



EL CUADERNO DE VIDA O CUADERNO DE PASTORAL

El Cuaderno de Vida o Cuaderno de Pastoral, es un medio de formación de la mirada contemplativa del pastor que se nutre de la caridad pastoral y la nutre al mismo tiempo. Tiene en realidad una vinculación cercana con la Revisión de Vida, de la que hablaremos en su momento; el Cuaderno se utiliza con relación a los acontecimientos de la vida de un pastor y su relectura en la fe. Permite nutrir la oración apostólica. Se realiza a través de un trabajo personal, disciplinado, es decir, regular y sistemático, que puede compartirse después en un grupo o que bien puede servir para preparar la Revisión de Vida aún cuando el ejercicio, en sí mismo, tiene su propia razón de ser.

1. Releer la Vida para poder Interiorizarla

Correr detrás del tiempo, detrás de los segundos, detrás de las actividades. Nuestras vidas así están hechas. Los acontecimientos se suceden con frecuencia con una cadencia desenfadada. En medio de un torbellino de actividades, detenerse, con mucha curiosidad para entender las cosas, hacer morada en los espíritus de quienes comparten con nosotros la vida. Todo esto puede ser sinónimo de perder el tiempo.

Sin embargo, aquel o aquella que, un día, toma tiempo para poseerse, para hacer un alto y descubrir los beneficios de una pausa, descubre rápidamente que detenerse no es otra cosa, sino un ritmo necesario de respiración vital.

Detenerse, da la posibilidad de releer la vida para gustarla y entenderla, vivir mejor, comprender, celebrar.

Para quien es creyente, detenerse para releer su vida, es entrar más adentro en la aventura de la fe, en la historia del pueblo de Dios. En todo tiempo, el pueblo de Dios no ha cesado de leer y releer aquello que le acontece. Cómo y por qué Dios le ha hablado...cómo y dónde Dios le ha conducido.

Releer, es releer para revelar, para entrar todavía más en una historia, en la memoria de un pueblo, en una alianza. Es dar sentido a aquello que se ha vivido, al fracaso, pero también al



éxito, a lo que no se le ha prestado atención, a lo imprevisto, al riesgo frecuente de descubrir cosas que han pasado inapercibidas en el corazón mismo de la vida que va... Todo tiene y toma sentido para aquél que toma tiempo para ver. Un acontecimiento no sucede jamás aisladamente, le suceden y preceden invariablemente otros. Un acontecimiento, no se vive jamás sólo, y con mayor razón si nos hace vivir momentos de soledad, estamos enraizados en una época, en una sociedad, en un mundo de relaciones, no lo podemos olvidar.

Detenerse, para dejarse con profundidad, tomar por la mirada de Cristo.

Vamos a detenernos, no para olvidar nuestros quehaceres cotidianos, nuestra vida de cada día, sino para dejarnos con profundidad tomar por la mirada de Cristo, para que él transforme nuestra propia mirada y que, a su lado podamos, en Iglesia, mirar nuestra vida. Vamos a detenernos y a hacernos disponibles, en gratuidad, al amor del Padre, a la Palabra del Hijo, al soplo del Espíritu. Vamos a ponernos simplemente entre las manos de Aquél que ha creado el mundo y al hombre con Amor, para que él nos modele a su imagen. Vamos a detenernos para vivir juntos. Para hacer juntos, unos con otros, un tramo del camino.

Como en el primer día, como en la primera mañana del mundo, el silencio nos crea y nos recrea. Y vio Dios que era bueno...

2. El Cuaderno de Vida: Una Historia de Amor

- El Cuaderno de Vida no tiene nada que ver con un diario íntimo o un cuaderno de notas en donde más o menos transcribimos los acontecimientos de nuestra vida,
- Es un medio que puede ser utilizado por sacerdotes preferentemente, pero que podrían utilizar también agentes de pastoral laicos. Está ligado a la Revisión de Vida y a la actitud de releer la vida en la fe, que es algo que pertenece a la Iglesia entera. Los sacerdotes y los laicos pueden utilizar esta práctica del Cuaderno de Vida para educarse en la mirada contemplativa.
- Es un proceso específico ligado al método de la Revisión de Vida: ver, juzgar y actuar.

a) Escribir para entender la vida:

-Escribir: detenerse, darse el tiempo para ello:

- Cuando ha transcurrido la jornada, después de las actividades.



- Cuando los acontecimientos se suceden con una secuencia desenfadada...

