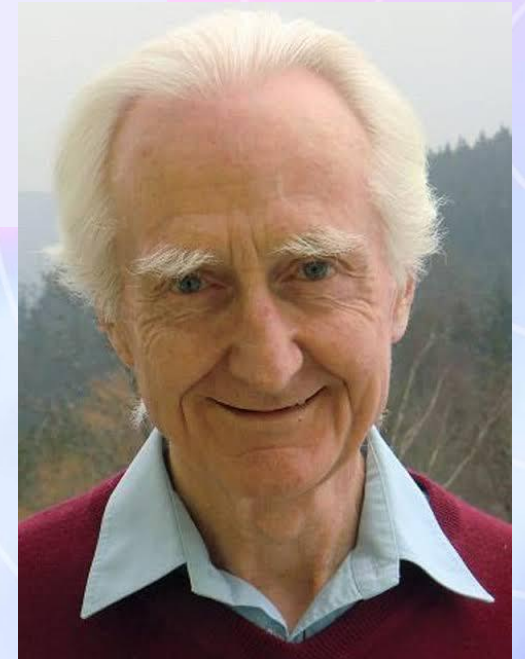
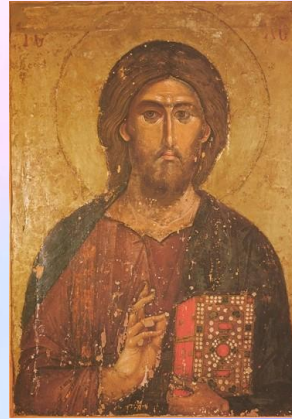


