

## Las señales del Resucitado

Iniciamos este día de retiro con la paz que nos trae el Resucitado. Es importante crear un ambiente de oración y reflexión que me permita conectar con la alegría y esperanza de la Pascua.



Me pongo en presencia de Cristo Resucitado, y pido la acción de su Espíritu.

Canto: [https://youtu.be/vuFzfGsMjzI?si=J1d3D\\_vimmKYdeO5](https://youtu.be/vuFzfGsMjzI?si=J1d3D_vimmKYdeO5) (Ruah) De Hakuna



### Oración al Espíritu Santo

¡Ven, santa Ruah!

Despierta nuestra débil y vacilante fe,  
riega nuestra pequeña esperanza, anima y caldea nuestro amor cansado.

Enséñanos a vivir confiando en la insondable ternura de nuestro Padre Dios,  
que abraza a todos sus hijos e hijas, estén dentro o fuera, salgan o vuelvan.

¡Ven, santa Ruah!

Que Jesús sea eje, motor y centro de tu Iglesia; y que nada ni nadie oscurezca su presencia.  
Danos a conocer su evangelio cada día y anímanos a ser discípulos enamorados.

Haz que todos nuestros proyectos y vida sean una aventura campo a través  
gozando la creación y la amistad a cada instante.

¡Ven, santa Ruah!

Abre todos nuestros sentidos a tus llamadas; a las que nos llegan desde los interrogantes,  
conflictos, contradicciones y sufrimientos de los hombres y mujeres de nuestros días,  
y a las que nos llegan a través de sus gozos, alegrías, descubrimientos y esperanzas.  
Enséñanos a acoger los signos de los tiempos. Amén

### Reflexionamos y oramos desde cuatro signos de la Resurrección del Señor

La resurrección no es tan fácil de entender. Los mismos discípulos de Jesús, los apóstoles, no habían entendido qué quería decir Jesús cuando les hablaba de “resurrección”. Cuando bajan del monte Tabor, después de la experiencia de la transfiguración, que es anticipo de la resurrección.

Tal vez, nosotras ya estamos familiarizadas con el lenguaje y hablamos de “resurrección” como un concepto teórico o teológico que vinculamos a la persona de Jesús. Pero no nos resulta fácil traducirlo en nuestra experiencia de vida cotidiana. Puede que nos pase como a los apóstoles de Jesús, que el mensaje muchas veces nos parece en cierto modo incomprensible. “Los otros discípulos le decían: «Hemos visto al Señor». Pero él (Tomás) les contestó: «Si no veo en sus manos la señal de los clavos, si no meto el dedo en el agujero de los clavos y no meto la mano en su costado, no lo creo»” (Jn 20,25).

Después de su muerte, Jesús cambia su identidad, es reconocido como “el crucificado”. Las llagas de los clavos y la marca de la lanza en el costado sirven para identificar al resucitado

con el crucificado. Es el mismo Jesús que recorrió los caminos de Galilea y de Judea, el que tocó con sus manos a leprosos, el que curó enfermos y partió el pan con sus propias manos para repartirlo a las gentes hambrientas. Esas manos y esos pies, atravesados por los clavos en la crucifixión, son los que en las apariciones se presentan ante sus discípulos como signo de reconocimiento e identificación. El discípulo Tomás es el que pide ver los signos que identifican al Resucitado con el Jesús que él había conocido en su vida pública.

La experiencia de la resurrección es personal, podemos decir que subjetiva, ante unos mismos signos un discípulo cree inmediatamente y otro queda perplejo y sorprendido, parece que aún no ha dado el paso de la fe. Es lo que sucede con Pedro y Juan en la mañana de Pascua, cuando son advertidos por María Magdalena que el sepulcro está abierto. Pedro entra primero y ve los lienzos por el suelo y el sudario enrollado en un lugar aparte. Se queda admirado de la ausencia del cuerpo de Jesús. Sin embargo, Juan entra detrás y, viendo lo mismo que Pedro, cree inmediatamente que Jesús ha resucitado. El sepulcro vacío y las vendas que habían cubierto el cuerpo de Jesús son elocuentes para él.

