

RETIRO DE ADVIENTO 2011

10.00 h: ACOGIDA Y ORACIÓN INICIAL

10.15 h: PUNTOS DE MEDITACIÓN

10.45 h: ORACIÓN PERSONAL

Lectio Divina: Isaías 40,1-11

12.00 h: PUNTOS DE MEDITACIÓN

12.30 h: ORACIÓN PERSONAL

Ejercicio de contemplación: *El Señor viene a mi casa*

13.30 h: PRIMERAS VÍSPERAS DE ADVIENTO

Dios nos da su tiempo

Benedicto XVI, Adviento 2010

*"Hoy, con el primer domingo de Adviento, comenzamos un nuevo año litúrgico. Este hecho nos invita a reflexionar sobre **la dimensión del tiempo**, que siempre ejerce en nosotros una gran fascinación. Sin embargo, siguiendo el ejemplo de lo que solía hacer Jesús, deseo partir de una constatación muy concreta: todos decimos que "nos falta tiempo", porque el ritmo de la vida diaria se ha vuelto frenético para todos.*

*También a este respecto, la Iglesia tiene una "buena nueva" que anunciar: **Dios nos da su tiempo**. Nosotros tenemos siempre poco tiempo; especialmente para el Señor no sabemos, o a veces no queremos, encontrarlo. Pues bien, Dios tiene tiempo para nosotros. Esto es lo primero que el inicio de un año litúrgico nos hace redescubrir con una admiración siempre nueva. Sí, Dios nos da su tiempo, pues ha entrado en la historia con su palabra y con sus obras de salvación, para abrirla a lo eterno, para convertirla en historia de alianza. Desde esta perspectiva, **el tiempo** ya es en sí mismo un **signo fundamental del amor de Dios**: un don que el hombre puede valorar, como cualquier otra cosa, o por el contrario desaprovechar; captar su significado o descuidarlo con necia superficialidad."*

EJERCICIO DE CONTEMPLACIÓN

El Señor viene a mi casa

Preparación

Colócate en una postura cómoda. Intenta concentrar tu mente. Respira hondo. Al inspirar siente cómo el aire penetra en tus pulmones y te infunde vida y paz. Al expirar date cuenta de cómo te liberas de un peso y dejas sitio para el aire nuevo. Acompasa tu respiración, concéntrate bien en ella. Llénate de aire y de vida. Procura fijar tu mirada en un punto concreto. Si te es mejor, cierra los ojos un momento, hasta que te sientas en paz, con la mente en blanco, sin nada en qué pensar. Cuando creas que estás a punto, sigue adelante en el ejercicio, tal y como se te indica aquí. Los puntos suspensivos quieren decir que te detengas y medites hasta que tú veas que debes seguir la meditación que se te propone. Te sugiero que no la interrumpas en un punto y otro, sino que la hagas toda, aunque te dure tiempo. Seguramente descubrirás cosas inauditas y tendrás el deseo de volver a hacer este ejercicio que puedes repetir cuantas veces lo desees. Vamos allá.

Texto bíblico: "Mira, estoy de pie a la puerta y llamo. Si alguno escucha mi voz y abre la puerta, entraré en su casa y cenaré con él y él conmigo" (Apocalipsis 3,20).

Contemplación

Mi relación con Jesucristo es de suprema importancia, porque soy su discípulo... Quiero profundizar en esta relación con él. Quiero conocerle mejor...

Imagino que Él llama a mi puerta y está esperando que le abra... ¿Qué sentimientos nacen en mi interior cuando pienso que pronto me voy a encontrar con él?...

En la soledad de mi casa, de pronto, tomo conciencia de que Él está ahí, conmigo... ¿De qué manera se me muestra?... ¿Cómo reacciono ante su presencia? ...

Le hablo y le hago comentarios sobre nuestra amistad. Primero lo negativo: los sentimientos de duda..., de desconfianza..., temor..., resentimiento... ¿Mi Amigo se convierte en una carga cuando me plantea exigencias que no deseo satisfacer?; ¿se me hace absorbente?; ¿lo siento lejano a mí o callado a mis súplicas?...

Si es así, se lo digo abiertamente... y escucho su respuesta...

Ahora me pregunto ¿qué adjetivos definirían mejor nuestra amistad? Los hay hermosos, y también negativos, ambiguos e incluso contradictorios... pero si responden a la realidad me ayudarán a profundizar en nuestra relación.

Me pongo en diálogo con Él y pensamos qué imágenes simbolizan mejor nuestra amistad...

Pasamos del presente al pasado. Pienso en lo que Jesucristo ha significado para mí en mi niñez... y en las diferentes etapas de mi crecimiento como persona... Pienso en los altibajos por los que ha pasado nuestra relación....

Pero una relación de amistad y encuentro exige algo más: exige que yo ponga en claro mis expectativas con respecto a Él. Intento pensar qué es lo que espero de Jesús... Qué deseo de Él.... Qué me gustaría que Él hiciese por mí....

Se lo digo abiertamente... También le pregunto lo que Él espera de mí...

El tiempo se va agotando... Él tiene que marcharse pero, antes, nos miramos y nos preguntamos por el futuro... ¿Qué clase de futuro deseamos que tenga nuestra relación?... ¿Estoy dispuesto a mantener nuestra relación?... ¿Lo está Él?... ¿Qué podemos hacer al respecto?...

Poco a poco su presencia se desvanece... y me quedo un tiempo solo en mi habitación.... Durante unos instantes saboreo el encuentro y compruebo mi estado de ánimo... ¿Cómo me siento después del encuentro con Jesús?... ¿Qué sentimientos noto?... ¿Corren por mi cabeza mil e imágenes desordenadas o, por el contrario, tengo una sensación de paz y de silencio?...

