



# RETIRO PENTECOSTÉS 2020

Fátima Gil stj

## INTRODUCCIÓN

Qué difícil decir alguna palabra con sentido en este momento de tanto dolor, desconcierto y miedo. Cuando nos parece que la amenaza invisible del corona virus no se termina, que ya nunca vamos a disfrutar igual del sol, de los paseos, de los encuentros y los abrazos, de la naturaleza, del mar...Y, en esta situación, cuánto necesitamos de luces que nos alumbren sobre lo esencial, sobre el camino a seguir y sobre cómo volver a empezar.

Y necesitamos sobre todo un tiempo de silencio para INTEGRAR porque en este confinamiento hemos estado encerrad@s dentro de nuestras casas, pero hemos estado bombardeados por noticias, cifras de España y de todos los países como en una terrible competición de contagios y de muertes. Tan pendientes de muchos datos, ruedas de prensa, teletrabajos, video conferencias, medios de comunicación, radio, TV... y de hacer cosas para no aburrirnos y pasar el tiempo para no agobiarnos. Silencio, lo que se dice silencio, no sé si hemos aprendido a disfrutar mucho de él. Y como exclama Teresa en el libro de sus fundaciones: "Me parece no era posible entre tanta barahúnda crecer el Espíritu" (F5,6).

No recuerdo de quién era un comentario que me ayudó bastante en las primeras semanas de confinamiento, y decía que esta experiencia solo nos transformaría en mejores personas dependiendo de lo que cada uno trabajáramos por dentro con ella. Recuerdo que pensé, "claro, ¡como todo en esta vida!". Entonces me pareció algo muy obvio, pero me he dado cuenta de que no lo era tanto. Cuando estamos sumidos en una situación de tanta inseguridad, miedo y desconcierto, no es fácil trabajarnos por dentro. El duelo y el miedo ocupan toda nuestra atención. Miedo personal y general que nos provoca sentimientos de supervivencia o de victimismo que son en los que se pueden centrar nuestras energías. Creo que es normal, porque necesitamos mecanismos de defensa ante las amenazas. Pero somos como toda la humanidad supervivientes y víctimas.

Somos supervivientes y creyentes. Como humanos, necesitamos aprovechar todas las situaciones de la vida para crecer, y como creyentes, descubrir y acoger, aunque no se entienda, la presencia del Espíritu de Dios vivo en mí y en la realidad que progresa y va tejiendo la historia de salvación. Dice el Papa Francisco que el Espíritu es un gran trabajador y trabaja en nosotros siempre.



Os invito a que esta sea nuestra perspectiva para mirar hacia dentro con Teresa, en este Pentecostés tan distinto que vivimos. Pedir que el Espíritu nos revele cuál es ese trabajo (Jn 16,13) y cómo lo va realizando en cada un@ y en el mundo, es como un encaje delicado de bolillos. En este momento, al inicio del retiro os invito a poner eso poquito que es en nosotros, como dice Teresa: Que nuestra disposición sea acoger su soplo y su trabajo:

“paréceme que querría dar voces para dar entender a todos los que les va en no se contentar con cosas pocas y cuánto bien hay que nos DARÁ Dios en disponiéndonos nosotros” (CC 1,5)

## 1- ¿CÓMO?

La metáfora del camino, y la flecha que es icono del camino de Santiago, me resultan muy queridos y muy hondos para ir entendiendo cómo vivo mi fe. Creo que todas/os los que hayamos tenido la suerte de hacer el camino entendemos el porqué. La vida de fe y el regalo de creer son también un camino y un proceso. Con etapas duras, oscuras, de lluvia y madrugones, en las que el desánimo te abrumba pensando que nunca llegarás a la meta; y otras etapas de un gran gozo, disfrutando de unas mediaciones preciosas y de momentos que ayudan a redescubrir tus raíces y otros aspectos muy importantes de tu vida.



