

Carta de Asís

Abril de 2011. Principio 2. Vida cotidiana: hacia adentro, humildad

Número - 30

La Red Asís es una red social abierta de personas que quieren conocer o compartir la espiritualidad franciscana en su vida cotidiana.

La humildad es el conocimiento de las propias limitaciones y debilidades y actuar de acuerdo con ese conocimiento. La humildad en la vida cotidiana como mirada hacia adentro es el segundo principio en torno al que gira la Red Asís y el que da contenido a esta nueva edición de esta Carta.

“Conocer las propias limitaciones y actuar de

acuerdo con ese conocimiento”, con qué claridad se presenta, qué importante parece y qué difícil resulta. Sin embargo, es principio básico para vivir sin hacernos trampas. El tema de reflexión de esta Carta nos dice que mirarnos para adentro y dejarnos mirar por Él son los medios para acercarnos a esa humildad.

Tema de reflexión

Mirarnos para adentro

Mirarnos para adentro es un trabajo importante y laborioso. Nos ayuda a entender lo que somos, a ir viendo los mecanismos que nos empujan, las realidades que nos mueven, las actitudes que adoptamos, los sentimientos que nos dominan.

A somarnos a nuestro interior nos ayuda a entender la parte de responsabilidad que tenemos en los conflictos que nos tocan, nos ayuda a entender lo que los demás ven, a no echar fuera siempre la culpa de lo que nos sucede. Mirar lo que somos, lo que podemos, nos ayuda para poder agradecer, para poder aceptar, para poder perdonarnos una y otra vez. Mirar para adentro nos enseña lo mejor y lo peor, nuestros grandes dones, y allí donde crecen las heridas.

Somos grandes expertos en hacernos trampas; como no nos queremos demasiado, a veces somos muy crueles con nosotros mismos y otras veces nos hacemos los ciegos, porque no nos gusta nada lo que vemos en el espejo. Nos cuesta mucho tomar la medida de lo que somos. Ir mirándonos va acercándonos a lo más nuestro,

abriendo espacios interiores insospechados: Mirar para adentro posibilita espacio al silencio, y también a la contemplación. En esos territorios vamos encontrando lo que somos, nuestro corazón.

Podemos ir intuyendo una presencia que nos habita, y podemos confiarnos humildemente a Dios. Él sí conoce nuestra medida. En el Evangelio del encuentro de Jesús con la samaritana, Jesús le habla de ella, le muestra lo que es en realidad, sin poner paños calientes pero sin juzgarle ni condenarle. La samaritana se ve en el espejo de Jesús y ve su realidad a la que debe enfrentarse, pero la aceptación y la mirada de confianza que siente le libera del pecado. El amor le cura.

Si mirando en nuestro interior nos dejamos mirar por Él, podremos aceptar lo que somos y luchar por lo que nos toca.

El hermano Roger en su oración decía “Tú comprendes todo de nosotros”. Podemos depositar nuestra mirada en Él que sabe la medida de nuestro propio corazón.

Texto evangélico: Jn. 4, 10.13-15

“Si conocieras el don de Dios y quién es el que te pide de beber, sin duda que tú misma me pedirías a mí y yo te daría agua viva. Todo el que beba de esta agua, volverá a tener sed; en cambio, el que beba del agua que yo quiero darle, nunca más volverá a tener

sed. Porque el agua que yo quiero darle se convertirá en su interior en un manantial del que surge la vida eterna. Entonces dijo la mujer: Señor, dame de esa agua; así ya no tendré más sed y no tendré que venir hasta aquí para sacarla”.

Espiritualidad franciscana

Los biógrafos sorprenden con frecuencia a Francisco buscando soledades, adentrado en cavernas profundas y oscuras donde pasaba largas horas y entregado a la búsqueda interior, a la comprensión del misterio de la vida y del dolor, entregado totalmente a descubrir el misterio de la vida y de Dios. Francisco de Asís es estímulo y aliento para nosotros, para buscar hacia dentro, para mirarnos en nuestra verdad y aceptarla.

