

EXTENSIÓN CONTEMPLATIVA INTERNACIONAL ORACIÓN CENTRANTE UNO – ADVIENTO 2021

Introducción – Semana 1

LA TRANSMISIÓN DEL MISTERIO DE CRISTO

Las lecturas están tomadas del libro “El Misterio de Cristo” del Padre Thomas Keating



Icono de la Santísima Trinidad de Roublev

“En el principio era el Verbo, y frente a Dios era el Verbo, y el Verbo era Dios. Él estaba frente a Dios al principio. Por Él se hizo todo y nada llegó a ser sin El. Lo que llegó a ser, tiene vida en El, y para los hombres esta vida es la luz. La luz brilla en las tinieblas y las tinieblas no pudieron vencer la luz. Vino un hombre de parte de Dios. Este se llamaba Juan. Vino para dar testimonio. Vino como testigo de la luz, para que, por él, todos creyeran. No era él la luz, pero venía como testigo de la luz. Porque la luz llegaba al mundo, la luz verdadera que ilumina a todo hombre. Ya estaba en el mundo y por El se hizo el mundo, pero este mundo no lo conoció. Vino a su propia casa y los suyos no lo recibieron, pero a todos los que lo recibieron, les concedió ser hijos de Dios. Estos son los que creen en su Nombre. Pues aquí se nace sin unión física, ni deseo carnal, ni querer de hombre. Estos han nacido de Dios. Y el Verbo se hizo carne y habitó entre nosotros. Hemos visto su gloria, la que corresponde al Hijo Único cuando su Padre lo glorifica.” (Juan 1:1-14.).

“La oración Contemplativa es la preparación ideal para la liturgia. A su vez, la liturgia, cuando se celebra en forma debida, fomenta la oración contemplativa. Unidas impulsan el proceso continuo de la conversión a la cual nos llaman los evangelios. Despiertan en nosotros la certeza, de que nosotros mismos, como miembros que somos del cuerpo de Cristo, somos la línea de donde parte la Nueva Creación iniciada por la Resurrección y Ascensión de Cristo.” *

“El prólogo del Evangelio de Juan nos presenta el plan eterno de Dios, en el cual Cristo ocupa la posición más importante. El Verbo Eterno, el silencio del Padre expresado a plenitud, ha entrado al mundo y se ha manifestado como un ser humano. Por su poder infinito, el Verbo Eterno ha abarcado la humanidad entera para incluirla en Su relación divina con el Padre.

Nosotros, que somos seres incompletos, confundidos y agobiados por las consecuencias del pecado original, constituimos la familia humana de la cual el Hijo de Dios se ha hecho cargo. La fuerza básica del mensaje de Jesús es su invitación a la unión divina, que es el único remedio para la situación tan precaria en que se encuentra la humanidad. Al no experimentar la unión divina, nos sentimos apartados de nosotros mismos, de Dios, de los demás y del cosmos. Por lo tanto, buscamos substitutos para la felicidad para la cual fuimos predestinados y que no sabemos cómo ni dónde encontrar.” *

"La liturgia es el vehículo máximo para transmitir la vida divina que se manifiesta en Jesucristo, el ser divino y humano. Cuando Jesús dejó esta vida y entró en su vida post-histórica, la liturgia se convirtió en la extensión de su humanidad en tiempos venideros. Las fiestas del año litúrgico son los ropajes que hacen visible la Realidad oculta que nos es transmitida en los ritos sacramentales." *