Toda nuestra vida creyente, que está integrada en nuestro crecimiento humano, es una etapa larga hacia la plenitud. Me gusta tomar prestadas las palabras de Joan Chittister:

*“...La vida por muy discontinua que sea, es un alargado momento para llegar a ser lo mejor que podemos ser. Al final, llegamos a comprender que la vida no es más que un proceso de ir creciendo hacia Dios.*

*Pero no se trata de un proceso lineal. En el mejor de los casos está jalonado por parones y nuevos comienzos, por momentos aparentemente sin sentido y momentos que ponen a prueba la fortaleza anímica.*

*Crecer hacia Dios no es, por tanto, el proceso de hacerse perfecto. Por el contrario, aspirar a la perfección supone condenarnos a un fracaso que puede llevar a la depresión o a la desesperación (...) simplemente el proceso de irnos haciendo plenamente humanos es más que suficiente para hacer que la vida merezca la pena.”*

*El proceso de irnos haciendo plenamente humanos se integra con el proceso de ir disponiendo en nosotros ser plenamente creyentes. La fe es un proceso que nunca es lineal sino espiral, donde se experimenta que voy pasando varias veces por el mismo sitio, pero nunca soy la misma, sino que se va ahondando más en la conciencia de lo que Dios es y en lo que yo me voy convirtiendo y cómo se va aprendiendo ese trato de amistad particular a la que nos invita Teresa.*

*“¡Oh, qué buen amigo hacéis, Señor mío, cómo le vais regalado y sufriendo, y esperáis a que se haga a vuestra condición, y tan de mientras le sufrís Vos la suya (...) porque para ser verdadero el amor y que dure la amistad, hanse de encontrar las condiciones” (V8,5-6)*

Este proceso de fe de los discípulos aparece de una forma muy cercana en los relatos de resurrección del evangelio de Juan:

“Ese mismo día, el primero después del sábado, los discípulos estaban reunidos por la tarde, con las puertas cerradas por miedo a los judíos. Llegó Jesús, se puso de pie en medio de ellos y les dijo: «¡La paz esté con vosotros!» Dicho esto, les mostró las manos y el costado. Los discípulos se alegraron mucho al ver al Señor. Jesús les volvió a decir: «¡La paz esté con vosotros! Como el Padre me envió a mí, así os envío yo también». Dicho esto, sopló sobre ellos y les dijo: «Recibid el Espíritu Santo (...) Ocho días después, los discípulos de Jesús estaban otra vez en casa, y Tomás con ellos. Estando las puertas cerradas, Jesús vino y se puso en medio de ellos. Les dijo: «La paz esté con vosotros» (Jn 20,19-30)

Los discípulos, que están como nosotr@s con las puertas cerradas por miedo a las amenazas externas, se alegran mucho de ver al Señor vivo y resucitado. Además de alegrarse y aunque el texto no lo diga, el asombro debió de apoderarse de ellos por completo y seguramente los dejaría sin palabras. Jesús que comprende bien el miedo y la sorpresa, les enseña las manos y el costado para reivindicar su identidad: es el Maestro; para mostrarles claramente que vivir y morir como Él lo ha hecho, es lo que le ha llevado a resucitar.

Pero, además, para arrancarles de ese miedo que entiende les ha paralizado y cerrado el horizonte, Jesús les regala por primera vez el Espíritu Santo. El texto de Juan utiliza la misma palabra que tanto en hebreo como en griego significa “soplo, espíritu” (cfr Ez 37,1-14; Gn 2,7; Hch 2,2-4).” Dicho esto, sopló sobre ellos y les dijo: «Recibid el Espíritu Santo “

