las cosas que a unos y a otros le ayudan. Lo que quiero decirte es que la vida espiritual no es una maquiñita para hacer personas de fe, sino que es UN CAMINO al que somos invitados y al que sólo nos podemos lanzar con mucha alegría y firme disposición.

[Orante] *¿Cómo oras tú?*

[Ignacio] Puedo decirte que mi oración es un auténtico regalo de Dios. A mí, al igual que a todos, DIOS HABLA. De nosotros depende ESCUCHARLO. Mi respuesta ha sido, exponerme y arriesgarme. Salir a la BÚSQUEDA o mejor dicho, al ENCUENTRO. Sin ninguna seguridad me he lanzado al camino. Después he comprendido que necesito ir con los ojos bien abiertos y con los oídos atentos para escuchar la Palabra. Eso de que este camino es difícilísimo y para personas especiales no me convence, puesto que yo me considero un hombre débil y sobre todo un gran pecador. Un pecador perdonado y amado por Dios.

Al principio no comprendía nada y todo esto que comparto contigo lo puedo hacer porque he echado la mirada hacia atrás y el gran Caminante: Jesús, el Crucificado, me lo ha revelado:

“Caminante son tus huellas el camino y nada más. Caminante no hay camino, se hace camino al andar”.

[Orante] *Háblanos de tus prácticas religiosas, de tus métodos, tus estilos. Quiero saber ¿cómo lo lograste?*

[Ignacio] Me parece que quieres saber mucho, que te angustias.

[Orante] *Y, ¿te parece malo, Ignacio, que me apresure por aprender a Orar?* Si yo sé muy bien que tú eres un loco y apasionado por Jesús, a quien tienes por amigo entrañable. Y además, no sé si vuelva a tener algún día la oportunidad de hablar contigo.

[Ignacio] Para mí ha sido de fundamental importancia descubrir que mi historia personal es una historia muy marcada por la presencia de Dios. A mí me ha ayudado la mirada sencilla, cariñosa y profunda al crucificado, detenerme largos ratos en su rostro, en sus heridas, en su dolor, y preguntarle:

- *¿Qué he hecho por Ti?*
- *¿Qué hago por Ti?*
- *¿Qué quiero hacer por Ti?*

[Orante] *Alguna vez oí decir que eres un aficionado a la Biblia ¿Qué has encontrado en ella?*

[Ignacio] En la Biblia he encontrado la Palabra que Dios ha pronunciado a la humanidad. Como dice el profeta Isaías (otro loco por Dios) “... **es como la lluvia que desciende de los cielos y empapa la tierra, la fecunda y la hace germinar para que dé simiente al sembrador y pan para su alimento...**” En el Antiguo y Nuevo Testamento, el Padre creador nos muestra el auténtico sentido de humanidad que Él ha querido realizar. En esa Palabra confronto mi vida y voy a ella cargando con mi historia y la de las personas que conozco para dejarme interpelar por su Buena Nueva. He comenzado por conocer de cerca a Jesús en los Evangelios, sus pasos, sus sentimientos, su mensaje y su vida. Y cada día le pido insistentemente me haga su compañero.

Me he venido convenciendo que cada uno de nosotros es parte de la Palabra de Dios, es decir, que somos expresión de su amor, y que en cada uno de nosotros hay una palabra viva pronunciada por Dios. Que en el centro de la historia, ahí, donde están los más pequeños, los débiles, enfermos y empobrecidos, es donde se ha encarnado la Palabra Creadora y Liberadora de Dios.

[Orante] *Ignacio, ¿es cierto que tu Oración es una práctica continua del discernimiento?*

[Ignacio] Para mí orar es **hallar a Dios en todas las cosas**, en todas las realidades y circunstancias de la vida. Un hallazgo que hace que toda la vida esté transida por Dios. El cristiano que halla a Dios en todas las cosas busca que su oración le ayude a asemejarse a los sentimientos y modo de actuación de Jesús. Pudiéramos pensar que los métodos para orar sean la clave para una buena oración y no es así. Lo clave no son los métodos sino las personas que oran, es decir, los orantes y sus situaciones o realidades personales y colectivas compartidas con el Dios de Jesús.

Se puede orar de muchos modos y con muchas ayudas, pero no olvidemos que lo más importante son los interlocutores que se dan cita en el encuentro que llamamos oración. Y esos interlocutores son Tú mism@, la realidad y Dios.

Todos los modos de hacer oración que te ofreceré sirven para que te hagas diestro en sentir y gustar internamente lo que Dios te comunica personalmente, de tal modo que sea más familiar y fecundo tu diálogo con Él, y así puedas conocer y poner en práctica lo que Dios quiere de ti, su voluntad. Estos métodos no son una receta mágica para hallar a Dios, sino una ayuda para que te ejercites en un modo de ubicarte en la vida desde una perspectiva más orante.

[Orante] *Ignacio ¿puedes hablarnos en concreto de los ESTILOS Y MÉTODOS de oración que usas?*

[Ignacio] Como ya te dije, cada quien vive en forma personal y auténtica la experiencia de Dios. En esta ocasión sólo voy a presentarte en forma sencilla y esquemática los momentos de la oración que a mí me han ayudado mucho. Digo momentos porque son como unas lamparitas que bien ubicadas en lugares estratégicos de un camino nos alumbran la ruta. Se trata de una pedagogía que poco a poco nos habilita para el encuentro con Dios en la oración y en la vida.

Los MOMENTOS de la oración que a continuación te presento se desarrollan a lo largo del encuentro orante. Están muy estructurados con la finalidad de que puedas visualizar de modo práctico la forma que tiene la experiencia orante. Les llamamos pasos o momentos para que sirvan de guía. La importancia de estos momentos radica en que ayudan a una mayor comprensión de las vivencias por las que de forma muy variada pasa el orante. Tomar conciencia de estos momentos y profundizar en ellos ayuda a que el encuentro contigo mism@, con la realidad y con Dios sean más fecundos.

0° Momento: “PREPARACIÓN DE LA ORACIÓN”. Este paso o momento tiene que ver con la disposición previa y necesaria para la oración. Entre lo que convendría prever se incluye la escogencia de un pasaje bíblico, un acontecimiento vital, el lugar de la oración, etc. Si se trata de un pasaje bíblico, hay que leerlo de un modo reflexivo.

1° Momento: “A LO QUE VENGO”. Se trata de tomar conciencia del encuentro al que me dispongo. El orante trata de centrar todo su ser en torno a lo que se dispone a vivir. Decir una y otra a vez “a lo que vengo es a esto o aquello en la oración”, no es algo mágico que despeja las distracciones o incertidumbres que se padecen, sino que es la reafirmación (por repetición) de un tono vital en el que deseo hallarme, para que todas las fibras humanas entren en juego durante la oración. **Al comienzo de la Oración me digo a mí mismo: ¿A QUÉ VENGO? Vengo a... Al final, rezo el Padrenuestro, saboreando cada palabra.**

2° Momento: “PACIFICACIÓN”. Es una metodología para lograr concentrarme-descentrarme-centrarme. La pacificación tiene que ver con las posturas y actitudes que ayudan a disponer toda la persona en ese tono orante que se desea. La

persona concentra sus ritmos, sus afectos y su razón en función de lo que se desea vivir. Y al ritmo de esta concentración, los pensamientos y afectos se ponen en movimiento, ayudando a tomar conciencia de las fijaciones, distracciones, etc., y poder dar paso a la capacidad de centrarse en aquello que dé mayor gusto interior y sentido. Para la pacificación ayuda mucho el lugar, la ubicación, los sonidos, etc. Este momento puede hacerse cuantas veces sea necesario. Muchas veces conviene retomararlo en otros momentos de la misma oración con la finalidad de alcanzar un mayor centramiento en la oración. Cada persona irá adquiriendo su propio modo de pacificarse. **La Pacificación la realizo ya sea sentado, paseando, acostado o reposado. Tanto en casa como en el parque o la Iglesia me sereno para que esta cita con Dios tenga lugar. Me acomodo con una posición que ayude a concentrarme-descentrarme-centrarme, implicando todo mi ser. Al ritmo de la respiración, doy lugar al silencio. [Una y otra vez repito este ejercicio].**

3° Momento: “Oración Preparatoria”. Es una jaculatoria que ayuda a centrar los afectos y razonamientos. He propuesto en los Ejercicios Espirituales como oración preparatoria: “Señor, que todas mis intenciones, acciones y procesos interiores, estén totalmente ordenados a cumplir tu voluntad”. Esta Oración Preparatoria está propuesta para ser repetida tantas veces como sea necesaria. Incluso, puede tenerse como telón de fondo durante la pacificación. Cada persona puede modificarla y hasta resumirla en la forma que más le ayude. En su sencillez, esta oración es una jaculatoria, una especie de deseo repetido, y por ello familiar, que puede servir para nuestro diario caminar. **La oración preparatoria ayuda a experimentar libertad de apegos. La repito tantas veces como quiera, dejando que resuene en mi mente y en mi corazón.**

4° Momento: “COMPOSICIÓN DEL LUGAR”. Un modo de trabajar la imaginación y los imaginarios. La Composición del Lugar es la recreación del contexto propio de cada persona que ora. Es la visualización de todos los elementos externos e internos que intervienen en la vivencia que se está teniendo. Se trata de que cada orante se ponga delante o frente a su contexto, a su realidad tal cual es, **como si presente se hallara**, con la finalidad de que pueda ubicarse de forma objetiva y real. Componer el lugar no se reduce a componer imágenes sin más, sino a un proceso que permita, mediante la energía de la propia palabra interior, crear su propio modo de dialogar con la vida y con Dios. **La Composición del Lugar es un momento muy especial y merece realizarse con esmero. Le dedico unos 10 minutos. 1°) Centro mi pensamiento en el contenido de la Oración. 2°) Con la imaginación revivo los detalles del pasaje bíblico o el acontecimiento vital. 3°) Me ubico en la escena como si presente me hallara. 4°) Dejo que la Palabra irradie su luz sobre mí.**

5° Momento: “PETICIÓN”. Se trata de pedir lo que se desea. Por ejemplo: “Señor, dame conocimiento profundo e interno tuyo”. **En forma sencilla formulo mi petición. Dejo que mi petición salga de dentro, de lo más hondo de mi vida, ya que esta petición irá prefigurando la calidad del diálogo que se irá realizando a lo largo de la oración y que alcanza todo su sentido en el coloquio. Si me ayuda, puedo decir varias veces la petición.**

6° Momento: “CONTENIDO O MATERIA”. Es el tema o asunto sobre el que se basa la oración. La materia de la oración es muy variada. Cada persona ha previsto en la preparación de la oración, la materia de dicha oración. La materia no siempre es algo fijo o predeterminado, porque puede ocurrir que el mismo Dios hace que la oración tome otro rumbo y habría que estar abierto a ello. Si hemos dicho que la oración es un diálogo con un amigo, ello quiere decir que hay dos hablantes y ambos tienen su protagonismo en este encuentro. Cuando la Oración es de Meditación, o Contemplación o Aplicación de Sentidos, cuenta con una estructura muy propia para su desarrollo.

