



Un “examen” Pasionista en Tiempo de Pandemia

Una guía para la oración

P. Joachim Rego, Superior General



La experiencia que emana de la pandemia del Corona Virus ha condicionado nuestras vidas en los últimos meses y lo seguirá haciendo en un futuro próximo. Me gustaría ofrecer a mis hermanos Pasionistas y a toda la Familia Pasionista, una herramienta para la reflexión.

Te invito a una reflexión orante que puedes hacer personalmente y/o con otros.



La herramienta que ofrezco se llama **EXAMEN**.

El **examen (o examen de conciencia)** es una antigua técnica de reflexión orante que se practica en la Iglesia y que puede ayudarnos a descubrir la mano de Dios que actúa en las experiencias de nuestra vida.

Como sabemos, San Ignacio de Loyola popularizó esta técnica como una clave de oración que recomendaba como “**examen diario**”, es decir, una reflexión orante sobre los acontecimientos del día, para reconocer la presencia de Dios y discernir el itinerario de Dios para cada uno de nosotros.

[Considero que esta forma es más acorde a la tradición jesuita, que la forma que recomienda San Pablo de la Cruz, **la meditación**].

Mientras atravesamos este tiempo extraordinario de la experiencia del COVID-19, sugiero este método de **examen** para la oración personal y compartida, para diálogos espirituales, para compartir la fe y el acompañamiento espiritual: personalmente, con la comunidad local, con la parroquia, en los grupos de los ministerios, etc.

Como hemos visto, el COVID-19 no hace distinciones y ha tenido un efecto profundo en todos nosotros (personal, espiritual, mental, socialmente, a nivel económico, familiar...).

Al mismo tiempo que anhelamos nuestra vida “normal” tal como la conocíamos, sabemos que para cada persona que reflexiona, la vida no ya será la misma de antes porque nos hemos visto probados y cambiados por esta experiencia –para bien o para mal–.

Sin embargo, la vida debe adaptarse y continuar en lo que se ha venido a llamar el “nuevo camino” normal, la “nueva normalidad”.

Todos hemos pasado por mucho: confinamiento, aislamiento, cuarentena, distanciamiento social, nuevas prácticas de higiene con mascarillas y guantes, lavado de manos y desinfección de ambientes, vernos sometidos a controles, pérdida de negocios y puestos de trabajo, planes que cambian la vida, comunicaciones virtuales on line, educación, trabajo y vivencia de la fe y de la liturgia en casa, on line...



Por favor, dedica un tiempo a reflexionar sobre estas preguntas:

- *¿Cuál ha sido mi respuesta ante esta situación?*
- *¿He intentado buscar y descubrir las nuevas oportunidades que ofrece esta crisis?*
- *¿Qué he aprendido?*
- *¿Dónde he sentido y detectado la presencia consoladora y amorosa de Dios?*
- *¿Cómo ha fortalecido esto mi fe?*
- *¿Qué sentimientos he tenido: desolación, confusión, dudas, dolor...?*



✚ Recuerda que esta crisis la hemos vivido durante los tiempos litúrgicos de Cuaresma, Semana Santa y Pascua, cuando –como los discípulos– los Pasionistas caminamos con Jesús, desafiados por y con la esperanza de una relación y compromiso más profundos con él y su misión.

Sin embargo, como hemos podido descubrir, ¡la vida de nuestra Iglesia en este tiempo no tenía precedentes! Nuestras Iglesias fueron cerradas; nos dejaron “a nuestro aire” para asumir la responsabilidad de **nuestra oración y vida espiritual**, con la transmisión de liturgias in streaming, on line...

¿Cuál ha sido mi propia experiencia? ¿He sentido dentro de mí deseo y anhelo por la oración?

¿Cómo he respondido?

¿Realmente he extrañado “no ir a la Iglesia”, participar en la Eucaristía con la comunidad y celebrar los sacramentos?

¿Puedo apreciar todo esto más allá de la mera “obligación”?

De los escritos de San Pablo de la Cruz:

• *“Cuando estés solo en tu habitación, toma tu crucifijo, besa con reverencia sus cinco llagas, dile que te predique un pequeño sermón y escucha las palabras de vida eterna que dice a tu corazón...”.*

• *“La Santa Comunión es el medio más eficaz para unirse a Dios... deja que tu corazón sea un tabernáculo vivo para Jesús. Visítalo a menudo en este tabernáculo interior, ofreciéndole tu homenaje y los sentimientos de gratitud que el amor divino te inspire”.*

• *“Construye un oratorio en tu interior y pon allí a Jesús, en el altar de tu corazón. Háblale a menudo mientras trabajas. Háblale de su santo amor, de sus santos sufrimientos y de los dolores de María Santísima”.*



Durante el período de “confinamiento”, la gente ha reaccionado de diferentes maneras a los “sonidos del silencio” y a la falta de lo habitual. Para algunos, que no han mantenido contacto humano directo con otras personas, la soledad ha resultado difícil de soportar. Para nosotros, los Pasionistas, el **silencio** y la **soledad** son dones preciosos que debemos cultivar, aunque no estemos solos.

