

TRANSFIGURACIÓN: RUTA QUE DISIPA TINIEBLAS Y ABRE A LA ESPERANZA

[Del Domingo 17 al Sábado 23 de Marzo]

En la 2ª Semana de Cuaresma, la Liturgia nos invita a experimentar la Transfiguración del Señor como la Ruta que disipa Tinieblas y nos abre a la Esperanza. Esta ruta, según el evangelista Lucas, cuenta con cuatro momentos: estar a solas con Jesús, captar su gloria, escuchar a Dios y hacer silencio.

Estar a solas con Jesús. Los evangelistas Lucas, Marcos y Mateo presentan la Transfiguración como una experiencia de camino para estar con Jesús. Pero Lucas destaca que este camino se realiza desde la fuerza de la Oración: *Jesús se hizo acompañar de Pedro, Juan y Santiago y subió a un monte para orar* (Lc. 9,28). En medio de esta oración, Jesús se transfiguró, se volvió traslúcido: los discípulos pudieron mirar, oír, sentir y comprender a través de Él.

El poder tan profundo de la oración se debe a que tiene la magia de situar los acontecimientos de nuestra vida en la fuerza y en la esperanza que sólo vienen de Dios que nos ama. La oración es capaz de conjugar nuestros dolores y alegrías y, a la vez, nos permite impulsar cambios en la vida personal y social.

Ver la gloria de Dios. A Jesús lo seguía el Sol (la Luz) a todas partes. En el Tabor los Discípulos vieron que *su rostro cambió de aspecto y sus vestiduras se hicieron blancas y relampagueantes*. Ellos vieron que este Sol ya no seguía a Jesús sino que Él se había tornado Sol, se había convertido en Luz.

La Luz de Jesús nos llena de vitalidad. Junto a Moisés que representa la Ley y a Elías que representa la Libertad está Jesús que es Bondad total. Este encuentro copa todo el imaginario que los discípulos podían tener sobre la vida. La libertad y la ley son aspectos imprescindibles para que haya vida personal y vida compartida. Pero la ley y la libertad serían ineficaces si les faltara bondad. Si no hay algún grado de benevolencia, la vida se vuelve un infierno.

Escuchar a Dios. Los discípulos no sabían qué hacer con la vitalidad surgida de tanto sol y de tanta luz. Pedro se atrevió a decir: *Señor, ¡qué bien se está aquí! Haremos tres chozas, una para ti, otra para Moisés y otra para Elías*. Pero, cuando Pedro estaba hablando, una nube los cubrió y se oyó una voz que dijo: *Éste es mi Hijo, el escogido, escúchenlo*.

Dios dice que escuchemos a Jesús, su Hijo. Pero a veces nos da miedo oírlo, porque, o nos parece huida, invento, evasión, o nos da miedo perder nuestras seguridades. Cuando escuchamos a Jesús, entonces comenzamos a recuperar tanto la alegría y la esperanza como la libertad y la generosidad. Y esto sí que nos otorga la verdadera vida y la auténtica seguridad.

Hacer silencio. Después de oír la voz de Dios, los discípulos guardaron silencio. Y es que el silencio abre un compás de tiempo entre lo vivido y la respuesta. La calidad de nuestra actuación como respuesta al amor de Dios sólo se fragua en la densidad interior de nuestra vida que se logra mediante el silencio.

Cuando hacemos silencio, entonces podemos meditar, reflexionar, considerar y contemplar. El silencio permite enraizar nuestra vida más allá de toda seguridad. Nos ayuda a ser más conscientes de nuestras posibilidades y limitaciones, y que si algo podemos, es porque Dios y la Vida nos lo regalan inmerecidamente (EE. 322, 2-4), para que crezcamos en humildad y verdad.

