

Los Puntos Concretos de esfuerzo

« Un equipo de Nuestra Señora no es una simple comunidad humana: en ella se reúnen « en el nombre de Cristo ». Ayuda a sus miembros avanzando en el amor hacia Dios y al prójimo, para responder mejor a la llamada de Cristo ».

Permitiendo a cada uno de avanzar hacia el camino de la santidad, « los Equipos de Nuestra Señora no imponen una espiritualidad determinada ; simplemente quieren ayudar a comprometerse a la pareja en el camino trazado por Cristo. Para eso, proponen orientaciones de vida, puntos concretos de esfuerzo y una vida de equipo. ».

Los **Puntos Concretos de Esfuerzo** : los Equipos de Nuestra Señora proponen poner en obra medios simples de vivir en pareja y en equipo, para darse fuerza, ánimo y ayuda. Se trata de “obligarse” a seis puntos bien determinados: escuchar regularmente la Palabra de Dios, oración cotidiana, oración conyugal diaria (familiar si es posible), Deber de Sentarse, regla de vida, retirada anual.

El sentido profundo de los Puntos Concretos de Esfuerzo

La decisión de “vivir” los Puntos Concretos de Esfuerzo corresponde a una adhesión del corazón y se concretiza como un esfuerzo de la voluntad.

“Sean santos, porque yo, el Señor, su Dios, soy santo”, leemos en el libro del Levítico (19,1). Más tarde, Jesús dirá “sean perfectos como su Padre celestial es perfecto” (Mt 5,48). Es la misma llamada osada a quedarse radicalmente fiel a Dios, a caminar en sus vías, a responder a su Amor. Tal es el origen de los “Puntos Concretos de Esfuerzo” que constituyen una verdadera pedagogía para la felicidad y para el crecimiento de la vida espiritual de la pareja cristiana. Profundizar la comprensión de los Puntos Concretos de Esfuerzo permite poner en evidencia la coherencia interna que los une y los da sentido. Su práctica nos conduce a un encuentro real con Dios, condición indispensable para nuestra conversión.

La escucha de la Palabra de Dios

“Vivida, en efecto, es la Palabra de Dios, eficaz y más cortante que espada alguna de dos filos, penetra hasta las fronteras entre el alma y el espíritu, de las articulaciones y de la médula, y escruta los sentimientos y pensamientos del corazón.”

Carta a los Hebreos 4, 12

La Palabra es uno de los signos de la presencia de Dios, con la comunidad cristiana y los sacramentos. Reconocerla como signo quiere decir que vemos en ella a Dios que se dirige a nosotros.

La escucha regular de la Palabra de Dios hace entrar a cada jugador en contacto con la persona de Cristo. Ese contacto personal es el pilar de toda la vida espiritual. La Palabra creadora de Dios siempre es origen inagotable de motivación y de energía para nuestro crecimiento personal y el de nuestra pareja. Por eso los Equipos de Nuestra Señora inviten a cada uno a escuchar cada día la Palabra de Dios, reservando un tiempo para leer un pasaje de la Biblia –en particular de los Evangelios- y después para reflexionar sobre este pasaje, en silencio, para entender mejor lo que el Señor tiene que decirnos.

“En efecto no se trata de escuchar esa Palabra con una oreja más o menos distraída. Se trata de escuchar, en el sentido fuerte de la palabra. Se dice del rey Salomón que dirigía esta oración a Dios: “¡Señor, dame un corazón que escucha!”. Con el corazón es con que se escucha la Palabra de Dios”.

