

JÓVENES EN ORACIÓN

SAN IGNACIO: MAESTRO DE VIDA INTERIOR

**ETAPA 4: ¡JESÚS ES EL DIOS VIVO!
SEMANA 3**

**FICHA DE CIERRE
EN TODO AMAR Y SERVIR
(LA ALEGRÍA DEL RESUCITADO)**

INTRODUCCIÓN

Esta es la ficha de cierre de la semana 3 de la Etapa 4 de este itinerario que estamos haciendo juntos y de la mano del Espíritu de Jesús Resucitado. Al terminar cada semana de reflexión es importante recoger los frutos que Dios te regaló, esta vez recoge lo más importante de toda esta etapa 4 porque esta es la última ficha. Ahora te presentamos una guía que te ayudará a recuperar dichos frutos.

PASOS DE LA ORACIÓN

1. Ambientación (5 min): busca un lugar tranquilo y date tiempo para respirar hondo, relajarte y ponerte delante de la presencia de Dios. Puedes cerrar tus ojos, hacer un escaneo del cuerpo, identificar puntos de tensión y por medio de la respiración intentar relajar esas partes de tu cuerpo.

2. Oración preparatoria (2 min): Una vez consciente de tu cuerpo y dispuesto para el encuentro con Dios, repite la siguiente oración:

Señor, te agradezco por todo lo vivido durante esta semana, por la experiencia de contemplarte y sentirme identificado contigo. Ayúdame a grabar en mi corazón todas tus enseñanzas para que pueda servir cómo tu.

3. Composición (3 min): Cierra los ojos y poco a poco recuerda aquello que más tocó tu interior. Considera las oraciones, la contemplación del actuar de Jesús, los sentimientos experimentados, etc. Puedes revisar tu cuaderno espiritual y repasar lo que escribiste en tus exámenes.

4. Fruto (2 min): Reconocer la gracia de Dios que ha sido abundante durante estas semanas. Agradecer por tanto bien, por todo el amor recibido para que podamos corresponder amando y sirviendo siempre.

5. Puntos por desarrollar (35 a 40 min):

- a) Lee detenidamente la primera carta de Juan y reconoce el origen del amor y lo que éste provoca en ti. También reza la oración “somos enviados”.
- b) Reflexiona y responde las preguntas.

Desarrollo de los incisos a) y b):

Lectura de la primera carta de Juan (4, 7-21)

⁷ Queridos, amémonos unos a otros, ya que el amor es de Dios, y todo el que ama ha nacido de Dios y conoce a Dios. ⁸ Quien no ama no ha conocido a Dios, porque Dios es Amor. ⁹ En esto se manifestó el amor que Dios nos tiene; en que Dios envió al mundo a su Hijo único para que vivamos por medio de él. ¹⁰ En esto consiste el amor: no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que él nos amó y nos envió a su Hijo como propiciación por nuestros pecados. ¹¹ Queridos, si Dios nos amó de esta manera, también nosotros debemos amarnos unos a otros. ¹² A Dios nadie le ha visto nunca. Si nos amamos unos a otros, Dios permanece en nosotros y su amor ha llegado en nosotros a su plenitud. ¹³ En esto conocemos que permanecemos en él y él en nosotros: en que nos

ha dado de su Espíritu. ¹⁴ Y nosotros hemos visto y damos testimonio de que el Padre envió a su Hijo, como Salvador del mundo. ¹⁵ Quien confiese que Jesús es el Hijo de Dios, Dios permanece en él y él en Dios. ¹⁶ Y nosotros hemos conocido el amor que Dios nos tiene, y hemos creído en él. Dios es Amor y quien permanece en el amor permanece en Dios y Dios en él. ¹⁷ En esto ha llegado el amor a su plenitud con nosotros: en que tengamos confianza en el día del Juicio, pues como él es, así somos nosotros en este mundo. ¹⁸ No hay temor en el amor; sino que el amor perfecto expulsa el temor, porque el temor mira el castigo; ¹⁹ quien teme no ha llegado a la plenitud en el amor. Nosotros amemos, porque él nos amó primero. ²⁰ Si alguno dice: «Amo a Dios», y aborrece a su hermano, es un mentiroso; pues quien no ama a su hermano, a quien ve, no puede amar a Dios a quien no ve. ²¹ Y hemos recibido de él este mandamiento: quien ama a Dios, ame también a su hermano.

Preguntas a reflexionar en la oración. Date el tiempo de orar, profundizar y escribir tus respuestas en ambiente de oración. Delante de Cristo me pregunto:

- ¿A que me siento invitado al leer estos textos?
- ¿Qué ha cambiado en mí? Haz una lista de todos los dones recibidos de parte del Resucitado.
- ¿Le creo que me ama profundamente? ¿Me siento hija o hijo muy amado?
- ¿Qué me hace falta para entregarme por completo y corresponderle a su amor?

6. Haz un coloquio (Diálogo con Jesús) (5 min). Dispón todo tú ser para una plática con Dios. Busca una posición cómoda, cierra los ojos, imagina un espacio que te dé paz y tranquilidad. Platica con Dios sobre lo que más resonó en ti a partir de lo orado anteriormente. Agradece lo vivido esta semana y en esta etapa. Te puede ayudar leer con calma la siguiente oración de Caritas diocesana de Valencia:

SOMOS ENVIADOS

*Señor Jesús,
nos has enviado para ser testigos de tu Resurrección
con nuestra vida resucitada.
Aquí estamos, conscientes del privilegio de ser tus apóstoles, sin saber,
a ciencia cierta, a dónde nos llevará el compromiso que asumimos al aceptar
seguir tus caminos.*

*Pero tu vida nos apasiona, tu entrega nos convence,
y tu Resurrección nos confirma: tú eres Camino, Verdad y Vida.
Sabemos que te estás revelando siempre;
en cada sonrisa, en cada lágrima.
Haz que tengamos el coraje de mirarte en cada rostro humano.
Haz que te busquemos no en fórmulas o ritos, no sólo en lo bueno, sino
también en lo que hiere. Que no deje de herirnos la realidad. Que no nos
acostumbremos, víctimas de la rutina y del conformismo. Que no nos
quedemos quietos, de brazos cruzados y corazón frío.*

*Ábrenos los ojos,
para tener la osadía de ver más allá de las apariencias,
y reconocerte crucificado*

*en aquellos que sufren el azote de la pobreza,
el paro, el desamparo, el olvido, el rechazo...*

*Ábrenos los oídos para escuchar tu latido, tu gemido, tu grito clamando
Justicia a nuestro alrededor.*

7. Examen de la oración (10 min):

- ¿Se logró el fruto? ¿qué fruto se logró?
- ¿Qué sentimientos experimentaste?
- ¿Qué deseos venían de la mano con esos sentimientos?
- ¿Qué novedades descubriste?
- ¿Qué dificultó o facilitó tu rato de oración?