EJERCICIOS DE CONTEMPLACIÓN EN LA VIDA COTIDIANA

Introducción a la vida contemplativa
Y a la invocación de Jesús

Franz Jalics

4º tiempo
o etapa



Fraternidad del Santo Nombre

Material elaborado por Pílar de Mambré

EL CUARTO
TIEMPO O ETAPA:
LA CONTEMPLACIÓN
Y
EL VACIARSE

1. Alocución
 2. Instrucciones para la práctica contemplativa
-

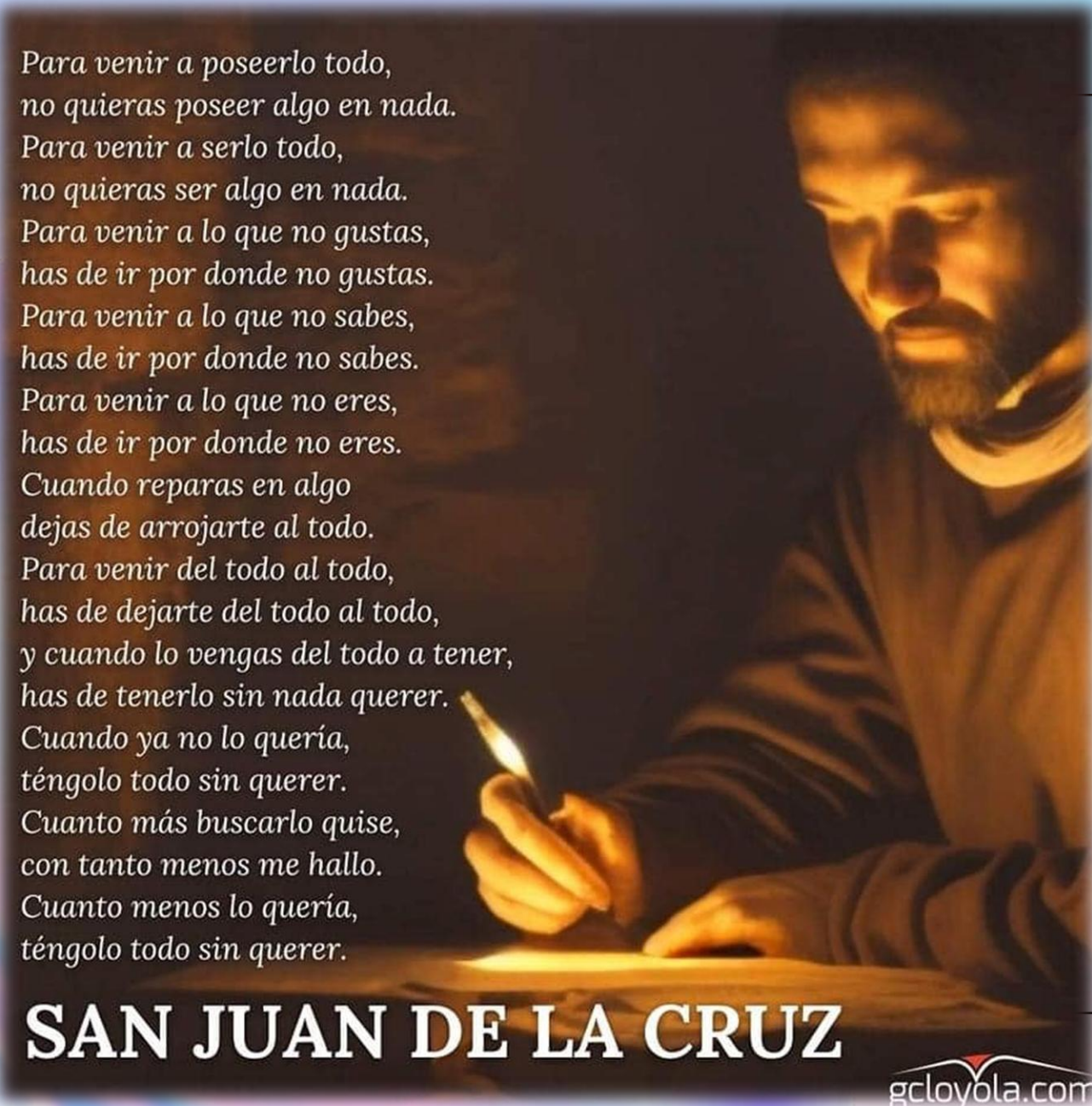
CONTEMPLACIÓN

**Debes vaciarte de
aquello con lo que
estás lleno, para que
puedas ser llenado
de aquello de lo que
estás vacío.**

San Agustín

vacíarse





Para venir a poseerlo todo,
no quieras poseer algo en nada.
Para venir a serlo todo,
no quieras ser algo en nada.
Para venir a lo que no gustas,
has de ir por donde no gustas.
Para venir a lo que no sabes,
has de ir por donde no sabes.
Para venir a lo que no eres,
has de ir por donde no eres.
Cuando reparas en algo
dejas de arrojarte al todo.
Para venir del todo al todo,
has de dejarte del todo al todo,
y cuando lo vengas del todo a tener,
has de tenerlo sin nada querer.
Cuando ya no lo quería,
téngolo todo sin querer.
Cuanto más buscarlo quise,
con tanto menos me hallo.
Cuanto menos lo quería,
téngolo todo sin querer.

SAN JUAN DE LA CRUZ

gcloyola.com

vaciarse

Para venir a gustarlo todo

NO QUIERAS TENER
GUSTO EN NADA

#sanjuandelacruz
@Padrejuampi

CONTEMPLACIÓN



vaciarse

“ En esta desnudez halla el alma
espiritual su quietud y descanso, porque,
no codiciando nada, nada le fatiga hacia
arriba y nada le oprime hacia abajo,
porque está en el centro de su humildad.»

Humildad



Referencia egocéntrica
a uno mismo



El orgullo
(ansía de renombre)

Voluntad de poder

La codicia

vacíarse



Humildad



Abrírnos a la realidad espiritual



Centrarse en
sí mismo



Donación de
sí mismo

Apropiación

Opacidad

Entrega

Transparencia



¿Cómo abrírnos a este proceso del vaciarse?

Desde una clave de Amor...

