

EJERCICIOS ESPIRITUALES PARA SEGLARES EN CASA



«TESTIGOS DEL RESUCITADO»
¡APÓSTOLES DE CALLE!

DIOCESIS DE BARBASTRO-MONZON
CUARESMA 2023

Del 24 al 26 de marzo tendrá lugar en Peralta de la Sal los ejercicios espirituales para laicos cristianos programados por la Delegación de Anuncio desde el ámbito pastoral de laicos, familia y vida y que dirigirá el sacerdote de Zaragoza D. Fernando Urdiola.

Algunos de vosotros me habéis pedido los materiales de los ejercicios espirituales para seglares en casa que acabo de impartir en la parroquia de Santo Domingo en Huesca y que han sido organizados por la archicofradía de la Vera Cruz.

Por si alguno no pudiera hacer los ejercicios espirituales de Peralta y desea hacerlos desde casa para prepararse para la pascua, os ofrezco, con mucho gusto, las reflexiones que he utilizado del Mensaje del Papa Francisco para la Cuaresma 2023 y las de Henri J.M. Nouwen, Michael J. Christensen, Rebeca J. Laird; *Dirección espiritual. Sabiduría para la larga andadura de la fe*; Ed. Sal Terrae, Santander 2007; págs. 51-63.

Os comparto, tal como lo hice en Huesca, el esquema de los cuatro días, las preguntas para la reflexión, un modelo de oración previa a la reflexión de cada día. Al final he recogido algunas oraciones y poemas por si os pueden ayudar para vuestra oración personal.

I. ESQUEMA

1. ¿Quién soy? La identidad herida: la transfiguración
 - La tentación del auto rechazo
 - La tentación de la compulsión
2. ¿De dónde vengo y a dónde voy?
3. ¿Cuál es mi lugar? Valores que te configuran con Cristo para hacerte testigo del resucitado
4. Implicación como cofrade en la nueva reestructuración diocesana: Apóstoles de calle

II. PREGUNTAS CON «ZIRIPICUTINA» PARA TU REFLEXIÓN

1. La identidad herida

- ¿Te sientes realmente AMADO (enchufado, preferido, predilecto) por Dios?
- ¿Conoces personas que muestren en sus vidas auto rechazo y/o compulsión?
- ¿A qué personas dejarías entrar en tu corazón?

2. ¿De dónde vengo y a dónde voy?

- Describe los cinco momentos cruciales de tu vida
- ¿Qué personas han sido las más significativas para ti? ¿Por qué?
- ¿En algún momento te has enfadado muchísimo con Dios? ¿Por qué? ¿Has logrado superarlo? ¿Cómo lo has hecho?
- ¿Qué habrá que hacer para abandonarse plenamente en el Señor?

3. ¿Cuál es mi lugar?

- ¿Qué modelo de liderazgo valoras más?
- ¿A quién necesitas perdonar por no ser pluscuamperfecto (Dios)?
- ¿Qué le faltaría a tu comunidad cristiana o a tu cofradía para que realmente fuese fascinante?
- Enumera cinco actitudes que se desprenden de los valores que te configurarían con Cristo para ser cofrade – laico – apóstol de calle: *secularidad – sororidad* (solidario-samaritano) – *cotidianidad – fraternidad*.

4. Implicación como cofrade o como seglar

- Dime una forma concreta en la que podrías implicarte para transformar desde adentro tu cofradía, tu comunidad cristiana, tu unidad pastoral o tu Diócesis.

III. ORACIÓN

* HIMNO

Cristo, alegría del mundo,
resplandor de la gloria del Padre.
Bendita la mañana
que anuncia tu esplendor al universo.

La mañana celebra tu resurrección
y se alegra con claridad de pascua
Se levanta la tierra
como un joven discípulo en tu busca
sabiendo que el sepulcro está vacío.

Cristo, alegría del mundo,
resplandor de la gloria del Padre.
Bendita la mañana
que anuncia tu esplendor al universo.

En la clara mañana
tu sagrada luz se difunde
como una gracia nueva.
Que nosotros vivamos como hijos de la luz
y no pequemos contra la claridad de tu presencia.

Cristo, alegría del mundo,
resplandor de la gloria del Padre.
Bendita la mañana
que anuncia tu esplendor al universo.

*** PALABRA DE DIOS**

Del Evangelio de San Mateo: Mt 17, 1-9

Seis días después, tomó Jesús consigo a Pedro, Santiago y a su hermano Juan, y los llevó a un monte alto a solas. Y se transfiguró ante ellos. Su rostro brillaba como el sol y sus vestidos se volvieron blancos como la luz. En esto, vieron a Moisés y a Elías que conversaban con Jesús. Pedro tomó la palabra y dijo a Jesús:

–Señor, ¡qué bien estamos aquí! Si quieres hago tres tiendas: una para ti, otra para Moisés y otra para Elías.

Aún estaba hablando, cuando una nube luminosa los cubrió, y una voz desde la nube decía:

–Este es mi hijo amado, en quien me complazco, escuchadlo

Al oír esto, los discípulos cayeron de bruces, aterrados de miedo. Jesús se acercó, los tocó y les dijo:

–Levantaos, no tengáis miedo.

Al levantar la vista no vieron a nadie más que a Jesús. Y cuando bajaban del monte, Jesús les ordenó:

–No contéis a nadie esta visión hasta que el Hijo del hombre haya resucitado de entre los muertos

*** SÚPLICAS**

– Oremos a Cristo, a quien Dios resucitó de entre los muertos, y que por su poder nos resucitará también a nosotros

– *Cristo, vida nuestra, sálvanos.*

– Cristo, luz esplendorosa que brillas en las tinieblas,

– *Concédenos vivir hoy en tu alabanza.*

– Señor Jesús, que anduviste los caminos de la pasión y de la cruz,

– *Concédenos que resucitemos también contigo.*

– Hijo del Padre, maestro y hermano nuestro,

– *Enséñanos a ofrecer con alegría nuestro sacrificio de alabanza.*

IV. REFLEXIONES

LA TRANSGURACIÓN

Mt 17, 1-6; Mc 9, 1-8; Lc 9,28-36

¿Subes o bajar del Tabor?

(del mensaje del Papa Francisco - Cuaresma 2023)

- 6 días después de aquel incidente (confrontación entre Pedro y Jesús) el Señor manifiesta su gloria. La transfiguración es la respuesta (**caricia de Dios**) ante la **incomprensión de los discípulos**:
 - Para que vivieran una experiencia única;
 - Tocaran el cielo con las manos;
 - Comprendieran el misterio de la salvación;
 - Se adentraran en el misterio de la cruz fuente de vida y pórtico de la gloria;
 - Percibieran una luz que no procedía del exterior y sin embargo iluminaba todas las cosas. Iluminaba su propio interior;
 - Nos ayuda a entender nuestro verdadero origen y meta de nuestro ser: De Dios venimos y a Dios caminamos.
- **Sólo quien ha tenido la experiencia de tocar el cielo con sus manos puede** compartirlo con los demás. Tú también estás llamado a **irradiar la gloria de Dios**. A transfigurarte para que el otro vea y crea.
- Esta es la verdadera conversión: **cambiar tu mirada** y descubrir a Cristo, su modo de ser y de vivir.
- Es muy importante **abrir los ojos** para descubrir a Dios a través de los más **necesitados** y **los oídos** para ver y sentir la voz de Dios en tu corazón que te dice: **Tú eres mi HIJO**, el amado (preferido, enchufado). Escuchad a mi HIJO. Y os irá mejor.

