

## 8. ESPERA Y ESPERANZA : (EL TREN)

### 1. OBJETIVOS:

- Que el tiempo de Adviento les haga despertar de la indiferencia e insolencia
- Que la espera haga crecer la ESPERANZA
- Que con Isaías aprendamos a ser constructores de paz y alegría y esperanza

2. MOTIVACIÓN: Adviento es un tiempo bonito, es tiempo joven... es tiempo para despertar, tiempo para orar... tiempo para esperar.

### 3. MATERIAL:

- Cfr. Unificación personal y experiencia cristiana 2ª Parte. CRECIMIENTO. Cassette 3 Cara B.
- Cuerda gruesa para formar un camino desde el altar hasta donde ellas están sentadas (cojines). Adornar el camino
- Cesta pequeña donde esté enroscado el mensaje de Isaías
- Podadera (Tijera grande de jardín, azada, etc.)
- Si se quiere la corona de Adviento.

### 4. DESARROLLO

Lleva la atención a tu cuerpo, para este ejercicio de Meditación.

Opta, la postura adecuada... Espalda recta, la cabeza como prolongación de la columna vertebral... Busca la postura que te resulte más cómoda...

Dirige tu atención al pie derecho desde los dedos hasta el talón... Haz un recorrido desde el talón hasta la rodilla y desde la rodilla al muslo e invita a tu pierna derecha a soltarse, a relajarse... Pierna derecha pesa.

Dirige ahora tu atención a tu pie izquierdo desde los dedos hasta el talón...

Haz un recorrido desde el talón hacia la rodilla y desde la rodilla al muslo e invita a tu pierna izquierda a soltarse, a relajarse... Pierna izquierda pesa.

Escucha los mensajes que te llevan de tu entorno, de tu mente... de tu cuerpo... y asúmelos sin luchar con ellos. Deja, a través de tu respiración, que ellos mismos se vayan sosegando tranquilizando...

Imagínate ahora, que estás en una estación, que esperas un tren muy importante para ti... Ese tren te va a traer a alguien o algo que tú consideras realmente importante en tu vida...

Imagínate en la estación, paseándote, o sentada... ¿Con que pensamientos o sentimientos entretienes tu espera?...

¿Cómo deseas que llegue ese tren? ¿Qué viene en él que resuena tanto en tu vida?...

Date cuenta de si ahora estás esperando algo, de la vida, de tu vida, o algo que te llegue de otras personas...

Que trenes te gustaría que llegasen a tu estación, o que trenes temas que lleguen...

ORACION SEMANAL – CURSO 2007-2008  
Residencia ORBERÁ - ALMERÍA

---

Si no esperas a nada ni nadie, pregúntate qué ha pasado en tu vida...

Si esperas a alguien o algo, date cuenta, que haces para acogerlo, cómo va a ser el encuentro, como te preparas para esa llegada?

Sigues en la estación , y te anuncian que el tren que tú esperas se va a retrasar. Te quedan todavía muchas horas de paseo, de espera interminable... ¿Cómo te sientes, qué haces? ...

Tiene sentido tu espera?... es, en su profundo, una esperanza?... O realmente crees que no vivirás de verdad, hasta que no llegue ese tren...

Imagina que oyes el rumor de que en un tren que acaba de llegar, viene Isaías que nos dice que es un profeta. Amablemente baja del tren y nos entrega un mensaje:

¿Cómo cambia ese acontecimiento tu actitud? Que supone en tu espera?

Algo se mueve en ti para escucharle, acercarse a él , cambiar tu vida , o le ves pasar con una curiosidad distante distraída. Su llegada te aporta alegría, o temor?

Escucha sus palabras y observa si su mensaje se convierte en esperanza tuya, respíralo...Date cuenta si transforma tu ánimo, si cambia tu estilo de esperar, tu estilo de estar en la estación...

Personaje que baja del tren: **Isaías**

*Nací en Jerusalén, la ciudad santa.*

*Crecí a la sombra del templo.*

*Allí iba con mi familia a cantar y celebrar el nombre del Señor.*

*Yo era uno de tantos, pero un día el Señor me sobrecogió.*

*Tocó con su palabra mis labios su mensaje me quedó por dentro.*

*Puso en mi lengua palabras que no conocía, me empujó a decir a mi pueblo un mensaje de esperanza y de consuelo. No podía explicarme lo que pasaba en mí.*

*Las palabras me nacían a borbotones ; ni que fuera un profeta!*

*El Dios santo me había hecho profeta para mi pueblo.*

*Resulta que mi pueblo estaba atravesando momentos muy difíciles.*

*El ejército enemigo quería arrasar mi ciudad y destruir mi pueblo.*

*La gente estaba desalentada.*

*Y allí me vi., yo en medio, anunciando promesas, levantando esperanzas, dando ánimos a todos.*

*El santo de Israel no nos había abandonado.*

*Allí en el horizonte Vd. un niño, un prodigio de criatura. El iba a traernos la Paz.*

*Así se lo dije una y otra vez a mi pueblo.*

*Les invité a que de las espadas forjaran arados y de las lanzas podaderas, les animé a que no se adiestraran ya más para la guerra, les dije que pusieran los ojos en el Príncipe de la Paz.*

*Y ahora, aunque han pasado muchos siglos, también a vosotras quiero anunciaros una esperanza, también a vosotras quiero invitaros a recorrer los caminos de la paz.*

*Poneos en camino hacia Belén. Allí os saldrá al encuentro un Niño.*

*En él encontraréis la paz y se alegrará vuestro corazón.*

*Salid a su encuentro con el vestido de la esperanza.*



Hacemos silencio... El mensaje de Isaías me habla de esperanza, de paz y de búsqueda de Jesús. Me invita a ponerme en camino hacia Belén. ¿Qué le pido al recorrer este camino?. Si quieres exprésalo.