TENER VIDA EN JESÚS RESUCITADO

[Del Domingo 8 al Sábado 14 de Abril]

En la 2ª Semana de Resurrección la Liturgia nos invita a profundizar la fe, el amor, la vida y la esperanza que nacen del encuentro personal y comunitario con Jesús Resucitado.

El Evangelio de este domingo muestra dos situaciones que enturbian la experiencia de la resurrección. Por un lado el miedo de los discípulos que los lleva al ocultamiento. Y por otro, la autosuficiencia que sólo se fía de lo comprobado por sí mismo tal como sucede a Tomás, uno de los doce que no se fía de la experiencia de sus amigos.

A nosotros también puede asaltarnos el miedo o invadirnos la tentación de fiarnos tan sólo de nosotros mismos, de nuestras convicciones nada más. Pero ahí sigue estando Jesús resucitado para darnos **¡esa noche y esa experiencia tan dichosa, en que se unen el cielo con la tierra, lo humano y lo divino!** Y así desaparezcan nuestros miedos, nos atrevamos a fiarnos de los demás y pongamos en Dios toda nuestra esperanza.

A los discípulos encerrados en el miedo, en todo tipo de miedo, Jesús les da el Espíritu Santo y los pone ante el gran desafío de lanzarse a perdonar pecadores, de ir a reconciliar. Y no puede ser de otro modo, porque sólo a fuerza de perdón y reconciliación es como se sana la vida de las demás personas y como se sana también nuestra vida.

Y a Tomás, quien debía tener cierto liderazgo en el grupo, el Señor también lo desafía diciéndole: **ven y comprueba mis marcas y empieza a creer**. Es decir, aprende a fiarte, cree en lo que viven y comunican los compañeros, y así serás creyente, así comenzarás a tener fe.

Hoy más que ayer necesitamos aprender a captar y reconocer las marcas de la Cruz que llevan las personas que están a nuestro alrededor. Porque nuestra fe cristiana sólo se sustenta en la experiencia compartida de amigos y amigas que han vivido la cruz, como el Señor, y que por su gracia son levantados de toda muerte.

El Señor Resucitado nos mostrará sus marcas de la Cruz para que lo reconozcamos como el Señor de la vida, y también nos hará sentir las marcas de la Cruz en nosotros mismos, para que vivamos cimentados en una Fe que es más fuerte que la muerte.

Que este nuevo tiempo de resurrección **nos lance a perdonar pecados, a lavar culpas, a devolver la inocencia a los caídos, a dar la alegría a los tristes, a expulsar el odio, a promover la concordia y a construir la paz** (*Cf. Pregón Pascual*)**.**

MOMENTO PREPARATORIO: LECTURA DEL EVANGELIO (AMBIENTACIÓN)

EVANGELIO DE JUAN (20,19-31)

Al anochecer de aquel día de la resurrección, estando cerradas las puertas de la casa donde se hallaban los discípulos, por miedo a los judíos, se presentó Jesús en medio de ellos y les dijo: La paz esté con ustedes. Dicho esto, les mostró las manos y el costado. Cuando los discípulos vieron al Señor, se llenaron de alegría. De nuevo les dijo Jesús: La paz esté con ustedes. Como el Padre me ha enviado, así también los envío Yo. Después de decir esto, sopló sobre ellos y les dijo: Reciban al Espíritu Santo. A los que les perdonen los pecados, les quedan perdonados; y a los que no se los perdonen, les quedan retenidos.

Tomás, uno de los doce, a quien llamaban el Gemelo, no estaba con ellos cuando vino Jesús, y los otros discípulos le decían: Hemos visto al Señor. Pero él les contesto: Si no veo en sus manos la señal de los clavos y si no meto mi dedo en los agujeros de los clavos y no meto mi mano en su costado, no creeré.

Ochos días después, estaban reunidos los discípulos a puerta cerrada y Tomás estaba con ellos. Jesús se presentó de nuevo en medio de ellos y les dijo: La paz esté con ustedes. Luego le dijo a Tomás: Aquí están mis manos; acerca tu dedo. Trae acá tu mano, métela en mi costado y no sigas dudando, sino cree. Tomás le respondió: ¡Señor mío y Dios mío! Jesús añadió: Tú crees porque me has visto; dichosos los que creen sin haber visto.

Otras muchas señales milagrosas hizo Jesús en presencia de sus discípulos, pero no están escritas en este libro. Se escribieron éstas para que ustedes crean que Jesús es el Mesías, el Hijo de Dios, y para que, creyendo, tengan vida en su nombre. *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 tener vida en Jesús resucitado.

