



RETIRO ESPIRITUAL

Diciembre



TIEMPO DE ESPERANZA, CONVERSIÓN Y PREPARACIÓN

El Adviento es un periodo litúrgico muy especial en la Iglesia Católica que marca el inicio del **Año Litúrgico** y nos prepara espiritualmente para la celebración del Nacimiento de Jesucristo en Navidad. Su nombre proviene del latín *adventus*, que significa “venida” o “llegada”, y se refiere a la espera activa de la *llegada / venida* de Cristo al mundo en la *manifestación de su carne* (1 Tm 3,16). Es una temporada de **preparación, esperanza y conversión** en la que la Iglesia nos invita a disponernos para **recibir al Señor** que viene a salvarnos.

Este tiempo abarca los **cuatro domingos** anteriores a la Navidad, y se caracteriza por un ambiente de **esperanza, reflexión y conversión**. Durante cuatro semanas, los fieles católicos se preparan para celebrar **la Navidad**, el nacimiento del Salvador, pero también para **acoger a Cristo que viene cada día** y esperar con gozo su **venida gloriosa al final de los tiempos**.

Así, el centro de este tiempo no son las luces, los regalos ni las compras, sino **el encuentro personal con Cristo** que viene a habitar entre nosotros.

1. AMBIENTACIÓN

Elegir el lugar de encuentro comunitario y/o personal para disfrutar nuestro retiro. En cuanto sea posible, ambientar el lugar con la "Corona de Adviento", un "Pesebre" o un "Niño Jesús" en una cuna como signos que nos invitan a la oración y la contemplación del misterio de la Navidad donde nace "Cristo Jesús, nuestra esperanza" (1 Tm 1,1).

2. TEMA DEL RETIRO

ADVIENTO: TIEMPO DE ESPERANZA, CONVERSIÓN Y PREPARACIÓN

3. OBJETIVO Y META DE NUESTRO RETIRO

La única motivación fundamental de este retiro, y teniendo presente que, la Iglesia llega al "final" del Año del "Jubileo de la Esperanza", es poder brindar una ayuda para preparar el corazón misionero, de modo que *celebre vibre, exultante de gozo proclame* que el Mesías nacido es nuestra esperanza y nuestra salvación.

4. ORACIÓN DE ADVIENTO

"Señor Jesús, nosotros sabemos que has venido y que plantaste tu tienda entre nosotros; en nuestra humanidad. Todos nos hemos llenado de profunda alegría al escuchar la gran noticia de que *en Belén nos ha nacido el Salvador*.

Comenzamos el Adviento, y a partir de hoy, queremos preparar el corazón para celebrar esta gran alegría con nuestra comunidad, con nuestra congregación y con toda la familia humana.

También sabemos que volverás al final de la historia para culminar gloriosamente tu obra de la redención humana. Eso sí, no sabemos ni el día ni la hora. Pero mientras llega "esa" hora, ayúdanos a trabajar con total disponibilidad y sostenidos por una *fe robusta, esperanza alegre, ardiente caridad y celo encendido* en la construcción de tu Reino. Así, cuando Tú vuelvas, podamos entrar al banquete que nos tiene preparado. *¡Ven, Señor, Jesús, no tardes!* Amén."

Los invito a terminar nuestro espacio de oración escuchando este hermoso tema de adviento: *Vamos a preparar el camino del Señor*.

<https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?q=vamos+a+preparar+el+camino+del+s%C3%B3r&&mid=B8018E216B06E440ED57B8018E216B06E440ED57&FORM=VAMGZC>

5. DESARROLLO DEL TEMA

El Adviento es ante todo, un tiempo de **oración**. No se trata de hacer más cosas, sino de darle más espacio a Dios.

Orar en comunidad, en familia, ante la corona de Adviento o el pesebre, leer cada día un fragmento del Evangelio, meditar el misterio de la Encarnación, participar en la Eucaristía y solidarizarse con los pobres y más abandonados son formas concretas de preparar el corazón donde nazca el Redentor.

