

## CONTEMPLACIÓN PARA ALCANZAR EL AMOR

Hola. Soy Pepa Torres Pérez. De nuevo con vosotros y vosotras para compartiros algunas orientaciones para orar con la *Contemplación para Alcanzar Amor*.

Si como compartíamos en el primer video el *Principio y Fundamento* es la puerta de entrada a los *Ejercicios* de San Ignacio, la *Contemplación para alcanzar Amor* es la recapitulación de la experiencia vivida. Se sitúa al final de los *Ejercicios* y tiene como objetivo aterrizar la experiencia en nuestro contexto y realidad cotidiana. Por eso si los *Ejercicios* de San Ignacio se estructuran en 4 semanas la *Contemplación para alcanzar Amor* viene a ser algo así como la *Quinta semana*. La preparación para la *vuelta a casa*, el enraizamiento en la realidad cotidiana.

Esto es muy importante porque la espiritualidad ignaciana es siempre *una espiritualidad de encarnación en el mundo*, no nos aísla ni separa del mundo, sino que nos inserta mucho más profundamente en él, al modo de Jesús. Porque es en la realidad compleja, contradictoria de nuestro mundo, *en la realidad y no en la idealidad*, donde somos llamadas y llamados vivir el evangelio, porque como diría Dorothy Day el *Evangelio acontece hoy, el evangelio es ahora*.

Desde *La Contemplación para alcanzar Amor* se nos invita por tanto a recoger interiormente lo vivido en estos días de oración y acogerlo como un regalo para seguir *compartiéndolo y compartiéndonos en gratuidad en la vida cotidiana*, y asumir toda la existencia como una respuesta desde y para el amor.

Si en el resto de las meditaciones de los EE el texto bíblico ha sido muy importante aquí el texto más importante va a ser nuestra propia vida, lo que el Espíritu ha escrito en estos días de oración en nuestro propio corazón.

De ahí que orar desde la *Contemplación para alcanzar Amor* requiera, como dice San Ignacio, *pedir conocimiento interno de tanto bien recibido para que, enteramente reconociendo, podamos en todo amar y servir. En todo significa en la totalidad de la realidad*, en todas sus dimensiones. Porque la espiritualidad cristiana no es una espiritualidad de compartimentos estancos, que separa lo material de lo espiritual, lo sagrado de lo profano, el compromiso de las relaciones personales, la intimidad, la familia, de la militancia, etc, sino que Dios se nos da en la vida con toda *la mezcla* que hay en ella y nos invita a cuidarla en común en todas sus dimensiones. No hay ningún ámbito de la realidad que sea ajeno a la liberación de Dios.

**Esta oración aporta también un clave muy interesante en relación con el Amor: *El amor se pone más en las obras que en las palabras (E 230,2)*.** El Evangelio *no es tanto decir, como hacer*, no un hacer que nace de la exterioridad, sin un hacer que emerge desde la hondura del corazón al sentirnos tocados por un Amor mayor que nosotros mismos que nos descentra y nos hace prójimos y prójimas. La buena noticia de Jesús pide ser encarnada, hecha historia, el amor no es una intención sino una realización, se traduce en obras (Mateo 7, 21-29).

**Otra clave interesante en relación al amor que nos plantea la CAA es que el amor es siempre desinstalador. Es siempre respuesta, creatividad y riesgo.** El amor no se conforma con el *“no se puede”*. Donde hay amor hay búsqueda y allá donde parece no haber caminos es capaz de generar algo nuevo, lo inédito viable, que diría Pablo Freire. El amor no se somete a otra ley que no sea también la del amor: *la ley interna de la*

*caridad*, dicho en lenguaje ignaciano. Por eso el amor si es el modo de Jesús es siempre liberador, para quien ama y para quien es amado. Cuando el amor aprisiona, controla, genera rigideces, hemos de sospechar si es amor. El amor al modo de Jesús, que es siempre libertad y anchura comprometida.