"El Misterio de Navidad-Epifanía comienza con el tiempo de adviento, un período extenso de preparación que culmina en la fiesta de Navidad. En el primer domingo de adviento, la "cámara fotográfica de la liturgia" nos da una perspectiva general de las tres venidas de Cristo. En los domingos siguientes se nos presentan los tres personajes más importantes de Adviento: María, la Madre Virgen del Redentor; Juan Bautista, quien presentó a Jesús a aquellos que oyeron su mensaje primero; e Isaías, quien anunció la venida de Cristo con una precisión extraordinaria setecientos años antes del evento. La disposición de ánimo y la conducta de estos tres personajes son el modelo que debemos de imitar. De esta manera la liturgia despierta en nosotros la misma espera ansiosa con que los profetas anhelaron la venida del Mesías. A través de nuestra participación en el desenvolvimiento del Misterio de Navidad-Epifanía nos preparamos para el nacimiento espiritual de Jesús en nosotros." *

"La gracia que conlleva a la Navidad es de tal magnitud que no se puede captar con una sola ráfaga de luz. Solo cuando se celebra la Epifanía, la fiesta que la corona, es cuando se revela plenamente toda la idea teológica de la Luz Divina." *

"La liturgia nos enseña y nos capacita para que, al celebrar los misterios de Cristo, los percibamos no solo como eventos históricos, sino como manifestaciones reales de Cristo aquí y ahora. Por medio de este contacto viviente con Cristo, nos transformamos en iconos de Cristo, o sea, en manifestaciones del Evangelio a través de formas cambiantes, así como varían las formas y los colores de vida." *

"La liturgia es el medio por excelencia para transmitir la conciencia de Cristo. Es el lugar principal donde esto sucede. Usa el ritual para preparar las mentes y los corazones de los que participan en su celebración. Cuando estamos debidamente preparados, cautivas nuestra atención en todos los niveles de nuestro ser y nos comunica la gracia especial de la fiesta que se celebra." *Págs. 7,10,11,13,14

Práctica sugerida:

1. ¿Dónde buscamos la felicidad de nuestra vida? El Padre Thomas nos transmite en su texto que la liturgia es el vehículo máximo para transmitir la vida divina que se manifiesta en Jesucristo, el ser divino y humano. ¿Cómo vives tú la liturgia? Trata de encontrar en ella, el Misterio de Cristo. ¿Puedes observar y vivir las manifestaciones reales de Cristo aquí y ahora? ¿Cómo estás practicando tu Oración Centrante?
2. Con la ayuda del texto del Evangelio que encuentras al inicio (Juan 1:1-14) y realiza una Lectio Divina del mismo. ¿Qué imágenes llegan a tu mente? ¿Qué te dicen esas líneas leídas?
3. Procura mantener tus períodos de Oración Centrante por lo menos 20 minutos o más, dos veces al día y practica la Lectio Divina con los evangelios de cada día.

Te invitamos a compartir tus reflexiones del presente envío en el Grupo de Oración Centrante Uno.

EXTENSIÓN CONTEMPLATIVA INTERNACIONAL ORACIÓN CENTRANTE UNO – ADVIENTO 2021

Primer Domingo de Adviento

Semana 2: EL MISTERIO DEL TIEMPO DE NAVIDAD

Las lecturas están tomadas del libro “El Misterio de Cristo” del Padre Thomas Keating



“Por aquel tiempo, Dios hablo a Juan, hijo de Zacarías en el desierto y Juan pasó por toda la región del río Jordán diciendo a la gente que debían convertirse a Dios y ser bautizados, para que Dios les perdonara sus pecados. Esto sucedió como el profeta Isaías había escrito:

Se oye la voz de alguien que grita en el desierto: ¡Preparad el camino del Señor; abridle un camino recto!!” (Luc.3:2-4)

El Adviento es la celebración de las tres venidas de Cristo: su venida en la carne, que es la atención primaria de la fiesta de Navidad; su venida al final de los tiempos, que es uno de los temas subyacentes del Adviento; y su venida en gracia, que es su llegada espiritual en nuestros corazones a través de la celebración Eucarística del Misterio de Navidad-Epifanía.