-Escribir: nos permite situar, hacer duraderas las cosas, encontrar continuidad:

- hoy, lo que aparentemente cuenta sólo es lo inmediato, pasar de una cosa a otra,
- escribir permite fijar, guardar, releer los acontecimientos y situarlos en un antes y en un después...

-Escribir: Es dejarse formar por la vida, obedecer la vida, amar esta vida.

- Se trata de que esta vida tome su valor, su importancia, su sentido...
- Amar la vida de aquellos que encuentro para que ellos sean mi vida.

-Escribir: Tomar distancia, analizar, comprender...

- Nos dejamos guiar por la impresión, la emoción, lo superficial.
- Escribir nos obliga a tomar distancia, a analizar, a tratar de comprender.
- Esto nos permite tomar la vida tal y como es: ¿qué es lo que realmente pasa?
- Afrontar lo real ¿qué es lo que la vida me dice?.

Escribir: Unifica la vida.

- Los acontecimientos se suceden. Nos sentimos desbordados, rebasados...
- Escribir permite mirar, mirar con detenimiento, y descubrir lo que unifica nuestra vida, encontrar siempre el hilo conductor...

b) Escribir para Contemplar: un proceso de fe.

El Cuaderno de Vida: un camino del creyente, un acto de fe: se trata de releer la propia vida para leer a Dios en ella.

- Es mirar nuestra vida, con la misma mirada de Cristo...
- Es reconocer la presencia misma de Dios en esta vida: la vida de los hombres es preciosa porque ellos son amados de Dios, hijos de Dios.



- Es creer que en cada persona que yo encuentro hay un icono de Dios, un rostro de Dios. Cfr. Mt 22, 34-40

El Cuaderno de Vida: una historia de amor: amar esta vida porque Dios se revela, porque Dios ama nuestro mundo y la vida de los hombres.

Amar esta vida, darle su importancia, mirarla con un sentido de esperanza, porque en el corazón mismo de esta vida:

- Se cumple la salvación... “porque la voluntad del Padre que está en los cielos es que su Reino venga a nuestra humanidad.
- Es dentro de la experiencia y de la condición humana que aprendemos a adherirnos al Dios de Jesucristo y a hacernos instrumentos de salvación, en esta vida nueva que nos es revelada y comunicada por él.

3. Textos Bíblicos y Testimonios,

Jesús se deja Instruir, se Admira.

1. *“Si Señor repuso ella- pero también los perritos comen de las migajas que caen de la mesa de los amos. Entonces Jesús le respondió: Mujer, grande es tu fe; que te suceda como deseas. Y desde aquel momento quedó curada su hija”. (Mt 15,26-28).*
2. *“En aquel momento, se llenó de gozo Jesús en el Espíritu Santo y dijo: Yo te bendigo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has ocultado estas cosas a los sabios e inteligentes y se las has revelado a ingenuos. Sí Padre, pues tal ha sido tu beneplácito. Mi Padre me lo ha entregado todo, y nadie conoce quién es el Hijo sino el Padre; y quien es el Padre sino el Hijo y aquel a quien el Hijo se lo quiera revelar. Volviéndose a los discípulos, les dijo aparte: ¡Dichosos los ojos que ven lo que veis! Porque os digo que muchos profetas y reyes quisieron ver lo que vosotros veis, pero no lo vieron, y oír lo que vosotros oís, pero no lo oyeron”. (Lc 10,21-24).*
3. *“Jesús, pues, tomando la palabra, les decía: En verdad, en verdad os digo: el Hijo no puede hacer nada por su cuenta, sino lo que ve hacer al Padre: lo que hace él, eso también lo hace igualmente el Hijo. Porque el Padre quiere al Hijo*

y le muestra todo lo que él hace. Y le mostrará obras mayores que estas para que os asombréis” (Jn 5, 19-20).

