Centro de Espiritualidad y Pastoral

TEXTO PARA ORAR EN 2ª SEMANA DE RESURRECCIÓN
CICLO "C" 2019

TENER VIDA PERSONAL, ECLESIAL Y SOCIAL

[Del Domingo 28 de abril al Sábado 4 de Mayo]

Estamos en la 2ª Semana de Resurrección y la Liturgia nos invita a afianzar nuestra fe y nuestro compromiso en la amistad que nace del encuentro personal y comunitario con Jesús Resucitado.

El Evangelio de Juan (20, 19-31) muestra dos situaciones que viven los amigos de Jesús después de la crucifixión. Por un lado, el miedo que no los dejaba abrirse a la vida, y por otro, la autosuficiencia de quien se fía solamente de sí mismo, tal como sucede a Tomás, uno de los doce apóstoles, que no es capaz de creer en la fuerza de la resurrección que cambia la muerte en vida.

A nosotros también puede asaltarnos el miedo o caer en la tentación de fiarnos tan sólo de nuestras convicciones. Pero ahí sigue estando Jesús resucitado, diciéndonos: **¡en este día tan dichoso se unen el cielo y la tierra, lo humano y lo divino!** para que desaparezcan nuestros temores y aprendamos a confiar.

A los discípulos que estaban encerrados por el miedo, por 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, tanto la ajena como la propia.

A Tomás, que fue un apóstol que debía tener cierto liderazgo en el grupo, el Señor también lo desafió diciéndole: **ven y comprueba mis marcas y empieza a creer**. Es decir, fíate y así comenzarás a tener fe. Fíate de quienes llevan las marcas del crucificado-resucitado. Y es que nuestra fe cristiana sólo se sustenta en la experiencia compartida de amigos y amigas en la fe, que al vivir la pasión del Señor, son levantados por el gozo del triunfo de Jesús sobre la muerte.

Vive la resurrección quien porta las marcas de la Cruz. Las marcas del esfuerzo, del camino realizado, de la entrega que se abre paso a la esperanza, de la generosidad desinteresada, de la libertad que no se resigna ante los poderes y de la bondad que no teme a la maldad **es lo que nos identifica con Jesús Resucitado.**

Para experimentar la resurrección y para comunicarla, hace falta **tener vida dentro de uno mismo**. Por eso, Jesús exhala Espíritu Santo a los discípulos, para enviarlos llevando dentro de ellos esa energía capaz de rehacer todas las cosas de nuevo.

Cuando menos lo esperamos la vida nos coloca ante grandes desafíos. Este nuevo tiempo de resurrección pone a prueba nuestra voluntad de cambio y nuestra capacidad de ganar voluntades, para que **ahuyentemos pecados, lavemos culpas, devolvamos la inocencia a los caídos, la alegría a los tristes, expulsemos el odio, traigamos la concordia y consolidemos 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 sin perdonar.

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 recibir la vida que ofrece 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 me atreva a vivir y a comunicar la auténtica vida que ofrece Jesús resucitado

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

6TO PASO: CONTENIDO O MATERIA DE LA ORACIÓN

6.1) Primero: GUSTAR INTERNAMENTE LA VIDA QUE NACE DE LA RESURRECCIÓN

- ⇨ Ante el miedo que no deja abrirnos a la vida y la autosuficiencia que impide fiarnos de los demás se nos ofrece la fuerza de la resurrección que cambia la muerte en vida. Jesús resucitado nos dirá: **¡en este día tan dichoso se unen el cielo y la tierra, lo humano y lo divino!** para que desaparezcan nuestros temores y resplandezca la confianza.

6.2) Segundo: MEDITAR EL DESAFÍO QUE SUPONE CREER

- ⇨ A quien se tambalee en su fe, el Señor lo desafiará diciéndole: fíate y así crecerá tu fe. Fíate de quienes llevan las marcas del crucificado-resucitado. Y es que nuestra fe cristiana sólo se sustenta en la experiencia compartida de amigos y amigas en la fe, que al vivir la pasión del Señor, son levantados por el gozo del triunfo de Jesús sobre la muerte.

6.3) Tercero: CONSIDERAR LA FUERZA TRANSFORMADORA DE LAS MARCAS DE LA CRUZ

- ⇨ Vive la resurrección quien porta las marcas de la Cruz. Las marcas del esfuerzo, del camino realizado, de la entrega que se abre paso a la esperanza, de la generosidad desinteresada, de la libertad que no se resigna ante los poderes y de la bondad que no teme a la maldad. Jesús exhala Espíritu Santo para que llevemos dentro esa energía capaz de rehacer todas las cosas de nuevo.

6.4) Cuarto: REFLEXIONAR LOS DESAFÍOS QUE NOS PRESENTA EL SEÑOR

- ⇨ Cuando menos lo esperamos la vida nos coloca ante grandes desafíos, poniendo a prueba nuestra voluntad de cambio y nuestra capacidad de abrirnos a Dios, para que **cimentados en Cristo Jesús, ahuyentemos pecados, lavemos culpas, devolvamos la inocencia a los caídos, la alegría a los tristes, expulsemos el odio, traigamos la concordia y consolidemos la paz.**

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).*

SEÑOR, que en tu Resurrección adquiera, desde ahora y para siempre, la NUEVA VISIÓN, la NUEVA VIDA y el NUEVO MODO de ACTUAR. Que PREDOMINE DEFINITIVAMENTE LO BUENO, aun entremezclado con la realidad de lo negativo:

- 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.

- 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.

- De la Igualdad sobre la indignidad fruto del privilegio codicioso.
- De las soluciones y decisiones sobre las situaciones sin salida.
- De Confianza, la Valentía, el Arrojo (parresía), sobre el miedo o terror.
- De Salud sobre la enfermedad.
- De la Eternidad sobre la perentoriedad.

(*Alejandro Goñi – La Resurrección Ayer y Hoy*)

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 este Ejercicio?
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 me produjo desaliento o desconfianza durante la Oración?
6º) ¿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.