El **silencio** nos ayuda a **escuchar más profundamente** y a **ver más allá** de lo que normalmente vemos; ayuda a nuestra **contemplación**.

¿Has conseguido descubrir los valores y escuchar las inquietudes que la experiencia de esta crisis ha puesto en evidencia a un nivel más profundo: solidaridad, vecindad, consumismo, desigualdades injustas, abnegación, relaciones, conexión con la creación...?

¿Cómo te ha afectado todo esto? La **soledad**, por otro lado, está lejos de ser “solitarios” y “**dejados solos**”. En la soledad, se trata más bien de “estar a solas” con Dios, con uno mismo y con los demás.

¿Cuál ha sido tu experiencia durante este tiempo de una vida contemplativa forzada? ¿Cómo lo has sobrellevado? ¿Qué has descubierto sobre tu relación con Dios, contigo mismo y con los demás?

De los escritos de San Pablo de la Cruz:

- “*Ama el silencio y la soledad, incluso cuando estés en medio de una multitud o cuando estés ocupado en tu trabajo. La soledad física es algo buena, siempre que esté respaldada por la oración y una vida santa. Pero mucho mejor que esto es la soledad del corazón, el desierto interior en el que tu espíritu puede sumergirse en Dios*”.
- “*Guarda el silencio como la llave de oro que guarda el gran tesoro de las otras virtudes que Dios ha puesto en ti*”.
- “*Ama el silencio, la soledad interior y exterior, en el coro y en tu habitación. Sé gentil con todos*”.





Es posible que un miembro de tu comunidad o tu Provincia, un ser querido, un amigo o tú mismo os hayáis encontrado cara a cara con la vulnerabilidad y la mortalidad al haber dado positivo en Corona Virus y habéis tenido que poneros en cuarentena o ser hospitalizados.

¿Cómo has afrontado tus miedos y ansiedades en ese momento?
¿Quién o qué te ha dado esperanza?

¿Cómo has sido instrumento de esperanza y consuelo para otras personas?

De los escritos de San Pablo de la Cruz:

• *“En tiempo de dificultades es necesario armarse de fe, confianza en Dios y profunda humildad de corazón”.*

• *“Imagina a alguien que ha naufragado en una gran tormenta y que está a punto de ser tragado por las olas. ¿Qué debería hacer? La única opción que se le ofrece es mirar al Señor y pedirle ayuda”.*

• *“¿Hay muchas cosas que te preocupan? Hay que ser como Job y decir: Incluso si Dios mismo me lleva a la muerte, seguiré esperando en él”.*



Seguramente, una reflexión honesta sobre esta crisis de la pandemia –tan temible y terrible–, puede hacer emerger dentro de mí nuevos desafíos y oportunidades para vivir una vida más ordenada y amistosa, como Dios desea.

Como Pasionista, llamado a mantener viva y promover la memoria de la Pasión de Jesús como signo del amor de Dios, ¿qué áreas de mi vida han sido identificadas y desafiadas por el Espíritu para que sea más desinteresada, compasiva, empática, amable, comprensiva, tolerante e incluso caritativa? ¿Qué actitudes y acciones se me pide que abandone porque son signos de muerte, para adoptar y asumir nuevas formas para dar vida?

De los escritos de San Pablo de la Cruz:

• *“El camino para crecer en nuestra relación con Dios cuando somos probados en el cuerpo o en la mente es fortalecernos haciendo lo que Dios desea”.*

• *“La manera más fácil de mantener la paz de tu corazón es aceptarlo todo como si viniera directamente de las manos del Dios que te ama. Si haces esto, cualquier dolor o persecución, cualquier cosa que sea difícil de aceptar se transformará en una fuente de alegría, felicidad y paz”.*

• *“Dios te purifica como el oro en el fuego. ¿Cómo lo hace? Te purifica con el fuego del dolor físico o de la angustia mental, con las cosas que dan lugar a sentimientos de amargura. Te hace vivir una vida que muere, una vida rica en todo lo que es bueno, sin que entiendas cómo lo hace. Agradece a Dios, dale la gloria y el honor solamente a él”.*