

JÓVENES EN ORACIÓN

SAN IGNACIO: MAESTRO DE VIDA INTERIOR

FICHA ESPECIAL DE LA FIESTA DE PENTECOSTÉS

**EL ESPÍRITU NOS ACOMPAÑA
E INSPIRA EN LA MISIÓN**

INTRODUCCIÓN

El Jesús ascendido a los cielos es el “misterio de presencia-ausencia”, de “cercanía-lejanía”. Se ha ido corporalmente y por eso nuestros sentidos lo perciben lejos; pero está junto a nosotros y en nosotros por su Espíritu, y por eso la vivencia de la fe lo puede sentir cerca. Así como el tiempo de Pascua termina con la llegada del Espíritu Santo, así también, con esta ficha te invitamos a terminar y recoger los frutos de este itinerario.

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): repite a modo de jaculatoria la siguiente oración:

*“Divino Padre Eterno, en nombre de Jesucristo,
y por la intercesión de la Santísima Siempre Virgen María,
envía a mi corazón El Espíritu Santo”*

3. Composición (3 min): Con los ojos de la imaginación trae imágenes de algún momento en que te sentiste impulsado por el Espíritu Santo para realizar algo más allá de tus miedos, donde fuiste capaz de conocer un poco más a Dios o servir al prójimo, y que te dejó lleno de gozo y consolación interior. Entra con ese gozo a la oración.

4. Fruto (2 min): Reconocer y agradecer tanto bien recibido de parte del Espíritu Santo para reconociéndolo y agradeciéndolo de corazón pueda “en todo amar y servir”.

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

- a) Lee una primera vez detenidamente el fragmento del Evangelio de San Juan.
- b) Vuelve a leer por segunda vez este pasaje. Ahora pon especial atención al momento en que Jesús nos regala el mayor don: el Espíritu Santo.
- c) Medita con las preguntas sugeridas.

Lectura del Santo Evangelio según San Juan (Jn 20,19-23)

¹⁹ La noche de ese mismo día, el primero de la semana, los discípulos estaban reunidos a puerta cerrada en un lugar, por miedo a los judíos. En eso llegó Jesús, se puso en medio y les dijo: «La paz sea con ustedes.» ²⁰ Y mientras les decía esto, les mostró sus manos y su costado. Y los discípulos se regocijaron al ver al Señor. ²¹ Entonces Jesús les dijo una vez más: «La paz sea con ustedes. Así como el Padre me envió, también yo los envío a ustedes.» ²² Y habiendo dicho esto, sopló y les dijo: «Reciban el Espíritu Santo. ²³ A quienes ustedes perdonen los pecados, les serán perdonados; y a quienes no se los perdonen, no les serán perdonados.»

Preguntas a reflexionar en la oración. Date el tiempo de orar, profundizar y escribir tus respuestas en ambiente de oración.

- ¿Qué descubres al leer el texto?
- La importancia del Espíritu Santo: ¿Cómo te relacionas con el Espíritu Santo en tu vida cotidiana y de oración?
- Las puertas cerradas: ¿en este contexto de encierro y lejanía cómo has sentido que Jesús resucitado se ha presentado en tu casa?
- Los efectos del Espíritu: ¿cuáles son los dones que has sentido que el Espíritu infunde más en ti (fe, sabiduría, fortaleza, etc.)?
- “Vayan”: ¿a dónde y a qué me envía Jesús al final de este itinerario?

6. Haz un coloquio (Diálogo con Jesús) (5 min). Así como un amigo habla con otro con la ayuda de la imaginación, cierra tus ojos y conversa libremente con Jesús y ábrele tu corazón, cuéntale lo que quieras, agradecele. Haz lo mismo con el Espíritu Santo y al final lo mismo con el Padre.

Ven Espíritu Divino

*Ven, Espíritu Divino,
manda un rayo de tu lumbre
desde el cielo.
Ven, oh Padre de los pobres,
luz profunda en tus dones,
Dios espléndido.
No hay consuelo como el tuyo,
dulce huésped
de las almas,
mi descanso.
Suave tregua en la fatiga,
fresco en horas de bochorno,
paz del llanto.
Luz santísima penetra
por las almas de tus fieles
hasta el fondo.
Qué vacío hay en el hombre,
qué dominio de la culpa sin tu soplo.
Lava el rastro de lo inmundo,
llueve Tú nuestra sequía,
¡ven y sánanos!
¡Ven! Doma todo lo que es rígido,
funde el témpano,
encamina lo extraviado.
Da a los fieles que en ti esperan
tus sagrados siete
dones y carismas.
Da su mérito al esfuerzo,
salvación e inacabable alegría.
Amén*

7. Examen de la oración (10 min):

- ¿Qué sentimientos experimenté durante la oración?
- ¿Qué deseos venían de la mano con esos sentimientos?
- ¿Qué me quiso regalar Dios en este momento?
- ¿Qué dificultó o facilitó tu rato de oración?
- ¿Cómo me ha guiado el Espíritu en todo este itinerario de oración?