Su venida en gracia es su nacimiento dentro de nosotros. Esta llegada enfatiza el impulso primario de la liturgia, el cual es la transmisión de la gracia, no sólo la conmemoración de un evento histórico. Así, la liturgia comunica las gracias rememoradas en las fiestas y estaciones litúrgicas. Estas se centran alrededor de las tres grandes ideas teológicas contenidas en la revelación de Jesús: Luz Divina, Vida y Amor. Cada estación del año litúrgico - Navidad-Epifanía, Pascua-Ascensión, Pentecostés - enfatizan un aspecto particular del misterio de la salvación, la gratuita auto comunicación de Dios. El resto del año litúrgico fluye desde estos grandes temas y escudriña sus implicaciones prácticas.

El año litúrgico comienza con la idea teológica de la divina Luz. ¿Y qué es esto? Tú lo encontrarás, atendiendo a la liturgia, asumiendo que estás debidamente preparado y que la liturgia sea sensitiva y reverentemente ejecutada.

Cada estación litúrgica tiene un período de preparación que nos alista para la celebración de la festividad culminante. **La fiesta de Navidad es el primer estallido de luz** en la evolución del Misterio de Navidad-Epifanía. Teológicamente, Navidad es la revelación de la Palabra Eterna hecha carne. Pero toma tiempo celebrar y penetrar todo lo que este evento contiene e involucra verdaderamente. Lo más que podemos hacer en la noche de Navidad, es quedarnos sin aliento en admiración y regocijo con los ángeles y los pastores quienes primero lo experimentaron. Los

variados aspectos del Misterio de la divina luz son examinados uno a uno en los días siguientes a Navidad. La liturgia cuidadosamente desempaca los maravillosos tesoros que están contenidos en el estallido de luz inicial. En realidad, nosotros no captamos el pleno significado del Misterio, hasta que nos movemos a través de los otros dos ciclos. **A medida que la divina luz se hace más brillante, revela lo que contiene, esto es, la vida divina; y la vida divina revela que la Realidad Suprema es amor.**

La Epifanía es la fiesta cumbre de la Navidad. Tendemos a pensar en la Navidad como la fiesta más grande, pero en verdad, es tan sólo el comienzo. Aquella agudiza nuestro apetito por los tesoros que serán revelados en las fiestas por venir. La gran iluminación del Misterio de Navidad-Epifanía es cuando nosotros percibimos que la divina luz manifiesta no sólo que el Hijo de Dios se ha convertido en ser humano, sino que **estamos incorporados como miembros vivos a Su cuerpo. Esta es la gracia especial de la Epifanía. En vista de su divino poder y majestad, el Hijo de Dios recoge dentro de Sí el pasado completo de la familia humana, el presente y el futuro.** El momento en que la Palabra Eterna es pronunciada fuera del seno de la Santísima Trinidad y toma la condición humana, la Palabra se da a Sí misma a todas las criaturas. En el acto de la creación, Dios, en un sentido muere. Él cesa de estar solo, **y llega a estar por virtud de su actividad creadora, totalmente involucrado en la aventura humana. No puede ser indiferente. Cualquier teología que sugiera que Él no está preocupado, no es la revelación de Jesús.** Por el contrario, el significado y el mensaje de la vida de Jesús, es que **el Reino de Dios “está cerca y a la mano”: Dios en su todo, está ahora disponible para cada ser humano que así lo quiera.**

La Epifanía es entonces la manifestación de todo lo que está contenido en la luz de Navidad; **es una invitación a volvernos divinos.** La Epifanía revela el matrimonio entre la divinidad y la naturaleza humana de Jesucristo. También revela el llamado de Dios a la Iglesia (a nosotros, por supuesto) a ser transformada al introducirse dentro del matrimonio espiritual con Cristo y llegar a ser plenamente humana.

