

TEMARIO DE PILOTAJE



ENSJ
ESPAÑA

Índice

Para los Pilotos.....	1
Carta de bienvenida.....	9
1. Los Equipos de Nuestra Señora.....	11
2. El PPV: Plan Personal de Vida.....	21
3. La Oración.....	29
4. La Fe.....	39
5. La Reconciliación.....	43
6. Jesús.....	51
7. La Eucaristía.....	57
8. María.....	75
9. Las tentaciones del joven.....	85

Para los Pilotos

Elegir ser piloto es aceptar una llamada de Cristo, a través de ENSJ, para dar vida a un nuevo Equipo y enseñarle a vivir en el Movimiento. Esto significa acompañar a un grupo de jóvenes en un descubrimiento y profundización de su vida de Fe, su propio desarrollo personal, su vida de comunidad en los ENSJ y su papel en la Iglesia y en la sociedad. En una palabra, iniciarles en un camino de crecimiento y conversión permanentes para tener un estilo de vida más evangélico en el mundo de hoy.

Ser piloto supone asumir una responsabilidad espiritual que nos exigirá seguir creciendo en nuestra propia vida de Fe, con la ayuda de Dios a través de la oración. También supone una responsabilidad humana, que requiere ponerse en el lugar del otro mediante la escucha, la atención, la paciencia, la confianza y el entusiasmo. Pero todo ello con la confianza de quien se sabe acompañado por Dios en su camino, quien está tranquilo porque simplemente cumple la voluntad de Dios con su trabajo. Surgirán problemas y quizá fracasos, pero no se desanima porque sabe que Dios hará fructificar su esfuerzo en su momento y a su manera.

Podríamos definir a los pilotos como miembros de ENSJ que irán enseñando a un equipo de nueva formación lo que significa pertenecer a nuestro Movimiento. Su labor es por tanto fundamental. Normalmente será una pareja la que acompañe al nuevo equipo durante un periodo de tiempo, formando parte activa en su vida, ya que será en ese día a día cuando surjan numerosos interrogantes. Los pilotos, además, deberán tratar de que se produzca una integración lo más satisfactoria posible dentro del equipo. Deberán estar

pendientes de los pequeños problemas que podrán surgir y estar especialmente disponibles de cara al equipo.

Los pilotos irán perdiendo paulatinamente el protagonismo inicial a medida que lo gana el resto del equipo.

La vida de un nuevo equipo es algo tan importante que no puede dejarse a la mera improvisación. Todo lo contrario, se necesita a alguien que enseñe, coordine y conduzca sus primeros pasos. La misión de los pilotos se lleva a cabo con:

El equipo, porque ha elegido enseñar, desde la humildad y el servicio, que el objetivo de un equipo es estar unidos en un clima de oración, de trabajo, de ayuda mutua, de disponibilidad y en definitiva, de amor y entrega entre los miembros del equipo. Es así como conseguiremos que Dios esté presente en nuestras reuniones y en la vida del equipo.

El Movimiento, porque ha de saber transmitir su espiritualidad y hacer sentirse al nuevo equipo como parte auténtica y necesaria de ENSJ. El piloto acoge al equipo dentro del Movimiento y lo orienta hacia la vida de los otros equipos, evitando que cada uno sea núcleo aislado y “vaya por libre”, pues el sentido de comunidad va más allá de nuestro pequeño grupo.

1.1. Las funciones de los Pilotos

A continuación mencionaremos brevemente cuáles son las principales funciones de los pilotos. Más adelante, cuando nos pongamos manos a la obra, iremos repasando algunas de ellas con mayor profundidad.

- Transmitir el espíritu de los ENSJ. Los equipos son una respuesta a la problemática de los jóvenes cristianos en la sociedad actual. Somos un movimiento seglar, de y para jóvenes, con una identidad propia dentro de la Iglesia y puestos bajo la protección de María, como modelo de disponibilidad.
- Dar a conocer el Documento Base de los ENSJ. En él se recogen los pilares fundamentales de los Equipos de Nuestra Señora de Jóvenes, que todos sus miembros deben conocer: quiénes somos, qué pretendemos, cómo nos reunimos, qué métodos utilizamos, cómo nos organizamos y cómo nos financiamos. Este será el primer contacto con la vida del Movimiento y es importante que todas las dudas sobre este documento queden resueltas.
- Explicar las partes de la reunión. El piloto explicará la estructura de la reunión seria y transmitirá el significado de cada una de las partes: acogida, puesta en común, participación, tema de estudio, oración y compromiso, según se recoge en nuestro Documento Base.
- Enseñar al Equipo a reunirse. Una reunión es algo más que una tarde con amigos, ya que nos reunimos en nombre del Señor. Los miembros del equipo no se eligen entre sí, por lo que son necesarios el respeto y la comprensión entre los miembros. Nos une algo más que las afinidades políticas, religiosas o personales, y las diferencias de esta índole no deben suponer un problema para la buena marcha de las reuniones.
- Ser el pilar del equipo en los primeros momentos. Es misión de los pilotos formar un grupo unido y

cohesionado y crear en los miembros la conciencia de pertenecer a él. A partir de ahí irá creciendo el clima de amistad y confianza que nos caracteriza. Es igualmente importante favorecer la buena integración de todos los miembros, que cada persona llegue a sentirse aceptada, respetada, escuchada y apoyada. Las personas más reservadas, tímidas o inseguras del equipo requieren una especial atención de los pilotos en este caso.

- Ayudar al nuevo responsable elegido por el equipo a asumir progresivamente sus funciones de coordinación, motivación y animación. Es muy importante que en este primer año la elección recaiga en la persona más idónea para asumir esta responsabilidad; los pilotos deben orientar, pero nunca forzar esta elección. Recomendamos elegir responsable en los primeros meses de vida del equipo, para que pueda ir aprendiendo su papel con la tutela de los pilotos.
- Prestar una especial atención a los consiliarios. Es importante valorar su tiempo y esfuerzo, hacerlos cómplices, que se sientan implicados en todo. El consiliario es, a todos los efectos, un miembro más, que se compromete y participa en la vida del equipo como los demás. Es responsabilidad del piloto dar a entender a todos los miembros del equipo, jóvenes y consiliarios, cuál será el papel que jueguen dentro del equipo. Según el Documento Base su presencia en el equipo "sirve para contrastar nuestros pensamientos, nuestra forma de vida, nuestros planteamientos y nuestros problemas, y son un punto de referencia en nuestra vida". Los consiliarios

ofrecerán su experiencia de vida y de oración y aportarán estabilidad y solidez al equipo.

- Orientar y comprometer la vida del equipo con la del Movimiento. Como ya hemos comentado, el piloto acoge al equipo dentro del Movimiento y fomenta su asistencia a los diferentes actos comunes, encuentros, ejercicios espirituales, ... que organizan los ENSJ. En estos momentos los nuevos miembros empezarán a conocer y a querer lo que es ENSJ. Esta función es además fundamental para la buena salud del Movimiento a medio plazo: ENSJ es un gran grupo de jóvenes dirigido por jóvenes, y serán miembros de los diferentes equipos que ahora empiezan los que, con los años, se van a involucrar más en el Movimiento y van a asumir diversas responsabilidades, en un acto de generosidad y servicio. La participación, dentro del PPV, es el rincón ideal para hacerles sentir los equipos como algo propio, algo que nos da muchísimo, que nos ayuda a crecer cada día más, pero que también hay que alimentar y cuidar.
- Mantener reuniones con los responsables de pilotaje. Este contacto periódico servirá para compartir las dificultades que cada piloto se encuentra en su tarea, ayudar a resolverlas y compartir un criterio común en la tarea de pilotaje.
- Saber retirarse a tiempo. La colaboración de los pilotos con el nuevo equipo es solo temporal, y así debe quedar claro desde un principio. Los pilotos deben preparar al equipo para funcionar autónomamente después del periodo de pilotaje y prepararse ellos mismos para dejarlo en el

momento oportuno. Como es natural, la relación de amistad que se ha gestado durante el pilotaje se va a mantener y los pilotos seguirán estando disponibles para dar su consejo, como dos buenos amigos del equipo.

1.2. Recetas para el pilotaje

A continuación vamos a recoger algunas notas que os ayudarán a evitar algunos problemas y a realizar vuestra labor de forma más sencilla, eficaz y gratificante.

Entrar a formar parte de un equipo es una elección totalmente libre. De esa libertad se deriva la responsabilidad de asistir a todas las reuniones que el equipo celebre. Este punto es más importante aún en el pilotaje, ya que en este periodo se están produciendo los aprendizajes necesarios para conocer el Movimiento y para usar las "herramientas" que los equipos nos ofrecen: PPV, tema de estudio... También se están poniendo las bases de lo que será el equipo en un futuro. Los pilotos deben dejar claro este aspecto a los miembros del nuevo equipo: la puerta está abierta para entrar o salir, pero si nos quedamos dentro, debemos ser consecuentes y asumir todas las responsabilidades que ello implica: asistir a las reuniones, también prepararse los temas, colaborar en los actos comunes, pagar las cuotas, etc.

Al principio, hasta que los miembros se conozcan, tengan un mayor grado de confianza y el equipo "marche solo", le corresponderá a los pilotos llevar la iniciativa en el día a día, por ejemplo, para preparar cada reunión, para ponerla en marcha, para facilitar el contacto con otros equipos en los actos comunes, encuentros, ejercicios espirituales, etc.

Es una gran responsabilidad de los pilotos el prepararse la reunión, con la lectura del tema, su reflexión y la ayuda de este manual, para que las reuniones sean fructíferas. Igualmente importante será cuidar las actitudes y la manera de relacionarse con los miembros del nuevo equipo, tanto en el periodo de pilotaje como después, incluso ya que los pilotos son un modelo del que el resto del equipo va a aprender. Pensad que con el paso del tiempo quizás olviden muchas cosas, pero siempre recordarán la acogida, el trato, la confianza y los detalles que sus pilotos tuvieron con ellos.

A los pilotos, como ya hemos comentado anteriormente, les corresponde la responsabilidad de la marcha del grupo. Esto implica:

- Insistir en la confidencialidad de todo lo que diga en el transcurso de una reunión; el "secreto de equipo" es imprescindible para mantener un clima de intimidad y confianza en el equipo.
- Saber regular el ritmo de la reunión para no avanzar demasiado deprisa y abrumar a algunos, ni demasiado despacio y aburrir a otros. El piloto debe ser realista y tener siempre como punto de referencia la vida normal de un joven.
- Informar con claridad y lo más sencillamente posible. Repetir cuantas veces sea necesario.
- Asegurarse de que todos los miembros del equipo hayan asimilado las diferentes partes de la reunión, que se 9 trabajarán con profundidad en las primeras reuniones serias. Esta responsabilidad del piloto es aún mayor si algún miembro del equipo no asiste a una de estas reuniones.

- Vigilar el trabajo de las reuniones y evitar discusiones inútiles, así como las divagaciones o el que alguno domine la reunión.
- Mantener el clima de oración en las reuniones serias. No debemos olvidar que Dios está entre nosotros.
- Ayudar a cada miembro del equipo, especialmente a los que se ven más solos o con más dificultades para abrirse al resto.
- Enseñarles a saber evaluar la vida del grupo: capacitarles para que sean conscientes de sus avances, estancamientos o retrocesos, fomentando una mirada positiva, crítica y constructiva.

Las intervenciones de los pilotos deben ser siempre testimoniales, y no una lección moral al resto del equipo. Es importante que el espíritu y la dinámica del Movimiento queden claros, y para eso los pilotos tendrán que hablar y convencer, pero es igual de importante la actitud abierta, de escucha ante lo que dicen los jóvenes y la valoración de las opiniones que expresen. Escuchar a los miembros del equipo es fundamental para conocerlos, saber adaptarse a ellos, y fomentar que los jóvenes se abran, descubriendo y compartiendo así su propia espiritualidad. Además, ¡nos van a enseñar mucho más de lo que esperamos!

Las reuniones deben influir en la vida del mes. Si hemos elegido el camino de la conversión y no queremos que las reuniones se conviertan en algo casi anecdótico, es necesario llevar a la práctica lo que hemos aprendido y sentido en cada reunión. No es necesario hacerlo todo de golpe, pero sí empezar a exigirse un poco más cada mes.

Carta de bienvenida

Querido amigo:

Si estás leyendo estas líneas, entonces... bienvenido y enhorabuena, porque has dado uno de los primeros pasos para integrarte en ENSJ, un movimiento católico con intención de llevar a la práctica el mensaje de Jesús.

En este libro está lo que necesitaréis en el primer año de la vida de vuestro equipo. Es muy fácil, con su ayuda deberéis preparar las reuniones de cada mes; está separado por reuniones y éstas, por las cuatro partes que la forman... pero ya lo aprenderemos poco a poco.

Se trata de que, junto con los pilotos y con la ayuda de este cuadernillo, conozcáis la dinámica de los equipos. También proponemos algunos temas para las primeras reuniones una vez conocido el funcionamiento de las mismas. Luego vosotros empezareis a andar solos; cada equipo es diferente, y escoge diferentes caminos en sus temas de estudio, sus compromisos con los demás... Pero todo ello sin olvidar que todos somos Equipos de Nuestra Señora de Jóvenes, y pertenecemos al mismo Movimiento, que debemos sostener y mimar.

Ahora ya estáis en camino, solo nos queda animaros a que trabajéis y "le pongáis ilusión", porque los ENSJ es algo que poco a poco a muchos nos ha cambiado la forma de ver la vida, y nunca olvidéis que contamos con la ayuda inestimable de María.

El Secretariado Nacional.

1. Los Equipos de Nuestra Señora

Nota para los pilotos:

En esta primera reunión se persiguen tres objetivos claros:

- *Crear entre ellos ambiente o clima de grupo, amistad, alegría, ilusión por comenzar y darse a conocer a todos, presentándose a los demás; ya desde el principio hay que inculcarles el espíritu de sinceridad y confianza. Para guiar esta presentación os proponemos el cuestionario que se recoge en el cuadernillo.*
- *Explicar la dinámica de las reuniones serias: para ello aclararemos brevemente cuáles son las cuatro partes de la reunión, pues ya iremos profundizando en ellas a lo largo del pilotaje. Es importante que quede claro que estas cuatro partes van a estar presentes en todas las reuniones, para que vayan asimilando desde el primer momento la dinámica de las mismas.*
- *También debemos dejar claro que las reuniones hay que PREPARARLAS antes, leyéndose el tema, revisando el PPV, y teniendo pensada la puesta en común. Para hacerlo posible tendremos que darles todo el material de ENSJ: cuadernillo de pilotaje, Documento Base y Carta Internacional. El PPV se lo daremos antes de tratarlo como tema (cuarta reunión).*

Esta reunión es fundamental para que la vida del equipo se inicie con las ideas claras. No deben quedar dudas sobre el funcionamiento de las reuniones ni sobre el fin que un equipo persigue, todo el tiempo que tenga que pasar para que así sea será poco (incluso en dos reuniones). Deben quedar también claras las partes de la reunión; en

este caso el PPV aún no lo hemos trabajado, pero haremos referencia a él en el momento oportuno para que la estructura de la reunión no se rompa. La puesta en común la haremos de uno en uno, siendo nosotros los primeros en empezar para que ellos se guíen por nuestra exposición.

