

## Misterios de Cristo

# Misterios «contemplativos» de Jesucristo

Como complemento a los *Fundamentos* añadimos un sencillo instrumento para profundizar en los misterios de la vida de Jesucristo con los que más puede sintonizar un contemplativo secular. Se trata de una serie de listas de aspectos y características de esos misterios que, simplemente enunciados, permiten que los saboreemos internamente, más allá de reflexiones o análisis.

La encarnación del Verbo es...

La encarnación del Verbo en María es...

Nazaret es...

El desierto es...

Getsemaní es...

La Cruz es...

El sepulcro de Cristo...

La Pascua es...

La adoración es...

La contemplación es...

La fe es...

## La encarnación del Verbo es...

- la fascinación por el amor infinito del Padre desbordado en el mundo,
- la obediencia enamorada a la voluntad del Padre,
- la aceptación incondicional de sus designios,
- la disposición ilusionada a pagar el precio del amor redentor,
- renunciar a la condición divina y a cualquier privilegio,

-crear, con mi vida entregada, el puente de amor que una a Dios con la humanidad reconciliada,

. . . . .

-dejarme llevar, abandonado de mí, por el Espíritu Santo,  
-lanzarme, por amor, al abismo de la miseria humana,  
-derramarme sobre el mundo como torrente de la Misericordia,  
-el amor incondicional que abraza con ternura al pecador,  
-abrazar a la humanidad entera hasta hacerla mía,  
-correr gustoso el riesgo del amor, el fracaso y la muerte,  
-acoger confiadamente el futuro incierto de toda vida humana,  
-el desposorio con la pobreza amada,

. . . . .

-renunciar a mis derechos y a la gloria del mundo,  
-acoger con misericordia la debilidad y la pobreza humanas,  
-abrazar una vida que no es mía, para iluminarla,  
-elegir lo más bajo de la condición humana,  
-abrazar, en cruz, todos los pecados de la humanidad,  
-hacerme barro con el barro,  
-anticipar con mi entrega la muerte redentora,  
-amar al pecador hasta «hacerme pecado» por amor,  
-hacerme responsable del pecado y del mal de los demás,  
-hacer míos los pasos del hermano y regalarle mis pisadas,  
-vivir el momento presente, hecho oblación sacrificial al Padre,  
-amar a todos en el silencio del rechazo y la indiferencia.

## **La encarnación del Verbo en María es...**

-Dios en mi alma,  
-vivir permanentemente en esperanza,  
-no apartar mi mirada de Dios,  
-hacer del silencio mi morada,  
-alimentar mi alma sólo de fe,  
-adorar a Dios siempre y en todo,  
-distinguir su voz entre todas las voces,  
-acallar mis deseos, sentimientos y pasiones,  
-esperarlo todo de Dios,

- aceptarlo todo de Dios,
- no pretender nada para poder esperarlo todo de Dios,
- no pedir nada, no rechazar nada,
- amar a fondo perdido, sin esperar nada,
- vivir en permanente obediencia a Dios en todo,
- acoger de antemano todo lo que pueda venir de Dios,
- abandonarme a la voluntad de Dios con total docilidad,
- buscar la huella de Dios siempre y en todo,

. . . . .

- acoger al Espíritu Santo con entrega adorante,
- abrazar el abrazo del Espíritu Santo que sella mi desposorio,
- aceptar la maternidad del Verbo,
- abrazar al Verbo encarnado en mi seno,
- contemplar la presencia viva de Verbo en mi alma,
- aceptar ser sólo, para siempre, recipiente vivo del Verbo,
- hacer de su presencia la pasión de mi vida,
- custodiar en silencio el secreto del Rey,
- desligarme de todo lazo humano que me atrape,
- gozarme en la oscuridad que da valor a la esperanza,
- considerarme nada, sólo hechura de la gracia,
- hacer mi tesoro del soplo del Espíritu en mi alma,
- reconocer como gracia mi impotencia y mi nada,
- gozarme en mi pobreza que sé que Dios abraza,
- encontrar mi gloria en ser su esclava,
- conformar mi vida a la de Aquél que ha conformado su vida a la mía,
- aceptar la maternidad espiritual de la humanidad,
- vivir permanentemente entregada al Hijo de Dios y a los demás.