- Ser testigo del resucitado en el Alto Aragón significa no refugiarse en una religiosidad ñoña, de hechos extraordinarios, de experiencias sugestivas... por miedo a afrontar la realidad con sus fatigas, dificultades, contradicciones cotidianas. **Ser nazareno o cirineo** en el “paso” de tu vida cotidiana. **Descubrir nuestra identidad herida**
- Ser apóstol de calle, significa vislumbrar la pascua, la gloria aunque haya que pasar por la pasión y la cruz. Bastó con que tuvieran la experiencia 3 de los doce. Y ellos convertirse en propagadores de esta experiencia única e inenarrable hasta que en verdad Cristo no resucitó en verdad.
 - Nos toca ahora **bajar al llano**. Ir a Jerusalén (recordáis el año pasado) y abrazar la cruz que se tornará pórtico de gloria. **Pasear por nuestras calles** y descubrir a tantos hermanos nuestros que **se desangran por desamor**. Y ser testigos del RESUCITADO ante tantos cristos crucificados, con rostro y nombre. Ser cofrade en el mundo, en tu hogar, en tu comunidad cristiana o en tu cofradía. Y **encarnar en carne propia los VALORES que configuran con Cristo**:
 - ✓ La secularidad;
 - ✓ La sororidad (solidario-samaritano);
 - ✓ La cotidianidad;
 - ✓ La fraternidad

LA IDENTIDAD HERIDA

¿QUIÉN SOY YO? ¹

La pregunta básica de «¿quién soy?», surge una y otra vez a lo largo de la vida. Un antiguo cuento talmúdico arroja luz sobre la verdadera identidad y el auténtico valor de todos y cada uno de los seres humanos en el nivel más profundo:

¹ Cfr. Henri J.M. Nouwen, Michael J. Christensen, Rebeca J. Laird; *Dirección espiritual. Sabiduría para la larga andadura de la fe*; Ed. Sal Terrae, Santander 2007; págs.. 51-63.

«Cierta día un joven fugitivo, tratando de ocultarse del enemigo, llegó a una pequeña aldea. La gente fue amable con él y le ofreció un lugar donde quedarse. Pero cuando los soldados que buscaban al fugitivo preguntaron dónde estaba éste oculto, todo el mundo sintió mucho miedo. Los soldados amenazaron con quemar la aldea y matar a todos su habitantes si el joven no les era entregado antes del alba. La gente acudió al rabino para preguntarle qué hacer. Dudando entre entregar al muchacho al enemigo o que su gente fuera asesinada, el rabino se retiró a su habitación a leer la Biblia, esperando encontrar respuesta antes del amanecer. De madrugada, su vista se posó en estas palabras: “Es mejor que un hombre muera antes que perezca el pueblo entero”.

Entonces el rabino cerró la Biblia, llamó a los soldados y les dijo dónde se ocultaba el muchacho. Y una vez que los soldados se llevaron al fugitivo para matarlo, se celebró una fiesta en la aldea porque el rabino les había salvado la vida. Pero el rabino no participó en la celebración. Abrumado por una profunda tristeza, permaneció en su habitación. Aquella noche un ángel le visitó y le preguntó: “¿Qué has hecho?”. Él dijo: “He entregado al fugitivo al enemigo” Entonces el ángel le dijo: “Pero ¿no sabes que has entregado al Mesías?”. “Y ¿cómo podía yo saberlo?” replicó el rabino ansiosamente. Entonces el ángel dijo: “Si hubieras visitado a ese joven una sola vez y le hubieras mirado a los ojos, lo habrías sabido”»

¿No se nos emplaza en la vida cotidiana a mirar profundamente a los ojos de las personas con quienes nos encontramos y ver en ellas el rostro de Dios?

Puede que el mero hecho de saber que se trata también de hijos amados de Dios baste para impedirnos entregarlos al enemigo. ¿No somos también emplazados y animados a fijarnos más en cómo nos ve Dios: amados, aceptados, afirmados y merecedores de salvación? ¿Somos, como el fugitivo, reflejo del Mesías?

¡Tú eres el Amado de Dios!

Cuando Juan estaba bautizando en el Jordán, Jesús acudió también a ser bautizado. Y puesto en oración, se abrió el cielo, y bajó sobre él el Espíritu

Santo en forma corporal, como una paloma; y vino una voz del cielo: “Tú eres mi hijo amado; yo te he engendrado hoy”» (Lc 3,21-22).

Como cristiano, estoy firmemente convencido de que el momento decisivo de la vida pública de Jesús fue su bautismo, cuando oyó la afirmación divina: «Tú eres mi Amado, en quien me complazco». En esta experiencia central, a Jesús se le recuerda de un modo muy profundo quién es realmente.

En todos nosotros habita una amorosa voz interior que nos dice: «¡Tú eres el Amado de Dios!». Quiero que afirmes tu condición de Amado. No tienes que verte entrampado en búsquedas que no llevan a ninguna parte. Puedes optar por tender a la verdadera libertad interior e incluso encontrarla más plenamente.

La afirmación fundamental

Durante muchos años he leído, reflexionado y enseñado las palabras del capítulo 3 del evangelio de Lucas sobre el bautismo de Jesús, pero hasta estos últimos años no habían adquirido esas palabras un significado tan profundo que revelaran la verdad más íntima acerca de todos los seres humanos.

La tentación espiritual esencial es dudar de esta fundamental verdad acerca de nosotros y confiar en identidades alternativas. Porque no es fácil oír esta voz en un mundo lleno de voces que gritan: «no eres bueno; eres feo; no vales nada; eres despreciable; eres un Don Nadie, mientras no demuestres lo contrario».

Estas voces negativas son tan altas y persistentes que es fácil creerlas. Esta es la **trampa del auto-rechazo**, es la trampa que consiste en ser un fugitivo que se oculta de su verdadera identidad.

La tentación de dudar acerca de quién eres verdaderamente

Las tentaciones de Jesús en el desierto, descritas en el Evangelio de Lucas, pretenden apartarlo de esa identidad nuclear. La tentación consiste en tratar de hacerle creer que es otro distinto de quien es en realidad: tú eres quien puede

convertir las piedras en pan; tú eres quien puede saltar desde el templo; tú eres quien puede hacer a los demás inclinarse ante tu poder... Pero Jesús responde, no, en absoluto. Yo soy el hijo amado de Dios. Personalmente creo que que su vida entera es una afirmación continua de esa identidad en medio de todo. Yo soy la esperanza encontrada en esa identidad».

La mayor trampa de la vida no es el éxito, la popularidad o el poder, sino el auto-rechazo, porque uno duda acerca de quién es realmente. El éxito, la popularidad y el poder pueden ciertamente suponer una gran tentación, pero su condición seductora procede del hecho de que forman parte de la tentación de auto-rechazo, que es mucho mayor. Cuando terminamos creyendo a las voces que nos dicen que carecemos de amor y que es imposible amarnos, entonces el éxito, la popularidad y el poder se perciben fácilmente como soluciones atractivas.

El auto-rechazo puede manifestarse como falta confianza o como exceso de orgullo, y ninguna de ambas cosas refleja verdaderamente la esencia de lo que somos. Es frecuente que el auto-rechazo sea visto simplemente como expresión neurótica de una persona insegura. Pero la neurosis suele ser la manifestación psíquica de una tiniebla humana mucho más profunda: la de no sentirse verdaderamente acogido en la existencia humana. El auto-rechazo es el mayor enemigo de la vida espiritual, porque contradice a la voz sagrada que proclama que somos amados. Ser el Amado expresa la verdad nuclear de nuestra existencia. Somos amados como criaturas con sus limitaciones y con su gloria.

Estoy diciéndolo tan lisa y llanamente porque, aunque la experiencia de ser el Amado nunca ha estado completamente ausente de mi vida, sí tardé bastante en afirmarla como mi verdad nuclear.

