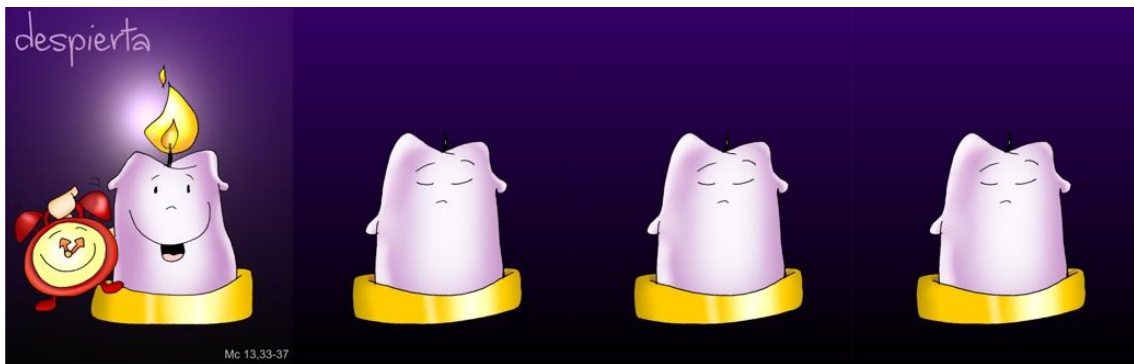


ADVIENTO 2014



**MATERIAL EN CLAVE
DE RETIRO ESPIRITUAL**

¡YA ES TIEMPO DE ADVIENTO!

Materiales de oración

Este material puede ser utilizado en clave de retiro espiritual (personal o comunitario), pero también como una preparación progresiva para la Navidad. Consta de una introducción con palabras del Papa Francisco, sobre el Adviento; algunas reflexiones que nos ayudarán a profundizar en el sentido de este tiempo litúrgico: una canción, un salmo, algunas claves; y la meditación del Evangelio de cada una de las semanas de Adviento.

Introducción:

El tiempo de Adviento es, principalmente, un tiempo de preparación para la Navidad. El camino que recorreremos estos días es un camino de Iglesia, un camino de pueblo de Dios, hacia la Navidad. Y caminamos al encuentro del Señor, porque eso es precisamente lo que es la Navidad. Y recorreremos este camino de Adviento para encontrar al Señor, encontrarlo con el corazón, con la vida; encontrarlo vivo, como Él es; encontrarlo con la fe.

Pero no sólo eso, sino que sobre todo el Adviento es ponernos en camino para dejarnos encontrar por Jesús. Y debemos hacerlo con corazón abierto, para que Él me encuentre, me diga lo que quiere decirme, que no es siempre lo que quiero que Él me diga. Y no olvidemos que es el Señor y me dirá lo que tiene para mí, para cada uno de nosotros, porque el Señor no nos mira en conjunto, como a una masa: ¡no, no! Él nos mira uno por uno, a la cara, a los ojos, porque el amor no es un amor abstracto, sino un amor concreto. Persona a persona. El Señor, persona, me mira a mí, persona. He aquí por qué dejarnos encontrar por el Señor significa, en definitiva, dejarse amar por el Señor. (Papa Francisco)

Tras la lectura de la introducción escuchamos esta canción de Hermana Glenda que nos ayudará a situarnos en este tiempo de Adviento, con un deseo en el corazón, que el Señor venga a nuestra vida.

CANTO:

Ven Señor Jesús, porque sin Ti ya no hay paisaje,
ven Señor Jesús, porque sin Ti no Hay melodías.
Ven señor Jesús, porque sin Ti no encuentro paz en nada,
sin Ti mis ojos no brillan.
La vida es poca cosa, sin Ti, sin Ti,
sin Ti, sin Ti, la vida es poca cosa

Ven Señor Jesús, ven pronto a mi vida,
ven pronto Señor, ven pronto.