La escucha de la Palabra de Dios es una escucha personal: resuena en cada uno de nosotros según nuestra capacidad a acogerla. Si el marido y la mujer se dan a ella, la pareja beneficiará de ella. *“El cual no frecuenta la Palabra olvidará muy rápidamente que Dios le ama. En cambio, la pareja que lee y relee el Evangelio con la atención que se da a una carta de amor cuyas todas armónicas, todas entonaciones se intenta percibir, constatará que repercute en él sin pararse la fuente del amor. Así la Palabra de Cristo en el Evangelio hace de la pareja una comunidad de amor...”*

Henri Caffarel-L'Anneau d'or N°117-118

Escuchar la Palabra de Dios para vivir de ella exige un esfuerzo continuo y perseverante que tiene que ayudar a las parejas de los Equipos de Nuestra Señora, como toda pareja cristiana, a poner en aplicación el Evangelio en su vida cotidiana, su vida personal, su vida de pareja y de familia. El esfuerzo requerido no solo es escuchar la Palabra de Dios, en efecto lo hacemos con cierta facilidad. Sino que el esfuerzo es de quedarse asiduos, fieles y perseverantes. Esta escucha es indispensable para nuestro crecimiento personal y conyugal, porque tiene efecto transformando nuestro corazón, convirtiéndonos. La espiritualidad conyugal, carisma de los Equipos de Nuestra Señora, se transformará en una realidad para nosotros, las parejas, si escuchamos la Palabra de Dios en pareja, como fuente de vida y de renovación de nuestro sacramento del matrimonio. La Palabra de Dios es un espejo donde la pareja cristiana puede descubrir su imagen real, su vocación y su misión.

La oración

“Y tú, cuando rezas, retírate a tu habitación, cierra la puerta y ora a tu Padre que está aquí en lo secreto. Y tu Padre que ve en lo secreto te recompensará».

Mateo 6, 5-6

En los Equipos de Nuestra Señora, *“...estamos llamados a dar nuestro tiempo al Señor para un momento a solas con El y vivir de su presencia”. La oración es “un tiempo de descubrimiento y de acogida del proyecto de Dios en nosotros.”*

Se trata de hacer la experiencia de la Madre de Dios que conservaba los eventos y los meditaba en su corazón (Lc 2, 19).

La carta de los Equipos de Nuestra Señora hace la descripción siguiente de la oración: *“encontrar diariamente al Señor, en una oración silenciosa”. Esa formulación, simple y profunda, sintetiza el largo recorrido del Movimiento, comprendiendo que es necesario que las parejas se convierten en “almas de oración”, como nos dice el padre Caffarel en una de sus cartas. Somos llamados a dar nuestro tiempo al Señor, para una conversión personal con El quien “está en nosotros, en el corazón de nuestro ser. Presente, vivido, amante, activo. Aquí nos llama. Aquí es donde nos espera para unirnos a El. Dios aquí está, pero nosotros no estamos presentes. Nuestra existencia se pasa en el exterior de nuestros mismos, o por lo menos en la periferia de nuestro ser, en la zona de las sensaciones, de las emociones, de las imaginaciones, de las discusiones... La oración es irse de estas afueras tumultuosas de nuestro ser de las que hablaba, es acoger, reunir todas nuestras facultades y esforzarnos en la noche árida hacia la profundidad de nuestra alma. Aquí, en el umbral del santuario, solo queda callarse y hacerse atento”.*

Padre Caffarel, La Casa del Señor, en *“Cent Lettres sur la Prière”*

Durante el Encuentro Internacional de Roma (1970), las parejas fueron invitadas a consagrar a la oración diaria “un mínimo modesto de diez minutos”. En la Carta Mensual de los Equipos de Nuestra Señora, en Francia, en el mes de noviembre de 1952, el Padre Caffarel afirmaba: “Después de veinte años de ministerio, creo poder afirmar con certeza: el cristiano que no dedica diez o quince minutos de su tiempo (1/96^a de su día) cada día a esa oración que llamamos la oración interior, siempre se quedará infantil, o peor aún, regresará”.

Al vernos a través de la mirada amante de Dios, podemos descubrir y acoger el proyecto de Dios en nosotros y en nuestra vida. Rendimos las gracias para las maravillas que hizo en nosotros. Descubrimos también los puntos en los cuales necesitamos una conversión.

La oración familiar y conyugal

“Tobías se levantó de la cama y dijo a Sara: “Levántate, hermana! Y oremos juntos para pedir al Señor que nos manifieste su misericordia y su salvación”. Ella se levantó y los dos se pusieron a orar para alcanzar la salvación”.