Esa suave y tierna voz que me llama «Amado» ha llegado a mí de muchos modos: mis padres, mis amigos, mis profesores, mis alumnos y los numerosos extraños con quienes me cruzo en la vida han hecho sonar esa voz en diferentes tonos. He sido cuidado por muchas personas con gran ternura y amabilidad.

La tentación de la compulsión

Emparejada con la tentación de dudar acerca de quién eres verdaderamente, está la tentación de la compulsión. ¿No esperas —como yo— que alguna persona, cosa o acontecimiento te proporcione esa sensación definitiva de bienestar interior que deseas?; ¿no sueles tener la siguiente esperanza: «Puede que este libro, esta idea, este curso, este viaje, este trabajo, esta tierra, esta relación colme mi más profundo deseo?»

En la medida en que esperes ese misterioso momento, seguirás confuso, siempre ansioso e inquieto, siempre anhelante y airado, nunca plenamente satisfecho. Este es el camino hacia la extenuación y el desasosiego. Este es el camino hacia la muerte espiritual.

No conviene que nos perdamos. Somos el Amado. Hemos sido íntimamente amados mucho antes de que nuestros padres, profesores, cónyuges, hijos, amigos... nos amaran o nos hirieran. Esta es la verdad de nuestra vida.

Escuchando esa voz con toda la atención posible, oigo en mi centro palabras que dicen: «Te he llamado por tu nombre desde el principio mismo. Tú eres mío y yo soy tuyo. Tú eres mi Amado, en ti me complazco.

La invitación a volver

Querido amigo, ser el Amado es el origen y la consumación de la vida del Espíritu. Digo esto porque, en cuanto atisbamos esta verdad, emprendemos el camino que nos permita percibirla plenamente y no descansamos hasta poder descansar en ella.

El gran trayecto espiritual que tenemos que recorrer es el de convertirnos en el Amado. Las palabras de Agustín, «Mi alma está inquieta hasta que descansa en ti, Señor», resumen perfectamente dicho trayecto. Que yo esté siempre buscando a Dios, siempre esforzándome por descubrir la plenitud del Amor y siempre anhelando la verdad completa, me dice que ya me ha sido dado a degustar un poco de Dios, del Amor y de la Verdad. Sólo puedo buscar algo que, en alguna medida, ya he encontrado.

Pero no sólo somos el Amado, sino que además hemos de convertirnos en el Amado, dejando que nuestra condición se encarne en todo cuanto pensemos, digamos o hagamos. Esto conlleva un largo proceso de encarnación, que requiere la práctica regular de la oración.

Cada vez que escuches con atención la voz que te llama «Amado», descubrirás en ti un deseo de escucharla durante más tiempo y más profundamente. Es como descubrir un pozo en el desierto. Una vez has tocado tierra fértil, pretendes ahondar más. Este ahondamiento en busca de una corriente subterránea es la disciplina de la oración.

Yo defino la oración como la escucha de esa voz, la de aquel que te llama «el Amado». La disciplina de la oración es volver constantemente a la verdad de quienes somos y afirmarla para nosotros.

PROFUNDIZACIÓN EJERCICIOS PARA LA DIRECCIÓN ESPIRITUAL

Siéntate adoptando una postura relajada y cómoda. Confía en que el amor de Dios se mostrará de una u otra manera. Durante los primeros diez minutos, sin agitación pronuncia las siguientes palabras lenta y fervorosamente:

Jesús, Tú eres el Amado

Repite estas palabras cuantas veces sea necesario. Deja que tu corazón se llene de oración y acción de gracias no verbales. Que no te inquieten las distracciones.

Luego, con suavidad y sin estrépito, pasa a los siguientes diez minutos. En Romanos 9, 25, Pablo nos recuerda que también nosotros estamos destinados a convertirnos en el Amado.

Jesús, yo soy el Amado

Deja que todo tu ser se empape del favor de Dios. Al principio este cambio puede parecer disonante. Pero procura descansar en la profundidad de la oración y deja que esta verdad se asiente.

Después pasa a los siguientes diez minutos.

Jesús (todos), somos el Amado

Deja que las personas entren en tu corazón: un vecino, un amigo, un familiar, una persona que ha salido en el periódico... Lo importante es no excluir a nadie.

Tu corazón hará que afloren a la superficie las personas a las que debes prestar atención.

Al final, simplemente con una palabra de agradecimiento o con la oración del Señor.

Esta forma de oración puede hacerse individualmente o en grupo. Quienes han utilizado este tipo de oración hablan de la profunda sanación que supone para ellos. Si practicas esta forma de oración de manera regular durante algún tiempo, comprenderás más claramente cuál es tu lugar en el universo.

PARA ANOTAR EN TU DIARIO

1. ¿Quién soy? (escribe dos frases)
2. ¿Qué revela tu respuesta acerca de tu valor?
3. ¿En qué aspectos de tu vida eres más propenso al auto-rechazo?

¿DE DÓNDE VENGO Y A DÓNDE VOY?²

Cuando yo impartía cursos sobre la vida espiritual, en un determinado momento trazaba una larga línea recta desde el borde izquierdo hasta el borde derecho de la pizarra y explicaba: «Esto es nuestra vida eterna en Dios. Perteneces a Dios de la eternidad a la eternidad. Eres amado por Dios antes de nacer; y serás amado por Dios mucho después de morir» Después marcaba un pequeño segmento de línea y decía: «Esto es el tiempo de vida humana. No es mas que una parte de tu vida total en Dios». Estás aquí por un breve periodo de tiempo —veinte, cuarenta, sesenta, ochenta años— para descubrir y creer que eres un hijo amado de Dios. La duración es lo menos importante. La vida no es mas que una breve oportunidad para decirle a Dios: «Yo también te amo».

La historia de Dios sobre Adam

Hace mucho, mucho tiempo, antes de que entregara a Adam a sus padres, mucho antes de que naciera entre sus hermanos humanos, yo le conocía le amaba. Me pertenecía como mi hijo amado. Le llevaba en mi corazón y mi mente desde toda la eternidad y cuidaba de él como si fuera la niña de mis ojos. Un día le envié a la tierra para que viviera entre la gente. Como iba a ser un hombre invitado a sufrir, se lo confié a una mujer amorosa y a un hombre solícito que fueron sus padres. Lo envié para que fuera un testigo silencioso que transmitiera mi mensaje de amor a través de su gran vulnerabilidad. Sé que pocas personas son capaces de aceptar un don oculto en la debilidad; por tanto, elegí con sumo cuidado a esas dos personas para que pudieran ayudarme a revelar ese don al mundo.

Durante treinta y cuatro años, Adam vivió entre sus hermanos y hermanas. No podía hablar ni caminar sin ayuda, ni acudir regularmente al colegio, ni encontrar trabajo, ni ganarse la vida, ni tener mujer e hijos... No daba conferencias ni escribía libros ni ganaba premios. Simplemente estaba presente entre la gente como testigo silencioso de mi amor.

² Cfr. Henri J.M. Nouwen, Michael J. Christensen, Rebeca J. Laird; *Dirección espiritual. Sabiduría para la larga andadura de la fe*; Ed. Sal Terrae, Santander 2007; págs.. 64-78.

El 13 de febrero de 1996, vi que Adam había cumplido su misión y lo llamé para que regresara junto a mí. Le di una voz para que pudiera contarme todo lo que había experimentado en la tierra y un cuerpo que le permitiera caminar, correr y bailar en mi presencia para deleite de todos. Estoy muy contento de tenerlo de vuelta, y estoy seguro de que, después de haber estado donde ha estado, prestará especial atención a cuantos le querían y cuidaban de él, así como a todas las personas cuya debilidad compartía.

Tu historia, mi historia y la historia de Jesús son en realidad una misma y única historia. Todos somos amados por Dios antes y más allá del tiempo.

