

## ÁMENSE COMO YO LOS AMO

[Del domingo 10 al sábado 16 de mayo]

Llegamos a la 6ª semana de Resurrección y la Liturgia nos invita a reflexionar sobre el núcleo más vital de la experiencia humana y cristiana: la medida del amor.

En el evangelio de Juan (15,9-17), Jesús comienza diciendo: **“Como el Padre me ama, así los amo Yo; permanezcan en mi amor”**. Se trata del modo de amar y de actuar que el Señor tiene para con todos. Amar como ama el Padre es amar de forma creadora y creativa, donde todo puede comenzar de nuevo. Este es el modo de amar que aprendió Jesús. Recibió del Padre una manera fecunda de relacionarse que da consistencia a las personas porque las sirve, acompaña y cuida desde la realidad propia de cada cual.

El modo de amar Jesús es personal y personalizador. El tamaño y el alcance de su amor y servicio se convierten para nosotros en la medida del amor-servicio que manifestemos a los demás. Por eso, permanecer en el amor de Jesús equivale a asumir sin miedo, sin reparos y sin reservas su modo de actuación.

Este mandamiento de Jesús no deja de sorprendernos. Estamos tan acostumbrados a amar y servir según nuestra medida que llegamos al extremo de justificar nuestros pequeños y endebles gestos de servicio y de generosidad. Pero para el cristiano, incluso para todo hombre y mujer, la medida del amor no está en uno mismo. Sería mezquino reducir el amor y la misericordia al tamaño de nuestro corazón o al tamaño de nuestra efímera existencia.

Amar como nos ama el Señor es pasión por las personas y por la vida. Quien aprende a amar y a tratar como lo hace Jesús, es capaz de construir amistad más allá de cualquier obstáculo, porque ha experimentado que ha sido amado y sigue siendo amado. Y es que **la auténtica altura humana de todo hombre y de toda mujer es la altura de su amor y de su servicio**.

Cuando Jesús nos dice **“no son ustedes los que me han elegido, sino Yo quien los ha elegido y los ha destinado para que vayan y den fruto y su fruto permanezca”**, nos plantea dos aspectos relacionados e importantísimos para la calidad de nuestro amor y servicio: uno, que ser seguidor de Jesús, o desempeñar alguna misión o servicio en su nombre, no es un asunto de nuestra propiedad, sino de Dios; y otro, que la permanencia y consolidación de los frutos en nuestra misión dependen de la experiencia de sentirnos enviados.

Así pues, experimentar que somos capaces de amar a las personas con el mismo amor que el Señor nos tiene, y junto a esto, sentirnos invitados y enviados por Él, sin apoderarnos de nada, para ir a donde haya urgencia de generosidad y servicio, es como puede surgir la alegría que plenifica y llena de sentido nuestra existencia. Una alegría que sabe convertir las tristezas en ocasión para la esperanza. Incluso, una alegría que sabe ponerle a la muerte la difícil meta de generar nueva vida como lo hace Dios Padre.

**MOMENTO PREPARATORIO: LEO EL EVANGELIO****EVANGELIO DE JUAN (15, 9-17)**

En aquel tiempo, Jesús dijo a sus discípulos: Como el Padre me ama, así los amo Yo. Permanezcan en mi amor. Si cumplen mis mandamientos, permanecen en mi amor, lo mismo que Yo cumplo los mandamientos de mi Padre, y permanezco en su amor. Les he dicho esto para que mi alegría esté en ustedes y su alegría sea plena.

Este es mi mandamiento: que se amen los unos a los otros como Yo los he amado. Nadie tiene amor más grande a sus amigos que el que da la vida por ellos. Ustedes son mis amigos, si hacen lo que Yo les mando. Ya no los llamo siervos, porque el siervo no sabe lo que hace su amo; a ustedes los llamo amigos, porque les he dado a conocer todo lo que he oído a mi Padre.