Los discípulos también reciben esta revelación

1. *“Cuando le vieron quedaron sorprendidos y su madre le dijo: Hijo, ¿por qué nos has hecho esto? ... Su madre conservaba cuidadosamente todas las cosas en su corazón”. (Lc 2, 48-52).*
2. *“Viniendo a su patria, les enseñaba en su sinagoga, de tal manera que decían maravillados: ¿de dónde le viene a éste esa sabiduría y esos milagros? ¿No es éste el hijo del carpintero?”. (Mt 13, 54-55).*
3. *“Simón Pedro contestó: “Tú eres el Cristo, el Hijo de Dios vivo”. Replicando Jesús le dijo: “Bienaventurado eres Simón, hijo de Jonás, porque no te ha revelado esto la sangre, sino mi Padre que está en los cielos”. (Mt 16, 17).*
4. *“El templo del que hablaba Jesús era su propio cuerpo. Por eso cuando Jesús resucitó de entre los muertos los discípulos recordaron lo que había dicho, y creyeron en la Escritura y en las palabras que Él había pronunciado” (Jn 2,21-22).*
5. *“Cuando levantéis en alto al Hijo del Hombre, entonces reconoceréis que soy Yo”. (Jn 8,28).*
4. *“Lo que estoy haciendo tú no lo puedes comprender ahora; lo comprenderás después”. (Jn 13,7).*
5. *“El Espíritu hará que recordéis lo que Yo os he enseñado”. (Jn 14,26).*
6. *“¿No ardía nuestro corazón mientras nos hablaba en el camino y nos explicaba las Escrituras?” (Lc 24,32).*
7. *“Siempre que me acuerdo de vosotros, doy gracias a mi Dios” (Fil 1,3).*
8. *“Yo Juan, vuestro hermano... oí detrás de mí una voz potente que decía: Escribe en un libro lo que veas”. (Ap 1,9-11).*



9. *“A los nuevos esposos Sara y Tobías el ángel les dijo: “Poned por escrito todo lo que os ha acontecido. Ellos bendecían y alababan a Dios y le daban gracias por las maravillas que había hecho”. (Tob 12, 20-22).*

Para Ser Capaz de Admiración

Dejarse instruir, dar autoridad a la vida de los hombres sobre la propia vida, sobre todo a la vida de los pobres. Es un verdadero trabajo, una obediencia a la fe. No es inmediatamente que los actos más simples resultan importantes para nosotros. Es necesario por mucho tiempo permitir que los podamos interiorizar, llevar en la memoria del Cuaderno de Vida y orar a partir de ellos.

- *San Agustín* emprende la redacción de las Confesiones para poder celebrar, tanto sus errores de juventud en Tagaste como en su búsqueda inquieta en Cartago y en Milán, la manifestación de Dios y su Amor misericordioso.
- *San Ignacio* acepta, solamente por obediencia a la voluntad de Dios, el escribir “su Diario Espiritual”, en donde expresa con las lágrimas su reconocimiento hacia Aquél que le ha llamado y guiado: Jesucristo Nuestro Señor.
- *Santa Teresa de Ávila* cuando bajo la orden de sus confesores, comienza a escribir el relato de su experiencia espiritual, titula espontáneamente su manuscrito: “Libro de las Misericordias de Dios y afirma que ella no hubiera querido escribirle pero que deseaba obedecer poniéndose ante Dios con toda humildad para confesar su misericordia.
- *El Cardenal Newman* afirmaba que esta mirada de fe no es posible sino al hacer memoria (sermón del 7.5.1837). Vemos aquí un principio general que se presenta sin cesar a nuestros ojos en la Escritura y en el mundo, a saber, que no somos capaces de discernir la presencia de Dios en el tiempo que está con nosotros, sino después, cuando volvemos la mirada hacia atrás, hacia lo que pasó y se realizó.

En Conclusión:

El Cuaderno de Pastoral nos lleva al encuentro con Jesucristo, como luz, como sabiduría, como Maestro.

“Jesucristo nos ha sido dado para... y llegar a ser nuestra Sabiduría al iluminarnos con sus divinas luces, para enseñarnos a distinguir lo verdadero de lo falso, el bien del mal, lo justo



de lo injusto y a estimar cada cosa en su justa luz, valor, a saber poner en su lugar lo terrestre, lo espiritual, el tiempo y la eternidad”. (Antonio Chevrier VD 89).

“Tu eres Señor mi solo y único Maestro.

Habla, yo quiero escucharte y poner tu palabra en práctica. Quiero escuchar tu divina palabra, porque viene del cielo. Quiero escucharla, ponerla en práctica, porque en tu palabra está la vida, la alegría, la paz y la felicidad.

Habla, Señor, tú eres mi Señor y mi Maestro y no quiero escucharte sino a ti”.

(Esta oración puede servir para introducir el trabajo del Cuaderno. Antonio Chevrier VD 108).

El Cuaderno lugar de revelación

Para reconocer la presencia y las llamadas de Jesucristo, y poder colaborar en su acción anunciando a todos la Buena Nueva de la salvación, tratamos de contemplar también la vida de los hombres a la luz de la Palabra de Dios.

Al compartir la vida de los hombres y de los pueblos, aumenta nuestra capacidad para descubrir *“las semillas de la Palabra que en ella se contienen”* ⁽¹⁾ Tenemos presente que el Espíritu Santo *“se anticipa visiblemente en la acción apostólica, de la misma forma que sin cesar la acompaña y dirige de diversas maneras”* ⁽²⁾.