Dos voces

Desde el comienzo de mi vida, dos voces interiores me han hablado; una, para advertirme: Henri, asegúrate de valerte por ti mismo, de ser independiente, de sentirte orgulloso de ti mismo; y la otra para asegurarme:

Henri, hagas lo que hagas, aunque no sea nada especialmente interesante a los ojos del mundo, ten la seguridad de ++que está en el corazón de Jesús, ten la certeza de que cuentas con el amor de Dios.

La mayor y mejor enseñanza

Adam me hablaba silenciosamente de Dios y de la amistad de Dios de un modo concreto.

En primer lugar, me enseñó que ser es más importante que hacer, que Dios me quiere con él, no haciendo toda clase de cosas para probarle que soy valioso. Mi vida ha sido hacer, hacer, hacer. Soy una persona muy inquieta que quiere hacer cientos de miles de cosas para poder mostrar —de algún modo, de manera definitiva— que es valiosa.

La gente me había dicho: «Henri, eres estupendo». Pero ahora, aquí con Adam, oía: «No me importa lo que hagas, siempre que estés conmigo». No es fácil estar simplemente con Adam. No es fácil estar simplemente con una persona sin hacer nada.

En segundo lugar, me enseñó que el corazón es más importante que la mente. Cuando vienes de una cultura académica, es difícil de aprender. Pensar con la mente, debatir, discutir, escribir, hacer...eso es lo que es el ser humano. ¿No decía Tomás de Aquino que los seres humanos somos animales pensantes? Dar prioridad al enfoque intelectual de la vida era un valor profundamente arraigado en mí.

Bueno, no estoy seguro de lo que Adam pensaba, pero yo me fui convenciendo poco a poco de que Adam tenía corazón, un verdadero corazón humano. De repente, comprendí que lo que hace que un ser humano sea humano es el corazón con que puede dar y recibir amor. Al entregarse tan totalmente a mis manos, Adam me daba una enorme cantidad de amor de Dios procedente de un corazón confiado, y yo le daba a Adam mi propio amor. Había una intimidad que iba mucho más allá de las palabras o los hechos.

Cuando la vida física, emocional, intelectual o moral acapara toda la atención, corremos el peligro de olvidar la primacía del corazón. El corazón es el don divino que nos permite confiar no sólo en Dios, sino también en nuestros padres, en nuestra familia, en nosotros mismos, en nuestro mundo.

Las personas con discapacidades físicas y mentales dejan fácilmente hablar a su corazón y así revelan una vida mística inalcanzable para muchas personas intelectualmente agudas. Esto ocurre porque la vida mística, la vida del corazón, se origina en Dios al comienzo mismo de nuestra existencia. Pertenece a Dios desde el momento de nuestra concepción.

Me avergüenza decir que me llevó tiempo pensar que Adam, lejos de ser ante todo un discapacitado físico y mental y, por consiguiente, muy distinto de mí, era mi hermano.

Adam era un ser humano pleno, tan plenamente humano que era elegido por Dios como instrumento de su amor.

Finalmente, Adam me enseñó también algo acerca de la comunidad. Hacer cosas juntos es más importante que hacerlas solo. Yo no podía ayudar a Adam solo. . Ambos necesitábamos de toda clase de gente. Adam creaba comunidad. . Nos unía. Sus necesidades y su vulnerabilidad hacían de nosotros una verdadera comunidad amorosa.

Su historia es mi historia de debilidad, dependencia, pero también de fuerza, autenticidad y ofrenda.

&&&

Únicamente en retrospectiva puedo conectar los puntos de mi trayectoria vital y empezar a ver mi historia sagrada desde la perspectiva de Dios, como la historia de Dios sobre mí.

Ahora tu puedes trazar en el encerado la línea de tu vida a la derecha de la mía y decir: «He llegado hasta aquí». Y puedes dibujar tu punto final un poco a la derecha del mío y decir: «Tengo unos años por delante». Y cuando empieces a contar tu historia y a conectar los puntos, será bueno que caigas en la cuenta de que, aunque la vida es breve, dura el tiempo suficiente para poder comprender de dónde vienes y a dónde vas.

Recuerda: Pertenece a Dios desde la eternidad hasta la eternidad. Eras amado por Dios antes de nacer, y serás amado por Dios mucho después de morir... Tu vida humana —larga o breve— no es más que una parte de tu vida total en Dios. Su extensión en el tiempo no importa. La vida es una mera oportunidad de decir durante unos años a Dios: «Yo también te amo».

PROFUNDIZACION EJERCICIOS PARA LA DIRECCIÓN ESPIRITUAL

Todos, seamos o no conscientes de ello, tenemos una historia con Dios. Nuestra historia con Dios afecta al modo en que escuchamos, leemos, hablamos, pensamos y oramos. Aunque nuestra historia personal es única, forma parte de una historia mayor: la historia de Dios sobre nuestras vidas.

Te invito a explorar tu espiritualidad y a reivindicar tu historia como historia sagrada tal como ha ido emergiendo durante tu trayectoria vital. Las preguntas siguientes pueden ser útiles para escribir y presentar tu historia sagrada ante un grupo o un director espiritual:

1. ¿Qué momentos de tu vida con Dios destacan como cruciales en tu trayectoria espiritual? Descríbelos sucintamente e indica su principal significado desde los puntos de vista intelectual, emocional y espiritual.
2. ¿Qué personas, libros, movimientos, ideas, etc. Han desempeñado un papel significativo en tu desarrollo espiritual?
3. Cómo ha puesto en cuestión tu vida o cambiado el curso de la misma un periodo de descontento o el encuentro con una persona especial?

¿CUÁL ES MI LUGAR?³

Un antiguo cuento jasídico sintetiza la necesidad de pasar de la soledad a la comunidad para poder encontrar nuestro verdadero lugar en el mundo:

³ Cfr. Henri J.M. Nouwen, Michael J. Christensen, Rebeca J. Laird; *Dirección espiritual. Sabiduría para la larga andadura de la fe*; Ed. Sal Terrae, Santander 2007; págs.. 139-158.

La oscuridad el alba

«Un rabino preguntó a sus alumnos: “¿Cómo podemos determinar la hora del amanecer? ¿Cuándo finaliza la noche y comienza el día?

Uno de sus alumnos respondió:

—Cuando a una cierta distancia se puede distinguir entre un perro y una oveja.

—“No”, contestó el rabino.

—Cuando se puede distinguir entre una higuera y una vid, comentó el segundo alumno

—“No”, dijo el rabino.

— “Por favor, dínos la respuesta”, le suplicaron sus alumnos.

Y el sabio maestro les dijo: “Cuando uno mira el rostro de un ser humano y descubre que es su hermano. Hasta entonces es de noche, y la oscuridad sigue con nosotros»

Jesús estuvo en el monte por la noche en oración solitaria (Lc 6,12-19). Bajó por la mañana y formó su comunidad. Después por la tarde, acompañado de sus apóstoles fue a sanar enfermos y proclamar la buena nueva. Me fascina la secuencia de oración por la noche, comunidad por la mañana y ministerio por la tarde. De la soledad a la comunidad y el ministerio. La noche es para la soledad, la mañana para la comunidad y la tarde para el ministerio. Estas son las tres disciplinas que se nos llama a practicar en el largo trayecto hasta casa: 1) soledad o comunión con Dios en la oración; 2) reconocimiento y reunión en comunidad; 3) ministerio o compasión en el mundo.

¿Cómo aprender a estar en la soledad con Dios?

En el cuadro de Rembrandt, El regreso del hijo pródigo, el padre abraza estrechamente al hijo que ha regresado. Con su hijo a salvo entre sus brazos extendidos, la expresión del padre parece decirme: «No voy a preguntarte nada. Hayas estado donde hayas estado, hayas hecho lo que hayas hecho y diga lo que diga la gente, eres mi hijo querido. Te pongo a salvo en mi abrazo.