La venida de Cristo a nuestras vidas conscientes es el fruto maduro del Misterio de Navidad-Epifanía. Esto presupone una presencia de Cristo que ya está dentro de nosotros, aguardando a ser despertada. Podría llamarse la cuarta venida de Cristo, excepto que, en estricto sentido, no es una llegada, sino que ya está aquí. **El Misterio de Navidad-Epifanía nos invita a tomar posesión de lo que ya es nuestro.** Como dice Thomas Merton, “llegamos a ser lo que realmente somo”. El Misterio de Navidad-Epifanía, como la venida de Cristo a nuestras vidas, nos hace tener conciencia del hecho de que **Él está realmente aquí como nuestro “auténtico-yo”**—la más profunda realidad en nosotros y en cada uno. **Toda vez que Dios tomó para Sí la condición humana, cada uno es potencialmente divino. A través de la Encarnación de Su Hijo, Dios inunda a toda la familia humana**— pasado, presente y futuro--con Su majestad, dignidad y gracia. Cristo habita en nosotros de una forma misteriosa pero real. **El propósito principal de toda la liturgia, oración y ritual, es hacernos conscientes de Su presencia interior y unión con nosotros.** El potencial para esta conciencia es innato en nosotros por virtud de ser humanos, pero no hemos aún caído en cuenta de ello. **Las tres venidas de Cristo están basadas en el hecho de que nosotros estamos en Dios, y Dios está en nosotros;** ellas nos invitan a evolucionar más allá de nuestras limitaciones humanas hacia la vida en Cristo. Cristo ha venido, pero no completamente: este es el predicamento humano. La consumación del Reino de Dios (*el pleroma*) tendrá lugar mediante la evolución gradual de los cristianos hacia una desarrollada era de Cristo. Entretanto, cada ser humano y cada institución humana, aún santos, están incompletos. *Págs., 14 – 16

Práctica sugerida:

4. ¿Qué te dice el texto del Evangelio de Lucas? ¿Qué frase o palabra te llega al corazón? ¿En qué parte de tu desierto estás?
5. Lee detenidamente las reflexiones del P. Keating. ¿Qué gracias despiertan en ti esta estación del año litúrgico? ¿Qué más puedes encontrar en estas reflexiones?
6. El P. Thomas nos está invitando a evolucionar más allá de nuestras limitaciones humanas hacia la vida *en Cristo*. ¿Qué significado tiene esto en tu vida?

EXTENSIÓN CONTEMPLATIVA INTERNACIONAL ORACIÓN CENTRANTE UNO 2021

Segundo Domingo de Adviento

Semana 3: LA ANUNCIACIÓN

Las lecturas están tomadas del libro *El Misterio de Cristo* del Padre Thomas Keating



Anunciación con el Cerro de la Silla, 1985 Efrén Ordoñez

"En el sexto mes, el ángel Gabriel fue enviado a una joven virgen que vivía en una ciudad de Galilea, llamada Nazaret, y que era prometida de José, de la familia de David. Y el nombre de la virgen era María.

Entró el ángel a su presencia y le dijo: «Alégrate, llena de gracia; el Señor está contigo.» María quedó muy conmovida por lo que veía y se preguntaba qué quería decir ese saludo. Pero el ángel le dijo: «No temas, María, porque has encontrado el favor de Dios. Vas a quedar embarazada y dará a luz a un hijo, al que pondrás el nombre de Jesús. Será grande, y con razón lo llamarán Hijo del Altísimo. Dios le dará el trono de David, su antepasado. Gobernará por siempre al pueblo de Jacob y su reinado no terminará jamás. María entonces dijo al ángel: «¿Cómo podré ser madre si no tengo relación con ningún hombre?

Contestó el ángel: «El Espíritu Santo descenderá sobre ti y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra; por eso tú hijo será Santo y con razón lo llamarán Hijo de Dios. Ahí tienes a tu parienta Isabel esperando un hijo, y la que no podía tener familia se encuentra ya en el sexto mes de embarazo aquella que porque para Dios, nada será imposible. Dijo María: «Yo soy la servidora del Señor; hágase en mí lo que has dicho.» Despues de estas palabras el ángel se retiró". (Lc 1: 26 – 38)

Al parecer, María había recibido un llamado de Dios de dedicar su vida a Él en un compromiso al celibato. Por otro lado, se encontraba en la difícil situación de "ser la prometida de un hombre llamado José".