Porque sin Ti yo no quiero la vida,
ya no canto con alma, ya mis manos no sirven,
ya no escucho latidos, ya no abrazo con fuerza,
mi corazón no se ensancha, mi sonrisa no es plena
Todo sin Ti nada vale la pena,
porque sin Ti ya no me llena nada,
porque sin Ti todo suena a vacío,
sin Ti todo me deja tristeza,
porque sin Ti yo no respiro hondo,
porque sin Ti todo me cansa,
porque sin Ti me falta todo y me sobra todo,
todo sin Ti, sin Ti

Ven Señor Jesús, ven pronto a mi vida,
ven pronto Señor, ven pronto, porque sin Ti
No me importa mi hermano,
no me importa el que sufre,
porque sin Ti, mi corazón es de piedra,
a quien todo resbala, acostumbrado a los pobres,
acomodado en su casa, sin jugarse la vida,
sin gastarlo por nada, sin gastarlo por nada.

Ven Señor Jesús, ven
pronto a mi vida, ven pronto Señor, ven pronto

Reflexión de la canción:

- Háblale al Señor de todo lo que la canción ha despertado en ti.
- Cuando amamos tenemos necesidad de estar cerca de la persona que queremos, dile a Dios:
 - o Señor, ven a mi vida porque...
 - o Señor, ven a mi corazón porque sin ti...
 - o Señor, ven a mi familia porque...

Reflexión en torno a la canción y a la introducción de Papa Francisco.

En muchas de nuestras parroquias o grupos escuchamos estos días: ¡¡Ya es tiempo de Adviento!! Pero, como puedo vivir con sentido este tiempo para, como dice el Papa Francisco, pueda tener ese encuentro con el Señor. Un pequeño testimonio nos dará algunas claves para entenderlo:

«Dentro de unos días comienza el tiempo de Adviento», dijo el sacerdote a los que participábamos en la eucaristía dominical. Lo repitió hasta tres veces, pero no conseguí entender qué era eso del tiempo de Adviento. Debía ser algo importante porque la gente estaba atenta y porque se anunciaron mogollón de actividades y celebraciones para ese tiempo. Dicen que en muchas ocasiones los jóvenes no entendemos algo y pasamos de preguntar, total -decimos- ¡qué más da! Pero el anuncio de aquel tiempo de Adviento me dejó intrigado y a la salida de misa le pregunté al sacerdote que si me podía explicar qué era eso del Adviento y de su tiempo.

Él, amablemente, me dijo: *¿Has colaborado alguna vez con otros para celebrar un acontecimiento importante? ¿Has ayudado alguna vez en casa para que todo estuviera listo cuando llegaran los invitados?*

El Adviento es **PREPARACIÓN**: preparación de un camino, preparación de una venida, preparación de un encuentro siempre nuevo.

Después me dijo: *¿Has deseado alguna vez que se cure de su enfermedad alguien a quien quieres mucho? ¿Has deseado alguna vez que pase el tiempo rápidamente para poder ver a ese amigo tuyo que viene a verte después de tanto tiempo?*

El Adviento es **DESEO**: deseo profundo y verdadero de que algo (Alguien) llegue, de que algo pase. El Adviento es esperar contra toda esperanza.

Y añadió: *¿Has hecho algo últimamente por cambiar aquello que no funciona en tu vida? ¿Has probado a convertir lo feo que hay dentro de ti en posibilidades para crecer?*

El Adviento es **CONVERSIÓN**: conversión de ideas, de palabras, de hechos; conversión de aquello que me impide ver más allá de lo que se ve; conversión de aquello que no hace ni me hace plenamente feliz, conversión de todo lo que me deshumaniza y esclaviza.

Por último, me dijo: *¿Has conocido últimamente nuevas personas? ¿Has acogido lo que son, lo que viven, lo que sienten? ¿Has experimentado alguna vez lo bien que se siente uno cuando es acogido por los demás sin más?*

El Adviento es **ACOGIDA DE LA VIDA** con mayúsculas, de todo lo que Dios quiere regalarnos, de todo cuanto se esconde en el misterio del amor verdadero: gratuito, incondicional y servicial.

Puntos de esfuerzo:

- La palabra Adviento procede del latín, y significa venida: la venida inminente de alguien que está al llegar y que, además, esperamos ardientemente. Es por tanto un tiempo de preparación, de deseo y esperanza, de conversión y de acogida. En él celebramos el misterio de la Venida del Señor. Nuestra vida se

presenta, con asombro siempre nuevo, ante el misterio de un Dios que se ha hecho hombre.