Pero incluso cuando uno se mira sinceramente hacia dentro, corre el riesgo de desenfocar, de no mirarse bien. Por eso, los biógrafos de Francisco dicen que Francisco en su vida no tuvo otro maestro más que a Cristo (cf LM 2,1). Y esta es la clave franciscana de la mirada interior; hay que mirar adentro, hay que ahondar, sí, pero, por encima de todo, es conveniente mirarse a la luz de Jesús, crucificado por amor y resucitado a la nueva vida por el Padre. Mirarse hacia dentro y hacia abajo para descubrir quién y cómo soy yo en verdad y mirar hacia arriba y hacia fuera para descubrir quién y cómo es el Dios de Jesús, agua viva, fuente de esperanza.

Oración de confianza

En tus manos, Señor, pongo mi vida.
Dios mío, en Ti confío.
No quedaré defraudado.

Estoy amenazado por el mal y me siento frágil.
¿Qué puedo hacer ante la suficiencia
de quienes prescinden de Ti?
¿Qué puedo hacer
con el poder del pecado que me tiene?
Estoy amenazado, acosado por mí mismo,
por mi orgullo y mi angustia,
mi vanidad, mi necesidad de autoafirmación.
Soy como un árbol herido, carcomido por dentro.

Pero Tú, Señor, eres mi esperanza.
Y nada ni nadie ni yo mismo podremos contra Ti,
el Dios fiel, poderoso salvador.

Señor, enséñame tus caminos,
instrúyeme con tu Espíritu de verdad.
Hazme dócil y leal a tu luz,
pues sólo Tú, Dios mío, conoces mi corazón
y sondeas mis últimas intenciones.

Recuerda, Señor,
que tu ternura y tu misericordia son eternas.
Recuerda que soy tu criatura,
Recuerda mi existencia amenazada.
Mírame con misericordia, Señor,
justifícame con tu gracia,
Desenmáscárame. Padre mío,
Pero hazlo con infinita bondad,
rompiendo mis defensas
con la suavidad de tu amor.

Epílogo de la carta

Humildad y autenticidad se conectan íntima y profundamente. Con relación a Dios son la parte del trabajo que nos toca. La humildad implica aceptar mi realidad limitada y conlleva autenticidad para afrontarla sin utilizar a Dios como parapeto para eludir mis asignaturas pendientes.

Evangelio diario del mes de mayo de 2011

Las personas que deseen hacer una lectura diaria del Evangelio, según las lecturas que corresponden cada día, tienen a continuación las referencias de todo el mes de mayo:

1 Jn 20, 19-31	8 Lc 24, 13-35	15 Jn 10, 1-10	22 Jn 14, 1-12	29 Jn 14, 15-21
2 Jn 3, 1-8	9 Jn 6, 22-29	16 Jn 10, 11-18	23 Jn 14, 21-26	30 Jn 15, 26-16,4 ^a
3 Jn 14, 6-14	10 Jn 6, 30-35	17 Jn 10, 22-30	24 Jn 14, 27-31 ^a	31 Lc 1, 39-56
4 Jn 3, 16-21	11 Jn 6, 35-40	18 Jn 12, 44-50	25 Jn 15, 1-8	
5 Jn 3, 31-36	12 Jn 6, 44-51	19 Jn 13, 16-20	26 Jn 15, 9-11	
6 Jn 6, 1-15	13 Jn 6, 52-59	20 Jn 14, 1-6	27 Jn 15, 12-17	
7 Jn 6, 16-21	14 Jn 15, 9-17	21 Jn 14, 7-14	28 Jn 15, 18-21	

Notas

·Si quieres recibir información sobre la Red Asís o inscribirte para recibir mensualmente esta carta, llama al 646-214896 o envía un mail a redasis@arantzazu.org.

·En la página web de la Red encontrarás la herramienta "Sugerencias para el trabajo personal o en grupo con la Carta de Asís" para profundizar en los contenidos de esta Carta.