Cada uno tenemos signos propios, experiencias muy personales, que nos han ayudado a creer en la resurrección de Jesús. Es verdad que después compartimos la fe, con el resto de los creyentes, pero todo parte de un encuentro personal con el Resucitado, en signos que nos hablan.

¿Qué signos he descubierto en mi vida, en mi experiencia personal, que me han ayudado a creer que Jesús está vivo, que ha resucitado venciendo a la muerte?

Al igual que sucede con el Resucitado, todo creyente, también nosotras, tenemos nuestra vida marcada por señales de resurrección.

La resurrección es una experiencia en el presente, en el hoy de nuestra vida. No hemos de pensar que la resurrección es una garantía de futuro, algo que sucederá solo cuando termine nuestra peregrinación

por este mundo. Pablo, en la carta a los Colosenses, nos habla de ello como un acontecimiento que ya se ha verificado en nosotros por la fe. Si habéis resucitado con Cristo... entonces nuestra vida tiene que mostrar los signos de la resurrección. No podemos vivir como hombres sin esperanza.



**El primer signo de la resurrección**, que debe marcar nuestra vida, es la alegría. Es lo que caracteriza el encuentro del Resucitado con sus discípulos. “Y los discípulos se llenaron de gozo que debe estar presente y manifestarse en todos los momentos de nuestra vida. Toda circunstancia, incluso la más dolorosa, puede ser vivida con la alegría que nace en este encuentro con el Señor.

El Misterio Pascual se convierte para nosotros en fuente inagotable de alegría verdadera. Es la alegría de ser “una nueva creación” (Gál. 6,15) y de vivir la inquebrantable certeza de la cercanía y presencia del Señor Resucitado:

“Alegraos siempre en el Señor. Insisto, alegraos. El Señor está cerca”. (Flp. 4,4)

*¿Cómo puedo considerar el estado de la alegría en mi vida? ¿En qué momentos experimento una alegría creciente, mayor? ¿Qué realidades, acontecimientos, personas me arrancan la alegría?*

**El segundo signo ha de ser la fe.** El acontecimiento de la resurrección y el encuentro con el Resucitado nos llevan a creer en Dios. Es Él quien ha resucitado a Jesús y lo ha sacado del sepulcro. La fe nos sitúa ante la realidad con ojos nuevos, con mirada profunda. La fe ilumina toda la realidad. Toda la creación, cada una de las personas, nos remiten al Creador. Podemos encontrar semillas del amor de Dios allí donde miremos. Dios está detrás de cada persona, de cada cosa.

La fe en la Pascua de Jesús era la fuente de la alegría y del aplomó en el Espíritu, con el que la comunidad cristiana irradiaba la gloria del Señor, en la noche oscura de la historia. San Pablo lo expresaba así:

Por esto, encargados de este ministerio por la misericordia obtenida, no nos acobardamos; al contrario, hemos renunciado a la clandestinidad vergonzante, no actuando con intrigas ni falseando la palabra de Dios; sino que, manifestando la verdad, nos recomendamos a la conciencia de todo el mundo delante de Dios. Y si nuestro Evangelio está velado, lo está entre los que se pierden, los incrédulos, cuyas mentes ha obcecado el dios de este mundo para que no vean el resplandor del Evangelio de la gloria de Cristo, que es imagen de Dios. Porque no nos predicamos a nosotros mismos, sino a Jesucristo como Señor, y a nosotros como siervos vuestros por Jesús. Pues el Dios que dijo: Brille la luz del seno de las tinieblas ha brillado en nuestros corazones, para que resplandezca el conocimiento de la gloria de Dios reflejada en el rostro de Cristo. (2Cor 4, 1-6)

*¿Qué elementos sostienen mi fe y le dan solidez? ¿Qué realidades ponen en crisis mi fe y me dificultan creer?*