- Dura cuatro semanas y finaliza con la *Celebración de Navidad*. Con el Adviento se nos convoca a preparar la Navidad, es una convocatoria a crecer en la esperanza, a vivir la experiencia gozos de la cercanía de Dios.
- Jesús ya ha venido, y su venida transformó la historia del hombre. Su presencia anunciaba que el amor de Dios se hacía realidad para todo el que lo quisiera vivir. Solo se necesitaba cambiar el corazón. El corazón del hombre tenía que estar dispuesto a amar, a guiarse por la bondad de Dios, viviendo con los débiles el rechazo de la opresión, el poder y la riqueza. Por ello en Adviento es muy importante celebrar el sacramento de la reconciliación: reconocernos necesitados de que el Señor transforme nuestro corazón con su luz y con su vida.
- El Adviento es un tiempo precioso para prepararnos a re-encontrar a Dios en nuestra vida y en la vida de todos aquellos que nos rodean, comprometiendo toda nuestra vida en la transformación de nuestro mundo. Es un tiempo para dejar que Dios nazca en nosotros y encuentre un lugar para quedarse. Por eso la exclamación más importante del Adviento es la de los primeros cristianos: **¡Ven! ¡Ven, Señor Jesús! (Maranathá).**

¡¡VEN, SEÑOR JESÚS!!

Un poco de silencio y meditación:

- ¿Cómo viene Jesús a mi vida?
- ¿Qué cosas en mi vida me gustaría que viniera a cambiar?
- ¿Cuál es mi actitud: de acogida, de espera, de indiferencia...?
- ¿Qué cosas me gustaría que viniera a cambiar del mundo en el que vivo?

Un tiempo propicio, por tanto, para echar tres miradas:

UNA MIRADA HACIA ATRÁS, hacia el acontecimiento de Jesucristo, para vivirlo con intensidad, y celebrar que Dios se ha hecho hombre, que Dios ha entrado en nuestra historia, ha hecho suya nuestra debilidad y nos ha abierto el camino capaz de liberarnos del mal y del pecado. Poder celebrar este hecho decisivo exige sumergirnos en los sentimientos del pueblo de Israel y despertar en nosotros una actitud de espera, de deseo de la venida del Señor, que nos libere y transforme nuestra vida en una nueva manera de vivir. Para esto fijaremos nuestra atención en los profetas, por su esperanza y confianza en el Mesías que iba a venir, y en María, que se sabe pobre y

frágil en un mundo necesitado de la acción salvadora de Dios y se abre a Él para hacer posible su venida.

UNA MIRADA A NUESTRO ENTORNO, para celebrar la venida constante de Dios. Invitados a vivir la venida histórica del Señor experimentando su venida constante en las personas y los acontecimientos de nuestra vida. Pero sobre todo una venida que se hace actual en el rostro sufriente del hermano. Una venida que se hace constante en la oración, en el diálogo amoroso, donde dejamos que Él sea nuestro compañero de camino. O cuando nos reunimos en su nombre, como comunidad creyente y celebramos los sacramentos, que es donde se hace presente de manera más viva y eficaz.

UNA MIRADA A LA VENIDA DEFINITIVA, como horizonte de nuestra existencia, donde la **esperanza** proclama que nuestra historia no está condenada al fracaso, sino a compartir con toda la humanidad la vida plena de Dios. Una esperanza alegre y pacificadora que alienta en el camino y anima a la responsabilidad de cada día: familia, ocio, trabajo, estudios; bajo la certeza de que una mano amorosa nos acogerá para eternizar nuestra vida.

A dos coros proclamamos: Salmo de los ojos en alto

*Busco las cosas de arriba, Señor; las de tu Reino.
Alzo mis ojos a los montes en espera de tu auxilio.
De ti, Señor; de tu amor y fidelidad espero tu respuesta;
de tus manos, Padre, espero la gracia y la verdad.*

*Toma mis manos abiertas: llénalas de tus dones abundantes;
toma mis manos abiertas: derrama en ellas el don de la vida.
Alzo mis ojos a ti: espero ver la luz de tu rostro;
alzo mis ojos a ti: espero palpar tu compasión y misericordia.*

*Yo sé que tú no duermes, Señor; yo sé que velas siempre.
No duermes ni descansas cuidando a los hombres.
Que mi pie no titubee al dar un paso adelante.
Que camine siempre despierto con los ojos puestos en la meta*