“dejarse hacer”



una experiencia de relación con la muerte y una gracia



“Me revelaba con toda mi fuerza vital
contra el hecho de caer en la nada.
Se trataba de una lucha
impotente y desesperada contra la muerte.”



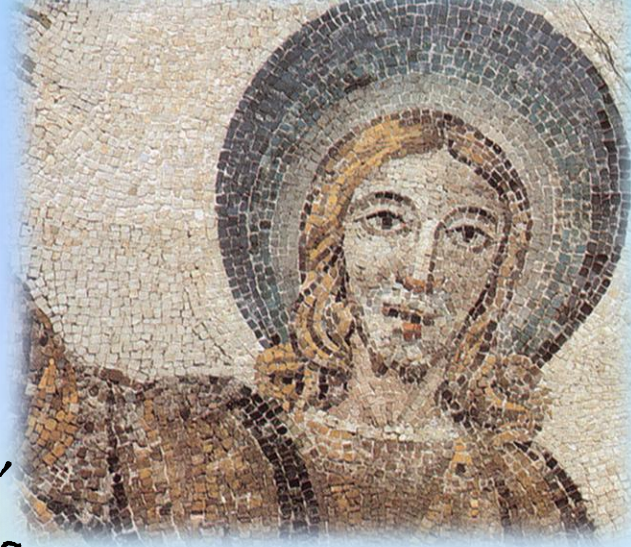
"De pronto mientras me debatía entre la ira y el miedo me inundó un sentimiento de infinita paz".

"Supe de la presencia de Dios.

Sentí que carecía de importancia el hecho de que fuera a morir o no, pues las cosas están bien, así como están. Nada verdaderamente importante puede suceder con la muerte."



No se trataba de pensamientos,
sino de una súbita certeza de la
que fluía la paz, la serenidad,
el sentimiento de hallarse
protegido.



Sí bien exteriormente nada había
cambiado,
la presencia de Dios se me
manifestaba con una certidumbre
indubitable...
Era una evidencia absoluta....





En medio de las ruínas, ...en
medio de la apatía, la
depresión y el nerviosismo
generalizado me sentía feliz
y dispuesto a ayudar.



Pude participar con todas
mis fuerzas y mi amor
en las tareas de
salvamento.



Quedó una nostalgia por lo
absoluto,

por el Cristo resucitado
que todo lo contiene,

la conciencia de nuestro
verdadero hogar.



Esto cambió mi relación con
nuestro mundo perecedero

y

tuvo una influencia decisiva en
mi vida.



Esta gracia
de la visión de Dios...
Es un regalo...



Es diferente de la fe...
va más allá...



Se transforma la relación con el mundo

El mundo pierde su carácter absoluto.

En relación a la presencia de
Díos, se capta la relatividad del
mundo...



El mundo:

el ámbito de nuestro
peregrinaje terreno...
totalmente pasajero...



Se transforma la relación con el mundo

“En la profundidad de mi alma siempre supe
que este mundo es relativo,
que no es nuestro hogar definitivo
y que solo a través de la muerte logramos
la resurrección”.



Esta certeza me abrió las
puertas a la
contemplación.

Nostalgía por
lo absoluto,
por
el Cristo
resucitado que
todo lo
contiene....



Cristo Vive

¿En qué fue cambiando su relación con el mundo?

Se conoce el valor de la muerte, la renuncia y la pérdida material.



Se hace presente el significado de la Cruz.



Solo aquellos que están totalmente vacíos pueden reconocer la presencia de Dios

Comprendí las palabras de Jesús

MATEO

Si alguien quiere ser
mi discípulo, que se
NIEGUE A SÍ MISMO,
tome su cruz
y me siga.

16:24



Negarse a sí mismo
para encontrar
la vida verdadera.



Visión renovada de las Escrituras



Visión renovada de las Escrituras



Comprendí por qué el hijo prodigo
debió perderlo todo, verse
confrontado con la nada y con
su total miseria a cuestas.