La Transfiguración del Señor no puede ser vivida como un evento más de la fe sino como la verdadera ruta que disipa las tinieblas y desbarata la perversidad de la propia vida y de nuestra sociedad, y así podamos abrirnos por completo a la esperanza. Que no tengamos miedo ni nos paralice las complicaciones de la vida personal ni mucho menos la injusticia o abuso de poder, sino que nos den mayor impulso para colocarnos en un amor y en un servicio más fuertes que la misma muerte.



MOMENTO PREPARATORIO: LECTURA DEL EVANGELIO (AMBIENTACIÓN)

EVANGELIO DE LUCAS (9, 28-36)

En aquel tiempo, Jesús se hizo acompañar de Pedro, de Juan y de Santiago, y subió a un monte para orar. Mientras oraba, su rostro cambió de aspecto y sus vestiduras se hicieron blancas y relampagueantes. De repente aparecieron conversando con Él dos personajes, rodeados de esplendor: eran Moisés y Elías, que hablaban de la muerte que le esperaba en Jerusalén. Pedro y sus compañeros se caían de sueño; pero espabilándose, vieron la gloria de Jesús y de los que estaban con Él. Mientras éstos se alejaban, Pedro, sin saber lo que hablaba, dijo a Jesús: Maestro, qué bien se está aquí. Haremos tres chozas: una para ti, otra para Moisés y otra para Elías. Todavía estaba hablando Pedro, cuando se formó una nube que los cubrió; y ellos al verse envueltos por la nube, se llenaron de miedo. De la nube salió una voz que decía: Éste es mi Hijo, el escogido, escúchenlo. Cuando cesó la voz, se quedó Jesús solo. Los discípulos guardaron silencio y, por el momento, no contaron a nadie nada de lo que habían visto. *Palabra del Señor.*

1ER MOMENTO: A LO QUE VENGO

Inicio mi encuentro con el Señor, escogiendo un sitio apropiado para mi oración.
Al llegar al sitio, en forma breve y sencilla, considero la calidad de la mirada de Dios Nuestro Señor sobre mí.

Y me digo a mí mismo:

¿A QUÉ VENGO?

Vengo a disponerme para experimentar la Transfiguración del Señor

[Al final, rezo el Padrenuestro, saboreando cada palabra]

2DO MOMENTO: PACIFICACIÓN

- Ya sea sentado, paseando, acostado o reposado, tanto en casa, como en el parque o la Iglesia, me sereno para que esta cita con Dios tenga lugar.
- Me acomodo con una posición que me ayude a concentrarme-descentrarme-centrarme, implicando todo mi ser.
- Al ritmo de la respiración, doy lugar al silencio.

[Una y otra vez repito este ejercicio].

3ER MOMENTO: ORACIÓN PREPARATORIA

[NOTA: La oración preparatoria siguiente me ayuda a experimentar libertad de apegos. La repito tantas veces como quiera, dejando que resuene en mi mente y en mi corazón]

**Señor, que todas mis intenciones, acciones y procesos interiores,
estén totalmente ordenados a cumplir tu voluntad.**

4º MOMENTO: COMPOSICIÓN DEL LUGAR

[NOTA: Este paso es muy especial y merece realizarse con esmero. Le dedico unos 10 minutos]

- 1º) Centro mi pensamiento en el contenido de la Oración.
- 2º) Con la imaginación revivo lo que relata el pasaje bíblico, sin perder detalle.
- 3º) Me ubico en la escena como si presente me hallara.
- 4º) Dejo que la Palabra irradie su luz sobre mí.

5º MOMENTO: PETICIÓN

En forma sencilla formulo mi petición. Dejo que mi petición salga de dentro. Que nazca de lo más hondo de mi vida.

Señor, que me exponga a la luz sanadora y liberadora de tu Transfiguración.