7° Momento: “COLOQUIO”. Es un diálogo tierno y fecundo entre el Orante y Dios. El coloquio es una conversación que uno tiene tal como se conversa con un amigo. Se trata de una comunicación en la que uno balbucea con palabras bien sentidas aquello que se ha sedimentado en la vivencia tenida en la oración. El coloquio es otro aspecto que bien puede ser empleado en la cotidianidad de la vida. Muchas veces nos encontramos teniendo coloquios bien profundos. Será el Examen quien permita distinguir si tales diálogos son fecundos o no. **Hago el Coloquio hablando como habla un amigo a otro amigo, ya sea para pedir alguna gracia, ya sea reconociendo la fragilidad o el pecado, o para comunicar mis cosas, y queriendo consejo en ellas.**

8° Momento: “EXAMEN O CIERRE DE LA ORACIÓN”. Es un modo de ver si lo vivido en la Oración es de Dios, si tiene significatividad en mi vida y hacia dónde me conduce la experiencia vivida. **Para el Examen (evaluación) de mi Oración pueden ayudarme las siguientes interrogantes:**

- 1°) ¿Qué pasó en mí durante esta Oración?
- 2°) ¿A través de cuáles señales me habló Dios?
- 3°) ¿Qué quiero cambiar en mi vida?
- 4°) ¿Qué me distrajo en la Oración?
- 5°) ¿Qué se quedó grabado en mí?

Si se desea puede terminarse con alguna ofrenda o con esta que yo coloco al final de los Ejercicios Espirituales: **Toma, Señor, y recibe, toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad; todo mi haber y mi poseer. Tú me lo diste, a ti, Señor lo devuelvo. Todo es tuyo. Dispón de mí según tu voluntad. Dame tu amor y gracia que ésta me basta. Amén.**

También quiero ofrecerte de forma más precisa dos MODOS de orar, adicionales a la contemplación, que sirven para profundizar en la amistad con Jesús. Comienzan por ser prácticas precisas y concretas que luego nos abren a la realidad misma. Se trata de que el orante encuentre en cada momento de su vida cotidiana, el sencillo motivo y la oportunidad de hablar con Jesús, como su amigo entrañable.

1) Orar con las TRES POTENCIAS: “CAMINO DE LIBERACIÓN”

A diario nos encontramos diciéndonos: **¡No puedo más! ¡No entiendo! ¡No sé a que se debe esto que me pasa! ¡No está en mí! ¡No sé qué me sucede!** Corremos el riesgo de dejar a la deriva y al vaivén, la responsabilidad de nuestras decisiones.

Es posible ser libres, y una pista es: HACERNOS CARGO DE NOSOTROS MISMOS. Ir poco a poco cayendo en la cuenta de lo que sucede en nosotros; ¿cómo sucede? ¿a dónde nos lleva lo que sucede en nosotros? Y sobre todo interpretarlo a la luz del amor que Dios nos tiene.

La MEMORIA, el ENTENDIMIENTO y la VOLUNTAD, a esto llamo tres potencias. Tres fuerzas o aspectos fundamentales que necesitan funcionar de modo inseparable.

El método de las tres potencias pone de manifiesto toda mi persona, que ante el encuentro con Jesús en la oración me van ayudando a hacerme consciente de mis pensamientos, mis emociones y mis acciones, para encaminarme de forma más decidida a una experiencia de libertad, cayendo en la cuenta de lo que Soy y Poseo. El método de las tres potencias me ayuda a crecer en la capacidad de escucha y de respuesta a la palabra interpelante y amorosa de Dios.

La estructura de la Oración con TRES POTENCIAS es muy simple. Como ves los cinco primeros momentos son los mismos ya describí un poco antes. Y de igual el Coloquio y el Examen. Pero la Materia es la que tiene un estilo muy propio.

0° Momento: “Preparación de la Oración”

1° Momento: “A lo que vengo”

2° Momento: “Pacificación”

3° Momento: “Oración Preparatoria”

4° Momento: “Composición del Lugar”

5° Momento: “Petición”

6° Momento: “Contenido o Materia”

6.1.- **Memoria.** Recordar paso a paso cada parte del pasaje bíblico y con detenimiento precisar las palabras y situaciones claves.

6.2.- **Entendimiento.** Tratar de comprender el mensaje, la buena noticia que me salta a la vista: ¿de qué trata?, ¿qué dice para mi vida? y ¿qué dice para hoy? Que mi vida se vea reflejada desde el mensaje que se me da.

6.3.- **Voluntad.** Dejar que la Palabra de Dios toque mis fibras internas y disponerme para decidir mi respuesta a la propuesta que se me hace. Se trata de implicar aquí toda mi afectividad.

7° Momento: “Coloquio”.

8° Momento: “Examen o Cierre de la Oración”.

NOTA: Aquí tienes algunos textos bíblicos con los que puede hacer este tipo de Oración.

- | | |
|--|---------------------------------|
| ❖ Jn. 3,1-21: Nacer de nuevo. | Mt. 16,24-28: Seguir a Jesús. |
| ❖ Lc. 4,16-21: Misión de Jesús. | Lc. 6,20-23: Bien aventurados. |
| ❖ Mt. 5,13-16: Sal para la tierra y luz en el mundo. | Mt. 25,14-30: Los talentos. |
| ❖ Jn. 4,1-30: El agua verdadera. | Mt. 6,25-34: Confianza en Dios. |
| ❖ Jn. 10,1-18: Buen pastor. | Mt. 19,16-24: Joven rico. |
| ❖ Jn. 6,19-21: El verdadero tesoro. | |

2) Orar con APLICACIÓN DE SENTIDOS: “CAMINO DE HUMANIZACIÓN”

La vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto, como bien sabes, más que sentidos externos, son fundamentalmente sentidos internos. Ponen en dinamismo a toda la persona: su razón, su emoción y sus acciones. A través de los sentidos (con gestos, símbolos, sentimientos y palabras), establecemos una comunicación de forma más sentida con nosotros mismos, con los demás, con las cosas y con Dios.

Con la Aplicación de Sentidos (o Traer los Sentidos), se busca que la SENSIBILIDAD del orante vaya pareciéndose a la de Jesús. No basta que nuestros ideales y valores coincidan con los de Jesús, ni que vivamos momentos de fervor y entusiasmo en nuestra vida de orantes. Hace falta que toda nuestra persona se humanice al modo de la humanidad de Jesús, adquiriendo una capacidad de percibir, de interpretar y de disponerse en la vida de modo cualitativo. Y esto sólo se logra con una mirada que pueda ver el paso de Dios, con un oído atento a la voz de la gente y la de Dios, con un olfato que sabe percibir rumbos, con un gusto que sabe encontrar el toque especial de la vida y con un tacto que sostiene y acaricia con audacia y ternura la vida.

[Orante] *Ignacio, ¿puede una persona no tener o perder el sentido de su vida y vivir vacío o amargado?*

[Ignacio] Si es posible. Y nosotros mismos nos vemos envueltos en esta atmósfera de insatisfacción. No sólo es posible sino que a veces se llega al extremo de ir enrareciéndonos hasta el punto de encontrarnos en callejones sin salida.

[Orante] ¿Por qué sucede esto?

[Ignacio] Porque el sentido de la persona no es sólo “UN YO”, sino también “UN TU” que unidos se convierten en “UN NOSOTROS”. La única y definitiva vocación de las personas es VIVIR PLENAMENTE SU SER HUMANO. Cuando mi comunicación y mi relación vital no se da con las personas sino tan sólo con las cosas (objetos, prendas, marcas, moda, etc.), entonces empiezo a utilizar a la gente y les doy importancia en cuanto me son útiles. Me estoy creyendo el centro de atracción; el centro de la historia, y por tanto, todo y todos giran alrededor mío.

Humanizarse es fortalecer la capacidad de mis sentidos para percibir la realidad, para percibir a los otros, para mirar con ojos humanos, escuchar con oídos atentos, tener el tacto cercano y poder olfatear la vida que viven las personas. Se trata de estar en la sintonía de la vida, especialmente de los que no la tienen porque se les ha quitado, como dice Lucas: ¿de quien te hiciste prójimo?

Este camino de humanización ayuda a rehacerme interiormente, me va constituyendo como persona y como hermano mostrándonos a Dios como Padre. Porque la oración con Aplicación de Sentidos es un sencillo y elemental método para poner en funcionamiento las fibras más sensibles que tenemos.

La estructura de la oración con APLICACIÓN DE SENTIDOS es muy simple. Como puedes ver los cinco primeros momentos son los mismos. Lo mismo sucede con el Coloquio y el Examen. Pero la Materia es la que tiene un estilo muy propio.