Estamos convencidos de que una mirada contemplativa sobre la vida, continuamente avivada y purificada en la oración, es una fuente de conocimiento de Jesucristo y de dinamismo misionero.

Qué es y qué no es el Cuaderno de Vida o de Pastoral:

- El Cuaderno de Vida no es una introspección psicológica, ni un diario íntimo, ni un estudio sociológico, **sino una mirada contemplativa del pastor sobre su ministerio apostólico.**
- No es de una manera inmediata como los actos sencillos, los encuentros cotidianos del pastor se convierten en lugares importantes de revelación. **Hace falta tiempo para repensar en ellos, guardarlos en la memoria, escribirlos, orarles.**
- El Cuaderno de Vida o Cuaderno de Pastoral (puesto que está al servicio de la vida apostólica), es un instrumento en las manos del pastor que desea conocer cada vez

¹ AG 11

² AG 4



más a Jesucristo, configurarse con él, mirar desde él; el pastor que sabe que el Reino está trabajando de día y de noche (Mc 4,26). **Está al servicio del pastor que tiene los oídos y los ojos orientados al mismo tiempo hacia el Cristo del Evangelio y hacia el Cristo que vive y actúa por la fuerza del Espíritu en el corazón de la gente.**

- El Cuaderno de Vida tiene como objetivo: conocer, amar, seguir a la persona de Jesucristo para hacerse así más capaz de trabajar eficazmente en la evangelización de los pobres y de los que están alejados de la práctica sacramental. **Es una darle al ejercicio mismo del ministerio, el papel que le corresponde en la vida espiritual del sacerdote.**
- **Es un lugar de obediencia** (ob-audire).- Aprendemos a obedecer al Maestro en los acontecimientos pastorales y en la vida de la gente sencilla.
- **Un lugar de contemplación.** La mirada contemplativa sobre la vida, reavivada y purificada en la oración, es fuente de conocimiento de Jesucristo que nos identifica con él e imprime a nuestro ministerio de dinamismo misionero.
- **Un lugar de aprendizaje.** Donde se escucha seriamente la vida y se da autoridad e importancia a lo que dicen y hacen las personas de la comunidad. Mirando la vida de los sencillos se revela a nosotros el designio de Dios.
- **Un lugar de unificación de la vida.** Clave de la vida espiritual del sacerdote diocesano, a fin de ir más allá del activismo y al mismo tiempo nutrir constantemente el combate apostólico de la vida interior y contemplativa.
- **Un lugar de conversión permanente.** El apóstol que, sin dejar de serlo, es al mismo tiempo discípulo. Dos dimensiones inseparables.
- **Un lugar de discernimiento.** De los dones, de los carismas, de las vocaciones que hay en la comunidad. Fuente de creatividad pastoral a partir de lo que el Señor nos dice.
- **Un lugar de cosecha.** De las perlas del Reino que el Señor ha puesto en nuestro camino. El Cuaderno de Vida, junto con otros medios, como la Revisión de Vida es fuente de la que podemos siempre sacar luz para la predicación y la catequesis.

Posible Itinerario

Buscar el momento adecuado, el lugar adecuado. Disponerse interiormente. Orar.



Ver, Escuchar.- Anotar simplemente hechos, encuentros, diálogos vivos con otras personas en el ministerio, con la preocupación de la objetividad, de la obediencia a lo real, a lo que acontece.

Estar atentos a lo que marca la vida de las personas, a los acontecimientos en los que están comprometidos, a las relaciones que han tenido, a las reacciones, a las transformaciones.

No se trata de anotar todo, sino lo que sentimos como más significativo en la vida de las personas, lo que tiene prioridad en nuestro ministerio. Podemos también observar el itinerario de una persona, de un grupo de la parroquia, de una comunidad.

Contemplar.- Releer la vida, las alegrías, los sufrimientos. ¿Cómo está presente el Señor? ¿Qué descubro en los hechos de la vida? Se trata de buscar la comunión con la persona de Jesucristo, con su mirada de pastor, con su corazón de pastor. Se anota lo que se descubre, en forma de columna o inmediatamente después del hecho, o iluminando. Se trata de hacer memoria de algún texto evangélico, o de San Pablo, o del conjunto de la Escritura. Pueden servir las concordancias de la Biblia como auxiliar. Releer, el hecho. Mirar a Jesucristo, admirar su presencia, orar.

Llamados Apostólicos.- Acoger en la oración y en la fe, las llamadas del Señor a nuestro ministerio, para poder colaborar más con la acción del Espíritu. Anotar. Concluir en la oración.