El celibato era una opción rara en aquellos tiempos, especialmente para una mujer. El hecho de que María se tomara la libertad de introducir esta novedad y de ser flexible con respecto a las expectativas populares y los reglamentos de su tiempo nos da una idea de su madurez espiritual.

Aparentemente había podido persuadir a José que la apoyara en esta idea. De acuerdo a la tradición judía de aquellos tiempos, ella ya estaba obligada a convertirse en su esposa en virtud de su compromiso.

Llega entonces la visita sorpresiva del mensajero de Dios. Como lo enseñan muchas parábolas más adelante, la acción de Dios es siempre inesperada. A veces la sorpresa puede ser algo que deleita, como cuando se encuentra un tesoro escondido en un campo. Otras veces, cuando Dios nos da un

reto o nos exige un sacrificio, esa sorpresa nos parece el fin de nuestro mundo; nuestro pequeño nido se hace añicos. Estos eventos ocurrieron con regularidad en las vidas de María y de José.

Esta es la primera vez que Dios, sin ser invitado, irrumpió en sus vidas y las volteó al revés. Lo que Jesús predica más tarde es precisamente la aceptación de lo que Él llama el Reino de Dios, que incluye nuestro consentimiento de que Dios irrumpa en nuestras vidas de cualquier manera y en cualquier momento, incluyendo el momento presente. ¡No mañana, sino ahora! El Reino de Dios es lo que sucede; estar abierto a ese Reino es estar preparado a aceptar lo que suceda. Eso no quiere decir que comprendamos lo que está sucediendo. La mayoría de las pruebas consisten en no tener ni idea de lo que está pasando, ni por qué. Si nosotros supiésemos que estamos haciendo la voluntad de Dios, las pruebas no nos mortificarían tanto.

Aquí nos encontramos frente a María en uno de los guiones favoritos de Dios, lo que podríamos llamar **una encrucijada**. El dilema surge: aparecen dos alternativas buenas, y uno no puede decidir cuál es la voluntad de Dios, puesto que ambas son buenas.

Esto inquieta sobremanera a una conciencia delicada. El desasosiego viene de desear hacer la voluntad de Dios y no poderla precisar. Como consecuencia, uno se siente atraído a ir en dos direcciones opuestas al mismo tiempo. Dos cosas buenas, pero opuestas, que exigen cada una nuestra adhesión total, y que ambas parecen ser la voluntad de Dios. Aquellos que andan por el camino espiritual se encuentran a menudo en frente de estas encrucijadas, que se vuelven más difíciles a medida que se avanza en el camino.

María, llegó a la encrucijada de su camino a la edad de catorce o quince años. Ella había planeado su vida de acuerdo con lo que ella creía firmemente que era la voluntad de Dios. Luego se le aparece el Arcángel Gabriel y le dice: "Dios quiere que tú seas la madre del Mesías". A María le inquietó sobremanera este mensaje. Los cimientos de todo su camino espiritual se estremecieron. Ella no podía entender cómo era posible que Dios enviara Su mensajero para decirle, "Yo quiero que seas madre," después de haberle hecho creer que su voluntad era que ella permaneciera virgen.

La noticia que le trajo el ángel y sus consecuencias desbarataron totalmente los planes que María había hecho para su vida. Su madre se enteró muy pronto de su misterioso embarazo. José se alteró tanto que planeó abandonarla. En otras palabras, este extraño embarazo cambió su vida totalmente.

