

➤ *La oración de contemplación. Homilía de Papa Francisco en Santa Marta (3 de febrero de 2015). Se puede hacer simplemente con el Evangelio en la mano. Un ejemplo, contemplando el Evangelio de hoy: leerlo e imaginarme en la escena, imaginarme lo que pasa y hablar con Jesús, como me salga del corazón. Así hacemos crecer la esperanza, porque tenemos la mirada fija en Jesús. ¡Haced la oración de contemplación! ¡Es que tengo mucho que hacer! Pues ve a tu casa —15 minutos—, toma el Evangelio —un texto pequeño—, imagina qué es lo que pasa y habla con Jesús de eso. Así tu mirada estará fija en Jesús y no tanto en la telenovela, por ejemplo. Y tu oído estará atento a las palabras de Jesús y no tanto a las chácharas del vecino o de la vecina.*

❖ **Cfr. Papa Francisco, homilía de la Misa en Santa Marta, la contemplación diaria del Evangelio.**

Martes, 3 de febrero de 2015. Hebreos 12, 1-4; Salmo 21; Marcos 5, 21-43

¿Cuál es el núcleo de la esperanza? *Tener fija la mirada en Jesús.* Lo acabamos de leer en la Carta a los Hebreos (12,1-4). Sin escuchar al Señor, quizá podamos tener optimismo, o ser positivos, pero *la esperanza se aprende mirando a Jesús.* Es bueno rezar el Rosario todos los días, y hablar con el Señor cuando tenemos dificultades, o con la Virgen y con los Santos. Pero es importante hacer la *oración de contemplación*, que se puede hacer simplemente con el Evangelio en la mano. ¿Cómo hago la contemplación con el Evangelio de hoy (Mc 5,21-43)? Veo que Jesús está en medio de la muchedumbre, rodeado de mucha gente. ¡Hasta cinco veces se menciona la palabra *muchedumbre*! Puedo pensar: *¡Siempre con la muchedumbre!* Sí, porque la mayor parte de la vida pública de Jesús la pasó en la calle, con la muchedumbre. *¿Y no descansaba?* Sí, una vez —dice el Evangelio (Mt 8,23-27)— dormía en la barca, pero vino una tormenta y los discípulos lo despertaron. Jesús estaba continuamente entre la gente. Pues así veo a Jesús, así contemplo a Jesús, así me imagino a Jesús. Y le digo a Jesús lo que en ese momento me viene a la cabeza.

Jesús se da cuenta de que una mujer enferma, en medio de la muchedumbre, lo ha tocado. El Señor no solo comprende a la gente —nota a la muchedumbre—, sino que siente el latir del corazón de cada uno. Se preocupa de todos y de cada uno, siempre. Y lo mismo cuando el jefe de la sinagoga le cuenta que su hija está gravemente enferma: *Jesús lo deja todo y se ocupa de él.* Llega a la casa..., las mujeres lloran porque la niña ha muerto..., el Señor les dice que estén tranquilas..., pero se burlan de él. ¡Aquí se ve la paciencia de Jesús! Y luego, tras la resurrección de la niña, Jesús en vez de decir *¡Viva Dios!*, les dice: *Por favor, dadle de comer.* Jesús siempre cuida los pequeños detalles.

Pues esto que he hecho con este Evangelio es precisamente la oración de contemplación: tomar el Evangelio, leerlo e imaginarme en la escena, imaginarme lo que pasa y hablar con Jesús, como me salga del corazón. Así hacemos crecer la esperanza, porque tenemos la mirada fija en Jesús. ¡Haced la oración de contemplación! *¡Es que tengo mucho que hacer!* Pues ve a tu casa —15 minutos—, toma el Evangelio —un texto pequeño—, imagina qué es lo que pasa y habla con Jesús de eso. Así tu mirada estará fija en Jesús y no tanto en la telenovela, por ejemplo. Y tu oído estará atento a las palabras de Jesús y no tanto a las chácharas del vecino o de la vecina.

La oración de contemplación nos ayuda en la esperanza. Vivir de la sustancia del Evangelio. Rezar siempre. Rezar las oraciones de siempre, rezar el Rosario, hablar con el Señor, pero también hacer la oración de contemplación para tener nuestra mirada fija en Jesús. De esta oración viene la esperanza. Y nuestra vida cristiana se mueve en ese ámbito, entre la memoria y la esperanza. Memoria del camino realizado, memoria de tantas gracias recibidas del Señor. Y esperanza, mirando al Señor, que es el único que puede darme esperanza. Y para mirar al Señor, para conocer al Señor, tomemos el Evangelio y hagamos oración de contemplación. Hoy, por ejemplo, sacad 10 minutos —15, ¡no menos!—, leed el Evangelio, imaginad y decidle algo a Jesús. ¡Y nada más! Vuestro conocimiento de Jesús será más grande y vuestra esperanza crecerá. No lo olvidéis: teniendo fija la mirada en Jesús. Y, para eso, la oración de contemplación.

www.parroquiasantamonica.com

Vida Cristiana