0° Momento: “Preparación de la Oración”

1° Momento: “A lo que vengo”

2° Momento: “Pacificación”

3° Momento: “Oración Preparatoria”

4° Momento: “Composición del Lugar”

5° Momento: “Petición”

6° Momento: “Contenido o Materia”

6.1.- **Ver** con la vista imaginativa las personas y reflexionar para sacar provecho. Se trata de verlas con detenimiento y atención.

6.2.- **Oír** lo que hablan las personas y reflexionar para sacar provecho. Se trata de estar atentos a lo que comunican y al mensaje que transmiten. Hay que abrir bien los oídos para escuchar.

6.3.- **Oler y Gustar** la infinita suavidad y dulzura de la divinidad y reflexionar para sacar provecho. Se trata de ir con el olfato y el gusto tras el rastro del ambiente de los hechos que contemplo, para saborear y olfatear lo que se produce en la realidad que estoy orando.

6.4.- **Tocar** el lugar donde acontece la escena de lo que estoy orando y reflexionar para sacar provecho. Se trata de sentir todas las manifestaciones que suceden dentro de la situación que se desarrolla.

7° Momento: “Coloquio”.

8° Momento: “Examen o Cierre de la Oración”.

NOTA: Aquí tienes algunos textos bíblicos con los que puede hacer este tipo de Oración.

- ❖ Lc. 10,29-37: Amigo del caído.
- ❖ Lc. 15,11-31: Vuelvo a la casa del Padre.
- ❖ Jn. 3,1-21: Nacer de nuevo.
- ❖ Jn. 11,1-44: Aunque ya este casi perdido; me llamas a la vida.
- ❖ Mt. 26,69-75: He negado al amigo
- ❖ Jn. 4,1-30: Agua Que da vida.
- ❖ Lc. 8,4-15: ¿Cuál es mi cultivo?
- ❖ Jn. 6,30-44: Que alcance el pan para todos.
- ❖ Mt. 27,1-57: La muerte de mi amigo.

[Orante] *Ignacio, ¿por que has centrado nuestra conversa en estos dos estilos de oración?*

[Ignacio] Pienso que la Oración es un aspecto fundamental en el camino del cristiano. Y este camino necesita estar marcado por un radical sentido de Libertad y Humanización. Te sugiero que con frecuencia tu oración tenga como fundamento la Biblia, y que ores con el método de Tres Potencias (Memoria, Entendimiento y Voluntad) y que lo alternes con el método de la Aplicación de Sentidos, para que desde la oración de la Palabra de Dios puedas ir profundizando en el Plan de Dios.

Todas estas ayudas sólo pretenden ser una ESCUELA DE ORACIÓN. En una escuela no se aprende todo desde el principio, sino que poco a poco vas acertando en el modo y en las cosas que más puedan ayudarte..

DESPEDIDA

[Orante] *Ignacio, para mí ha sido una gran oportunidad el haber conversado contigo, quisiera que no fuera la última vez que nos veamos.*

[Ignacio] Yo también así lo deseo y con especial interés me siento al saber que como cristiano estás buscando dar sentido a tu vida y dar a tu pueblo lo mejor que hay en ti. Te animo a que sigas profundizando y que nunca haya en ti razones y excusas para perder tu horizonte. *“Que en todo puedas amar y servir”*.

Tu amigo y compañero, Ignacio de Loyola.

MATERIAL DE APOYO [2]

ORAR EN 1ª SEMANA DE CUARESMA – CICLO “C”

[Del Domingo 21 al Sábado 27 de Febrero]

PROBADOS EN LA TENTACIÓN

PRESENTACIÓN

La Cuaresma es un tiempo para prepararnos a vivir la Semana Santa con profundo sentido cristiano. La liturgia nos propone para este 1er domingo de cuaresma las tentaciones de Jesús en el desierto.

Las tentaciones vividas por Jesús nos invitan a estar alerta sobre las tendencias hacia las que se inclina el deseo. De ahí la importancia de preguntarnos: ¿qué gustos, anhelos y motivaciones están imbuidos por el amor y asumidos por gracia, y cuáles poseen una dinámica autónoma al margen de Dios?

La tentación es una experiencia humano-religiosa que afecta a toda persona en lo más interno de su existencia, porque toca muy de cerca cinco aspectos centrales de la vida: 1º) La gratificación consentida del deseo desordenado; 2º) La desviación de la decisión o dirección de la persona; su hacia dónde; 3º) La comunión con el mundo del pecado; 4º) El apartamiento de Dios; y 5º) La destrucción de la convivencia.

Para superar la tentación hay que hacerse conciente de que la madurez humana no es necesariamente el resultado determinista de los grandes valores, sino que a menudo, esta madurez la deciden factores menos controlables como el deseo, la necesidad y la ambición, los cuales pueden cambiar mediante un sereno trabajo de nuestra afectividad y razonamientos, contando siempre con la ayuda de la gracia de Dios.

La tentación de **convertir las piedras en pan** –*ante la legítima necesidad del alimento*–, dibuja claramente los alcances de la necesidad, porque la comida es el exponente, tal vez más claro, de un amplio espectro de funciones que la persona desempeña necesariamente, mediante el apetito y el gusto. Esta tentación puede ser considerada la “**tentación del apetito**”.

Ante la “**tentación del apetito**” provocada por el disociado deseo que puede conducirnos a querer convertir las piedras en Pan, Jesús ha dicho: “**no sólo de pan vive el hombre sino de toda palabra que sale de la boca de Dios**”, ya que el Señor ha experimentado en sí mismo que el apetito humano también se alimenta del amor que surge de experiencias siempre renovadoras que satisfagan plenamente los deseos de felicidad.

La tentación de **poseer todos los bienes del mundo** –*ante la legítima necesidad del ser*–, muestra un segundo nivel del deseo humano: el poder y el tener, desde donde se desarrolla en gran medida el ser del hombre. Esta tentación puede ser considerada la “**tentación de tener y poder**”.

Ante la “**tentación del poder y tener**” provocada por el disociado deseo que puede conducir a la adoración de lo que poseemos y dominamos, Jesús ha dicho: “**Al Señor, tu Dios, adorarás y a Él sólo darás culto**”, ya que Jesús tiene la certeza de que el señorío del hombre se realiza plenamente cuando el poder se transforma en servicio. Porque todo poder será beneficioso cuando se realiza o ejerce como servicio a tiempo y a destiempo en la entrega generosa para generar mayor calidad de vida para todos.

La tentación de **lanzarse desde el alero del Templo porque será socorrido para que no tropiece con piedra alguna** –*ante la legítima necesidad de reconocimiento*–, muestra un tercer nivel del deseo humano: la fama, la imagen, el reconocimiento, a partir de lo cual se desarrolla en gran medida la autoestima humana. Esta tentación puede ser considerada la “**tentación del prestigio e imagen**”.

Ante la “**tentación de la imagen**” provocada por el disociado deseo que puede conducirnos a acciones mágicas con las que quisiéramos cambiar las leyes de la vida, Jesús ha dicho: “**no tentarás al Señor, tu Dios**”, ya que Jesús conoce muy bien que el Creador nos ha hecho a su imagen, de donde ha de nutrirse la auto-estima mediante la alegría de sentirnos hijos amados, aún en medio del dolor, del desasosiego, y hasta en medio de la muerte.

Que este tiempo de cuaresma nos atrevamos a exponer ante Dios, todo aquello que nos desordena, nos ata y paraliza, para que caminemos libres, convertidos, misericordiosos, alegres y esperanzados en la venida del Reino.

MODO DE ORAR

MOMENTO PREPARATORIO.

[Este paso o momento tiene que ver con la disposición previa y necesaria para la oración. Entre lo que convendría prever se incluye la escogencia de un pasaje bíblico, un acontecimiento vital, el lugar de la oración, etc.]

LEO EL EVANGELIO DE LUCAS (4, 1-13)

En aquel tiempo, Jesús, lleno del Espíritu Santo, regresó del Jordán y conducido por el mismo Espíritu se internó en el desierto donde permaneció cuarenta días y fue tentado por el demonio. Todo aquel tiempo estuvo sin comer nada, y al final sintió hambre. Entonces el diablo le dijo: “Si eres Hijo de Dios, dile a esta piedra que se convierta en pan”. Jesús le contestó: “Está escrito: No sólo de pan vive el hombre.

Después lo llevó el diablo a un monte elevado y en un instante le hizo ver todos los reinos de la tierra y le dijo: “A mí me ha sido entregado todo el poder y la gloria de estos reinos, y yo los doy a quien quiero. Todo esto será tuyo, si te arrodillas y me adoras”. Jesús le respondió: “Está escrito: Adorarás al Señor, tu Dios y a Él sólo darás culto”.

Entonces lo llevó a Jerusalén, lo puso en el alero del templo y le dijo: “Si eres Hijo de Dios, lázate desde aquí, porque está escrito: Los Ángeles del Señor tienen órdenes de cuidarte y de sostenerte en sus manos, para que tus pies no tropiecen con las piedras”. Pero Jesús le respondió: “También está escrito: No tentarás al Señor, tu Dios”.

Concluidas las tentaciones, el diablo se alejó de Él hasta otra ocasión. *Palabra del Señor.*

1ER MOMENTO: A LO QUE VENGO

Inicio mi encuentro con el Señor, escogiendo un sitio apropiado para mi oración.

Al llegar al sitio, en forma breve y sencilla considero la calidad de la mirada de Dios Nuestro Señor sobre mí.

Y me digo a mí mismo: ¿A QUÉ VENGO?

Vengo a liberarme de las ataduras que surgen de mis tentaciones

[Al final, rezo el Padrenuestro, saboreando cada palabra]

2DO MOMENTO: PACIFICACIÓN

- Ya sea sentado, paseando, acostado o reposado; tanto en casa, como en el parque o la Iglesia me sereno para que esta cita con Dios tenga lugar.
- Me acomodo con una posición que me ayude a concentrarme-descentrarme-centrarme, implicando todo mi ser.
- Al ritmo de la respiración, doy lugar al silencio.
[Una y otra vez repito este ejercicio].

3ER MOMENTO: ORACIÓN PREPARATORIA.