*No; tú no duermes ni descansas ante la obra de tus manos;
tu corazón de Padre está despierto y atento a los pasos del hombre.
No; tú no duermes ni descansas ante la creación que nos has dado;
tu corazón de Padre vigila sobre ella como centinela en la noche.*

*Mis ojos se alzan buscando la verdad en tus caminos;
mis ojos se abren para que me inundes de la fuerza de tu luz;
mis ojos están atentos al paso de tu ternura por la Historia;
mis ojos vigilan tu llegada en espera de tu salvación.*

*Tú eres mi sombra protectora ante el calor del sol de mediodía;
tú eres mi tienda en la montaña ante la lluvia persistente;
tú eres el agua fresca que corre saltando entre los guijarros;
tú eres la brisa suave que acaricia mi rostro al caer el sol.*

*En ti confío, Señor, cuando la tentación sacude mi cabaña;
en tus manos me abandono, Señor, cuando la crisis me deja inseguro;
tú eres mi esperanza cuando se apaga la vela en la noche;
tú eres el gozo y la alegría en los días en que todo va contra mí.*

*Guarda mi pobre corazón, Señor, que es joven y aún no está maduro;
guarda mi pobre corazón, Señor, que es joven y aún no tiene resistencia;
guarda mi pobre corazón, Señor, que es joven y tiene miedo a la definitivo;
guarda mi pobre corazón, Señor, que es joven y no sabe de fidelidad.*

*Quiero salir de mis ataduras y romper los lazos que me amarran;
quiero derribar las cercas que limitan mi libertad,
quiero romper los barrotes que me tienen prisionero y oprimido;
quiero derribar las alambradas que no me dejan respirar.*

*Haz que yo entre, Señor, por el camino de lo bello y puro;
haz que yo entre, Señor, por el camino del bien y la paz;
haz que yo entre, Señor, por el camino que conduce a la Vida;
haz que yo entre, Señor, por el camino de la verdad y sinceridad.*

*Desde ahora y por siempre quiero buscar las cosas de arriba;
desde ahora y por siempre quiero vivir el mundo de tus valores;
desde ahora y por siempre quiero ser joven de corazón limpio;
desde ahora y por siempre quiero que en mi vida el Centro seas Tú.*

(Adaptación de Salmo 120)

EL ADVIENTO UN CAMINO DE CUATRO SEMANAS

PRIMERA SEMANA: VELAD.

- **EVANGELIO: Mc 13, 33-37:** "Velad, pues no sabéis cuándo vendrá el dueño de la casa"

En aquel tiempo, dijo Jesús sus discípulos: "Mirad, vigilad: pues no sabéis cuándo es el momento. Es igual que un hombre que se fue de viaje y dejó su casa, y dio a cada uno de sus criados su tarea, encargando al portero que velara. Velad entonces, pues no sabéis cuándo vendrá el dueño de la casa, si al atardecer, o a medianoche, o al canto del gallo, o al amanecer; no sea que venga inesperadamente y os encuentre dormidos. Lo que os digo a vosotros lo digo a todos: ¡Velad!".

Desde tu vida: ¡Vela! ¡Despierta! Pues no se puede entregar a un proyecto de vida aquel que permanece constantemente dormido. No puede seguir a Jesús, que viene a recorrer nuestros caminos, aquel que es incapaz de caminar. Esperar a Jesús, desear que se fije en nosotros, que nos llame, que transforme cuanto somos y nos rodea, supone reconocer la propia existencia, con su pequeñeces y sus grandezas.

- **VER:** hay muchas situaciones en mi vida y a mi alrededor que necesitan de mis manos, de la fe y esperanza que el Señor me regala ¿Cuáles son?
- **JUZGAR:** a la luz de este evangelio ¿cómo me sitúo? ¿duermo? El Señor me pide que despierte mi vida, ¿cómo vivo la espera del Señor? ¿me lleva a situarme en clave de servicio esperanzado?
- **ACTUAR:** ¡Vela! Escuchando esta llamada ¿a qué me siento llamado a despertar mi vida? ¿Cómo puedo concretar el permanecer en vela?