## **Nazaret es...**

- cuidar la presencia permanente de Dios en mi vida,
- contemplar y vivir gozosamente el amor de Dios y su presencia en lo cotidiano,
- volcar el secreto de mi vida sólo en Dios, convirtiéndolo en mi confidente,

- servirme de las cosas ordinarias, pequeñas y humildes para expresarle a Dios la entrega amorosa de mi vida,
- glorificar a Dios a través de todo tipo de obras compatibles con la vida propia de Nazaret,
- ser transparencia de la gloria de Dios en lo ordinario,
- cuidar el silencio como signo de atención a Dios y de intimidad con él,
- buscar la inmolación de mi vida en el anonimato,
- entregar mi vida a fondo perdido,
- renunciar a la eficacia, al prestigio o al éxito, buscando entregar la vida en el anonimato y la gratuidad,
- vivir el valor sobrenatural de lo inútil a los ojos del mundo, sin intentar forzar las cosas,
- abrazar los trabajos y servicios más humildes, con sencillez y alegría,
- vivir a fondo el momento presente, con conciencia de su valor sobrenatural,
- mantener sobre las cosas, los acontecimientos y las personas, una mirada positiva y evangélica,
- simplificar todo al máximo,
- no preocuparme ni perder la paz por nada, procurando hacer en todo lo que buenamente sepa y pueda,
- esperarlo todo de Dios,
- aceptarlo todo de Dios,
- ser sencillo, cercano y acogedor,
- ser discreto en todo,
- vivir en obediencia y silencio,
- no pedir nada, no rechazar nada,
- dejarme llevar por donde Dios quiera, con total docilidad y disponibilidad,
- buscar apasionadamente la más perfecta imitación de Jesucristo,
- vivir en obediencia, como fruto del deseo de cumplir la voluntad de Dios y seguir el estilo de vida de Jesús,

- amar a todos, tratándolos como hermanos y poniéndome a su servicio,
- buscar la pobreza y amar a los pobres, como consecuencia del amor a los valores evangélicos,
- valorar los trabajos y servicios más humildes,
- abrazar amorosamente la cruz en las dificultades ordinarias como expresión de la entrega de la propia vida por amor a Dios y en favor de los hermanos.

## **El desierto es...**

- fruto de una elección de Dios y no mía,
- la morada del demonio y el lugar de tentación y combate,
- padecer sed y necesidad,
- sufrir el calor y el frío extremos,
- carecer de vivienda y seguridad,
- no disponer de refugios ni escapatorias,
- estar privado de defensas,
- no tener a quién recurrir,
- permanecer siempre a la intemperie,
- ausencia de relaciones humanas,
- silencio de las criaturas y del mismo Dios,
- ser peregrino permanente, sin domicilio,
- aprender a convivir con los enemigos exteriores e interiores que amenazan nuestra paz,
- vivir en la habitual incomodidad de prescindir de todo lo posible,
- caminar sin equipaje, sin seguridad del mañana,
- desprenderme de todo, pronto, sin miramientos ni dilaciones,
- aceptar perder hasta lo que más quiero,
- acoger la pobreza extrema,
- vivir en la mayor soledad,
- olvidar la eficacia y las prisas,
- carecer de plan de vida,
- aceptar caminar sin mirar atrás,
- caminar sin pistas ni apoyos,
- no tener en cuenta alegrías ni penas de la vida,