Os comparto algunas pistas desde la CAA para disponernos a la oración:

### **Primera pista:**

-Pasar por el corazón la experiencia vivida, nuestra propia historia y hacerlo desde la clave como dice Ignacio de *los beneficios recibidos*: ¿Qué me ha sido dado como regalo en la vida? ¿Capacidades, relaciones, apoyos, oportunidades? Ahondo en ellos y me abandono al agradecimiento por tanto *bien recibido* gratuitamente.

Podemos hacer una lista y dibujar un paquete de regalo y escribirlo en su interior. También podemos acercarnos al texto bíblico Deuteronomio 7,7 y experimentar que esa es también nuestra experiencia: “*No porque seáis el pueblo más numeroso se enamoró el Señor de vosotros y vosotras, sino por puro amor y gratuidad suya*”.

Dejar que nos inunde tanto gracia y amor recibido;

### **Segunda pista:**

Observar la presencia de Dios en la madre tierra, en toda la creación. Buscar un espacio natural para ello que nos ayude en la contemplación y abrir nuestros sentidos para captar la presencia del Misterio que se nos ofrece gratuitamente en la vegetación, las aves, los animales, la tierra, el agua, las montañas, la casa común.

-Abrir el oído y captar los sonidos de la vida que se nos en la naturaleza

-Abrir el olfato para captar el olor de la vida desde su diversidad y contraste, desde las distintas especies

-Tocar la creación como un don que nos invita no a poseerla sino a sentirnos formando parte de ella y experimentar las diversas texturas y al Dios toda gratuidad que se nos ofrece en ella

-Gustar la experiencia de sentirnos formando parte de un Misterio mayor de amor creativo y cuidadoso en el que somos nos novemos y sentimos (Act 17, 28) con toda la creación en su inmensa diversidad y riqueza

-Gozarnos y abandonarnos a la experiencia de sabernos formando parte del cosmos con toda la humanidad y toda la creación, *sintiéndonos polvo de estrellas*, desde el hálito del amor

Por último pasar por el corazón la propia vida, nuestra relaciones, el contexto en el que nos movemos y abrimos a la presencia de la gratuidad en ella, en quienes nos rodean, en tantos gestos y acciones amorosas, cotidianas, que cada día ponen la vida y el cuidado de los más vulnerados y vulneradas en el centro, que se gastan y desgastan amorosamente por gestar otro mundo posible desde los gestos más minúsculos a los que tienen incidencia política o estructural.

En todo ellos acogemos el don de Dios que se nos ofrece, que se nos da gratuitamente y hacemos pozo interior profundo en ello.

En todo ello trabaja el espíritu de Dios, su Ruah creativa y amorosa y nos invita a ser cocreadores y cocreadoras con ella:

Dios no deja de trabajar en la historia (Jn 5,17). Ni el mundo, ni nosotros mismos estamos abandonados de la mano de Dios y nos pide que le echemos una mano en gestar una humanidad nueva, desde el cuidado de la proximidad y la casa común.

Desde el amor experimentado en estos días de oración podemos sentir su invitación provocadora a derramar gratuitamente tanto como hemos recibido, a poner todo lo que somos y tenemos al servicio de la vida, para que esta circule y lo haga en abundancia para todos y todas en nuestro mundo empezando por los más heridos y vulnerados.

Podemos terminar la oración haciendo nuestra la oración de San Ignacio, parándonos donde encontremos resonancia profunda:

Tomad, Señor, y recibid  
toda mi libertad,  
mi memoria,  
mi entendimiento,  
y toda mi voluntad,  
todo mi haber y mi poseer;

Vos me disteis,  
A Vos, Señor, lo torno.  
Todo es vuestro,  
disponed todo a vuestra voluntad;  
dadme vuestro amor y gracia,  
que con ésta me basta.

Pues que así sea ...

Pepa Torres Pérez

<https://pepatorresperezblog.blogspot.com/>  
pepalavapies@yahoo.es



