

## I-Meditación preparatoria

“Venga el alma a soledad...” es necesaria esa paz, como un coche el repostar o ir al garaje a revisión, como un barco que va a puerto, como nosotros que no queremos acabar en la tibieza. Los apóstoles están limpiando las redes, para poder pescar hace falta perder tiempo en cosas necesarias, como el dormir que parece que no sirve pero quien no duerme acaba mal de la “azotea”. Así nosotros, sin retiro no tendríamos un embalse que acoja las aguas para administrarlas a su debido tiempo, sino sólo aguas que brotan desmadradas o lánguidas según el momento.

### 1. *Pedir luz al Espíritu Santo es bueno comienzo.*

*Emitte lucem tuam et veritatem tuam* (Ps 42,3): pedimos luces con esperanza de que Dios se volcará estos días dándonos gracias muy especiales, para renovar nuestra vida y con su verdad provocar en nuestras almas una nueva mudanza, un serio paso adelante en nuestra identificación con Cristo. Por eso hemos comenzado con esas palabras del salmo: “envíame tu luz y tu verdad”: «ningún manjar es más sabroso para el alma que el conocimiento de la verdad» (Lactancio PL VI,c.709); pedir luz para en estos días mirar a Dios, mirarnos a nosotros mismos: *considerar la vida del Señor, para conocerle más, para tratarle más, para amarle más, para seguirle más.*

Agradecer esta oportunidad de una nueva conversión. Fomentar la esperanza: Dios se vuelca con gracias muy especiales, para renovar nuestra vida interior y obrar en nuestras almas una nueva conversión: la nueva mudanza, que siempre hemos de buscar.

Luz del Señor, pedir con fe y valentía, para discernir qué nos lleva a configurarnos con Cristo, y qué nos aparta: *Domine, ut videam!* Señor, que vea (Lc 18,41; Mc 10,46s).

El ejemplo del Señor nos da pistas (Mc 6, 30-32): *“Reunidos los apóstoles con Jesús, le contaron todo lo que habían hecho y enseñado. Y les dice: Venid vosotros solos a un lugar apartado, y descansad un poco. Porque eran muchos los que iban y venían, y ni siquiera tenían tiempo para comer. Se marcharon, pues, en la barca a un lugar apartado ellos solos”.* Así como Jesús en ocasiones se retira con los suyos, queremos estos días estar apartados con Él, dentro de su barca, algo lejos de la orilla. El objetivo es ser santos, es decir vivir la vida cristiana en grado heroico: siempre, en todo, con todo el amor posible, creciendo cada día... no dejarlo para cuando seamos viejos, mañana... No nos faltará la luz del Espíritu Santo, para ver la profundidad de nuestra conciencia, ver qué nos impide un paso más expedito de seguimiento de Dios, y cortar amarras para navegar mar adentro, sin miedo, guiados por el Amor de Dios. Muchas serán las luces que nos harán ver de un modo nuevo cosas en las que antes nos parecía saberlo todo, y que ahora adquieren un sentido insospechado.

Dios nos quiere santos, para que santifiquemos a los demás. En estos días, mirar a Dios, mirarnos a nosotros mismos y mirar el mundo, en el que hemos de ser fermento, instrumentos de Dios: *En días de retiro tu examen debe tener más hondura y más extensión que el tiempo habitual nocturno. -Si no, pierdes una gran ocasión de rectificar* (San Josemaría Escrivá, Camino 245). Venimos a rezar, con paz, mirar a Dios y concentrar nuestra mirada en él, nuestro corazón en nuestro tesoro. El Señor pasa, en la Misa y en el sagrario. Vamos a recordar a Zaqueo (Lc 19, 1-10), que se eleva a un árbol para ver, era pequeño y necesita alejarse de la multitud, subir, como nosotros ahora subir para ver, retirarse para contemplar. “Cuando llegó a aquel sitio (donde estaba Zaqueo subido al sicómoro), levantó los ojos Jesús y le dijo: Zaqueo, baja pronto porque hoy me hospedaré en tu casa. Él bajó a toda prisa y le recibió con alegría”, el Señor se fijó en él y se fue a su casa. Hay que acercarse, levantarse de lo que nos distrae, de lo que nos impide ver. Hay que disponerse para quitar lo que sobra aunque cueste, decir: “Señor, lo que tú quieras”.