- la renuncia absoluta al amor propio en todas sus formas,
- ausencia del mundo, quietud exterior y peregrinación interior,
- perderme en el tiempo y en el espacio,
- vivir en un horizonte ilimitado,
- encontrar el orden y la armonía de los valores naturales y sobrenaturales,
- aceptar que la paz verdadera es una paz en lucha,
- la maduración dolorosa y eficaz,
- abrazar la dura renuncia que exige el hacerse niño,
- resistir fielmente al mal como puro acto de fe, esperanza y amor,
- mantener la limpieza interior, fruto de la delicadeza de conciencia,
- la verdadera penitencia, que consiste en luchar contra la tentación,
- lugar de la reconciliación con Dios, con el mundo y con uno mismo,
- asumir la expiación por el pecado del mundo y el propio,
- aprender a perdonar: a mí mismo y a los demás,
- avanzar en el camino guiado por la sola fe,
- aceptar vivir en la fe pura y desnuda,
- renunciar a conocer el itinerario o sus etapas,
- prescindir de todo para que mi única fortaleza sea Dios,
- hablar al mundo desde la vida escondida,
- vivir en la oscuridad como si la luz guiara mis pasos,
- acompañar a Jesús en su desierto y en las horas amargas de Getsemaní y el Calvario,
- cerrar todas las salidas para que Dios sea lo único,
- proclamar a las criaturas que son nada ante el ser de Dios,
- esperar todo de Dios,
- el lugar por excelencia para la contemplación,
- creer en el amor de Dios cuando el cielo parece cerrado,
- estar disponible y maleable a la gracia,
- estar siempre libre para que Dios me mueva a su gusto,
- aceptar que la luz de Dios sólo se regala al que se sumerge en la noche más oscura,

- abandonarme completamente en Dios,
- pregonar, sacrificando todo, que sólo Dios basta,
- no tener más futuro que la venida del Salvador,
- tener siempre presente la gratuidad y eternidad de mi vocación,
- abrirme a las llamadas del Amado hasta deshacerme en la cercanía de Dios,
- aceptar mansamente que sólo Dios sabe el momento y el camino,
- acoger la noche como el momento de la máxima cercanía de Dios,
- alimentarme sólo de infinito,
- saberme indigno de la más pequeña gracia de Dios,
- tener el alma sedienta sólo de Dios,
- vivir en permanente tensión de eternidad,
- amar a Dios por sí mismo, por puro acto de adoración, sin pretender nada de él,
- consumirme de ansias de alcanzar a Dios,
- dejar siempre al Señor la iniciativa,
- disponerme al enamoramiento apasionado de Jesucristo,
- obedecer apasionadamente al Espíritu Santo,
- renunciar a mirar nada que no sea Dios,
- el lugar que tiene por paisaje a Dios mismo visto a cara descubierta,
- ser el testigo de Dios que se refleja en mí como en un espejo.

## **Getsemaní es...**

- la impotencia ante la misión,
- la angustia frente al futuro,
- el abandono de todos,
- la indiferencia de los cercanos,
- la oscura traición del amigo,
- la lejanía de Dios,
- la oscuridad absoluta,
- la soledad total,
- la falta de fuerzas,

- la tentación oscura y amenazante,
- el corazón inundado de tristeza y angustia,
- la mirada lúcida a la verdad,
- la mirada que descubre el pecado,
- descubrir todos los pecados del mundo,
- la tristeza infinita por el mal,
- aceptar llevar todo este peso,
- el sentimiento de fracaso total,
- la angustia ante la inutilidad de la pasión,
- aceptar morir como el grano de trigo para dar fruto,
- sufrir anticipadamente la cruz,
- experimentar el abandono de Dios,
- la aceptación mantenida del dolor,
- el alma llena de mortal aflicción,
- caer por tierra, destrozado,
- sufrir hasta sudar sangre,
- experimentar la muerte sin morir,
- abandonarse a la voluntad de Dios,
- abandonarse a la voluntad de los pecadores,
- volverse al Padre en oración,
- insistir y renovar la oración,
- suplicar que se aleje el cáliz,
- aceptar la voluntad del Padre,
- aprender la máxima obediencia,
- aceptar la misión encomendada con todas las consecuencias,
- el amor invencible a Dios,
- el silencio humilde y receptivo,
- el sometimiento total a Dios,
- la lucha fiel hasta el final,
- la mansedumbre sin vacilaciones,
- la bondad sin amargura,
- el amor heroico a los demás,
- la intercesión por los afligidos,
- el consuelo de los que sufren angustiados,
- el estímulo para quienes están tentados,



- la comprensión para todos los dolores,
- el amor incondicional a los pecadores,
- recibir el consuelo del ángel,
- dar la mayor gloria al Padre.