1.1. Oración

Mi equipo

Señor, he comprendido que solo no se va a ninguna parte,
y Tú me has ofrecido vivir en equipo.

Haz que todos acepten mi paso al caminar,
pero haz también que yo acepte con paciencia
el paso de los otros.

Hazme lo suficientemente sencillo
para dar a todos la ocasión de ayudarme,
y lo suficientemente abierto
para que ellos encuentren en mí una buena ayuda.

Llénanos de tu espíritu, a fin de que,
en las cosas de cada día,
descubramos tu llamada en un compromiso que nos haga libres.

Haznos acogedores de tu palabra,
haz que nos queramos los unos a los otros hasta el fin.

Y cuando el equipo no marche bien,
haz que nos preguntemos ante todo
qué estamos haciendo.

En fin, Señor, ayúdanos a descubrir
el único motivo, fuerte y duradero
que puede unirnos:

Tu presencia entre nosotros.

1.2. Puesta en común

1.3. Plan Personal de Vida

(Preparar en casa antes de la reunión)

Es importante que empecemos compartiendo un poco de nuestra vida con los demás miembros del equipo, y así vayamos conociéndonos. Para ello nos ayudaremos de una carta que vamos a escribir sobre nosotros. Cada uno escribirá su carta, para lo cual os pueden servir de ayuda los siguientes puntos:

- Comienza con algunos datos geográficos: lugar de nacimiento, número de hermanos, puesto que ocupas entre ellos...
- ¿Cuál es el recuerdo más antiguo que guardas en tu memoria, sin que te lo hayan dicho otros?
- Los momentos más felices y los mayores disgustos que has tenido.
- Defínete a ti mismo: por ejemplo, di tres cualidades, tres defectos, habla de tus aficiones...
- Cómo es tu relación con las personas: ¿Eres tímido, espontáneo, abierto, comunicativo, reservado...? Con tus padres y hermanos, ¿te llevas bien? ¿Tienes confianza con ellos? Con tus amigos, ¿tienes muchos? ¿Te cuesta hacer amigos? ¿Eres buen compañero? ¿Qué es para ti un amigo?
- Libertad: ¿Qué es para ti la libertad? ¿Te sientes libre? En caso negativo, ¿qué te impide ser libre?
- Sinceridad: ¿Eres sincero, o solo en ocasiones? ¿Te hace mentir el miedo o el lograr un provecho personal?

- Responsabilidad: ¿Te exiges a ti mismo tus propios deberes o han de recordártelo otros? ¿Eres vago, soñador, trabajador? ¿Dejas las cosas a medio hacer o las terminas bien? ¿Tratas de prepararte para el futuro o aún te preocupa poco?
- Religiosidad: ¿es superficial o profunda? ¿Quién es Dios para ti? ¿Influye en tu vida? ¿Dedicas algún tiempo a la oración, lectura del evangelio, participación en la eucaristía...?
- ¿Qué personajes históricos o actuales admiras más? ¿Por qué?
- ¿Qué tienes pensado sobre tu futuro? ¿Qué profesión te gustaría estudiar o estás estudiando? ¿Soltero casado? ¿Dónde te gustaría ejercer tu profesión? ¿Has pensado la posibilidad de dedicar tu vida a servir a otras personas más necesitadas?
- Escribe algunas ideas tuyas que te parezcan más fundamentales sobre: el hombre, la política, la vida, la violencia, la injusticia...
- ¿Cuáles son los interrogantes que más te preocupan actualmente y a los que más te gustaría encontrar respuesta?

El equipo celebrará dos reuniones al mes, una será "de amistad" y otra "seria" o "de trabajo". La de amistad, como veremos, no está definida de modo alguno, podemos hacer lo que el equipo quiera. La de trabajo, en cambio, tendrá cuatro partes diferenciadas que se deben repasar en todas las reuniones; para ir familiarizándonos con ellas vamos a enumerarlas y resumir un poco su función sin profundizar mucho, pues las iremos explicando en reuniones sucesivas. Las partes son:

- **Oración:** En todas las reuniones tendremos un rato de oración, ¿cómo podemos mantener o iniciar una amistad con alguien

si no hablamos con Él? Veremos que la oración no es solo para “místicos” y poco a poco iremos creciendo en nuestra relación con Jesús.

- **Puesta en común:** Exponer al resto del equipo circunstancias o hechos que nos han ocurrido entre reunión y reunión y que queremos compartir con el resto del equipo; es poner en común lo que nos ha pasado desde la última reunión.
- **Plan Personal de Vida:** Para ser arquitecto hay que estudiar, para ser agricultor hay que saber cultivar... ¿Y para ser un buen cristiano? Decir que somos cristianos no hará que realmente lo seamos, sino que tenemos que ser cristianos en nuestra vida, todos los días. El Plan personal de vida nos ayudará a conseguir ser buenos cristianos en el día a día; en casa, con los amigos, en el trabajo...
- **Tema:** En las reuniones estudiaremos temas que discutiremos, y que nos ayudaran a enriquecernos y a conocer un poco mejor el mensaje de Jesús.

1.4. Tema

Documento Base. ¿Qué es un equipo?

Los Equipos de Nuestra Señora de Jóvenes (E.N.S.J) surgen en Francia en 1976, como consecuencia de la inquietud de algunos jóvenes, hijos de matrimonios del movimiento de E.N.S.

A España llegan de la mano de unos jóvenes, hijos de matrimonios de equipos, que asistieron a un encuentro internacional de ENS y trajeron un proyecto de Documento Base que se tradujo al español. Estos jóvenes entusiasmados consiguen que poco a poco los equipos de jóvenes se extiendan por España, y en el curso 82-83 se consolida

como movimiento a nivel nacional. En 1986, el Equipo de Animación Internacional (equipo formado por el Secretariado Internacional y los Responsables Nacionales de ENSJ en cada país que coordina el movimiento en los diferentes países) invita a jóvenes españoles a acudir a París, ofreciéndoles la posibilidad de organizar un Encuentro Internacional en España... ¡Ya somos Movimiento Internacional!

Elementos de un equipo:

Un grupo de jóvenes que quieren crecer en la Fe, acercarse más a Jesús y a su mensaje. De igual manera que maduran como personas, quieren madurar como cristianos. Para conseguir un clima de confianza y fraternidad en el equipo, debemos considerar confidencial e íntimo todo lo que cada miembro cuente en las reuniones sobre su propia vida o inquietudes.

- **Jóvenes:** Son alrededor de 10 jóvenes que dan un paso adelante en su vida cristiana y deciden vivir la fe en comunidad, como los primeros cristianos, para crecer personal y espiritualmente.
- **Responsable de equipo:** Es elegido entre uno de los jóvenes del equipo. Durante su periodo de responsabilidad, de un año aproximadamente, cumplirá varias funciones:
 - En su equipo: Vigilar la marcha del equipo, que se convoquen las reuniones con la frecuencia adecuada, que se preparen bien las reuniones, que se hagan todas las partes de la reunión... Recoger las cuotas (a partir del segundo año todos aportamos una cantidad anualmente, ya que somos un movimiento autofinanciado) y secretaría: recoger teléfonos,

direcciones, establecer turnos para lo que sea necesario...

- En el movimiento: Asistir a las reuniones de responsables de equipo con el Secretariado Local, comentando las inquietudes que el equipo le haya hecho saber, y transmitir a su equipo lo que se diga en ellas. Promover la participación de su equipo en el movimiento: que el equipo acuda a actos comunes, que haga suyos los objetivos que marque el movimiento, participación en el boletín ENSJ...
- **Pilotos:** Son los que nos irán introduciendo en lo que significa ser de ENSJ Su labor es por tanto fundamental. Normalmente serán dos y acompañarán al equipo nuevo, tomando parte activa en él, puesto que será entonces cuando surjan gran cantidad de interrogantes. Los pilotos además deberán tratar de que se produzca una integración lo más satisfactoria posible dentro del equipo. Deberán estar pendiente de los pequeños problemas que puedan surgir y estar especialmente disponibles para lo que el equipo necesite. Los pilotos irán perdiendo su protagonismo, a medida que lo gana el resto del equipo. En las primeras reuniones deberán ser los que acojan y, en cierto modo, moderen las reuniones.
- **Matrimonio consiliario:** Suele ser un matrimonio de los E.N.S. Su función principal es participar en la vida del equipo como un miembro más. No debe caer en ser el que tenga la última palabra y soluciones para todo. Tiene un papel fundamental por ser una referencia diferente para los jóvenes, al igual que éstos lo son para ellos.

- **Sacerdote consiliario:** En los casos en los que sea posible, el Equipo constará de un sacerdote o religioso consiliario. Este, al igual que el matrimonio, será un miembro más del equipo, que aportará su visión desde una perspectiva diferente e interesante, pero en ningún caso será la "autoridad" ni tendrá la última palabra ni dictará "doctrina".

El equipo tiene que tener dos reuniones al mes; una de "amistad" y otra "seria" o de "trabajo".

La reunión de **amistad** es la reunión más "espontánea" de las dos, se trata de tener un rato agradable como amigos, precisamente para crecer en nuestra amistad. Podemos hacer cualquier actividad: ir a la playa, quedar para tomar algo, reunirnos en una casa, ir a la bolera... lo que el equipo decida, siempre que no se pierda de vista que se trata de que el equipo se conozca mejor (¡ir al cine o ver la tele no vale! Bueno, si después hay cinefórum sí...).

La reunión **seria** es el momento fuerte de la vida del equipo. Es en ella donde vamos a ir creciendo como cristianos y donde el equipo, en un clima de libertad, sinceridad y confianza, va a ir comprometiéndose con el proyecto de Jesús. La reunión tiene cuatro pilares básicos que ya conocemos: Puesta en Común, Oración, Plan Personal de Vida, y Tema de Estudio. Todas ellas son igual de importantes y no debe faltar ninguna en las reuniones de trabajo.

En definitiva, ¿qué debe ser un equipo? El objetivo de un equipo, y que poco a poco iremos consiguiendo (no es de un día para otro), es estar unidos en un clima de oración, de trabajo, de ayuda mutua, de disponibilidad y en definitiva de amor y entrega entre los miembros del equipo. Es así como conseguiremos que Dios esté

presente en nuestras reuniones y en la vida del equipo. Para ello, todos debemos poner nuestro granito de arena e ir derribando barreras poco a poco (timidez, pereza...). Que el objetivo se vaya cumpliendo en mayor o menor medida está en manos del mismo equipo.

2. El PPV: Plan Personal de Vida

Con el PPV, que vamos a desgranar en esta reunión, queremos conseguir pararnos y tomar conciencia de lo que somos y de las circunstancias concretas que nos rodean, para que después, introduciendo a Dios en nuestra vida, podamos ir moldeándola con su ayuda. Para esta reunión, el equipo ha debido estudiar el documento PPV y el tema. Debemos tranquilizarlos si no entienden bien el documento. Más adelante, al ponerlo en práctica, podrán entenderlo mejor. Mientras tanto, pueden ayudarse del resumen que recogemos a continuación, que resulta más sencillo y breve.

Importante: EL PPV solo cumple su función si se es sincero con uno mismo. Estamos en las primeras reuniones y quizás hay personas que todavía no tienen la suficiente confianza para compartir cosas que les avergüenzan o de las que no se sienten orgullosos; tenemos que conseguir que todos elaboren el PPV lo más sincero, reflexionado y completo posible, aunque luego no quieran ponerlo en su totalidad en común (ya lo irán haciendo más adelante). Por último, debemos tener presente que el equipo debe ser una comunidad de ayuda mutua y de confianza, en el que todos nos abramos al resto para que este cumpla su fin: acoger a Dios entre nosotros.

2.1. Oración

Deberá prepararla algún miembro del Equipo. Puede empezarse con alguna oración famosa, puede escribirse alguna oración expresamente para la reunión, puede ponerse música tranquila de fondo, puede meditar la letra de alguna canción cristiana...

2.2. Puesta en Común

Esta es la primera parte de la reunión. Hace tiempo que no nos vemos, así que contaremos al resto del equipo las circunstancias o hechos que nos han ocurrido desde la última vez que nos vimos y que queremos compartir con el equipo. Tenemos que tomar conciencia de que amar no es solo conocer y tratar al otro sino tomar sus cargas como nuestras y compartirlas. Se trata, un poco, de hacer del equipo las vidas de cada uno de sus componentes.

2.3. Plan Personal de Vida

Vamos a estudiarlo a continuación en el tema de estudio, para poder hacerlo e ir revisándolo en las próximas reuniones. Así ya podremos desarrollar todas las partes de la reunión.

2.4. Tema

Desde ENSJ te ofrecemos una herramienta: el Plan Personal de Vida. Es como un camino para alcanzar la meta, es el plan que una persona se traza a fin de conseguir el objetivo de vivir como verdaderos cristianos. Este proyecto da coherencia a la vida de la persona en sus diferentes facetas y marca un determinado estilo de obrar, en las relaciones, en el modo de ver la vida... Es una forma, entre otras muchas, de convertirse día a día.

Para elaborar mi proyecto personal, mi PPV, he de partir de mi propia realidad, caer en la cuenta de cuál es mi situación personal; algo así como una "autorradiografía":

- ¿Cómo soy? Rasgos típicos de mi temperamento, cualidades, defectos, dificultades con las que me encuentro en la vida diaria...

- ¿Dónde estoy? ¿En qué ambiente me muevo?
- ¿Con qué vivo? Estilo de vida...
- ¿Sobre qué valores asiento mi vida? ¿Qué intereses me mueven, me impulsan a obrar? Dinero, comodidad, placer, aventura, deporte, amistad, deseo de dominar, deseo de agradar, afán de servir, prestigio, determinada ideología, búsqueda de la verdad, libertad...
- ¿A dónde quiero llegar?
- ¿Qué tipo de persona y de cristiano soy?

El PPV nos ayudará, partiendo de la realidad que somos, a contar con Dios en nuestras vidas de una forma real, concreta y sincera. ¿Y cómo puede entrar Dios en mi vida? Dios lo único que quiere es que nos amemos unos a otros, de la misma forma en que Él nos ama. Esto sólo se materializa cuando tratamos de ser mejores personas, cuando se nota que somos cristianos en nuestra sonrisa, en nuestras ganas de luchar, en nuestra generosidad, en nuestra sencillez... El PPV, con una serie de pequeños pasos, nos ayudará a hacer realidad todo eso. ¿Cómo planteamos este Plan Personal de Vida en los Equipos? El PPV consta de cuatro partes:

2.4.1. Oración

Dedicamos cada día un tiempo a la oración personal. En los Equipos de Nuestra Señora damos mucha importancia a la oración personal, ya que:

- Nos ayuda a ser hombres de fe, a mantener vivo el "yo creo en Ti"

- Nos ayuda a ser hombres de misión, solidarios con los demás, fortalece nuestros compromisos, serena nuestro espíritu, ilumina nuestra vida.

Es un tiempo para que Él sea lo que quiera en nosotros y para saber qué quiere Él que seamos nosotros. La oración hace crecer nuestra fe, ilumina nuestro camino, nos ayuda a ser mejores cristianos, mejores personas.