La oración preparatoria siguiente me ayuda a experimentar libertad de apegos.

**Señor, que todas mis intenciones, acciones y procesos interiores,
estén totalmente ordenados a cumplir tu voluntad.**

[La repito tantas veces como quiera, dejando que resuene en mi mente y en mi corazón]

4TO MOMENTO: COMPOSICIÓN DEL LUGAR.

[Este paso es muy especial y merece realizarse con esmero. Le dedico unos 10 minutos]

- 1°) Centro mi pensamiento en el contenido de la Oración.
- 2°) Con la imaginación revivo lo que relata el pasaje bíblico, sin perder detalle.
- 3°) Me ubico en la escena como si presente me hallara.
- 4°) Dejo que la Palabra irradie su luz sobre mí.

5TO MOMENTO: PETICIÓN [Si me ayuda, puedo decir varias veces la petición]

En forma sencilla formulo mi petición. Dejo que mi petición salga de dentro. Que nazca de lo más hondo de mi vida.

Señor, que aprenda a ordenar mis afectos y deseos para que experimente verdadera libertad.

6TO MOMENTO: CONTENIDO o MATERIA DE LA ORACIÓN (Con Aplicación de Sentidos)

6.1) VER CON LA VISTA IMAGINATIVA LAS PERSONAS

- ⇒ **PRIMERO.** Ver a Jesús. Él ha sido conducido por el Espíritu al desierto para ser tentado. Ver a Jesús y al tentador. Verlo ante la “tentación del apetito”, ante la “tentación del tener y poder” y ante la “tentación del prestigio e imagen”. **Y reflexiono para sacar provecho.**
- Que nos atrevamos a vernos tal cual somos, sin miedo a los desórdenes que nos afectan. Y que con realismo sepamos ver aquellos afectos y deseos que nos dañan para que los transformemos.

6.2) OÍR LO QUE HABLAN LAS PERSONAS.

- ⇒ **SEGUNDO.** Oír lo primero que dice el Diablo a Jesús: “*Si eres Hijo de Dios, dile a esta piedra que se convierta en pan*”; y Jesús le contesta: “*Está escrito: No sólo de pan vive el hombre*”. Oír lo segundo que dice el tentador: “*Todo esto será tuyo, si te arrodillas y me adoras*”; a lo que Jesús responde: “*Está escrito: Adorarás al Señor, tu Dios y a Él sólo darás culto*”. Y oír lo que le dice finalmente: “*Si eres Hijo de Dios, lázate desde aquí, porque está escrito: Los Ángeles del Señor tienen órdenes de cuidarte y de sostenerte en sus manos, para que no tropieces con las piedras*”; pero Jesús le responde: “*También está escrito: No tentarás al Señor, tu Dios*”. **Y reflexiono para sacar provecho.**
- Que ante nuestras tentaciones seamos sinceros para analizarlas, y que a la vez seamos buenos para trabajarlas con profundo cariño y respeto hacia nosotros mismos.

6.3) OLER Y GUSTAR LA INFINITA SUAVIDAD Y DULZURA DE JESÚS

- ⇒ **TERCERO.** Oler y Gustar con el olfato y el gusto la infinita suavidad y dulzura de Jesús enfrentado a sus tentaciones. Oler y Gustar el nuevo ambiente que se desprende por la actuación de Jesús frente al tentador. **Y reflexiono para sacar provecho.**
- Que ante la tentación sepamos percibir la exquisita presencia de Dios que nos acompaña y fortalece, ayudándonos a superar las dificultades.

6.4) TOCAR EL AMBIENTE CREADO EN LAS TENTACIONES DE JESÚS.

- ⇒ **CUARTO.** Tocar la serenidad y paz que transmite Jesús ante su realidad de tentado. Dejar que me roce su calma y su firmeza al afrontar la encrucijada de la vida. **Y reflexiono para sacar provecho.**
- Que aprendamos a mantenernos firmes ante la prueba. Que aprendamos de Jesús su modo de asumir la tentación y que sepamos sacarle provecho para nuestro crecimiento y maduración personal.

7MO Momento: COLOQUIO.

[NOTA: El coloquio es un diálogo que se hace hablando como un amigo habla a otro, ya sea para pedir alguna gracia, ya sea reconociendo la fragilidad o el pecado, o para comunicar sus cosas, y queriendo consejo en ellas.] El texto sugerido puede ser útil para el COLOQUIO.

ATRAVESAR LA TENTACIÓN

¿Dónde vas y dónde quieres llegar cada tarde entre dos luces, cansado de andar y andar, hecho camino de esperanza? ¿Quién te sigue, quién se atreve a poner su pie desnudo en tu pisada siempre en marcha? ¿Por qué llevas sólo amor? ¿Por qué llevas paz y gracia?

¿Por qué saber que la luz de las estrellas es tu tienda en la noche que te aguarda? Caminante, de corazón pobre y libre, hecho tienda abierta en tu llamada. Caminante, alzando siempre la vista, que busca la perfección en la altura y dejas sola la playa.

Hay quienes no hacen camino, no buscan, no escuchan y su andar es solo pisadas, porque el alma se ha hecho sorda en el dinero, y la muerte se ha agarrado a sus entrañas. Pero a Ti te gusta dejar al paso la huella de tu pisada. Te gusta que el hombre oiga el pajarillo que el Padre alimenta cada mañana.

Señor de los caminos que busca llegar. Señor de los caminos abiertos entre los campos que gritan libertad. Señor de los caminos que arrancan al hombre de lo seguro, de los suyos, de sus bienes, de sus cosas, y lo lanza, a seguir tu paso hecho sendero estrecho y a seguir tu paso donde quiera que vayas.

Señor, si el camino es largo, si la sed y el sol abrasan, Tú eres el vaso fresco de agua. Arranca, arráncame de las cosas, que mi corazón aún guarda una gaviota que quiere abrir sobre el mar sus alas.

8vo Momento: EXAMEN DE LA ORACIÓN

Nota: Las siguientes interrogantes ayudan a centrar la experiencia vivida en la Oración.

- 1º) ¿Qué pasó en mí durante esta Oración?
- 2º) ¿A través de cuáles señales me habló Dios?
- 3º) ¿Qué quiero cambiar en mi vida?
- 4º) ¿Qué me distrajo en la Oración?
- 5º) ¿Qué se quedó grabado en mí?

TERMINO LA ORACIÓN CON LA SIGUIENTE OFRENDA

Toma, Señor, y recibe, toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad;
todo mi haber y mi poseer. Tú me lo diste, a ti, Señor lo devuelvo.

Todo es tuyo. Dispón de mí según tu voluntad.

Dame tu amor y gracia que ésta me basta. Amén.

MATERIAL DE APOYO [3]

ORAR EN 2ª SEMANA DE CUARESMA – CICLO “C”

[Del Domingo 28 de Febrero al Sábado 6 de Marzo]

TRANSFIGURADOS EN EL SEÑOR

PRESENTACIÓN

Estamos en la 2ª semana de Cuaresma y la liturgia nos presenta la Transfiguración del Señor. Los evangelistas Lucas, Marcos y Mateo, relatan la Transfiguración como una experiencia de camino, consoladora, transformadora, y comprometedora. En esta experiencia hay cuatro aspectos que tienen gran implicación para la oración personal y para la vivencia comunitaria de la fe. Estos aspectos son: apartarse para estar con Jesús, captar la gloria de Dios, escuchar a Dios y el silencio.

Apartarse para estar con Jesús. A Pedro, a Santiago y a Juan los ha convocado el Señor para subir al monte para estar a solas con Él. Dejarse convocar por Jesús es permitirle que entre a nuestra casa (a mí mism@) como en propia casa: **“Mira que estoy a la puerta y llamo; si alguno oye mi voz y me abre la puerta, entraré en su casa y cenaré con él y él conmigo”** (Apocalipsis 3, 20). El camino por el que nos conduce el Señor puede ser de subida (ascenso) o de bajada (descenso), ya que la ruta de Dios esta transida de cruz y de luz, porque sólo así se fragua la autenticidad del amor, la transparencia del querer y la rectitud de los intereses.

Captar la gloria de Dios. En la Transfiguración, el Señor se ha vuelto traslúcido. Los discípulos han podido ver a Jesús junto a Moisés y a Elías. Con Jesús que es total bondad, se han juntado la Tradición (*Moisés*) y la Libertad (*Elías*). Este encuentro copa todo el imaginario que los discípulos puedan tener sobre el Señor. Por eso Pedro, apenas balbucea: **“Señor, ¡qué bien se está aquí! Haremos tres chozas, una para ti, otra para Moisés y otra para Elías”**. Captar la gloria del Señor, pasa necesariamente por el reconocimiento de sus señales, de sus signos. Tanto en la vida orante, como en la praxis cristiana cotidiana, hemos de estar atentos al modo como Dios se hace presente en nuestra vida personal y comunitaria.

Escucha de la Voz de Dios. El discípulo no ha terminado de hablar cuando una nube los cubrió a todos, quedando en un primer momento llenos de miedo. Pero la voz que salió de la nube llenó todos los espacios, incluso el del temor. La voz dijo: **Este es mi Hijo, el escogido, escúchenlo.** Y no puede ser de otro modo porque la fe adquiere su consistencia en la escucha atenta de la palabra viva de Dios que es Jesús.

El silencio. Después que se dejó de oír la voz, Jesús quedó solo, y los discípulos guardaron silencio. Porque **el silencio es lo que ayuda a que toda experiencia de Dios pueda ser gustada internamente, dando lugar a una respuesta comprometida.** Y es aquí, en la conjunción de silencio y compromiso, donde empieza a tener fuerza la amistad personal y profunda con el Señor.

La experiencia de la transfiguración del Señor, sólo es posible si podemos estar a solas con el Señor, si dedicamos tiempo para cultivar su amistad. Pero no para quedarnos allí, evadiendo la vida, sino para que desde Dios veamos al mundo como Él lo ve, y para que actuemos como Él lo hace. Si entramos en la dinámica de Dios, podemos mirar a la gente y a su realidad con ojos nuevos, misericordiosos y transformadores. De lo contrario corremos el riesgo de proyectar sobre la vida nuestras convicciones y nuestros intereses.