## 2.- Recogimiento de oración

**Un ejemplo:** virutas de hierro y serrín, en un taller. ¿Cómo separarlos? Echando agua, el serrín sube, el hierro baja. Así, discernir, desdramatizar, puntualizar, poner los medios para separar lo que es de Dios de lo malo, lo importante de lo que es superfluo, lo que pide Dios y lo del egoísmo.

a) *Luchar por el recogimiento:* Una martingala de los ladrones de cuadrilla hacía entrar al niño enteco, desgarbado, enfermizo, que se colaba por el ventanuco abierto –un portillo- para que les abriesen el portón principal por dentro: luego abría la puerta y entraba la reata de delincuentes y hacían estragos. Habría que hacer un elogio del silencio, como diálogo creador, como forma poética de entrar en el mundo interior, como forma de hablar con Dios. Evitar las distracciones, dejarlas fuera, es una buena manera de inspirarnos y centrarnos en el retiro. Recogerse es una labor positiva de gobernar los sentidos y potencias, recogerlos y agruparlos cuando ya estaban para desperdiciarse en una multitud de intenciones a veces contrapuestas, y encaminar todo aquel saco de posibilidades hacia un centro de atención que lo unifique todo, unirlo todo en Dios. Congregar cosas separadas, dar unidad a lo que está disperso, mantener un punto de mira único que focalice y presida todas las acciones, de modo que sea un fin e intención final que dé sentido al conjunto. Todo esto es recogerse, dar acogida a una intimidad con Dios, descubrir su presencia inefable y preferirla al monólogo interior, la dispersión en la memoria e imaginación, Para ello, mortificar imaginación: tantos ratos de oración, desperdiciados... -Mortificar gustos: ir al sagrario. Serenar el alma y fortalecer las potencias espirituales. *Días de retiro. Recogimiento para conocer a Dios, para conocerte y así progresar. Un tiempo necesario para descubrir en qué y cómo hay que reformarse: ¿qué he de hacer?, ¿qué debo evitar?* (Surco 177).

Es necesario rezar: adorar, expiar, ferviente escucha a todo lo que el Señor nos pide, en nuestras circunstancias, ahora especialmente: es una actitud permanente de mejora... prontitud para rectificar... afán de mejorar... y pensar que nuestra conformación en Cristo no termina nunca, que siempre estamos necesitados de mejora, de *captar, en la intimidad del alma, las ilustraciones divinas.*

b) Para ello, *meterse en Dios: amarle más:* gobernar los sentidos y las potencias, unificar toda nuestra atención en Dios, que nos atrae: silencio y escuchar dentro. Al paso que hay que *meditar sobre las verdades eternas, y sobre otros temas espirituales uno puede ir viendo por dónde le lleva Dios, para mejorar su amor.* Libertad en el modo de hacerlo, como escribió un poeta: “cada caminante siga su camino”. Lo que sea, para conseguir el único fin: mirarnos en Jesús como en un espejo, “espejarnos” en él: *conocer a Dios y conocernos a nosotros mismos.*

**Soledad.** Habló Pio XI (Enc. “Mens nostra”) de “aquella bienaventurada soledad, donde, alumbrado por celestial magisterio, aprenda a conocer el verdadero valor y precio de la vida humana, para ponerla al servicio de solo Dios; tenga horror a la fealdad del pecado; conciba el santo temor de Dios; vea claramente, como si se le rasgase un velo, la vanidad de las cosas terrenas, y excitado por los avisos y ejemplos de aquel que es ‘el camino, la Verdad y la vida’ se despoje del hombre viejo, se niegue a sí mismo y, acompañado de la humildad, la obediencia y la voluntaria mortificación de sí mismo, se revista de Cristo y se esfuerce por llegar a ser ‘varón perfecto’, por conseguir la completa ‘medida de la edad perfecta según Cristo’, como dice san Pablo; y hasta procure con todas sus energías poder él también respetar con el mismo Apóstol: ‘yo vivo; o más bien, no soy yo el que vivo, sino que Cristo vive en mí’. Más que elucubrar, contemplar a Dios: **conocerle**, como dice Francisca Javiera del Valle (en su “Decenario al Espíritu Santo”, 30-31): “Dame, Señor, este amor, que deseo tener y no tengo. Os le pido por quien sois, Dios infinito en bondades. Dame también tu gracia y tu luz divina para con ella conocerte a Ti y conocerme a mí y conociéndote Te sirva y Te ame hasta el último instante de mi vida y continúe después amándote

