DESPIERTO, ALERTA Y ATENTO A LAS PERSONAS, A LA VIDA Y A DIOS

[Del domingo 30 de noviembre al sábado 6 de diciembre]

Comenzamos el tiempo de Adviento, que es tiempo de espera, de aguardar, de expectativas. El Adviento es apertura confiada a lo que Dios quiere hacer en nuestra vida personal y en cada comunidad humana. Es un tiempo especial para cultivar una comunión más abarcadora, que implique una amistad fecunda con todas las personas, con el medioambiente, con las cosas y con Dios.

Los textos bíblicos que leemos en el Adviento y, de modo especial los Evangelios, nos ayudan a preparar la espera de la novedad de Dios en nuestras vidas, familias, trabajos y comunidades. Muchos hombres y mujeres, aunque no profesen religión alguna, esperan también que algo importante ocurra en sus vidas, que les dé mayor sentido y que les abra a la novedad de la esperanza.

El Evangelio de Marcos (Mc. 13, 33-37) nos dice que Dios vendrá. Y vendrá a su casa que es el mundo como lo hace aquel dueño que se fue de viaje y encomendó a sus trabajadores el cuidado de lo que es suyo. Pero, como no sabemos el día ni la hora, porque Dios no se deja atrapar ni controlar, necesitamos estar alertas, atentos y despiertos.

Estar en vela es la actitud propia del que espera algo o a alguien. Estar en vela remite de inmediato a la paciencia, que es lo propio de quien sabe que todo tiene su tiempo. Con la paciencia todo se alcanza, dirá Santa Teresa. El que vela sin desanimarse aprende a esperar el tiempo propicio de las personas, de la familia, del mundo y de Dios.

Estar alerta es la actitud propia del que atiende o se responsabiliza de algo o de alguien. La alerta remite de inmediato a la vigilancia y al cuidado, que son los rasgos distintivos del que sabe que todo tiene su valor. La alerta es como la brújula que orienta el ritmo de nuestra vida, el hacia dónde. Y nos permite captar si estamos encaminados hacia circuitos y relaciones que producen vida o hacia los producen muerte.

La velada y la alerta equivalen a estar despiertos y atentos. ¿Cuántas contingencias personales, sociales o políticas desbordan nuestras vidas porque estamos distraídos o dormidos? ¿Cuántos desaciertos, desgracias o sufrimientos pudiéramos evitar si estuviéramos pendientes de las circunstancias? La vida y, cuanto más el futuro, no se adivinan o predicen, sino que se atienden mediante la previsión. Y esta previsión comienza por estar despiertos y atentos.

Velar y estar alerta no tiene nada que ver con la alarma ni con la vigilancia mal-sana, sino con aquella disposición especial que se va aprendiendo a lo largo de nuestro caminar y que nos capacita y habilita para el encuentro con las cosas, con las personas y con Dios. Lo contrario sería estar dormidos al curso de la vida.

La novedad de Dios no tiene hora, así como tampoco tiene hora la amistad, el servicio y la generosidad. El evangelista nos dirá que esta novedad de Dios puede suceder en cualquier momento. Y es que el Verbo Encarnado, que es Jesús, no dejará de prolongar el acto sin fin de su nacimiento en la nueva Humanidad que se engendra en cada tiempo. (Cf. Teilhard de Chardin).

Que este Adviento nos haga estar alerta, en vela y atentos a nuestra vida, a lo que viven o padecen las personas y a cómo se desenvuelve la realidad, para transformarla, como signo visible y creíble de que estamos despiertos a la vida y a Dios.

MOMENTO PREPARATORIO: LEO EL EVANGELIO

EVANGELIO DE MARCOS (13, 33-37)

En aquel tiempo, dijo Jesús a sus discípulos: Velen y estén preparados, porque no saben cuándo llegará el momento. Así como un hombre que se va de viaje, deja su casa y encomienda a cada quien lo que debe hacer y encarga al portero que esté velando, así también velen ustedes, pues no saben a qué hora va a regresar el dueño de la casa: si al anochecer, a la medianoche, al canto del gallo, o a la madrugada. No vaya a suceder que llegue de repente y los halle durmiendo. Lo que les digo a ustedes, lo digo para todos: permanezcan alerta. *Palabra del Señor.*

1ER MOMENTO: A LO QUE VENGO

Inicio mi encuentro con el Señor escogiendo un sitio apropiado para mi oración.
Al llegar al sitio, en forma breve y sencilla considero la calidad de la mirada de Dios Nuestro Señor sobre mí.

Y me digo a mí mismo:

¿A QUÉ VENGO?

Vengo a estar despierto y atento a las personas, a la vida y a Dios.

[Al final, rezo el Padrenuestro, saboreando cada palabra]

2DO MOMENTO: PACIFICACIÓN

- Ya sea sentado, paseando, acostado o reposado; tanto en casa, como en el parque o la Iglesia me sereno para que esta cita con Dios tenga lugar.
- Me acomodo con una posición que me ayude a concentrarme-descentrarme-centrarme, implicando todo mi ser.
- Al ritmo de la respiración, doy lugar al silencio.