Pero podemos estar segurísimos de que si permitimos que las energías creativas de una encrucijada se desenvuelvan, el resultado será que en algún momento nos encontraremos en un estado más elevado de conciencia. De repente percibiremos una forma nueva de ver la realidad. Nuestra antigua manera de ver el mundo terminará. Surgirá una nueva relación con Dios, con nosotros mismos y con los demás, basadas en el nuevo nivel de comprensión, percepción y unión con Dios que nos ha sido otorgado.

Durante el tiempo de Adviento, al celebrar la venida renovada de la Luz divina, se nos alienta a que seamos receptivos al advenimiento de Dios en cualquier forma que Él elija. Esta es la disposición que nos abre completamente a Su Luz. *págs. 17, 19,20

Práctica sugerida:

1. Según lo leído anteriormente el Padre Keating nos indica que María tenía cierta madurez espiritual. ¿Cómo es tu espiritualidad, ha madurado, está en proceso? ¿Has experimentado en algún momento de tu camino alguna irrupción de Dios de manera repentina? ¿Lo has aceptado?

Te invito a expresar a través de una pequeña oración tu agradecimiento a la presencia de Dios en tu camino espiritual.

2. Con la ayuda del texto del Evangelio según San Lucas que encuentras al inicio (*Lc 1: 26 – 38*) realiza una lectura y detente cuando alguna palabra o frase te interpele. Quédate un rato detenida. ¿Qué imágenes llegan a tu mente? ¿Qué te dicen esas líneas leídas? Descansa.
3. Con la ayuda de una vela encendida, tal vez las de tu Corona de Adviento, quédate contemplando su luz.

**EXTENSIÓN CONTEMPLATIVA INTERNACIONAL
ORACIÓN CENTRANTE UNO 2021**

Tercer Domingo de Adviento

Semana 4: LA VISITACIÓN

Las lecturas están tomadas del libro *El Misterio de Cristo* del Padre Thomas Keating



Jump For Joy-Mary y Elizabeth. Corby Eibacher.

"Por esos días, María partió apresuradamente y se fue con prontitud a una ciudad ubicada en los cerros de Judá. Entró a la casa de Zacarías y saludó a Isabel. Al oír Isabel su saludo, el niño dio saltos en su vientre. Isabel se llenó del Espíritu Santo y exclamó en voz alta: « ¡Bendita eres entre todas las mujeres y bendito el fruto de tu vientre! ¿Cómo he merecido yo que venga a mí la madre de mi Señor? Apenas llegó tu saludo a mis oídos, el niño saltó de alegría en mis entrañas. ¡Dichosa por haber creído que de cualquier manera se cumplirán las promesas del Señor!»" (Lucas 1: 29-35)

El adviento es tiempo de preparación. Dios preparó el terreno del corazón de María con gracias increíbles que culminaron con esa encrucijada que le permitió alcanzar un nuevo nivel de entrega.

La unión de María con Dios era tan grande que fue capaz de traer a Dios al mundo físicamente. Habiendo recibido la Palabra de Dios físicamente en su cuerpo, María contribuyó con su persona humana a la formación de la nueva persona humano-divina. El nacimiento de Jesús fue también el advenimiento de una nueva era. La palabra griega para "el tiempo apropiado" es *kairos*. El *kairos* es el tiempo eterno irrumpiendo en el tiempo cronológico; es el tiempo vertical que corta a través del tiempo horizontal. Como resultado, el Misterio de Cristo completo está disponible en todo momento.

María muestra, a través de la venida del Verbo Eterno a su cuerpo, qué es lo que hay que hacer con el tiempo vertical. Una vez que captamos el hecho de que la Palabra Eterna vive en nosotros, nos damos cuenta de que no estamos solos, Dios vive en nosotros. Mora en nosotros, no como una estatua o un cuadro, sino como energía, lista a dirigir todos nuestros actos, momento a momento.