#### ❑ **Un primer punto para orar: Encerrad@s y con miedo recibimos el Espíritu.**

La misma situación que vivimos ahora y que no es ninguna barrera para el Espíritu porque en otros momentos de la historia el miedo ha sido punto de partida

para el encuentro con Dios. Incluso la misma Teresa así lo experimentó" en el movimiento a tomar estado más me parece que me movía un temor servil que amor" (V3,6). Teresa es una mujer de muchos miedos, al demonio, ser tentada y engañada, a que no le permitan llevar a cabo su reforma, etc. El Señor sabe lo que necesita, y al igual que con los discípulos, le regala su Espíritu de paz, que a ella se le imprime dentro. (...) "más queda el alma con grandísimos efectos y perdido el miedo a los trabajos que le pueden suceder"(MVI 11,10)

Quizá nunca habíamos caído en la cuenta que el Espíritu viene dos veces en el Nuevo Testamento. Es decir que el Espíritu de Jesús, ese mismo Espíritu de vida que creó el Universo en el principio, llega a los apóstoles dos veces: Según Juan el mismo domingo de Resurrección en que se aparece también a María Magdalena, al anochecer. Luego según Lucas, de nuevo llegará a ellos en Pentecostés, una vez que han experimentado la Ascensión, cincuenta días más tarde del momento de la aparición del Resucitado. Dos veces, y sin embargo, no parece que la primera haga mucho efecto sobre los discípulos, porque a los ocho días siguen con las puertas cerradas por miedo y ni siquiera tienen el entusiasmo suficiente para convencer a Tomás: "Ocho días después, los discípulos de Jesús estaban otra vez en casa, y Tomás con ellos. Estando las puertas cerradas". (Jn 20,19-30)

En nuestros procesos como personas creyentes ¿son tantas las puertas cerradas y tantas las veces que necesitamos recibir el Espíritu! También el Maestro entiende nuestras torpezas y lentitud para entender y creer como los discípulos. Nos pacifica que Jesús sepa que necesitamos recibir muchas veces su Espíritu de vida para vencer las sombras de muerte con las que a veces me peleamos como lo expresa la Santa." ... que bien entendía que no vivía, sino que peleaba con una sombra de muerte-y no había quien me diese vid ay no la podía yo tomar" (v 8,13)

Para Teresa es importante tratar de entender y explicar el camino que el Espíritu va marcando en su historia de salvación; su experiencia es lo único a lo que agarrarse ya que no siente muchos otros apoyos. Nosotros como teresian@s, apoyados en nuestra experiencia creyente queremos aprender a identificar las pistas y "flechas" que nos va dejando ese Espíritu como sendero de crecimiento en cada un@, para encontrar el camino de la libertad. Necesitamos ejercitar la atención y recordar con memoria afectiva, es decir, vinculada a personas, palabras, espacios y situaciones esas veces en que nos hemos experimentado liberad@s para amar más y mejor, con nuestras sombras ya desdibujadas.

- Te invito a hacer un pequeño mapa de tu personal Camino de Santiago en la fe. Un recorrido por los lugares, personas y situaciones en que has recibido el Espíritu, cuando has experimentado el proceso de Espíritu en ti con su brisa suave y creativa, su paz sobre los miedos, su liberación...Un recorrido agradecido por los momentos importantes de tu historia de fe y de salvación.

Necesito  
tu presencia, un tú inagotable y  
encarnado que llena toda mi  
existencia,  
y tu ausencia, que purifica mis  
encuentros de toda fibra  
posesiva.  
Necesito  
la palabra en la que te  
dices y me digo sin acabar  
nunca de decirnos,  
y el silencio en el que  
descansa mi misterio  
en tu misterio.



Benjamín González Buelta, sj

## 2- ¿QUÉ?

**¿En qué está consistiendo el trabajo del Espíritu en mí en estos momentos tan duros?  
Volvemos a mirar desde Teresa: "Será posible entre tanta barahúnda crecer el Espíritu?"**

Este tiempo está siendo una gran oportunidad del Espíritu, para tocar y agarrarnos fuerte a lo esencial. Quiero compartir con vosotr@s algunas claves esenciales que he ido descubriendo en mi vida como uno de los mayores regalos porque me ayudan a ser yo misma, a estar en paz, a vivir la alegría y la esperanza posibles. Considero que son claves que ya hemos escuchado, no son novedosas, pero sí necesitan de ser redescubiertas porque en el proceso creyente son innegociables.