  [*Una y otra vez repito este ejercicio*].

3ER MOMENTO: ORACIÓN PREPARATORIA

[NOTA: La oración preparatoria siguiente me ayuda a experimentar libertad de apegos. La repito tantas veces como quiera, dejando que resuene en mi mente y en mi corazón]

Señor, que todas mis intenciones, acciones y procesos interiores,

estén totalmente ordenados a cumplir tu voluntad.

4TO MOMENTO: COMPOSICIÓN DEL LUGAR

[NOTA: Este paso es muy especial y merece realizarse con esmero. Le dedico unos 10 minutos]

1°) Centro mi pensamiento en el contenido de la Oración.

2°) Con la imaginación revivo lo que relata el pasaje bíblico, sin perder detalle.

3°) Me ubico en la escena como si presente me hallara.

4°) Dejo que la Palabra irradie su luz sobre mí.

5TO MOMENTO: PETICIÓN

[*En forma sencilla formulo mi petición. Dejo que mi petición salga de dentro. Que nazca de lo más hondo de mi vida*]

Señor, que esté atento a las necesidades de las personas.

(*Si me ayuda, puedo decir varias veces la petición*)

6TO MOMENTO: CONTENIDO O MATERIA DE LA ORACIÓN

6.1) CONSIDERO QUE EL ADVIENTO ES UN TIEMPO DE ESPERA, NOVEDAD Y EXPECTATIVA

⇨ El Adviento invita a captar la manifestación de Dios en nuestras vidas, familias, trabajos y comunidades. Muchos hombres y mujeres, aunque no profesen religión alguna, esperan también que algo importante ocurra en sus vidas, que les dé mayor sentido y que les abra a la novedad de la esperanza. Pero como no sabemos el día ni la hora de la manifestación de Dios ni de la novedad de la vida, necesitamos estar alertas, atentos y despiertos.

6.2) REFLEXIONO MI DISPOSICIÓN A ESTAR EN VELA Y ALERTA

⇨ Estar en vela remite de inmediato a la paciencia. El que vela sin desanimarse aprende a esperar el tiempo propicio de las personas, de la familia, del mundo y de Dios. La alerta remite de inmediato a la vigilancia y al cuidado. La alerta es como la brújula que orienta el ritmo de nuestra vida, el hacia dónde. Y nos permite captar si estamos encaminados hacia circuitos y relaciones que producen vida o hacia los que producen muerte.

6.3) MEDITO MI PREVISIÓN PARA ACOGER LA NOVEDAD DE LA VIDA Y DE DIOS

⇨ ¿Cuántas contingencias personales, sociales o políticas desbordan nuestras vidas porque estamos distraídos? ¿Cuántos desaciertos, desgracias o sufrimientos pudiéramos evitar si estuviéramos despiertos? El futuro no se adivina o predice, sino que se atiende mediante la

previsión. Y esta previsión comienza por estar despiertos y atentos. La novedad de la vida y de Dios no tienen hora, así como tampoco tiene hora la amistad, el servicio y la generosidad.

7MO Momento: COLOQUIO

[NOTA: El coloquio es un diálogo que se hace hablando como un amigo habla a otro, ya sea para pedir alguna gracia, ya sea reconociendo la fragilidad o el pecado, o para comunicar sus cosas, y queriendo consejo en ellas.]
(*El texto sugerido puede ser útil para el COLOQUIO).*

ENCONTRARÁS A DIOS

Dondequiera que pongas tu mirada, dondequiera que fijes tu atención, dondequiera que un átomo subsista, encontrarás a Dios.

En las formas diversas de las nubes, en los rayos dorados que da el sol, en el brillo que lanzan las estrellas, encontrarás a Dios.

En los dulces balidos que en los prados, el rebaño da al silbo del pastor, en los trinos cambiantes de las aves, encontrarás a Dios.

En la santa figura de este mundo, cuyo vientre la vida te donó, en la franca sonrisa de la gente, encontrarás a Dios.

En el rostro del que acepta tu mirada, o el que por algún motivo esquivó, si no te paraliza y lo miras con amor, encontrarás a Dios.

En las horas de sombra y amargura, cuando a solas estés con tu dolor, si lo buscas con fe en esas noches, encontrarás a Dios.

(*Cf. Arturo Gutiérrez Martín*)

8VO Momento: EXAMEN DE LA ORACIÓN

Nota: Las siguientes interrogantes ayudan a centrar la experiencia vivida en la Oración.

1°) ¿Qué pasó en mí durante esta Oración?

2°) ¿A través de cuáles señales me habló Dios?

3°) ¿Qué me distrajo en la Oración?

4°) ¿Qué me produjo desaliento o desconfianza en la Oración?

5°) ¿Qué se quedó grabado en mí?

6°) ¿Qué quiero cambiar en mi vida?

TERMINO LA ORACIÓN CON LA SIGUIENTE OFRENDA

Toma, Señor, y recibe, toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad; todo mi haber y mi poseer. Tú me lo diste, a ti, Señor lo devuelvo.

Todo es tuyo. Dispón de mí según tu voluntad.
Dame tu amor y gracia que ésta me basta. Amén.