## **La Cruz es...**

- el sufrimiento más duro, inoportuno e inesperado,
- el dolor más incomprensible,
- lo más temido,
- lo más doloroso,
- lo más humillante,
- lo que se quisiera evitar a toda costa,
- lo que no se ha buscado, pedido o merecido,
- la suma de todos los sufrimientos,
- la humillación pública,
- la injusticia y la maldad en estado puro,
- las bofetadas y salivazos,
- la flagelación y los golpes,
- recibir el tormento de los malditos,
- el cuerpo taladrado,
- consumirse de sed,
- vinagre y hiel,
- sangre y dolor,
- un cuerpo quebrantado y sin fuerzas,
- las burlas y las blasfemias,
- el honor y la fama pisoteados,
- aceptar convertirse en un desecho sin valor,
- el despojo de toda posesión,
- ser despreciado por todos,
- aceptar llevar sobre los hombros las cargas de la humanidad,
- el abandono de todos,
- la indiferencia de los cercanos,
- la traición del amigo,
- el fracaso de aquello por lo que tanto se ha luchado,
- la lejanía de Dios,

- la oscuridad absoluta,
- la soledad total,
- la falta de fuerzas,
- el corazón inundado de tristeza y angustia,
- la mirada lúcida a la verdad,
- el precio de todos los pecados de la humanidad,
- la tristeza infinita por el mal,
- aceptar morir, como el grano de trigo, para dar fruto,
- el abandono absoluto a la voluntad de Dios,
- abandonarse a la voluntad de los pecadores,
- la oración, en medio del dolor, sin reproches ni excusas,
- la intercesión por los afligidos,
- aceptar incondicionalmente la voluntad del Padre,
- el sometimiento total a Dios,
- la lucha fiel hasta el final,
- consumar la misión encomendada por Dios, con todas las consecuencias,
- la mansedumbre humilde y sin vacilaciones,
- la bondad sin amargura,
- el amor heroico a los demás,
- el amor incondicional a los pecadores,
- la comprensión para todos los dolores,
- convertirse en consuelo de los que sufren angustiados,
- ser estímulo para quienes están tentados,
- el perdón para los que nos afligen,
- la entrega de la vida para la salvación del mundo,
- la ayuda y salvación para mis hermanos, los hombres,
- el libro que mejor enseña a ser cristianos,
- la luz en nuestro camino entre tantas tinieblas del mundo,
- la fuerza en nuestra debilidad,
- la alegría en medio de las dificultades y sufrimientos de la vida, por grandes y duros que sean,
- la paz en medio de las mayores luchas y batallas,
- la esperanza firme cuando todo falla,
- el mayor consuelo en el dolor,

- la fortaleza y el ánimo en la lucha por ser cristianos,
- el mayor descanso en los cansancios de la vida,
- la roca firme en la que apoyarnos cuando todo parece desmoronarse a nuestro alrededor,
- el escudo que nos defiende del Maligno en los momentos de prueba y tentación,
- el alimento del alma que desfallece de amor de Dios,
- el anhelo de quien busca a Cristo y desea identificarse con él,
- la plenitud del amor consumado,
- el hogar y la patria de los que aman al Señor,
- la prueba de amor que enamora y que nos lleva a buscar y abrazar nuestra cruz,
- el amor invencible a Dios y la fuente de la verdadera alegría,
- la mayor gloria que podemos dar al Padre.

## **El sepulcro de Cristo...**

### **Para el mundo es...**

- una fría piedra,
- una simple tumba sellada,
- silencio, fracaso y frío,
- la impotencia de Dios,
- el silencio de Dios,
- el fracaso de Jesús,
- su problema resuelto,
- su amenaza sepultada,
- la victoria de la violencia y la mentira,
- la falsa tranquilidad,
- poder esperar otro salvador más cómodo,
- el miedo a que resucite la esperanza,
- la piedra movida que hay que ocultar,
- la manipulación de la verdad de la piedra removida,
- la negación de la verdad de la victoria de Cristo.

### **Para sus discípulos es...**

- el silencio de la Palabra,

- el fracaso de este Mesías,
- la pérdida del Amor,
- la ausencia de Maestro,
- la muerte de la Salvación,
- el desconcierto ante la muerte de Jesús,
- el final de una tragedia irreparable,
- el recuerdo de la propia cobardía ante la Cruz,
- la culpabilidad por el abandono del Inocente,
- el miedo a seguir la suerte de Jesús,
- el final de una vocación,
- el fracaso de una misión,
- el tiempo perdido siguiendo una quimera,
- las fuerzas gastadas en un proyecto frustrado,
- el amor hipotecado en una amistad sin futuro,
- la pérdida de la alegría vivida,
- el olvido de la vida compartida,
- la muerte de la esperanza,
- el futuro incierto y vacío,
- el desamparo ante la vida,
- la impotencia y el resentimiento ante los enemigos,
- el derrumbamiento de la fe y la esperanza.

