



Núm. 288

Cuaderno de Vida

¿Qué es El Cuaderno de Vida?

Es una forma de hacer Lectura creyente de la realidad, de abrirse a la experiencia de fe desde lo que vamos viendo a diario. Es una forma de hacer personalmente, por escrito y con la periodicidad que cada uno se proponga, una lectura de fe de las experiencias, situaciones o pequeños acontecimientos que el militante va viviendo.

Cinco palabras que pueden servirnos como pistas para escribir en el Cuaderno de Vida:

- **El Rostro:** hechos sencillos, gente cercana, palabras que he escuchado a alguien, algo que me ha llamado la atención.
- **El corazón:** cómo miro yo ese hecho pequeño, esa persona ¿qué sucede ahí?, ¿qué está latiendo en el fondo?
- **La palabra del Evangelio:** ¿cómo lo miramos con los ojos y el espíritu de Jesús?, una palabra, una acción, una actitud de Jesús, una parábola.
- **La oración:** nos ponemos en manos de Dios, le pedimos fuerza, ánimo, esperanza, le damos gracias...
- **La huella:** el camino a seguir, el compromiso, la conversión personal...

Ejemplo:

“Hoy, estuve con mi padre en urgencias del hospital. Una enfermera entró y al señor de nuestro lado le levantó de la silla de ruedas para sentarle en una de las otras, en la sala de espera diciéndole.-“La necesitamos, no tenemos más”.

Casi al mismo tiempo, por megafonía se oye.-“Señor Antonio, acuda al box N° 2 .-“Soy yo, pero, no puedo ir solo” dice el señor al que acaban cambiar de silla.

La gente le mira, murmulla y se oye comentar lo mal que te atienden, que es inhumano... pero, ya está.

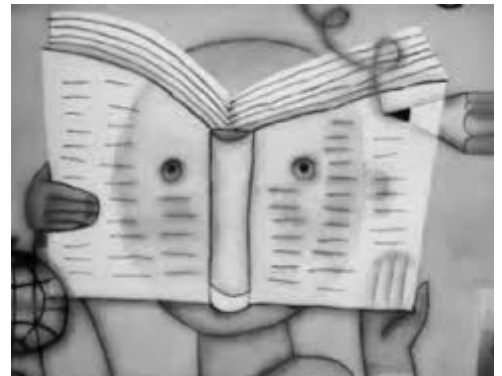
Vuelven a llamarle y decido ir a buscar a alguien. Regresa conmigo un celador y mientras le instala en una silla de ruedas le pregunta de dónde viene, cómo es que no se puede levantar, si viene solo... Con más cara de tristeza que de dolor, el señor Antonio le cuenta que viene de la residencia de ancianos, que lleva varios días que las piernas no le sostienen y que la chica que trabaja allí, que venía con él, se ha tenido que ir.

.-¿Tendría cosas que hacer”. Intenta animarle el celador. -“Sí será eso...” va diciendo el Sr. Antonio camino del box n°2.

Hoy Señor, me acordé de la canción...” aunque yo dominara las lenguas arcanas y el lenguaje del cielo supiera expresar, solamente sería una hueca campana si me faltara el amor”. Hoy, Señor, he entendido lo de “Somos hechura tuya, creados en Cristo Jesús, para buenas obras, las cuales Dios preparó de antemano para que anduviésemos en ellas” (Efesios, 2,10)

Tú, pusiste al Sr. Antonio en mi camino esta mañana para darme la oportunidad de no ser una hueca campana y no pasara de largo ante él, como de largo pasaron tantos ante el hombre asaltado y tirado al borde del camino. Te pido por el Sr. Antonio, y por tantos como el, para que le protejas y le sostengas en su soledad y en su enfermedad y te pido por todos, sin excepción, para que nos compadezcamos de los “Antonios de la vida” y nuestra Fe no se quede sólo en bellas oraciones sino que se traduzca en pequeñas obras que visibilicen de qué lado estamos: siempre del pobre, el frágil, el desfavorecido”.

Ver: aclarando...



Lo que NO es.

- Un diario íntimo en el que nos narramos
- Una crónica de los eventos locales en donde vivo
- Una especie de balance pastoral a partir de situaciones vividas.

Lo que SÍ es.

- Un cuaderno en el que anotamos los eventos, las situaciones y las acciones que viven las personas y los intercambios que tenemos con ellas.
- Un lugar de escucha.
- Un lugar de contemplación de Jesús y de su acción en la vida de los hombres y mujeres de hoy.
- Lugar de unificación de nuestra vida y de conversión, en el que acoger y compartir la acción de Dios en las personas.

¿Por qué hacer un cuaderno de vida?

Creemos que es en la vida de los hombres donde Dios sigue viniendo y que es parte de nuestra misión abrirnos a su presencia, reunirnos con él donde esté para colaborar en el presente de la Salvación.

Ayuda a ver las cosas desde el corazón, desde lo más profundo de la vida, de otra manera esta puede pasar sin darnos cuenta.

Nos ayuda a valorar momentos y gestos concretos, nos permite aprender de la vida del otro.

Es un medio con el que veo la vida de los demás, desde su propio corazón, dejándonos interpelar por ella y reflejando los cambios que se producen en mí.

El cuaderno de vida parte de la convicción de que Dios trabaja en el corazón de cada persona y de cada acontecimiento. Se trata de descubrir al Dios de la vida presente en la vida misma. Por ello, la práctica habitual del Cuaderno de Vida alimenta nuestra espiritualidad.

El Cuaderno de Vida supone la actitud del discípulo, que está siempre dispuesto a aprender y dejarse configurar por la realidad que es sagrada.