### > **La primera clave: AGRADECIMIENTO, GRATITUD.**

Vivir con gratitud solo es posible cuando nos damos cuenta de que otras personas hacen cosas en nuestro beneficio que no pueden ser realizadas por nosotros mismos. Supone una doble acción previa: valoración y reconocimiento. Vivir en este doble movimiento nos hace salir de nosotr@s mism@s y de nuestros mundos. Nos hace estar atent@s para reconocer la bondad en otros y saber que lo que me



ofrecen como un regalo, nunca es merecido.

La gratitud no es solo una técnica para ampliar la felicidad personal, no solo nos permite sentirnos bien sino sobre todo hacer el bien.

Además, somos capaces de vivir en gratitud en cualquier momento de nuestra vida, y en ese momento generar ondas de positividad y esperanza. Podemos vivir con gratitud esta situación, el confinamiento, dando gracias cada día por tener una casa donde poder permanecer (y no la calle), por tener alimentos, medicinas, mascarillas, comunidad, conservar la salud ....

Pero la gratitud que reconozco como fruto del Espíritu, no es solo un estado de ánimo de algunos momentos, sino un acto de voluntad, de querer ser muy consciente y tener intención de vivir así: reconociendo y valorando en toda situación tanto como recibo de otros y no merezco. Esta actitud me fortalece para convertir el miedo y la incertidumbre en confianza y serenidad, sin perder de vista el dolor y la amenaza.

La gratitud es una manera de ver que cambia nuestra mirada. Teresa es de natural agradecido, pero además pone el agradecimiento en la base de su relación con Dios: "(...) entendamos bien, como ello es, que nos lo da Dios sin ningún merecimiento nuestro, y agradezcámoslo a su Majestad; porque si no conocemos que recibimos no despertamos a amar" (V10,4)

- Te invito a mirar con humildad si el agradecimiento ha sido fundamento en estos días de confinamiento, en tu vida cotidiana, o si por el contrario descubres en ti quejas, exigencias, críticas. Intenta descubrir si el agradecimiento está en la raíz de tu relación con Dios, con los hermanos, si es tu modo habitual de pensar.
- Puedes orar con las palabras de Jesús en Mt 11,25-30.

### > **La segunda clave: LA MIRADA**

La gratitud es una manera de ver que cambia nuestra mirada. Robert A. Emmons sostiene que la capacidad de agradecimiento está profundamente integrada en la estructura de la especie humana y sin gratitud es imposible crecer. Suscribo su afirmación palabra por palabra desde mi experiencia, porque creo que la gratitud ayuda a ampliar la mirada, el horizonte. El bien que percibimos en nosotros, en los demás y en el mundo se multiplica y se amplía con una visión agradecida. Cuando te ejercitas en la clave del agradecimiento como actitud para la vida, esperas y te focalizas en el bien de los otros. No es que el mal o el dolor no existan, pero no tienen fuerza para ocupar toda la realidad, sino al contrario se empequeñecen.

Además, la mirada agradecida y amplia como actitud habitual, como voluntad ante la vida, nos facilita conectar con los demás, establecer puentes, ser

empáticos, compartir alegrías y dificultades... nos permite vivir las relaciones con mucha mayor consciencia dando valor a cada persona y a cada uno de sus gestos. En este tiempo de confinamiento hemos podido experimentar al Espíritu iluminando nuestra mirada para que fuera más amplia, para dirigirla a los más vulnerables de esta epidemia, los de cerca y los de lejos, para buscar de qué manera poder cuidarlos.

Una mirada renovada que nos ayuda a relativizar, a no dar importancia a las cosas que no la tienen, que nos ayuda a mirar a los otros más allá de la dificultad, del encontronazo por las diferencias.