### **Para nosotros es...**

- el gran silencio de Dios,
- la inacción de Dios ante el mal en el mundo,
- el fracaso de Dios ante los poderosos,
- la victoria del mal sobre el bien,
- el desconcierto de la fe,
- la esperanza frustrada,
- el amor inalcanzable,
- la verdad silenciada,
- el temor al martirio,
- el miedo a la muerte,
- la vida sin sentido,
- la soledad en las adversidades de la vida,
- la tristeza por las gracias perdidas.

## **Para nosotros debe ser...**

- la gran oportunidad de la fe,
- la confianza en las promesas de Cristo
- la esperanza contra toda esperanza,
- el amor que todo lo espera,
- la fe en que todo es posible para Dios,
- seguir caminando por sendas oscuras,
- intuir la acción de Dios más allá de las apariencias,
- mantener vivo el recuerdo de su Palabra,
- esperar en silencio la salvación de Dios,
- estar junto a María y aprender de ella.

## **Para María es...**

- el alma traspasada por una espada,
- el recogimiento y el silencio en fe,
- la oración continua,
- meditarlo todo en el corazón,
- recordar todo lo vivido con Jesús,
- mantener viva la esperanza en la noche más oscura,
- la firmeza ante el mayor dolor,
- la fidelidad inquebrantable a su Hijo,
- la unión fiel a Jesús,
- la vida entregada,
- continuar colaborando en la redención,
- la compasión hacia los amigos descorazonados,
- la esperanza para los discípulos desencantados,
- el modelo para los desesperanzados,
- el consuelo de los afligidos,
- el servicio de una fe firme,
- el cimiento de la nueva comunidad.

## **Para el Padre es...**

- la culminación de la entrega amorosa de su Hijo al mundo,
- el Amor totalmente derramado en la humanidad,
- el gozo pleno de la salvación ya realizada,
- el consuelo de la obediencia y fidelidad del Verbo encarnado,

- la satisfacción por el cumplimiento de todas las promesas,
- el sello de la derrota del enemigo,
- la semilla de salvación depositada en la tierra,
- el silencio previo a la Palabra definitiva,
- la oscuridad más densa que anuncia el amanecer,
- la espera ilusionada de la nueva creación,
- los brazos que esperan en las puertas abiertas del cielo,
- el gozo de recibir a los liberados de la muerte,
- el Espíritu insuflado en los huesos secos,
- la ardiente espera de la Ascensión gloriosa,
- el preludeo de la entrega del Espíritu.

### **Para el mismo Jesús es...**

- el cuerpo amortajado e inerte,
- el abrazo final a todo lo humano,
- la aceptación de la oscuridad de la muerte,
- la consecuencia de su entrega plena,
- el signo de que todo está cumplido,
- el sello de su amor hasta el extremo,
- el final del dolor y la muerte,
- su cuerpo muerto convertido en semilla de vida eterna,
- la victoria escondida en la muerte,
- la derrota del enemigo que creía haber vencido,
- el descenso a lo hondo para salvar a los cautivos,
- el encuentro con los que esperan en el abismo,
- la liberación de los encadenados por la muerte,
- la derrota del que tenía el poder de la muerte,
- el gozo de ver por fin abiertas las puertas del cielo,
- el consuelo de la salvación ya comenzada,
- la piedra que se moverá para hacerlo presente en el mundo,
- la ardiente espera del reencuentro con los suyos,
- el anhelo por derramar desde el Padre el Espíritu Santo,
- el comienzo de la nueva creación,
- el pregueto de la dulzura de la gloria.