por los siglos sin fin. Así sea”. Contemplar el misterio de Dios, valentía en quitar los obstáculos, evitar distracciones: ¿Señor, qué quieres de mí, qué me falta para ser completamente tuyo? Y así, como se cargan las pilas, *cargar el alma de amor de Dios y de deseos de santidad*.

«Hoy entro a retiro. Oigo la voz de mi Jesús que me dice "vamos a soledad". La llevaré a la soledad y allí le hablaré a su corazón (Oseas 2, 14). Me retiro con El en lo íntimo de mi alma y allí, como en otro Nazaret, viviré en su compañía con mi Madre y San José. Jesús me ha dicho que va a hacer un registro en su casita para ver qué es lo que falta para purificarla» (Sta. Teresa de los Andes, p. 66). Al comenzar un curso de retiro estas palabras nos pueden ayudar a hacer lo que sugería *Mt 7, 24*: adentro mirar y en el silencio del corazón a Dios escuchar: por la mortificación y la contrición, con amor: disponernos a la conversión con muchos actos de amor.

Juan Pablo II, usando la canción famosa de los 60' que dice “la respuesta la tiene el viento”, comentaba: “la respuesta la tiene el viento que es la voz del Espíritu que clama y me dice: ven... ¿Cuántos caminos ha de recorrer el hombre para encontrarse a sí mismo? Sólo hay un camino para el hombre, y este camino es Cristo... tan sólo Él es el camino de la vida”. Y es necesario preguntarle, como el joven rico: “quid mihi deest?”, ¿qué me falta? Así como no basta que llueva una vez para que germinen las plantas, tampoco es suficiente llevar algo a la oración una vez, para que se afiancen los buenos propósitos. Hay que meditar repetidamente, insistir hasta descubrir un mediterráneo, no hacer como las piedras que dejan resbalar el agua, sino como tierra amorosa que la aprovecha, así sacar mucho fruto, en esa búsqueda de la Verdad que bebe del agua del amor divino. “Sin el amor de Dios, la felicidad del cielo tendría menos sentido para mí que una sinfonía de Beethoven para una vaca” (Leo Trese, *Dios necesita de ti*, Palabra Madrid, p. 31).

### 3. Recomendaciones.

El curso de retiro es *ir al médico divino, para hacer un repaso -un reconocimiento- y ver cómo estamos*. Cuenta R. Knox (“Ejercicios para seglares”) una interesante observación. Cuando varios cantan sin acompañamiento musical –un órgano, por ejemplo- existe la tendencia a bajar el tono, y si el coro no está acostumbrado a cantar si el acompañamiento, el director suele tener un **diapasón** escondido y de vez en cuando da una pequeña señal, para recordar que deben dar una nota más alta de la que cantan. Cuando la vida cristiana comienza a languidecer, hay que sacar la conclusión de que necesitamos un diapasón que eleve el tono inmediatamente: por ejemplo, un curso de retiro (tomar el Evangelio, meditar la Pasión del Señor, etc.). Esas páginas del Evangelio, leídas e interiorizadas e imaginadas como un personaje más, de la película que nos hacemos dentro, nos hacen subir como Zaqueo el bajo, a un árbol (Lc 19, 1-10) para ver a Jesús. Aquí estamos más altos, podemos levantarnos y disponernos a ver con más nitidez a Jesús y mejorar la calidad de nuestro amor.

*El alma exclama “aquí estoy, Señor, porque me has llamado” (“ecce ego, quia vocasti me...”: 1 Reg 3, 9)! Señor, aquí me tienes; Señor, dame luz; Señor, que yo vea. El Espíritu Santo es quien nos da esa divina luz: y San José, maestro de la vida interior, nos llevará a María y a Jesús y, desde esta trinidad de la tierra, ¡a la Trinidad del Cielo!*