En nuestro PPV debemos establecer un tiempo concreto y exclusivo para la oración. Es bueno dedicarle algún tiempo en especial. Debemos escoger un momento en que sepamos que no nos van a molestar y un sitio tranquilo. Queremos dedicarle un momento especial sólo a Dios, y aunque a veces nos distraigamos y pensemos en otra cosa, no importa. Por ejemplo, podemos dedicar 15 minutos a las 12 todos los días, o empezar con menos, eso depende de cada uno (independientemente de exámenes, vacaciones, etc...) ¡Ah!, y no valen los cinco minutos antes de quedarnos dormidos...

Toda oración es a la vez personal y comunitaria. Cuando estoy solo y pido a Dios por los demás, me siento cerca de ellos; cuando rezamos juntos, estoy interiormente en relación con Dios. Por eso, además de nuestro rato diario, en cada reunión permanecemos un tiempo en oración con el resto del equipo.

2.4.2. Personalización

Significa "hacerse persona". Consiste en poner nuestro esfuerzo en un punto concreto que debemos mejorar de nuestra forma de comportarnos, teniendo a Jesús como modelo. Éste es un trabajo que dura toda la vida pero que debe iniciarse cuanto antes. Es un esfuerzo para ser de verdad nosotros mismos, porque cuanto más "nosotros"

seamos, más felices nos sentiremos, y al fin y al cabo eso es lo que quiere Dios, que seamos felices.

Lo primero para ser uno mismo será conocernos, mirarnos por dentro y aceptar lo que hay, es decir, querernos. Después podremos empezar a mejorar. Tenemos que intentar detectar los puntos más claros de carencia de cada uno, preguntarnos por qué y ponernos un objetivo concreto para mejorar eso que sabemos que no va del todo bien.

Estos objetivos deben ser revisados en el equipo y a medida que los superemos podremos establecer nuevos puntos de esfuerzo, no se trata de arreglarlo todo el primer día.

Parece un trabajo muy difícil, pero no olvidemos que no estamos solos, tenemos dos ayudas enormes: la oración y el resto del equipo.

2.4.3. Misión

El encuentro con Dios en la oración y el trabajo de la personalización que nos hace ser cada día mejores, nos llevan por sí mismos al compromiso con los hermanos; ser nosotros mismos nos abrirá a los demás. Es así como cobra sentido la misión.

Debemos vivir este servicio, este darse a los demás y propagar la fe en Jesucristo en dos escenarios: la familia y la sociedad:

- En casa: Lo primero, igual que ocurre con nosotros mismos, es aceptar a nuestra familia tal y como es, queriendo a cada uno de sus miembros. También hemos de dedicarle parte de nuestro tiempo y no vivir "por fuera", egoístamente; nuestra casa no es una pensión ni un hotel. Y debemos ir todavía más allá, el PPV te pide un compromiso concreto en tu casa,

cumpliendo con aquello que se plantea como deber de cada miembro, estando especialmente atento a las necesidades de cada uno, mediando en las discusiones, siendo generoso y tolerante...

- En la sociedad hay que ir comprometiéndose poco a poco. Los Equipos de Nuestra Señora como tales no asumen una tarea específica, pero cada miembro vive en estado de misión permanente. Nuestro compromiso debe manifestarse en: la realidad cotidiana de cada uno: trabajo, estudios... "brillando como cristianos". Las obras asistenciales: Cruz Roja, Cáritas... etc., o dando de comer una vez a la semana en un comedor de pobres. Las actividades pastorales: catequesis, ayudando en misa, en las actividades de la parroquia...

2.4.4. Participación en la vida de los Equipos

Participar significa sentirse dentro de algo más que un equipo aislado, es ser algo más que unos buenos chicos que se reúnen y rezan, es llegar a transmitir con nuestras vidas el mensaje de Jesús. Y es tan importante porque en cualquier ocasión en que se reúnan los equipos se celebra un encuentro: un encuentro con Dios; por la oración, por su presencia en el corazón de cada uno y porque cada vez que nos reunamos en su nombre, Él, su amor, estará en medio de nosotros. Y será también un encuentro sencillo de amistad, de familia.

En concreto, la participación en la vida de los Equipos consiste en el compromiso dentro del movimiento:

- Participando activamente en las reuniones. No se puede asistir a una reunión con actitud pasiva, esperando sólo recibir, porque si uno no se abre no podrá dar ni recibir de los demás.

- Pagando las cuotas.
- Participando en los actos comunes del movimiento: actos locales, encuentros nacionales, encuentros internacionales...
- Colaborando más activamente y personalmente en lo que necesite ENSJ, sintiéndote Iglesia, ayudando a dar a conocer a los demás lo que un día alguien te enseñó a ti.

¿Cómo voy a evaluar este proyecto? Éste PPV debe ser revisado en cada reunión seria; no tiene que ser compartido en su totalidad, pero se pretende que a medida que la vida del equipo avanza, yo sea capaz de poner en común más aspectos de mi PPV.

Un ejemplo práctico

Para verlo un poco más claro, veamos algunos ejemplos de objetivos que nos podemos plantear en cada una de las partes de nuestro PPV:

- Oración: Leer el evangelio del día al levantarme e intentar tenerlo presente en las cosas que haga ese día. Buscar un libro sobre cómo hacer oración y dedicarle un tiempo a la semana o al día...
- Personalización: Intentar no discutir con mi padre (si soy el que más lo hace). Tratar de estudiar dos horas al día (porque me va mal en eso). Procurar corregir mi genio (porque digo cosas de las que después me arrepiento)...
- Misión: Guardar algo de mi paga para alguna asociación o persona lo necesita. Hacer compañía a mi abuelo que sé que pasa mucho tiempo solo. Ayudar en casa con la cocina, las lavadoras o la plancha. Participar en voluntariados...

- **Participación:** Ayudar a organizar los actos comunes. Desarrollar alguna responsabilidad en el movimiento (ser un buen responsable de equipo, por ejemplo). Comprometerme con la difusión del movimiento a medida que me doy cuenta de todo lo que me aporta, para que otros también puedan disfrutarlo...

Nota: Esto que acabas de leer es un resumen del documento sobre el PPV, que todo equipista debe tener y conocer, llevarlo a su vida y ponerlo en práctica. Vivimos en camino y andar este camino es muy difícil si no tenemos el apoyo y la ayuda de unos amigos, tu equipo, y de una guía. Creemos que para este trabajo el PPV es un buen instrumento.

3. La oración

Después de conocer un poco mejor el Movimiento y el funcionamiento de un equipo, trataremos uno de los pilares básicos de un movimiento de espiritualidad como son los ENSJ. En esta reunión debemos reflexionar sobre la importancia que concedemos a nuestra vida espiritual en general y a la oración en particular.

Debemos insistir en la idea de la oración como un camino a recorrer, algo en evolución que, con constancia, iremos mejorando y normalizando en nuestra vida. No hay que agobiarse por los resultados, solo tener las manos abiertas ante el amor de Dios. Para vivir una vida cristiana, para encarnar la palabra de Dios en el mundo, debemos llenarnos de ella previamente. Y para eso es necesaria la oración.

Tiene que quedar claro que rezar (como siempre lo hemos hecho) es diferente a orar. En el rezo solo oramos con palabras, mientras que la oración debe ser una actitud de toda nuestra persona, haciendo nuestra la oración para que Dios nos pueda empapar con su Espíritu.

Por otro lado, ya hemos visto que el PPV es un pilar fundamental de las reuniones de equipo y de la vida de los miembros de ENSJ. Además, es un elemento característico de nuestro Movimiento; por todo ello, es muy importante que todos los miembros del equipo sepan elaborarlo correctamente.

En las sucesivas reuniones, repasaremos los puntos más importantes de nuestro PPV, los avances que hemos realizado y las dificultades encontradas, así como los compromisos concretos que hemos adquirido en cada mes.

3.1. Oración

Señor, danos la sabiduría que juzga desde arriba
y ve a lo lejos.

Danos el espíritu que omite lo insignificante
a favor de lo esencial.

Enséñanos a serenarnos frente a la lucha y los obstáculos,
y a proseguir en la fe, el camino por Ti trazado.

Danos una actividad serena
que abarque con una visión unitaria la totalidad.

Ayúdanos a aceptar la crítica y la contradicción.

Haz que sepamos evitar el desorden y la dispersión,
que amemos todas las cosas juntamente contigo.

Que como Tú, seamos sensibles, misericordiosos,
sinceros y veraces.

Tus predilectos, los pobres,
sean nuestros predilectos; tus objetivos, nuestros objetivos.

Que todos los que nos vean te vean a Ti.

Enséñanos a ser generosos, a dar sin calcular,
a devolver bien por mal, a servir sin esperar recompensa,
a amar siempre gratuitamente.

Ayúdanos a creer profundamente,
que a pesar del cansancio de nuestros días,

el futuro está en tus manos
y con tu resurrección

nos garantizaste un mañana siempre creativo y nuevo.

3.2. Puesta en Común

Ya sabéis, comentamos cómo nos ha ido desde la última vez que nos vimos.

3.3. Plan Personal de Vida

En la anterior reunión repasamos qué es y cómo se plantea un Plan Personal de Vida. Durante este mes has tenido tiempo para reflexionar, plantearte tu situación actual, tus metas, tus dificultades, tus cualidades, y escribir al fin tu propio Plan Personal de Vida, personal e intransferible. No pienses en los demás al hacerlo, ya que sólo compartirás de él lo que tú desees. Lo más importante es que te sirva a ti.

3.4. Tema

La oración debe ser un pilar fundamental en nuestra vida, hasta el punto de que no hay vida cristiana sin oración. La oración es el lugar privilegiado donde Dios y nosotros mismos, con todo lo que somos, nos encontramos, nos dejamos amar y amamos. Sin embargo, nos es difícil orar viviendo verdaderos encuentros con Él. El ruido de nuestra vida cotidiana, el querer encontrar a Dios donde nosotros queremos, y no donde verdaderamente está, las ideas erróneas sobre la oración que nos hemos ido formando... Todo eso hace que convirtamos la oración en una mera repetición de palabras, perdiendo todo lo personal y sincero que posee.

Lo que no es orar

Orar no es hablar, ni pensar; es dejarse amar y amar. Realmente no se puede enseñar a orar, siempre serás tú el que ore, con tu voz, con tu corazón. Todas las oraciones son relativas porque se trata de

nuestra relación personal con Dios, y ya sabemos que cada relación es diferente y única.

Aquí tenéis ejemplos de cómo rezan los niños:

- “Por favor, que engorden los subnormales, y los albañiles, y todos”.
- “Y te pido otra vez que mi compañero no me toque la espalda, que la tengo quemada. Ya te lo pedí otra vez. Y con ésta son dos. Pero él sigue tocando”.

Es indudable que cada uno reza según la imagen que tiene de Dios, ya lo dice el refrán: “dime cómo rezas y te diré cómo es tu Dios”. El Dios de estas oraciones es el Dios paternalista, el Dios supermercado “24 horas”. Sin embargo, de Dios no podemos esperar nada, sino a Él mismo, el Amor que despierta nuestra capacidad de amar.

Aquí tenemos otro ejemplo de una chica de quince años:

- “Antes pedía a Dios que me ayudara con los exámenes. Un día empecé un régimen y conseguí adelgazar, y no se lo debía a Dios, sino a mi propio esfuerzo. De pronto comprendí que con los exámenes es lo mismo. Entonces dejé de rezar. No le encontraba sentido”.

Y tenía razón, porque Dios no sirve, ni para adelgazar, ni para aprobar exámenes... Esto parece razonable, pero Jesús nos dice: “Pedid y se os dará; buscad y encontraréis; llamad y se os abrirá. Porque todo el que pide, recibe; el que busca encuentra; y al que llama le abren. ¿O hay acaso alguno entre vosotros que al hijo que le pide pan le dé una piedra, o si le pide un pez le dé una serpiente? Pues si

vosotros, siendo malos, sabéis dar cosas buenas a vuestros hijos, ¡cuánto más vuestro Padre del cielo dará cosas buenas a quienes se las pidan!" (Mt 7,7-11)

Podría parecer que, según el evangelista Mateo, Jesús nos ofrece un cheque en blanco, para todo lo que necesitemos o deseemos. Pero no, el evangelista Lucas nos lo aclara: "[...], ¡cuánto más el Padre del cielo dará *el Espíritu Santo* a quienes se lo pidan!" (Lc 11,13).

Dios no responderá a nuestras peticiones con una ayuda paternalista, como si fuéramos unos niños de papá. Nos ayudará siempre, en cambio, ofreciéndonos su Espíritu, la fuerza que, desde nuestro interior, nos despierta, nos anima... Dios no está a nuestro lado, haciendo cosas en el mundo y quitándonos trabajo a nosotros. Él actúa en nosotros, haciéndonos instrumentos suyos en el mundo.

Orar no es nunca negociar con Dios

La oración no pretende convencer a alguien muy importante, a base de insistir. Cuando oramos no tenemos que decirle a Dios lo que necesitamos o deseamos, porque Él ya sabe todo eso antes de que se lo pidamos. La oración es, sin embargo, necesaria en sí misma, para que nos abramos y acojamos el amor que Él ya nos está dando.

La oración no es para cambiar a Dios, sino a nosotros. No es para adaptar la voluntad de Dios a la nuestra, sino la nuestra a la de Dios... Jesús oraba: "*Padre mío, si es posible, que pase de mí este trago, pero que no sea como yo quiero, sino como quieras tú.*" (Mt 26,39). Naturalmente, si la oración es para conseguir que nuestra voluntad se ponga de acuerdo con la de Dios, y no al revés, lo más importante no será hablar con él, sino escucharle. Y ¡jojo!, a veces nos hará cambiar

nuestros planes. Pero es que Dios no está hecho a la medida de nuestros deseos.

¿Qué es pues orar en cristiano?

El gran mensaje de Jesús es que Dios es Amor, plenitud de amor, que nos está amando a todos y a cada uno de nosotros. Y es tan "Amor", que a fuerza de seguir amándonos, nos está convirtiendo a nosotros en amor, igual que Él, para que amemos con hechos y de verdad, al mundo, a la vida, a los demás, y a Dios mismo.

La oración no es otra cosa que darnos cuenta de que Dios nos ama, estar en su presencia y abiertos, simplemente, al AMOR que nos está dando. Así, también nosotros sentiremos la alegría de convertirnos en amor, como Él.

Oración y vida

Cuando voy a orar, lo hago con todo lo que soy, con todo lo que es mi vida (alegrías, penas, sufrimientos, problemas, preocupaciones, proyectos, esperanzas). En el Evangelio vemos cómo Jesús obtiene de la vida la materia prima para su oración: reza antes de tomar decisiones importantes, como cuando tiene que elegir a los doce; reza por los que ama y por sus verdugos; reza cuando algo le maravilla y cuando no consigue entender. Al saberse amado por su Padre, y con esa alegría, ama en todas las cosas que la vida le pone delante... ¡hasta en su muerte! Jesús murió amando.