## La Pascua es...

- la nueva creación,
- el universo nuevo,
- el mundo nuevo, renovado en Cristo,
- la tierra y los cielos nuevos abiertos a todos,
- el hombre nuevo, creado a imagen de Cristo,
- el corazón nuevo,
- la mirada nueva,
- el espíritu nuevo,
- la vida nueva de la gracia,
- la gracia nueva y definitiva de Dios,
- la luz nueva del Espíritu,
- el fuego nuevo del amor de Dios,
- el agua nueva de la renovación plena,
- el aire nuevo de la libertad verdadera,
- el cántico nuevo de los redimidos,
- la luz que ilumina la cruz de Cristo y la propia cruz,
- la cruz gloriosa,
- el mal y el pecado derrotados,
- la muerte vencida,
- la prueba del valor redentor de la cruz de Cristo,
- el Nuevo Testamento sellado con la sangre del Cordero,
- el cumplimiento de todas las expectativas de la humanidad,
- la plenitud de las promesas del Antiguo Testamento,
- el colofón glorioso de la encarnación,
- la culminación de la salvación,
- la cumbre de toda la historia de la humanidad,
- la garantía de autenticidad de las palabras y obras de Jesús,
- la prueba del amor del Señor por nosotros,
- la seguridad de la salvación de Cristo,
- la manifestación de Jesús como el Señor, el Hijo de Dios y único Salvador,
- el encuentro personal con Cristo vivo, resucitado y presente entre nosotros,
- el amanecer de una humanidad nueva,

- el comienzo de la verdadera renovación de vida,
- el comienzo de nuestra propia resurrección,
- el Espíritu de Dios derramado en el mundo,
- la explosión de la gracia,
- el don de la vida abundante,
- el gozo sobrenatural del Espíritu,
- la fuente de alegría desbordante e invencible,
- la auténtica libertad para amar,
- el impulso sobrenatural de nuestro amor,
- la fuerza ilimitada para ser testigos de Cristo,
- el impulso gozoso para entregar la vida por los demás,
- la valentía para luchar eficazmente contra el mal en el mundo,
- la posibilidad de orar en espíritu y en verdad,
- el cimiento de nuestra fe,
- la esperanza ilimitada,
- el motor de nuestra esperanza,
- el descubrimiento de que sólo en Cristo serán colmados todos nuestros anhelos,
- la victoria sobre cualquier temor,
- la confianza segura en el combate de la vida,
- el consuelo de todos los sufrimientos,
- la fortaleza invencible frente a toda adversidad,
- el cimiento de la verdadera comunidad,
- el inicio de la misión de la Iglesia,
- la fuerza para evangelizar.

## **La adoración es...**

- contemplar ante mí al Dios vivo, eterno, infinito y omnipotente,
- dejarme consumir por su presencia,
- mirar a Dios como si no existiera nada más,
- contemplantarlo con admiración y asombro,
- admirar, fascinado, su amor,
- reconocer su deseo de habitar en mí y poseerme,
- gozarme de pertenecerle exclusivamente,
- reconocerme creatura ante el Creador,



- concentrar todo mi ser en un acto puro y silencioso de amor a Dios,
- convertir el silencio en expresión de mi amor y abandono en Dios,
- abrirle el corazón para que lo inunde su misericordia,
- reconocerme infinitamente amado por Dios,
- aceptar que su amor es personal, absoluto e incondicional,
- ofrecerle todo a Dios,
- entregarle incondicionalmente mi alma,
- dejar que Dios haga infinita mi ansia de amarle,
- olvidarme de todo lo que no es Dios,
- mantenerme plenamente vivo, en silencio, ante Dios en el momento presente,
- ofrecer a Dios mi tiempo, mi cuerpo, mi vida...,
- darle cuanto soy y tengo,
- mantener la mirada a Dios en la oscuridad,
- suspender el pensamiento y la imaginación,
- entregar mi voluntad a la de Dios,
- aceptar que no puedo nada ante el Todopoderoso,
- agradecer todo lo que me hace insignificante,
- reconocer que no soy nada ante el que es todo,
- hacerme ínfimo como un grano de arena,
- huir de cualquier mirada sobre mí mismo,
- olvidar cualquier preocupación, prisa o urgencia,
- renunciar a mi mirada y mis criterios, para que solo exista en mí la mirada y el criterio de Dios,
- acoger todo lo que soy y tengo como don inmerecido de Dios,
- aceptar apasionadamente la voluntad de Dios,
- disponerme a todo como respuesta amorosa al amor de Dios,
- olvidarme del pasado,
- despreocuparse del futuro,
- aceptar todo en fe,
- acallar voces, sentimientos y pasiones,
- olvidarme de mí mismo,
- renunciar a resultados y éxitos,