Ojalá que esa mirada, regalo del Espíritu se haga profunda y habitual en nuestra vida. No solo en los tiempos de confinamiento.

- Te invito a que revises cómo ha sido tu mirada en estos días...tu mirada hacia la gente que convive contigo, cómo ves las calles y parques después de dos meses sin verlos, a los vecinos, a tu familia ...

¿has experimentado una forma de mirar diferente?

¿Has podido ampliar la mirada viendo otras cosas que antes no habías descubierto?

Agradece al Espíritu su acción en nosotr@s.

### > Tercera clave: LA COOPERACIÓN

Dice Leonardo Boff "lo que nos está salvando no es la competencia- el motor del capitalismo- sino la cooperación; no es el individualismo-la expresión cultural del capitalismo- sino la interdependencia de todos con todos".

Ya sabíamos que, en la evolución de las especies, se adaptan los que cooperan no los que compiten. Que en las empresas y proyectos destacan los que cooperan, no los que compiten. En la innovación educativa, aprenden más los que se acostumbran al método cooperativo no al competitivo. Y, sin embargo, en nuestra vida seguimos compitiendo en vez de colaborar y siendo individualistas en vez de interdependientes. El confinamiento nos ha obligado a cooperar, y el Espíritu en esta realidad me ha recordado que tomar decisiones desde la cooperación es el modo más evangélico de hacerlo, aunque no sea el más popular. El Espíritu quiere activar en nosotros el deseo de Teresa y de Enrique. Nos recuerda que el modo teresiano es el trato de amistad, con Dios y con los demás, la relación y la cooperación, nunca el individualismo y la competición.

Hay muchas oportunidades en la vida cotidiana para ahondar en la relación como camino de encuentro, pero se nos van perdiendo por el camino del individualismo que se nos cuela dentro de la Iglesia, de la misión y de las vidas comunitarias y familiares. Y cuando hablamos de misión nunca podemos apoyar

caminos de realización personal que no promueven la cooperación ni la interdependencia sino el protagonismo y la acomodación personal. Esa no es la misión de Jesús.

Como decía al principio, en medio de esta baraúnda, y desde la realidad, una realidad dura y dolorosa en este caso, el Espíritu nos quiere recordar algunas claves esenciales para nuestra vida. Claves que se nos iban desdibujando y habíamos olvidado en nuestra vida cotidiana quizá más tranquila, más acomodada, más segura y poco contracultural.

Fernando Vidal en su "diario del Covid" en la revista Vida Nueva nos dice: "No habrá reconstrucción integral sin una reconstrucción personal (...) si tuviéramos que diseñar un plan de reconstrucción integral podríamos promover un programa que se llamaría redescubrir lo esencial"

- Te propongo que delante de la Ruah (Espíritu en hebreo) mires tus relaciones, tu comunidad, tu familia, tu misión y tareas en este año. Mira cuáles han sido los mejores momentos, las mejores relaciones... mira cuáles son habitualmente tus estrategias ¿cooperar o competir?  
¿Vas construyendo equipos, puentes, proyecto común, caminos de fraternidad o te dejas apresar por el individualismo y bien personal, por tus proyectos, tu tiempo...?

Ojalá al terminar este día podamos agradecer desde muy dentro el trabajo del Espíritu en cada un@ durante este tiempo difícil del confinamiento. Ojalá podamos renovar una dinámica de agradecimiento para vivir cada día con una nueva mirada esta nueva normalidad. Busquemos opciones sencillas de relación-cooperación. Y ojalá vayamos eligiendo ser "personas espirituales", descubridoras del Espíritu en medio de esta baraúnda, como lo hicieron Teresa y Enrique.

«Paréceme a mí que el Espíritu Santo debe ser medianero entre el alma y Dios y el que la mueve con tan ardientes deseos que la hace encender en fuego soberano, que tan cerca está» (Conceptos de Amor de Dios 5,5)