MODO DE ORAR

MOMENTO PREPARATORIO. [*Este momento de la Oración tiene que ver con la disposición previa y necesaria para la oración. Entre lo que convendría prever se incluye la escogencia de un pasaje bíblico, un acontecimiento vital, el lugar de la oración, etc.*]

LEO EL EVANGELIO DE LUCAS (9, 28b-36)

En aquel tiempo, Jesús se hizo acompañar de Pedro, de Juan y de Santiago, y subió a un monte para orar. Mientras oraba, su rostro cambió de aspecto y sus vestiduras se hicieron blancas y relampagueantes. De repente aparecieron conversando con Él dos personajes, rodeados de esplendor: eran Moisés y Elías, que hablaban de la muerte que le esperaba en Jerusalén. Pedro y sus compañeros se caían de sueño; pero espabilándose, vieron la gloria de Jesús y de los que estaban con Él. Mientras éstos se alejaban, Pedro, sin saber lo que hablaba dijo a Jesús: Maestro, qué bien se está aquí. Haremos tres chozas: una para ti, otra para Moisés y otra para Elías. Todavía estaba hablando Pedro, cuando se formó una nube que los cubrió; y ellos al verse envueltos por la nube, se llenaron de miedo. De la nube salió una voz que decía: Éste es mi Hijo, el escogido, escúchenlo. Cuando cesó la voz, se quedó Jesús solo. Los discípulos guardaron silencio y, por el momento, no contaron a nadie nada de lo que habían visto. *Palabra del Señor.*

1^{ER} MOMENTO: A LO QUE VENGO. [*Inicio mi Oración, escogiendo un sitio apropiado. Al llegar al sitio, en forma breve y sencilla considero la calidad de la mirada de Dios Nuestro Señor sobre mí.*]

Y me digo a mí mismo: ¿A QUÉ VENGO?

Vengo a dejarme transformar por el Señor

[*Al final, rezo el Padrenuestro, saboreando cada palabra.*]

2^{DO} MOMENTO: PACIFICACIÓN

- Ya sea sentado, paseando, acostado o reposado; tanto en casa, como en el parque o la Iglesia me sereno para que esta cita con Dios tenga lugar.
- Me acomodo con una posición que me ayude a concentrarme-descentrarme-centrarme, implicando todo mi ser.
- Al ritmo de la respiración, doy lugar al silencio.
[*Una y otra vez repito este ejercicio.*]

3^{ER} MOMENTO: ORACIÓN PREPARATORIA. [*La oración siguiente me ayuda a experimentar libertad de apegos.*]

**Señor, que todas mis intenciones, acciones y procesos interiores,
estén totalmente ordenados a cumplir tu voluntad.**

[*La repito tantas veces como quiera, dejando que resuene en mi mente y en mi corazón*]

4^{TO} MOMENTO: COMPOSICIÓN DEL LUGAR.

[*Este paso es muy especial y merece realizarse con esmero. Le dedico unos 10 minutos*]

- 1°) Centro mi pensamiento en el contenido de la Oración.
- 2°) Con la imaginación revivo lo que relata el pasaje bíblico, sin perder detalle.
- 3°) Me ubico en la escena como si presente me hallara.
- 4°) Dejo que la Palabra irradie su luz sobre mí.

5^{TO} MOMENTO: PETICIÓN. [*En forma sencilla formulo mi petición. Dejo que mi petición salga de dentro. Que nazca de lo más hondo de mi vida.*]

Señor, que aprenda a descubrir los signos de vida que nos ofreces cada día.

[*Si me ayuda, puedo decir varias veces la petición*]

6^{TO} MOMENTO: CONTENIDO o MATERIA DE LA ORACIÓN (Con Aplicación de Sentidos)

[Con la Aplicación de Sentidos buscamos que nuestra sensibilidad se parezca a la de Jesús. Hace falta adquirir una capacidad de percibir, de interpretar y de disponerse en la vida de modo cualitativo. Hace falta una mirada que vea el paso de Dios, un oído atento a la voz de la gente y la de Dios, un olfato que perciba rumbos, un gusto que encuentre el toque especial de la vida y un tacto que sostenga y acaricie con audacia y ternura la vida.]

6.1) VER CON LA VISTA IMAGINATIVA LAS PERSONAS

- ⇒ **PRIMERO.** Ver el lugar de la transfiguración. Ver a Jesús con sus vestiduras con un blanco relampagueante. Ver a Moisés y a Elías envueltos en la luz. Ver a los discípulos. Y ver también la Nube que los cubre. **Y reflexiono para sacar provecho.**
- Señor, que aprenda a mirar como miras Tú. Una mirada que no se repliega ante los problemas de la vida ni se distrae para evitar la realidad del mundo. Que nuestra mirada sea a la vez, aguda y misericordiosa, directa y sencilla, ágil y bondadosa, y así captemos los signos de vida que nos ofreces.

6.2) OÍR LO QUE HABLAN LAS PERSONAS.

- ⇒ **SEGUNDO.** Oír a Jesús que convoca a Pedro, Juan y Santiago (y a mí también) para ir con Él a la montaña. Oír el diálogo que tienen Jesús, Moisés y Elías. Oír a Pedro que propone a Jesús: Maestro, qué bien se está aquí. Haremos tres chozas: una para ti, otra para Moisés y otra para Elías. Y oír lo que dice la voz que sale de la nube: Éste es mi Hijo, el escogido, escúchenlo. **Y reflexiono para sacar provecho.**
- Señor, tu oído siempre estuvo pendiente de los dolores y esperanzas de la gente. Que aprendamos a escuchar con oído atento lo que nos quiere comunicar la realidad, para que nuestro diálogo sea honesto, sencillo y fecundo.

6.3) OLER Y GUSTAR LA INFINITA SUAVIDAD Y DULZURA DE JESÚS

- ⇒ **TERCERO.** Oler y Gustar con el olfato y el gusto la infinita suavidad y dulzura que se produce en la Transfiguración del Señor. Oler y Gustar el silencio que olfatean y gustan los discípulos en esta experiencia, para contemplar el mundo como Dios lo hace. **Y reflexiono para sacar provecho.**
- Señor, Tú olfateabas las situaciones que vivían las personas, sus alegrías, sus problemas, sus búsquedas. Que aprendamos tu modo de discernir, para que al cooperar en la transformación del mundo sepamos apartarnos de lo que mata la vida y nos aferremos a lo que la construye.

6.4) TOCAR EL AMBIENTE CREADO EN LA TRANSFIGURACIÓN DEL SEÑOR.

- ⇒ **CUARTO.** Tocar la belleza, la serenidad, la lucidez que transmite el Señor. Sentir la frescura y sombra que produce la nube que cubre la escena de la Transfiguración. Tocar la fortaleza y profundidad que irradia la Humanidad del Hijo de Dios. **Y reflexiono para sacar provecho.**
- Señor, aprendiste de Dios Padre a mantenerte cercano a las personas. Que nuestra cercanía a la realidad de la gente sea tan próxima que llegemos a impactarnos y nos dispongamos a ser sus hermanos.

7^{MO} Momento: COLOQUIO.

[NOTA: El coloquio es un diálogo que se hace hablando como un amigo habla a otro, ya sea para pedir alguna gracia, ya sea reconociendo la fragilidad o el pecado, o para comunicar sus cosas, y queriendo consejo en ellas. El texto sugerido puede ser útil para el COLOQUIO.]

RAZÓN DE VIVIR

Para decidir si sigo poniendo esta sangre en tierra, este corazón que bate su lucha en sombra y tiniebla.
Para continuar caminando al sol por todo desierto, para recalcar que estoy vivo en medio de tantos muertos.
Para decidir, para continuar, para recalcar y considerar, sólo hace falta que estés aquí con tus ojos claros.

Para aligerar aquel duro peso de nuestros días, esa soledad que llevamos todos y marca la vida.
Para descartar esta sensación de perderlo todo, para analizar por dónde seguir y elegir el modo.
Para aligerar, para descartar, para analizar y considerar, sólo hace falta que estés aquí con tus ojos claros.

Para combinar lo bello y la luz sin perder distancia, para estar con vos sin perder el ángel de la nostalgia.
Para descubrir que la vida va sin pedirnos nada, y considerar que todo es hermoso y no cuesta nada.
Para combinar, para estar con vos, para descubrir y considerar, sólo hace falta que estés aquí con tus ojos claros.

(Cf. Canción de Víctor Heredia)

8vo Momento: EXAMEN DE LA ORACIÓN

Nota: Las siguientes interrogantes ayudan a centrar la experiencia vivida en la Oración.

- 1º) ¿Qué pasó en mí durante esta Oración?
- 2º) ¿A través de cuáles señales me habló Dios?
- 3º) ¿Qué quiero cambiar en mi vida?
- 4º) ¿Qué me distrajo en la Oración?
- 5º) ¿Qué se quedó grabado en mí?

TERMINO LA ORACIÓN CON LA SIGUIENTE OFRENDA

Toma, Señor, y recibe, toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad;
todo mi haber y mi poseer. Tú me lo diste, a ti, Señor lo devuelvo.

Todo es tuyo. Dispón de mí según tu voluntad.
Dame tu amor y gracia que ésta me basta. Amén.

MATERIAL DE APOYO [4]

ORAR EN 3ª SEMANA DE CUARESMA – CICLO “C”

[Del Domingo 7 al Sábado 13 de Marzo]

TODOS ESTAMOS LLAMADOS A LA CONVERSIÓN

PRESENTACIÓN

Estamos ya en la 3ra Semana de Cuaresma. La liturgia sigue profundizando en la preparación debida para este tiempo. En esta ocasión nos invita a reflexionar sobre la impostergable necesidad de conversión que todos tenemos.