ORAR:

Dios todopoderoso, aviva en tus fieles, al comenzar el Adviento, el deseo de salir al encuentro de Cristo, que viene, acompañados por las buenas obras, para que, colocados un día a su derecha, merezcan poseer el reino eterno. Amén.

SEGUNDA SEMANA: PREPARAD.

○ **EVANGELIO:** Mc 1, 1-8: "Allanad los senderos del Señor".

Comienza el Evangelio de Jesucristo, Hijo de Dios. Está escrito en el profeta Isaías: "Yo envío mi mensajero delante de ti para que te prepare el camino. Una voz grita en el desierto: "Preparad el camino del Señor, allanad sus senderos". Se presentó Juan en el desierto bautizando predicando un bautismo de conversión para el perdón de los pecados. Acudía a él toda la región de Judea y toda la gente de Jerusalén. Él los bautizaba en el río Jordán y confesaban sus pecados.

Juan iba vestido de piel de camello, con una correa de cuero a la cintura, y se alimentaba de saltamontes y miel silvestre. Y proclamaba: "Detrás de mí viene el que es más fuerte que yo y yo no merezco agacharme para desatarle la correa de sus sandalias. Yo os he bautizado con agua, pero él os bautizará con Espíritu Santo".

Desde tu vida: Todo encuentro con el Señor, toda entrega que estemos dispuestos a realizar, necesita preparar Su acogida en nuestra vida. Digamos que, toda entrega necesita poner a punto el corazón, vaciarlo de todas aquellas cosas que nos pesan y nos impiden estar ligeros para volar cuando el Señor nos pida que emprendamos en vuelo.

- **VER:** en muchas ocasiones nuestro corazón es como “un cóctel” de sentimientos, sensaciones, valores, afectos... pero ¿Cuántos de ellos están a la altura de convivir con Dios? Si nuestro corazón es el lugar donde queremos que Dios venga y permanezca ¿cómo está? ¿de qué lo tengo lleno?
- **JUZGAR:** a la luz de este evangelio ¿Cómo preparo yo mi corazón para el Señor? ¿Qué valor doy a la oración? ¿a la meditación de la Palabra? ¿a los sacramentos, de manera especial a la reconciliación y la eucaristía.
- **ACTUAR:** ¿cómo me siento llamado a preparar el camino del Señor en mi vida? ¿y en mi parroquia o comunidad? ¿y en la sociedad, en el mundo?

ORAR:

Señor todopoderoso, rico en misericordia,
cuando salimos animosos al encuentro de tu Hijo,
no permitas que lo impidan los afanes de este mundo;
guíanos hasta Él con sabiduría divina para que
podamos participar plenamente de su vida. Amén.

TERCERA SEMANA: ALEGRÍA.

○ **EVANGELIO:** Jn 1, 6-8. 19-28: “En medio de vosotros hay uno que no conocéis”.

Surgió un hombre enviado por Dios, que se llamaba Juan: este venía como testigo, para dar testimonio de la luz, para que todos creyeran por medio de él. No era él la luz, sino el que daba testimonio de la luz.

Y este es testimonio de Juan, cuando los judíos enviaron desde Jerusalén sacerdotes y levitas a Juan a que le preguntaran: ¿Tú quién eres? Él confesó y no negó; confesó: yo no soy el Mesías. Le preguntaron: ¿Entonces, qué? ¿Eres tú Elías? Él dijo: No lo soy. ¿Eres tú el Profeta? Respondió: No. Y le dijeron: ¿Quién eres, para que podamos dar una respuesta a los que nos han enviado? ¿Qué dices de ti mismo? Él contestó: Yo soy la voz que grita en el desierto: Allanad el camino del Señor, como dijo el profeta Isaías. Entre los enviados había fariseos y le preguntaron: Entonces, ¿por qué bautizas si tú no eres el Mesías, ni Elías, ni el Profeta? Juan les respondió: Yo bautizo con agua; en medio de vosotros hay uno que no conocéis, el que viene detrás de mí, y al que no soy digno de desatar la correa de la sandalia. Esto pasaba en Betania, en la otra orilla del Jordán, donde Juan estaba bautizando.