Nosotros, con la ayuda de la oración, viviremos cada día con la confianza y la fuerza de saber que Dios está siempre con nosotros, queriéndonos, y podremos vivirlo todo intentando querer: en nuestra familia, con nuestros amigos, en el trabajo, en las clases...

Así que oración y vida son inseparables. Se trata de que hagamos de nuestra vida una respuesta, el eco de las palabras de Dios en nuestro mundo. Siguiendo este camino, dejaremos de vivir desde nuestros proyectos, desde nuestro egoísmo, y empezaremos a vivir desde Dios, desde la verdad de las cosas... Y llegará el día en que podamos afirmar, como san Pablo: "No vivo yo, sino que es Cristo quien vive en mí".

Cómo orar

Comenzábamos el tema aclarando que no se puede enseñar a orar; cada uno tiene una forma de orar porque cada uno tiene una forma distinta y particular de amar. Lo que sí haremos es plantear algunas sugerencias para empezar. Con el tiempo, cada uno encontrará la que mejor se adapte a su forma de ser y de amar.

- Lugar: a Dios puedes encontrarlo en todas partes, sólo tienes que escucharlo, pero igual que cuando vas a charlar con un amigo, para orar debes buscar un sitio tranquilo y solitario, donde nadie te moleste.
- Momento: siempre tendemos a dejar las cosas más importantes para el final, y acabamos haciéndolas mal, o dejándolas para otro día. Por eso es bueno reservar un momento al día en nuestra agenda, siempre el mismo, y dedicarlo a estar un rato con Dios.
- Duración: eso es algo personal, al principio el tiempo será más corto, pero poco a poco tú mismo irás dedicando un rato más largo.
- Prepararse: antes de empezar, conviene que tengas seleccionado el texto con el que vas a orar. También te ayudará tomarte un tiempo para relajarte y dejar a un lado

todo lo que tienes en la cabeza en ese momento. Quizás te ayude empezar escuchando o cantando alguna canción. Hay grandes canciones religiosas, de todos los tipos. Y el que canta, reza dos veces.

- Caer en la cuenta: cuando ores, lo primero es caer en la cuenta de que estás con Dios, que estás en su presencia. Reza alguna oración, dirígele alguna frase, o simplemente piensa que estás con Él y que te está queriendo.

Estos consejos te ayudarán a crearte un hábito de oración. Es un camino por el que se avanza poco a poco, no te preocupes si algunos días no te sale bien o no sientes nada. A un estudiante no siempre le cunden sus horas de estudio, pero la constancia es necesaria para aprobar. Aquí ocurre lo mismo: la oración es necesaria para VIVIR en Cristo.

Algunos días tendrás una oración profunda, llena de sentimientos y emociones. Otros días, la mayoría, quizás no sientas absolutamente nada. Pero ahí estás, "echando un rato" con el Padre Dios. La oración, al fin y al cabo, es estar. Estar un rato tranquilo, cayendo en la cuenta de que soy un hijo amado del Padre, y que Él me está amando en ese preciso momento.

3.5. Preguntas para reflexionar

- ¿Ha cambiado tu idea de oración? ¿En qué?
- ¿Qué es lo que más te ha hecho pensar del tema? ¿Hay algo en lo que no estés del todo de acuerdo?
- ¿Ves muy difícil hacer oración? ¿Por qué?

3.6. Anexo: Algunos modos de oración

- *Oración de alabanza:* Podemos elegir un salmo de alabanza a Dios, y leer lentamente cada frase, haciéndola nuestra, viendo qué sentimientos nos despierta cada palabra que decimos, pensando en todo lo que sentimos hacia Él y agradeciéndole también el Amor que nos da.
- *Una carta:* Podemos escribirle una carta a Dios, como a nuestro amigo más querido, expresándole todo lo que hay en nuestro interior, lo que sentimos, lo que nos da miedo, nuestras esperanzas... Puedes darle las gracias por quererte, pedirle lo que quieras o decirle cuanto lo necesitas y quieres tú, todo lo que salga de tu corazón. Léela después y observa qué te hace sentir.
- *Oración con lápiz y papel:* A veces no entendemos muy bien lo que quiere decir una oración, o al menos nosotros no lo expresaríamos así. Puedes elegir una oración y describirla con tus palabras, para que refleje exactamente lo que tú quieres decirle a Dios. Puedes guardarla y orar con ella en otro momento.
- *Orar con el Evangelio:* Al preparar la oración elige un texto del Evangelio que te guste. En tu oración debes leer detenidamente el pasaje, observando la actitud de Jesús, y debes pensar en cuál es la actitud que adoptas en tu propia vida. Debes preguntarte hasta qué punto vives tú las actitudes que has visto en Jesús, qué dificultades encuentras para hacerlas tuyas y cómo podrías ayudarte.
- *Oración ignaciana:* Contemplar y participar en una escena del Evangelio. Al preparar esta oración, debemos elegir un pasaje del Evangelio y leerlo un par de veces, para comprenderlo

bien. Después, una vez seas consciente de que estás ante Dios, empieza a reproducir esa escena en tu imaginación: intégrate en lo que está pasando, imagínate el lugar ¿cómo era, dónde estaban situados los personajes?; las personas que interviene en la escena ¿cómo eran, qué pensaba cada uno?; escucha también sus palabras ¿qué dice cada uno? ¿qué está sintiendo en ese momento? ¿cómo reaccionan los demás? El tercer paso es ser tú mismo quien está allí y habla con Jesús ¿qué me diría? Habla con Él.

Nota para los pilotos:

A partir de aquí, las oraciones de las siguientes reuniones las deberá preparar el equipo. Os proponemos que el que prepara la oración sea el que acoge en su casa, pero podéis establecer cualquier turno. Vosotros tenéis que apreciar si los miembros del equipo están en disposición de hacerlo; si no es así las primeras las prepararéis vosotros. Es fácil, una oración es todo lo que nos acerque a Dios y a los demás a través del amor. Puede ser una canción, un texto, una grabación, un trozo del Evangelio, un cuento, etc. Si necesitáis algún material solo tenéis que pedirlo al Movimiento, que os ayudará sin duda a encontrar algo acorde con las características de vuestro equipo.

4. La Fe

4.1. Oración

4.2. Puesta en Común

4.3. Plan Personal de Vida

- Oración
- Personalización
- Misión
- Participación en la vida de los Equipos

4.4. Tema

“Aquél que actúa conforme a la verdad, se acerca a la luz, para que se vea que todo lo que él hace está inspirado por Dios.” (Jn 3, 21)

Contaba el escritor francés Henri Engelmann: «Conocemos a un sacerdote que, cuando venían algunos a decirle “perdí la fe”, se limitaba a preguntarles: Pero, ¿dejaste de amar al prójimo? Practicar la verdad de acuerdo con los talentos que recibimos al principio, o con los auxilios recibidos gratuitamente durante nuestra existencia, es vivir y revelar nuestra fe. No es un concepto filosófico, ni un privilegio familiar o social, sino un don de Dios, gratuito como todos los dones, y ya depende de nosotros que dé fruto o muera.»

- ¿Alguna vez has puesto en duda tu fe?
- ¿Sientes tu fe como una herencia, o como una convicción personal adquirida con esfuerzo y que te preocupa siempre?

“Vosotros sois la sal de la tierra [...]. Vosotros sois la luz del mundo. No puede ocultarse una ciudad en la cima de un monte. Tampoco se

enciende una lámpara para taparla con una vasija de barro, sino que se pone sobre el candelero, para que alumbre a todos los que están en la casa. Brille del mismo modo vuestra luz delante de los hombres.”
(Mt. 5, 13 – 16)

La libertad, la educación y la fe cristiana que muchos recibimos al nacer nos dan la medida de la enorme responsabilidad que tenemos. Dios exige mucho de aquél que recibió mucho, y aún sin manifestarlo, el mundo, la sociedad, espera que el cristiano le muestre el camino correcto.

- ¿Qué imagen das de Cristo y de la Iglesia todos los días?
- ¿Has vivido al nivel de aquello que recibiste?
- ¿Conseguirías justificar y dar razones de tu fe a los demás?

Cada vez es más difícil dejar la fe cómoda y tranquila, que era habitual en la infancia, y encontrar la fe verdadera, más desprotegida, llena de dudas y dificultades, descubierta con el acercamiento a Jesús, que nos conoce y nos quiere. Es necesario saber escoger la verdad, conocer y justificar esa fe, reconocer la llamada de Dios en medio de todas las llamadas que recibimos. Tener fe no es simplemente pensar como católico, es vivir como cristiano. Si no se vive como se piensa, se acaba siempre por pensar como se vive, y entonces Dios va dejando de tener lugar en nuestra vida.

Pero ¿cómo vamos a encontrar a Dios y a mantener encendida la luz de la fe? La Eucaristía y la oración son una ayuda en todo momento. No se puede comulgar sólo del Espíritu de Cristo o de su Doctrina; Jesús no dice “postraos y adorad”, dice “tomad y comed”. Su Cuerpo y su Sangre nos dan la fuerza.

La oración se olvida muchas veces; nueve veces de cada diez, nuestra oración es una petición. Y, sin embargo, no nos faltan razones para dar las gracias. Es necesario orar, aunque no se crea en la Oración. Es necesario hablar con Dios incluso cuando pensamos que Él está ausente, resistir la tentación de abandonar todo porque lo vemos demasiado negro. Al persistir en la búsqueda de Jesús, nos encontramos una y otra vez a nosotros mismos, llenos de las mismas faltas, tristemente parecidos, hoy y ayer; pero Dios se revela ahí, en la duda de que quien lo busca, de quien camina en dirección de una luz que no se ve. La Fe es esperanza.

“He aquí la esclava del Señor, hágase en mí según Tu palabra”. (Lc 1, 38)

La Virgen María encarnó con confianza y fe todos los valores humanos de una vida cristiana: la humildad, la pobreza, la verdad y la sencillez, la dulzura y un testimonio de dedicación.

- ¿Crees que el culto a María es una devoción inútil?
- ¿Crees que su ejemplo aporta fuerza a tu fe?

5. La Reconciliación

5.1. Oración

5.2. Puesta en Común

5.3. Plan Personal de Vida

- Oración
- Personalización
- Misión
- Participación en la vida de los Equipos

¿Qué he hecho yo hoy o esta semana por mis hermanos de manera desinteresada? ¿Qué podría hacer?

¿Cómo podemos concretar la misericordia y el sacrificio-ofrenda en nuestra vida? ¿Nos aceptamos el uno al otro desde estas actitudes evangélicas? ¿Aceptamos que nuestro hermano nos lo recuerde?

Cuando hago mi oración, ¿soy consciente de pertenecer a la Iglesia que es el Cuerpo de Cristo? ¿Es para mí, un motivo de acción de gracias?

Cuando rezo por los otros, ¿pienso que mis hermanos son miembros del mismo Cuerpo, o llamados a formar parte del mismo? ¿Asumo como propias las intenciones de la Iglesia?

5.4. Tema

La penitencia, reconciliación o confesión es el sacramento mediante el cual recibimos el perdón de Dios por nuestros pecados. Jesús confió en sus apóstoles, de modo que les dio la posibilidad de perdonar los pecados en nombre de Dios. Así lo vemos en los Evangelios:

“Recibid el Espíritu Santo. A quienes perdonéis los pecados, les quedan perdonados; a quienes se los retengáis, les quedan retenidos.” (Jn 20, 23)

“Pues para que sepáis que el Hijo del hombre tiene en la tierra poder de perdonar pecados, dice entonces al paralítico: «Levántate, toma tu camilla y vete a tu casa». Él se levantó y se fue a su casa. Y al ver esto, la gente temió y glorificó a Dios, que había dado tal poder a los hombres.” (Mt 9, 6-7)

“Confesaos, pues, mutuamente vuestros pecados y orad los unos por los otros, para que seáis curados. La oración ferviente del justo tiene mucho poder.” (Sant 5, 16)

Todos nosotros quedamos expuestos a caer en el pecado a pesar de haber sido bautizados, donde quedamos libres de todo pecado. Ninguno de nosotros está eximido de tener caídas.

Jesús nos enseñó el Padre Nuestro, donde decimos: “Perdona nuestras ofensas, como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden”, y esto no es infrecuente, sino que está presente en nuestro día a día. Podríamos decir que es algo inseparable a los humanos, de hecho el apóstol San Juan dice también: *«Si decimos: ‘no tenemos pecado’, nos engañamos y la verdad no está en nosotros»* (1 Jn 1,8).

En el catecismo de la iglesia católica encontramos:

Se le denomina *sacramento de conversión* porque realiza sacramentalmente la llamada de Jesús a la conversión (cf Mc 1,15), la vuelta al Padre (cf Lc 15,18) del que el hombre se había alejado por el pecado.

Se denomina *sacramento de la penitencia* porque consagra un proceso personal y eclesial de conversión, de arrepentimiento y de reparación por parte del cristiano pecador.

Se le denomina *sacramento de la confesión* porque la declaración o manifestación, la confesión de los pecados ante el sacerdote, es un elemento esencial de este sacramento. En un sentido profundo este sacramento es también una "confesión", reconocimiento y alabanza de la santidad de Dios y de su misericordia para con el hombre pecador. Si buscamos la primera acepción de la palabra "confesar" en el diccionario de la Real Academia Española, encontramos: «Dicho de una persona: Expresar voluntariamente sus actos, ideas o sentimientos verdaderos.» Y el sacramento de la confesión no es otra cosa sino eso, una expresión voluntaria de un sentimiento verdadero que todo cristiano debería tener: "Qué poquita cosa soy, Padre, ¡pero qué grande eres tú, que a pesar de todo me sigues amando!"

Se le denomina *sacramento del perdón* porque, por la absolución sacramental del sacerdote, Dios concede al penitente "el perdón [...] y la paz" (Ritual de la Penitencia, 46, 55).

Se le denomina *sacramento de reconciliación* porque otorga al pecador el amor de Dios que reconcilia: "*Dejaos reconciliar con Dios*" (2 Co 5,20). El que vive del amor misericordioso de Dios está pronto a responder a la llamada del Señor: "*Ve primero a reconciliarte con tu hermano*" (Mt5, 24).

Las partes del sacramento de la penitencia son:

- El examen de conciencia: nos permite examinar cuáles han sido nuestros pecados de pensamiento, palabra, obra y omisión cometidos desde la última confesión.

- La contrición o arrepentimiento: sale de nuestro corazón, dándonos cuenta que nos hemos equivocado y salido del camino del Señor, donde también se incluye el propósito de no volver a pecar. Se tiene el dolor perfecto o contrición cuando el dolor nace del amor desinteresado a Dios, es decir, de la caridad.
- La confesión: donde nos abrimos ante el Sacerdote.
- La absolución del sacerdote: nos concede el perdón en nombre de Dios.
- La satisfacción o penitencia, impuesta por el sacerdote con facultad de absolver, después de haber dado consejos apropiados si le pareciera oportuno o si el penitente mismo lo pide. Es decir, cumplimos los actos u oraciones que el confesor impone al penitente.

“Quienes se acercan al sacramento de la penitencia obtienen de la misericordia de Dios el perdón de la ofensa hecha a Él y al mismo tiempo se reconcilian con la Iglesia, a la que hirieron pecando, y que colabora a su conversión con la caridad, con el ejemplo y las oraciones” (Lumen Gentium, 11).