Era necesario para que pudiera
creer en la presencia del Padre

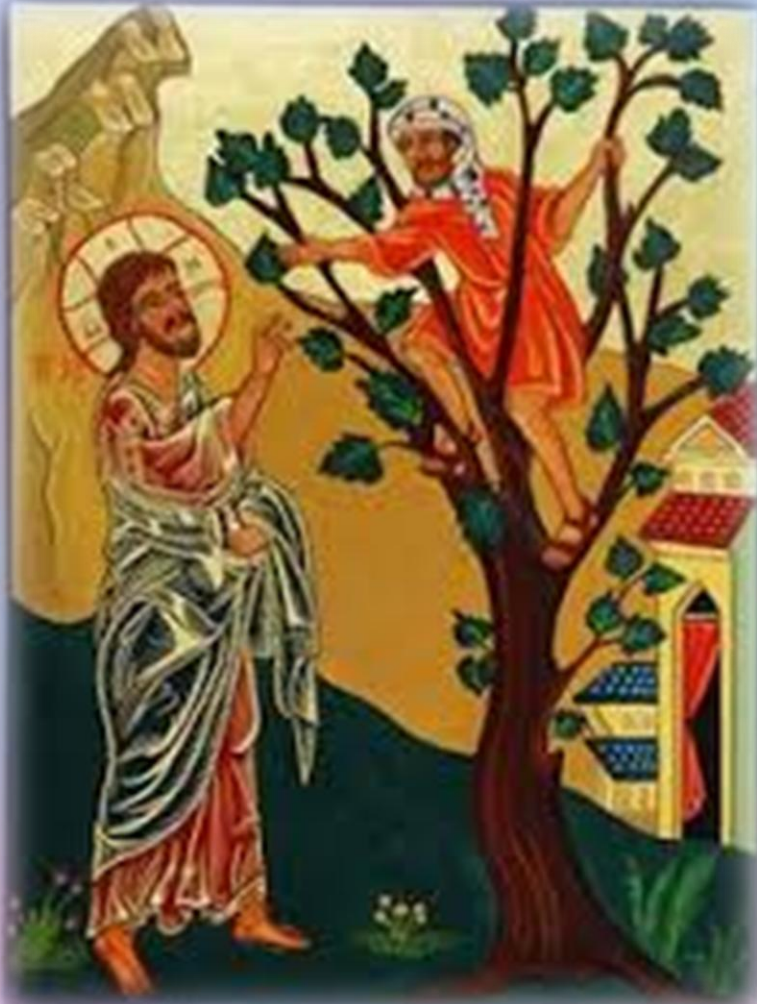
Visión renovada de las Escrituras



La samaritana que ruega a Jesús
que le dé el agua viva **debió**
empezar por reconocer toda su
miseria en el trato con los
hombres, antes de que se le diera
el acceso a Jesús

(Jn 4, 27-42)

Visión renovada de las Escrituras



En el momento de su encuentro con Jesús,
Zaqueo sintió la íntima necesidad de
ofrecer su dinero (Lc 19,1-10).

No era posible de otra manera. Debía ser
así, ya que su relación con el dinero se
había modificado sustancialmente al
tomar contacto con Jesucristo.

Visión renovada de las Escrituras

El criminal crucificado junto a Jesús debió vivir a fondo la renuncia total a esta vida y consentir, antes de oír las palabras: "te aseguro que hoy estarás conmigo en el paraíso"

(Lc 23, 39-43)





