

Aprender a VIVIR en la vida

Impulsos de la Espiritualidad Ignaciana



Ejercicio para ser animoso



✦ “*¡Debiéramos hacer con mucha frecuencia algo que nos produzca un poco de miedo!*” ✦

Esta frase la decía a menudo uno de mis compañeros más alegres. Él tenía “un poquito de *ánimo*” y algunas veces más: Cuando en el aeropuerto de Zurich dormía sobre un periódico; cuando se arriesgaba con todo su corazón y afecto por otros; cuando muchas veces transigía, pero no se daba por vencido sencillamente.

✦ *Pérdida de la vida por miedo* ✦

¿Cuántas vidas se pierden por *miedo* y *miedos*?

Por *miedo* a pedir algo.

Por *miedo* a probar lo desacostumbrado.

Por *miedo* ante el *miedo*.

Por *miedo* a no estar absolutamente seguro.

✦ “*¡Ánimo!*” ✦

La invitación “*¡Ánimo!*” podemos escucharla con mucha frecuencia:

Ante un salto de la barca a tierra – “*¡Ánimo!*”

Ante una prueba difícil - “*¡Ánimo!*”.

Primero con seguridad ponderar atentamente, pero después:

¡Allá voy!

✦ ***“¡Quién no se arriesga, no cruza el río!”*** ✦

Como todo dicho popular, también éste es cierto sólo en parte:

pero a menudo merece la pena dar un paso *animoso*:

Contra lo esperado, el tiempo ha sido hermoso.

La sinceridad en el diálogo ha regalado libertad.

✦ ***Mirar el miedo a la cara (Ejercicio 1)*** ✦

“Se” redacta una lista con los *miedos* de tipo medio.

Después se toma arranque para saltar un *miedo*...

¿Dónde percibo suficiente *ánimo* para un salto?

¿Y?. ¿Cómo resultó? - ¡A la larga merece la pena!

✦ ***365 veces ¡No tengáis miedo! (Ejercicio 2)*** ✦

365 veces se dice en la Biblia: “¡No tengáis *miedo!*”.

Yo me puedo permitir decir esto cada día una vez.

Jesús dice en el Evangelio de Juan, 16,33:

*“En el mundo tendréis miedo, pero tened ánimo,
Yo he vencido al mundo”*

Willi Lambert, SJ

www.jesuiten.org

Ejercicio nº 17

*“Al que recibe los Ejercicios,
mucho aprovecha entrar en ellos
con grande ánimo y liberalidad
con su Criador y Señor”*

• *Ignacio de Loyola* • *Anotación 5ª* •

www.vacarparacon-siderar.es