

Piedad y vida de oración

Queridos peregrinos,

Has dejado tu ciudad, el ruido del mundo y su enloquecedor ritmo para venir a esta peregrinación. Cada uno de nosotros ha venido por una razón particular, por su propio motivo: Necesidad de recargar pilas o simplemente arrastrados por un amigo, porque tenemos curiosidad por descubrir la peregrinación, ansiosos por asumir un desafío deportivo, esperando reencontrarnos, etc. En todo caso, Dios, te ha hecho venir por una razón específica: Encontrarlo y reforzar tu amistad con Él durante estos tres días. Así que ahora que vamos tan avanzados en nuestra marcha, que el sufrimiento comienza a hacer efecto, que nuestro corazón es más libre y está quizás más atento, es hora de hablar de la oración; Lo que el Papa Benedicto XVI llamó un asunto de vida o muerte. Así como el cuerpo necesita aire y alimento para mantenerse vivo, el alma necesita oración, es su respiración, su condición para permanecer viva, es decir, permanecer unidos a Cristo y mantener el vínculo de amistad con Él, que es lo único necesario en nuestra existencia.

1- Condición de la oración: Silencio

Sin silencio no podemos orar. Dios habla en silencio y es por eso que normalmente no le escuchamos. El silencio es su lengua y debemos guardar silencio, externamente y aún más internamente, para estar bien dispuestos a escuchar lo que Dios quiere decirnos. El silencio es una condición fundamental para la oración. No consiste en hacer un vacío absoluto en nuestro interior, como en las clases de yoga, sino en dejar a un lado las distracciones para captar una presencia, para encontrar el lugar donde Dios se manifiesta en nosotros. Dom Guillerand, monje cartujo, nos dice que el vacío que el mundo deja en el corazón es el lugar de Dios. Pero este vacío solo puede manifestarse en silencio. Tratar de llenar este vacío con las cosas del mundo (redes sociales, series, actividad social frenética) es hacerlo aún más profundo y oculto.

2- ¿una definición de oración?

No hay una sola definición de oración. Porque la oración consiste en una relación entre Dios y nosotros. Así, como todos tenemos una

relación única con Dios, algunos insistirán más en un aspecto de la oración, mientras que otros insistirán más en otro. Sin embargo, hay aspectos comunes en todas las almas que oran. Os dejo aquí algunas citas de los Santos sobre la oración.

- San Juan Damasceno (tomado por Santo Tomás de Aquino): "La oración es elevación del Espíritu hacia Dios"
- Santa Teresa de Ávila: "Es un oficio de amistad en el que a menudo hablamos íntimamente con quien sabemos que nos ama".
- S. Teresita de Lisieux: "Hago como los niños que no saben leer, simplemente digo a Dios lo que quiero decir sin hacer frases hermosas, y él siempre me entiende ... Para mí, la oración es un impulso del corazón, es una simple mirada lanzada hacia el cielo, es un grito de gratitud y amor dentro de la alegría; finalmente, es algo grande, sobrenatural que dilata mi alma y me une con Jesús".
- San Carlos de Foucauld: "Orar es pensar en Dios amándolo".

3- los cuatro extremos de la oración

Una buena manera de acercarse a la oración es hablar de los 4 propósitos por los cuales uno reza.

El simple hecho de pensar en Dios me invita primero (primer punto) a adorarlo, es decir, a reconocer su grandeza y mi pequeñez, mi completa dependencia de Él. Entonces, viendo que el Creador está interesado en mí, que Él me ama, estoy (2º punto) en acción de gracias, le agradezco por este amor. Al mismo tiempo lo siento porque no correspondo lo suficiente a este amor, me hace sentir dolor por haberlo ofendido. Entonces, con un corazón humillado, le pido perdón (tercer punto), y pido también (cuarto punto) que me sane, que me santifique, y todo lo que necesito. Lo pido con confianza sabiendo que Dios escucha a Aquel que lo ama. Pero también con gran humildad, sabiendo que Dios no cambiará para hacer nuestra voluntad. En cambio, conformará nuestra voluntad a la suya.

Así que estos son los 4 propósitos de la oración: Adoración, acción de gracias (agradecimiento), expiación (pedir perdón) y petición (pedir gracias).

4- Un elemento esencial: Libre

Nosotros lo vemos: Orar no es en primer lugar pedir cosas para nosotros. Por supuesto, es parte de ello, pero no es toda la oración. ¡De hecho, no oramos por nosotros mismos! ¡Oramos por Dios! La oración no debe ser un deseo egoísta que se despierta solo en momentos de angustia material o espiritual.

Como en cualquier verdadera amistad, el verdadero amigo se da a sí mismo de forma gratuita. El verdadero amigo no es un comerciante ni un mercenario, sino un donante, un benefactor. Por lo tanto, el verdadero amigo de Dios le da su tiempo, su vida, y lo hace de forma gratuita. La oración se convierte así en tiempo dado a nuestro gran amigo, Jesús.