Tobías 8, 4-5

La oración conyugal es importante para hacer crecer a la pareja que así confía al Señor los asuntos más importantes de su vida y de su amor.

La oración familiar fortalece los vínculos familiares y la relación con el Señor. Para los niños, es el primer lugar de aprendizaje. A los padres es a quien vuelve la misión de despertarlos a la fe. Para la pareja, participa en la construcción de la espiritualidad conyugal. La oración conyugal es un tiempo fuerte de celebración de nuestra pareja. La pareja se pone en presencia de Dios para adorarlo, alabarle, escucharle y pedirle la gracia de vivir el sacramento del matrimonio y el amor humano entre el marido y la mujer, entre ellos dos y el Señor. Cada uno entretiene y desarrolla su relación personal con Dios. Sin embargo, a medida que la pareja progresa en su oración conyugal, estructura su manera de rezar en pareja.

Sin la oración, no se puede hacer nada. Sin la oración no avanzamos en el conocimiento ni en el amor de Dios. No es una devoción suplementaria. Es tanto esencial como comer, respirar, así como es esencial para el árbol profundizar sus raíces en la tierra para no secar y morir. Las relaciones humanas son frágiles. La relación con Cristo ella también es frágil. De la misma manera que es necesario hablar, encontrar al otro, al padre, al amigo, al hermano, también es necesario hacerlo con el Señor. Si no se hace, se apaga la relación... La oración no es una cuestión de especialista. Todos los cristianos deberían vivir esa respiración, esa relación con Dios, de persona a persona, durante toda su vida. No estamos capaces por nosotros mismos. La práctica de la oración es un trabajo de Dios, un don de Dios. Pero también es obra del hombre. El hombre debe colaborar por su perseverancia. Así es una ciencia que tiene leyes y técnicas. Es un arte, como peinar, como tocar el piano. Y como en todos los artes no podemos contentarnos aprender solo la teoría, tenemos que aprender por la práctica”.

Padre Caffarel en Troussures

El deber de sentarse

¿Quién es el de vosotros que, queriendo edificar una torre, no se sienta primero y calcula los gastos, a ver lo que necesita para acabarla?

Lucas 14, 28

El Deber de Sentarse mensual es la gran intuición pedagógica del Padre Caffarel al servicio de la vitalidad de la pareja cristiana. Estamos en 1945. Hace unos años que el Padre Caffarel anima a grupos de parejas –que se convertirán en Equipos de Nuestra Señora. Se da cuenta de la dificultad que tienen maridos y mujeres a comunicar, especialmente en el plano espiritual. ¿Cómo favorecer esta comunicación absolutamente vital para la pareja? El destello salió un día, leyendo a San Lucas. Escribe esa tarjeta: “Un deber desconocido”.

Hay una “obcecación del alma” que es fatal para el amor. Nos miramos pero ya no vemos la belleza exterior que había conquistado nuestro corazón. El amor se va como una llama que consumió todo el aceite de la lámpara, ya que de facto, el amor se nutre de la belleza. Para reanimar el amor, sería suficiente descubrir de nuevo la luz de esta cara, la impresionante buena voluntad de este corazón.

El Deber de Sentarse es un diálogo en presencia de Dios, es esencial a la buena salud de la pareja. Es mirar y escuchar al otro con la mirada de amor de Dios, una mirada nueva sin prejuicios, una mirada que nos permite mirarnos así como somos, aceptándonos diferentes. El Deber de Sentarse da a las parejas de los Equipos de Nuestra Señora la ocasión de pararse para evaluar el recorrido personal, conyugal y familiar. Es un momento privilegiado marcado por la presencia misteriosa de una tercera persona, Jesús. Promete él estar presente cada vez que dos o tres se reúnen en su nombre.