Para hablarnos de la auténtica conversión, el evangelio utiliza dos situaciones de dolor: Una, la de los Galileos que murieron por orden de Pilato; y otra, los 18 habitantes que murieron aplastados por la torre de Siloé en Jerusalén. A partir de estas dos situaciones, Jesús aborda sin rodeos el falso concepto de pecadores y no-pecadores que tienen los que consideran que la muerte calamitosa se debe a la culpabilidad de los pecados. Jesús les preguntará: ¿piensan ustedes que ellos eran más pecadores que los demás porque terminaron así? Pues les digo que no; y, si no se convierten, a todos les pasará lo mismo.

A simple vista puede parecer que este evangelio no tiene ninguna buena noticia que comunicar, y no es así. Por un lado Jesús nos dice que los dramas o las tragedias de la vida no pueden entenderse como castigo del cielo, sino como ocasión de conversión. Y es cierto porque Dios es Padre de buenos y malos, de justos y culpables. Y por otro lado nos advierte que pecadores y no pecadores necesitamos transformar nuestra vida. Que necesitamos convertirnos.

Hay una Iglesia en la ciudad de Caracas que en su puerta de entrada tiene un letrero grande que dice más o menos así: “nadie es tan malo que no pueda entrar, y nadie tan bueno que no lo necesite”. Por más individualista que alguien se muestre, la mayor verdad es que nadie podría vivir realmente como un ser totalmente aislado. Necesariamente estamos entre las demás personas, querámoslo o no. Más aún, compartimos la misma realidad humana de fragilidad. Convergemos solidarios, en una misma condición: la de pecadores convocados a la gracia.

En su dramatismo y franqueza, este evangelio está inaugurando una nueva doctrina sobre las situaciones que vivimos a diario: hay que interpretar los hechos de la vida a la luz de la fe, tomándolos como guía de lo que Dios quiere, que no es otra cosa que el pecador, todo pecador, se convierta y viva, descubriendo por sí mismo lo que es justo, lo que es bueno, lo que es santo.

En el fondo de este pasaje bíblico aparece también un planteamiento sutil de Jesús sobre el misterio del dolor. Para el Señor, el dolor es una realidad penosa que pasa en la vida, ante la que Jesús toma postura, asumiendo esta realidad negativa desde una triple perspectiva: 1ª) cura el dolor, luchando contra el mismo dolor y contra sus causas; 2ª) bendice a los que sufren, elevándolos al nivel más alto, al de bienaventurados. Porque desde el propio dolor puede entenderse mejor y solidarizarse con el dolor ajeno; y 3ª) vuelca todo el sentido del dolor, convirtiéndolo en realidad fecunda, ya que el dolor, todo dolor, es el grito más elocuente de que aún falta mucho por hacer en el mundo; y puede ser ocasión de más vida.

En esta semana nos están invitando a convertirnos, a cambiar aquellas actitudes que matan la vida propia y la ajena. Por eso necesitamos reconocer nuestra realidad de pecado y darle lugar al Señor que actúe. Necesitamos mirar cara a cara y sin miedo, todo lo que llevamos dentro de nosotros mismos, y dejar que el Espíritu Santo lo transforme. Y así tengamos un corazón nuevo, misericordioso, que busca su bien y el de las demás personas. Un corazón y una actuación que nos haga solidarios y hermanos, atendiendo a lo que va pasando a nuestro alrededor, con una respuesta generosa y eficaz ante las problemáticas de nuestro mundo.

MODO DE ORAR

MOMENTO PREPARATORIO. *[Este momento de la Oración tiene que ver con la disposición previa y necesaria para la oración. Entre lo que convendría prever se incluye la escogencia de un pasaje bíblico, un acontecimiento vital, el lugar de la oración, etc.]*

LEO EL EVANGELIO DE LUCAS (13, 1-9)

En una ocasión, se presentaron algunos a contar a Jesús lo de los galileos cuya sangre vertió Pilato con la de los sacrificios que ofrecían. Jesús les contestó: ¿Piensan que esos galileos eran más pecadores que los demás galileos, porque acabaron así? Les digo que no; y, si no se convierten, a todos les pasará lo mismo. Y aquellos dieciocho que murieron aplastados por la torre de Siloé, ¿piensan que eran más culpables que los demás habitantes de Jerusalén? Les digo que no; y, si no se convierten, todos perecerán de la misma manera.

Y les dijo esta parábola: Uno tenía una higuera plantada en su viña, y fue a buscar fruto en ella, y no lo encontró. Dijo entonces al viñador: Ya ves: tres años llevo viniendo a buscar fruto en esta higuera, y no lo encuentro. Córdala. ¿Para qué va a ocupar terreno en balde? Pero el viñador contestó: Señor, déjala todavía este año; yo cavaré alrededor y le echaré estiércol, a ver si da fruto. Si no, la cortas. *Palabra del Señor.*

1ER MOMENTO: A LO QUE VENGO. [*Inicio mi Oración, escogiendo un sitio apropiado. Al llegar al sitio, en forma breve y sencilla considero la calidad de la mirada de Dios Nuestro Señor sobre mí.*]

Y me digo a mí mismo: ¿A QUÉ VENGO?

Vengo a reconocer mi necesidad de conversión

[*Al final, rezo el Padrenuestro, saboreando cada palabra.*]

2DO MOMENTO: PACIFICACIÓN

- Ya sea sentado, paseando, acostado o reposado; tanto en casa, como en el parque o la Iglesia me sereno para que esta cita con Dios tenga lugar.
- Me acomodo con una posición que me ayude a concentrarme-descentrarme-centrarme, implicando todo mi ser.
- Al ritmo de la respiración, doy lugar al silencio.
[*Una y otra vez repito este ejercicio.*]

3ER MOMENTO: ORACIÓN PREPARATORIA. [*La oración siguiente me ayuda a experimentar libertad de apegos.*]

**Señor, que todas mis intenciones, acciones y procesos interiores,
estén totalmente ordenados a cumplir tu voluntad.**

[*La repito tantas veces como quiera, dejando que resuene en mi mente y en mi corazón*]

4TO MOMENTO: COMPOSICIÓN DEL LUGAR.

[*Este paso es muy especial y merece realizarse con esmero. Le dedico unos 10 minutos*]

- 1°) Centro mi pensamiento en el contenido de la Oración.
- 2°) Con la imaginación revivo lo que relata el pasaje bíblico, sin perder detalle.
- 3°) Me ubico en la escena como si presente me hallara.
- 4°) Dejo que la Palabra irradie su luz sobre mí.

5TO MOMENTO: PETICIÓN. [*En forma sencilla formulo mi petición. Dejo que mi petición salga de dentro. Que nazca de lo más hondo de mi vida.*]

Señor, ayúdame a reconocerme pecador y a experimentar la gracia de tu perdón.

[*Si me ayuda, puedo decir varias veces la petición*]

6^{TO} MOMENTO: CONTENIDO o MATERIA DE LA ORACIÓN (Con Aplicación de Sentidos)

[Con la Aplicación de Sentidos buscamos que nuestra sensibilidad se parezca a la de Jesús. Hace falta adquirir una capacidad de percibir, de interpretar y de disponerse en la vida de modo cualitativo. Hace falta una mirada que vea el paso de Dios, un oído atento a la voz de la gente y la de Dios, un olfato que perciba rumbos, un gusto que encuentre el toque especial de la vida y un tacto que sostenga y acaricie con audacia y ternura la vida.]

6.1) VER CON LA VISTA IMAGINATIVA LAS PERSONAS

- ⇒ **PRIMERO.** Ver las personas del mundo, los diversos modos de actuar de la gente. Ver sus dolores, sus padecimientos, sus sufrimientos. Ver las tragedias humanas y especialmente a los niños abandonados, los ancianos en soledad, los enfermos sin atención. Ver aquellos conocidos o amigos que padecen algún problema. **Y reflexiono para sacar provecho.**
- Señor, que nunca nos sintamos más santos o menos pecadores que los demás. Al contrario, que cada día crezca en humildad y sencillez para que pueda experimentar auténticamente la profundidad de tu perdón.

6.2) OÍR LO QUE HABLAN LAS PERSONAS.

- ⇒ **SEGUNDO.** Oír cómo algunas personas se consideran más buenas que otras y por eso se creen agraciados, y oír también aquéllos que se sienten peor que los demás y por ello se consideran abandonados de Dios. Oír lo que dialoga la gente sobre su dolor, su enfermedad, sus miedos y sus tristezas. **Y reflexiono para sacar provecho.**
- Señor, ayúdame a comprender y atender los quejidos de quien sufre, los angustiosos reclamos de quien se siente abandonado o en soledad. Ayúdame a comunicar una palabra de aliento y de reconciliación.

6.3) OLER Y GUSTAR LA INFINITA SUAVIDAD Y DULZURA DE JESÚS

- ⇒ **TERCERO.** Oler y Gustar con el olfato y el gusto la infinita suavidad y dulzura que se produce por el anhelo de conversión. Oler y Gustar la transformación que surge cuando el Espíritu cambia nuestro corazón de piedra por un corazón de hermano. **Y reflexiono para sacar provecho.**
- Señor, que aprendamos a captar tu paso reconciliador por nuestras vidas y que vivamos empeñados en transformar el mal que hiere a los hombres y mujeres de nuestro mundo.

6.4) TOCAR EL AMBIENTE CREADO POR LA CONVERSIÓN A LA QUE INVITA JESÚS.

- ⇒ **CUARTO.** Tocar la paz, la confianza y fraternidad que surge en uno mismo a partir de la reconciliación que nos ofrece Jesús. Sentir el impulso que da el Espíritu Santo para caminar en la vida con un nuevo aliento de vida, de solidaridad y de generosidad. **Y reflexiono para sacar provecho.**
- Señor, que nos atrevamos a crear espacios y ambientes llenos de fraternidad y acogida, para que todos experimentemos la fuerza reconciliadora que brota de la presencia de Dios en nuestras vidas.

7^{MO} Momento: COLOQUIO.