5.5. Breve examen de conciencia

A continuación las 30 preguntas propuestas por el papa Francisco para hacer una buena confesión:

En relación a Dios

1. ¿Solo me dirijo a Dios en caso de necesidad?
2. ¿Participo regularmente en la Misa los domingos y días de fiesta?
3. ¿Comienzo y termino mi jornada con la oración?

4. ¿Blasfemo en vano el nombre de Dios, de la Virgen, de los santos?
5. ¿Me he avergonzado de manifestarme como católico?
6. ¿Qué hago para crecer espiritualmente, cómo lo hago, cuándo lo hago?
7. ¿Me revelo contra los designios de Dios?
8. ¿Pretendo que Él haga mi voluntad?

En relación al prójimo

9. ¿Sé perdonar, tengo comprensión, ayudo a mi prójimo?
10. ¿Juzgo sin piedad tanto de pensamiento como con palabras?
11. ¿He calumniado, robado, despreciado a los humildes y a los indefensos?
12. ¿Soy envidioso, colérico, o parcial?
13. ¿Me avergüenzo de mis hermanos, me preocupo de los pobres y de los enfermos?
14. ¿Soy honesto y justo con todos o alimento la cultura del descarte?
15. ¿Incito a otros a hacer el mal?
16. ¿Observo la moral conyugal y familiar enseñada por el Evangelio?
17. ¿Cómo cumplo mi responsabilidad en la educación de mis hijos?
18. ¿Honro a mis padres?
19. ¿He rechazado la vida recién concebida?
20. ¿He colaborado a hacerlo?
21. ¿Respeto el medio ambiente?

En relación con nosotros mismos

22. ¿Soy un poco mundano y un poco creyente?
23. ¿Como, bebo, fumo en exceso?
24. ¿Me preocupo demasiado de mi salud física, de mis bienes?
25. ¿Cómo utilizo mi tiempo?
26. ¿Soy perezoso?
27. ¿Me gusta ser servido?
28. ¿Amo y cultivo la pureza de corazón, de pensamientos, de acciones?
29. ¿Nutro venganzas, alimento rencores?
30. ¿Soy misericordioso, humilde, y constructor de paz?

“El confesionario es un encuentro con Jesús, que nos espera como somos. Ve otra vez... Él siempre nos espera.” (Papa Francisco)

Preguntas para reflexionar

- ¿Por qué hay un sacramento de Reconciliación después del Bautismo? ¿Lo crees necesario en tu vida como cristiano? ¿Te confiesas a menudo? ¿Cumples la penitencia que se te impone?
- ¿Qué pecados crees que se deben confesar?
- ¿Realmente sientes la necesidad de confesarte? ¿Te sientes mejor tras la confesión?
- ¿Sientes dificultades a la hora de confesar? ¿Cómo las superas?
- ¿Has sentido arrepentimiento o has confesado un pecado aun previniendo que antes o después recaerás?

"Hay gente que tiene miedo de acercarse a la Confesión y olvidan que allí no encontrarán un juez severo, sino al Padre inmensamente misericordioso" (Papa Francisco)

6. Jesús

6.1. Oración

6.2. Puesta en Común

6.3. Plan Personal de Vida

- Oración
- Personalización
- Misión
- Participación en la vida de los Equipos

¿Qué he hecho yo hoy o esta semana por mis hermanos de manera desinteresada? ¿Qué podría hacer? ¿Cómo ha sido mi vida de oración? ¿Qué medios empleo y qué dificultades encuentro para mi vida de oración?

¿Cómo me tomo mi vida de personalización? ¿Qué defectos y qué virtudes veo que voy trabajando más en mi vida?

¿Dónde llevo a cabo la Misión para la que el Señor me llama? ¿Cómo vivo mi ser cristiano en mi familia? ¿Cómo vivo mi fe en medio del mundo?

¿Cómo es mi participación en la vida de los Equipos? ¿Me tomo en serio mi vivir la vida cristiana formando parte de este movimiento?

6.4. Tema

“Jesús salió con sus discípulos hacia las aldeas de Cesarea de Filipo y por el camino les preguntó: - ¿Quién dice la gente que soy yo? Ellos le contestaron: Unos que Juan el Bautista; otros que Elías; y otros, que uno de los profetas. Él siguió preguntándoles: Y vosotros, ¿quién decís que soy yo? Pedro respondió: Tú eres el Mesías.” (Mc 8, 27–30)

“Llegó a Nazaret, donde se había criado. Según su costumbre, entró en la sinagoga un sábado y se levantó para hacer la lectura. Le entregaron el libro del profeta Isaías y, al desenrollarlo, encontró un pasaje donde está escrito:

El espíritu del Señor está sobre mí, porque me ha ungido para anunciar la buena noticia a los pobres; me ha enviado a proclamar la liberación a los cautivos y dar la vista a los ciegos, a libertar a los oprimidos y a proclamar un año de gracia del Señor.

Después enrolló el libro, se lo dio al ayudante y se sentó. Todos estaban en la sinagoga tenían sus ojos clavados en él. Y comenzó a decirles: Hoy se ha cumplido el pasaje de la Escritura que acabáis de escuchar.” (Lc 4 , 16-22)

“Cuando se hizo de día, los ancianos del pueblo, los jefes de los sacerdotes, y los maestros de la ley, se reunieron, lo llevaron al sanedrín y dijeron: Si tú eres el Mesías, dínoslo. Jesús dijo: Si os lo digo, no me vais a creer; y si os hago preguntas, no me vais a contestar. Pero desde ahora el Hijo del hombre estará sentado a la derecha de Dios Todopoderoso. Entonces todos le preguntaron: Luego, ¿eres el Hijo de Dios? Jesús le respondió: Vosotros lo decís; yo soy. Ellos le dijeron: ¿Qué necesidad tenemos ya de testigos? Nosotros mismos lo hemos oído de su boca.” (Lc 22, 66-71)

Todos estos textos nos muestran muy claramente las dificultades que los contemporáneos de Jesús (incluso los que estaban más próximos) sintieron cuando tuvieron que definir quién era Él exactamente, y como consecuencia, cuál sería su misión, qué pretendía con esa forma de actuar tan diferente. Pero nos muestra

también algo mucho más importante: todos eran conscientes de que Jesús se atribuía un título muy especial, el de "hijo de Dios", que no coincidía con nada que ellos conocieran, se les escapaba. Su acción, su mensaje, todo en él era radicalmente diferente y nuevo.

Sus actos, sobre todo sus milagros, sus curas, sus lecciones, no buscan una exhibición personal; son sólo el reflejo de su mensaje: ayudar a los desprotegidos, a los enfermos, a los marginados, en resumen, la entrega total al prójimo, al amor desinteresado que se guía por el propio amor de Dios. Jesús se caracterizó por la "insobornable libertad del Amor", se mantuvo libre frente al dinero (Mt 6, 25-33), frente a la ambición de honores y poder (Jn 6, 15), frente a los poderosos (Mc 8, 15)... Su reinterpretación de la Ley es una reflexión que lleva a cabo con la autoridad que proviene de su Padre, y que pretende producir un cambio en el corazón de los hombres. Jesús vino a salvar a los hombres, presentando como único camino a seguir el Amor de Dios y el Amor al prójimo.

Jesús en todos sus actos de amor fue "radical", sus mismos discípulos no lo acababan de entender, e incluso sus parientes le creían loco: *"Se enteraron sus parientes y fueron a hacerse cargo de él, pues decían: está fuera de sí."* (Mc. 3, 21) Poco a poco, lo que Jesús trajo con su mensaje innovador se convirtió en algo incómodo. Incluso grupos que parecían enemigos irreconciliables se pusieron de acuerdo contra él. Y llegó a ser tan incómodo, que los hombres decidieron, por encima de un delincuente como Barrabás, que Jesús debía morir. Todo esto nos debe aclarar una cosa: Dios no quería la muerte de su Hijo. Él sólo deseaba -tal y como Jesús cumplió- que fuera fiel a su mensaje, pero es el hombre el que decide libremente el desenlace de la historia.

Cuando es condenado a muerte se nos revela la total entrega de Jesús, que responde conscientemente a la llamada del Padre y acepta su misión. Esto nos hace ver que la salvación del hombre no vendrá, como muchos piensan, por el sufrimiento y la muerte de Jesús en la cruz, sino por su AMOR; lo que falta en el mundo y Jesús viene a traernos no es dolor, sino amor.

Dios no envió a Jesús al mundo para ofrecerlo en sacrificio, mediante su muerte en la cruz, por el perdón de nuestros pecados. Ese sería un Dios bastante violento y cruel. Por el contrario, Dios nos envió a Jesús para darse a conocer entre nosotros, para que nosotros pudiésemos conocer quién y cómo es Dios (un Dios que es Amor) y cuál es su mensaje ("amaos los unos a los otros como yo os he amado"). Así lo dice Jesús: *"El que me ha visto a mí, ha visto también al Padre."* (Jn 14, 9)

Su resurrección, testimonio ante los hombres de la verdadera intención de Dios, no es sólo el triunfo sobre la muerte de alguien especial, es sobre todo la prueba de la eternidad de su mensaje. Esta eternidad es la que hace que el mensaje de Jesús siga vivo hoy en nosotros. La resurrección es el triunfo del AMOR, y como resultado, la salvación del hombre. Jesús nos salva del pecado porque éste es fruto de la falta de amor, y precisamente AMOR es lo que Jesús ha derramado en nuestros corazones. En (Rom 5, 5) se nos dice: *"La salvación de Cristo actúa desde dentro de nosotros mismos porque su espíritu se ha derramado en nuestros corazones."*

Esta resurrección de Jesús, esta "presencia constante" suya junto a los hombres, junto a cada uno de nosotros, supone un reto importante para los cristianos: debemos participar de la resurrección de Jesús, debemos seguir dando vida al mensaje que Dios quiere para

nuestro mundo a través del amor, amando a Dios, a nosotros mismos y a los demás. Al igual que les ocurrió a sus contemporáneos, a veces no sabremos qué quiere de nosotros; pero, poco a poco lo descubriremos, cada uno a su manera, cuando intentemos seguir el ejemplo de sus actos, o cuando sintamos que nos aproximamos más a Él.

6.5. Preguntas para reflexionar

- ¿Qué sabemos concretamente de la acción y el mensaje de Jesús?
- ¿Cuál es el verdadero significado de la Resurrección?
- ¿Cómo descubrimos a Jesús? ¿Cuál es nuestro esfuerzo, nuestro camino personal en ese sentido?

7. La Eucaristía

*Este tema puede tratarse de forma práctica, celebrando una Eucaristía en la reunión. Es muy enriquecedor que los jóvenes puedan participar activamente en la celebración, con sus reflexiones y su oración. También podemos preparar con el sacerdote una **Eucaristía didáctica**, en la que se desgane el significado de la celebración y de cada una de sus partes; durante la misma, todos podremos exponer las dudas que nos vayan surgiendo, para que el sacerdote nos las aclare. El objetivo es descubrir el significado y la importancia de la Eucaristía, y vivirla, personal y comunitariamente.*

7.1. Puesta en Común

7.2. Oración

7.3. Plan Personal de Vida

- Oración
- Personalización
- Misión
- Participación en la vida de los equipos

¿Qué he hecho yo hoy o esta semana por mis hermanos de manera desinteresada? ¿Qué podría hacer?

¿Cómo podemos concretar la eucaristía en nuestra vida? ¿Soy consciente de que en cada celebración de la eucaristía Jesucristo me habla personalmente a mí? ¿Comulgo con frecuencia? ¿Cómo comulgo?

Cuando hago mi oración, ¿soy consciente de pertenecer a la Iglesia que es el Cuerpo de Cristo? ¿Es para mí, un motivo de acción de gracias? ¿Dónde y cómo llevo a cabo mi vida de oración?

Cuando rezo por los otros, ¿pienso que mis hermanos son miembros del mismo Cuerpo, o llamados a formar parte del mismo? ¿Asumo como propias las intenciones de la Iglesia?

7.4. Tema

“Llegada la hora, Jesús se puso a la mesa con sus discípulos. Y les dijo: - “¡Cuánto he deseado celebrar la Pascua con vosotros antes de morir! Porque os digo que no la volveré a celebrar hasta que tenga su cumplimiento en el reino de Dios”. Tomó entonces una copa, dio gracias y dijo: “Tomad esto y repartirlo entre vosotros; pues os digo que ya no beberé del fruto de la vid hasta que llegue el reino de Dios.” Después tomó pan, dio gracias, lo partió y se lo dio diciendo: “Esto es mi cuerpo, que se entrega por vosotros; haced esto en memoria mía.” Y después de la cena, hizo lo mismo con la copa diciendo: “Éste es el cáliz de la nueva alianza sellada con mi sangre, que se derrama por vosotros.” (Lc. 22, 14 – 20)

“Por lo que a mí me toca, del Señor recibí la tradición que os he transmitido, a saber, que Jesús, el Señor, la noche en que iba a ser entregado, tomó pan, y después de dar gracias, lo partió y dijo: “esto es mi cuerpo entregado por vosotros; haced esto en memoria mía”. Del mismo modo, después de cenar tomó el cáliz y dijo: “Este cáliz es la nueva alianza sellada con mi sangre; cuantas veces bebáis de él, hacedlo en memoria mía.” (1ª Cor. 11, 23 – 25)

¿Cuántas veces nos ha pasado, que nos llenamos de dudas sobre la importancia de la Eucaristía y de ir a Misa? Cuántas veces oímos y utilizamos el argumento: "Yo soy un buen cristiano. No necesito ir a Misa".

Si volvemos a leer las dos citas anteriores nos daremos cuenta de cuál es el mayor argumento que tenemos para demostrar esa importancia: es Jesús mismo quien nos lo pide en la última cena.

Los judíos celebraban la cena pascual en recuerdo de la liberación de su esclavitud en Egipto. En ella sacrificaban un cordero, cuya sangre simbolizaba la usada para marcar las puertas de los israelitas, que permitió la salvación de todo el pueblo judío. (Éxodo 12,25-27). Esta celebración pascual era para los judíos un "memorial", algo más que un recuerdo de un acontecimiento pasado. En la última cena pascual que Jesús celebra con sus discípulos, antes de su pasión, sustituye el rito de la antigua pascua por uno nuevo. Es la nueva Alianza; una alianza que también será sellada con sangre, pero esta vez el cordero será Jesús "Él es el cordero de Dios que quita el pecado del mundo." (Jn 6, 51-58)

Es el amor de Dios lo que nos salva, Jesús es el cordero cuyo sacrificio nos redime. La eucaristía es entonces el memorial de Cristo, en ella se hace presente esa salvación que ya ha llegado. Jesús utilizó el pan y el vino que "desaparecen para dar vida" a quien los come, como el gesto que mejor resume lo que fue su vida: una vida entregada por los suyos.

"Esto es mi cuerpo, que se entrega por vosotros; haced esto en memoria mía."

“Éste cáliz es la nueva alianza sellada con mi sangre; cuantas veces bebáis de él, hacedlo en memoria mía”.