Así mismo, el Adviento también es un llamado a la conversión. San Juan Bautista nos invita a enderezar los caminos del Señor; es decir, enderezar nuestra vida, nuestra vocación religiosa, nuestra misión.

Al acercarnos al final del Jubileo de la Esperanza, el Adviento nos comunica esperanza. A pesar de las dificultades, el cristiano sabe que Dios no abandona a su pueblo; por lo tanto, es imprescindible asumir que Dios nos abandona ni abandona a nuestra comunidad ni a la Congregación. Esperar a Cristo significa confiar en su promesa, creer que su amor transforma la historia y que la luz vence sobre la oscuridad, el pecado, el desánimo... y proyecta su luz sobre los desafíos y problemas de hoy.

Nadie vivió el Adviento mejor que la Virgen María. Ella esperó a su Hijo con fe, silencio, pureza y amor. Mirar a María en este tiempo nos enseña a acoger la voluntad de Dios, incluso cuando no la entendemos del todo, y a mantener la esperanza firme en medio de la incertidumbre.

5.1. Sagrada Escritura: Is 40, 3-5

“Una voz proclama: ¡Preparen en el desierto el camino del Señor, tracen en la estepa un sendero para nuestro Dios!

¡Que se rellenen todos los valles y se aplanen todas las montañas y colinas; que las quebradas se conviertan en llanuras y los terrenos escarpados, en planicies!

Entonces se revelará la gloria del Señor y todos los hombres la verán juntamente”.

5.2. Magisterio del Papa Francisco: Homilía del 01/12/2024:

En Adviento, miremos a Jesús que aligera el corazón y nos sostiene en el camino.

“El Evangelio de la liturgia de hoy (Lc 21, 25-28.34-36), primer Domingo de Adviento, nos habla de trastornos cósmicos y de angustia y miedo en la humanidad. En este contexto Jesús dirige a sus discípulos una palabra de esperanza: «*Levántense y alcen la cabeza, porque su liberación está cerca*» (v. 28). La preocupación del Maestro es que no se apesadumbren sus corazones (cf. v. 34) y que esperen vigilantes la venida del Hijo del hombre.

La invitación de Jesús es esta: *levantar la cabeza hacia lo alto y tener el corazón ligero y despierto.*

En efecto, muchos contemporáneos de Jesús, ante los eventos catastróficos que ven ocurrir a su alrededor – persecuciones, conflictos, desastres naturales –, son presa de la angustia y piensan que está por llegar el fin del mundo. Tienen el corazón agobiado por el temor. Jesús, sin embargo, quiere liberarlos de las angustias presentes y de las falsas convicciones, indicando cómo estar despiertos en el corazón, como leer los eventos a partir del proyecto de Dios,

que obra la salvación incluso dentro de los acontecimientos más dramáticos de la historia. Por esto les sugiere dirigir la mirada hacia el Cielo para comprender las cosas de la tierra: «*Levántense y alcen la cabeza*» (v. 28). Es hermoso: «*Levántense y alcen la cabeza*».

Hermanos y hermanas, también para nosotros es importante la recomendación de Jesús: «*Que sus corazones no se agobien*» (v. 34). Todos nosotros, en muchos momentos de la vida, nos preguntamos: ¿cómo hacer para tener un corazón “ligero”, un corazón despierto, libre? ¿Un corazón que no se deja aplastar por la tristeza? La tristeza es terrible, es terrible. Puede suceder, de hecho, que las angustias, los miedos y las preocupaciones por nuestra vida personal o por todo lo que ocurre también hoy en el mundo, pesen como rocas sobre nosotros y nos lancen al desánimo. Si las preocupaciones agobian al corazón y nos inducen a encerrarnos en nosotros mismos, Jesús, por el contrario, nos invita a levantar la cabeza, a confiar en su amor que nos quiere salvar y que se hace cercano en cada situación de nuestra existencia, nos pide hacerle espacio a Él para reencontrar la esperanza.