(Si me ayuda, puedo decir varias veces la petición)

6º PASO: CONTENIDO O MATERIA DE LA ORACIÓN

6.1) Primero: GUSTAR INTERNAMENTE LA FORTALEZA QUE NOS DA JESÚS

- ⇒ Jesús subió al monte con Pedro, Juan y Santiago para orar (Lc. 9,28). En medio de esta oración. Estar a solas con Jesús, en oración, nos ayuda a situar los acontecimientos de nuestra vida en la fuerza y en la esperanza que sólo vienen de Dios que nos ama. La oración es capaz de conjugar nuestros dolores y alegrías y, a la vez, nos permite captar que nuestra vida puede cambiar, puede transformarse.

6.2) Segundo: CAPTAR LA VITALIDAD QUE NACE DE LA LUZ DE JESÚS


- ⇒ La Luz de la transfiguración de Jesús nos llena de vitalidad. Junto a Moisés que representa la Ley y a Elías que representa la Libertad, está Jesús que es Bondad total. La libertad y la ley son aspectos imprescindibles para que haya vida personal y vida compartida. Pero la ley y la libertad serían ineficaces si les faltara bondad. Si no hay algún grado de benevolencia, la vida se vuelve un infierno.

6.3) Tercero: REFLEXIONAR MI DESEO DE ESCUCHAR A DIOS

- ⇒ Dios dice que escuchemos a Jesús, su Hijo. Pero a veces nos da miedo oírlo, porque, o nos parece huida, invento, evasión, o nos da miedo perder nuestras seguridades. Cuando escuchamos a Jesús, entonces comenzamos a recuperar tanto la alegría y la esperanza como la libertad y la generosidad. Y esto si que nos otorga la verdadera vida y la auténtica seguridad.

6.4) Cuarto: PONDERAR MI DISPOSICIÓN A HACER SILENCIO

- ⇒ La calidad de mi actuación como respuesta al amor de Dios sólo se fragua en la densidad interior de la propia vida que se logra mediante el silencio. El silencio permite enraizar mi vida más allá de toda seguridad. Me ayuda a ser más consciente de mis posibilidades y limitaciones, y que si algo puedo, es porque Dios y la Vida me lo regalan inmerecidamente (EE. 322, 2-4). Crezco en humildad y verdad.



7^{MO} Momento: COLOQUIO

NOTA: El coloquio es un diálogo que se hace hablando como un amigo habla a otro, ya sea para pedir alguna gracia, ya sea reconociendo la fragilidad o el pecado o para comunicar sus cosas y queriendo consejo en ellas.
(El texto sugerido puede ser útil para el COLOQUIO).

TRANSFIGURACIÓN

Todo fue maravilla de armonías en el gesto inicial que se nos daba, entre impulsos celestes y vibrantes desde el fondo del calor de nuestra alma.

Hasta el aire que anunciaba tempestades, cuando creí mi vida derrumbada, tu palabra muy sencilla me animaba, golpeó mi corazón y se hizo llama.

Un sin fin de nuevas sensaciones transformaron en luz mi madrugada. Suaves fuerzas alzaron mi conciencia hasta dejar mi vida liberada.

Una luz, pura, limpia, enternecida, dio firmeza a mi pisada empobrecida. Tuvo mi fe una voz que acariciaba tras quitar el pecado que ayer me derrumbara.

(Cf. Julia de Burgos)

8^{VO} Momento: EXAMEN DE LA ORACIÓN

Nota: Las siguientes interrogantes ayudan a centrar la experiencia vivida en la Oración.

- 1º) ¿Qué pasó en mí durante este Ejercicio?
- 2º) ¿A través de cuáles señales me habló Dios?
- 3º) ¿Qué quiero cambiar en mi vida?
- 4º) ¿Qué me distrajo en la Oración?
- 5º) ¿Qué me produjo desaliento o desconfianza durante la Oración?
- 6º) ¿Qué se quedó grabado en mí?

TERMINO LA ORACIÓN CON LA SIGUIENTE OFRENDA

Toma, Señor, y recibe toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad;
todo mi haber y mi poseer. Tú me lo diste, a ti, Señor lo devuelvo.

Todo es tuyo. Dispón de mí según tu voluntad.
Dame tu amor y gracia que ésta me basta. Amén.