Parémonos a reflexionar un momento sobre estas palabras que en cada eucaristía repite el sacerdote. ¿Se hace presente Jesús en ese momento? ¿Son el pan y el vino realmente el cuerpo y la sangre de Cristo? Si cogiésemos un trozo de pan o un poco de vino consagrados y los analizásemos al microscopio y le hiciésemos todo tipo de pruebas, veríamos que físicamente el pan sigue siendo pan, y el vino sigue siendo vino. Nada ha cambiado en la naturaleza física de ninguno de ellos. Nada ha cambiado en su materia, pero sí en su forma. Se han convertido en otra sustancia (“sustancia” entendido como concepto filosófico), que es lo que se conoce como *transustanciación*.

El pan sigue siendo pan, y el vino sigue siendo vino, pero para nosotros han dejado de serlo y se han convertido en el cuerpo y la sangre de Jesús. Han adquirido un valor inimaginable.

“Esto es mi cuerpo, que será entregado por vosotros. Haced esto en memoria mía.” Cuando Jesús dice estas palabras, no está queriendo decir que ese pan que tiene entre las manos sea su cuerpo, tal y como entendemos la palabra cuerpo en nuestro lenguaje de hoy. Su cuerpo es su cuerpo, y el pan es pan, que era lo que tenían en la mesa para comer. Pero para los judíos, la palabra “cuerpo” significaba “persona”: «*Este pan representa mi persona, que se parte y se reparte para los demás. Esto mismo que he hecho yo con mi persona, hacedlo vosotros en memoria mía*».

“Esta es mi sangre, que será derramada por vosotros. Haced esto en memoria mía”. La sangre es lo más sagrado para los judíos, puesto

que representa la vida: *«Esta sangre representa mi vida, que se derrama gota a gota por vosotros y por todos los hombres. Haced de vuestra vida también un vino que se derrama por los demás».*

Es por eso que Jesús se hace presente en la eucaristía. Es en ese momento en el que todos «rememoramos» las palabras de Jesús en la última cena, y es él mismo quien nos vuelve a enviar a esa misión de ser un pan que se reparte por los demás.

El “haced esto en memoria mía” va más allá del propio gesto. Jesús nos pide hoy que nos unamos a Él; que como Él se entregó a los demás, nosotros también nos entreguemos, manteniendo vivos su mensaje y su presencia en el mundo. Así pues, no es un mero recordatorio que tenemos todos los Domingos; lo que celebramos y vivimos en la eucaristía -la presencia de Dios entre nosotros- debemos extenderlo a toda nuestra vida, no lo podemos dejar en la iglesia. Para que podamos hacer realidad este deseo de Jesús, en la misa nos encontramos varias partes que nos van a ayudar:

1. Estamos invitados a oír la palabra de Dios para que nuestra fe pueda crecer, y para que todas nuestras acciones puedan responder más o menos) a lo que Dios nos pide para participar en su proyecto. Jesús dice: “ Quién es de Dios, acepta la palabra de Dios” (Jn. 8, 47)
2. Además, es en la Eucaristía, donde tomamos conciencia de nuestros pecados y encontramos fuerzas para fortalecer la voluntad de mejorar cada día como cristianos.
3. Es en la Eucaristía también, con el ejemplo de Jesús, donde nos quedamos en paz los unos con los otros, en la confirmación del Amor al prójimo.

4. Finalmente, la Eucaristía se vuelve especial porque en ella los hombres se unen fraternalmente, se da una unión muy especial: la unión en una misma fe. Una fe sustentada en la práctica del amor mutuo, en el servicio y la disponibilidad ante los demás. Los cristianos se reúnen en la Misa, con una misma voluntad y formando una verdadera comunidad.

Todos estos aspectos, que muestran que la Misa es importante, son, digámoslo así, universales. Pero además de eso, está nuestra experiencia personal. Eso significa que cada uno de nosotros participa de la Eucaristía de una forma muy especial, única, y propia. Esa manera personal de vivir la Misa, hará que ésta sea el acontecimiento que Cristo pensó, y nos ayude a mejorar nuestra vida cristiana y hacer más fraterno y justo el mundo en que vivimos.

Un encuentro entre amigos o una fiesta familiar suele influir en nuestras vidas... La eucaristía, que es un encuentro con Dios, debería hacerlo aún más.

7.5. Preguntas para reflexionar

- ¿Por qué voy o no a Misa?
- ¿Qué sé y qué entiendo de la Misa?
- ¿Me preparo para ir a Misa? ¿Cómo? ¿Es importante la preparación?
- Después de leer el tema, crees que la misa refleja lo que quería Jesús que fuera. ¿Por qué? ¿En qué crees que hay que avanzar?

7.6. Complemento al tema (*Opcional*)

“¡La Misa es un rollo!”. Cuántas veces escuchamos esta expresión en boca de algunos jóvenes (y no tan jóvenes). Evidentemente la Misa no es una discoteca, ni un bar...., en donde no me exige ningún esfuerzo estar.

Asistir a Misa es participar en una acción sagrada, y eso requiere por nuestra parte una actitud activa (muy distinta de la actitud pasiva de algunos que asisten a Misa). Un dato cierto: aquello que se preparan para la Misa participan en ella, porque ven cosas que los pasivos no llegan a descubrir. Evidentemente podríamos detenernos en este tema a analizar todas y cada una de las partes de la Misa. Pero faltarían horas y páginas. Te proponemos hoy varios puntos para la reunión:

7.6.1. ESTRUCTURA DE LA EUCARISTÍA

Ya que la Eucaristía es tan importante, nos conviene entender los elementos de su celebración, para vivirla mejor.

Todos se reúnen. Cristo es el actor principal. Él es quien preside. Como representante y actuando en nombre de Cristo: el sacerdote, que dirige al pueblo la palabra, recibe las ofrendas y pronuncia la plegaria eucarística. Todos tienen parte activa en la celebración: los lectores, los que presentan las ofrendas, y el pueblo entero cuyo “Amén” manifiesta su participación.

Pedimos perdón. Al comenzar la misa, lo primero que hacemos es pedir perdón, nos presentamos ante Dios tal y como somos, con nuestras virtudes y nuestros defectos, con nuestras alegrías y nuestras miserias. Lo primero que hacemos es celebrar que nuestro Padre nos

ama de forma infinita y nos perdona siempre. "Aquí estoy, Señor, con lo desastre que soy. Pero qué maravilloso eres tú, que a pesar de todo no dejas de amarme y perdonarme".

La Liturgia de la Palabra. Comprende el Antiguo Testamento, y las cartas del Nuevo Testamento y los Evangelios. Sigue luego la homilía, que exhorta a acoger la Palabra y a ponerla en práctica. Después vienen las intercesiones por todos los hombres.

La presentación de las ofrendas. Entonces se lleva al altar, el pan y el vino que serán ofrecidos por el sacerdote, y se convertirán en Cuerpo y Sangre del Señor. Es la misma acción de Jesús en la última Cena, "tomando pan...". Junto con el pan y el vino, los cristianos presentan también sus dones para compartirlos con los más necesitados. Esta costumbre de la colecta se inspira en el ejemplo de Cristo que "se hizo pobre para enriquecernos".

La gran plegaria eucarística (*anáfora*). Con la oración de acción de gracias y de consagración llegamos al corazón y a la cumbre de la celebración. Detengámonos:

En el *prefacio*, se da gracias al Padre, por Cristo, en el Espíritu Santo, por todas sus obras (creación, redención, santificación). Toda la asamblea se une a la alabanza de los santos y ángeles con el canto: Santo, santo, santo.

Se pide luego (*epiclesis*) para que se conviertan en el Cuerpo y Sangre del Señor y que los que los reciban formen un solo cuerpo.

En la consagración, la fuerza de las palabras y la acción de Cristo y el poder del Espíritu Santo hacen sacramentalmente presentes, bajo las especies de pan y de vino, su Cuerpo y su Sangre.

La Iglesia hace entonces memoria (anamnesis) de la pasión, de la resurrección y del retorno glorioso de Cristo Jesús.

Siguen luego las *intercesiones*, con las que se expresa que la Eucaristía se celebra en comunión con toda la Iglesia del cielo y de la tierra, los vivos y los difuntos, y con el Papa y el obispo.

La comunión. Recitada la oración del que Jesús enseñó a sus discípulos cuando ellos le pidieron que les enseñase a orar, el Padre Nuestro, y habiendo celebrado todos el rito de la paz, se hace la fracción del pan y recibimos el Cuerpo de Cristo que se entregó «para la vida del mundo».

Ritos finales. Termina la celebración con una oración de acción de gracias, la bendición del sacerdote y la despedida. Y... ha de continuar en la vida, haciendo cada vida una ofrenda viva a Dios, mediante su transformación a imagen de Cristo y su testimonio de caridad.

7.6.2. EXPLICACIÓN DE LA EUCARISTÍA

De vez en cuando te vendrá bien repasar esta explicación, para recordar el sentido de la Misa, y vivirla con la actitud correcta.

1. Un hombre pobre y sin trabajo, recogiendo limosnas que a duras penas le dan para malcomer, va por la calle. Se cruza con una persona rica a la que, no sabe por qué, le cae bien. Y ese hombre le da de todo: traje, comida, coche, trabajo, un sueldo, e incluso su casa para compartirla. El pobre no hacía más que decir: ¡gracias, no sé qué hacer para agradecérselo!

2. Así se ha encontrado el hombre delante de Dios desde el principio de la creación: un Dios le había dado todo lo que tenía, empezando por la vida y el aire que respiraba y todo lo creado: todo puesto a su disposición. Por eso, desde las primeras civilizaciones, el hombre muestra una intuición, como una especie de instinto, que le llevaba a agradecer a Dios todo lo recibido: ¡gracias, no sé qué hacer para agradecértelo!
3. ¿Cómo dar gracias? Decir gracias no bastaba. Las palabras solas no son suficientes. Hacía falta hacer algo para esta divinidad; hacer algo, obras que respaldasen esas palabras: gracias, y para que veas que es verdad que estoy agradecido hago esto.
4. ¿Qué hacer? De vez en cuando escogían algo entre todo lo que Dios les había dado, y se lo devolvían, se lo ofrecían, se lo dedicaban; como diciendo: te dedico y ofrezco esto para decirte que reconozco que todo es tuyo.
5. Y ¿qué escoger para dar a Dios? Cuanto más valioso fuese, mejor; porque si de Dios recibían todo, era importante que estuviese contento con ellos. A veces tomaban parte de la cosecha y la quemaban. O tomaban algún animal y lo mataban. (En alguna civilización ofrecían incluso la vida de algún ser humano, pero lo más frecuente era ofrecer la vida de algún animal). Pero siempre algo de valor.
6. ¿Y por qué la quemaban, o lo mataban? Para privarse de aquello: privándose de ese bien quedaba dedicado exclusivamente a Dios. Al ofrecérselos a Dios los hacían sagrados (sagrado quiere decir dedicado a Dios). Y de ahí viene la palabra sacrificio: coger algo mío y dedicárselo a

Dios, porque reconozco que todo es suyo. Así se lo agradezco.

7. ¿Los sacrificios se hacían sólo para dar gracias con hechos? No sólo; además, el hombre se daba cuenta de que cometía acciones que no eran del gusto de Dios, que perjudicaban a Dios o a sus criaturas: eso es el pecado. Y para que Dios no se enfadase con el hombre por sus pecados, el hombre se veía en la obligación de ofrecerle más sacrificios, y más valiosos. Así, la realización de sacrificios ha sido algo común a tantas civilizaciones. Y el pueblo escogido por Dios, el judío, también sacrificaba muchos animales ofreciéndolos a Dios: bueyes, corderos, tórtolas...
8. ¿Por qué ahora no sacrificamos bueyes ni corderos, ni ningún otro animal? Después de muchos siglos, Dios se hizo hombre. Y en cuanto Juan el Bautista vio a Jesús dijo: Éste es el Cordero de Dios que quita el pecado del mundo, que quiere decir: Jesucristo es el cordero, la vida que será ofrecida, sacrificada por los hombres a Dios. Y además, es el único Cordero cuyo sacrificio puede ganarnos el perdón y la vuelta amistosa del hombre con Dios. Jesucristo hace ese sacrificio en la Cruz, en el Calvario.
9. Recapitulando, hemos visto hasta ahora que el hombre, que es naturalmente religioso al saberse criatura busca tratar a Dios ofreciéndole algo, pidiéndole perdón, adorándole y pidiéndole su ayuda. Desde el principio lo ha hecho ofreciéndole cosas que estaban a su alcance, esto es, sacrificándole algo. Y Jesucristo se ofreció él mismo

como víctima para el sacrificio que debía perdonar nuestros pecados.

10. ¿Y yo qué hago en la Misa? Demos un paso más. Dios revela que lo que le agrada no es el sacrificio de animales, sino que lo que él desea es el sacrificio de nuestros corazones, de nuestras personas: que le dediquemos, ofrezcamos y entreguemos a él lo que tenemos y somos. Ese es el sacrificio que nos pide. Por lo tanto, en la Misa unimos mi sacrificio y el de Cristo; el sacrificio de dedicación de mi vida a Dios lo añadido al sacrificio de la cruz.
11. ¿Qué quiere decir vivir la Misa? No sólo asistir, sino que a la vez que ofrecemos la vida y muerte de su Hijo, nos ofrezcamos nosotros con Él en el Altar. Por eso la Misa es el centro de la vida del cristiano y podemos hablar con propiedad de nuestra Misa, la de Jesús y la mía. Eso es fundamentalmente participar en la Misa: ofrecerme con Cristo totalmente a Dios Padre en el Espíritu Santo.

7.6.3. DURANTE LA CELEBRACIÓN DE LA MISA

15 momentos durante la misa

BESO EN EL ALTAR: Cuando el sacerdote se acerca y sube al altar, el cielo entero se abre con la Santísima Trinidad para contemplar el sacrificio que se va a realizar; puedes ver (en 3-D) que se abre un agujero en el techo y se asoman Dios Padre, Hijo y Espíritu Santo para escuchar con interés cada palabra que el sacerdote y tú decís. ¿Por qué besa el altar al llegar? Porque el altar representa a Cristo, y porque ahí vendrá Jesús dentro de unos minutos; nada más llegar se

encontrará ese beso. Puedes dejar también tú un beso en el altar con el corazón, mientras le dices: ¡Jesús, te amo!

EL SEÑOR ESTÁ CON VOSOTROS: Así saluda el sacerdote, ayudándonos a ver a Jesucristo vivo. La Misa es memorial de su pasión, muerte y resurrección. Jesús esté vivo, y es quien ofrece el sacrificio a Dios Padre, y nosotros con él. La Misa es Jesús que continúa dándose a los hombres y nos invita a seguirle.

GOLPES DE PECHO: "Yo confieso... por mi culpa, por mi culpa, por mi gran culpa". ¿Sabes por qué se golpea el pecho en el lado izquierdo? Porque ahí está el corazón. Y, así como para despertar a una persona le das golpes o llamas a una puerta golpeándola puedes ver (en 3-D) que das golpes a tu corazón diciéndole: ¡despierta, cambia de vida, busca amar a Dios, reacciona, conviértete!

"OREMOS": El sacerdote deja aquí un breve espacio de tiempo de silencio para que la asamblea se una en oración, cada uno con su intención particular, con lo que lleva en el corazón, a la oración del sacerdote.

