



La Santa Sede

PAPA FRANCISCO

MISAS MATUTINAS EN LA CAPILLA
DE LA *DOMUS SANCTAE MARTHAE*

El Evangelio al alcance de la mano

Martes 3 de febrero de 2015

Fuente: *L'Osservatore Romano*, ed. sem. en lengua española, n. 6, viernes 6 de febrero de 2015

Leer cada día una página del Evangelio durante «diez, quince minutos y no más», teniendo «fija la mirada en Jesús» para «imaginarme en la escena y hablar con Él, como surge de mi corazón»: estas son las características de la «oración de contemplación», auténtica fuente de esperanza para nuestra vida. Es la sugerencia dada por el Papa durante la misa que celebró el martes 3 de febrero, por la mañana, en la capilla de la Casa Santa Marta.

En la primera lectura, destacó el Papa Francisco, «el autor de la Carta a los Hebreos (12, 1-4) hace memoria de los primeros días después de la conversión, después del encuentro con Jesús, y hace memoria también de nuestros padres: “Cuánto sufrieron a lo largo del camino”».

Precisamente «mirando a estos padres dice que también nosotros estamos rodeados de “una nube tan ingente de testigos”». Así, pues, «es el testimonio de nuestros antepasados» que «él trae a la memoria». Y «hace referencia también a nuestra experiencia, cuando éramos muy felices en el primer encuentro con Jesús». Esta «es la memoria, de la que hemos hablado como una referencia de la vida cristiana».

Pero hoy, destacó el Papa, «el autor de la Carta habla de otra referencia, es decir, de la esperanza». Y «nos dice que debemos tener el valor de seguir adelante: “Corramos, con

constancia, en la carrera que nos toca”». Luego «dice cuál es precisamente el núcleo de la esperanza: “teniendo fijos los ojos en Jesús”». He aquí el punto: «si nosotros no tenemos la mirada fija en Jesús difícilmente podremos tener esperanza». Tal vez «podremos tener optimismo, ser positivos, ¿pero la esperanza?».

Por lo demás, explicó el Papa Francisco, «la esperanza se aprende sólo mirando a Jesús, contemplando a Jesús; se aprende con la oración de contemplación». Y «de esto quiero hablar hoy» confesó, alimentando su reflexión a través de una pregunta: «Os puedo preguntar: ¿cómo rezáis?». Alguno, dijo, podría responder: «Yo, padre, rezo las oraciones que aprendí siendo niño». Y comentó: «Está bien, eso es bueno». Otro podría añadir: «Rezo también el rosario, pero todos los días». Y el Papa: «Es bueno rezar el rosario todos los días». Por último está quien podría decir: «Hablo también con el Señor, cuando tengo una dificultad, o con la Virgen o con los santos...». Y también «esto es bueno».

Ante todo esto el Pontífice hizo otra pregunta: «Pero, ¿haces tú la oración de contemplación?». Un interrogante, tal vez, un poco desconcertante, tanto que alguno podría decir: «¿Qué es eso, padre? ¿Cómo es esa oración? ¿Dónde se compra? ¿Cómo se hace?». La respuesta del Papa Francisco es clara: «Se puede hacer sólo con el Evangelio en la mano». En concreto, sugirió, «tomas el Evangelio, eliges un pasaje, lo lees una vez, lo lees dos veces; imagina, como si tú vieses lo que sucede y contempla a Jesús».

Para dar una indicación práctica, el Papa tomó como ejemplo el pasaje del Evangelio de san Marcos (5, 21-43) propuesto por la liturgia, que «nos enseña muchas cosas hermosas». Partiendo de esta página, preguntó: «¿Cómo hago la contemplación con el Evangelio de hoy?». Y al compartir su experiencia personal, propuso una primera reflexión: «Veo que Jesús estaba en medio de la multitud, a su alrededor había mucha gente. Cinco veces dice este pasaje la palabra “multitud”. Pero, ¿Jesús no descansaba? Puedo pensar: ¡siempre con la gente! La mayor parte de su vida Jesús la pasó por la calle, con la multitud. ¿Y no descansaba? Sí, una vez: el Evangelio dice que dormía en la barca, pero sucedió que llegó la tormenta y los discípulos lo despertaron. Jesús estaba continuamente entre la gente». Por ello, sugirió el Papa, «se mira a Jesús así, contemplo a Jesús así, me imagino a Jesús así. Y le digo a Jesús lo que me viene en mente decirle».