Concretamente

Una manera de hacer el Cuaderno en medio de otras posibilidades.
El Cuaderno en tres columnas.

1ª Columna	2ª Columna	3ª Columna
Anotar con objetividad	Relectura del acontecimiento	Convicciones
-acciones que marcan la vida	-aquello que he descubierto	Oración
-acontecimientos	-aquello que trabajo internamente	-de perdón
-situaciones	tomando distancia	-de gratitud
-palabras escuchadas	-cómo me dejo guiar por el Espíritu	-intercesión
-mis propias reacciones	-cómo asimilo todo esto con la	-Yo me decido
	Palabra de Dios	a...
	-cómo descubro los signos de salvación	



Para Compartir en Equipo el Cuaderno de Vida.

No es una simple puesta en común de nuestras notas. Es el compartir de nuestro ministerio entre los hombres. Es el compartir de Aquél que es la fuente, el Cristo encontrado en los rostros de todos los días del ministerio apostólico. Es el compartir de las llamadas, de las conversiones a hacer en nuestro ministerio para servir la obra de Dios como discípulos y apóstoles de Jesucristo.

Hacer este compartir nos pide entrar en una actitud de escucha, de oración, de apertura, de salida de uno mismo para recibir, a través de los demás que están en el grupo, al Señor que se nos revela.

Este compartir en equipo nos ayudará a conocer a Jesucristo y a hacernos más eficaces en la evangelización de todos y en especial de los más pobres.

Testimonio

Testimonio del Cuaderno de Vida de un sacerdote.

No acierto a decirles nada, simplemente me siento cercano.

3 de febrero.

He visitado a Paco. La enfermedad sigue avanzando. Ya no puede moverse por sí mismo, apenas se le entiende cuando habla. Sufre cuando quiere expresarse y no lo entiendes. Le llevo la comunión de vez en cuando, se emociona, llora. Ni el más mínimo síntoma de rechazo o de rebelión. Comulga. Se emociona. Nos miramos: él, como pidiendo algo; yo, sin poder ofrecerle la salud, el mejor regalo que podría hacerle. ¡Cuántas veces en situaciones límite como ésta, he deseado que el Señor hiciera un milagro! Pero el milagro espectáculo nunca se ha producido. Se produce el “otro milagro”, el que no llama la atención: el milagro de Paco, 58 años, que acepta sin rebelarse y que sigue comulgando y rezando. Y el “milagro” de Mary, su esposa, que no se aparta de él ni de día ni de noche, que le da de comer, que le limpia las lágrimas cuando llora, y le anima como madre al niño pequeño. Y el “milagro” de Juanito, su hijo de 20 años, que le levanta, le acuesta, le saca al sol cuando es posible.



En la casa, en medio del dolor, la presencia de Dios se palpa por todas partes, y de vez en cuando se les oye: “Que habremos hecho, para que Dios nos haya dado esto? Lo habremos merecido”.

¡Cuánto me conmueven esas palabras! No acierto a decirles nada, simplemente me siento cercano, le aprieto la mano a Paco, y les doy la comunión. Después de un largo rato, sin prisas, me voy, entre las lágrimas por lo que veo y el gozo de sentir cómo en Paco, en Mary y en Juanito se realiza paradójicamente la gloria de Dios.

“No pecó él, ni pecaron sus padres. Esto sucedió para que se manifieste la gloria de Dios” (Jn 9, 1-3). Y en la medida que me alejo de la casa, me voy preguntando: ¿Me dejo yo convertir en algo por la vida contemplada y por el Señor, allí presente?”.

SEÑOR, ÁBRENOS LOS OJOS PARA VER CON CLARIDAD, LO QUE ACONTECE A NUESTRO ALREDEDOR. QUE NO SE NOS ESCAPE LA VIDA.

SEÑOR, ÁBRENOS LOS OJOS DEL CORAZÓN PARA RECONOCER LAS HUELLAS DE TU PASO POR LOS CAMINOS DE ESTA VIDA. QUE NO SE NOS ESCAPE TU PRESENCIA QUE ES LA QUE ANIMA Y HACE ARDER NUESTROS CORAZONES.

SEÑOR, ÁBRENOS LOS OJOS A TU ACCIÓN, A TU EPIFANÍA TRANSFORMADORA. QUE NO SE NOS ESCAPE LA LUZ DE TU ESTRELLA QUE GUÍA Y LLENA DE GOZO A LOS QUE BUSCAN LA SALVACIÓN Y TRABAJAN POR ELLA.