[NOTA: El coloquio es un diálogo que se hace hablando como un amigo habla a otro, ya sea para pedir alguna gracia, ya sea reconociendo la fragilidad o el pecado, o para comunicar sus cosas, y queriendo consejo en ellas. El texto sugerido puede ser útil para el COLOQUIO.]

RECONCILIÉMONOS

Vienen con el credo olvidado, un mensaje gastado y un gran vacío a cuestas
Vienen sin saber que el destino les tomará el camino sin ninguna respuesta.

Vienen con la fe maltratada, la esperanza apagada, la mirada insolente.
Vienen sin conocer la buena, lo que Jesús estrena, sin conocer la fuente.

Vienen de hogares que murieron, de padres que se fueron, de madres obligadas.
Vienen de infancia sin cariño, de no haber sido niños, con el alma angustiada.

Vienen sin haber aprendido a amar como es debido, de haber callado tanto.
Vienen buscando entre vecinos, corregir su destino, olvidar su quebranto.

Vienen de fábricas cerradas, de empresas recortadas, del rechazo en las puertas.
Vienen de las salas de espera, de las colas afuera, de las promesas muertas.

Reconciliémonos, abramos nuestras manos, que alcance el pan a los hermanos.
Reconciliémonos, abramos nuestras puertas y que entre un nuevo amor que nos convierta.

(Miguel Matos SJ)

8^{vo} Momento: EXAMEN DE LA ORACIÓN

Nota: Las siguientes interrogantes ayudan a centrar la experiencia vivida en la Oración.

- 1º) ¿Qué pasó en mí durante esta Oración?
- 2º) ¿A través de cuáles señales me habló Dios?
- 3º) ¿Qué quiero cambiar en mi vida?
- 4º) ¿Qué me distrajo en la Oración?
- 5º) ¿Qué se quedó grabado en mí?

TERMINO LA ORACIÓN CON LA SIGUIENTE OFRENDA

Toma, Señor, y recibe, toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad;
todo mi haber y mi poseer. Tú me lo diste, a ti, Señor lo devuelvo.

Todo es tuyo. Dispón de mí según tu voluntad.

Dame tu amor y gracia que ésta me basta. Amén.

MATERIAL EXTRA

CELEBRACIÓN PARA EL MIÉRCOLES DE CENIZA

Te ofrecemos una sencilla para-liturgia centrada en el Miércoles de Ceniza. Este día puede celebrarse el mismo miércoles u otro día de la semana en el marco del comienzo de la cuaresma. Esta Celebración puede ser realizada por un Laico del Colegio. El Miércoles de Ceniza es una gran oportunidad para retomar diversos aspectos centrales de la vivencia de la fe. Con un poco de audacia, creatividad y dedicación se podría generar toda una simbología en torno a la Ceniza que ayude a una mayor expresión y profundización de la fe. Convendría que muy de mañana, antes de comenzar las actividades, haya alguna música y algunos signos que inviten a la novedad del tiempo de Cuaresma que está comenzando. Sugerimos escoger algunas canciones del CD "Canto y Oración" de Francesca Ancarola y Los Gregorianos, para que hagan de fondo musical. El lugar donde va a realizarse la Celebración debe estar ambientado. Para ello, si lo desean, puede colocarse unos 6 velones muy grandes en línea recta, tres a cada lado de la mesa que hace de altar, con bastante elevación para que se vean. También puede colocarse palmeras verdes, e incluso secas, acomodadas de tal modo que adornen.

I.- INICIO DE LA CELEBRACIÓN

1) BIENVENIDA

Hermanos y hermanas, nos hemos reunido aquí para dar comienzo a la Cuaresma. Nos convoca nuestra fe, nuestro deseo de conversión y sobre todo nuestro deseo de hacer más viva nuestra amistad con Jesús. Dispongámonos a participar en esta celebración.

2) SEÑAL DE LA CRUZ

ANIMADOR: En el nombre del Padre, de Hijo, y del Espíritu Santo.

TODOS: Amén.

3) SALUDO

ANIMADOR: Que la Gracia que nos alcanzó Jesucristo, el Amor del Padre y la Fuerza del Espíritu Santo, esté con todos Ustedes.

TODOS: Y con tu Espíritu.

4) ACTO PENITENCIAL

ANIMADOR: Todos nos equivocamos en la vida. Pidámosle a Dios nos dé la gracia de empezar de nuevo. Nos dé su perdón. Por eso digamos:

TODOS: Yo confieso ante Dios todopoderoso y ante ustedes, hermanos, que he pecado mucho de pensamiento, palabra, obra y omisión. Por mi culpa, por mi culpa, por mi gran culpa. Por eso ruego a Santa María, siempre Virgen, a los Ángeles, a los Santos y a ustedes, Hermanos, que intercedan por mí ante Dios, Nuestro Señor.

II.- CELEBRACIÓN DE LA PALABRA

1) LECTURAS

PRIMER LECTOR: LECTURA DEL "SALMO DEL CAMINO"

LECTOR: ¿A dónde vas y a dónde quieres llegar?

TODOS: ¿A dónde vas y a dónde quieres llegar?

¿Dónde vas y dónde quieres llegar cada tarde entre dos luces,
cansado de andar y andar, hecho camino de esperanza?
¿Quién te sigue, quién se atreve a poner su pie desnudo en tu pisada siempre en marcha?
¿Por qué llevas sólo amor? ¿Por qué llevas paz y gracia?

LECTOR: ¿A dónde vas y a dónde quieres llegar?

TODOS: ¿A dónde vas y a dónde quieres llegar?

¿Por qué saber que la luz de las estrellas es tu tienda en la noche que te aguarda?
Caminante, de corazón pobre y libre, hecho tienda abierta en tu llamada.
Caminante, alzando siempre la vista, como el vuelo sobre el agua de unas alas
que buscan la perfección en la altura y dejan sola la playa.

LECTOR: ¿A dónde vas y a dónde quieres llegar?

TODOS: ¿A dónde vas y a dónde quieres llegar?

Hay quienes no hacen camino, no buscan, no escuchan y su andar es solo pisadas,
porque el alma se ha hecho sorda en el dinero y la muerte se ha agarrado a sus entrañas.
Te gusta dejar al paso la huella de tu pisada y que el hombre pise el polvo que el viento arranca.
Te gusta que el hombre oiga el pajarillo que el Padre alimenta cada mañana.

LECTOR: ¿A dónde vas y a dónde quieres llegar?

TODOS: ¿A dónde vas y a dónde quieres llegar?

Señor de los caminos abiertos entre los campos que gritan libertad.
Señor de los caminos que arrancan al hombre de lo seguro,
de los suyos, de sus casas, de sus bienes, de sus cosas, y los lanza,
a seguir tu paso hecho sendero estrecho y a seguir tu paso donde quiera que vayas.

LECTOR: ¿A dónde vas y a dónde quieres llegar?

TODOS: ¿A dónde vas y a dónde quieres llegar?

Señor, si el camino es largo, si la sed y el sol abrasan,
Tú, Señor, eres el vaso fresco de agua.
Arranca, arráncame de las cosas, que mi corazón aún guarda
una gaviota que quiere abrir sobre el mar sus alas.

LECTOR: ¿A dónde vas y a dónde quieres llegar?

TODOS: ¿A dónde vas y a dónde quieres llegar?

SEGUNDO LECTOR: LECTURA DEL EVANGELIO DE MATEO (6, 1-6.16-18)

En aquel tiempo, dijo Jesús a sus discípulos:

Cuiden de no practicar la justicia delante de los hombres para ser vistos por ellos; de lo contrario, no tendrán recompensa del Padre celestial. Por tanto, cuando hagas limosna, no vayas tocando la trompeta por delante, como hacen los hipócritas en las sinagogas y por las calles, con el fin de ser honrados por los hombres; les aseguro que ya han recibido su paga. Tú, en cambio, cuando hagas limosna, que no sepa tu mano izquierda lo que hace tu derecha; así tu limosna quedará en secreto, y tu Padre, que ve en lo secreto, te lo pagará.

Cuando recen, no sean como los hipócritas, a quienes les gusta rezar de pie en las sinagogas y en las esquinas de las plazas, para que los vea la gente. Les aseguro que ya han recibido su paga. Tú, cuando vayas a rezar, entra en tu aposento, cierra la puerta y reza a tu Padre, que está en lo escondido, y tu Padre, que ve en lo escondido, te lo pagará.

Cuando ayunen, no anden cabizbajos, como los hipócritas que desfiguran su cara para hacer ver a la gente que ayunan. Les aseguro que ya han recibido su paga. Tú, en cambio, cuando ayunes, perfúmame la cabeza y lávate la cara, para que tu ayuno lo note, no la gente, sino tu Padre, que está en lo escondido; y tu Padre, que ve en lo escondido, te recompensará.
Esto es la Palabra del Señor.

TODOS: Gloria a Ti, Señor, Jesús.

2) REFLEXIÓN (ANIMADOR)

Pocos momentos litúrgicos son tan intensos y tan concentrados como dejarse signar con la Ceniza. Desde tiempos inmemoriales se ha unido la postura de la ceniza con el símbolo de la Cruz. Esta unión tiene una fuerza convergente: revive y actualiza al mismo tiempo la muerte y la vida del crucificado-resucitado que es Jesucristo.

La Ceniza es una Marca, que unida a la Cruz (marca cristiana), se convierte en un signo exquisito. En la Biblia, la marca indica pertenencia y tiene función protectora: «Consagrado al Señor» (Ex 28, 36-37). También tiene significatividad sublime: «Grábame como un sello en tu brazo, como un sello en tu corazón» (Ct 8, 6), «grábame» a mí, para ser totalmente de tu propiedad. Una unión de amor que es más fuerte que la muerte.

Dejarse marcar con la Ceniza significa reconocer que somos frágiles, de barro. Manifiesta arrepentimiento y deseo de cambio. Quiere decir testimonio de buena nueva. Expresa protección del que es nuestro único Señor, Dios Padre. Y expresa también la esperanza que consolida nuestra vida creyente.