En soledad y en comunión silenciosa con Dios en la oración, tengo que arrodillarme ante el Padre, igual que hizo el hijo pródigo a su vuelta, poner el oído contra su pecho y escuchar sin interrupción el latido del corazón de Dios. Análogamente, en soledad y silencio, soy atraído a la comunión con Dios en la oración. Si nos tomamos tiempo para estar en calma, seremos llevados a un lugar interior, a un lugar dentro de nosotros donde Dios ha elegido morar, a un lugar donde estamos a salvo en el abrazo del Amor que nos llama por nuestro nombre.

La comunión íntima con Dios no es una disciplina fácil. La noche es un tiempo de misterio, oscuridad, soledad y a veces aislamiento. La oración no es algo que siempre se sienta.

Para practicar la soledad debemos tener regularmente un tiempo para calmarnos física y espiritualmente. El alba o el crepúsculo son verdaderamente momentos ideales para la soledad y la oración que nos fundamenta en Dios y nos prepara para vivir con los demás y amarlos. En la comunión con Dios es donde comienza la comunidad espiritual.

Cuando la soledad se encuentra con la soledad

Al llegar la mañana, la soledad se encuentra con la soledad, y se forma la comunidad. Es de destacar que la soledad siempre nos llama a la comunidad. En soledad llegas a conocerte como un ser vulnerable y frágil pero amado por Dios. En soledad caes en la cuenta de ser parte de la familia humana y de querer estar con los demás.

Cuando hablo de formar comunidad me refiero al ámbito de pertenencia que se establece en la familia, con los amigos, en la parroquia, en una institución, en diferentes grupos apostólicos.

El hogar no siempre es cómodo y la comunidad no es fácil. En toda comunidad se dan, por una parte, la sanación que produce la aceptación y, por otra, profundas traiciones.

Traición significa quebrar la confianza (Lc 6,16). Traicionar significa «entregar». En la comunidad siempre hay alguien que traiciona tu confianza o te entrega a algo doloroso o no querido. En cuanto tienes comunidad, tienes un problema. Alguien ha dicho que la «comunidad es el lugar donde siempre vive la persona con la que menos quieres vivir».

Pero no es sólo una persona la que comete la traición. A ojos de los demás, yo puedo ser esa persona. O tú. No es que una persona de la comunidad sea el problema; es, sobre todo, que distintas personas entregan constantemente a otras al sufrimiento sin pretenderlo ni saber lo que están haciendo. Siempre hay alguien que no satisface mi necesidad o que me irrita.

La comunidad no es un lugar ideal sentimental donde todos viven en concordia, se aman unos a otros y se llevan de maravilla.

Eso no sucederá nunca. Lo que más bien ocurre es que viviendo juntos caemos en la cuenta de que la comunidad no requiere ni ofrece una armonía emocional absoluta. Lo que hace es ofrecernos el contexto donde tratamos de amarnos mutuamente y recibir el amor y la atención de los demás.

¿Por qué es tan importante que la soledad venga antes que la comunidad? ¿Qué la comunidad brote de la soledad? Si no sabemos que somos hijos e hijas de Dios amados por Él, esperaremos que alguien de la comunidad nos haga sentirnos especiales y valiosos

Yo soy el amado, tú eres el amado. Juntos podemos construir un hogar o un lugar de acogida.

Algunas veces te sientes querido, y es maravilloso; otras veces no sientes mucho amor, y eso es duro. Pero podemos sernos fieles

En comunidad. Podemos construir un hogar juntos y dar cabida a Dios y a los demás en la casa de Dios.

Aunque no es fácil Jesús nos llama a vivir juntos como una familia de fe y compromiso. En comunidad aprendemos lo que significa confesar nuestra debilidad y perdonarnos mutuamente. En comunidad descubrimos lo que significa renunciar a nuestra propia voluntad y vivir realmente para los demás. En comunidad aprendemos la verdadera humildad. Las personas de fe necesitamos comunidad porque de lo contrario nos volvemos individualistas y hasta egocéntricos. Pese a lo difícil que es, la comunidad no es realmente una opción en la vida espiritual. La comunidad brota de la soledad, y sin comunidad la comunión con Dios es imposible.. Somos llamados a mesa de Dios juntos, no solos.

Cómo encontrar el camino a casa

Las voces interiores no paraban de gritar: «¿Qué bien predicar el evangelio mientras estás perdiendo tu alma?» Finalmente comprendí que mi creciente oscuridad, mi sensación de rechazo, mi desordenada necesidad de afirmación y afecto y mi profunda sensación de no encajar eran signos claros de que no estaba siguiendo el camino del Espíritu de Dios. Los frutos del Espíritu no son la tristeza, el aislamiento y separación sino el gozo, soledad, comunidad y ministerio.

Cuando dejé Harvard, sentí tanta libertad interior, tanto gozo, y tanta nueva energía que vi mi vida anterior como una cárcel en la que yo mismo me había encerrado.

No sabía adónde ir. De nuevo oré: «Dios mío, ¿qué quieres que haga?». Antes de que transcurriera el año, recibí una carta de la comunidad de Daybreak de Canadá. Me pedían que me convirtiera en miembro de su comunidad y que fuera su sacerdote. Era la primera vez en mi vida que me sentía llamado a algo. Todas las demás veces, la iniciativa había sido mía.

La auto confrontación fue la batalla más dura de todas. La comunidad de «El Arca» se convirtió poco a poco en mi hogar. Nunca en la vida había pensado que hombres y mujeres con discapacidades mentales serían quienes pondrían sus

manos sobre mí en un gesto de bendición y me ofrecerían su hogar. Durante largo tiempo había buscado la seguridad entre los sabios y entendidos, apenas consciente de que las cosas del Reino se les revelan a los «pequeños», ni de que Dios ha elegido los «locos del mundo para confundir a los sabios». Pero cuando experimenté el calor y la acogida sin pretensiones de quienes no tienen de qué jactarse, y sentí el abrazo amoroso de personas que no hacen preguntas, empecé a descubrir que la verdadera vuelta espiritual al hogar significa volver a los pobres de espíritu, a quienes pertenece el Reino. El abrazo del Padre se me hizo muy real en los abrazos de los física y mentalmente pobres.

La vida en comunidad no aleja la oscuridad. Al contrario: parece que la luz que me atrajo a «El Arca» me hizo también consciente de la oscuridad que hay en mí. En comunidad llegas a conocerte realmente a ti mismo. Los celos, la ira, la sensación de ser rechazado o desdeñado, as sensación de no pertenecer verdaderamente...: todo ello emergió en el contexto de una comunidad que se esforzaba por vivir una vida de perdón y reconciliación.

Una vez que la soledad es abrazada, el perdón y la celebración pueden llegar a caracterizar a la auténtica comunidad, con todos sus desafíos.

La comunidad requiere perdón

Dentro de la vida comunitaria se encuentran unos dones gemelos: el perdón y la celebración que ha de utilizarse regularmente.

¿Qué es el perdón? Estar dispuesto a aceptar que otra persona no pueda satisfacer todas mis necesidades y deseos. “Sé que me quieres, pero no tienes que quererme incondicionalmente, porque eso únicamente Dios puede hacerlo”. También yo debo pedir perdón por no ser capaz de satisfacer todas las necesidades de los demás.

Todos tenemos heridas, todos vivimos con dolor y decepciones; todos tenemos sensación de soledad secretamente presente bajo todos nuestros éxitos; todos tenemos una sensación de inutilidad oculta bajo todos los encomios; todos

tenemos una sensación de falta de sentido incluso cuando la gente nos dice que somos fantásticos... Esto es lo que nos hace aferrarnos a la gente y esperar un afecto, una afirmación y un amor que no pueden dar.