El DSA contribuye a fortalecer el amor, a hacer crecer a los cónyuges, a elevarlos, estimularlos en el amor de Cristo. Sirve también a orientar la vida conyugal. Es la concretización de la virtud de la esperanza de la vida a dos. Así la pareja crece en amor y en unidad. La costumbre del Deber de Sentarse mensual ayuda a las parejas a consolidar su matrimonio. Permite preservar la juventud y la dinámica del amor, independientemente de la edad y de la duración del matrimonio.

Cristo, en el capítulo 14 de San Lucas, invita a sus auditores a la práctica del Deber de Sentarse. Hoy, en el siglo de las velocidades vertiginosas, es oportuno jamás preconizar **este deber como desconocido**... Antes de iniciar la construcción de su pareja, habéis confrontado sus visiones, pesado sus recursos materiales e espirituales, elaborado proyectos. Pero ahora que estáis aquí, ¿no se olviden demasiado de sentarse para examinar juntos el trabajo hecho, encontrar de nuevo el ideal entrevisto, consultar el Contratista? Sé las objeciones y las dificultades, pero también sé que un día la casa se derrumbará si no se vigila la armazón.

Padre Henri Caffarel

La regla de vida

“Así que, hermanos míos amados, estad firmes y constantes, creciendo en la obra del Señor siempre, sabiendo que vuestro trabajo en el Señor no es en vano.”

1Co 15, 58

A menudo, una palabra aparece en los escritos y en las palabras del padre Caffarel. Es la palabra “exigencia”. En muchos textos, nos recuerda su convicción íntima del amor de Dios por el hombre. El hombre se siente llamado a responderle con un amor igualmente exigente. La vida cristiana es exigente. Pasa por la Cruz. La regla de vida es una aplicación concreta de la exigencia general de ascesis inherente a la vida cristiana. Dirigiéndose a las parejas, el padre Caffarel anima de esta manera: “No hay una vida cristiana sin exigencia. Para ustedes mismos y su pareja, sean exigentes en su amor y en su misión. Jamás se sentirán decepcionados.” Así en la Carta se puede leer: “Sin una regla de vida, muchas veces la fantasía preside a la vida religiosa de los esposos y la convierte en algo caótico. Esta regla de vida... no es más que la determinación de los esfuerzos que cada uno decide imponerse para contestar mejor a la voluntad de Dios. No se trata de multiplicar las obligaciones sino que precisarlas para apoyar la voluntad y evitar el descontrol.”

La noción de regla de vida cambió a lo largo de los años. Hoy, podemos decir que tiene como meta ayudarnos a estructurar nuestra vida espiritual de pareja para crecer mejor tanto al nivel espiritual como humano. En efecto, lo ideal para un jugador de Nuestra Señora es perseguir el camino de verdad que Cristo nos enseñó en el Evangelio. Así cada cónyuge tendrá que ocuparse regularmente de tomar una resolución para obligarse o sea a desarrollar un don o sea a corregir un defecto para que, en todos los casos, eso le permita dar más amor a los otros, imitando a Cristo. En efecto la regla de vida no se debe comprender en el sentido de regla moral. Se trata de otra cosa: estamos invitados a bajar al fondo de nuestro ser para tener consciencia de lo que nos impide vivir en lo más cerca del Evangelio. Así la regla de vida es “el conjunto de las acciones concretas para inscribir lo cotidiano en un camino de amor”. Como los otros Puntos Concretos de Esfuerzo, la regla de vida participa en el crecimiento espiritual y humano al que aspira cada pareja. No se tiene que infravalorar el valor de una regla de vida. Nos abre a horizontes personales que pueden ayudar a cada uno de nosotros “a hacer un paso adelante” para responder al amor y a la llamada de Dios. No podemos olvidar que la felicidad en el cielo es grande cuando alguien hace un paso en la buena dirección. Así, lejos de ser un “pequeño” Punto Concreto de Esfuerzo, limitado y marginal, la regla de vida llama nuestra libertad de “amar más”.

El retirado anual

Y él les dijo: “Venid vosotros aparte al lugar desierto, y reposad un poco”.