No son ustedes los que me han elegido, soy Yo quien los ha elegido y los ha destinado para que vayan y den fruto y su fruto permanezca, de modo que el Padre les conceda cuanto le pidan en mi nombre. Esto es lo que les mando en mi nombre: que se amen los unos a los otros.  
*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 experimentar que puedo amar a los demás como el Señor me ama a mí.**

[ 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 aprenda a amar como Tú: sin distinción, sin reservas, con generosidad.**

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

#### **6º MOMENTO: CONTENIDO o MATERIA DE LA ORACIÓN**

[NOTA: Para Contemplar la Resurrección, San Ignacio propone 5 aspectos dinámicos. Así, el que contempla se implica a fondo en la centralidad del Evangelio y de la Vida. Después de VER, OIR y SENTIR, se pasa a CONSIDERAR los EFECTOS Verdaderos y de Santidad, fruto de la Resurrección. Y después se pasa a MIRAR (gustar) el OFICIO de CONSOLAR que el Señor trae. Lo cual concreta la Verdad y Santidad de los Efectos de la Resurrección].

##### **6.1) Primero: VER A JESÚS**

- ⇒ Ver como Jesús aprendió de Dios Padre una forma de amar que hace comenzar todo de nuevo. Una manera fecunda de relacionarse que da consistencia a las personas porque las sirve, acompaña y cuida desde la realidad propia de cada cual. ***Y reflexiono para sacar provecho.***

##### **6.2) Segundo: OÍR A JESÚS**

- ⇒ Oír a Jesús que dice: **ámense los unos a los otros como Yo los he amado.** Es decir, amen y traten a las personas como Yo lo hago con ustedes, y así serán capaces de construir amistad más allá de cualquier obstáculo, podrán construir esperanza. ***Y reflexiono para sacar provecho.***

##### **6.3) Tercero: SENTIR A JESÚS**

- ⇒ Sentir que el modo de amar Jesús se convierte para nosotros en la medida del amor-servicio que hemos de manifestar a los demás. Y que permanecer en este amor de Jesús equivale a asumir sin miedo, sin reparos y sin reservas su modo de actuación. ***Y reflexiono para sacar provecho.***

##### **6.4) Cuarto: CONSIDERAR COMO DIOS SE MANIFIESTA**

- ⇒ Considerar cómo Dios, que parecía esconderse en la pasión, se muestra tan fuerte por los verdaderos y santos efectos de la Resurrección que son aquel amor y aquel servicio que tienen el mismo tamaño y alcance del amor que Dios nos tiene. ***Y reflexiono para sacar provecho.***

##### **6.5) Quinto: GUSTAR EL OFICIO DE CONSOLAR QUE TRAE EL SEÑOR**

- ⇒ Gustar el Oficio de Consolar que trae Cristo, nuestro Señor, haciéndonos experimentar la auténtica alegría que plenifica y llena de sentido nuestra existencia, convierte las tristezas en ocasión de esperanza y genera nueva vida. ***Y reflexiono para sacar provecho.***

## **7<sup>MO</sup> 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).

### **NADA MÁS PERFECTO QUE EL AMOR**

Aunque hablara las lenguas de los hombres y de los ángeles, si no tengo amor, soy como campana de bronce que resuena y nada más.

Aunque tuviera el don de profecía, y conociera todos los misterios y toda la ciencia; aunque tuviera plenitud de fe como para trasladar montañas, si no tengo amor, nada soy.

Aunque repartiera todos mis bienes, y entregara mi cuerpo a las llamas, si no tengo amor, de nada me sirve.

El amor es paciente, es servicial, no es envidioso, no se jacta, no es engreído. El amor es cuidadoso. No busca su interés. No se irrita. No lleva cuenta del mal. No se alegra de la injusticia. Se alegra con la verdad. El amor todo lo excusa. Todo lo cree. Todo lo espera. Todo lo soporta. El amor no termina nunca.

Desaparecerán las profecías. Cesarán las lenguas. Desaparecerá la ciencia. Porque imperfecta es nuestra ciencia e imperfecta nuestra profecía. Cuando venga lo perfecto desaparecerá lo imperfecto. Ahora conozco de un modo parcial, pero entonces conoceré como soy conocido. Por ahora permanecen la fe, la esperanza y la caridad. Pero la mayor de todas ellas es el amor.

*(1ª Carta a Los Corintios 13,1-13)*

## **8<sup>VO</sup> Momento: EXAMEN DE LA ORACIÓN**

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

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

### **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.