Nuestro corazón ansía satisfacción, comunión total. Pero los seres humanos somos todos limitados a la hora de alcanzar el nivel de amor y aceptación que todos deseamos ardientemente. Ahora bien, dado que queremos tanto y sólo conseguimos parte, tenemos que seguir perdonando a la gente por no darnos todo cuanto queremos. De manera que yo te perdono porque sólo puedes quererme de un modo limitado.

El amor de Dios es ilimitado, el nuestro no. Cualquiera que sea la relación que entables —comunión, amistad, matrimonio, comunidad o Iglesia— siempre te verás acribillado por la frustración y la decepción. Por lo tanto, el perdón, es la palabra para el amor divino en el contexto humano.

Volviendo la vista atrás, me di cuenta lo dependiente y necesitado que me sentía de alguna persona... Tenía que desprenderme, perdonar y ser perdonado. Baste este botón como muestra:

Mi amigo Nathan tenía una sorprendente capacidad de abrir en mí un reducto que había estado cerrado, y yo centré en él todas mis necesidades emocionales. Me volví muy dependiente de él, lo que me impedía hacer de Dios y de la comunidad el verdadero centro de mi vida. En su presencia me sentía plenamente vivo y querido, y no quería dejarle ir. En un determinado momento, él ya no pudo aguantar más y me dijo: «Ya no quiero estar contigo. Cuando estoy contigo siento demasiada presión. Quieres estar conmigo continuamente» El era la persona que realmente me comprendía y me quería, que me había puesto en contacto con importantes zonas restringidas de mi persona y que, bruscamente, quería terminar la amistad. Bueno, pues rompí, rompí por completo, y entré en una terrible depresión.

El psiquiatra clínico me decía desapasionadamente: «Es muy sencillo: estaba usted encaprichado de una persona, y esa persona ha prescindido de usted, y

usted se ha deprimido. Reponerse le llevará seis meses de duelo» Pero asegúrese de no volver a ver a esa persona, y todo irá bien. Es usted normal.

El psiquiatra me dijo además que yo nunca debí haber sido célibe porque era obvio que me apegaba mucho a la gente.

Yo sabía que tenía que perdonar a mi querido amigo por no ser para mí lo que yo pensaba o necesitaba. Durante mucho tiempo no pude perdonarlo.

Me sentía demasiado enfadado, rechazado, deprimido... ¿Por qué? ¿porque mi más íntimo amigo pensaba que conmigo era intolerable vivir?...

Poco a poco fui siendo capaz de de perdonar a mi amigo por no amarme plenamente como sólo Dios puede hacerlo. ¡Tuve que perdonarle por no ser Dios! No fue una tarea intelectual, sino una cuestión del corazón. Fue una enorme oportunidad de crecer en la verdad de saber que sólo Dios puede darme lo que quiero de otra persona.

Yo sabía en mi corazón que lo que experimentaba era una relación dada por Dios, que el cariño era auténtico, que experimentaba algo extremadamente importante que la relación podía ser saneada y restablecida y que juntos podríamos hacerlo. Y sabía que no tenía que renunciar a mi vocación de sacerdote célibe para encontrar la plenitud. Al principio no lo veía ni lo decía todo con claridad; pero cuando el dolor disminuyó, recuperé el control de mí mismo y volví a casa.

No niego lo que de puro encaprichamiento hubo en aquella crisis; no quiero hacer que parezca únicamente espiritual; no obstante, era el modo que Dios tenía de llamarme a afirmar mi condición de ser digno de amor y mi encarnación como ser humano, para que escuchara esa voz y oyera a Dios diciéndome: «Te amo con un amor incondicional. Con o sin una persona concreta en tu vida, yo estoy contigo y soy lo que necesitas. En tu debilidad te has vuelto hacia él, en lugar de venir a mí».

Era muy importante que mi comunidad no me abandonara sino que me apoyara en esta crisis. Me enviaron a aquel centro terapéutico, adonde acudían a visitarme. Me decían: «Que tu amigo ya no esté contigo no significa que no te queramos. Te queremos mucho. Eres muy importante para nosotros».

Después de todo el dolor y la lucha para perdonar y renunciar, en nuestra comunidad tuvo lugar una reconciliación milagrosa. No sólo pude restablecer contacto con mi amigo sino que con el tiempo nuestra relación se saneó y se restableció. Finalmente Nathan reconoció que yo ya no proyectaba en él todas mis necesidades, y fuimos de nuevo buenos amigos.

El perdón lleva a la celebración

Lo interesante es que, cuando puedes perdonar a la gente por no ser Dios, puedes celebrar que, sin embargo, son un reflejo de Dios, un reflejo del gran amor incondicional de Dios. Puedes decir: «Te quiero porque tienes hermosos dones del amor de Dios», o «No puedes darme lo que únicamente Dios puede dar, pero lo que tienes para ofrecer merece la pena ser celebrado». Puedes decir: «¡Qué hermoso es...!».

Celebrar mutuamente los dones no significa hacerse mutuamente pequeños cumplidos: «Cantas tan bien...». No; eso es un concurso de talentos. Celebrar los dones ajenos significa aceptar esa plena humanidad de la persona como reflejo de Dios.

Al decir celebrar, me refiero a ensalzar, afirmar, confirmar y regocijarse por los dones y gracias de otra persona como reflejos del ilimitado don de amor y gracia de Dios.

La celebración es una expresión de amor sumamente concreta. Una celebración de cumpleaños, por ejemplo, simplemente dice: «Estoy feliz de que estés aquí». No supone ensalzar los talentos de la gente, como cuando se dice: «Eres un buen pianista». No tienes más dones por saber tocar el piano mejor que yo. Es, simplemente, un talento. Tu mayor don puede ser tu capacidad de aportar gozo y

paz con tu música. La celebración significa ensalzar los dones de gozo, paz, amor, perseverancia, amabilidad... Ensalzamos los dones del Espíritu, porque son reflejos de Dios.

Conectados por el amor

Por tanto, cuando descubres tu condición de amado por Dios en soledad, ves cómo las demás personas de la comunidad gozan de la misma condición, y puedes hacer que se exprese esa belleza en el ministerio. Es un increíble misterio del amor de Dios que, cuanto más sabes que eres El amado, tanto mejor y más profundamente ves cómo son amados tus hermanos de la familia humana. Cuanto más amas a los demás sin condiciones, tanto más puedes amarte a ti mismo del modo que Dios te ama a ti y a los demás. Y cuanto más amado eres por los demás, tanto más consciente eres de ser el amado de Dios. Encontrar tu camino de vuelta a casa es aprender cómo todo amar está conectado, expresado y vivido en comunidad. Como tan elocuentemente escribió San Juan: «Queridos amémonos unos a otros, porque el amor es de Dios, y todo el que ama ha nacido de Dios y conoce a Dios. Quien no ama no ha conocido a Dios, porque Dios es Amor» (1 Jn 4, 7-8).

PROFUNDIZACIÓN: EJERCICIOS PARA LA DIRECCIÓN ESPIRITUAL

La vida espiritual no puede nunca separarse de la vida comunitaria. La verdadera oración, incluso la oración más íntima, lleva siempre a nuevas conexiones con los demás. Más que sermones, conferencias o lectura individual, estar juntos en una búsqueda en común de Dios puede profundizar dilatar nuestra vida en el Espíritu.

Los principios siguientes pueden resultar útiles para a la hora de crear comunidad y formar grupos:

PRINCIPIOS PARA CONSTRUIR COMUNIDAD

El liderazgo es siempre un problema en los grupos pequeños o en las comunidades de fe mayores.

