

Cómo se Hace un retiro

VENID Y DESCANSAD UN POCO

¿Qué es un retiro?



- Una de las paradojas más sorprendentes del hombre contemporáneo es que está continuamente comunicándose (por teléfono, por internet, de palabra) y, sin embargo, tiene dificultades para las relaciones profundas. Esto hace que se sienta solo. Y que, aunque a veces la desee, en el fondo tenga un miedo terrible a la soledad.

¿Qué es la soledad? El término es ambiguo. A veces expresa sentimientos positivos («¡Ojalá pudiera encontrar unos minutos de soledad en medio de tanto trabajo!»). Otras, por el contrario, negativos («¡Qué solo me encuentro esta tarde!»)

La soledad que buscamos en el retiro no es la de quien se aísla por falta de relaciones. Un retiro es, más bien, una experiencia de soledad fecunda. Consiste en un alejamiento querido del tumulto y en una vuelta consciente a la propia interioridad. Esto implica:

- Retiro: es el desprendimiento de las personas, situaciones y ambientes que producen "ruido" y no nos permiten entrar dentro de nosotros mismos.
- Recogimiento: es la aventura de la profundidad; para estar solo no es suficiente alejarse del tumulto: es preciso adentrarse en el conocimiento personal, en las raíces del propio ser; sin esta actividad interior, el simple retiro se convierte en desierto insoportable.

- Apertura: la verdadera soledad, al situarnos en nuestras raíces, nos revela lo que realmente somos y nos permite contemplar a los demás como personas. Sin esta apertura el recogimiento se convierte en narcisismo y corre el riesgo de acabar en aislamiento agresivo.

¿Cómo se hace el retiro?

Búscate, en primer lugar, un sitio tranquilo. Si te es posible, sal al campo. O, por lo menos, asegúrate unas cuantas horas de silencio en tu propia casa. Desenchufa la tele y la radio, descuelga el teléfono, ponte cómodo y ... adelante.

Comienza con una oración sencilla:

A continuación puedes leer despacio algún fragmentos de los evangelios:

Permanece en silencio todo el tiempo que quieras. Deja que las palabras de Jesús vayan entrando en ti. Léelas una y otra vez. Repítelas en voz alta:

Es probable que dentro de ti descubras tensiones. Hay cosas que no te gustan o que constituyen tu "guerra interior". ¿Cuánta energía se te va en luchar contra eso? Jesús te invita a no preocuparte. ¿Crees que se trata de una invitación a la pereza? ¿O es una propuesta para encontrar la verdadera salida?

Publicado en Ciudad Redonda

www.ciudadredonda.org/articulo/como-se-hace-un-retiro