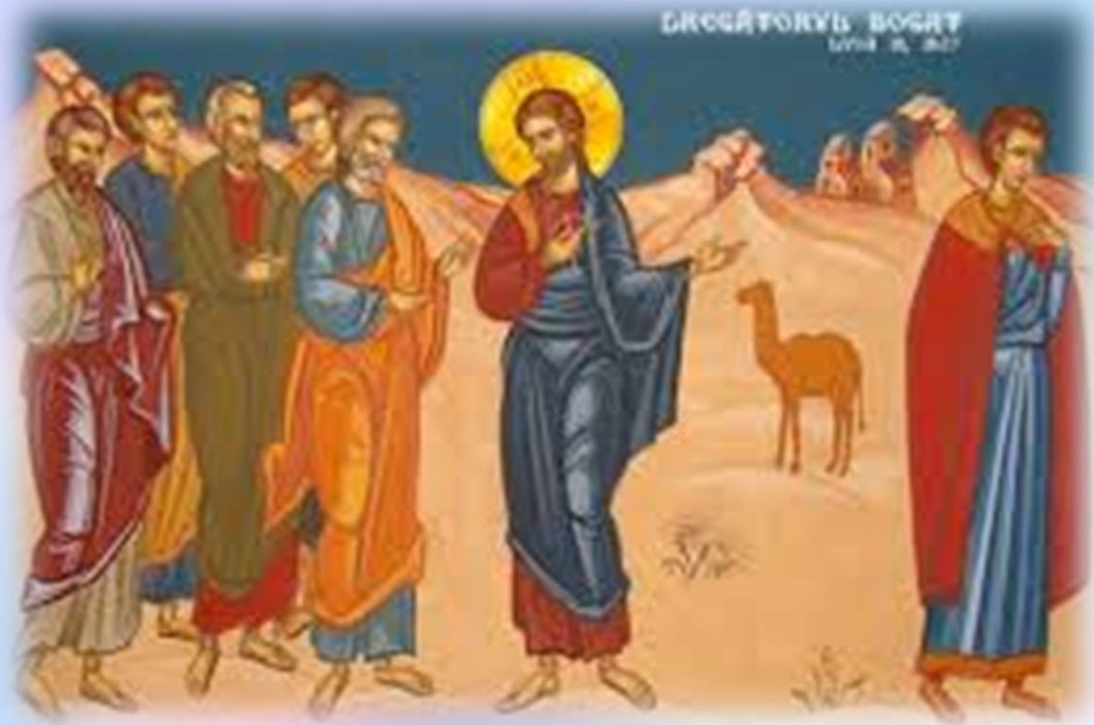
(Mc 10, 17-23)

Este hombre parece buscar
la vida eterna...

¿"Qué tengo que hacer"?



Díálogo con el joven rico



1º Respuesta de Jesús:

"Ama a Dios y a los hombres".

Para observar los "mandamientos" no es preciso renunciar a uno mismo ni a este mundo.

El hombre y este mundo pueden seguir siendo el centro de todo.

Se requiere un esfuerzo humano, pero solo sirven para un desarrollo sensato dentro de este mundo immanente.

Jesús le confrontó con el vacío

Le confrontó con
la pérdida de su proyecto de
vida,
con la renuncia a sus puntos de
apoyo en este mundo.



Le aconsejó que vendiera todo y
se lo diera a los pobres, _____

y le siguiera

Jesús le confrontó con el vacío

Jesús le ofrecía la posibilidad de
vivir en su presencia ...

dejarse llevar por Él:

de la nada... a la plenitud,
de la pobreza... a la riqueza interior,
de la muerte... a la resurrección

Esto era demasiado para el joven.
No podía venirse a vivir en la pobreza y
el vacío.

Su relación con el mundo aún era
absoluta.

Desplazar el centro de gravedad de
la vida




A person is lying in a hospital bed, covered with a grey blanket. Their hands are visible, resting on their lap. The background is a soft-focus view of the hospital room. A vibrant rainbow gradient is overlaid on the image, creating a spectrum of colors from purple to yellow. Three horizontal rectangular boxes with rounded corners and a similar rainbow gradient are positioned over the image, each containing a question in a handwritten-style font.

¿Estamos preparados para comprender esta propuesta del vaciarse?

¿Cómo entender esta ley del vacío?