¿Cuál es la primera respuesta de María al don de la maternidad Divina? Se va a visitar a su prima Isabel quien está esperando un hijo y que necesita ayuda en todo lo que debe de prepararse para la llegada de un bebé: hacer pañales, preparar la canastilla, tejer zapatitos y gorritos. Eso es lo que ella se imaginó que Dios quería que hiciera. Nunca se le ocurrió contarle a nadie del increíble

privilegio que Dios la había otorgado. Sencillamente hizo lo que ordinariamente hacía: se fue a servir a alguien necesitado. Esto es lo que la acción Divina nos sugiere siempre: ayuda a alguien cercano de manera sencilla pero práctica. A medida que aprendes a amar más, puedes ayudar más. María no fue a aconsejar a Isabel; no fue a Evangelizar a Isabel, fue a preparar los pañales. Esa es la verdadera religión: manifestar a Dios de manera apropiada en el momento presente. El ángel había dicho que Isabel estaba por tener un niño. María dijo, "¿De verdad?, ha de necesitar ayuda voy enseguida". Se fue "*de prisa*" manifestando su afán de ayudar, sin ponerse a pensar en su propia condición, incluyendo me imagino, lo que José y su madre pensaría acerca de su embarazo inesperado.

María entró en casa de Isabel y la saludó. La Presencia que llevaba en su interior fue trasmisida a Isabel por el sonido de su voz. En respuesta, el niño en el seno de Isabel saltó de gozo; fue santificado por el sencillo saludo de María. Las obras más grandes de Dios se realizan sin que nosotros hagamos nada espectacular.

Si te transformas tú, todo el que forma parte de tu vida cambiará también. Hay una sensación que nosotros creamos en el mundo en que vivimos. Si estás esparciendo amor dondequiera que vas, ese amor empieza a regresar a ti, no puede ser de otra manera. Cuanto más des, más recibirás.

La oración contemplativa nos capacita para ver los tesoros de santificación y las oportunidades de crecimiento espiritual que están presentes, día a día en la vida cotidiana.

Lo esencial, si uno quiere propagar el Evangelio, es la transformación de la propia conciencia. Si eso sucede, y en el grado en que suceda, nuestras acciones ordinarias pasan a ser un medio efectivo de comunicar el Misterio de Cristo a cualquiera que pase por nuestras vidas. La transmisión no consiste en la predicación como tal. La transmisión es la capacidad para despertar en los demás su propio potencial para convertirse en divinos. *pags: 20,21,22

Práctica Sugerida.

1. Presta atención a lo que tus ojos puedan observar, algo te recordará la presencia de Dios en tu vida, puede ser una vista a través de la ventana, un cartel con palabras asombrosas, la sonrisa de un niño dirigida hacia ti. Es Dios transmitiendo a través de otros su divinidad. Tú puedes transmitir esa capacidad a otros. Contempla...descansa.
2. Como María que sale presurosa a servir a su prima, puedes tener un gesto de servicio con alguien cercano, puedes ofrecer tus manos para ayudar o simplemente tu compañía para escuchar.
3. Es posible que tengas reencontrados en estos días festivos próximos. Hemos pasado momentos de soledad y distanciamiento social, imagina la escena de María visitando a su prima y la alegría de ambas al verse. Contempla la escena con la ayuda de la imagen y deja que pensamientos, sentimientos afloren en ti. Entrega al Señor tu experiencia y agradece por ella.

**EXTENSIÓN CONTEMPLATIVA INTERNACIONAL
ORACIÓN CENTRANTE UNO 2021**

Cuarto Domingo de Adviento

Semana 5: LA NAVIDAD

Las lecturas están tomadas del libro * El Misterio de Cristo* del Padre Thomas Keating



Adoración de los pastores, de [Matthias Stomer](#) (1632)