·Cuenta bancaria para colaboración económica: 0182 0326 15 0201516844 (BBVA).

Sugerencias para el trabajo personal o en grupo con la

Carta de Asís

Número - 30

Abril de 2011. Principio 2. Vida cotidiana: hacia adentro, humildad

Una vez más volvemos al segundo principio de nuestra red: “Vida cotidiana. Hacia adentro: humildad”. En la carta de este mes se nos propone como tema de reflexión: Mirarnos para adentro y eso solo podemos hacerlo desde la humildad, reconociendo las dificultades que tenemos para descubrir nuestras grandezas y nuestras miserias.

Mirarnos para adentro

Para hacer el ejercicio de mirarnos para dentro, necesitamos buscar un tiempo y un lugar, donde poder hacerlo con tranquilidad y si es posible silencio para mirarse adentro. Durante este mes te propongo que todos los días o algunos días hagas el ejercicio de reflexionar sobre las actividades que hayas realizado, qué actitud has tenido respecto a ellas, qué te ha llevado a realizarlas de esa manera y no de otro modo, y cómo te has sentido. Las actividades diarias pueden ser desde las laborales a las relaciones personales que tenemos en el día a día.

Intenta no racionalizar, no sacar conclusiones, deja que fluyan los sentimientos.

Cuando hayas realizado el ejercicio varias veces, intenta mirar lo que ha ido saliendo con los ojos de Jesús y ponlo en sus manos.

Mirar para adentro nos ayuda a descubrir la intención del corazón, la razón puede y muchas veces nos lleva a hacernos trampas, a justificarnos de cualquier manera antes de descubrirnos esa intención del corazón que nos deja a la intemperie pero que nos abre a los demás, y a ese más que es Dios en nuestra vida.

Por eso es tan importante no querer sacar conclusiones, solo dejarlo en manos de Dios para que podamos mirarlo y leerlo desde el corazón del Padre.

“Señor, dame de esa agua”

En el texto, Jesús habla del don de Dios, y de quién es el que me pide de beber. Jesús mismo me pide de beber a mí, ¿Qué puede querer de mí? Seguramente no quiere nada de mí, me quiere a mí; ¿Quiero darme a Él?

Él es el único que mira mi corazón con los ojos de la ternura y el amor, Él es el único que sabiendo lo que soy y cómo soy, quiere darme de beber.

Haz oración con el texto, déjate mirar por Jesús y deja que Él se haga fuente de vida para ti, capaz de saciar tu sed.

Dejarse calmar la sed por Jesús hará que también tú seas capaz de saciar la sed de los demás, pero siempre humildemente sabiendo que esa Agua, no es tuya sino que el mismo Jesús se ha hecho en ti fuente para los demás.

“Fijó sus ojos en la cruz del Señor”

San Francisco, buscaba lugares donde estar solo. Haz tú lo mismo. Busca lugares y momentos de soledad que te lleven a encontrarte contigo mismo y con Dios. No tengas miedo a la soledad, aparecerán miedos, incertidumbres o dudas pero es el único modo de descubrir la verdad de cada uno.

En ese encuentro contigo mismo y con Jesús, mírale y encuéntrate con su mirada y con su amor. Desde Él te descubrirás a ti mismo porque Él te conoce mirándote el corazón y sabe de ti, conoce tus trampas y te ayuda a que las conozcas también para que puedas vivir siendo Él para ti fuente de agua viva.

“En tus manos, Señor, pongo mi vida”

Aprovecha esta preciosa oración para ponerte en manos de Dios y hacerla tuya frase por frase, palabra por palabra.

Mirándote para adentro intenta descubrir cuál es tu pecado: el orgullo, la angustia, la necesidad de controlar... y dile como en oración que eres como un árbol herido, que sin Él estás vacío.

Deja que resuene en tu corazón, pídele lo más sientas que necesitas en este momento de tu vida, y, sobre todo, déjate hacer por Él, déjate mirar el corazón por su mirada de misericordia y ternura, no encontrarás otra mirada como la suya.