Y, entonces, preguntémonos: ¿mi corazón está agobiado por el miedo, por las preocupaciones, por las angustias sobre el futuro? ¿Sé mirar los eventos cotidianos y los acontecimientos de la historia con los ojos de Dios, en la oración, con un horizonte más amplio? ¿O me dejo apresar por el desánimo? Que este tiempo de Adviento sea una ocasión valiosa para levantar la mirada hacia Él, que aligera el corazón y nos sostiene en el camino.

Invoquemos ahora a la Virgen María, que incluso en los momentos de prueba estuvo lista para acoger el proyecto de Dios.”

5.3. Constituciones

41 – 1º Los congregados han de enderezar sus esfuerzos a revestirse del hombre nuevo, hecho a imagen de Cristo crucificado y resucitado de entre los muertos, de manera que así logren purificar todos los móviles de sus juicios y actuaciones. Pues la conversión del corazón y la incesante renovación de sus criterios deben caracterizar toda su vida cotidiana.

Este empeño lleva consigo la constante abnegación de sí mismo, por la que se liberan del egoísmo y abren el corazón a los demás, libre y generosamente como lo pide la dimensión de su vocación apostólica. Entregándose así a los demás por amor a Cristo (cf. 2Cor 4,10 ss), lograrán la libertad interior que da unidad y armonía a toda su existencia.

MOMENTO DE REFLEXIÓN

Algunas preguntas para la reflexión y el diálogo

Durante este hermoso tiempo del adviento, es importante plantearnos algunas preguntas que nos ayuden a profundizar en nuestro seguimiento de Jesús, en nuestra Vida Religiosa como redentorista y mi entrega a los más pobres y abandonados.

- 1.- ¿Estoy realmente preparando mi corazón para recibir a Dios manifestado en la carne?
- 2.- ¿Qué cambios me está pidiendo el Señor para ser más fiel al misterio de la Encarnación?
- 3.- ¿Qué situaciones personales o comunitarios me dificultan anunciar a Jesús “con la sencillez evangélica” y “abnegación de mí mismo”?
- 4.- ¿Hoy, qué significado tiene para mí y la comunidad, la venida de Jesús en un mundo lleno de desafíos y con tantos signos de muerte?

6. COMPROMISO COMUNITARIO

Como fruto de nuestra jornada de retiro asumimos algún compromiso: ¿qué compromiso práctico, personal y comunitario, estoy dispuesto a realizar para manifestar la generosidad y la solidaridad con los más pobres y abandonados como parte de mi preparación espiritual en espera del Salvador?

7. REFLEXIÓN FINAL Y ORACIÓN

El Adviento no sólo es un tiempo para esperar la Navidad, sino un llamado a **convertirnos** y a **renovar nuestra fe**. Nos invita a mirar hacia el futuro con esperanza, pero también a examinar nuestro presente, a buscar la paz en nuestros corazones y a comprometernos a vivir más plenamente según los valores del Evangelio y de nuestro carisma misionero redentorista.

Que este Adviento sea un tiempo de verdadera transformación, de volver al Señor con todo el corazón y de prepararnos con alegría para el misterio de la Navidad. ¡Que la **luz esplendente de Belén** ilumine nuestras vidas en este camino lleno de esperanza!

Concluimos orando juntos el siguiente himno:

¿Quién eres Tú?

Coro:

**¿Quién eres tú, quién eres tú?,
Quiero saber Jesús quién eres tú.
¿Eres un Dios? ¿Eres un
hombre?
Quiero saber Jesús quién eres tú.**

Eres el Verbo y un niño que no
habla
vives oculto y eres tú la luz;
eres eterno y naces de una madre,
eres la vida y mueres en la cruz.

Coro.

Eres el cielo y vienes a la tierra,

eres la fuerza y te vistes de
humildad;

Tú que eres grande y has hecho
cuanto existe,
vienes buscando mi ayuda y mi
amistad.

Coro

Eres inmenso y cabes en la cuna,
eres presencia de un Dios que se
acercó,
eres misterio y quieres que te toque,
eres la gloria y sufres como yo.

Coro

