

Jesús, Marta y María

Presencia de Dios

Considerar como Dios me mira. Callar todo el cuerpo. Cerrar los ojos. Realizar tres respiraciones profundas.

Invitar a escuchar los ruidos exteriores, y tras unos segundos, invitar a concentrarse en los ruidos interiores, tales como el latido del corazón o el ritmo de la respiración; o invitar a relajar las distintas partes del cuerpo: los pies, las rodillas, la cintura, el tronco, la cabeza.

Luego imaginar a alguien que se acerca: Jesús. Nos mira con mucho amor. Quiere ser nuestro mejor amigo, tiene algo que decirnos hoy a cada uno de nosotros. Vamos a escuchar su Palabra. Abrir los ojos.

Historia

Lucas 10, 38-42

³⁸ Mientras iban caminando, Jesús entró en un pueblo, y una mujer que se llamaba Marta lo recibió en su casa. ³⁹ Tenía una hermana llamada María, que sentada a los pies del Señor, escuchaba su Palabra. ⁴⁰ Marta, que muy estaba muy ocupada con los quehaceres de la casa, dijo a Jesús: «Señor, ¿no te importa que mi hermana me deje sola con todo el trabajo? Dile que me ayude». ⁴¹ Pero el Señor le respondió: «Marta, Marta, te inquietas y te agitas por muchas cosas, ⁴² y sin embargo, pocas cosas, o más bien, una sola es necesaria, María eligió la mejor parte, que no le será quitada».

Petición

Señor, dame la gracia de conocerte internamente, para amarte cada día más y seguirte con mucha confianza.

Contemplación.

v. 39 Los pies de Jesús

Cuando comienza su vida pública, Jesús deja Nazaret y ya no tiene morada fija, camina mucho todos los días y se desplaza de un pueblo a otro, de una región a otra y, a menudo, la gente lo recibe en sus casas. Como aquí Marta y María. Probablemente lleve sandalias o quizá a veces camine descalzo.

Vamos a empezar contemplando los pies de Jesús. Cierra los ojos e imagina cómo son los pies de Jesús. ¿Qué hace que Jesús camine tanto? ¿Qué hay en su corazón?

Dejar un momento de silencio.

¿Alguien pudo imaginar algo? ¿Quién se anima a compartir?

v. 39 María a los pies del Señor

Jesús, María y Marta son amigos, las dos mujeres tienen también un hermano, Lázaro, que no está presente en este momento, pero que se encuentra en otras partes del Evangelio. Las dos hermanas acogen a Jesús pero tienen una actitud diferente, ¿qué hacen? Una se sienta a los pies de Jesús y escucha su palabra, la otra sirve y se agita mucho. A menudo se ve a Jesús enseñando a las multitudes y, en general, a la gente le gusta escucharle hablar porque les habla del Padre, del reino del amor, dice cosas que hacen que la gente se sienta bien, que la elevan, la animan, la consuelan.

Empezaremos imaginando a María sentada a los pies de Jesús y a Jesús hablándole.

Cierra los ojos e imagina la escena, Jesús probablemente sentado con María a sus pies. ¿Cómo la mira Jesús? ¿De qué le está hablando? ¿Cómo se siente?

Compartir

v. 40 Marta se siente agitada

¿Qué haces cuando recibes a un amigo en tu casa? Le ofreces comida y bebida, quieres que sea bien recibido. Esto es lo que Marta quiere hacer, así que hace muchas cosas y se inquieta, y le molesta que su hermana no la ayude, que sólo se siente a escuchar a Jesús... Entonces, ¿qué hace? Se queja y pide a Jesús que intervenga... Pero entonces Jesús le dice que María tiene razón.

Cerremos los ojos e imaginemos a Marta ocupada en servir a Jesús. ¿Qué hace? Ve a su hermana sentada a los pies de Jesús, ¿qué siente en su corazón?

¿Cómo la mira Jesús? ¿Qué le dice?

Compartir

Coloquio

Cambiamos de lugar, nos sentamos en la alfombra, nos acercamos a Jesús y nos hacemos muy pequeños para encontrarlo en el silencio. Podemos pensar en una situación que siempre nos estresa, un momento en el que no estamos en paz... y podemos pedir a Jesús que nos haga volver a lo esencial. También podemos imaginar que estamos sentados a los pies de Jesús, como María, ¿qué queremos decirle?

Terminamos rezando un Padre Nuestro.