EL EVANGELIO: Es el mismo Jesucristo hecho palabra y escritura. Por eso lo escuchamos de pie, y el sacerdote lo besa cuando termina de leerlo. Que veas a Jesucristo que te habla, y también tú le beses interiormente.

OFERTORIO PAN Y VINO: Nos sentamos, pero es el momento en el que debes estar más activo. El pan, hecho con la suma de muchos granitos de trigo, es también un símbolo. ¿Qué es lo que ofrece el sacerdote a Dios? La suma de todas las pequeñas cosas que los asistentes ponen en la patena: horas de trabajo, alegrías, dolores, deporte, diversiones del día, lucha por sacar propósitos, detalles de

cariño y servicio... Puedes decir: Señor mío y Dios mío, te ofrezco todo lo que tengo; mis planes y proyectos, mis sacrificios y alegrías. ¡Quiero ser todo tuyo! ¡Para ti, para siempre! Como ofreces todo lo tuyo, te ayudará verte pequeñito sobre la patena: ¿ves (en 3-D) que, en nombre de Cristo, el sacerdote regala a Dios Padre tu vida, tu persona? (Por eso vale tanto cualquier pequeña cosa de tu día).

LAVABO: El sacerdote ya tiene las manos limpias; ¿por qué se lava las manos otra vez? Para decir, con un gesto externo, que igual que el agua va a quitar de sus manos las pequeñas suciedades, del mismo modo pide a Dios que su gracia y misericordia limpie su alma de sus suciedades (pecados, amor propio, faltas de amor, etc.). Pídeselo tú también, con las palabras que en voz baja dice el sacerdote: ¡Señor, lávame totalmente de mi culpa y purifícame de mi pecado!

PREFACIO: ¿Cuántos estáis en Misa? No cuentes la gente, porque fallarás. ¡Increíble! ¿Cuántos? Toda la humanidad. Mira (en 3-D): ahora llamamos a toda la creación para que estén con nosotros en la Consagración, en la Cruz. Te explico: **EL SEÑOR ESTÉ CON VOSOTROS:** ese "vosotros" hace referencia a todos los hombres del mundo, no sólo a los presentes. **LEVANTEMOS EL CORAZÓN:** levantarlo hasta el cielo, para unirnos a todos los que están allí. **DEMOS GRACIAS A DIOS:** y a continuación se dan argumentos, motivos por los que damos gracias (primero por darnos a Jesucristo y luego se dan otros distintos según los días: estate atento para descubrirlos. **POR ESO CON LOS ÁNGELES...:** pedimos también a los ángeles que adoren a Dios con nosotros. Ya ves ¡Está toda la creación en la Misa, aunque la Iglesia esté vacía! Todos los hombres, todos los que están en el Cielo, y todos los ángeles.

SANTO, SANTO, SANTO: "Llevaron el borrico a Jesús (...) Muchos extendían sus mantos sobre el camino, otros cortaban ramas de los campos, y los que iban delante y detrás de Él, gritaban: ¡Hosanna! ¡Bendito el reino que viene de David! ¡Hosanna en las alturas!" (Mc 11, 7-10). Ahora que Cristo ya va a venir, grita con toda la creación: Santo, Santo, Santo... Bendito el que viene en nombre del Señor. ¡Hosanna en el Cielo!

BIENVENIDO A TU ALTAR, SEÑOR: Ya se ha realizado el milagro. Acaba de llegar Jesucristo, otra vez, a la tierra. Cuando vino Jesucristo por primera vez, en el portal de Belén, sólo unos pastores le dieron la bienvenida. ¡Qué brutos somos los hombres! ¡Cuántas veces le hacemos vacío, porque no le vemos! En cuanto acabe la consagración, date prisa para agradecer en bajito: ¡Bienvenido a tu altar, Señor!

PADRENUESTRO: ¡Fíjate qué suerte! Dios Padre está especialmente pendiente y atento a todo lo que le decimos. Y rezas ahora, con Jesucristo, el Padrenuestro; como los apóstoles. Repara en las 7 peticiones que contiene esa oración.

ELEVACIONES: en cuatro ocasiones se levanta la patena y el cáliz. Saber el porqué te ayudará.

- EN EL OFERTORIO: se levanta el pan y el vino ofreciéndole a Dios todo lo nuestro. Como tiene poco valor, se elevan a poca altura sobre el altar.
- EN LA CONSAGRACIÓN: en ese momento se hace presente Jesucristo con su Cuerpo y con su Sangre. Enseguida se elevan para que todos lo vean y le puedan adorar. Se eleva lo suficiente para que lo vean todos.

- **POR CRISTO, CON ÉL Y EN ÉL:** al final de la plegaria eucarística, se eleva el Cuerpo y Sangre para ofrecerlo a Dios Padre. Se elevan a más altura, pues es Cristo, el sacrificio de mayor valor. Al responder todos Amén estamos diciendo que sí, que nos sumamos nosotros al sacrificio de Cristo con nuestra entrega personal.
- **ESTE ES EL CORDERO DE DIOS:** antes de la comunión nos lo muestra el sacerdote para que nos dirijamos a él preparándonos ya para recibirle.

7.6.4. DESPUÉS DE LA CELEBRACIÓN DE LA MISA

Un guión de conversación.

- a) **Gracias:** Por haber venido a tu alma. Por haberte creado, redimido, hecho cristiano y conservado la vida. Por lo que te ha dado, desde que naciste (ve diciéndole: familia, salud o enfermedad, amigos, cualidades, talentos...). Por dones que te ha concedido Dios últimamente. Porque siempre perdona, a ti tantas veces. Por haberte dado a su Madre, María.
- b) **Petición:** que te aumente la fe, la esperanza, la caridad y la humildad. Un corazón grande; verdadera vida interior. Que seas santo, es decir, que acojas el amor de Dios y lo des a los demás. Por la Iglesia y el Papa; por la diócesis y el obispo; por los sacerdotes: que sean santos y nunca falten; por la unidad de los cristianos. Por tu familia: (dile nombres y cosas en concreto). Por tus amigos, por tus compañeros, tu apostolado (dile nombres y cosas en concreto). Por la paz en el mundo; que se acaben las guerras y el terrorismo; que nadie pase hambre. Que nadie aborte; que las leyes y

la ciencia estén al servicio del bien de la humanidad. Por la humanidad; que cada vez le conozca más gente, reconociendo en Jesús al Salvador.

- c) Adoración: hacer actos de amor: lo que le quieres y quisieras quererle; amarle por los que no le aman. Actos de entrega: que eres todo suyo, que sólo quieres vivir para él, que le entregas toda tu vida, tus posibilidades, tu futuro, etc.
- d) Desagravio: Pedir perdón por tus pecados, faltas de amor y entrega, olvidos, rutina, indiferencia... No hay mayor desprecio que no hacer aprecio, y cuántas veces los hombres -y tú en concreto- no han apreciado lo que él hace por nosotros. Pero date cuenta de lo maravilloso que es Dios, que te perdona siempre.

7.6.5. UNA ORACIÓN QUE TE AYUDE PARA ANTES DE LA CELEBRACIÓN DE CADA MISA

Dios mío, tú has creado este maravilloso mundo que disfrutamos: tierra y mar, cielo y firmamento, animales con todas sus especies... Todo lo bueno que tengo, empezando por la vida, lo he recibido de ti. Gracias: quiero agradecértelo. A la vez, Señor, cuando miro el comportamiento de los hombres -empezando por el mío- observo que hay maldad en nuestros corazones: te devolvemos mal por bien, estropeamos lo bueno que tú nos das. Siento, Dios mío, el dolor que te causamos. Perdónanos: quiero pedirte perdón. ¿Qué quieres que haga por ti, Señor? Por mi parte, te dedico y ofrezco todo lo que tengo y todo lo que soy. Y también todo lo bueno de todos los hombres de todos los tiempos. Y... sobre todo... la vida del primero de los hombres, Jesús, tu Hijo primogénito. El es el Cordero de Dios, que con el

sacrificio de su vida, quita y borra el pecado del mundo. Por eso estoy aquí en Misa: para ofrecerte hoy, en nombre de todos tus hijos, el único sacrificio de Jesucristo, y con él, ofrecerte el sacrificio de todo lo que tengo, hago y soy. Gracias, y recibe con gusto esta Misa que es de Cristo y mía: te ofrecemos los dos nuestras vidas. Quiero vivirla con verdadero amor, agradecimiento, adoración y dolor. Madre mía, tú que estuviste en la primera Misa, enséñame a vivirla con tus mismos sentimientos. Amén.

8. María

8.1. Oración

8.2. Puesta en común

8.3. Plan Personal de Vida

- Oración
- Personalización
- Misión
- Participación en la vida de los Equipos

En un ambiente de oración y meditación, reflexionamos sobre cómo ha sido nuestra vida desde la última reunión, y cómo de presente ha estado Jesús en ella. Podemos ayudarnos de las siguientes preguntas:

- ¿He sido constante en mi oración? A la hora de rezar, ¿he sabido apartar el resto de cosas y centrarme en mi relación con Jesús? ¿Soy capaz de vencer a la pereza y el aburrimiento y dedicar parte de mi jornada a Dios?
- ¿He hecho un esfuerzo real por corregir las actitudes que me apartan de una vida verdaderamente cristiana? ¿Soy capaz de descubrir aquello en lo que fallo, o me justifico fácilmente?
- ¿Qué tiempo de mi vida dedico a mi familia? ¿Soy consciente de su importancia como apoyo y motor de mi desarrollo como persona y como cristiano? Fuera de mi casa, ¿intento vivir los valores cristianos, o me olvido fácilmente de ellos, haciendo de la fe un simple paréntesis de mi vida cotidiana? ¿Qué propuestas concretas puedo hacerme para acercarme a los que me rodean?

- ¿Intento que el movimiento de los Equipos de Nuestra Señora tenga un papel protagonista en mi vida cristiana, o lo considero un añadido mensual? Respecto a los actos comunes, ¿qué importancia les doy? Los motivos por los que no asisto, ¿son verdaderos motivos, o me dejo llevar por la timidez o la pereza?

8.4. Tema

Bien contadas, las referencias que el Evangelio hace de María son muy escasas; sumándolo todo, tal vez poco más de una página. Es poca cosa si pensamos en la extensión del Nuevo Testamento. Sin embargo, la presencia de María es constante y se percibe durante toda la vida de Jesús. Aunque siempre discreta, María está presente en todos los momentos importantes: en la Encarnación, en la Cruz, en Pentecostés.

María no era una gran reina, llena de joyas y ropajes. Era apenas una adolescente israelita, probablemente analfabeta, dada la sociedad y el contexto histórico en el que nació. Pero tenía un corazón puro y abierto de par en par a los planes de Dios. En su humildad, María no es sino un ejemplo de cómo un cristiano debe ser.

María es nuestro ejemplo de cómo una persona se debe comportar ante Dios. La Madre de Jesús nos enseña a vivir íntimamente con Dios, nos enseña el amor al Padre. Con ella aprendemos a orar, aprendemos a confiar en Dios, aprendemos a aceptar el sufrimiento gracias al amor. Por eso, decimos con San Ambrosio: *“El alma de María esté en cada uno de vosotros, para alabar al Señor; el espíritu de María esté en cada uno de vosotros para regocijarse en Dios”*.

“Entonces María dijo: Proclama mi alma la grandeza del Señor, se alegra mi espíritu en Dios mi Salvador, porque ha mirado la humillación de su esclava. Desde ahora me llamarán dichosa todas las generaciones, porque el Poderoso ha hecho obras grandes por mí. Su nombre es santo, y su misericordia llega a sus fieles de generación en generación.” (Lc. 1, 46-50)

Lo que te proponemos para preparar este tema es que cojas el Evangelio y busques los pasajes donde aparece María, verás que buscándola la conocerás mejor. Aquí dejamos algunas pistas.

“He aquí la esclava del Señor, hágase en mí según tu palabra.” (Lc. 1, 38)

La Anunciación es, sin duda, un momento sin par: por unos instantes, todo el Universo, toda la Creación, queda suspendida de la generosidad de alguien que todavía no es más que una niña; lo que está en juego es la Redención, es la Salvación de los Hombres.

Es María, que ya estaba prometida, que tenía proyectos para el futuro, que tenía planes para su vida, la que todo lo olvida, todo lo abandona para hacer la voluntad de Dios. Y como, lo contrario al Amor es el egoísmo, ella no regatea, no calcula, no mide la entrega. Apenas dice: soy tu esclava, hágase.

- ¿Cuál es nuestra generosidad para con los llamadas del Señor?
¿Procuramos oír esas llamadas?

“Haced todo lo que Él os diga.” (Jn. 2, 5)

A los que critican la devoción a María, diciendo que aleja del culto a Cristo, esta frase les será esclarecedora: “Por María se va a Jesús” (*“To Jesus through Mary”*, como dicen nuestros amigos equipistas de

Estados Unidos). En sus palabras vemos cómo nos revela a cada uno de nosotros el secreto para alcanzar la Salvación; ella nos da su consejo: *“Haced todo lo que Él os diga.”*

- “Todo lo que Él os diga” es exactamente eso: todo. ¿O de lo que Él dice, sólo hacemos lo que nos agrada?

“[...] Junto a la Cruz estaba Su Madre.” (Jn. 19, 25)

Fíjate, en la entrada triunfal en Jerusalén, no vemos a María. Sin embargo, en la Cruz, cuando todos los demás huían, cuando todos los apóstoles –excepto Juan– que decían estar dispuestos a dar la vida por Él lo abandonaron, allí está su madre, siempre unida a Jesús. Dos mil años después, quien camina junto a María también tiene que llevar su propia cruz, pero con su ejemplo podremos descubrir el sentido del dolor, el para qué. Ella, libre de pecado, libre de todo mal, no se vio libre del sufrimiento.

- ¿Cómo nos comportamos cuando nos encontramos con contrariedades?
- ¿Cómo encaramos el sufrimiento?
- ¿Cómo vencemos nuestra cobardía para seguir a Jesús hasta las últimas consecuencias? ¿O pensamos que eso es para los demás?

“Mujer, ¡ahí tienes a tu Hijo! Después le dijo al discípulo: Ahí tienes a tu Madre”. (Jn. 19, 26-27)

No es algo simbólico, es la última voluntad de Jesús: darnos a su madre. Por eso, para llegar a María tenemos que comportarnos como hijos. Es con intimidad y confianza, con delicadeza, con el cariño en pequeños gestos, como se llega a nuestra Madre.

A través de María también llegaremos a los demás. Los hijos se encuentran todos junto a su madre, y el amor que le tienen a ella, se transforma en amor a sus hermanos.

- ¿En qué se traduce en nuestra vida el hecho de ser hijos de María?
- ¿Cómo rezamos a María, nuestra Madre?

8.5. Preguntas para reflexionar

- ¿Valoro el "sí" de María? ¿Soy consciente de las circunstancias en las que ella dijo "hágase tu voluntad" y se entregó totalmente a Dios?
- Y yo, ¿soy capaz de dar ese "sí" a Dios como lo hizo María? ¿Igualmente, soy capaz en circunstancias adversas de aguantar con fidelidad y fortaleza al pie de la cruz como lo hizo nuestra Madre?
- ¿Tomo a María de ejemplo en mi vida? ¿Me acuerdo de ella con frecuencia?