“En el principio era el Verbo, y frente a Dios era el Verbo, y el Verbo era Dios. Él estaba frente a Dios al principio. Él se hizo todo y nada llegó a ser sin Él. Lo que llegó a ser, tiene vida en Él, y para los hombres esta vida es la luz. La luz brilla en las tinieblas y las tinieblas no pudieron vencer la luz. Porque la luz llegaba al mundo, la luz verdadera que ilumina a todo hombre. Ya estaba en el mundo y por Él se hizo el mundo, pero este mundo no lo conoció. Vino a su propia casa y los suyos no lo recibieron. Pero a todos los que lo recibieron, les concedió ser Hijos de Dios. Estos son los que creen en su Nombre. Pues aquí se nace sin unión física, ni deseo carnal, ni querer de hombre: estos han nacido de Dios. Y el Verbo se hizo carne, y habitó entre nosotros; hemos visto su gloria, la que corresponde al Hijo Único cuando su Padre lo Glorifica. En Él estaba la plenitud del Amor y de la Fidelidad.” (Juan 1: 1-14)

La fiesta de Navidad es la celebración de la luz divina, irrumpiendo en la conciencia humana.

Jesús no asumió solamente el cuerpo y alma humanos; asumió la condición humana íntegra, incluyendo las necesidades instintivas de la naturaleza humana y los acondicionamientos culturales de su época.

“El Verbo se hizo carne” significa que al tomar la condición humana sobre sí mismo con todas sus consecuencias, Jesús introdujo el principio de trascendencia a toda la familia humana, dando al proceso evolutivo un empuje decisivo hacia la conciencia divina.

Nuestra participación en el Cuerpo de Cristo tiene un significado corporativo y cósmico. Decir que *no* a esa participación es el significado primario de pecado en el Nuevo Testamento.

Es la elección de seguir siendo solamente carne (*sarx*), esto es, de ser dominado por las programaciones de felicidad centradas en uno mismo. Es optar por salirse del plan divino de transformación de la conciencia humana en la conciencia de Cristo. De esta transformación es de lo

que se trata la Navidad, es el proceso de crecimiento que inaugura el Evangelio y al cual todos estamos llamados.

El gozo de la Navidad es la intuición de que han sido superadas todas las limitaciones de crecimiento hacia estados más elevados de conciencia. La luz divina traspasa toda oscuridad, prejuicio, ideas preconcebidas, valores preestablecidos, expectativas falsas, hipocresía y falsoedad. Nos presenta la verdad. Actuar sobre la base de la verdad es hacer que Cristo crezca, no solo en nosotros mismos, sino en los demás.

Seguir creciendo es estar en la frontera de la evolución humana y del camino espiritual. La acción divina puede voltear nuestras vidas al revés, puede llamarnos a distintas formas de servicio. La disponibilidad para cualquier acontecimiento inesperado es la actitud de alguien que ha entrado en la libertad del Evangelio. Compromiso con el mundo nuevo que Dios está creando, la nueva personalidad corporativa de la humanidad redimida, requiere flexibilidad y desprendimiento: la disponibilidad para ir a cualquier parte o a ninguna, para vivir o para morir, para descansar o para trabajar, para hacerse cargo de un servicio o para dejar otro. Todo es importante cuando uno se está abriendo a la conciencia de Cristo. Esta percepción transforma nuestros conceptos mundanos de seguridad hasta convertirlos en la aceptación, por amor a Dios, de un futuro incierto. La mayor seguridad es la derivada de tomar ese riesgo. Todo lo demás es peligroso.

La luz de Navidad es una explosión de intuición que cambia toda nuestra idea de Dios. Cuando dirigimos nuestra mirada fascinada hacia el Niño en la cuna, lo más íntimo de nuestro ser se abre a la nueva conciencia que el Niño Jesús ha traído al mundo. *pags. 22,23,24

Práctica sugerida:

1. Observa la imagen al inicio del envío, contempla los rostros de los personajes, ¿qué los ilumina?

2. Si tienes un pesebre o nacimiento en casa, toma un tiempo para contemplar la escena. Recorre en tu memoria todo el camino realizado por la Virgen María desde que Dios irrumpió en su vida en el momento de la anunciación, y observa ahora el maravilloso acontecimiento.