**El tercer signo es una vida transformada.** Pablo nos invita a aspirar a los bienes de arriba, no a los de la tierra. “Si habéis resucitado con Cristo, buscad los bienes de allá arriba (...); aspirad a los bienes de arriba, no a los de la tierra” (Col 3,1). No podemos conformarnos ni quedarnos solo con las cosas materiales, ni pensar que solo ellas nos darán la felicidad que ansiamos. Necesitamos lo material, sin duda, pero hemos sido creados también para lo espiritual. El encuentro con Jesús Resucitado cambia nuestra vida, le da hondura, profundidad. Pide que nuestros actos sean significativos y expresen la centralidad de ese encuentro y esa presencia en nosotros. También es Pablo el que dice “vivo, pero no soy yo el que vive, es Cristo quien vive en mí. Y mi vida de ahora en la carne, la vivo en la fe del Hijo de Dios, que me amó y se entregó por mí” (Gal 2,20). No podemos quedarnos en lo superficial, hemos de profundizar en nuestro interior porque allí se produce el encuentro con Dios.

*“Dios, rico en misericordia, por el grande amor con que nos amó, estando muertos a causa de nuestros pecados, nos vivificó juntamente con Cristo y con él nos resucitó” (Ef. 2,4-6)*

*¿Considero mi vida significativa? ¿Creo que transparente la presencia del Señor Resucitado en mí? ¿Qué elementos de mi vida deben cambiar para expresar mejor mi condición de discípula de Jesús?*

**El cuarto signo es la comunión, la fraternidad.** Cristo ha resucitado y nos ha hecho miembros de su cuerpo. Eso nos une de un modo permanente, irrevocable. No seguimos al Señor en soledad, como individuos, sino en comunidad. Celebramos la fe con las hermanas y esa fe nos lleva a amar a todos, también a los que no creen. La resurrección de Jesús va a volver a cohesionar a los discípulos que se habían dispersado. “A los ocho días, estaban otra vez dentro los discípulos y Tomás con ellos” (Jn 20,26). Es también fuente de comunión y de unidad para nosotras, en nuestras comunidades, para nuestra Iglesia y para nuestro mundo.

*“Cristo resucitado y glorioso es la fuente profunda de nuestra esperanza, y no nos faltará su ayuda para cumplir la misión que nos encomienda. Su resurrección no es algo del pasado; entraña una fuerza imparable de vida que ha penetrado el mundo”.* Papa Francisco

*¿Qué puedo hacer en esta Pascua para mejorar mi relación con los miembros de mi comunidad? ¿Cómo extender la experiencia de la fraternidad en nuestros encuentros comunitarios, en nuestro apostolado, en nuestra Iglesia y en nuestro mundo?*

➤ **Textos bíblicos como apoyo para la oración**

- Lc 24,1-9; 13-35
- Juan 20, 11-29
- Mc 16, 1-8
- Ap 1,17-18

➤ **Sugerencia para finalizar el retiro en comunidad:**

- Un rato de adoración al Stmo.
- Compartir, la que desee, en forma de oración lo que ha significado en mi vida este día de silencio y oración o alguna de las preguntas que haya reflexionado.
- Canto: Danos la paz [https://youtu.be/3sl\\_MWIL0zY?list=RD3sl\\_MWIL0zY](https://youtu.be/3sl_MWIL0zY?list=RD3sl_MWIL0zY) (Salomé Arricibita).

**Oración final**

Señor Jesús, al igual que Tomás, a veces dudo,  
a veces me cuesta creer sin ver, a veces busco señales, toco llagas, pido pruebas.  
Pero hoy, en este día final de retiro, quiero abrazar tu bienaventuranza:  
felices los que creen sin haber visto. Hazme testigo de esa dicha profunda.  
Hazme discípula de tu Kairós, capaz de vivir fuera del tiempo,  
anclado en tu amor eterno.  
Que, al ver tus heridas en el mundo, no me aleje, sino que me acerque.  
Que, al tocar el dolor, proclame tu resurrección.  
Y que cada día de mi vida pueda decirte con gozo:  
¡Señor mío y Dios mío!

**Canto a la Virgen (el que desee la comunidad)**