[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

[NOTA: La oración preparatoria siguiente me ayuda a experimentar libertad de apegos. La repito tantas veces como quiera, dejando que resuene en mi mente y en mi corazón]

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

4TO MOMENTO: COMPOSICIÓN DEL LUGAR

[NOTA: 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, que mi fe, mi amor y esperanza se afiancen en tu Resurrección.

(*Si me ayuda, puedo decir varias veces la petición*)

6TO MOMENTO: CONTENIDO O MATERIA DE LA ORACIÓN

[NOTA: Para Contemplar la Resurrección, San Ignacio propone 5 aspectos dinámicos. Así, el que contempla se implica a fondo en la centralidad del Evangelio y de la Vida. Después de VER, OIR y SENTIR, se pasa a CONSIDERAR los EFECTOS Verdaderos y de Santidad, fruto de la Resurrección. Y después se pasa a MIRAR (gustar) el OFICIO de CONSOLAR que el Señor trae. Lo cual concreta la Verdad y Santidad de los Efectos de la Resurrección].

6.1) Primero: VER A JESÚS

- ⇨ Ver a Jesús aparecido en medio de los Discípulos y de nosotros también, que estamos ocultos por el miedo. ***Y reflexiono para sacar provecho.***

6.2) Segundo: OÍR A JESÚS

- ⇨ Oír que Jesús nos dice: Paz a ustedes. Como el Padre me ha enviado, así también los envío Yo. Reciban el Espíritu Santo; a quienes les perdonen los pecados, les quedan perdonados; a quienes se los retengan, les quedan retenidos. ***Y reflexiono para sacar provecho.***

6.3) Tercero: TOCAR A JESÚS

- ⇨ Tocar las Marcas de Jesús en las cruces y dolores que padecen las personas. Reconocerlos a ellos y reconocerme yo para poder reconocer al Señor. ***Y reflexiono para sacar provecho.***

6.4) Cuarto: CONSIDERAR COMO DIOS SE MANIFIESTA

- ⇨ Considerar cómo Dios, que parecía esconderse en la pasión, aparece y se deja sentir tan fuerte por los Verdaderos y Santos EFECTOS de la Resurrección: que ame más a Dios en espíritu y en verdad; que tenga más fe, más esperanza y más caridad para con los demás; que acepte más de corazón las tinieblas de la existencia y de la muerte; y que sea más consciente de mi libertad y actúe en consecuencia.

6.5) Quinto: GUSTAR EL OFICIO DE CONSOLAR QUE TARE EL SEÑOR

- ⇨ Gustar el Oficio de Consolar que trae Cristo, nuestro Señor, haciéndonos sentir que la Resurrección no es la vivencia afectiva del triunfo, sino la manifestación gozosa de la vida. Por eso nos lanza a comunicar y entregar la vida y la esperanza que llevamos dentro.

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).*

AL SEÑOR DE LA RESURRECCIÓN

SEÑOR, que en tu Resurrección adquiera yo, la NUEVA VISIÓN, la NUEVA VIDA, el NUEVO MODO, ya desde ahora y para siempre, y que PREDOMINE DEFINITIVAMENTE LO BUENO:

- De la Vida y su calidad sobre la muerte y la vida destruida.
- De la Esperanza sobre la desesperanza.
- Del Optimismo sobre el pesimismo.
- De la Luz sobre la tiniebla.
- Del Humor sobre todo reconcomio castigante.

- De la Alegría sobre la tristeza.
- Del Amor sobre el desamor y más aún sobre el odio.
- De la Comunidad sobre la desintegración, división y masificación.
- De la Paz sobre la guerra de toda generación.
- De la Fraternidad sobre la discriminación…, que desplaza y excluye sobre todo al más débil.

- De la Igualdad en Dignidad, sobre la indignidad fruto del desbalance y privilegio codicioso.
- De las soluciones y decisiones sobre las situaciones sin salida o postergadas sin decisión.
- De la Fe, la Confianza, la Valentía, el Arrojo (parresía), sobre todo tipo de miedo o terror.
- De Salud sobre la enfermedad, más aún la provocada directa o indirectamente, la que no es natural.
- De la Eternidad sobre la perentoriedad. AMÉN.

(*Alejandro Goñi SJ - La Resurrección Ayer y Hoy*)

8VO Momento: EXAMEN DE LA ORACIÓN

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

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?

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.