

JÓVENES EN ORACIÓN

SAN IGNACIO: MAESTRO DE VIDA INTERIOR

**ETAPA 3: CAMINANDO JUNTO AL MAESTRO
SEMANA 1**

**FICHA DE CIERRE
MI BAUTISMO Y MIS TENTACIONES**

Nota: Esta es una ficha de oración personal para realizarse en un periodo de 45 minutos

INTRODUCCIÓN

El conocimiento de Jesús se da en la propia vida a través de nuestras distintas experiencias fundantes de encuentro con otras personas, en especial los más vulnerables; en la lectura y oración de la sagrada escritura; y en la participación de la vida eclesial y sacramental. A lo largo de esta semana se hanorado dos momentos de la vida de Jesús, su bautismo y sus tentaciones. Por lo que es importante cerrar la semana retomando los aspectos más importantes de la oración con Jesús y llevarlos a la propia vida.

EJERCICIO DE LA ORACIÓN

a) Ambientación: (5 min): Busca un lugar tranquilo y date tiempo para respirar hondo, relajarte y ponerte delante de la presencia de Dios. Puedes encender una vela (evitando riesgos de incendio) y poner una cruz o imagen de Cristo delante de ti que te ayude a ambientar mejor tu rato de oración

b) Oración preparatoria: lee en voz alta la siguiente oración

Unifica en ti mis dispersiones.
Apaga mis seducciones que me precipitan al vacío.
Disuelve mis miedos que me paralizan en la muerte.
Fija mi deseo sólo en ti.
Acoge en tu descanso lo que soy y lo que fui.

Benjamín González Buelta SJ.

c) Disposición para el encuentro (5 min) :

Te invitó a que vuelvas brevemente con la imaginación a aquellos lugares donde más te sentiste amado. ¿Qué sucedió? ¿con quienes estabas? (3 min)

Te invitó a recordar brevemente aquellos momentos en los cuales te has sentido más débil y en medio de tentaciones. ¿Qué sucedió? ¿qué experimentaste? (3 min)

d) Fruto: Te pido, amigo Jesús, que por mí te has hecho hombre, que te conozca internamente, como un amigo a un amigo, para que más te ame y te siga. (inspirado en EE104)

e) Puntos centrales de la oración (25 min) : Relee con detenimiento cualquiera de los textos orados al inicio de la semana y trata de completar los recuadros en un ambiente de oración.

I. **El bautismo de Jesús Mt. 3, 13-17** (El texto se encuentra en la ficha 1 de inicio)

La experiencia del Bautismo confirmó a Jesús en su misión, esto sucedió al sentirse profundamente amado por el Padre. Te invito a recordar tus experiencias de amor experimentadas con Dios o con Jesús.

Puedes utilizar el recuadro de abajo como guía

| ¿Cuál es tu experiencia de amor? | Lugar | Personas que estuvieron cerca | Sentimientos experimentados | Pensamientos | ¿Cómo Dios estuvo presente? | ¿A qué me sentí invitado? |
|----------------------------------|-------|-------------------------------|-----------------------------|--------------|-----------------------------|---------------------------|
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

II. Las Tentaciones de Jesús (El texto se encuentra en la ficha 1 de inicio)

La tentación es algo que vivimos a lo largo de nuestra vida. Es parte de la experiencia de humanidad de optar entre aquello que genera vida y lo que nos aparta de ella. Te invitó a hacer memoria de aquellos momentos donde te experimentaste tentado y ver la cercanía de Jesús en esos momentos.

Puedes utilizar el recuadro de abajo como guía

| ¿Qué ocurrió? | ¿Cuál es tu experiencia de amor? | Lugar | Personas que estuvieron cerca | Sentimientos experimentados | Pensamientos | ¿Cómo Dios estuvo presente? | ¿A qué me sentí invitado? |
|---------------|----------------------------------|-------|-------------------------------|-----------------------------|--------------|-----------------------------|---------------------------|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

f) Haz un coloquio (5 min):

I. Platica con Jesús de tu experiencia de sentirte profundamente amado, encuentra semejanzas con su experiencia del bautismo, y deja que te cuente cómo estuvo presente también en tú experiencia.

II. Cuéntale al maestro cómo has vivido tus tentaciones, las crisis que has experimentado por ellas, y cómo has salido de las tentaciones con su ayuda.

g) Examen de la oración (5 min).

Nota: Las preguntas son una guía para realizar tu examen de la oración, no es necesario responder a todas.

¿Cómo me fue en la oración?

¿Qué sucedió en mí? ¿Qué actitud me deja y hacia dónde me lleva?

¿Qué sentí? ¿Qué experimenté? ¿Algo se movió que brotara de la voz de Dios?

De los movimientos interiores ¿A dónde me lleva cada uno? Y ¿Con qué pensamientos van acompañados? ¿Dejaron algún sedimento?

¿Qué me ayudó? ¿Qué no ayudó?

¿Qué fruto se logró?