Por tanto, la base de la oración es primero dar tiempo a Dios. ¡Esto es lo más difícil! ¡Porque nunca tenemos tiempo, siempre tenemos cosas que hacer! Por tanto, debemos tener tiempo para Dios: Ofrecérselo. Unos minutos reservados para Dios en nuestro día. Este es el primer acto de amor, de generosidad, de oración.

Esta idea de que la oración es un don, un acto gratuito hecho a Dios puede ayudarnos a evitar las dificultades que a menudo nos desalientan de la oración: “Siento que no funciona... No siento nada cuando rezo...”. Pensar que la oración consiste en sentir muchas cosas, desesperar cuando no se siente nada. Como en cualquier amistad, la oración no consiste en sentir mucho, sino en amar mucho: Dar nuestro tiempo a Dios en su presencia silenciosa. Dios nos lo devolverá, un día u otro. Como decía santa Catalina de Siena: “Debemos amar al Dios de las consolaciones mejor que a las consolaciones de Dios”. No nos desanimemos si no sentimos nada en la oración, a veces es una señal de que es más pura que nunca, es puro don a Dios.

5- ¿un método?

Hay varias escuelas de oración, como la de los Carmelitas con la gran Santa Teresa de Ávila y San Juan de la Cruz o la de San Ignacio de Loyola descrita en su libro de ejercicios espirituales. Os invito a recurrir a estos grandes maestros de la vida espiritual. Algunos consejos generales.

1) Una vez que he encontrado un entorno adecuado y he hecho silencio externo (silenciar el teléfono, etc...) es necesario comenzar

con un acto de presencia de Dios, es decir, un contacto personal con Dios: Orar es hablar a Dios presente ante mí (en mi alma, en el tabernáculo), y no hablar al vacío o a un ser muy lejano. Podemos ayudarnos a nosotros mismos haciendo un acto de adoración (considerando la grandeza de Dios, mi pequeñez ante Él), o haciendo un acto de fe, esperanza o caridad.

2) Podemos tratar de prolongar este momento. Pero cuando vemos que ya no funciona y que nuestra mente comienza a perderse y distraerse, entonces un buen consejo es leer un texto corto, ya sea de los evangelios o de un libro espiritual que nos hable, preguntándose qué quiere decirnos hoy Dios. Esto es lo que hizo san Carlos de Foucault: Después de tomar presencia de Dios, se dijo a sí mismo: “Señor, ¿qué tienes que decirme?” y continuaba leyendo un texto del evangelio. Antes que hablar sobre nosotros, lo importante aquí, el punto clave, es dejar que Dios nos hable a través de este texto, o a través de un pensamiento que nos viene: Es la cortesía, y sobre todo la mejor manera de que la oración no sea un simple monólogo por nuestra parte.

3) Una vez que hayamos leído el texto, lentamente, podemos pasar al siguiente paso, de nuevo con Charles de Foucault: “Señor, ¿qué puedo decir ahora?” Esta es nuestra respuesta: Una respuesta de inteligencia primero, que se llama meditación (¿qué significa este texto para mí? ¿cómo puedo aplicarlo en mi vida?), pero también y sobre todo una respuesta del corazón. Orar no es simplemente una mejor comprensión de un texto, es también y sobre todo un mejor amor por Jesús, hacer crecer en nosotros el deseo de acercarnos a Él. Si aquí estamos un poco perdidos, podemos recordar progresivamente los cuatro actos de la oración: El texto leído puede llevarnos a adorar a Dios, dar gracias, pedir perdón, solicitar gracias.

4) Siempre debemos terminar nuestra oración con un propósito concreto, que pueda perdurar durante todo el día. Lo ideal es tomar una pequeña resolución concreta según nuestra oración: Si hemos meditado en la mansedumbre de Jesús con los pecadores, para imitar a Jesús podemos decidir que hoy intentaremos ser buenos y pacientes con una persona que nos molesta.

6- conclusión

La vida de oración consiste en vivir permanentemente en la presencia de Dios. Y esta es una simple extensión del tiempo personal (al

menos 15 minutos, idealmente media hora o más al día) que hemos dedicado a Dios en nuestra oración matutina. Orar es hacer todo bajo la mirada de Dios. Hacer en todas partes y en todo momento Su santa voluntad. Pero es a través de este tiempo que dedico solo a Dios, y que comúnmente llamamos "oración", que mi amistad con Cristo crecerá y me transformará. Por tanto, os animo a embarcaros, o a perseverar en esta hermosa práctica de la oración, este tiempo en silencio ante el buen Dios, donde sólo pienso en Él y donde le doy todo mi amor y Él el suyo, una verdadera "amistad", como decía Santa Teresa de Ávila.