Desde tu vida: Acoge la llamada del Señor. Deja atrás tus miedos, incapacidades, dudas o pecados. Es el momento de sentir la alegría porque sabemos que estamos en el camino de Dios, porque Él viene para hacerlo todo nuevo. Algo en nuestro corazón nos mueve hacia Él, porque sabemos que Él quiere encontrarse con nosotros. Y ante esto, puede existir mayor alegría.

- **VER:** la alegría que se nos ofrece vivir pasa por ser capaces de vivir lo que el Señor nos pide a cada uno, con humildad, sabiendo que es necesario que nosotros disminuyamos para que Él crezca ¿soy testigo de Cristo entre mis hermanos?
- **JUZGAR:** en este domingo ponemos la mirada en San Pablo que nos invita a estar siempre alegres y no apagar las ascuas del Espíritu de Cristo, que es alma y fuego, luz y amor, llama y vida, gozo y paz. ¿Cómo vivo yo ésta llamada a permanecer en la alegría del Espíritu? ¿en que se concreta en mi vida? ¿quién se beneficia de esta alegría?
- **ACTUAR:** la alegría para que sea plena debe de ser fecunda ¿qué cosas puedo hacer para testimoniar la alegría de la espera y el encuentro con el Señor?

ORAR:

Estás viendo, Señor, cómo tu pueblo espera con fe
la fiesta del nacimiento de tu Hijo;
concédenos llegar a la Navidad, fiesta de gozo y salvación,
y poder celebrarla con alegría desbordante. Amén

CUARTA SEMANA: RESPUESTA DE FE.

○ **EVANGELIO:** Lc 1, 26-38: "Concebirás en tu vientre y darás a luz un hijo".

En aquel tiempo, el ángel Gabriel fue enviado por Dios a una ciudad de Galilea llamada Nazaret, a una virgen desposada con un hombre llamado José, de la estirpe de David; la virgen se llamaba María. El ángel, entrando en su presencia, dijo: "Alégrate, llena de gracia, el Señor está contigo." Ella se turbó ante estas palabras y se preguntaba qué saludo era aquél. El ángel le dijo: "No temas, María, porque has encontrado gracia ante Dios. Concebirás en tu vientre y darás a luz un hijo, y le podrás por nombre Jesús. Será grande, se llamará Hijo del Altísimo, el Señor Dios le dará el trono de David, su padre, reinará sobre la casa de Jacob para siempre, y su reino no tendrá fin." Y María dijo al ángel: "¿Cómo será eso, pues no conozco a varón?"

El ángel le contestó: "El Espíritu Santo vendrá sobre ti, y la fuerza del Altísimo te cubrirá con su sombra; por eso el Santo que va a nacer se llamará Hijo de Dios. Ahí tienes a tu pariente Isabel, que, a pesar de su vejez, ha concebido un hijo, y ya está de seis meses la que llamaban estéril, porque para Dios nada hay imposible." María

contestó: "Aquí está la esclava del Señor; hágase en mí según tu palabra." Y la dejó el ángel.

Desde tu vida: la entrega de Dios llama también a nuestra entrega. Movidio por la alegría de su promesa, acoge su llamada. Es el momento de abandonar los miedos, de dejar a un lado las cobardías que nos paralizan, de dar la espalda a los pecados que nos alejan, y decir Sí. La entrega de Dios llama también a tu entrega. Sé generoso, pero sobre todo, desde la alegría anunciada, adora y confía.

- **VER**: Dios se mueve contigo, se hace entrega y busca tu entrega. Haz memoria de todos los momentos en tu vida en los que has respondido afirmativamente al proyecto de Dios sobre ti. Ponle nombre a todos esos momentos. ¿Qué experimento en esos momentos? ¿Cómo me sentiste?
- **JUZGAR**: a la luz de este evangelio y del testimonio de la Virgen María ¿cómo es mi respuesta ante la llamada que Dios me hace? ¿Respondo con confianza, me abandono o pongo trabas y condiciones?
- **ACTUAR**: a veces nuestras respuestas al Señor se quedan, simplemente, en buenas intenciones, ¿cómo plasmar en mi vida o en mi comunidad el Sí a Dios?

ORAR:

Derrama, Señor, tu gracia sobre nosotros,
que, por el anuncio del ángel,
hemos conocido la encarnación de tu Hijo,
para que lleguemos por su pasión y su cruz
a la gloria de la resurrección. Amén.