- ¿Con qué forma de liderazgo te sientes más cómodo?
- ¿Qué modelos de liderazgo encuentras más inspiradores?

Recuerda que el propósito primario de la comunidad es aprender juntos acerca de la vida del Espíritu de Dios dentro de nosotros y entre nosotros mediante la oración, el apoyo mutuo y la cuenta de conciencia.

En orden a encontrar la «longitud de onda» debida para la interacción grupal, la palabra de Dios debe ser el centro de nuestros encuentros

Además de escuchar juntos la palabra de Dios, parece crucial que un buen periodo de tiempo se esté en silencio.

Hablar puede ser una de las cosas más difíciles tanto en grupos pequeños como en comunidades grandes. Que nuestras palabras sean pocas. Que nuestra vida sea lo predominante.

REFLEXIONAR Y ANOTAR EN EL DIARIO

- ¿Quiénes forman tu comunidad de fe?
- ¿Qué los vincula?
- ¿Qué hace que tu comunidad sea motivadora?
- ¿A quién necesitas perdonar por no ser Dios?

NB. Os comparto dos cuadros esquemáticos donde queda reflejado el lugar del laico en el mundo. El de Luis Rubio Morán que recoge la síntesis de su libro «nuevas vocaciones para un mundo nuevo» de Ediciones Sígueme y el de Pedro Escartín que resume la Exhortación Apostólica *Christifideles laici*

V POEMAS Y ORACIONES

“ACUÉRDATE DE JESUCRISTO” (Pedro Casaldáliga)

"Acuérdate de
Jesucristo,
resucitado de entre
los muertos...(Me
acuerdo muy bien
de Él.
A todas horas.
Me acuerdo de Él, buscándolo;
sintiéndome buscado por sus ojos gloriosamente humanos).
"En él, nuestras penas..."
(La soledad innata,
donde crezcocomo
un tallo de menta.
El complejo indecible
que me envuelvelas
raíces del alma más
profundas, abiertas sólo a
Dios, como al océano...
La durísima cruz de esta
esperanza donde cuelgo
seguro y desgarrado.
La infinita ternura
que me abrasa
como un viejo
rescoldo
de montañas nativas.
La impaciencia sin citas
y sin puertos..."En El,
nuestra Paz..."
(La Paz
pedida
siempre.
La Paz
nunca

lograda.

La extraña Paz divina
que me lleva como un
barco crujiente y
jubiloso. La Paz que
doy, sangrándome de
ella, como una densa
leche).

«¡En El, la Esperanza, y en
El la Salvación!" (...Y
entretanto celebro su
Memoria,
a noche abierta, cada día...).

EL CRISTO DE VELÁZQUEZ.

Miguel de Unamuno

¿En qué piensas Tú, muerto, Cristo mío?

¿Por qué ese velo de cerrada noche
de tu abundosa cabellera negra
de nazareno cae sobre tu frente?

Miras dentro de Ti, donde está el reino
de Dios; dentro de Ti, donde alborea
el sol eterno de las almas vivas.

Blanco tu cuerpo está como el espejo
del padre de la luz, del sol vivífico;
blanco tu cuerpo al modo de la luna
que muerta ronda en torno de su madre

nuestra cansada vagabunda tierra;

blanco tu cuerpo está como la hostia
del cielo de la noche soberana,

de ese cielo tan negro como el velo
de tu abundosa cabellera negra

de nazareno. Que eres, Cristo, el único
hombre que sucumbió de pleno grado,
triunfador de la muerte, que a la vida

por Ti quedó encumbrada. Desde entonces

por Ti nos vivifica esa tu muerte,

por Ti la muerte se ha hecho nuestra madre,

por Ti la muerte es el amparo dulce
que azucara amargores de la vida;

por Ti, el Hombre muerto que no muere
blanco cual luna de la noche. Es sueño,
Cristo, la vida y es la muerte vela.
Mientras la tierra sueña solitaria,
vela la blanca luna; vela el Hombre
desde su cruz, mientras los hombres sueñan;
vela el Hombre sin sangre, el Hombre blanco
como la luna de la noche negra;
vela el Hombre que dió toda su sangre
por que las gentes sepan que son hombres.
Tú salvaste a la muerte. Abres tus brazos
a la noche, que es negra y muy hermosa,
porque el sol de la vida la ha mirado
con sus ojos de fuego: que a la noche
morena la hizo el sol y tan hermosa.
Y es hermosa la luna solitaria,
la blanca luna en la estrellada noche
negra cual la abundosa cabellera
negra del nazareno. Blanca luna
como el cuerpo del Hombre en cruz, espejo
del sol de vida, del que nunca muere.
Los rayos, Maestro, de tu suave lumbre
nos guían en la noche de este mundo
ungiéndonos con la esperanza recia
de un día eterno. Noche cariñosa,
¡oh noche, madre de los blandos sueños,
madre de la esperanza, dulce Noche,
noche oscura del alma, eres nodriza
de la esperanza en Cristo salvador!

ALBA

Blanco estás como el cielo en el naciente
blanco está al alba antes que el sol apunte
del limbo de la tierra de la noche:
que albor de aurora diste a nuestra vida
vuelta alborada de la muerte, porche
del día eterno; blanco cual la nube
que en columna guiaba por el yermo
al pueblo del Señor mientras el día

duraba. Cual la nieve de las cumbres
ermitañas, ceñidas por el cielo,
donde el sol reverbera sin estorbo,
de tu cuerpo, que es cumbre de la vida,
resbalan cristalinas aguas puras
espejo claro de la luz celeste,
para regar cavernas soterrañas
de las tinieblas que el abismo ciñe.

Como la cima altísima, de noche,
cual luna, anuncia el alba a los que viven
perdidos en barrancos y hoces hondas,
¡así tu cuerpo níveo, que es cima
de humanidad y es manantial de Dios,
en nuestra noche anuncia eterno albor!

ORACIÓN FINAL

Tú que callas, ¡oh Cristo!, para oírnos,
oye de nuestros pechos los sollozos;
acoge nuestras quejas, los gemidos
de este valle de lágrimas. Clamamos
a Ti, Cristo Jesús, desde la sima
de nuestro abismo de miseria humana,
y Tú, de humanidad la blanca cumbre,
danos las aguas de tus nieves. Águila
blanca que abarcas al volar el cielo,
te pedimos tu sangre; a Ti, la viña,
el vino que consuela al embriagarnos;
a Ti, Luna de Dios, la dulce lumbre
que en la noche nos dice que el Sol vive
y nos espera; a Ti, columna fuerte,
sostén en que posar; a Ti, Hostia Santa,
te pedimos el pan de nuestro viaje
por Dios, como limosna; te pedimos
a Ti, Cordero del Señor que lavas
los pecados del mundo, el vellocino
del oro de tu sangre; te pedimos
a Ti, la rosa del zarzal bravío,
la luz que no se gasta, la que enseña
cómo Dios es quien es; a Ti, que el ánfora

del divino licor, que el néctar pongas
de eternidad en nuestros corazones.

...

¡Tráenos el reino de tu Padre, Cristo,
que es el reino de Dios reino del Hombre!

Danos vida, Jesús, que es llamada
que calienta y alumbra y que al pábulo
en vasija encerrado se sujeta;
vida que es llama, que en el tiempo vive
y en ondas, como el río, se sucede.

...