El Papa Francisco continuó su meditación con estas palabras: «Luego, en medio de la multitud, estaba esa mujer enferma y Jesús se dio cuenta. ¿Cómo hace Jesús, en medio de tanta gente, para darse cuenta de que una mujer lo tocó?». Es Él mismo, en efecto, quien hace la pregunta directa: «¿Quién me ha tocado?». Por su parte, los discípulos dijeron a Jesús: «Ves como te apretuja la gente y preguntas: “¿Quién me ha tocado?”». La cuestión, indicó el Papa, es que «Jesús no sólo comprende a la multitud, siente la multitud, siente el latido del corazón de cada uno de nosotros, de cada uno: nos cuida a todos, a cada uno, siempre».

El Papa, al seguir releendo el pasaje de san Marcos, explicó que la misma situación se repite también cuando se acerca a Jesús «el jefe de la sinagoga, a contarle sobre su hija gravemente enferma. Y Él dejando todo se ocupa de esto: Jesús en lo grande y en lo pequeño, ¡siempre!». Luego, continuó, «podemos seguir adelante y ver cómo llega a la casa, ve todo el alboroto, a las mujeres llamadas para llorar cuando se vela un muerto: gritos, llantos». Pero Jesús dice: «Estad tranquilos: ¡duerme!». Ante estas palabras, alguno comenzó incluso a reírse de Él. Pero «Él permaneció en silencio» y con su «paciencia» logró soportar la situación, no responder a quienes se reían de Él.

El relato evangélico termina con «la resurrección de la niña». Y Jesús, «en lugar de decir: “¡Ánimo!”, les dice: “Por favor, dadle de comer”». Porque Jesús, es la conclusión del Papa, «tiene siempre pequeños detalles».

«Lo que hice con este Evangelio —explicó el Papa Francisco— es precisamente la oración de contemplación: tomar el Evangelio, leer e imaginarme la escena, imaginarme lo que sucede y hablar con Jesús, como surge del corazón». Y «así hacemos crecer la esperanza, porque tenemos fija la mirada en Jesús». De aquí la propuesta: «haced esta oración de contemplación». E incluso en medio de muchas ocupaciones, sugirió, se puede siempre encontrar el tiempo, tal vez quince minutos en casa: «Toma el Evangelio, un pasaje breve, imagina lo sucedido y habla con Jesús sobre eso». Así, «tu mirada estará fija en Jesús, y no tanto en la telenovela, por ejemplo; tu oído estará atento a las palabras de Jesús y no tanto a los comentarios del vecino, de la vecina».

«La oración de contemplación nos ayuda en la esperanza» y nos enseña a «vivir de la esencia del Evangelio», recordó el obispo de Roma. Por esto hay que «rezar siempre: rezar las oraciones, rezar el rosario, hablar con el Señor, pero también hacer esta oración de contemplación para tener nuestra mirada fija en Jesús». De aquí «viene la esperanza». Y así también «nuestra vida cristiana se mueve en ese marco, entre memoria y esperanza: memoria de todo el camino pasado, memoria de tantas gracias recibidas del Señor; y esperanza, mirando al Señor, que es el único que puede darme la esperanza». Y «para mirar al Señor, para conocer al Señor, tomemos el Evangelio y hagamos esta oración de contemplación».

Al concluir, el Papa Francisco volvió a proponer la experiencia de la oración de contemplación: «Hoy por ejemplo —sugirió— buscad diez minutos, quince y no más: leed el Evangelio, imaginad y decid algo a Jesús. Y nada más. Así, vuestro conocimiento de Jesús será más grande y vuestra esperanza crecerá. No olvidéis, teniendo fija la mirada en Jesús». Precisamente por esto se llama «oración de contemplación».

Copyright © Dicastero per la Comunicazione - Libreria Editrice Vaticana