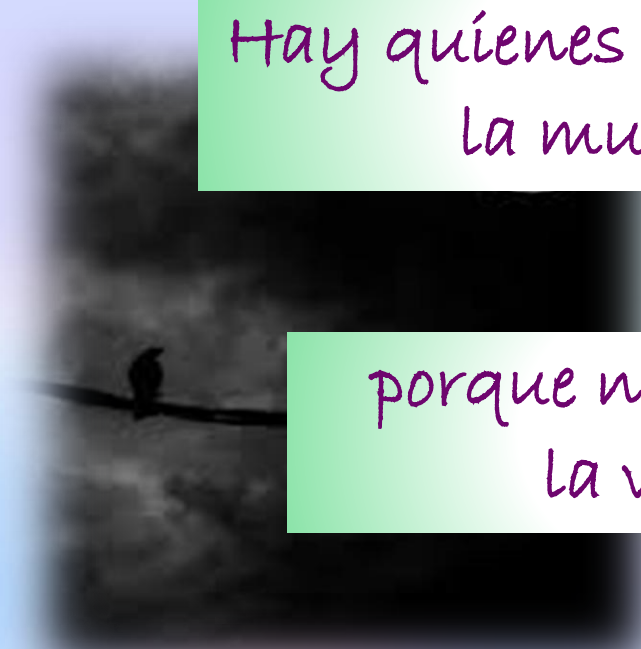
¿Cómo hablar de la relatividad de la vida, de la relatividad del mundo?



Nos podemos encontrar con dos
situaciones muy diferentes



Hay quienes no temen a
la muerte



porque no valoran
la vida

No siempre es el momento adecuado



Para una persona espiritual la
falta de temor frente a la
muerte

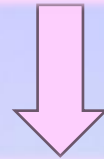


la presencia de Dios...
destino último de esta vida, ...

que nos abre a una
trascendencia
e ilumina de sentido una
vida nueva



Hay que empezar por vivir en el mundo, aceptar esta vida,
amarla.



Solo desde este amor
a la vida



desde la presencia de Dios
en nuestra vida



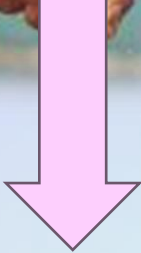
Podemos abrirnos a una nueva
comprensión ...






¿qué es lo que normalmente ocurre?

Cuando se afirma la vida y el mundo,
crecen el amor y la pasión por estar en esta vida



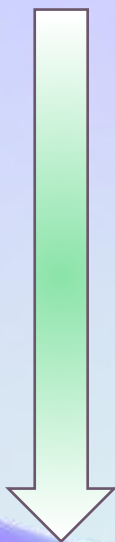
Toda conversación en torno a la
trascendencia es vivida como
una amenaza



Se desea oír hablar de Dios
pero solo en la medida en que
sea útil a nuestro mundo...



Nos da miedo mirar de frente los límites de la
vida terrena



Queremos que Dios se instale en nuestras
vidas ...
para aliviar estos sufrimientos...

El camino es otro

orientar nuestras
vidas a Dios...

instalarnos en la vida de Dios

...

ver con ojos nuevos la
"ley del vacío"



¿Cómo entender el vaciarse en
nuestra vida?



El proceso de vaciarse
que nos viene
impuesto por la vida



El proceso de un vaciarse
voluntariamente



El proceso de vaciarse que nos viene impuesto por la vida

La vida misma se
encarga de enseñarnos
esta ley del vacío



- Obstáculos exteriores.
- Disminuciones interiores
- Circunstancias vitales
- Decisiones de vida
- "Noches"
- ...



