El misterio de la Encarnación — Semana de oración ignaciana

Giovanna Bonnelly

Semana del Dec 7, 2026 al 13 de diciembre · Juan 1:1–14 · Filipenses 2:6–11 · Gálatas 4:4–5

> **Idea central:** La Palabra eterna se hizo carne y puso su Morada entre nosotros. Siendo Dios, Jesús se despojó de sí mismo y tomó condición de esclavo. En la plenitud de los tiempos, nació de mujer para rescatarnos y hacernos hijos. Esta semana pediremos conocer por dentro a este Dios que se abaja por amor.

El método ignaciano (cada día, 30–45 min)

1. **Preparación:** busca un lugar tranquilo. Antes de empezar, detente un momento y considera cómo Dios te mira (EE 75).
2. **Oración preparatoria:** pide que todas tus intenciones, acciones y operaciones se ordenen solo al servicio y alabanza de Dios (EE 46).
3. **Preámbulos:** (a) *la historia*: lee el pasaje despacio; (b) *composición de lugar*: imagina la escena con detalle; (c) *petición*: pide la gracia del día.
4. **Contemplación:** entra en la escena como un participante más. **Mira** a las personas, **oye** lo que dicen, **observa** lo que hacen, y después *reflecta*: ¿qué me dice esto a mí?
5. **Coloquio:** habla con Jesús, con María o con el Padre como un amigo habla a otro (EE 54). Termina con un Padrenuestro.
6. **Examen de la oración:** después de orar, 5 minutos: ¿qué sentí? ¿Dónde hubo consolación o desolación? Anótalo abajo.

Nota para esta semana: estos textos no narran una escena como los de Lucas, sino que contemplan el misterio. San Ignacio enseña que, cuando lo contemplado no es visible, la composición de lugar se hace con la imaginación (EE 47): por eso cada día te propongo una imagen. También ayuda el **segundo modo de orar** (EE 249–257): quedarse en cada palabra del texto mientras siga dando fruto.

Cuadro de la semana

Día	Pasaje	Composición de lugar	Gracia que pido	Coloquio
Lunes 7	Juan 1:1–5	Antes de todo lo creado, la Palabra junto al Padre. Después, una gran oscuridad y en medio una luz que no se apaga.	Conocer a Jesús como la Palabra eterna, vida y luz de todo hombre.	Con el Verbo: ¿qué tinieblas mías quieres iluminar?
Martes 8 *(Inmaculada Concepción)*	Juan 1:6–13	Juan el Bautista señalando la luz. La Luz llega a su propia casa y los suyos no la reciben. Mira también el rostro de quienes sí la reciben.	Recibirle de verdad y vivir como hijo de Dios.	Con María, la primera que recibió plenamente la Palabra: pídele un corazón abierto como el suyo.
Miércoles 9	Juan 1:14	La Trinidad mira el mundo (EE 102) y el Verbo planta su tienda entre nosotros: en tu barrio, tu casa, tu mesa.	*Conocimiento interno del Señor, que por mí se ha hecho hombre, para que más le ame y le siga* (EE 104).	Con Jesús: ¿dónde quieres poner tu Morada en mi vida?
Jueves 10	Filipenses 2:6–8	Jesús se quita el manto y se arrodilla a lavar los pies de sus discípulos (Jn 13:4–5), imagen de su despojo. Después, el pesebre y la cruz.	Desear seguir a Cristo pobre y humilde antes que buscar honores (EE 167).	Con Jesús siervo: ¿de qué necesito despojarme?

Día	Pasaje	Composición de lugar	Gracia que pido	Coloquio
Viernes 11	**Repetición** de Juan 1 y Filipenses 2:6–8 (EE 62)	Vuelve a la imagen o la palabra donde sentiste más consolación o desolación.	La gracia que más deseas al repasar tus notas.	**Triple coloquio** (EE 63): a María, al Hijo y al Padre.
Sábado 12 *(N.ª S.ª de Guadalupe)*	Filipenses 2:9–11	Toda la creación, en el cielo, en la tierra y en el abismo, dobla la rodilla ante Jesús. Tú también.	Adorar y confesar con toda mi vida que Jesús es el Señor.	Con el Padre: alaba a quien exaltó al Hijo humillado.
Domingo 13 *(3.º de Adviento, Gaudete)*	Gálatas 4:4–7 — **Aplicación de sentidos** (EE 121–126)	Vuelve a Belén: el Hijo eterno "nacido de mujer" es un bebé que puedes ver, oír, oler, tocar.	La alegría de saberme hijo adoptivo de Dios.	Reza el Padrenuestro muy despacio, quedándote en la palabra "Abba", Padre (EE 249–257).

Examen diario (por la noche, 10–15 min)

1. **Gratitud:** da gracias por los dones del día.
2. **Luz:** pide al Espíritu que te ayude a ver tu día como Dios lo ve.
3. **Revisión:** recorre el día. ¿Dónde experimenté a Dios cercano, hecho carne en lo cotidiano? ¿Dónde me abajé por amor, y dónde busqué sobresalir?
4. **Perdón:** pide perdón por lo que te alejó de Él.
5. **Propósito:** pide la gracia para mañana y termina con un Padrenuestro.

Frase para llevar durante la semana

"La Palabra se hizo carne y puso su Morada entre nosotros" (Juan 1:14)

Mis notas de la semana

Día	Consolación / desolación	Lo que me dijo el Señor
Lunes		
Martes		
Miércoles		
Jueves		
Viernes		
Sábado		
Domingo		