8.6. Complemento al tema (opcional)

En mayo, mes de las flores, los católicos nos acordamos especialmente de Nuestra Señora, Nuestra Madre: María.

"El mes de mayo nos estimula a pensar y a hablar de modo particular de Ella... invita a nuestros corazones a abrirse de manera singular a María". (Juan Pablo II, Audiencia General, 2 mayo de 1979).

Desde lo más sencillo, analicemos el nombre de María, que en hebreo es Myriam, y significa: Doncella, Señora, Princesa.

Conozcamos mejor a La Virgen a través de sus actos:

María, apenas siendo una niña, una criatura humilde y débil como nosotros, fue escogida por Dios para ser la Madre de Nuestro Señor Jesucristo y Madre Nuestra. Ante el anuncio del ángel, no oculta su asombro al verse elegida, precisamente ella. Una sencilla muchacha de Nazaret, que no vive en palacios de poder y de la riqueza, que no ha hecho cosas extraordinarias, pero que cree y confía en Él ciegamente.

Dice un generoso "sí" a Dios, aunque no lo comprenda del todo: *"He aquí la esclava del Señor, hágase en mí según tu palabra"* (Lc 1,38). María, que ya estaba prometida, que tenía proyectos para el futuro, que tenía planes para su vida... no pone inconvenientes, no piensa en sí misma (si está preparada, si tiene capacidades...). Todo lo abandona, sin calcular, sin medir la entrega... para hacer la voluntad de Dios.

Según San Bernardo: *"María acogió primero a Cristo en su corazón y después en su vientre"*. El Señor siempre nos sorprende, rompe nuestros esquemas, pone en crisis nuestros proyectos, y nos dice: Fíate de mí, no tengas miedo, déjate sorprender, sal de ti mismo y sígueme. Preguntémonos hoy todos nosotros si tenemos miedo de lo que el señor pudiera pedirnos o de lo que nos está pidiendo.

- ¿Me dejo sorprender por Dios, como hizo María, o me cierro en mis seguridades (materiales, intelectuales, ideológicas o de mis proyectos)? ¿Dejo entrar a Dios verdaderamente en mi vida?

La Virgen, inspirada por el Espíritu Santo, visitó a su prima Isabel para ayudarle, ya que había concebido un hijo a su vejez. María recorrió 150 kilómetros desde Nazaret hasta Ain-Karim (Judea),

ciudad de montaña a 3 kilómetros de Jerusalén. El recorrido duró 4 o 5 días.

Santa Isabel recibió a María con estas palabras: *“Bendita tú eres entre todas las mujeres y bendito el fruto de tu vientre [...] ¡Oh bienaventurada tú, que has creído! Porque se cumplirán las cosas que han dicho, de parte del Señor”* (Lc 1, 42-45). Y María le contestó: *“Proclama mi alma la grandeza del Señor, se alegra mi espíritu en Dios mi Salvador, porque ha mirado la humillación de su esclava. Desde ahora me llamarán dichosa todas las generaciones, porque el Poderoso ha hecho obras grandes por mí. Su nombre es santo, y su misericordia llega a sus fieles de generación en generación.”* (Lc 1, 46-50).

La Virgen María nos enseña de un modo especial, en la Visitación, las virtudes de humanidad, caridad y generosidad, así como el deseo de servir con prontitud.

- ¿Estoy atento a qué necesitan los demás? ¿Le dedico tiempo suficiente a mi familia?

La presencia de María es constante y, a la vez, discreta, y esto se percibe durante toda la vida de su hijo. Ella sabía que en su vida pública debía retirarse para dejar que naciera la nueva familia de Jesús, sus discípulos: *“¿Quién es mi madre y quiénes son mis hermanos? El que cumple la voluntad de mi padre del cielo, ese es mi hermano, mi hermana y mi madre.”* (Mt 12, 48-50). Y esto muestra que Ella es la Madre de Jesús, no solamente en cuerpo, sino también en corazón.

La primera intervención de María en la vida pública de Jesús fue durante las bodas de Caná, en Galilea, a las que fueron invitados Jesús,

María y los Apóstoles. María observó que faltaba vino y, para evitar que los novios pasaran vergüenza, se lo dijo a su hijo. Después, María dijo a los sirvientes: *"Haced lo que Él os diga."* (Jn 2,3-5)

Gracias a la mediación de María, Jesús realizó su primer milagro, el de convertir el agua en vino. Nuestra Madre, en sus palabras, nos revela a cada uno de nosotros el secreto para alcanzar la salvación. *"María es siempre el camino que conduce a Cristo."* (Pablo VI)

- ¿Y de lo que Él nos dice, solo hacemos lo que nos agrada?

La Virgen estuvo junto a la cruz con Jesús, llena de dolor pero serena. Los demás, excepto Juan, huyeron y lo abandonaron, cuando todos decían estar dispuestos a dar la vida por Él. Y sin embargo, allí estaba su Madre, siempre unida a Jesús, fiel a Él. *"Junto a la Cruz estaba su Madre"* (Jn 19,25)

Jesús, al ver a su lado a María y a Juan, dijo: *"Mujer, ahí tienes a tu hijo"*. Luego dijo al discípulo amado: *"Ahí tienes a tu madre"* (Jn 19, 26-27). María nos enseña a sufrir con paciencia y fortaleza las penas y aflicciones de esta vida, y también a vivir con alegría cada momento. Con estas palabras, Jesucristo quiere decir a su Madre que no se queda sola, y la encomienda a Juan. A partir de ese momento, María se convierte en la Madre espiritual del apóstol y de todos los cristianos, ya que Juan nos representa a todos nosotros.

- ¿Cómo nos comportamos cuando nos encontramos con contrariedades? ¿Cómo vencemos nuestra cobardía para seguir a Jesús? ¿En qué se traduce en nuestra vida el hecho de ser hijos de María?

María es nuestro ejemplo, nuestro modelo a seguir de cómo una persona se debe comportar ante el amor del Padre. Con Ella aprendemos a orar, a confiar en Dios y a aceptar el sufrimiento gracias al amor. Pero no solo nos enseña a comportarnos frente al sufrimiento y las adversidades, la vida no es un valle de lágrimas. La vida es un don, un regalo precioso que Dios nos ha hecho, y que debemos aprovechar y vivir con gratitud; y nuestra actitud ante los acontecimientos de la vida, los buenos y los malos, solo depende de nosotros. Pero María nos da una guía: nos enseña, sobre todo, a seguir el ejemplo de Jesús, a seguir sus pasos. ¿Y cuáles fueron los pasos de Jesús? ¿Cómo fue su vida? Es verdad que Jesús sufrió mucho al final, pero su vida no giró en torno al sufrimiento, giró en torno al Amor. Jesús, hasta sus últimos días, fue un vividor, vivió la vida al máximo, aprovechando cada momento para hacer el bien, para amar al que tenía a su lado y para dar a conocer al Padre.

Porque Cristo es nuestra fuerza, que nace desde lo más profundo de nuestros corazones, y así nos lo muestra Nuestra Madre. *“Los fieles aún se esfuerzan por crecer en santidad venciendo al pecado; por eso levantan sus ojos hacia María, que brilla ante toda su comunidad de los elogios como modelo de virtudes.”* (Concilio Vaticano II, Const. Dogmática Lumen Gentium, n 65).

- ¿Cómo hacemos presente a María en nuestra oración?

“La fe es el corazón de toda la historia de María” (Papa Francisco)

9. Las tentaciones del joven

9.1. Oración

(Propuesta)

*Oh, Señor, hazme un instrumento de tu Paz.
Donde hay odio, que lleve yo el Amor.
Donde haya ofensa, que lleve yo el Perdón.
Donde haya discordia, que lleve yo la Unión.
Donde haya duda, que lleve yo la Fe.
Donde haya error, que lleve yo la Verdad.
Donde haya desesperación, que lleve yo la Alegría.
Donde haya tinieblas, que lleve yo la Luz.
Oh, Maestro, haz que yo no busque tanto
ser consolado, sino consolar;
ser comprendido, sino comprender;
ser amado, sino amar.
Porque es:
dando, como se recibe;
perdonando, como se es perdonado;
muriendo, como se resucita a la Vida Eterna.*

(San Francisco de Asís)

9.2. Puesta en común

9.3. Plan Personal de Vida

- Oración
- Personalización
- Misión

- Participación en la vida de los Equipos

¿Cómo realizo mi oración? ¿Realmente presto atención y la hago con atención? ¿O en ocasiones se convierte en una simple repetición?

¿He intentado dar lo mejor de mí? ¿Intento mejorar día a día, o la pereza y el conformismo me vencen?

¿He tenido paciencia con los demás, en especial en casa, con la familia? ¿Estoy dispuesto a darme a los demás, a ofrecerme, o me encierro en mí mismo?

¿Cómo es mi actitud cuando voy a las reuniones? ¿Estoy dispuesto a participar, o más bien voy con una actitud pasiva? ¿Participo en la vida comunitaria de los equipos, o simplemente cumplo yendo a las reuniones?

9.4. Tema

¿Estás dispuesto al compromiso? Ante esta pregunta, muchos de nosotros, jóvenes de una sociedad acelerada y sin freno, podemos tener una primera respuesta de rechazo, de no querer ni si quiera plantearnos eso, como si fuese algo nocivo, venenoso, o incluso matase nuestras ansias de libertad y de frescura en el día a día.

Pero seguro que, después de caer en la cuenta, nos percataríamos de que es necesario en esta vida tener metas, ideales, preocupaciones, para poder saborear este regalo que es la vida, para poder decir: "misión cumplida", y disfrutar de esa satisfacción gratuita que da el trabajo bien hecho.

Y es que, ciertamente, para muchos la única preocupación será el vivir la vida a "tope", disfrutar, contando los días que faltan para el

viernes y poder divertirse. Otros, buscaran lo último, lo más "top": en ropa, en móviles, etc. Tener el corazón siempre ocupado, o más bien transitado, sin que nadie se quede demasiado tiempo es, ciertamente, otra preocupación de muchos jóvenes. Para solucionarlo utilizan relaciones vacías, simples, sin ningún compromiso serio.

Seguro que, después de esta pequeña introducción, muchos de vosotros os veis muy lejos de estas situaciones descritas. Pues bien, con este tema queremos que os analicéis sinceramente y que podamos ser reflejo de Cristo en nuestro ambiente, en nuestras vidas.

Para ello, vamos a desarrollar el tema centrándonos en las preocupaciones que debería de tener un joven católico del siglo XXI. Podríamos empezar con el deseo de querer conocer la fe, conocer a Jesucristo vivo como el único Salvador del mundo y de cada uno de nosotros. El mensaje de Jesús es la única razón de nuestra vida: somos sueños de Dios, hijos suyos creados por amor y para el amor, es decir, a su "imagen y semejanza". Al darnos la vida y al poner a nuestra disposición la Creación, Dios nos ha hecho libres, porque nos ama. Está en nuestra mano elegir hacer el bien a nuestro alrededor. ¿Damos gracias al Padre por el don de la vida cada día?

Tan importante como lo anterior es querer descubrir y entender qué sentido tiene nuestra vida, para qué estamos en el mundo y qué proyecto tiene soñado Dios para cada uno de nosotros. Podría parecer una pregunta retórica, idílica o casi imposible de resolver, pero deberíamos sentarnos y pararnos a reflexionar. ¿Qué es lo que quiere Jesús de nosotros? ¿Cuál es nuestro camino para llegar al Reino de Dios?

La respuesta a estas preguntas conlleva tiempo de meditación, de reflexión, pero sobre todo de oración. La manera de hacer que la respuesta a estas preguntas sea la idónea es pedirle a Dios que nos ayude. Pedirle a Dios luz y valentía. Luz para saber ver su voluntad en mi vida, y valentía para dar un paso adelante, abrazarla y asumirla como lo mejor que me ha podido pasar en esta vida, porque viene de Dios y a Dios me lleva.

Nosotros, los jóvenes, estamos en el momento de forjar nuestras vidas, de ir cimentando nuestro mañana. Es preciso ver nuestra vida con los ojos de Dios e ir corrigiendo el camino, ya que por nuestro egoísmo, independencia, o a causa del pecado nos desviamos con frecuencia o hacemos oídos sordos. Para esto también necesitamos la ayuda de Dios, su gracia para que vivamos por él, con él y en él.

Por último, otra preocupación que deberían tener los jóvenes es colaborar por una sociedad más cristiana, siendo cada uno fiel, generoso y justo. Los jóvenes cristianos vivimos en una época complicada, mucho de lo que nos rodea son cosas que nos alejan de Dios y nos acercan al pecado. Vivimos en un mundo descristianizado, o que entiende la realidad de Dios como una superstición, algo antiguo, rancio y manido. Además, siendo sinceros, la mayoría de nosotros vivimos agazapados en nuestro día a día, con una fe mediocre, porque sabemos que la religión no es "trending topic" en la vida de los jóvenes que nos rodean.

Muchos de vosotros, que quizás empezáis a ver ya qué es lo realmente importante en la vida, diréis: "yo quiero rodearme de buenas personas, buenos compañeros de camino en esta vida. Buenos amigos que me lleven a algo más que al botellón del sábado, siempre tan monótono y simple".

Mira en el corazón de tantos jóvenes. ¿No te parece que encuentras desesperanza, una vida sin horizontes, una vida aburrida, sin futuro, vivida a ver qué sale, con una perspectiva incierta y pesimista del mañana? Los jóvenes cristianos debemos ser un faro para todos esos jóvenes que viven sin ilusión, envueltos en una rutina superficial y sin sentido. Debemos ser una fuente de esperanza, una fuente de inspiración, de manera que, al vernos, piensen: ¿qué tendrá este, que desprende algo diferente? ¿Qué tendrá, que le hace estar siempre tan alegre y optimista? ¿Por qué no se comporta siguiendo los patrones de hoy en día?

Nuestra forma de vivir es la herramienta más poderosa que tenemos. Simplemente con el hecho de intentar seguir a Jesús, suscitaremos la curiosidad de muchos de los que nos rodean. Con una simple conversación, podemos transformar, podemos dar esa vuelta de tuerca, podemos arrojar esa luz que muchos jóvenes están buscando.

Por eso es importante saber las tentaciones que acechan a los jóvenes de hoy en día, para saber combatirlas y vivir con integridad. Somos la esperanza de muchos jóvenes, no lo olvidéis.

9.5. Preguntas para reflexionar

- ¿Tengo ideales en mi vida? ¿Cuáles son? ¿Estos ideales son iluminados por Jesús y el Evangelio? ¿Cómo lucho por mis ideales? ¿Intento sumar ideales a la luz de Evangelio? ¿Tengo a Cristo como el gran ideal de mi vida?
- ¿Cuáles son las preocupaciones de mi vida? ¿Mis preocupaciones, son solo mías, o aparece el prójimo? ¿Me preocupo por descubrir qué quiere Dios de mí? ¿Mi

preocupación principal es mejorar, acercarme más a la santidad?