En el día de la Ceniza no intervienen individuos aislados. No es que el asunto sea de cada uno con Dios y que accidentalmente nos encontremos todos en el mismo sitio y, por ahorrar tiempo, todos a una recibimos la ceniza. Lo individual no queda anulado, pero no es lo específico en este caso. La Ceniza evoca la condición colectiva de la condición frágil de lo humano donde también convergemos solidarios, en una misma condición: la de pecadores convocados a la gracia.

Nos están invitando a convertirnos, a cambiar aquellas actitudes que destruyen la vida. Por eso, al recibir la Ceniza expresamos el reconocimiento de la propia condición de pecado y el deseo de conversión. Y expresamos también nuestra apuesta en el Señor de la vida, que lo hace todo de nuevo mediante su Espíritu.

Para convertirnos hace falta encontrarnos cara a cara y sin miedo, con todo lo que llevamos dentro de nosotros mismos, y dejar que el Espíritu Santo lo transforme. Y nos exige que estemos atentos a lo que va pasando a nuestro alrededor, y que tengamos el coraje de responder con generosidad y eficacia ante las problemáticas de nuestro mundo.

El creyente que se adentra a la cuaresma, recibe la ceniza junto a la señal de la cruz, con el deseo de que acontezca en su vida y en la comunidad, una nueva creación. Una nueva humanidad desde la cual se participa en la vida divina, para andar con un aliento nuevo. Porque la vida cristiana no es algo acabado de una vez para siempre, ya que somos conciencia y libertad. Nuestro ser profundo se va desarrollando o articulando a lo largo de *acciones* minúsculas o grandes, cotidianas o decisivas, íntimas o patentes, de las cuales tenemos conciencia, nos acordamos o nos olvidamos. Somos seres que nos vamos realizando en múltiples facetas.

El Evangelio de Mateo nos ofrece tres recomendaciones para que nuestro modo de actuar sea sincero: **Uno**, cuando **hagamos el bien**, no vayamos tocando la trompeta por delante con la finalidad de ser admirados; que no sepa la mano izquierda lo que hace la mano derecha. **Otro**,

cuando **recemos**, que no lo hagamos para ser vistos por la gente, sino que entremos bien adentro, donde Dios Padre nos oye en nuestra sencillez. **Y tres**, cuando **ayunemos**, que no andemos cabizbajos, o con rostro afligido para ser vistos, sino que nos perfumemos y lavemos la cara, para que el ayuno lo note Dios que ve en lo secreto.

Que esta Ceniza recibida, nos ayude a tener una praxis cristiana auténtica, que exprese una solidaridad efectiva, una oración que nazca realmente del alma y un ayuno fecundo que sane el hambre del mundo.

III.- IMPOSICIÓN DE LA CENIZA

1) BENDICIÓN DE LA CENIZA

[Se preparan suficientes envases con ceniza. También se prevé agua bendita para rociar la ceniza. La ceniza se obtiene quemando palmeras secas. Con la ceniza se simboliza nuestro deseo de arrepentimiento.]

ANIMADOR: Señor nos has creado para Ti y nuestro corazón andará inquieto hasta que descansa en Ti. Por eso te decimos, bendito seas, Señor. Desciende sobre estas cenizas. Sé nuestra protección y concédenos lo que te *pedimos*. Vuelve hacia *nosotros* tu rostro y danos tu paz. Y ayúdanos a llevar siempre en alto la marca de tu Hijo, Jesucristo. Por los siglos de los siglos.

TODOS: Amén

2) IMPOSICIÓN DE LA CENIZA

[Previamente se han escogido varias personas para imponer la ceniza. Los que colocan la ceniza untan su dedo con ceniza y marcan la frente de los participantes con la cruz. Conviene que haya música de fondo para este momento. Ayuda mucho que este momento se realice con cariño y especial dedicación, dando lugar a la meditación personal. También conviene evitar el exceso de palabras]

QUIEN COLOCA LA CENIZA dice a cada Participante: **Conviértete y cree en el Evangelio.**

EL QUE RECIBE LA CENIZA responde: **Amén.**

IV.- GESTO DE FRATERNIDAD

1) PADRENUESTRO

ANIMADOR: Siguiendo la recomendación del Señor, expresemos juntos nuestro sincero deseo de vivir como Hijos de Dios y como hermanos que construyen fraternidad, diciendo:

TODOS: Padre nuestro, que estás en el cielo, santificado sea tu nombre; venga a nosotros tu Reino; hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo. Danos hoy nuestro pan de cada día; perdona nuestras ofensas, como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden. No nos dejes caer en tentación, y líbranos del mal. Amén.

2) ABRAZO DE LA PAZ

ANIMADOR: Señor Jesucristo, que dijiste a los Apóstoles: “la paz les dejo, mi paz les doy”, no tengas en cuenta nuestros pecados, sino la fe que nos une y convoca como Iglesia, y conforme a tu Palabra, concédenos la paz y la unidad. Tú que vives y reinas por los siglos de los siglos.

TODOS: Amén.

ANIMADOR: Nos damos un fraterno abrazo de paz.

V.- BENDICIÓN Y DESPEDIDA

ANIMADOR: Que el Señor nos bendiga y proteja; haga resplandecer su rostro sobre nosotros y nos conceda lo que le pedimos; vuelva hacia nosotros su rostro y nos dé su paz. En el Nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo.

TODOS: Amén.

ANIMADOR: Con el deseo de comunicar en el mundo nuestra alegría, nuestra esperanza y nuestra fe, podemos ir en Paz.

TODOS: Demos gracias a Dios.

ANEXO 1
EVALUACIÓN DEL PARTICIPANTE - MÓDULO 7

COLEGIO: _____ **NOMBRES Y APELLIDOS:** _____

CÉDULA DE IDENTIDAD: _____ **CARGO O DESEMPEÑO:**

Ponderar del 1 al 4 los siguientes aspectos – *el 4 es la máxima ponderación*

1.- ASPECTOS ORGANIZATIVOS, ESTRATÉGICOS Y LOGÍSTICOS

| | ASPECTOS | PUNTOS |
|---|--|---------------|
| 1 | Material previo recibido sobre este Módulo | |
| 2 | Despliegue propagandístico y motivacional realizado por el Equipo Responsable del Módulo | |
| 3 | Manejo de herramientas y estrategias en el desarrollo del Módulo | |
| 4 | Atención dispensada por parte del Equipo Responsable del Módulo | |
| 5 | Ambiente de fraternidad, cercanía y cooperación | |

2.- ASPECTOS PROGRAMÁTICOS Y DE CONTENIDO

| | ASPECTOS | PUNTOS |
|---|---|---------------|
| 1 | Claridad de la temática o contenido del Módulo | |
| 2 | Coherencia en el Plan del Módulo | |
| 3 | Distribución adecuada de tiempos en el Plan del Módulo | |
| 4 | Nivel de trabajo y profundización en el Módulo | |
| 5 | Conexión que tiene este Módulo con la Acción Educativa de nuestro Colegio | |

3.- ASPECTOS SOBRE EL PARADIGMA PEDAGÓGICO IGNACIANO

| | ASPECTOS | PUNTOS |
|---|---|---------------|
| 1 | Nivel de manejo del PPI por parte del Equipo Responsable de este Módulo | |
| 2 | Sensibilidad lograda en el desarrollo del CONTEXTO (1er Momento del PPI) | |
| 3 | Dinamismo vivido en el desarrollo de la EXPERIENCIA (2° Momento del PPI) | |
| 4 | Profundidad alcanzada en el desarrollo de la REFLEXIÓN (3° Momento del PPI) | |
| 5 | Calidad lograda en el desarrollo de la ACCIÓN (4° Momento del PPI) en este Módulo | |

4.- ASPECTOS SOBRE PARTICIPACIÓN EN EL DESARROLLO DEL MÓDULO

| | ASPECTOS | PUNTOS |
|---|--|---------------|
| 1 | Tiempo que dediqué personalmente a trabajar el material entregado previamente | |
| 2 | Tiempo dedicado por los demás participantes a trabajar el material entregado previamente | |
| 3 | Calidad de mi participación para el logro de este Módulo | |
| 4 | Nivel del trabajo en equipo por parte de todos los participantes del Módulo | |
| 5 | Implicación de los Directivos del Colegio para el logro del Módulo | |

5.- ASPECTOS SOBRE EL DESARROLLO DE LAS SEMANAS PREVIAS Y POSTERIORES A LA JORNADA INTENSIVA

| | ASPECTOS | PUNTOS |
|---|--|--------|
| 1 | Me involucré personalmente en la experiencia de oración | |
| 2 | En el colegio se evidenciaron aspectos que favorecieron un ambiente propicio para la oración | |
| 3 | Los participantes llegaron motivados a la jornada intensiva | |
| 4 | Me surgen de este Módulo ideas para seguir aplicándolas en el colegio | |
| 5 | Me he motivado para entrar en algún grupo de oración | |

6.- ASPECTOS SOBRE LOS ÁMBITOS EN LAS SEMANAS PREVIAS Y POSTERIORES A LA JORNADA INTENSIVA

En el Plan de Formación se dice sobre los cinco ámbitos: “... en ignaciano, experiencia significa hacer haciendo, pensar pensando, sentir sintiendo, gustar gustando, para vivir viviendo”. Por eso nos interesa ponderar cómo se vivieron los ámbitos en las semanas previas y posteriores a la jornada intensiva.

| | ASPECTOS | PUNTOS |
|---|---|--------|
| 1 | Atención a la realización personal y ésta solidaria | |
| 2 | Atención a diversos espacios y niveles de encuentro | |
| 3 | Atención al tejido de redes primarias e institucionales | |
| 4 | Atención a lo ecológico y ambiental | |
| 5 | Atención a la espiritualidad cristiana centrada en la fraternidad y la anticipación del Reino | |

7.- ¿QUÉ SUGIERO?

8.- ¿QUÉ AGRADEZCO?