Ya estoy sólo en casa. Noto mi cabeza algo pesados, y sin ganas de irme, pero he de volver al camino de la vida... Allí en la realidad de mi vida humana me encontraré muchas veces con Jesús... Me pregunto: ¿seré capaz de reconocerle, de dialogar con él?... Me hago el propósito de que entraré dentro de mi interior a menudo para seguir charlando amistosamente...

Mientras voy volviendo a la normalidad, no dejo de retener en mi mente la imagen de Jesús y oro con suavidad...

Lectio Divina. Isaías 40,1-11: "Dios consuela a su pueblo"

Consolad, consolad a mi pueblo -dice vuestro Dios-; hablad al corazón de Jerusalén, gritadle, que se ha cumplido su servicio, y está pagado su crimen, pues de la mano del Señor ha recibido doble paga por sus pecados."

Una voz grita: "En el desierto preparadle un camino al Señor; allanad en la estepa una calzada para nuestro Dios; que los valles se levanten, que montes y colinas se abajen, que lo torcido se enderece y lo escabroso se iguale. Se revelará la gloria del Señor, y la verán todos los hombres juntos -ha hablado la boca del Señor-." Dice una voz: "Grita." Respondo: "¿Qué debo gritar?" "Toda carne es hierba y su belleza como flor campestre: se agosta la hierba, se marchita la flor, cuando el aliento del Señor sopla sobre ellos; se agosta la hierba, se marchita la flor, pero la palabra de nuestro Dios permanece por siempre."

Súbete a un monte elevado, heraldo de Sión; alza fuerte la voz, heraldo de Jerusalén; álzala, no temas, di a las ciudades de Judá: "Aquí está vuestro Dios. Mirad, el Señor Dios llega con poder, y su brazo manda. Mirad, viene con él su salario, y su recompensa lo precede. Como un pastor que apacienta el rebaño, su brazo lo reúne, toma en brazos los corderos y hace recostar a las madres."

Meditatio

- Consolad, consolad a mi pueblo, dice vuestro Dios. Hablad al corazón de Jerusalén. Palabras de Dios, tan humanas, todas llenas de emoción. Se está preparando la Encarnación de Dios: «Navidad» se acerca... un Dios que viene a consolar, un Dios que habla al corazón.

Pero, ¿qué quiere decirnos Dios? ¿Qué tiene que decirnos tan importante y tan dulce?

- Proclamad que ya ha cumplido su servicio, que su culpa ya está perdonada, que Jerusalén, de la mano del Señor, ha recibido doble castigo por todas sus faltas... Sí, quiere hablarnos de la misericordia de su Corazón. Los deportados a Babilonia han terminado ahora su duro exilio, han pagado bastante caro su redención. Pronto serán liberados y volverán a su país.

Dios está conmovido. Su corazón no quiere el castigo del pecador, sino sólo su arrepentimiento. Es como si hubiera castigado algo forzado. Los profetas siempre interpretaron el destierro a Babilonia como un castigo por los pecados del pueblo de Israel.

Pero ahora todo está perdonado, nos encontramos ante la experiencia muy humana del padre o del madre que sufre por tener que hacer o permitir un daño a su hijo por su propio bien.

Contemplo en silencio los sentimientos de Dios... Contemplo la misericordia de Dios hacia mi...

- Dios ama a los pecadores. De tal modo amó Dios al mundo que le entregó a su Hijo unigénito, para que el mundo se salve. Dios detesta el pecado. Es preciso que el pecado sea destruido, expiado. Pero, una vez hecho esto, que enseguida el pecador recobre su alegría, su vida abierta y plena.

- Una voz clama: «Preparad en el desierto el camino del Señor... Trazad en la estepa una calzada recta para nuestro Dios. Que todo valle sea elevado y todo monte y cerro, rebajado».

Los deportados a Babilonia habían sido obligados a duros trabajos de remoción de tierras (desmonte y terraplenado) para nivelar el terreno y construir la "vía sacra" de Marduk, dios de Babilonia. Durante sus trabajos forzados, la voz del profeta les invita a esperar. Se está abriendo un «camino para Dios». ¡Dios viene! Juan Bautista repitió exactamente esta palabra. ¡Dios viene! HOY se me invita a preparar, a abrir un camino para El... en las tierras áridas de la estepa... con grandes esfuerzos, idesplazando los montes si es preciso!

Todas esas imágenes son evocadoras. ¿Cuáles son mis «montañas», las mías?

- Súbete a un alto monte, portador de la buena nueva para Sión. Clama con voz poderosa, mensajero de la buena nueva para Jerusalén. Di a las ciudades de Judá: «Ahí está nuestro Dios... ¡Ahí viene el Señor!».

Evangelizar, dar la buena nueva, es decir: «Ahí está vuestro Dios, el Señor viene». Ahora bien, es preciso que ésta sea la fe del mensajero para poder proclamarla a los demás.

Ejercitarme en ver "la venida" de Dios a través de signos imperceptibles. Porque, no hay que hacerse ilusiones; no se ve esta "venida" de modo visible; no será esplendorosa -excepto al final de los tiempos-; y sin embargo, se desliza ya debajo de las apariencias.

Dios «está viniendo». El verbo es usado en presente: viene... y no en futuro: vendrá.

- Como un pastor pastorea su rebaño, recoge en brazos sus corderos, los lleva junto a su pecho, y trata con cuidado a las que amamantan sus crías.

Así hablas de mí... y de todos los hombres, Señor.