El proceso de vaciarse
que nos viene impuesto por la vida

La vida nos obliga a tomar **decisiones**



Toda decisión supone una **elección**

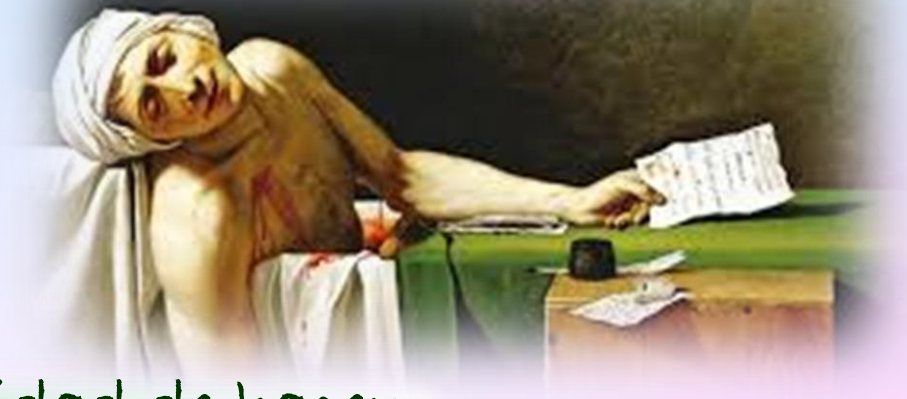
La elección nos
confronta
con **un relativo vacío**



El curso de la vida de un hombre lleva en
forma continuada hacia el vacío

El arte de aprender a **VÍVIR** y aprender **a morir**

Nos vamos preparando para
la experiencia última de la muerte.



La muerte es la oportunidad de hacer
nuestra última y suprema
ofrenda.

Muchas de esas instancias de la vida
No las elige el hombre deliberadamente

La libertad consiste en
acomodarse a ellas, o bien en resistirse.



El arte de vivir es el arte de aprender
a aceptar lo que viene
y a desprenderse de lo que se va...

El proceso de un vaciarse voluntariamente

Kénosis

Pablo dice refiriéndose a Jesús,
que éste no se aferró a su divinidad
sino que voluntariamente se despojó de ella,
renunció a ella para hacerse hombre,
humillándose hasta la muerte en Cruz.

.

Este es el vacío más radical.
El Padre lo llenó.
Le dio un Nombre que está
por encima de todos los
Nombres



El proceso de un vaciarse voluntariamente

Las Bienaventuranzas evangélicas



"Bienaventurados los que se entregan a la voluntad de Ab-bā, porque habrán encontrado la verdad".

Nos invitan a vaciarnos de un modo particular.

Hallamos una promesa de que este vacío no persistirá, pues será llenado por Dios.

El proceso de un vaciarse voluntariamente



Toda pobreza e impotencia
atrae la presencia de Dios

Dios llena el vacío

Lo esencial se manifiesta
allí donde el hombre se despoja

...

La contemplación y el vacío

Vaciarnos
en la oración
contemplativa

No buscamos otra cosa
más que ser llenados
por Dios.



El camino de Oración

ORACIÓN
PRECONTEMPLATIVA



CONTEMPLACIÓN

Oración vocal

Oración meditativa

Oración afectiva

“estarse” ante Dios.
Contemplar
amorosamente a
Dios

CONTEMPLACIÓN

Momento de
simplicidad.



Ya no existen palabras ni
pensamientos, ni vaivenes de
sentimientos.

Todo se ha simplificado
en esta visión, que reposa
en él, llena de amor.

Es la transición hacia la
contemplación. También se llama
contemplación activa



Momento de
vacíarse.

CONTEMPLACIÓN



Solo el que todo lo ha
entregado puede
recibirlo todo.



Solo el que ha muerto
puede resucitar.



CONTEMPLACIÓN



Solo lo que fue ofrendado a Dios
se transforma

y

vuelve transfigurado como don



Como acontece
en la celebración de la
Eucaristía

CONTEMPLACIÓN

Únicamente el vacío lleva la contemplación.

La contemplación consiste en que **Díos nos llena**

ya no somos nosotros los que vivimos, sino que es Cristo quien vive en nosotros,

no somos nosotros los que "hacemos" algo, sino que lo hace Cristo en nuestro interior.

He sido crucificado con Cristo, y ya no vivo yo, sino que Cristo vive en mí. Lo que ahora vivo en el cuerpo, lo vivo por la fe en el Hijo de Dios, quien me amó y dio su vida por mí.

Gálatas 2:20



vacíarse

Dejarse hacer

Hazme Tú

Hazme

Tú