- quitarle importancia a los problemas y preocupaciones,
- silenciar mis necesidades y gustos,
- confiar a todos y todo a la Providencia,
- empapar de la presencia de Dios todas mis actividades,
- renunciar a compararme con los demás,
- acoger la cruz sin razonamientos ni justificaciones,
- abrazar el mundo entero, en silencio, y ponerlo ante Dios,
- ofrecer a Dios mi deseo universal de amor y salvación,
- dejarme consumir por el amor a los demás más allá de frutos y sentimientos,
- hacerme uno con los más pobres y abandonados,
- rechazar cualquier culpabilización propia o ajena,
- esperar el cielo como mi única meta.

## **Oración de adoración**

Dios todopoderoso y eterno:

Te adoro con todo mi ser. Me pongo ante ti, pobre y desnudo de todo, reconociéndote como Señor absoluto del mundo y de la historia, de mi ser y de mi vida.

Te adoro, Padre, creador del mundo, y me abandono completamente a tu providencia, que todo lo abarca y lo puede. Te adoro, Jesús, Verbo eterno de Dios, que te has hecho nuestro hermano, y me entrego a ti para que me identifiques plenamente contigo.

Te adoro, Espíritu Santo, fuente inextinguible del amor divino, y te ofrezco mi alma para que la consumas con tu fuego y conviertas mi vida en un continuo acto de amor ofrecido a Dios para su gloria y la salvación del mundo.

Porque tuyo, oh Dios, es el reino, tuyo el poder y la gloria por los siglos de los siglos.

Amén.

## **La contemplación es...**

- mirar con los ojos del corazón,
- escuchar con los oídos del alma,

- tener los ojos clavados en Cristo, aunque no vea nada,
- tener los oídos abiertos, aunque no oiga nada,
- captar en silencio a Aquel que habla sin palabras,
- gustar a Dios en silencio,
- dejar que Dios tome la iniciativa en la conversación,
- ver a Dios en la oscuridad,
- esperar a Aquel que está presente,
- dejarse enseñar en silencio,
- dejar que me ilumine el rostro del Señor,
- unirme en silencio al Amado,
- amar sin necesidad de sentimientos,
- el silencio que queda después de haberlo dicho todo,
- la luz que se percibe con los ojos cerrados,
- el fuego que calienta el alma y no captan los ojos,
- la fe que no exige pruebas ni signos,
- la confianza plena en Dios que actúa sin sentirlo,
- la oración que transforma sin que se note,
- Dios actuando cuando parece que no hace nada,
- Dios transformando el corazón sin tocar los sentidos,
- Dios modelando en mí la imagen de Cristo.

## **La fe es...**

- creer firmemente en el Dios que nos ha mostrado Jesucristo,
- buscar a Dios como lo único necesario,
- vivir con la mirada fija siempre en Dios,
- dejarme conquistar por su amor
- confiar ciegamente en él,
- darme incondicionalmente a Dios,
- alegrarme de pertenecerle totalmente,
- adherirme plenamente a su voluntad,
- serle fiel, aunque no lo vea,
- vivir en manos de la providencia divina,
- no oponer resistencias a la gracia,
- relativizar todo lo que no es Dios,
- acallar en mi interior todo lo que intente destacar sobre Dios,

- mirar todo con los ojos de Dios,
- ver a Dios en todo,
- fiarme de Dios por encima del mundo y las apariencias humanas,
- dar sentido evangélico a la vida, a los sufrimientos, a las dificultades, y a todo,
- lanzarme en la oscuridad de la noche, siguiendo la luz que un día vislumbré, aunque no sepa a donde me va a llevar,
- sobrellevar con alegría las confusiones, las sorpresas, las fatigas y los sobresaltos que conlleva la fidelidad a Dios,
- caminar, luchar y sufrir con la sonrisa en los labios,
- levantarme enseguida cuando caigo,
- mantener el rescoldo divino que ilumina y consuela en las luchas más terribles de la vida,
- hacer que mi vida transparente a Dios en todo,
- disponerme gozosamente al encuentro definitivo con Dios en el cielo.