Marco 6, 31

La Carta de los Equipos de Nuestra Señora (1947, puesta al día 1977) invita a las parejas a “volver a ponerse cada año enfrente al Señor para reflexionar durante una retirada de un mínimo de 48 horas, viviéndola en pareja si es posible”.

La retirada anual es un tiempo privilegiado para pararse, escuchar, rezar, y renovar su vida espiritual. Es un tiempo fuerte para reflexionar sobre su vida, bajo la mirada del Señor, principalmente en lo que concierne su camino de crecimiento personal y en pareja. También es una especie de “revisión general” del buen funcionamiento de nuestra vida espiritual. El éxito de la vida en pareja depende de la calidad de nuestros encuentros en la mayoría de las veces. Sin encontrarnos, ¿cómo podríamos conocernos y amarnos? Rezar, vivir una retirada en pareja, es aceptar hacerse tocar por el Dios que se ofrece a nosotros. Es aprender a encontrar al otro en un amor que no guarda nada para sí mismo.

Para la pareja, los beneficios de la retirada anual vienen de estos dos encuentros que finalmente no son más que un solo: el uno con el otro, y los dos con Dios. La conversión operada por la retirada en sí misma nos permite determinar mejor el deseo de Dios en nuestra vida: más oraciones, más respeto hacia nuestro cónyuge y nuestros hijos, una confianza más fuerte en Dios, una claridad más grande en nuestros compromisos y en nuestro servicio a los otros... La retirada produce una renovación de nuestra vida.

“Hace más de veinte años desde cuando predico retiradas para las parejas. Y en todos los casos, esos hombres y esas mujeres, parecen casi todos debilitados cuando entran en esa “clínica” que es una casa para retiradas, para esa “cura de almas” (como lo dicen los protestantes) que es una retirada; ellos, cuando se van, casi todos han adquirido una nueva vitalidad espiritual. Uno o dos años después, tendrán que hacer otra retirada, pues muchos de ellos estarán aún debilitados. Y una vez más experimentarán la extraordinaria eficacia de esos días pasados con Dios.

¿Así, cuál es el secreto de esa eficacia? Silencio, misa cotidiana, oración..., son tantas explicaciones sin duda. Pero la primera explicación, la más decisiva es otra. Esos hombres y esas mujeres tenían una fe debilitada, enferma, durmiendo, agotada, moribunda: con el soplo de la Palabra de Dios se despierta, se fortalece, vuelve a vivir. Pues entre la fe y la Palabra de Dios es estrecho el sentido: la Palabra de Dios es la única que tiene el poder de hacer surgir y alimentar la fe, esta fe que es conocimiento de Dios, de su vida íntima, y de su proyecto en el universo. La fe se muere en el que no se abre a la Palabra de Dios y que no la guarda. Quiero decir por ‘Palabra de Dios’ los Libros inspirados, y todas las palabras y escritos que presentan la Revelación contenida en esos Libros. (...) Sin embargo, el que nutre su fe, que está buscando el conocimiento de Dios, (...), éste se preserva de la debilidad espiritual.”

Padre Caffarel –Cartas mensuales de los Equipos de Nuestra Señora, febrero de 1960

El intercambio en Equipo

La costumbre de buscar la voluntad de Dios practicando los Puntos Concretos de Esfuerzo a lo largo del mes se completa, durante el **intercambio en equipo**, por la búsqueda, el intercambio, el discernimiento y la exigencia fraterna de todo el equipo. Esta ayuda y esta exigencia no pueden nacer más que de un comportamiento de amor.

El Intercambio es el momento de la reunión en equipo durante el cual, a través de los Puntos Concretos de Esfuerzo, los jugadores hablan del progreso, de los cambios, de las dificultades de su vida espiritual, interrogándose y estimulándose los unos con los otros. Es el momento de una tomada de responsabilidad mutua de lo que cada uno tiene como más profundo en sí mismo, de lo que cada pareja tiene como más personal: su proyecto espiritual como respuesta a la llamada de Dios en el. Aquí es donde cada uno da mucho a los demás y por eso ese momento se considera a menudo como el más importante del encuentro...