Avanzamos, Señor, menesterosos,
las almas en guiñapos harapientos,
cual bálago en las eras remolino
cuando sopla sobre él la ventolera,
apiñados por tromba tempestuosa
de arrecidas negruras; ¡haz que brille
tu blancura, ¡albegue de la bóveda
de la infinita casa de tu Padre
-hogar de eternidad-, sobre el sendero
de nuestra marcha y esperanza sólida
sobre nosotros mientras haya Dios!
De pie y con los brazos bien abiertos
y extendida la diestra a no secarse,
haznos cruzar la vida pedregosa
-repecho de Calvario- sostenidos
del deber por los clavos, y muramos
de pie, cual Tú, y abiertos bien de brazos,
y como Tú, subamos a la gloria
de pie, para que Dios de pie nos hable
y con los brazos extendidos. ¡Dame,
Señor, que cuando al fin vaya perdido
a salir de esta noche tenebrosa
en que soñando el corazón se acorcha,
me entre en el claro día que no acaba,
fijos mis ojos de tu blanco cuerpo,
Hijo del Hombre, Humanidad completa,
en la increada luz que nunca muere;
mis ojos fijos en tus ojos, Cristo,
mi mirada anegada en Ti, Señor!

GLORIERÍAS Gloria Fuertes

Un día hablará Dios. ¡Temblad!

Joven. –¿Y si no existiera Dios?

Viejo. –¡Dios me libre de eso!.

Escribir poesía es una manera de rezar.

Cuando nos enamoramos parece que Dios nos hubiera cogido cariño.

En el colegio

–Sor Pilar, ¿qué hora es?

–La hora de amar a Dios.

Dios es el mejor Banco.

Cristo siempre está de guardia.

(No hay quien robe.)

Todos somos hijos de Dios;

los que no lo aceptan también.

Cuanto más me aclara la ciencia,
más clara y hermosa veo la mano de Dios.

A veces se me olvida mi nombre,
no me preocupa, ¡con que se acuerde Dios!

Nos faltan neuronas en el cerebro
por eso no entendemos a Dios,
pero nos sobran neuronas en el corazón para sentirle.

Dios es, el resto solo está.

Jesús «el Nazareno»
para parecerse más a nosotros
hizo de todo, menos pecar.

Mi mística es rezar haciendo más que oración, acción.

Cuando te duermes, tu ángel de la guarda sonrío y va a contárselo a Dios.

Si nada ni nadie te satisface,
recita la palabra ¡Dios!
Te sentirás satisfecho.

Y tú que no crees también verás a Cristo un día y le creerás para siempre.

Todos me han hecho daño.
¡Todos! Todos menos dos: yo y Dios.

A Jesús se le puede comprender por el amor.
Solo el puro lo siente –el teólogo a medias–.

En Semana Santa sucede lo que con la Navidad.
En Navidad se olvidan de quien nace.
En Semana Santa se olvidan de quien muere

QUEDATE SEÑOR CONMIGO

Has venido a visitarme
como Padre y como amigo.
Jesús, no me dejes solo.
¡Quédate, Señor, conmigo!

Por el mundo envuelto en sombras
soy errante peregrino.
Dame tu luz y tu gracia
¡Quédate, Señor, conmigo!

En este precioso instante
abrazado estoy contigo.
Que esta unión nunca me falle.
¡Quédate, Señor, conmigo!

Acompáñame en la vida
tu presencia necesito.
Sin Ti desfallezco y caigo.
¡Quédate, Señor, conmigo!

Declinando está la tarde
voy corriendo como un río
al hondo mar de la muerte.
¡Quédate, Señor, conmigo!

En la pena y en el gozo
sé mi aliento mientras vivo,
hasta que muera en tus brazos.
¡Quédate, Señor, conmigo!

TRANSFÓRMALO

Recibe, Señor, nuestros miedos
y transfórmalos en confianza.
Recibe, Señor, nuestro sufrimiento
y transfórmalo en crecimiento
Recibe, Señor, nuestro silencio
y transfórmalo en adoración.
Recibe, Señor, nuestras crisis
y transfórmalas en madurez.
Recibe, Señor, nuestras lágrimas
y transfórmalas en plegaria.
Recibe, Señor, nuestra ira
y transfórmala en paciencia.
Recibe, Señor, nuestro desánimo
y transfórmalo en fe.
Recibe, Señor, nuestra soledad
y transfórmalo en contemplación.
Recibe, Señor, nuestras amarguras
y transfórmalas en paz del alma
Recibe, Señor, nuestra espera
y transfórmala en esperanza.
Recibe, Señor, nuestra muerte
y transfórmala en resurrección.

Amén

OTROS POEMAS

¿Qué tengo yo que mi amistad procuras?

¿Qué tengo yo que mi amistad procuras?
¿Qué interés se te sigue, Jesús mío
que a mi puerta, cubierto de rocío,
pasas las noches del invierno oscuras?

¡Oh, cuánto fueron mis entrañas duras,
pues no te abrí! ¡Qué extraño desvarío
si de mi ingratitud el hielo frío
secó las llagas de tus plantas puras!

¡Cuántas veces el ángel me decía:
Alma, asómate ahora a la ventana,
verás con cuánto amor llamar porfía!

¡Y cuántas, hermosura soberana:
Mañana le abriremos —respondía—,
para lo mismo responder mañana!
—Lope de Vega—

Servir

Donde haya un árbol que plantar, plántalo tú.
Donde haya un error que enmendar, enmiéndalo tú.
Donde haya un esfuerzo que todos esquiven, acéptalo tú.
Sé el que apartó del camino la piedra,
el odio de los corazones
y las dificultades del problema.

Hay la alegría de ser sano y justo,
pero hay, sobre todo, la inmensa alegría de servir.

Qué triste sería el mundo si todo en él
estuviera hecho. Si no hubiera un rosal
que plantar, una empresa que emprender.

No caigas en el error de que sólo se hacen
méritos con los grandes trabajos.

Hay pequeños servicios: poner una mesa,
ordenar unos libros, peinar una niña.

El servir no es una faena de seres inferiores.
Dios, que es el fruto y la luz, sirve.

Y te pregunta cada día: ¿Serviste hoy?

—Gabriela Mistral—

¿Por qué consientes que te nieguen los ateos?

*«Señor, Señor, ¿por qué consientes
que te nieguen los ateos?*

*¿Por qué, Señor, no te nos muestras
sin velos, sin engaños?*

*¿Por qué, Señor, nos dejas en la duda,
duda de muerte?*

¿Por qué te escondes?

*¿Por qué encendiste en nuestro pecho el ansia
de conocerte,*

*el ansia de que existas,
para velarte así a nuestras miradas?*

¿Dónde estás, mi Señor; acaso existes?

*¿Eres Tú creación de mi congoja,
o lo soy tuya?*

*¿Por qué, Señor, nos dejas
vagar sin rumbo*

buscando nuestro objeto?

¿Por qué hiciste la vida?

*¿Qué significa todo, qué sentido
tienen los seres?(...)*

*Una señal, Señor, una tan sólo,
una que acabe
con todos los ateos de la tierra;
una que dé sentido
a esta sombría vida que arrastramos.
¿Qué hay más allá, Señor, de nuestra vida? (...).
–Miguel de Unamuno–*

Un cofrade

«En una calle cualquiera
me he encontrado con Jesús.
Yo iba pensando en mis cosas,
Él cargaba con la cruz.

Me pidió ayuda al mirarme,
yo la cabeza volví
buscando hacerle pensar
que no le reconocí.

Por temor a dar la cara
no quise ser cirineo;
me venció la cobardía,
me sentí esclavo del miedo.

Por temor a dar la cara
le di la espalda a Jesús.
Seguí pensando en mis cosas
y Él prosiguió con la cruz.

En una calle cualquiera
yo me encuentro cada día
con un mar de nazarenos
(...)
que, a lomos de la injusticia,
castiga a la humanidad
y es una cruz infinita
que tan solo se soporta
si es una cruz compartida.

Yo sé muy bien que esa cruz
que arrastramos por la vida
es la misma que por todos
llevó el Nazareno un día».

Poema **anónimo**