El Cuaderno de Vida es un medio del que se sirve el discípulo de Jesús para ir anotando lo que ve y observa de la vida de cada día y hacer desde ahí un sencillo ejercicio de contemplación creyente. Pretende dejarse evangelizar por la vida de las personas.

Es un medio sencillo para que cada persona ahonde en su experiencia humana y creyente, consolide su fidelidad en el seguimiento a Jesús en la vida cotidiana y su compromiso de estar entre las personas de su ámbito y/o ambiente.



Juzgar:

cuaderno de vida como experiencia bíblica.

“He tenido la suerte de pasar un día con la JOC y desde entonces no paro de darle vueltas a lo del "Cuaderno de Vida" porque me parece un instrumento mágico y a la vez sencillísimo para interiorizar la vida cuando se corre el peligro de vivirla en plan centrifugadora.

Además le encuentro muchísima raigambre bíblica: Moisés, sin ir más lejos, cuando subía al Sinaí, llevaba su Cuaderno de Vida para apuntar lo que el Señor le decía.

De David cuenta una leyenda que tenía a la cabecera de su cama una cítara y un pergamino: cuando la brisa de la noche hacía vibrar las cuerdas de la cítara, David se levantaba y se ponía a escribir en su Cuaderno de Vida. Y ahí está el resultado: nada menos que el libro de los Salmos.

A Jeremías la autoridad competente, que era el rey Joaquín, decidió prohibir y retirar la edición del rollo que usaba el profeta como Cuaderno de Vida y, rodeado de su corte de pelotas, lo fue cortando en tiritas y echando al fuego (Jer 36). Todo en medio de la aprobación de sus cortesanos que, aunque les encantaba lo que escribía Jeremías, no se atrevían a torcer el gesto por temor de quedarse sin las prebendas reales que disfrutaban y que podían perder si hacían la menor crítica a su poderoso donante. Menos mal que el Señor, con notable sentido del humor, le mandó a Jeremías que volviera a comprarse otro Cuaderno de Vida pero con más páginas, porque le iba a dictar muchas más cosas de las que estaban escritas en el que le habían quemado.

María en Nazaret, como no sabía escribir, iba guardando todo lo de su hijo en el Cuaderno de Vida de su corazón.

En cuanto al susodicho, cuando le pusieron delante a la mujer sorprendida en adulterio, le pillaron desprevenido y sin Cuaderno de Vida, así que a falta de otra cosa, se inclinó y se puso a escribir en el polvo del suelo los sentimientos de ternura que le provocaban tantas vidas de mujeres deshechas y machacadas, y de paso desahogaba su ira contra aquellos tipos tan rápidos para agarrar piedras, censuras o excomuniones, según les diera el punto. Así que, una vez recompuesto de sus emociones, se enderezó y dijo lo que dijo, que todavía lo seguimos recordando. Y aunque lo que escribió se lo llevó el viento, nos han quedado sus palabras en el Cuaderno de Vida del Evangelio”.



Dolores Aleixandre ALANDAR, Febrero 2011

Actuar: ¿cómo se hace?

Algunas actitudes básicas a la hora de realizar el cuaderno de vida son: la sencillez, la gratuidad, la confianza, la apertura y la contemplación.

Punto de Partida: Se puede partir bien de un hecho que escribo en el cuaderno, una acción, una actitud, una reacción, el gesto de una persona...



1. Ver: Anota lo más significativo de hechos sencillos, encuentros con personas de los grupos en los que estás... Presta atención con objetividad y con el corazón a lo que marca la vida de esas personas: acontecimientos, situaciones, gozos, esperanzas, preocupaciones, compromisos que viven... intenta descubrir lo que hay en el fondo de su corazón y porque, cómo lo viven... Se trata de entrar en el corazón de la vida, de las personas.

2. Contemplar: Contempla esta vida en lo que tiene de alegrías, sufrimientos, esperanza a la luz de la Palabra de Dios con algún texto que veas que tiene relación, o con algún hecho, actitud o palabra de Jesús, aunque no recuerdes el texto. Lleva eso a la plegaria: haz una sencilla oración, expresando las maravillas que he visto, y que Dios ha hecho en esa situación y personas: alabar su amor, dar gracias por...

3. Actuar: Acoge las llamadas de Jesús que te invita y colabora con la acción del Espíritu en la tarea que tienes encomendada.

Algunos consejos:

- Disponer de un cuaderno que sólo lo utilizaremos como “Cuaderno de Vida”
- Dedicar un tiempo cada noche a reflexionar sobre los acontecimientos del día, las personas que has encontrado, la presencia de Dios en lo vivido.
- Releer, repensar, reflexionar sobre los hechos que hemos escrito. Subrayar frases de lecturas y repasarlas. Valorar los pasos que vamos dando. Pararnos en lo cotidiano de la vida, en lo sencillo. Jesús prestaba atención a cada uno, a los acontecimientos poco importantes que afectaban a las personas.
- Dedicar un espacio cada semana más o menos para tomar conciencia de lo que vamos viviendo. Dedicar tiempo a la oración sincera. Sentirse querido por Dios.
- Orar con asiduidad desde el evangelio. No se trata de reflexionar sobre muchas cosas, sino de cuidar la profundidad sobre las más significativas.
- Retirarse de los lugares de costumbre de vez en cuando. “Cierra tu puerta y reza a tu Padre, que está presente en lo secreto” (Mt 6,6)

<http://blogs.periodistadigital.com/movimiento-rural-cristiano.php>

<https://www.facebook.com/ruralescristianos>

<http://ruralescristianos.org/>

@MRuralCristiano

Pistas para dialogo: <http://ruralescristianos.org/revistas/pistas%20dialogo.htm>

FIMARC : <http://www.fimarc.org/Castellano/Bienvenida.htm>