

¡NO TEMAIS! SOY YO

Mt 14,22-33.

Este relato puede ayudarnos a ambientar el sentido y la finalidad de estos días de retiro.

Los discípulos están en la barca. Se han "embarcado" obedeciendo el mandato de Jesús. Es de noche. El viento ha comenzado de pronto a agitar las aguas del lago y las olas zarandean la pequeña embarcación.

Los primeros cristianos vieron en este episodio una parábola de lo que les estaba sucediendo a ellos. En medio de las dificultades les parecía que Jesús no estaba con ellos. Era tal la oscuridad de la noche y la agitación del mar, que ni siquiera eran capaces de reconocerle cuando se acercó a ellos: ¡Es un fantasma! -decían-, y hasta Pedro duda de que sea el Señor.

Nosotros nos encontramos, a veces, en una situación muy parecida. Nos sentimos "embarcados" por la palabra y la llamada de Jesús, pero los vientos contrarios y el cansancio de la travesía van oscureciendo su presencia. Por eso necesitamos tanto este tiempo de retiro.

Es un tiempo de encuentro con el Señor. Un tiempo para reconocer su señorío sobre nuestras vidas y sobre las dificultades que nos impiden reconocer su presencia. Es un tiempo para hacer un camino que va desde el miedo: "¡Es un fantasma!" hasta el reconocimiento confiado: "¡Es el Señor!".

Estos días han de ser, por tanto, un tiempo dedicado al encuentro personal con el Señor desde la situación concreta que ahora estamos viviendo. Esto significa que:

- Cada una de vosotras será la protagonista, y de vuestras actitudes dependerá el resultado de estos días.
- Todo lo que hagamos estos días, incluidas las meditaciones, son medios para alcanzar este fin.
- Es necesario que cada una se ejercite, es decir, tenga un papel activo y no sólo pasivo (escuchar).

Los ejercicios son para tres cosas:

- a) Orar más intensamente.
- b) Discernir nuestra vida delante de Dios.
- c) Dejar que nazcan en nosotros/as determinaciones evangélicas.

Orar, discernir, determinar. En estos tres movimientos se resumen los fines de estos días de retiro.

Para lograr estos fines es necesario que pongamos unos medios, y el más importante de todos será la actitud que tengamos.

- Silencio interior.
- Búsqueda del encuentro con el Señor.
- Deseo de acoger su voluntad en nuestras vidas.
- Una cierta ascesis para aprovechar este tiempo de gracia.

También necesitamos unos medios externos: un horario, lugares para orar y estar a solas con el Señor, unas motivaciones para orar.

Para que todos nos situemos desde el principio, quisiera hablaros de cuatro de estos medios y proponeros el plan de los ejercicios, que luego podemos comentar.

a) El silencio

Lo pongo en primer lugar, porque me parece muy importante. Cuesta un poco al principio, pero tenéis que hacer un esfuerzo para mantener el silencio. Es el espacio donde mejor se le escucha a Dios.

También tenéis que procurararlo para no distraer a las demás.

Insisto mucho en esto, porque sólo el silencio crea en nosotros el clima que necesitamos para encontrarnos con el Señor y reconocer su paso por nuestras vidas.

Me atrevo a decir que ésta debía ser una norma sin excepciones fáciles.

b) Las meditaciones

Son un medio para motivar nuestra oración personal.

Serán breves, y he procurado que sean más una invitación, una propuesta, que una charla. Los ejercicios no son para instruir, sino para ejercitarse.

Generalmente tomaré algún pasaje de la Palabra de Dios, uno o dos, lo comentaré, y os propondré un itinerario de oración, un ejercicio concreto para cada rato de oración personal.

Tened en cuenta que las meditaciones son sólo una propuesta. Tomad de ella lo que os sirva, y lo que no, lo dejáis.

c) La oración

En los ejercicios tendremos tres tipos de oración:

- La litúrgica (comunitaria).
- La individual en torno a las meditaciones.
- La individual más difusa (paseando, comiendo ...)

Quisiera ofreceros algunas sugerencias sobre la segunda.

- Las circunstancias:
 - Descansar un poco después de la meditación (paseo ...)

- Escoger un lugar apropiado.
 - Postura corporal que no sea incómoda y que evite la excesiva relajación.
 - Asignarnos un tiempo y ser fieles.
- Modo de orar:
- Preparación: Invocar al Espíritu para que guíe nuestra oración. Podemos rezar un himno, o bien hacer una invocación espontánea.
 - Desarrollo: Lectura reposada de los textos bíblicos, deteniéndonos en las frases que más nos llamen la atención. Leerlos en primera persona, como Palabra dirigida a mí. Buscar el encuentro con el Señor; que sea gratuito.
 - Conclusión: evocar los momentos luminosos, y también las dificultades. Resumir el rato de oración con una plegaria espontánea.
- Algunos consejos:
- Evitar los monólogos. No se trata de volver a pasar por nuestra mente la película de nuestra vida, sino de abrir nuestro corazón a Dios.
 - Evitar el intelectualismo. La oración es, ante todo, un asunto del corazón, sentir y gustar.
 - Evitar el voluntarismo: no empeñarnos en sacar conclusiones. Seguir la querencia del corazón.
 - Evitar también el utilitarismo. No buscamos nada en concreto. Nos abrimos a la acción de Dios.

d) La entrevista

Si nos sentimos bloqueados o turbados es bueno comunicarse. Yo estaré a vuestra disposición todo el tiempo. Expresar nuestras dificultades ayuda mucho a desbloquearlas.

Y dicho todo esto, os ofrezco el plan de los ejercicios. Yo creo que ayuda saber desde el principio cuál es el itinerario que vamos a seguir.